UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
INSTITUTO DE PSICOLOGIA

DANIELA CARVALHO SELINGARDI

Término e recomeço – da carreira atlética à aposentadoria

São Paulo
2013

DANIELA CARVALHO SELINGARDI

Término e recomeço – da carreira atlética à aposentadoria

Dissertação apresentada ao Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo para a obtenção do título de Mestre em Psicologia.

Programa de Pós-Graduação: Psicologia Escolar e do Desenvolvimento Humano

Orientadora: Profª. Drª. Maria Júlia Kovács

São Paulo
2013

AUTORIZO A REPRODUÇÃO E DIVULGAÇÃO TOTAL OU PARCIAL DESTE TRABALHO, POR QUALQUER MEIO CONVENCIONAL OU ELETRÔNICO, PARA FINS DE ESTUDO E PESQUISA, DESDE QUE CITADA A FONTE.

Catalogação na publicação
Biblioteca Dante Moreira Leite
Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo

Selingardi, Daniela Carvalho.
Término e recomeço: da carreira atlética à aposentadoria / Daniela Carvalho Selingardi; orientadora Maria Júlia Kovács. -- São Paulo, 2013.
169 f.
Dissertação (Mestrado – Programa de Pós-Graduação em Psicologia. Área de Concentração: Psicologia Escolar e do Desenvolvimento) – Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo.

1. Aposentadoria (Aspectos psicológicos; preparo) 2. Atleta 3. Planejamento de vida I. Título.

HD7105

SELINGARDI, Daniela Carvalho
Término e recomeço – da carreira atlética à aposentadoria

Dissertação apresentada ao Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo como parte dos requisitos para a obtenção do título de Mestre em Psicologia.

Aprovada em:

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. _____

Instituição _____ Assinatura _____

Prof. Dr. _____

Instituição _____ Assinatura _____

Prof. Dr. _____

Instituição _____ Assinatura _____

De tudo, ficaram três coisas: A certeza de que estamos sempre
começando ... A certeza de que precisamos continuar
A certeza de que seremos interrompidos antes de terminar...
Portanto devemos:
Fazer da interrupção, um caminho novo... Da queda, um passo de dança...
Do medo, uma escada... Do sonho, uma ponte... Da procura, um encontro.

Fernando Sabino

AGRADECIMENTOS

Toda conquista advém de esforço e dedicação e, sobretudo, de auxílio e colaboração.

Inicialmente agradeço àqueles que colaboraram para que essa caminhada fosse possível, respeitando meu ritmo e me incentivando diante das mais diversas dificuldades e desafios:

Com admiração agradeço à minha orientadora, Profª. Maria Júlia Kovács, pelo exemplo acadêmico, pela seriedade e liberdade ao me "guiar". Agradeço por sua sensibilidade em acolher minhas angústias, pelas discussões, por ouvir minhas ideias e acreditar nos meus projetos. E que carinhosamente me conduziu a obter o mais alto desempenho na produção deste trabalho;

À Profª. Audrey Setton Lopes de Souza, pelo acolhimento nos primeiros momentos do mestrado e no exame de qualificação;

Aos Profs. Antonio Afonso Machado e Esdras Guerreiro Vasconcellos, por aceitarem participar das bancas de qualificação e defesa, por compartilharem seus conhecimentos teóricos e vivenciais, pelas frutíferas sugestões que me ofereceram;

Ao Prof. Paulo de Salles Oliveira, pelos momentos de conhecimento e pelo exemplo de postura solidária;

À Profª. Fraulein Vidigal de Paula, pela atenção às questões do Comitê de Ética;

Aos seis participantes e colaboradores desta pesquisa, pela disponibilidade de compartilhar suas histórias. Eles me inspiraram, comoveram e confirmaram a importância do trabalho. Fui profundamente tocada pela vida de cada um;

Aos participantes do Laboratório de Estudos sobre a Morte – LEM, pela acolhida em diversos momentos;

À troca carinhosa de experiências que recebi do grupo de orientação: Ana Paula Fujisaka, Adriana Helena de Paiva, Aurélio de Melo, Cândido Flauzino, Clodine Teixeira, Emanuella Mattos, Janaína Silva, Kátia Cherix, Karina Fufumitsu, Maria Carolina Scoz. Uns chegando, outros saindo, todos contribuíram para o meu aprendizado;

Aos funcionários do IP-USP, pelo apoio estrutural;

Ao Grupo de Estudo e Pesquisa em Psicologia do Esporte – GEPPE, com a coordenação do Prof. Dante de Rose Jr.; ao Grupo de Estudo e Pesquisa em Treinamento

Infanto-Juvenil – GEPTIJ, coordenado pela Profª Maria Tereza Silveira Böhm, e à amiga Catalina Kaneta, pelas reflexões e artigos que desenvolvemos;

Ao Sr. Mário Travaglini, pelas horas de conversa quando a pesquisa ainda era uma ideia;

Aos amigos Marcello Brand e Leila Darin, pela indicação de ex-atletas;

Ao amigo Mário Ceratti, pela contribuição ao trabalho;

Ao jornalista e amigo João Carlos Albuquerque, pelo contato com colaboradores;

Ao Paulo Calçade, jornalista, amigo, profundo conhecedor e estudioso de futebol, pelo contato com ex-atleta e pelo tempo de profícuo convívio.

E agradeço especialmente aos meus pais, Magda e Tauil Selingardi, com amor por terem me dado a vida, pelo pertencimento a esta família, pelos valores herdados, pela minha formação, pelo exemplo de vida e a segurança de senti-los comigo;

Ao Guto, meu marido, que me apoiou com amor e companheirismo durante esta trajetória e compreendeu as inúmeras horas em que estive dedicada à pesquisa;

À minha vovó Helena, que me contava histórias desde quando eu era pequena e desenvolveu em mim o gosto de ouvir a trajetória de cada um;

Aos meus irmãos Fernanda e Tauil Jr., os quais sempre admirei e que me ensinaram a diferença entre competição e cooperação;

À Fernanda, minha sobrinha, que considero como filha, e nos amamos mesmo a distância e no silêncio;

E às pessoas que estiveram comigo durante a efetivação deste trabalho, como:

Todos os componentes da ASEC (Associação pela Saúde Emocional de Crianças), principalmente às amigas Adri Titton, Andréa Monteiro, Eline Santos, Miriam Guimarães, Neide Pereira, Valdene Fraga, Viviane Almeida, Sizumi Suzuki, e em particular a Tânia Paris, por saber que poderia pedir-lhes ajuda;

À Cláudia Zaboroski, à Cris Souto e à Silvia Elias, pelo apoio, incentivo e amizade;

Ao amigo Sinésio Capece, que pela escuta e colaboração acompanhou meu desenvolvimento pessoal e profissional.

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO 10
INTRODUÇÃO 14
1 DE APRENDIZES A ATLETAS **15**
1.1 Da prática esportiva à formação do atleta 15
1.2 Transição – características e efeitos 22
1.3 Aposentadoria – Momento final ou recomeço 30
1.4 Perdas e processo de luto 36
2 OBJETIVOS 41
2.1 Objetivo geral 41
2.2 Objetivos específicos 41
3 MÉTODO 42
3.1 Pesquisa Qualitativa 42
3.2 Participantes e local das entrevistas 43
3.3 As entrevistas 44
3.4 Instrumento 46
3.5 Procedimento 46
3.6 Compreensão dos dados 47
3.7 Considerações Éticas 48
4 VIVÊNCIA E ANÁLISE 50
4.1 Felipe 51
4.2 Beto 62
4.3 Gabriel 69
4.4 Carla 77
4.5 Ricardo 87
4.6 Beatriz 97
5 DISCUSSÃO: AMPLIANDO AS REFLEXÕES **106**
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS **116**
REFERÊNCIAS **119**
ANEXOS **126**

RESUMO

SELINGARDI, D.C. (2013). **TÉRMINO E RECOMEÇO – DA CARREIRA ATLÉTICA À APOSENTADORIA – UM ESTUDO QUALITATIVO.** Dissertação de Mestrado, Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo.

O presente trabalho teve como objetivo compreender a experiência da transição para a aposentadoria em atletas profissionais de diferentes modalidades esportivas. Crianças e jovens enfrentam períodos de transição ao longo da prática esportiva e as orientações recebidas podem auxiliar em seu desenvolvimento. Diversos trabalhos apontam para prejuízos na vida dos atletas na fase da aposentadoria, porém pouco sabemos como vivenciaram o processo de transição. Buscamos compreender, pelo relato de atletas profissionais, a experiência da transição para a aposentadoria; a partir da sua recordação, investigar se houve planejamento para este momento e o que o atleta buscou como apoio. Desejamos produzir informações e reflexões que possam, a partir dos dados coletados, gerar propostas teóricas e intervenções psicológicas para oferecer apoio e suporte a atletas após a parada da atividade esportiva. Trata-se de pesquisa qualitativa, tendo sido realizadas entrevistas abertas, com base na pergunta disparadora: "Como foi a sua experiência no período de transição para a aposentadoria?" Participaram deste estudo seis ex-atletas profissionais, duas mulheres e quatro homens de diferentes modalidades esportivas, que se aposentaram. Os colaboradores foram indicados por meio de pessoas conhecidas e aceitaram participar. Para a análise compreensiva das narrativas destacamos os trechos mais representativos e organizados em categorias temáticas, que foram surgindo e se estruturando a partir dos relatos, não tendo sido estabelecidas *a priori*. Compreendemos os relatos como experiências vividas pelos colaboradores, buscando uma aproximação da compreensão do fenômeno da experiência de transição para a aposentadoria de atletas. A análise mostrou que: 1) O processo de transição pode ser útil para que o atleta se organize nas questões práticas e emocionais, preparando-se para a aposentadoria; 2) Os atletas buscam apoio na família, num técnico ou em pessoas próximas; ao procurarem apoio profissional, esperam conseguir orientação prática sobre outra atividade. A maioria não busca apoio profissional para cuidados psicológicos; 3) Por mais preparados que estejam, os atletas vivenciam a aposentadoria como perda, podendo entrar em processo de luto. O acolhimento adequado pode ajudá-los a lidar com o processo de transição e com a aposentadoria. Tendo como base os aspectos observados, foram apresentadas orientações a profissionais da saúde, de educação física e esporte, técnicos, familiares e pessoas próximas dos atletas. Este trabalho pode contribuir com reflexões para técnicos e outros profissionais do esporte, na compreensão dos sentimentos vivenciados neste período e no sentido da importância do planejamento para a aposentadoria como forma de organização emocional. É fundamental envidar esforços a fim de auxiliar atletas aposentados em direção a uma maior comunicação e expressão de sentimentos relacionados à perda por morte simbólica, acreditando que um acolhimento adequado pode ajudá-los a lidar com esse momento e recomeço em outra atividade.

Palavras-chave: Aposentadoria (Aspectos psicológicos; preparo) 2. Atleta 3. Planejamento de vida.

ABSTRACT

SELINGARDI, D.C. (2013). **ENDING AND STARTING AGAIN – FROM ATHLETIC CARRER TO RETIREMENT.** Dissertation, Institute of Psychology, University of São Paulo, São Paulo.

The present study aimed to understand the experience of transition to retirement among athletes of different sports. Children and young people face periods of transition throughout sports practice and the guidance received can assist helps the development. Several studies point to the consequences in the lives of athletes during retirement, but little is known how they experienced the transition process. We collected the reports of professional athletes, the experience of the transition to retirement, and investigate whether there has been planning for this moment, what was sough as support. We aimed to produce information and reflections that can considering the data collected, generate theory and reflections about psychological interventions to provide support and assistance to athletes after interrupting sports activity. This is qualitative research and open interviews were conducted with a starting question: "How was your experience during the transition to retirement?" The study included six former professional athletes, four men and two women from different sports that have retired. The participants were indicated by acquaintances and accepted to participate. For a comprehensive analysis of the narratives were highlighted the most representative excerpts and organized into themes emerging from the accounts and have not been established a priori. The reports were understood as experiences of the participants, aiming to understand the phenomenon of the experience of transition to retirement in athletes. The analysis showed that: 1) The transition process can be useful for the athlete to organize practical and emotional issues in preparing for retirement; 2) Athletes seek support with family, coach or proxy. Most do not seek professional help for psychological care; 3) Though there is a preparation the athletes experience retirement as a loss and go through a bereavement process. A proper care can help them cope with the transition and retirement. Based on the observed aspects guidelines were presented to health, physical education and sport professionals, coaches, family, and people that are close to the athletes. This work may contribute to coaches and other professionals of the sport to understand the feelings experienced during this period and towards the importance of planning for retirement as a form of emotional organization. The efforts are essential to help retired athletes toward greater communication and expression of feelings related to the loss of the sport activity as Oaf symbolic death, believing that proper care can help deal with that moment and resume in another activity.

Keywords: Retirement (Psychological aspects; preparation) 2. Athlete. 3. Planning for life.

APRESENTAÇÃO

Meu interesse pelo esporte iniciou-se ainda criança e esteve presente em minha vida, desde pequena. Segui insistindo e buscando praticar as mais diferentes modalidades.

Exponho a seguir um trecho da minha história de vida para explicar como cheguei a esta pesquisa.

Filha caçula e diferentemente dos irmãos que atraíam olhares, elogios de todos (eu também os admirava), e sempre subiam ao lugar mais alto do pódio, aperfeiçoei-me em destinar o foco no processo e não no momento final, pois cada premiação de 3º lugar significava para mim apenas parte do caminho. Mesmo em meio à sociedade valorizando a comparação e competição, eu era feliz daquela maneira, pois também recebia incentivo, admiração e respeito pelo que realizava. Provavelmente por essas experiências tão positivas, mantive-me interessada e apaixonada pelo esporte.

Esta paixão parece ter estado presente em minha escolha profissional, e até no momento de escolher um tema de pesquisa ainda na graduação de Psicologia, pulsando viva em mim, e passei a pesquisar os agentes estressores em atletas amadores. Tinha interesse em saber como essas pessoas que não eram profissionais no esporte buscavam alcançar suas conquistas.

Desde o último ano da graduação fui conhecendo pessoas ligadas ao esporte e à Psicologia, que me desafiaram ou apoiaram contribuindo para construir uma maravilhosa teia que me possibilitou chegar até aqui.

Após a graduação havia a dedicação à clínica e ao setor educacional, nos quais trabalhei. Seguia com pesquisas e estudos na área esportiva e em uma especialização em Diagnose e Terapia de Estresse.

Na verdade, sempre me preocupei com o ser humano que estava por trás da medalha e com aqueles que, mesmo com muito empenho, não a alcançavam.

Segui por um tempo “dentro” do esporte, trabalhando e respirando essa atmosfera. Conquistas, superações e sucessos são mostrados como imagens do esporte, mas não condizem com a realidade de forma geral.

Havia visto e ouvido histórias dos próprios ex-atletas, que confirmavam que conhecer o esporte vai além de saber como é a prática e seu desenvolvimento. Mas há um entorno envolvendo diversos aspectos, muitas vezes paradoxais.

Só mais tarde tive conhecimento da autora que apresenta de forma tão clara e simples a questão de se estar diante de um paradoxo:

> Todos os paradoxos não fragmentam nossa vida, mas constituem polos que se complementam na totalidade de nossa existência. O próprio contraste entre cada um desses pares de polos dá a ela o seu verdadeiro significado. Assim, conhecemos melhor a tristeza se já vivenciamos a alegria, a solidão se já nos sentimos juntos de alguém. E vice-versa. Valorizamos a saúde quando estamos doentes, e a vida quando sentimos a possível proximidade da morte (FORGUIERI, 2007, pp. 79-80).

Acompanhando atletas profissionais, percebi quanto as questões que emergiam poderiam ter sido trabalhadas anteriormente. Prossegui nos estudos em busca de embasamento para as ocorrências de que tinha conhecimento.

Continuava interessada pelo ser humano das conquistas atléticas: como vivenciou e lidou com os sentimentos; o que precisou superar para alcançar seus sonhos; se chegou aonde imaginava ou saiu de cena antes, quanto acreditou que o sucesso seria eterno; como lidou quando não recebeu mais as luzes do posto mais alto?

Segui orientando atletas jovens e testemunhando suas conquistas, superações, dúvidas, medos, e os relacionamentos entre técnicos, pais e os próprios atletas. A partir dessa experiência apresento algumas situações que podem mostrar um pouco do cenário que presenciei, e que continuam acontecendo:

1) Crianças que aprendem a jogar nas ruas, e ao fazerem parte de um grupo em clubes ou escolinhas, conseguem ver o momento como oportunidade para aprendizado e melhora da situação em que vivem. E outras que, mesmo com habilidade para a prática esportiva, não se adaptam às regras do novo ambiente.
2) Observo os pais, em especial aquele que ao ver um filho jogar futebol chama pelo nome do ídolo da atualidade, e ao ver que o garoto perdeu a jogada diz: “lá se foi a minha Ferrari...”, vislumbrando que o filho lhe proporcionaria um mundo de sonhos e riquezas.

3) Crianças e jovens que passam a ouvir que são privilegiados por fazerem o que mais gostam e ainda podem ganhar dinheiro e alcançar a fama. Em certo momento não farão apenas o que gostam, e estando num esporte de alto rendimento serão cobrados por 100% de dedicação e esforço.

4) Jovens que passam a ficar mais tempo do seu dia com os técnicos que decidem por eles, viajam junto, cuidam e passam valores, como também cobram que correspondam às suas expectativas.

5) Famílias que na tentativa de estimular fazem do esporte o assunto central do relacionamento, provocando nos jovens a dúvida de continuar ou não, e ao pararem decepcionam seus maiores incentivadores.

6) Pais e técnicos que estimulam o jovem a se dedicar ao esporte na totalidade do tempo, passando a cursar um colégio dito "mais fraco", ou até interrompendo os estudos. Acreditam que ele se tornará atleta e não precisará de outro convívio social ou conhecimento. A despreocupação com questões sociais, culturais e emocionais pode gerar um platô de fragilidade. No mesmo sentido, a ingenuidade em acreditar que o esporte "é tudo em minha vida" (frase comum proferida por alguns jovens atletas) pode se transformar numa grande armadilha, deixando-os sem referência caso precisem parar antes de alcançar os sonhos ou objetivos propostos. Quantos seguiram e alcançaram seus sonhos? Quantos permaneceram pelo caminho por não terem como lidar com as mudanças e ficaram apenas com as perdas?

7) Atletas que mesmo em modalidade individual treinam em pequenos grupos, são colegas, companheiros, parceiros, ajudando-se mutuamente, mas também competem pelo olhar e elogio do técnico. Talvez como irmãos disputando a atenção dos pais...

8) Atletas que ainda jovens enfrentam lesões e com elas o medo de não se recuperarem, de perder espaço na equipe, ou o tempo de se aperfeiçoarem e disputar a próxima competição, levando-os, muitas vezes, a negar dores e não permitir que recebam o cuidado adequado e necessário.

No universo das lesões as situações são muitas. Há os atletas que sofreram várias lesões e: 1) conseguiram superá-las; 2) seguiram no esporte até que as dores fossem o limite; 3) precisaram parar abruptamente, mesmo sem ter alcançado a categoria profissional; 4) sendo

profissionais escalados para a seleção brasileira, precisaram sair de cena; 5) conseguiram se recuperar; 6) reencontraram-se em outro esporte ou categoria.

Apesar das diversas possibilidades e trajetórias possíveis, cada situação é única, há elementos comuns em todas elas para enfrentar e lidar com as mudanças e perdas inerentes ao desenvolvimento humano.

O leitor pode estar se perguntando por que exemplos de jovens, se a presente pesquisa visa a conhecer a história de atletas profissionais que se aposentaram? Respondo: porque o momento da aposentadoria pode ser visto como perda, ou como recomeço, para lembrar que o atleta pode enfrentar tais acontecimentos, entre outros, em sua carreira, e que essas vivências podem se refletir no momento da transição para a aposentadoria já que esta é processual, como afirma Schossberg (1981).

Busquei pesquisar os atletas que chegaram à categoria profissional e conhecer como vivenciaram a transição para deixá-la. O momento da transição começa quando o atleta passa a pensar nesta possibilidade, às vezes, com a necessidade de encerrar a carreira.

Optei por entrevistas abertas para que os atletas pudessem ser os protagonistas ao contar suas histórias, no intuito de poder conhecer, ou desvelar esse momento na vida dos atletas. E verificar a necessidade de pensar em cuidados no início da vida profissional.

O propósito da pesquisa foi fazer um levantamento de questões relevantes para a Psicologia do Desenvolvimento Humano e para a área esportiva, e assim contribuir ou estimular outros pesquisadores e leitores a se interessarem pelo tema.

Cabe ressaltar que se pude ouvir, acolher e receber de braços abertos cada história que me foi contada, foi a partir da acolhida da minha orientadora, que mesmo indagando como me ajudaria com o tema do esporte, aceitou o projeto e me ajudou nas várias questões envolvidas nesta pesquisa, principalmente sobre o luto. Deste modo, pude ficar mais calma em relação aos paradoxos em mim, rever as transições pelas quais passei, estando inteira na presença de cada colaborador.

INTRODUÇÃO

A seguir é feita uma breve descrição do conteúdo do estudo:

A pesquisa mostra revisão da literatura, abarcando as principais questões teóricas sobre a temática estudada, com cinco subdivisões: 1) Apresentação; 2) Tendências e influências no processo de construção da Educação Física como disciplina escolar, na tentativa da compreender como se ensina às gerações, desde a década de 1960 até os dias de hoje, a conceituação do esporte competitivo de rendimento ou de performance e definições sobre o treinamento a longo prazo, o qual é destinado à maioria dos atletas; 3) Transição e seus efeitos, na busca de elucidar a importância deste momento, partindo de estudos com diferentes profissões e no campo esportivo, trazendo os efeitos físicos e emocionais do destreinamento para o atleta; 4) Aposentadoria em outras profissões e o ex-atleta, incluindo estudos, modelos teóricos tradicionais e suas críticas, para explicar a transição no esporte; 5) Perdas e lutos, traçando um histórico até a atualidade, relacionando o luto por mortes simbólicas como as vivenciadas pelos atletas na transição da vida ativa à aposentadoria.

Na sequência salientamos os objetivos da pesquisa e o caminho metodológico percorrido: a escolha da abordagem para nortear o trabalho, a maneira como chegamos aos colaboradores, a entrevista e a pergunta disparadora, a compreensão dos relatos e as considerações éticas.

A etapa seguinte traz a vivência de cada participante relacionada à experiência da transição para a aposentadoria e a análise dos relatos a partir das categorias temáticas: a discussão com o entrelaçamento de todos os relatos, destacando suas convergências e divergências, a retomada das questões teóricas ressaltadas no primeiro capítulo, enfatizando o diálogo com os autores para aprofundar as reflexões sobre os depoimentos.

E, por fim, são apresentadas as considerações finais, reflexões sobre cuidados com os atletas nesta fase e a necessidade de estudos futuros.

1 DE APRENDIZES A ATLETAS

1.1 Da prática esportiva à formação do atleta

A transição para a aposentadoria em atletas profissionais é o objetivo deste estudo. Tecemos algumas considerações na tentativa de elucidar, a partir de estudos existentes, de onde veem e como se formam atletas, e assim nos aproximarmos da compreensão do relato da vivência dos colaboradores desta pesquisa.

Nas décadas passadas, fazia parte do cenário ver crianças brincando e jogando nas ruas, praças, parques e praias de nossas várias cidades. Nas brincadeiras e jogos havia regras e papéis destinados a cada participante. Comumente é possível escutar queixas de adultos: “Não há mais espaço para as crianças!”; “Devido à violência as crianças não têm mais a liberdade de outras épocas.” Mas o que ainda podemos perceber quando há o encontro de crianças é que na maioria das vezes elas “criam” ou reproduzem algum jogo como atividade.

A promoção da prática esportiva acontecia em clubes e nas escolas, por meio das aulas de Educação Física. Hoje encontramos o esporte também em projetos sociais, “escolinhas”, Organizações Não Governamentais – ONGs – que procuram, com o esporte, ajudar no desenvolvimento e formação de crianças e jovens. Salientamos a importância das instituições de ensino superior em promover discussões e reflexões a respeito do currículo e do papel do profissional que formam.

Os exercícios físicos eram utilizados pelo homem desde os primórdios da sua evolução, estando presentes em diferentes civilizações, cada qual com sua conotação e interesse em educar, desenvolver o corpo e o espírito do indivíduo, prepará-lo para a vida, ou mesmo com o objetivo de disseminar ideias e posturas em uma sociedade ou nação.

Existem diversas formas e orientações da prática esportiva para chegar até a configuração atual, mas retratar desde o surgimento do esporte e como este vem sendo ensinado não é o objetivo deste estudo. Todavia, é necessário considerar algumas tendências e influências no processo de construção da Educação Física como disciplina escolar.

No Brasil, a Educação Física na escola recebeu influência da área médica, com ênfase nos discursos pautados em higiene, saúde e eugenia, dos interesses militares e do nacionalismo (BETTI, 1991).

Este autor afirma que, até os anos 1960, a Educação Física brasileira sofreu forte influência do Método Desportivo Generalizado (MDG), que procurava atenuar o caráter formal da ginástica, incluindo o conteúdo esportivo, com ênfase no aspecto lúdico. Na década de 1970, o governo militar apoiou a Educação Física na escola, sendo estreitados os vínculos entre esporte e nacionalismo. Fortaleceu o conteúdo esportivo escolar e reforçou valores como a racionalidade, a eficiência e a produtividade.

A partir da década de 1980, em função do novo cenário político, o modelo de esporte de alto rendimento para a escola passou a ser fortemente criticado e surgiram novas formas de pensar na Educação Física, modificando também a ênfase nos conteúdos e em suas dimensões (DARIDO & RANGEL, 2005).

Recorremos aos estudos de Darido e Rangel para explicitar as abordagens e perspectivas que tiveram maior impacto a partir da década de 1970, que são:

1) Psicomotricidade – busca garantir a formação integral do aluno. Surgiram críticas à perspectiva esportiva, afirmando ser este modelo demasiadamente ligado aos fatores de execução, centrados no rendimento. Apesar das críticas ao modelo esportivista/tecnicista, as propostas da psicomotricidade para os conteúdos ficaram centradas no fazer, no procedimento, mas num fazer relacionado ao conhecimento do próprio corpo, à consciência corporal, lateralidade e coordenação.

2) Construtivista – esta abordagem foi influenciada pela psicomotricidade na questão da busca da formação integral, com a inclusão das dimensões afetivas, cognitivas ao movimento humano. Tem proposta de ensino para a área que abarca principalmente crianças na faixa etária até os 10 – 11 anos. A intenção é a construção do conhecimento a partir da interação do sujeito com o mundo, e a construção desse conhecimento exige elaboração, ou seja, uma ação sobre o mundo. Nessa concepção, a aquisição do conhecimento é um processo constituído pelo indivíduo durante toda a vida.

3) Desenvolvimentista – este modelo foi dirigido inicialmente a crianças de 4 a 14 anos, buscando, nos processos de aprendizagem e desenvolvimento, fundamentação para a Educação Física escolar. Segundo seus principais autores (TANI et al., 1998), é uma tentativa de caracterizar a progressão normal do crescimento físico, do desenvolvimento fisiológico, motor, cognitivo e afetivo-social na aprendizagem motora, e em função dessas características, sugerir

aspectos relevantes para a estruturação das aulas. Os autores desta abordagem defendem a ideia de que o movimento é o principal meio e fim da Educação Física. Esta deve privilegiar a aprendizagem do movimento, embora possam ocorrer outras aprendizagens em decorrência da prática das habilidades motoras. O conceito de habilidade motora está entre os mais importantes nesta abordagem, pois é por meio dela que os seres humanos se adaptam aos problemas do cotidiano, resolvendo problemas motores. As habilidades podem ser básicas ou específicas. As básicas podem ser classificadas em: habilidades locomotoras (por exemplo: andar, correr, saltar, saltitar); manipulativas (por exemplo: arremessar, chutar, rebater, receber); e de estabilização (por exemplo: girar, flexionar, realizar posições invertidas). As habilidades específicas são mais influenciadas pela cultura e estão relacionadas à prática dos esportes, do jogo, da dança e também das atividades industriais (DARIDO & RANGEL, 2005).

4) Saúde renovada – tem por paradigma a aptidão física relacionada à saúde cujos objetivos são: informar, mudar atitudes e promover a prática sistemática de exercícios. Favorece a autonomia no gerenciamento da aptidão física abrangendo todos os alunos, não somente os mais aptos, e não deve consistir apenas em modalidades esportivas e jogos. Esta abordagem considera que as práticas da atividade física vivenciadas na infância e adolescência se caracterizam como importantes atributos no desenvolvimento de atitudes, habilidades e hábitos que podem auxiliar na adoção de um estilo de vida ativo fisicamente na idade adulta.

5) Críticas – realizam a leitura da realidade social. A Educação Física é entendida como uma disciplina que trata do conhecimento denominado cultura corporal, que tem como temas o jogo, a ginástica, o esporte, a dança, a capoeira e outras temáticas que apresentarem relações com os principais problemas sociais e políticos vivenciados pelos alunos.

6) Parâmetros Curriculares Nacionais – destinados aos dois últimos ciclos do Ensino Fundamental, indicam a possibilidade de aproximação entre as abordagens já propostas para o componente curricular na disciplina Educação Física. Ressaltam a importância da articulação entre o aprender a fazer, o saber por que estamos fazendo e como nos relacionarmos nesse fazer, explicitando as dimensões dos conteúdos e propondo um relacionamento das atividades da Educação Física com

os problemas da sociedade brasileira, ditos temas transversais sem, no entanto, perder de vista o papel de integrar o cidadão na esfera da cultura corporal.

O quadro abaixo apresenta os principais conteúdos sugeridos pelas abordagens citadas (DARIDO & RANGEL, 2005).

Quadro 1. Os conteúdos nas tendências pedagógicas da educação física escolar

Tendências	Finalidades	Conteúdos Procedimentos	Conteúdos, Valores, Atitudes e Normas	Conteúdo Fatos e Conceitos
Higienista/Eugênica	Melhoria das funções orgânicas	Ginástica Método Frances	Obediência, Respeito à autoridade Submissão	
Método desportivo generalizado	Melhora fisiológica, psíquica, social e moral	Jogo esportivo		
Esportivista	Busca dos rendimentos Seleção Iniciação esportiva	Esporte	Eficiência Produtividade Perseverança	
Psicomotricidade	Educação psicomotora	Lateralidade Consciência corporal Coordenação motora		
Construtivista	Construção do conhecimento Resgate da cultura popular	Brincadeiras e jogos populares	Prazer e divertimento	
Desenvolvimento	Desenvolvimento motor	Habilidades locomotoras, manipulativas e de estabilidade		
Críticas	Leitura da realidade social	Jogos Esportes Dança Ginástica Capoeira	Questionador	Origem e contexto da cultura corporal
Saúde renovada	Aptidão física	Exercício Ginástica	Indivíduo ativo	Informações sobre nutrição, capacidades físicas, etc.
PCNs (3º e 4º Ciclos)	Cidadania Integração à cultura corporal	Brincadeiras e jogos, Esportes, Ginásticas, Lutas, At. rítmicas expressivas. Conhecimento sobre o próprio corpo.	Participação Cooperação Diálogo Respeito mútuo às diferenças Valorização da cultura corporal	Capacidades físicas Postura Aspectos histórico-sociais Regras

Fonte: Darido & Sanchez, 2005.

Ressaltamos que estas foram contribuições das abordagens mais relevantes da visão da Educação Física e do Esporte até os dias de hoje.

Lembramos que em nosso País é comum encontrarmos jovens que por diferentes motivos não aprenderam a praticar o esporte, considerando o desenvolvimento e a faixa etária para o aprendizado.

Ao pensar em crianças e jovens que tiveram diferentes formas e meios de aprendizagem, vemos entre outros: 1- crianças que aprenderam a jogar nas ruas e só com mais idade passaram a fazer parte de um grupo em clubes; 2- receberam o aprendizado sistematizado nas escolas e assim, outra forma de ver e se relacionarem com o mundo; 3- receberam incentivos de professores e/ou familiares nas aspirações e sonhos; 4- enxergaram no esporte a oportunidade de melhor condição de vida; 5- apaixonaram-se pela execução dos gestos e pelos momentos de vitória. Todas elas, cada qual à sua maneira, lidaram com dificuldades e com situações bem-sucedidas, em que alcançaram a categoria profissional e tiveram que lidar com o esporte e seu entorno.

Como diretriz geral, temos que "O objetivo no esporte é comparar rendimentos" (BARBANTI, 2003, p. 228). Por existirem diversas formas e orientações da prática esportiva, na tarefa de diferenciá-las recorremos a Tubino (1993 apud RUBIO, 2001, p. 96):

> As práticas esportivas contam com manifestações distintas, embora interatuantes, podendo ser divididas da seguinte forma: esporte performance, que objetiva rendimento, numa estrutura formal e institucionalizada; esporte participação, visa ao bem-estar para todas as pessoas, praticado voluntariamente e com conexões com os movimentos de educação permanente e com a saúde; esporte educação, com objetivos claros de formação, baseado em princípios socioeducativos, tendo como finalidade a preparação de seus praticantes para a cidadania e para o lazer.

O esporte competitivo de rendimento ou de performance, conforme definido acima, é a visão de esporte que possivelmente foi vivenciada pelos atletas do presente estudo. Jovens que chegaram à categoria profissional e muito antes da meia idade se aproximaram do momento da aposentadoria, passando assim à categoria de ex-atletas.

A partir dos estudos existentes, buscamos compreender desde a formação do atleta até a categoria profissional, e igualmente os relatos da vivência dos atletas desta pesquisa.

Na ciência do esporte muito se tem produzido sobre questões biológicas, técnicas e pedagógicas, entre outras.

A idade mais adequada para iniciação em modalidades esportivas é bastante discutida na literatura, apresentando diferenças para a faixa etária recomendada ao início dos treinamentos sistemáticos, estando estes relacionados à cultura local e especificidade da modalidade esportiva (ARENA & BÖHME, 2000; DE ROSE JUNIOR, 1995; PAES, 1992).

Na formação de atletas, talento esportivo e tempo de prática são temas correlacionados.

Apresentaremos algumas definições com a intenção de mostrar uma visão geral, pois nosso interesse não é detalhar ou comparar estudos. Portanto, nos basearemos nos estudos de Böhme, que pesquisou detalhadamente os modelos existentes usados em países considerados referência na formação de atletas e realizou diversos estudos sobre detecção de talento e treinamento a longo prazo (TLP), entre outros.

Segundo a autora, o treinamento deve ser apropriado ao desenvolvimento biológico de cada atleta. O organismo de crianças e adolescentes passa por uma série de modificações complexas durante o processo de crescimento e desenvolvimento. Cada fase apresenta particularidades que devem ser respeitadas quando se elabora um programa adequado de treinamento, buscando assim atingir com mais precisão os objetivos no âmbito esportivo e no desenvolvimento pleno.

O Treinamento a Longo Prazo (TLP), "realizado de forma planejada e sistemática, desempenha papel preponderante na formação e na promoção de talentos esportivos, auxiliando na formação de futuras gerações de atletas para o esporte de rendimento nas diversas modalidades e níveis de competição esportiva" (BÖHME, 2002, p.115).

O treinamento para o esporte de alto nível fundamenta-se em um processo de treinamento de longo prazo, em média de seis a dez anos de duração, conforme a modalidade esportiva.

No entender da autora, se compararmos as diferentes fases, os níveis ou as etapas de TLP descritos na literatura da área de ciência/teoria do treinamento, observaremos que, de modo geral, são semelhantes, porém com terminologias diferenciadas, podendo ser organizados em três principais níveis:

1) **Formação Básica Geral**: envolve principalmente o desenvolvimento das capacidades coordenativas; tem por objetivos gerais: a melhoria geral do desempenho esportivo, despertar um interesse estável orientado para ações de desempenho em treinamento e competição e o conhecimento do esporte escolhido.

2) **Treinamento Específico**: tem por objetivos gerais: a melhoria, planejada a longo prazo, do desempenho esportivo específico da modalidade escolhida até um nível que possibilite o início do treinamento de alto nível de desempenho; a estabilização de uma motivação para o desempenho voltada para uma determinada modalidade esportiva e uma participação bem-sucedida nas categorias competitivas de idade e de desempenho semelhantes. É subdividido em três etapas: 1- Treinamento Básico ou de Iniciantes; 2- Treinamento de Síntese ou de Adiantados; e 3- Treinamento de Transição.
3) **Treinamento de Alto Nível**: tem por objetivos gerais: o alcance do alto desempenho individual; o aumento otimizado do volume e da intensidade de treinamento; os outros métodos e conteúdos específicos de treinamento; a perfeição, a estabilização e a disponibilidade máxima da técnica esportiva; a melhoria e a manutenção da mais alta capacidade de desempenho pelo maior período de tempo possível.

Em relação à última fase do treinamento a longo prazo, Oliveira et al. (2010) denominaram-na como fase de treinamento especializado de alto rendimento, na qual são pretendidas a manutenção dos resultados adquiridos e a longevidade desportiva. Entendem esse período do processo como a fase de treinamento especializado. Esta fase corresponde à idade adulta, acima dos 20 anos. Conforme os autores, devemos compreender esse momento como o vivenciado por estudantes universitários ou profissionais, que dedicam um tempo muito longo de suas vidas a treinamentos e competições. Consideram também que o treinamento de alto nível visa à performance, ao rendimento e à competição em toda atividade humana. Paes (1998) explicita que o treinamento, nos dias atuais, que busca resultados superiores nos níveis juvenil e adulto, é totalmente profissional, haja vista que se tornou mercadoria consumida de diferentes formas como espetáculo esportivo através dos meios de comunicação especializada, utilização de materiais esportivos que promovem empresas, dentre outras maneiras. O autor destaca que o esporte vem se profissionalizando, aproximadamente desde a década de 1970; até então o profissionalismo ocorria em apenas algumas modalidades, mais notoriamente o futebol, o automobilismo, o tênis de campo e o basquetebol da National Basketball Association (NBA), entre outras.

Para Oliveira et al. (2010), a profissionalização é o motivo que contribui para que o desporto tenha novos rumos quando se trata de resultados superiores, porque a visão

mercadológica muda seu significado singular, ou seja, devemos entender o esporte em uma complexidade que vai além da preparação dentro dos espaços de jogo.

Os autores citados, e outros discorrem sobre aspectos do desenvolvimento, treinamento, performance, competições e inúmeros fatores relevantes do esporte. A partir deste momento seguimos pensando no atleta que alcançou a categoria profissional e chegou até a aposentadoria, vivenciando as diferentes etapas e transições existentes nesse processo.

1.2 Transição – características e efeitos

A transição está presente na carreira do atleta na passagem das categorias, bem como quando se aposenta e muda de profissão. Na tentativa de compreensão da fase estudada serão apresentados diversos estudos sobre transição e aposentadoria.

Brandão et al. (2000), em artigo de revisão de literatura, aponta que transições na carreira esportiva são etapas inevitáveis e têm sido estudadas a partir de modelos teóricos e metodológicos diferentes. A autora acrescenta que em revisão de 21 trabalhos empíricos, envolvendo aposentadoria de carreira em atletas, encontrou que 48% dos pesquisadores usaram metodologia quantitativa, 24% metodologia qualitativa e 28% uma combinação de ambas.

Baseados no estudo de Quisida (2007) e também ao longo das décadas, diversos autores têm pesquisado e definido transição, mais especificamente a transição de carreira, entre eles: Super (1963); Louis (1980); Bridges (1991); Arthur e Rousseau (1996); Dejours (1999); Higgins (2001) e Ibarra (2003). Segundo Savickas (1999), existem inúmeras pesquisas sobre aquela que é considerada a primeira transição: da escola para o trabalho. No entanto, pouco se sabe sobre as transições que ocorrem na fase adulta e que estão se tornando cada vez mais frequentes na esfera profissional: as transições de carreira (QUISIDA, 2007). A autora verificou que tanto os autores que estudaram transição de carreira nas décadas de 1980 e 1990, quanto os que o fizeram mais recentemente, divergiram sobre a distinção entre mudança e transição. Essa divergência apontou para a complexidade do fenômeno transição de carreira e para a necessidade de mais investigações sobre o tema.

Então, para ajudar na reflexão do fenômeno estudado nesta pesquisa, buscamos definições mais amplas de transição, como a concebida por Scholossberg (1981, p.5) como um “[...] evento ou não evento que resulta numa mudança de concepção sobre si mesmo e o

mundo, portanto requer uma mudança correspondente em seu comportamento e relacionamentos".

De acordo com Spierer (apud SCHLOSSBERG, WATERS & GOODMAN, 1995), uma transição pode ser definida como: qualquer mudança que tenha consequências importantes para o comportamento humano. As transições podem ser devidas a fatores biológicos, sociológicos, ambientais, históricos ou outros fenômenos. Podem ter consequências que são evidentes imediatamente ou se manifestam em uma data futura (e assim possuem "efeitos retardados"). Podem ser evidentes para amigos e para a sociedade (ficar rico ou perder o emprego), ou passar despercebidas, embora dramáticas, tal como a perda das próprias aspirações de carreira. Podem ser repentinas ou mais cumulativas, tal como acontece com determinadas doenças.

A transição para a aposentadoria possui fases específicas. A pré-aposentadoria inclui dois momentos: a fase *remota*, na qual a aposentadoria é vista pelo indivíduo como um fenômeno positivo que ocorrerá "algum dia"; e a fase *aproximada*, na qual o indivíduo orienta-se em relação a uma data específica para a sua aposentadoria. Durante a fase aproximada, os indivíduos atentam para a iminência do desligamento do emprego e das situações sociais nas quais o papel profissional é exercido. Muitos relatam perceber mudanças na maneira pela qual são vistos pelos outros. Nesse período, frequentemente detalham fantasias sobre como acreditam que será a aposentadoria, que podem ser antecipações realistas do futuro, ou totalmente irreais, ajudando ou prejudicando a adaptação à aposentadoria (ATCHLEY, 1999).

Nas palavras de Zanelli e Silva (1996), na iminência da aposentadoria os sentimentos se misturam e por vezes se contradizem, pois a possibilidade concreta de parar de trabalhar conflita com o medo do tédio, da solidão, da instabilidade financeira e de doenças. Em decorrência de todos esses aspectos com os quais os indivíduos se deparam nessa fase de transição, alguns podem enfrentar essa ruptura com o trabalho formal de uma maneira saudável; porém outros, em decorrência de não saberem lidar com as mudanças dessa nova etapa da vida, podem até adoecer.

Conforme Rodrigues et al. (2005), o modo de enfrentamento diante da necessidade de reestruturação da vida pode variar de pessoa para pessoa. Entretanto, com a autoconfiança diminuída e com um baixo grau de planejamento de vida pós-aposentadoria, além de preocupações financeiras e com a saúde, o período que antecede a aposentadoria pode vir a

ser enfrentado com ansiedade e desencadear desequilíbrios para o aposentado e em relação à estruturação de sua família e de demais vínculos.

Um fator de extrema importância que reforça o caráter aversivo da aposentadoria, afetando a qualidade da transição é, como aponta Ekerdt (1989, apud LEON, 2000), a ausência de planejamento do futuro, seja pela falta de consciência da necessidade de planejar o porvir e a velhice, ou pela crença de que não há como controlar o futuro, o que pode ser considerado como uma forma ineficaz de enfrentar a nova situação. Está configurado, assim, um estilo adaptativo caracterizado pelo negativismo, dificuldade de adaptação a situações novas e aversão a discutir qualquer assunto relacionado à aposentadoria (RODRIGUES et al., 2005).

Os autores acima asseveram que a falta de planejamento pode causar angústia e solidão, decorrentes da decepção ante a dificuldade de sentir-se satisfeito e realizado após o desligamento do trabalho profissional, ainda que este tenha sido desempenhado com insatisfação.

Podemos assim dizer que o atleta, na carreira esportiva e após seu término, passa por vários estágios, cada qual com exigências e características específicas, requerendo ajustamentos nas esferas de sua vida ocupacional, financeira, social e psicológica.

Brandão et al. (2000) categorizaram as transições que ocorrem desde o início da vida esportiva: da iniciação esportiva para o treinamento mais intenso; para a alta performance; do esporte infantil para o juvenil, juniores e adulto; do amador para o profissional e, finalmente, para o término da carreira esportiva. Consideram que as transições podem ser positivas, quando existem precondições para o ajustamento, permitindo um rápido desenlace, ou negativas, quando há muito esforço para se adaptar com sucesso às novas exigências, quando há dificuldades de ajustamento gerando sintomas, configurando-se situação de declínio ou estagnação no esporte. Buscamos também informações em autores como: Mc Pherson, 1980; Werthner, Orlick, 1986; Crook, Robertson, 1991, os quais confirmam que atletas aposentados poderão apresentar problemas de adaptação para a vida depois do esporte.

A literatura da ciência do esporte esclarece que os efeitos do treinamento de alto nível geram alterações bioquímicas nos sistemas circulatório e respiratório, incluindo o sistema de transporte de oxigênio; provocam alterações relacionadas com a composição corporal, com os níveis sanguíneos de colesterol e triglicerídeos; alterações de pressão arterial; e as alterações relacionadas com a aclimatação ao calor, entre outras (FOX, 1990).

Essas alterações podem ser categorizadas como modificações: a) bioquímicas; b) cardiorrespiratórias; c) na composição corporal; e d) neuroquímicas. Por comprovar que ocorrem todas as alterações morfofisiológicas e psicológicas esperadas em um treinamento prolongado, a manutenção do nível atingido ou a melhora para um nível superior requerem estímulos intensivos de treinamento (CAZÓN, 2008). Quando estes estímulos cessam, o atleta arrisca-se a distúrbios funcionais e psíquicos. Essa fase, segundo Israel (1972), é nomeada de Síndrome de Decréscimo do Estado de Treinamento ou Destreinamento (BOMPA, 2002).

Cazón (2008) elucida que o vocábulo destreinamento refere-se estritamente à perda de uma habilidade ou condição, como consequência de uma parada ou diminuição do treinamento. É um processo natural de regressão que, ao se referir a um atleta, traz implícita a ideia de perda ou involução indesejável.

O autor acrescenta outras definições: Aguilar (2002) diz que o destreinamento é um processo de preparação física, mental e social do atleta, tendo em vista sua adaptação à vida normal; Ribeiro (2005) ressalta que destreinamento é a perda parcial ou completa das adaptações anatômicas, fisiológicas e de desempenho como consequência da redução ou parada do treinamento; para Fleck e Kraemer (1997), o destreinamento ocorre classicamente em muitas situações: a primeira é a completa interrupção de todos os tipos de treinamento, podendo se dar no final da temporada de alguma(s) competição(ões) ou término da carreira de um atleta. A completa interrupção do treinamento é raramente desejada por exercer efeitos negativos no desempenho físico e consequências sobre a saúde. Em revisão de literatura, Cazón (2008) encontrou autores como Pereira (2005); Mujica e Padilla (2000-2001); Evangelista e Brum (1999), que também trabalharam na conceituação de tal processo.

Dos inúmeros trabalhos avaliando os efeitos do destreinamento, alguns abordam os efeitos na conduta psicológica e social dos atletas. Entre esses estudos, Pacheco (2002) salienta o realizado por Grove et al. (1998), desenvolvido com base em 11 trabalhos realizados entre 1982 e 1997, cujo objetivo era identificar reações estressantes provocadas pela aposentadoria no esporte. Os autores verificaram algumas reações a que estão sujeitos os atletas de diversos níveis com relação ao encerramento da carreira, entre elas: a) extrema insatisfação com eles próprios; b) período difícil durante a transição; c) sentimento de isolamento e perda da identidade; d) experiência de perda; e) sentimentos paralelos à morte ou morrer; f) desajustamento emocional de leve a moderado; g) insatisfação com a vida de modo geral; h) sérios problemas emocionais; i) expressões e experiências negativas; e j) alto número de reações estressantes com relação à aposentadoria.

Brandão et al. (2001) investigaram 42 atletas no Brasil que haviam abandonado a carreira, verificando que demoraram em média nove meses para se adaptarem à nova fase da vida, relatando as seguintes emoções nesse período: tristeza, resignação, alívio, alegria, ressentimento, medo, tensão, culpa, depressão e raiva. Os autores consideram compreensível que o atleta necessite de margem de tempo para adaptação à nova etapa e verificaram que a continuidade no esporte, mesmo em outra função, colabora para a adaptação dos atletas. A possibilidade de desempenhar uma atividade relacionada ao esporte mostrou ter importante papel na vida de 82% dos ex-atletas que participaram da pesquisa. Esta transição pode se tornar mais suave quando os atletas se aposentam por escolha pessoal; cumprem as metas traçadas; completam os estudos; e são capazes de se retirar do esporte logo após terem alcançado o topo.

Determinadas áreas específicas, tidas como moduladoras de ajustamento no momento da aposentadoria e facilitadoras de adaptação adequada, também puderam ser avaliadas: percepção de controle; identidade esportiva; suporte social; experiências anteriores (outras transições); envolvimento com atividades relacionadas ao esporte depois da aposentadoria; grau de planejamento profissional; *status* socioeconômico; habilidades (persistência, competitividade, metas, etc.); objetivos relacionados com esportes e, finalmente, foco depois da aposentadoria (LAVALLEE, 2005).

Buscando conhecer causas e consequências físicas e emocionais do término da carreira esportiva, Agresta et al. (2008) avaliaram 79 ex-atletas de alto nível e observaram que sua condição física piorou após o término da carreira, e os sentimentos vivenciados foram, na maioria, de tristeza e conformismo.

Hernández (1994) acredita que ao enfrentar o período de transição da vida atlética para o retiro, o ex-atleta poderá passar pelas seguintes etapas:

1) Choque e atordoamento;
2) A negação da primeira fase se traduz em ressentimentos contra outras pessoas, crenças, instituições e contra si mesmo;
3) A presença de grande sensação de perda e, posteriormente, de depressão. Na maioria dos casos, o atleta se distancia das pessoas que o rodeiam, incluindo seus amigos. Acredita em um mundo isolado sem significado nem direção. A existência dessas fases tem repercussão muito grande na adaptação do novo papel que a pessoa irá exercer.

Conforme o autor, o valor social de um atleta depende de seus atos desportivos, e uma vez retirados, aumenta a tendência ao afastamento do círculo social. A alegria, o companheirismo e a solidariedade adquiridos no esporte terão que ser buscados em outras relações sociais. A família, acostumada ao sucesso, pode reagir negativamente. A convivência diária, longe da rotina imposta pelo esporte, pode levar a problemas no relacionamento familiar. Um novo direcionamento em relação à utilização do seu tempo, e a busca de novos interesses e ocupações se faz necessária, já que não terá mais seu tempo utilizado em treinamentos e competições.

Hernández (1994) verificou também diversas causas para a retirada do desportista de elite quanto à temporalidade do retiro (temporária ou definitiva); modelo de decisão (voluntária ou forçada); e grau de aceitação do desportista (satisfatória e insatisfatória). O autor elencou os possíveis efeitos psicológicos com a retirada da vida esportiva: a) sem patologia implícita; b) pode levar a patologias a curto e médio prazos; c) pode propiciar patologias a longo prazo; d) pode ocasionar patologia transitória; e) não existem implicações na inserção social; f) não existem compensações em outros níveis pessoais; g) risco de transtorno a curto prazo e alterações na conduta do desportista e de seu meio familiar.

Pacheco (2002) estudou atletas em atividade para entender as expectativas sobre a trajetória atlética e consequentemente o momento de retirada desse cenário. Entre as diversas respostas, o autor encontrou unanimidade quanto à importância do apoio familiar e dos vínculos de amizade; o afastamento da atividade esportiva trazendo enormes dificuldades de adaptação a uma nova identidade; a presença de sentimentos de tristeza, tranquilidade, frustração/realização no momento da retirada; a saudade do esporte e do reconhecimento social sendo pontos que afligem os atletas após o encerramento da carreira; a negação e a tentativa de prolongar sua permanência no meio esportivo; e quanto aos atletas próximos ao retiro, a maioria buscou orientação com familiares ou com seus respectivos técnicos, porém não procurou orientação profissional.

Em artigo de revisão, Brandão et al. (2000, p. 49) consideram que

> (...) o sucesso na transição de carreira esportiva exige a busca pela autonomia pessoal durante a carreira esportiva e a consciência sobre formas de investimento, reinvestimento e desligamento dentro e/ou fora de área esportiva. Alguns atletas negligenciam a importância desta preparação, iludidos de que a notoriedade da vida atlética irá resolver todos os seus problemas.

Os autores concluíram que seis fatores podem dificultar o processo de transição em atletas: 1) uma identidade fortemente ou exclusivamente baseada na performance esportiva; 2) uma grande diferença entre o nível de aspiração e o nível de habilidade; 3) pouca experiência com transições similares; 4) déficit emocional ou comportamental que limita sua adaptação às mudanças; 5) relacionamentos de suporte limitados e 6) necessidade de lidar com mudanças em um contexto pobre de recursos materiais e emocionais necessários.

Segundo Agresta et al. (2008), a maioria dos atletas não percebe a importância de diversas fontes de identificação em outras esferas da vida (profissão ou atividade), indispensáveis à manutenção do equilíbrio pessoal durante e após o final da carreira, e isto pode ser reforçado por técnicos, dirigentes e membros da família, pois estão mais "interessados" nos resultados (conquistados por horas de exclusiva dedicação), do que em seu crescimento pessoal e profissional.

A transição para a aposentadoria ou nova carreira são períodos estressantes por natureza e podem levar o atleta ao alcoolismo, depressão e drogas. Requerem ajustamento emocional, novo grupo social e estilo de vida.

Angústia, ansiedade e medos são sentimentos que surgem nesse período de transição, e com eles as diferentes formas de reação.

O presente estudo tem interesse em conhecer se a maneira como o atleta lidou com o momento de transição para a aposentadoria está relacionada com as mudanças e perdas durante a vida esportiva.

Rubio (1998) observou que o atleta submetido a uma rotina desgastante de treinos e jogos vê-se envolvido por questões como: ausência de contato com a família, superexposição na mídia e a impossibilidade de admitir – para si e para o público, suas fragilidades, angústias e incertezas. Corroboramos com a autora quanto à questão da relação do atleta com a mídia, pois a popularidade, a exposição na mídia e o tratamento de “astro” podem ser complicadores para atletas que rapidamente passam a ter suas vidas mudadas pela notoriedade.

Situação semelhante pode ser encontrada no universo da música. Cantores com vozes maravilhosas, mesmo tendo trabalhado por anos para aprimorar sua habilidade e lapidar o talento, são considerados abençoados pelo dom recebido. São os que – como a maioria das pessoas geniais – fazem o extraordinário parecer fácil. Mexem com emoções e passam a ser tratados como se fossem imortais. Muitos nesta situação chegam a acreditar que o tratamento recebido lhes é devido, e que estando acima de todos, se veem como imortais. Vistos como modelos de

comportamento, são facilmente perdoados quando agem de forma inadequada. Aprisionam-se neste mundo no qual os iguais não são tão iguais a eles, e suas emoções e sentimentos não são mais ouvidos; então distanciam-se das pessoas que constituíram seu entorno, os contatos são efêmeros e os vínculos não acontecem. Nesta condição se perdem de si mesmos.

Com a transição para a categoria profissional surgem as mudanças na vida do atleta: novas rotinas, casa ou clubes, cidades, e por vezes até culturas diferentes exigem que se adapte ao novo ambiente e às pessoas do atual convívio, demonstrando maturidade. Considerando que os atletas nesta situação apresentam idade aproximada à de alunos que ingressam no ensino superior, faremos algumas aproximações citando estudos a respeito.

Teixeira et al. (2008) estudaram a adaptação à universidade em calouros e perceberam que esta é uma experiência potencialmente estressora para esses estudantes. O ingresso na universidade é considerado tarefa de desenvolvimento típica da transição para a vida adulta (ao menos nas camadas sociais mais favorecidas). O ingresso no ensino superior é uma transição que traz potenciais repercussões para o desenvolvimento psicológico dos jovens estudantes. Em primeiro lugar, representa muitas vezes a primeira tentativa importante de implementar um senso de identidade autônomo, tentativa esta traduzida por meio da escolha profissional (ou tentativa de escolha), que é uma tarefa típica do desenvolvimento na passagem da adolescência para a vida adulta (ERIKSON, 1976).

Devido às transformações na rede de amizade, há a necessidade de se estabelecerem novos vínculos que podem colaborar para a adaptação. Porém, enquanto tais vínculos não se estabelecem, o jovem conta apenas com seus próprios recursos psicológicos e o apoio das redes formadas anteriormente ao ingresso da universidade (outros amigos e família) para enfrentar eventuais dificuldades que possam surgir pela frente. Ajustar-se à universidade implica, assim, integrar-se socialmente com as pessoas desse novo contexto, participando de atividades sociais e desenvolvendo relações interpessoais satisfatórias (TEIXEIRA et al., 2008).

Podemos relacionar os jovens do trabalho citado com os atletas que chegam à categoria profissional. Lembramos, como visto no trabalho dos autores acima, que essa é uma das transições de grande importância graças ao significado e momento de vida. As impressões e percepções desse momento poderão contribuir para a forma como cada um vai vivenciar as próximas transições, entre elas a do momento da aposentadoria.

Considerando também que a idade cronológica é importante na definição de *status* e papéis sociais, todavia, cada vez mais tarefas que cabem a cada geração são relativizadas e

perdem relação com a maturidade (DEBERT, 1999). Isto, somado à falta de rituais de passagem, pode dificultar a apropriação das fases da vida pelo atleta.

Silva (2007) acentua que apesar das recentes mudanças e flexibilização no mundo do trabalho, ainda vivemos uma economia baseada no capital que determina os limites entre as idades cronológicas pelas fases em que o indivíduo se encontra em relação ao mercado. Santana (2001) aponta a infância e adolescência como épocas de preparação para exercer atividades produtivas; a vida adulta, quando ocorre a participação efetiva, e a velhice, que pode ficar marcada pela aposentadoria. Contudo, esta pode ser uma etapa de descoberta de novos caminhos.

Quanto às atividades destinadas às fases da vida, cabe ressaltar a dificuldade para o atleta, pois se aposenta estando em idade produtiva, mas não mais possível para o esforço físico exigido no alto rendimento. Aposenta-se antes de ter chegado à idade que é comum para outros profissionais. Isto corrobora para o surgimento de pensamentos e sentimentos contraditórios, por haver na sociedade a ideia do aposentado como velho ou não produtivo, vale dizer, ele passa a pertencer a uma classe que não condiz com sua idade, tendo que buscar outras atividades para se sentir produzindo.

1.3 Aposentadoria – Momento final ou recomeço

A aposentadoria revela-se como um dos grandes desafios da atualidade. Mesmo despertando interesse para diversos estudos, ainda não são conhecidos ou previsíveis os comportamentos dos trabalhadores e das organizações diante desse evento.

Em alguns contratos previdenciários pode coincidir, cronologicamente, o que é definido como marco do envelhecimento, 65 anos, se bem que esta idade, tanto para o envelhecimento quanto para a aposentadoria, tem sido postergada (FRANÇA & VAUGHAN, 2008).

Em revisão bibliográfica realizada no Brasil entre 1975 e 1999, identificaram-se 232 títulos sobre o envelhecimento e a velhice dentro do enfoque gerontológico, nas diversas áreas do conhecimento. Dentre seus autores, apenas 20 abordaram os temas da aposentadoria e aposentados. A partir de 1990 houve aumento significativo de trabalhos sobre a temática do envelhecimento, especialmente nas Universidades Abertas da Terceira Idade – UnATIs, e nos núcleos de estudos sobre envelhecimento presentes em quase todas as universidades

brasileiras. A consulta aos periódicos da Capes e a análise das diversas teses de mestrado e doutorado, disponíveis nas bibliotecas virtuais da Universidade de São Paulo – USP e do Instituto Brasileiro de Informação em Ciência e Tecnologia – IBCT, mostram que muitos estudos sobre aposentadoria ainda se mesclam com aspectos do envelhecimento. Merecem destaque as seguintes pesquisas: de Santos (1990) sobre identidade e aposentadoria; a tese de Deps (1994) sobre a transição à aposentadoria com professores recém-aposentados; os trabalhos de Zanelli e Silva (1996) e França (1999, 2002) sobre os Programas de Preparação para a Aposentadoria – PPA; o artigo de Tavares e Neri (2004) sobre saúde emocional após a aposentadoria; e a tese de Bragança (2004) sobre professores aposentados na Unicamp (FRANÇA & VAUGHAN, 2008).

Ao empreender busca integrada nos diversos sites contendo trabalhos realizados em período mais recente, encontramos: 827 trabalhos onde consta a palavra aposentadoria; 87 sobre aposentadoria e envelhecimento; 65 relacionando aposentadoria e idoso; 46 abordam aposentadoria e identidade; e três sobre aposentadoria e esporte. Entre teses e artigos ressaltamos, de conformidade com o quadro abaixo:

Tabela 1: Artigos pesquisados e consultados

Autor	Ano	Assunto
Stano	2001	Identidade do professor no envelhecimento.
Martuscelli	2003	Trabalhadores e a representação social da aposentadoria.
Simões	2004	Imagem de homens aposentados na família e vida pública.
Duarte	2005	Identidade e expectativas diante da aposentadoria.
Silva	2007	Perdas e luto entre mulheres no início do processo de envelhecimento.
Agresta	2008	Causas e consequências físicas e emocionais do término de carreira esportiva.

Fonte: Trabalho da autora.

Para Vecchia et al., (2005), não obstante ser um processo natural, o envelhecimento submete o organismo a alterações anatômicas e funcionais, com repercussões nas condições de saúde da pessoa e, evidentemente, na sua qualidade de vida. Entretanto, a percepção de qualidade de vida por pessoa ou grupo transcende a esfera da saúde física, tornando este tema objeto de análise amplo e complexo, que pode englobar aspectos tais como o nível socioeconômico, o estado emocional, a interação social, a atividade intelectual, os valores

culturais, o estilo de vida, a satisfação com o emprego e/ou com atividades diárias e o ambiente onde se vive.

Um envelhecimento bem-sucedido inclui a manutenção do funcionamento físico e mental e o envolvimento com atividades sociais e de relacionamento, sendo que algumas recomendações visando a alcançar este objetivo propõem orientações sobre dieta e prática de atividades físicas e cognitivas (TAVARES et al., 2007). Embora não seja objetivo deste estudo, consideramos relevante questionar quantos serviços são oferecidos ao grande público para podermos obter qualidade de vida no envelhecimento.

Na velhice, o domínio físico pode apresentar maior influência na qualidade de vida global, mas não podem ser ignoradas as questões psicológicas e de inserção social características desta etapa da vida. Somados aos valores sociais, existem aqueles intrínsecos ao próprio sujeito, relacionados à sua história de vida, às relações com a sociedade, ao papel profissional, ao modo de enfrentamento das perdas e à adaptação às novas situações. Assim, se a pessoa ao longo de sua vida constrói outras fontes de satisfação além do trabalho, torna-se mais fácil o enfrentamento desta fase, possibilitando a reestruturação de sua identidade após se aposentar (ALVARENGA et al., 2009).

Capodieci (2000) vê a aposentadoria como marcada por crises e mudanças significativas; é, de certa forma, um marco do envelhecimento, e pode ocorrer ruptura no período da atividade laboral. A sociedade industrial tem tendência a engrandecer o indivíduo produtivo em detrimento do inativo. O reconhecimento do ser humano no ambiente social normalmente é medido pelo papel profissional desempenhado.

Antunes (2005) distingue a importância do trabalho na construção do ser social, uma vez que o homem se produz e reproduz pelo trabalho. E é a partir do dia-a-dia do trabalho que se torna ser social, diferenciando-se das outras espécies. Portanto, segundo Galindo (2004), a identidade profissional está envolta por valores subjetivos e socialmente compartilhados.

A aposentadoria, a perda do vínculo com tudo o que representa “estar trabalhando” pode ter influência na identidade pessoal, porquanto a aposentadoria acarreta modificações nas relações instituídas entre o indivíduo e o sistema social. A aposentadoria pode trazer para as pessoas um conjunto de perdas envolvendo valores relevantes, tais como o convívio com os colegas, o *status* social de pertencer a uma organização, o poder de exercer influência sobre os outros, assim como a própria rotina como referencial de existência (UVALDO, 1995).

Magalhães et al. (2004) asseguram que a aposentadoria oficial, aquela em que a pessoa se aposenta por tempo de trabalho, e não por motivo de doença, representa o encerramento de uma carreira formal, abrindo espaço para a escolha de novas alternativas. Notamos que, para algumas pessoas, há uma tendência de procurar atividades que proporcionem a reinserção em diversos grupos sociais, levando-as à adaptação a uma nova realidade psicossocial. Para os autores, o processo de aposentaria pode também ser vivenciado como ruptura imposta pelo mundo externo, gerando frustração e sentimento de esvaziamento, visto que o trabalho está fortemente associado à identidade. Assim, devemos ressaltar que quando a aposentadoria é representada de forma negativa, pode ocasionar comprometimentos na estrutura psíquica da pessoa.

Um estudo realizado com 24 sujeitos, um mês antes e entre seis a oito meses após a aposentadoria, mostrou que as pessoas que consideraram este evento como marco de transição para a velhice não mantinham grandes aspirações e novos projetos. Porém, quando o trabalho foi associado ao estresse, os sujeitos estudados experimentaram a aposentadoria como fase de descanso e lazer, demonstrando aceitação mais tranquila do término da vida laboral. Em alguns casos, a aposentadoria pode levar a pessoa à conscientização de que atingiu um estágio específico do desenvolvimento, que é a velhice, adquirindo então o caráter de sinalizador do envelhecimento.

Rodrigues et al. (2005) afirmam que na sociedade capitalista, o trabalho não se constitui apenas como fonte de renda. É por meio desta atividade essencialmente humana que a pessoa organiza seus horários, sua rotina, estabelece planos, metas e aspirações, constrói seus laços afetivos, exerce sua criatividade, garante sua independência e expressa sua produtividade. O trabalho é importante elemento na construção da identidade pessoal. Exemplo disto é o enfoque dado à ocupação profissional quando nos apresentamos a alguém. Deste modo, se para alguns a aposentadoria é assimilada de forma positiva, proporcionando reorganização da vida, para outros é significativamente prejudicial, podendo afetar sua estrutura psíquica. Este comprometimento pode se manifestar por meio de sentimentos e sintomas como ansiedade, depressão, irritabilidade e insatisfação generalizadas, ocasionando redução da qualidade de vida presente até aquele momento.

Conforme os autores, no modo de produção capitalista, que idolatra a produção e aliena o trabalhador do seu processo de produção, a aposentadoria é frequentemente vivenciada como a perda do próprio sentido da vida, uma espécie de morte social. A reação da pessoa diante da aposentadoria está diretamente ligada à história de vida, às relações com a sociedade, sobretudo com o papel profissional, e ao modo de enfrentar perdas e de adaptar-se

às novas situações. Sendo assim, é possível ter uma prévia percepção de como a pessoa irá vivenciar o desligamento do trabalho se compreendido o lugar que este ocupava em sua vida (RODRIGUES et al., 2005).

Estudos foram realizados sobre a atividade esportiva procurando associar a aposentadoria do atleta com a de outros trabalhadores.

Brandão et al. (2000) indicam que os modelos teóricos para explicar a transição de carreira esportiva se originam da tanatologia e da gerontologia social. Baseados nos trabalhos de Klüber Ross, os autores descrevem a teoria sobre tanatologia: 1- "Morte social" – compara-se a aposentadoria de um atleta à perda da função social e ao ostracismo; 2- "Consciência social" – está ligada ao processo de crescente conscientização do atleta à aposentadoria; 3- "Fases da morte" – estão presentes as fases de negação e isolamento, raiva, depressão e, por fim, a possível aceitação do fim da carreira.

Os estudos baseados na gerontologia social (estudos dos processos de envelhecimento) apresentam os seguintes modelos teóricos: atividade; subcultura; continuidade; desligamento; colapso social e permuta.

A teoria da atividade sugere que o atleta, após seu afastamento, deveria substituir o papel de atleta por novos a fim de se manter ativo e em equilíbrio durante toda a sua vida. A teoria da subcultura prega que a interação social durante a vida atlética daria capacidade ao indivíduo de manter um padrão menos ativo, ajustado à fase da aposentadoria. A teoria da continuidade defende que o atleta mantenha um modelo estável de conduta durante o processo de afastamento. De acordo com a teoria do desligamento, haveria a necessidade de o aposentado se afastar do esporte e dos atletas. A teoria do colapso social acentua que os atletas, ao se aposentarem, ficam sujeitos ao julgamento social. Finalmente, a teoria da permuta recomenda que os atletas, ao envelhecerem, reorganizem suas atividades de forma que a energia restante possa gerar o máximo de retorno (BRANDÃO et al., 2000).

De acordo com os autores, esses modelos teóricos encontraram alguns parâmetros de aplicação na aposentadoria atlética. No entanto, essas perspectivas (gerontológica e tanatológica) mostraram-se limitadas e foram criticadas porque tinham a tendência de identificar a aposentadoria como evento único. Surgiram novas teorias que caracterizaram a aposentadoria do atleta como processo e não mais como acontecimento isolado.

Martini (2012) acrescenta que modelos teóricos devem ser entendidos não como fórmulas mágicas capazes de resolver ou explicar todos os problemas de transição atlética,

mas como uma base efetiva do trabalho do psicólogo do esporte para que uma intervenção possa se transformar de fato em intervenção terapêutica.

Foram apresentadas reflexões sobre aposentadoria, relacionadas à meia idade e ao esporte. Embora a questão da idade da aposentadoria dos atletas seja o diferencial em relação a outras profissões, os estudos citados mostram que a realização de pesquisas como tentativa de compreender o momento de transição para diversas profissões pode permitir a compreensão da realidade do atleta.

Em relação a atletas de alto nível, há a agravante de que estes buscam sempre a superação de seus limites, resultando em sofrimento físico e podem, como consequência, apresentar desgaste e lesões físicas, que acabam por acarretar a aposentadoria ainda mais precoce.

Por outro lado, não é raro encontrar indivíduos que, a partir da aposentadoria, relatam ter descoberto nova e saudável fase de vida, passando a dedicar tempo para si mesmos, com novos conhecimentos, viagens, hábitos mais saudáveis e entretenimento. Procurando ouvir pessoas que se encontravam nessa situação, foi possível entrar em contato com depoimentos que elucidam quanto essas pessoas, agora aposentadas de suas profissões, encontraram no esporte um caminho para continuar se desenvolvendo, sentindo-se mais confiantes com as conquistas, obtendo melhor qualidade de vida, novo grupo social e melhora nas relações com outras pessoas. Consideram a aposentadoria uma etapa prazerosa e um recomeço.

A aposentadoria, como qualquer situação de mudança, pode ser evento desencadeador de ansiedade, ameaçando o equilíbrio psicológico. Foi possível, por conversas e entrevistas nos meios de comunicação, ouvir de ex-atletas que após a aposentadoria: a) sonham que ainda estão em atividade; b) têm dificuldade para se acostumar com o desempenho de outros papéis, mesmo aqueles em que já realizavam outra atividade antes da aposentadoria; c) não suportam ver outros que no momento atual ocupam o lugar que lhes pertenceu; d) não conseguem manter o peso; e) têm preocupação em manter a forma física; f) têm necessidade de sentir vigor físico; g) ocupam-se com outra atividade que não esteja envolvida com o esporte; h) sentem fortes dores; i) estão aliviados por não sentirem as dores de antes; e j) sentem a perda de não receberem comentários da mídia. Em relação a esta última afirmação, podemos citar o exemplo do craque Friendenreich, que morreu em setembro de 1969, “esquecido, extremamente magoado com o futebol porque as pessoas não se lembravam mais dele”, como relata o historiador Alexandre Costa (jornal O Estado de S.Paulo, 6/11/2011).

1.4 Perdas e processo de luto

Ao longo de todo o processo de desenvolvimento da pessoa ocorrem mudanças, situações de perdas e mortes concretas ou simbólicas, que conduzem a um processo de luto. Aprendemos por teorias ou experiência vivida que diante da perda de pessoas com as quais possuímos vínculo passamos por processo de luto. A despeito deste conhecimento, procuramos evitar afirmar que diante da transição ou do momento da aposentadoria atletas teriam dificuldades, sentimentos ambivalentes ou contraditórios. Sem partir de ideias preestabelecidas, buscamos perceber o que havia de mais amplo no relato dos colaboradores desta pesquisa. Inicialmente questionávamos a necessidade de abordar o tema com destaque, porém a partir das entrevistas este capítulo ganhou significado especial.

Na intenção de trazer autores e algumas considerações sobre o olhar para o luto, baseamo-nos em Franco (2010), em seu livro *Formação e rompimento de vínculos*, para as considerações sobre o tema. Não tentamos classificar os tipos de luto. A autora considera que o tema é inesgotável exatamente pela sua constante atualização, e deve ser estudado pelos que são sensíveis às demandas do mundo em que vivem. Ela apresenta a história dos estudos sobre o luto, chegando aos significados que o mundo contemporâneo deu ao fenômeno.

No dizer da autora, no século XVII, mais precisamente em 1621, Robert Burton em suas publicações entendia que o pesar gerado por uma perda era sintoma e causa principal da melancolia, hoje definida como depressão clínica. Nos séculos XVII e XVIII, o luto era considerado causa de morte e prescreviam-se medicações para quem fosse diagnosticado com luto patológico. Em 1835, Benjamin Rush, médico americano, receitava ópio para enlutados e trouxe, pela primeira vez, a denominação de “coração partido” para a condição que levava indivíduos enlutados à morte por problemas cardíacos.

Freud (1915,1917), no texto ‘Luto e Melancolia’, apresenta o luto como reação à perda de um ente querido:

> (...) passando a exigir que toda a libido seja retirada de suas ligações com aquele objeto... Executada pouco a pouco, com grande dispêndio de tempo e de energia catexial, prolongando-se psiquicamente, nesse meio tempo, a existência do objeto perdido (FREUD, 1915-1917/1974, pp. 276-277).

Como suas análises foram feitas no período histórico da Primeira Guerra Mundial, Freud teve a possibilidade de identificar muitos sintomas psiquiátricos ou transtornos pós-traumáticos, tendo sua obra se tornado uma das referências fundamentais para o estudo do luto.

Embora essas primeiras visões a respeito do luto tenham tido grande influência sobre a conceituação do processo, "sobretudo na ênfase colocada nos aspectos emocionais e fisiológicos, deixou-se de considerar componentes sociais, culturais e espirituais na totalidade do fenômeno e contribuiu, em grande parte, para sua patologização" (FRANCO, 2010).

A autora acrescenta que foi exatamente no cenário da Segunda Guerra Mundial que novas visões sobre o luto se apresentaram. Em 1941, Kardiner publicou obra na qual aborda o sofrimento daqueles expostos a situações contínuas de risco de vida, com consequências para a saúde como um todo. Em 1944, Lindemann trouxe definição de luto normal, destacando os efeitos indesejáveis da repressão do luto. Foi o autor que primeiro falou sobre luto antecipatório. Desde essa época, contamos com as contribuições de John Bowlby e a teoria do apego para compreensão dos processos de formação e rompimento de vínculos. Para este autor, há uma relação íntima entre os primeiros vínculos estabelecidos e a forma de lidar com perdas e separações. Vínculos ansiosos, ambivalentes e afastamentos precoces dos pais podem aumentar a probabilidade de dificuldades nos processos de luto, de depressão e outros distúrbios (BOWLBY, 2001).

Na visão de Bromberg (1996, 1998), o luto é uma situação de crise, pois a perda abala psicologicamente o indivíduo, o funcionamento familiar, e cria desequilíbrio entre a quantidade de ajustamentos exigidos e os recursos de que dispomos no momento. Esta é uma situação que pode ser aterrorizante, surgindo reações como depressão, isolamento, ansiedade, perda de interesse e inibição das atividades. Bromberg aponta ainda que estas respostas esperadas podem progredir para processos de um luto mal-elaborado quando, por exemplo, a expressão dos sentimentos é adiada ou negada.

Para Parkes (1993, 1998), quando um evento exige mudanças profundas nas concepções sobre o mundo e sobre si mesmo, ocorrem processos de luto em fase de transição. A pessoa precisa revisar e modificar seus hábitos, crenças e pensamentos construídos ao longo de muitos anos, o que demanda tempo e muita energia. Devemos pensar no luto como processo, pois "envolve uma sucessão de quadros clínicos que se mesclam e se substituem" (PARKES 1998, p.24). Entre estes quadros, pode estar uma primeira reação de entorpecimento e negação, durante a qual há uma sensação transitória de irrealidade e de despersonalização. As outras reações incluem raiva e irritação generalizadas, hiperatividade e

busca da pessoa perdida, pensamentos recorrentes sobre a perda na tentativa de encontrar um sentido para a vida.

O trabalho do luto é árduo, pois o modelo interno de mundo foi radicalmente modificado; é preciso abrir mão da identidade anterior e encontrar uma nova. O autor considera que a pessoa passa a se encontrar em uma situação desconhecida:

> (...) há novas experiências e papéis para enfrentar e ela precisa aprender um novo modelo de mundo e um novo repertório de soluções de problemas para que possa voltar a sentir-se segura e à vontade (...) começar de novo significa encontrar novas soluções e novos meios para predizer e controlar o que pode acontecer na vida (pp.120-121).

Em revisão realizada por Franco (2010), vemos que o tempo não é a única medida a ser considerada quando estudamos luto ou quando nos deparamos com uma pessoa enlutada que requer cuidados. A tendência atual dos estudos sobre o luto visa a reaprender o mundo, buscando construir e encontrar significados, e não concentrar a atenção em suas fases. Embora continue sendo um processo, é vivido em sua singularidade, assim como é singular a relação rompida que o precedeu. É um processo que permite revisões de identidade nas relações sociais, nas relações com o morto e no sistema de crenças, e o luto pode ser considerado como processo de transição psicossocial.

Encontramos estudos que apontam para um leque de possibilidades referentes ao tema: a concepção de pensar no luto a partir da perspectiva de construção de significado; a possibilidade de manter vínculos contínuos, em oposição à necessidade de desligamento da pessoa falecida, questionando sua função no processo de luto saudável. A abordagem para determinar a adaptabilidade de um vínculo contínuo está em tentar identificar o que pode ser continuado e o que precisa se abandonado, e não simplesmente continuar ou romper o vínculo; neste caso, buscamos a reconstrução da relação com o falecido.

Há o modelo do processo dual do luto, que consiste em oferecer estrutura analítica para entender como as pessoas se adaptam à perda de alguém significativo. Embora o modelo do processo dual incorpore o princípio do trabalho do luto, ele se estende identificando dois movimentos: orientação para a perda e orientação para a restauração/reparação. É importante ressaltar que esse movimento ocorre por oscilações (como um processo regulatório necessário), não é linear e não acontece simultaneamente nos dois âmbitos – o enfrentamento ou é orientado para a restauração/reparação ou para a perda (STROBE & SCHUT, 1999, 2001).

Na busca de compreensão dos relatos dos colaboradores desta pesquisa, consideramos relevante acrescentar contribuições relacionadas às perdas, separações e mortes simbólicas, podendo fazer aproximações e relação se olharmos para o ex-atleta como aquele que perdeu uma situação e atividade com a qual tinha forte vínculo, chegando a construir uma identidade.

Kovács (1992) assinala que uma perda é significativa quando ocorre o rompimento de um vínculo anteriormente existente e definimos o luto como o trabalho psíquico de elaboração desta perda, com o qual o indivíduo reorganiza sua vida. Este processo envolve um percurso gradual de aceitação da perda e ressignificação de relações, atividades e papéis, na busca de um novo equilíbrio.

Assim, Silva (2007) destaca que as chamadas mortes simbólicas são as diversas situações em que se desfaz um estado conhecido, provocando mudanças intensas e exigindo readaptação. Segundo Kovács (1992, pp.163-164), elas *"podem despertar angústia, medo, solidão e, neste ponto, trazem alguma analogia com a morte"*. São, por exemplo, as perdas por separação, rompimento, distanciamento, ou mesmo por situações positivas, mas que provocam grandes mudanças, como as fases do desenvolvimento, o casamento ou o nascimento de um filho.

A autora considera que tanto as experiências mais "dolorosas" como as mais "festivas" envolvem perdas, medo, tristeza pelo que está sendo deixado, mas principalmente nas "festivas' existe o aspecto propulsor concretizado no novo, no desconhecido. Manter-se no estado anterior – a eterna criança, o estudante perene – pode representar estagnação e, portanto, também um tipo de morte. Esta transição pode ser recheada de ambivalência – ser criança, brincar, ser irresponsável, dependente é prazeroso, além de ser uma situação já conhecida e protegida.

As separações e perdas são companheiras constantes na vida do ser humano e ninguém pode afirmar que nunca as viveu. A separação é uma experiência universal que todos conhecemos e vivemos desde a mais tenra infância. Embora seja universal, ela é tão particular e peculiar que a sua história individualiza cada ser humano. Para a autora:

> (...) a separação se faz entre vivos... o risco da separação depende da possibilidade de se perder, junto com o perdido, o significado da vida, quando este está em parte depositado no outro. Aí o desespero pode tomar conta da pessoa. A separação provoca uma mutilação, um pedaço do Ego que se vai, e com isso ocorre um abalo na identidade, uma nova tem que se formar, agora sem o outro (KOVÁCS, 1996, p.15).

Mishara e Riedel (1994) acrescentam que é possível ampliar a noção de luto por morte para qualquer transformação, relativa ou absoluta, que modifique negativamente uma condição anterior provocando o processo de luto.

É o que pode ocorrer com os atletas em fase de transição para a aposentadoria, agora já não ocupando o lugar profissional como antes; podem passar a negar ou evitar pensar e falar no assunto. Pois a aposentadoria não se trata da morte concreta, e sim da separação de uma atividade ou papel desempenhado que constitui a própria personalidade e identidade. Ressaltamos a importância do respeito ao atleta ou profissional de outra área que se aposenta, por considerarmos que eles têm todo o direito de vivenciar o luto, mas sabemos que este fenômeno pode não ser compreendido por atletas mais jovens e em plena atividade.

Vivenciar as separações e perdas, com diferentes sentimentos que estarão presentes é um processo que embora aconteça com todos os atletas, é único e pessoal, assim como a possibilidade de construir uma nova etapa da vida a partir do que foi vivido. Começar nova vida ou etapa será consequência da vivência desse processo. A partir dessas relações, o presente estudo tem como finalidade: conhecer a vivência da transição para a aposentadoria, como vivenciar as perdas ao longo da vida esportiva, a possível relação com o momento da perda e separação da atividade profissional desenvolvida até então, e a busca por uma nova ocupação.

2 OBJETIVOS

Esta pesquisa tem os seguintes objetivos:

2.1 Objetivo geral

- Investigar a experiência do momento vivido da transição para a aposentadoria em atletas profissionais de diferentes modalidades esportivas.

2.2 Objetivos específicos

a) Investigar a existência de planejamento ou orientação para o momento da transição para a aposentadoria;

b) Conhecer como os atletas enfrentaram as mudanças e perdas presentes ao longo da vida profissional;

c) Investigar a busca de suporte para enfrentar a transição para a aposentadoria;

d) Produzir informações e reflexões que possam, a partir dos dados coletados, gerar propostas teóricas e intervenções psicológicas para oferecer apoio e suporte a atletas após a parada da atividade esportiva como profissionais.

3 MÉTODO

3.1 Pesquisa Qualitativa

Consideramos a abordagem qualitativa como a mais adequada para a presente pesquisa, cujo objetivo é ampliar o conhecimento e aprofundar a compreensão sobre a experiência da transição para a aposentadoria vivida por atletas profissionais. O estudo do fenômeno em questão requer planejamento flexível, de modo a permitir a aproximação dos diversos aspectos observados (SELLTIZ et al., 1975).

Bogdan & Bilken (1994) atestam que o aspecto comum entre as diferentes formas de pesquisa qualitativa é a busca de condições para o entendimento da realidade, hipóteses e questões para apreender mais a fundo as experiências e os comportamentos humanos.

Pesquisas de cunho qualitativo possibilitam incorporar a questão do significado e da intencionalidade como inerentes aos atos, às relações e às estruturas sociais, levando em conta a subjetividade como essencial ao entendimento do fenômeno estudado. A investigação qualitativa requer como atitudes: abertura, flexibilidade e capacidade de observação, sendo o pesquisador e colaboradores os atores sociais envolvidos (MINAYO, 2000).

Conforme Chizotti (2001), a abordagem qualitativa caracteriza-se pela delimitação do problema pouco a pouco; pela participação do pesquisador no conhecimento a ser produzido na relação com o colaborador da pesquisa; pelo caráter dinâmico da relação, na qual ambos se modificam e são modificados; pela visão dos dados obtidos como fenômenos que se dão na própria relação entre eles.

O método qualitativo de pesquisa é recomendado em estudos, nos quais o pesquisador não conhece as variáveis que serão estudadas. Utilizamos este método principalmente quando conceitos ou fenômenos necessitam ser mais estudados (CRESWELL, 2003). Este é o caso da presente pesquisa, em que há poucos estudos que abordem a temática a ser estudada a partir da qualidade da transição para a aposentadoria vivenciada por atletas profissionais.

Martins e Bicudo (1994, p.101) ressaltam a importância de compreender que pesquisador e colaborador estão dialética e essencialmente ligados, e que a objetividade científica humanamente realizável e significativa é a busca pela intersubjetividade: “o

pesquisador ao mesmo tempo em que descobre, atribui significado àquilo que está descobrindo e vendo".

O foco deste estudo é captar o ponto de vista dos participantes a respeito do que foi investigado, ou seja, como atletas profissionais relatam e interpretam os acontecimentos vividos anteriormente e durante o processo de transição para a aposentadoria. Definindo transição como trajetória, passagem de um lugar para outro, mudança de fase (DICIONÁRIO AURÉLIO, 1975), consideramos como transição desde os primeiros pensamentos que o atleta consiga recordar a respeito da aposentadoria. Lembramos que a memória da fase de transição vivida pode estar influenciada dependendo de como o atleta vive os momentos após a aposentadoria, como a vida está organizada, se há satisfação na nova fase, ou por ter sentido alívio devido às dores presentes.

Para Rockwell (1987), o pesquisador deve manter-se constantemente em dúvida e dar a possibilidade para que as relações que desenvolve no campo possam transformá-lo. O conhecimento seria o embate entre a teoria já conhecida e a realidade apreendida pelo trabalho de campo. O conhecimento busca a conceitualização a respeito do que se investigou em campo, sempre analisando no contexto baseado numa teoria prévia e no trabalho minucioso de análise dos dados. O conhecimento é obtido pelo pesquisador e por todos que participaram da pesquisa e que conseguiram compartilhar com o pesquisador novas facetas do fenômeno estudado.

3.2 Participantes e local das entrevistas

Minayo (2000) elege os seguintes critérios de escolha de participantes em pesquisa qualitativa:

> a) privilegia os sujeitos sociais que detêm os atributos que o investigador pretende conhecer; b) considera-os em número suficiente para permitir uma certa reincidência das informações, porém não despreza informações ímpares cujo potencial explicativo tem que ser levado em conta; c) entende que na sua homogeneidade fundamental relativa aos atributos, o conjunto de informantes possa ser diversificado para possibilitar a apreensão de semelhanças e diferenças; d) esforça-se para que a escolha do lócus e do grupo de observação e informação contenham o conjunto das experiências e expressões que se pretende objetivar com a pesquisa (p.102).

Com base nas ideias propostas por Minayo, foram participantes desta pesquisa atletas profissionais de ambos os gêneros, que já se aposentaram das competições, e que tenham praticado esportes pelo período de seis a dez anos, por ser este um período reconhecido como base para a formação de um atleta. Participaram atletas de diferentes modalidades esportivas, pois não pretendemos restringir a compreensão a uma categoria esportiva, e sim conhecer a individualidade e singularidade relatada pelos participantes, e a partir dela observar se há tendências mais gerais no que se refere à fase de transição para a aposentadoria de atletas profissionais.

Os atletas foram convidados a partir da conveniência, proximidade e indicação de pessoas conhecidas do meio esportivo. As entrevistas foram realizadas em locais de fácil acesso para os colaboradores, desde que o ambiente não comprometesse a qualidade e o objetivo do encontro.

O número de colaboradores não foi definido *a priori*; levamos em conta a disponibilidade dos atletas de participação no período estabelecido para a coleta dos dados: de outubro a dezembro de 2012.

Colaboraram seis atletas. O critério para exclusão caracterizou o fato de o atleta ter-se aposentado exclusivamente por ter tido lesão que abruptamente o impediu de realizar a prática esportiva, observando que atletas podem ter dores, desgaste físico e lesões, mas para esta pesquisa este não será motivo exclusivo que tenha levado à aposentadoria.

3.3 As entrevistas

Com vistas à coleta de dados, optamos por entrevistas abertas, pois isto permitiu investigar como um determinado tema – a experiência do momento vivido de transição para a aposentadoria de atletas profissionais – aparece na perspectiva dos participantes, o que consideram significativo em suas experiências.

As investigações que se voltam para uma análise qualitativa têm por objeto situações complexas ou estritamente particulares e possibilitam, em maior nível de profundidade, o entendimento das particularidades do comportamento das pessoas.

A entrevista é um instrumento adequado para a obtenção de conhecimentos sobre assuntos complexos, emocionalmente carregados, ou depoimentos para conhecer os

sentimentos subjacentes (SELLTIZ et al., 1975). Está entre os principais instrumentos de trabalho na perspectiva qualitativa, pois permite o aprofundamento em assuntos de natureza pessoal e íntima, e em temáticas de natureza complexa (LÜDKE & ANDRÉ, 1986).

A entrevista é uma relação particular que ocorre entre duas ou mais pessoas, incluindo a atitude e identificação do entrevistador, do entrevistado e sua estrutura de conduta, traços de caráter, ansiedades e defesas. Portanto, é uma relação interpessoal que aborda a interação entre os participantes, o processo de comunicação e a ansiedade; visa a obter dados do comportamento do entrevistado no momento da entrevista. O entrevistador utiliza suas funções de escutar, vivenciar e observar para compreender o comportamento do entrevistado. Em entrevistas abertas, a relação entre entrevistador e entrevistado delimita e determina o campo da entrevista e tudo o que nela acontece, porém, o entrevistador deve permitir que o campo da relação interpessoal seja predominantemente estabelecido e configurado pelo entrevistado. O pesquisador deve manter-se receptivo e respeitar o *timing* do entrevistado para que se configure o campo da entrevista (BLEGER, 1975).

Martins & Bicudo (1989) denotam que a entrevista é um encontro social, e pela empatia, intuição e imaginação é possível ter acesso às representações do sujeito a respeito do tema pesquisado.

O contexto da relação entre colaborador e pesquisador determina a qualidade das informações coletadas; assim, o envolvimento e a motivação dos colaboradores são essenciais. O instrumento de coleta é entendido como ferramenta que promove a troca e a interatividade e não só a obtenção de dados objetivos (REY, 2000).

Inspirados nos autores citados, procuramos ver como cada indivíduo experimenta e conhece sua realidade. A partir da compreensão dos relatos das diferentes vivências a respeito da mesma situação tivemos uma visão mais aprofundada do fenômeno, a experiência da transição para a aposentadoria em atletas profissionais. Na realidade, havíamos realizado uma entrevista-piloto que nos permitiu pensar no processo e incluir alguma pergunta para a obtenção dos objetivos, porém não foi incluída nas análises em conjunto com as demais.

3.4 Instrumento

A entrevista aberta foi o instrumento utilizado neste estudo. Iniciou-se com a pergunta disparadora: *Como foi a sua experiência no período de transição para a aposentadoria?* Buscamos facilitar a expressão livre do entrevistado com uma escuta atenta e só foram feitas intervenções que estimulassem o aprofundamento do relato. Consideramos, durante a entrevista, também a percepção de dados não verbais, como postura e gestos que pudessem contribuir para facilitar o esclarecimento.

Entendendo que o método qualitativo difere do quantitativo por não empregar instrumental estatístico como base do processo de análise de um problema (RICHARDSON, 1999), procuramos incluir na entrevista questões que pudessem dar a ideia de o lócus de controle (BOTTER, 1966)[*] ser interno ou externo. Utilizamos o conceito de lócus-controle numa perspectiva qualitativa. Ao final do relato dos colaboradores, perguntamos ao atleta se os acontecimentos durante sua vida ocorreram devido às suas habilidades e atitudes ou se considera que foi por elementos externos.

3.5 Procedimento

Antes da realização das entrevistas, o projeto de pesquisa foi submetido ao Comitê de Ética de Pesquisa com Seres Humanos do Instituto de Psicologia da Universidade São Paulo – CAAE: 06911612.0.0000.5561.

A partir do contato com amigos do meio esportivo e jornalístico, foi possível chegar até os ex-atletas para a realização do convite.

Após contato por telefone ou e-mail, marcamos o local e a hora para a realização da entrevista.

Após o aceite para a participação na pesquisa, os colaboradores foram informados e esclarecidos quanto aos objetivos e conteúdo deste estudo, sendo-lhes entregue o Termo de

[*] Trata-se um inventário de autopreenchimento que diz respeito à percepção sobre as fontes de controle interna e externa sobre os eventos que acontecem na vida das pessoas (ROTTER, J. B. 1966). Dela Coleta (1979) traduziu o referido instrumento para a língua portuguesa, aplicou-o em sua pesquisa no Brasil e verificou que os resultados obtidos foram similares àqueles encontrados por Rotter.

Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). As entrevistas foram gravadas, transcritas na íntegra e apresentadas em anexo.

3.6 Compreensão dos dados

Os relatos foram compreendidos como experiências vividas pelos colaboradores. A abordagem fenomenológica de pesquisa foi elemento de inspiração – buscamos uma aproximação da compreensão do fenômeno da experiência de transição para a aposentadoria em atletas profissionais.

Forghieri (1993) explicita a importância de haver dois momentos na compreensão dos relatos:

1) Envolvimento existencial: em que o pesquisador deixa de lado o que já sabe sobre o assunto e se abre para a vivência de modo espontâneo e experiencial, procurando sair de uma atitude intelectualizada, permitindo fluir a intuição, a percepção, sentimentos e sensações. Estas atitudes levam a uma compreensão global, intuitiva, pré-reflexiva da vivência do entrevistado, apreendendo como este significa a situação vivida de acordo com seu próprio modo de existir.
2) Distanciamento reflexivo: o pesquisador procura se distanciar para refletir sobre o que captou do fenômeno, numa tentativa de descrever o sentido ou significado daquela vivência.

Giorgi (1985) propõe os seguintes passos:

1) Leitura geral da entrevista transcrita, para ter um sentido do que foi apresentado;
2) Uma nova leitura com o objetivo de obter “unidades de sentido”, sempre com foco no fenômeno estudado;
3) Uma vez delineadas, as unidades de sentido foram revistas para ver as que eram mais reveladoras do fenômeno sob consideração;
4) Por último, sintetizamos as unidades de sentido em uma declaração consistente relacionada com a experiência do sujeito. Essa declaração é a “estrutura da experiência” (GIORGI, 1985, apud MOREIRA, 2004). Conforme relata Giorgi, as

entrevistas desta pesquisa foram analisadas inicialmente estabelecendo categorias temáticas que refletiram de maneira mais fidedigna possível a experiência de cada participante. Posteriormente foram levantadas as tendências comuns que se apresentaram nos relatos, seguindo o modelo proposto pelo autor.

5) Comparamos as análises compreensivas individuais, verificando se havia elementos comuns e elementos singulares. Na discussão, buscamos diálogos entre os relatos dos colaboradores e o que foi produzido por outros pesquisadores e teóricos na literatura da área, com o intuito de aprofundar as reflexões.

3.7 Considerações Éticas

Com base na resolução nº 196 de 10/10/1996, do Ministério da Saúde, sobre diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas que envolvem seres humanos, a presente pesquisa foi realizada de acordo com as seguintes considerações éticas:

- Os participantes foram atletas de ambos os gêneros que haviam praticado a modalidade por cerca de seis a dez anos, como profissionais em uma modalidade esportiva.
- Foram esclarecidos quanto aos objetivos e procedimentos da pesquisa, deixando claro que sua participação era totalmente voluntária, estando garantida a possibilidade de deixarem de participar a qualquer momento se considerassem oportuno.
- Atribuímos a eles nomes fictícios e garantimos o sigilo das informações e do anonimato, pela omissão de nomes e dados que pudessem identificar os participantes, ainda mais porque alguns são conhecidos do público. Para escolha do nome fictício foi indagado de cada colaborador qual nome gostaria de escolher para contar sua história.

Em caso de interesse, os colaboradores poderiam entrar em contato tanto com a pesquisadora como com a orientadora da pesquisa, por meio dos contatos apresentados no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Constava do mesmo documento o endereço para dar apoio ou atendimento se o participante estivesse interessado ou necessitado.

Foi esclarecido que não haveria riscos ou despesas com a participação na pesquisa.

Após os esclarecimentos, foi solicitada a assinatura de um termo de consentimento em duas vias, uma para a pesquisadora e outra para o participante.

Procuramos observar, ainda, os seguintes cuidados:

- atenção e respeito a algum desconforto, sofrimento e aos sentimentos que os colaboradores pudessem estar vivendo naquele momento;
- respeito e aceitação sobre o que foi dito nas entrevistas e na análise dos dados;
- utilização das informações obtidas somente para fins acadêmico-científicos, não divulgando os dados de forma aleatória;
- disponibilização de contato com a pesquisadora, caso tivessem algum comentário a respeito da entrevista.

O projeto foi submetido ao Comitê de Ética de Pesquisa com Seres Humanos do Instituto de Psicologia –Parecer nº 122.209.

4 VIVÊNCIA E ANÁLISE

Neste capítulo apresentamos a história dos participantes, impressões da pesquisadora ao realizar as entrevistas e partes do relato de cada participante, categorizadas por temas. Em cada temática registramos as frases ditas pelos participantes.

Abaixo há um quadro resumido com algumas informações dos participantes para possibilitar melhor a consulta. A ordem da realização das entrevistas, da apresentação de cada história, das categorias temáticas e em seguida das compreensões é a mesma da tabela a seguir:

Tabela 1. **Participantes**

Participante	**Felipe**	**Beto**	**Gabriel**	**Carla**	**Ricardo**	**Beatriz**
Idade	41	36	59	49	45	44
Nacionalidade	Brasileira (naturalizado)	Brasileira	Argentina	Brasileira	Brasileira	Brasileira
Escolarização	Ensino fundamental	2º grau incompleto	Superior incompleto	Pós-graduada	Superior incompleto	Superior incompleto
Gênero	Masculino	Masculino	Masculino	Feminina	Masculino	Feminino
Modalidade	Tênis	Futebol	Basquete	Basquete	Judô	Vôlei
Aposentado	Sim	Sim	Sim	Sim	Sim	Sim
Ocupação Atual	Comentarista de TV	Empresário	Comerciante	Professora universitária	Professor e cargo público	Coordenadora de projeto social

Fonte: Trabalho da autora.

4.1 Felipe

Felipe foi tenista, nasceu em um país da América do Sul, mas se naturalizou brasileiro. A primeira vez que considerou parar foi em 2001, ao sair de um jogo que perdera e pensou que era o fim. Chegou a dizer ao seu pai, que raramente viajava com ele, mas o acompanhava nesse torneio, que havia sido seu último jogo. Após conversa com um técnico, que gostaria que fosse seu treinador, este disse que não era o momento de parar e que deveria planejar como deixar as quadras. Seguiu carreira por dois anos com esse técnico, que prometeu cuidar de toda a parte extraquadra, como viagens e hospedagens, e também de seu treinamento, que sofreu mudanças. Era exigido 100% dentro da quadra, mas ele tinha mais tempo de folga e distração. Recorreu a um profissional do *marketing* que o ajudou, avaliando o mercado para as possibilidades futuras quando se aposentasse. Esse profissional sugeriu que fizesse a experiência de gravar programa de TV. O mesmo técnico que o convenceu a jogar por mais dois anos, percebeu o momento em que Felipe parecia não estar aguentando o cotidiano e o auxiliou a escolher um campeonato para que fizesse sua última participação e em seguida se aposentasse. Assim, considerando o fato de Felipe ser naturalizado brasileiro, foi escolhido o Campeonato Panamericano, no qual conquistou medalha de ouro, encerrando sua carreira num ponto alto. Vivenciou dúvidas, a falta, a perda e sentimentos como o medo do não reconhecimento na aposentadoria. Teve que lidar com as perdas e reconhece quanto foi difícil esse aprendizado durante a carreira, no momento de parada e depois. Hoje, aos 41 anos de idade, sente-se seguro, segue o coração, assim como sempre fez, para fazer novas escolhas.

Minhas Impressões

Felipe foi receptivo desde o primeiro contato, comentou na entrevista que como é muito solicitado prefere ouvir e conversar ao telefone para decidir se aceita participar.

Expressões faciais e gestuais acompanham o relato de sua história. Repetidas vezes Felipe refere-se às pessoas que o ajudaram, com as quais mantinha relação profissional e afetuosa, dando a impressão de que é querido e admirado por muitos.

Percebemos que em diferentes momentos partia de situações gerais ou do exemplo de outras pessoas até falar de si mesmo, utilizava o termo “o atleta”, generalizando o ocorrido na

tentativa de explicar suas experiências, e ao notar como conduzia sua narrativa, ficamos em posição de espera e respeito ao seu tempo. Realizamos algumas intervenções, sempre de forma compreensiva, usando suas próprias palavras com o propósito de facilitar a empatia e a fim de que se sentisse à vontade para relatar seus sentimentos. Desta forma, pudemos observar pouco a pouco quanto expressava vários sentimentos que permearam o momento de transição.

Só fez referência aos pais quando, a partir de uma intervenção, perguntamos qual foi o suporte a que recorreu no momento de transição e de aposentadoria. Nessa hora pareceu sentir-se autorizado a contar como foi educado e detalhar sua relação com o pai durante a carreira até os dias de hoje. Apesar de relatar quanto o pai cobrava sua performance, conta com sorriso e satisfação os diálogos entre eles, sendo possível, pelo tom de voz, perceber um pai crítico, porém amoroso. Parecendo se abrir, deixou claro quanto o apoio familiar foi significativo durante sua vida e no período de transição.

Na tentativa de mantê-lo à vontade para que continuasse seu relato de forma mais pessoal e cheia de expressão, ressaltamos com respeito algumas de suas falas contendo dificuldades e sentimentos. Foi quando ele explicitou na voz e na fisionomia como sofreu em alguns momentos. Em tom que pareceu indicar confidência, ele afirmou que aprender a lidar com as perdas ainda se faz presente, e na sequência procurou mostrar a superação, como se tentasse assegurar a imagem que quer transmitir.

Em nenhum momento justificou perdas ou situações vividas como sendo responsabilidade de outros, pelo contrário, valorizou suas escolhas e mostrou-se como exemplo para amigos e familiares por saber avaliar os acontecimentos e seguir o coração.

Embora tenha pensado em outras atividades para desempenhar após a aposentadoria, ficou evidente que só escolheria uma atividade que pudesse vir a ser tão boa quanto foi o tênis e que proporcionasse tanto prazer que valesse a pena a ela se dedicar. Mostrou que seu referencial é a dedicação e exigência por resultados, mesmo quando falou em sentir prazer. Este padrão é muito comum no esporte de alto rendimento, no qual a cobrança por resultado é constante e as dores ou sabores são intensos.

Categorias Temáticas

1) Transição – Parar ou continuar...

(...) comecei a sentir que eu queria parar... eu estava um pouco desmotivado. "Você não vai parar de jogar tênis, eu vou te treinar." Ele (o técnico) explicou por que achava que eu não devia parar:

Você não pode parar uma profissão sem ter uma ideia do que você vai fazer. Ele me mostrou isso muito bem detalhado. *É óbvio que você vai ter que chegar um dia e fazer isso. Só que eu acho que você ainda tem coisa para dar...*

Eu comecei a pensar na minha aposentadoria claramente. Contratei uma pessoa de marketing esportivo, ela olhava o que eu ia fazer depois... surgiu uma possibilidade de fazer um "piloto" para a TV... Ela falou, acho que vale a pena, acho que é um começo. Então comecei a sair da quadra, sem perceber, jogando...

Ele mostrou que eu precisava me preparar para uma parada drástica. E é drástica demais... É duríssima, não vou te falar que... a sorte é que eu consegui ter coisas para fazer.

2) Planejamento – O que fazer depois...

A primeira vez que eu pensei em me aposentar, e pensei claramente em me aposentar, foi em 2001... Comecei a sentir que eu queria parar... pela primeira vez eu falei: "Pai, parei de jogar"... porque eu acho que ia fazer uma grande besteira, não só pela possibilidade de ganhar o Panamericano, mas porque acho que não estava preparado, porque eu não tinha um plano para aposentadoria... Ele falou: "Você não vai parar de jogar tênis, eu vou te treinar" (o técnico com que Felipe sempre quis estar junto). Ele explicou por que eu não devia parar: "Você não pode parar uma profissão sem ter ideia do que você vai fazer." Ele me mostrou isso muito bem detalhado.

É óbvio que você vai ter que chegar um dia e fazer isso (falou o técnico). Só que eu acho que você ainda tem coisa para dar. Você tem tênis ainda, você tem 30 anos de idade e acho que você pode jogar mais uns dois ou três anos, e aí preparamos sua aposentadoria...

Eu peguei ele, eu já tava em 120, 130 (lugar no *ranking*). Em quatro meses eu estava em 40. Quarenta do mundo de novo, só que jogando.

Eu comecei a pensar na minha aposentadoria claramente. Contratei uma pessoa de *marketing* esportivo, ela olhava o que eu ia fazer depois... surgiu uma possibilidade de fazer um "piloto" para a TV. Ela falou, acho que vale a pena, acho que é um começo. Então comecei a sair da quadra, sem perceber, jogando...

Eu me preocupei muito com... a maneira que eu ia sair. Um pouco, por consciência, um pouco inconsciente, um pouco ajudado, um pouco pelo meio que eu fiz...

Eu tinha definido antes e não esperava essa repercussão... Chegou a hora. Aí ele falou: se eu fosse você, eu escolheria um evento... para se retirar, último campeonato, você não fica com a impressão horrível. Treina, eu te ajudo e você joga o último campeonato.... Quando eu ganho a medalha... medalha de ouro, último jogo da vida... Parei... Mas na minha cabeça eu falei: vamos acabar assim. E foi a melhor coisa que eu fiz. Porque ficou no auge.

3) Aposentadoria – Um tempo e mundo desconhecidos

Na segunda-feira seguinte... Só que virou um pandemônio minha vida aqui. Repercutiu muito. Então, a vida do não fazer nada não pintou. Eu não acordei na segunda-feira e falei: "Puxa, hoje não tenho o que fazer!"

Não, eu não tinha ideia do que era o mundo do aposentado. Eu me vi na situação de ter que parar mesmo, não tinha muito por onde continuar...

4) Imagem – Como me veem, como eu me vejo

"Você sendo médio, como eu me considerava. Eu não era um Guga, um Neymar, eu era um cara que jogava bem, só que eu precisava ter um time bom. Se tivesse um time ruim, não seria bom. Essa visão era clara para mim. Então, por isso que eu pagava. Por isso que eu tinha o melhor preparador de atleta do Brasil na minha mão, e se ele pedisse o dobro, eu dava. Beleza! Fico com menos.

... eu estava falando com um amigo tenista anteontem e ele falou: Sabe qual o grande problema do atleta, e do tenista principalmente? É que quando ele joga, ele chega numa excelência e num número, num grau gigantesco. E quando ele para, ele acha que o que ele for fazer é do tamanho do que ele jogava, e ele não é.

E é muito difícil entrar no mercado com a humildade de saber que é mais um. E esse é o problema, o Felipe é tenista, agora como dono de lavanderia, tem 55.000 lavanderias melhor que a tua, com experiência maior. Pode ter a maior, a mais bonita,

mas eu acho que o gerenciamento dela vai ser de um cara recomeçando. E você vai voltar para o zero. Entendeu? E isso é muito difícil para o atleta.”

5) Sentimentos

Ele mostrou que eu precisava me preparar para uma parada drástica. E é drástica demais... É duríssima, não vou te falar que...

Moramos num País de pouco reconhecimento, onde hoje você é um gênio, amanhã apareceu outro e você é um b. Tudo bem que é ego pessoal, mas você foi lá, deu a vida pelo País. Um mês depois de você parar, o cara esquece você.

Então, tudo isso mexe com a cabeça de um atleta, são ferramentinhas que vão maltratando.

Tem muita coisa aí. E... entra o medo porque você teve uma vida inteira e tem que mudar sua profissão. Eu, com 32 anos, me chamava de aposentado. Os caras davam risada.

Complicado... Só que se eu parar, eu consigo viver até os 70, 80, 90, a idade que eu vou morrer? Não. Então eu tenho que ter outra profissão. Só que não dá para você se preparar de uma maneira... Ah, mas então estuda. Não. Faz uma faculdade enquanto joga. Não. Desculpa. Quando você está jogando tem que estar focado 100%.

Eu acho que o atleta, ele sabe que ele tem prazo de validade. Diferente das outras profissões. Então é... entrar sabendo, é como na vida, você nasce sabendo que vai morrer. Num tem uma fórmula. Mas você tenta aproveitar o melhor possível... Você se arrasta ou não se arrasta. Mas, você sabe que ao fazer 32 anos de idade, está chegando tua hora.

6) O que buscou como suporte

Eu contratei uma pessoa, que ela é do *marketing* esportivo, mas ela olhava o que eu ia fazer depois.

Aí ele (técnico) explicou por que ele achava que eu não devia parar... Treina, eu te ajudo e você joga o último campeonato...

Família... era um porto seguro em casa... meu pai, minha mãe. Quando eu falo meu pai, são os dois, na verdade. Porque cada um desempenhou uma característica.

7) Influência do pai exigente

Meu pai era o cara mais duro, mais exigente, que ia para o detalhe. Meu pai me chamava de pangaré. Tudo era: ganhou, mas poderia ter sido melhor. Fez semifinal de Rolland Garros, mas poderia ter chegado a uma final. Ele nunca elogiava, falava que do *c*. (nota: em caso de palavrões, foi usada só a primeira letra). Que legal! Ele sempre, putz! Escapou, né? Pô! Que escapou, pai, fui semi (semifinal). Ele: "Não, mas poderia ter feito mais." Então, ele era o cara exigente. A gente conversa muito sobre isso. Será que...? Ele se indaga...

8) Relação com o corpo – O ardor de acordar

Eu acho que o físico foi o que menos eu senti. Eu parei até meio radical, eu parei mal...

Mas eu peguei, não "bode" no sentido de não gosto mais, mas eu não conseguia ir mais numa academia de ginástica. Já não tem mais objetivo, atleta é objetivo.

Mas, como não tem a pressão, você não tem ... mais aquele ardor de acordar de manhã. Fisicamente você acaba abandonando, treinava para algumas exibições para não fazer feio. Mas eu tenho uma genética muito boa, por enquanto, até os quarenta e um, porque agora começa cair, é normal. Mas jogava superbem, aguentava, chegava em todas as bolas... Só que o lado mental é muito duro.

9) Reconhecimento – Ser lembrado para sempre

Só que o lado mental é muito duro. Não vamos ser hipócritas, você tem o lado do reconhecimento, que pra mim foi muito bom, como eu parei no auge. E num suprassumo que ninguém queria que eu parasse, acho que isso foi uma estratégia muito boa.

Moramos num País de pouco reconhecimento, onde hoje você é um gênio, amanhã apareceu outro e você é um *b*.

Tudo bem, que é ego pessoal, mas você foi lá, deu a vida pelo País. Um mês depois de você parar, o cara esquece você.

10) Lidando com as perdas – Constante aprendizado

Acho que segunda-feira tem outro torneio. E aquele é passado. Tem que virar a página.

(...) Fico "puto". Corrói, maltrata. Só que segunda-feira começa outra possibilidade de fazer a coisa acontecer. E como tenista aprende a ganhar e a perder, que acho que a grande... como se diz... o que a gente leva mais do tênis... Não dá para você jogar tênis e sofrer... sofrer horrores porque você perde.

Eu acho que o tênis me ajudou em muita coisa... Todas as minhas decisões são baseadas nas minhas experiências tenísticas.

As decisões, tomar um NÃO. Analiso, culpa minha ou direito do cara. Se for culpa minha porque abordei errado, então você pode melhorar. Não vou dizer que não sofro. Sofro pra caramba. Fico puto, quebro tudo, choro. Sabe? Mas dentro da minha psicologia, entende? Erro meu ou cara que não viu?

(...) eu estava falando com um amigo tenista e ele falou: Sabe qual o grande problema do atleta, e do tenista principalmente? É que quando ele joga, ele chega numa excelência e num número, num grau gigantesco. E quando ele para, ele acha que o que ele for fazer é do tamanho do que ele jogava, e ele não é.

E é muito difícil entrar no mercado com a humildade de saber que é mais um. E esse é o problema, o Felipe é tenista, agora como dono de lavanderia, tem 55.000 lavanderias melhor que a tua, com experiência maior. Pode ter a maior, a mais bonita, mas eu acho que o gerenciamento dela vai ser de um cara recomeçando. E você vai voltar para o zero. Entendeu? E isso é muito difícil para o atleta.

Entra o medo porque você teve uma vida inteira e tem que mudar sua profissão. Eu, com 32 anos, me chamava de aposentado. Os caras davam risada. Complicado... Só que se eu parar, eu consigo viver até os 70, 80, 90, a idade que eu vou morrer? Não. Então eu tenho que ter outra profissão. Só que não dá pra você se preparar de uma maneira... Ah, mas então estuda. Não. Faz uma faculdade enquanto joga. Não. Desculpa. Quando você está jogando, tem que estar focado 100%.

É difícil, é difícil. Eu estou aprendendo. Eu não lidava muito bem com a derrota, também como qualquer ser humano. O que eu acho que eu tinha muito bom é que eu no dia seguinte ou na hora seguinte eu estava pronto para treinar de novo. Acho que essa era a minha grande qualidade.

11) Responsabilidade interna X ajuda

Eu sempre acho que o atleta, ele não é o atleta só... Você sendo médio, como eu me considerava. Eu não era um Guga, um Neymar, eu era um cara que jogava bem, só que eu precisava ter um time bom. Se tivesse um time ruim, não seria bom. Essa visão era clara para mim. Então, por isso que eu pagava. Por isso que eu tinha o melhor preparador de atleta do Brasil na minha mão, e se ele pedisse o dobro, eu dava.

E eu faço muita coisa do coração, então as decisões minhas, elas acabam dando muito certo, a grande maioria por isso... Então fica mais fácil. E se der errado, você fala: eu queria, era a minha vontade. Cara, era tudo que eu queria na vida e não consegui.

Eu falo para a molecada, e eu vejo na minha esposa, por exemplo, o sofrimento dela de ganhar e perder, de tomar um NÃO.

Tomar um NÃO. Analiso, culpa minha ou direito do cara? Se for culpa minha porque abordei errado, então você pode melhorar... Erro meu ou cara que não viu? Você está no lugar errado, na hora errada, ou o cara lá não tem a visão que você tem.

Acho que tem muita parcela de você, muita. O grande problema da gente é que a gente mente. É difícil você... é, hoje eu tenho uma cabeça bem diferente do que aos 25 anos de idade e jogava.

12) Recomeço

Até que um dia surgiu a possibilidade de fazer um "piloto" para a TV... Ela falou, acho que vale a pena, acho que é um começo. Então comecei a sair da quadra, sem perceber, jogando... eu acabei gostando.

O quê que leva ainda à ilusão? Sabe, eu, no meu caso, pensando em mim. Poderia fazer outra coisa? Poderia, poderia fazer uma faculdade de comunicação. Eu sempre me pergunto. Será que isso vai me dar..., vai me fazer um... alguma coisa, vai me dar algum tipo de prazer? Ou vou fazer por fazer?

Acho que tem que ser muito egocêntrico para querer ser de novo *f** em alguma coisa. Acho que não dá tempo na vida.

Mas, na minha visão, eu se fosse ator, eu ia querer ser o melhor ator do Brasil, ou pelo menos ser reconhecido como ator. Eu acredito que você tem que abdicar de coisas para você ter... Você vai ter que abdicar para ser o melhor possível... Já que será alto rendimento no que for...

13) Expectativa de futuro

É... a imprensa é duríssima! Eu falo direto. Hoje eu estou lá dentro, escuto coisa, eu me meto. Me meto na hora... Qual a referência que você tem? O que você está apontando aí? Você está comparando com você?

Por isso que eu "bato" tão forte quando o cara vem e arrebenta o atleta.

Entrei agora nessa TV, há 4 anos eu venho recebendo proposta da televisão... Uma hora ela (a esposa) falou: "Você não vai aceitar ninguém?" Eu falei: bom... a decisão tem que ser total...

Então por isso que eu fico com o tênis. Todas as minhas coisas têm alguma coisa com o tênis. Todas. Trabalho na televisão, trabalho na rádio, trabalho no blog, faço jogo exibição. Tudo, tudo a ver. É uma coisa que eu me sinto, e sei que estou fazendo bem. Eu posso ajudar. Não me vejo fazendo outra coisa, mas quem sabe? A vida é cíclica, né? A vida pode mudar.

Compreensão

A decisão inicial de Felipe pode ter sido vinculada à desmotivação do momento, talvez na tentativa de livrar-se de sentimento de fracasso iminente, sem avaliar o que viria depois. Em meio ao conflito, encontrou um técnico que parece ter ouvido seu grito de socorro para saber o que fazer no futuro, como se o resgatasse de uma cena e o colocasse em outro cenário, com perspectivas positivas, escrevendo um *script* que seria seguido até a cena final em grande estilo, assegurando confiar no potencial do atleta. Interessante o papel de alguém que pode utilizar o vínculo com o atleta para redirecioná-lo, e quanto o atleta parece esperar ter alguém que assuma com ele as decisões do momento de parar e o acompanhe até o momento chegar.

A busca por pessoas profissionais que pensem e deem sugestão do que fazer parece ser tentativa de dividir o peso das decisões e fazer a escolha mais acertada. Quem decide sobre o momento de parar? Assim seria possível enfrentar o momento? Mas quais as expectativas? Sair de forma abrupta ou devagar, ajudado, consciente ou inconscientemente? Seja como for, parece que em relação aos sentimentos, mesmo amenizados, serão enfrentados pelo próprio atleta.

Quem estará ao seu lado? Será que o aprendizado em lidar com perdas durante a carreira pode ajudar no momento da aposentadoria? O fato de o atleta se descrever como forte na esfera mental estaria relacionado às perdas do jogo, mas não com as perdas do momento de parar, que são chamadas de drásticas e duríssimas. Assim como ao receber um NÃO, o atleta relata que analisa a causa como se o fizesse de forma tranquila, talvez hoje mais amadurecido. Mas em seguida completa que sofre, chora e quebra tudo. Para o atleta, a perda "dói, corrói, maltrata, mas não dá para sofrer horrores". Questiono o que é sofrer horrores, como medir quanto se sofre?

Parece que a vida do atleta, com conquistas, perdas, superações, se resume ao momento de parada e este define como será lembrado. Por isto estar no alto? Mas o que é o auge? Sair nesse momento fará com que seja menos esquecido? Como espera ser lembrado?

A consciência em avaliar e se classificar como atleta de nível médio foi o ponto de partida para nomear os melhores profissionais que o fizeram chegar ao topo. Por que precisa ser tão bom, quem o ensinou a buscar sempre mais? Influência do pai exigente, que sempre cobrou que fosse o melhor? Cobrança esta que surgiu como questionamento e possibilitou que pai e filho conversassem sobre o assunto, agora estando mais maduros. A busca para ser o melhor confirma a exigência do esporte de alto rendimento, no qual a atenção do atleta está na performance, com ele voltado 100% ao seu desempenho, mas, na maioria das vezes, impossibilitando-o de estudar regularmente.

Para o atleta, parece que tudo aconteceu muito rápido, do topo à queda, dando a sensação de que no momento da aposentadoria o atleta já viveu a vida inteira. Mesmo parecendo saber que a vida no esporte de alto rendimento tem prazo de validade, o atleta não sabe como será quando o momento chegar. Assim, relaciona a aposentadoria com o tempo de existência, "entrar sabendo é como a vida, você nasce sabendo que vai morrer". Cabe a reflexão: nascemos sabendo que iremos morrer, ou precisamos ser informados? E por isto é importante que tenhamos ao nosso lado alguém em quem confiar e que nos dirá a verdade. O prazo de validade, termo usado pelo atleta, vale para outros profissionais?

A escolha de parar quando se está no alto parece servir como adormecimento para o dia seguinte, pois a repercussão e solicitação preenchem o cotidiano, dando a sensação de ocupação assim como era enquanto treinava, e posterga o momento de reconhecer que a realidade começa a mudar. O atleta manteve o físico sem muito esforço, talvez por ser magro ou devido à genética, mas comenta a dificuldade em manter a disciplina como se ainda fossem exigir seu preparo físico, ou a imagem que pode ficar se o corpo mudar. Este

pensamento é compreensivo para a mente cansada de cobrança; um corpo que não é mais exigido 100%; que muda o ritmo; ou mesmo para a idade que avança. Parece que a dificuldade está em lidar com a mudança, seja do corpo, dos horários e das novas atividades. Ter chegado ao topo exige que esteja no topo em tudo? Quanto do medo do fracasso está presente e o faz segurar-se na história que construiu para ser lembrado e reconhecido? Talvez, na tentativa de acalmar o sofrimento e buscar segurança e prazer na nova atividade, planejou a saída do esporte e se mantém no controle e em guarda.

4.2 Beto

Sua História

Beto nasceu no interior, tornando-se jogador profissional de futebol aos 16 anos. Passou por vários clubes nacionais e internacionais, conquistando títulos. Sua vida também é marcada por muitas lesões, que apesar da dificuldade fizeram-no mais forte. Percebe que o momento de transição foi muito difícil e acredita que esteve em depressão mesmo não tendo conhecimento deste fato na época. Nos momentos mais difíceis, voltava ao interior para a casa dos pais, onde encontrava seus amigos de infância e se sentia fortalecido. Após ter sofrido a lesão mais grave e de recuperação difícil, conseguiu voltar a jogar à base de remédios e com muito sacrifício. Este episódio, somado à idade que avançava, foi o que o levou a mudar seus planos de jogar por mais quatro anos e antecipar a aposentadoria. Sendo responsável pelo sustento de toda a família, sempre se preocupou em estar bem financeiramente. É casado, tem dois filhos e vivencia os momentos em família com muito prazer. Hoje tem outra ocupação, é empresário de jogador de futebol, além de cuidar de seu patrimônio. Acredita que o fato de ao longo de sua carreira ter sido procurado por clubes foi fruto do seu trabalho, e porque acredita que quem faz o bem sempre recebe oportunidades.

Minhas Impressões

Beto fala com sinceridade permeada por certa tristeza, mas desde a primeira pergunta apresenta os fatos e suas percepções de forma clara, indo direto à questão. Com o decorrer da entrevista mostra-se mais à vontade, mesmo quando é interrompido por um telefonema. Ao notar nosso movimento para sair da sala, faz um gesto para que permaneçamos. Após desligar, pede desculpas. Na tentativa de tranquilizá-lo, comentamos ter conhecimento da agenda atribulada de sua nova atividade como empresário. Aparenta sentir-se bem com o reconhecimento. Mesmo sem perceber, ou para mostrar sua nova atividade, fala do que tratava o telefonema e revela nomes, empresas e valores, mas sem ostentação. Demonstrando naturalidade e respeito pela sua atividade, aos poucos abordamos o tema sobre o qual falávamos, usando suas últimas frases e convidando-o a retornar à entrevista. Perguntamos

sobre seus sentimentos durante a transição para a aposentadoria. Parece refletir e se torna pensativo diante do tema, discorrendo sobre o aprendizado durante a carreira, e acredita que por fazer o bem sempre terá oportunidades.

Categorias Temáticas

1) Transição – Cansaço

> Não foi coisa programada para parar... fiquei uns dois a três anos meio vagando, não sabia muito o que fazer. Mas pensava (em parar), porque eu já tinha feito várias lesões e já sentia o corpo cansado de lesões e a mente das concentrações. Pensava em me preparar para parar.

2) Sentimentos

> Você fica bastante preocupado... ficava muito em casa, eu acho que tive depressão e não sabia.
>
> Pensava (em parar) porque eu já tinha feito várias lesões e já sentia o corpo...

3) Lesão – fechando portas...

> Eu tentei, fui lá, mas não conseguia jogar. Aí eu parei.
>
> Então, as pessoas quando você vai tendo muita lesão, os times grandes vão meio que fechando as portas.

4) Fonte financeira – Dependem de mim

Você fica bastante preocupado... você fica pensando muito na sua família. Você tem que pensar para meio mundo. Você tem que ganhar para todo mundo.

5) Planejamento

Pensava (em parar) porque eu já tinha feito várias lesões e já sentia o corpo... fui profissional muito cedo, com 16 anos. Pensava em voltar para São Paulo e me preparar para parar... É porque a idade já estava chegando, estava com 31 anos... Aí eu já estava me preparando para aposentar mesmo.

6) Idealização da despedida – Encerramento jogando

Pensava... em terminar minha carreira dentro de campo. Pegar a bola, dar um beijo nela e agradecer por tudo.

7) Sacrifício – Para que maltratar o corpo?

E muita gente não acreditava que eu conseguia voltar e jogar. E eu joguei, mas jogava à base de remédio, então era bem difícil, bem complicado.

(...) fui tentando voltar a jogar em 2007 e infelizmente não conseguia mais jogar futebol.

8) Aposentadoria – “Fim da vida”, direito ao ócio

O jogador só fez isso na vida... não tem outra coisa. Então você passa a não ter mais nada, você não tem mais rotina. Você tem que... ser forte, ter uma família muito boa para te ajudar.

O que você sente mais mesmo é... tipo de uma solidão, acaba tudo. Eu não tinha o que fazer, eu ficava vendo filme o dia inteiro... aí a mulher começa: “Sai de casa”. Aí você vai para onde?

9) Busca pelo acolhimento – Volta ao lugar de origem

Às vezes, quando eu ficava meio mal, eu ia lá para casa da minha mãe, onde estavam meus pais, meus amigos de infância, para você se recuperar um pouco, o ânimo para a vida. Esse apoio é fundamental. Tem que ser bem forte, isso aí, a família ajuda muito.

10) Aprendizado com as perdas – Passar por cima ou aprender com elas?

Nona cirurgia, eu já estava acostumado. ...vão [...] fechando as portas para você.

(...) minha primeira (lesão) grave que foi no começo de 2001, essa foi a mais doída, porque eu estava vendido, tinha um contrato milionário, e fizeram eu jogar e eu me machuquei....

Isso serve de força para você seguir para a frente. Então, se eu passei por cima daquela, eu passo por cima das outras, com certeza. Então, tudo foi uma lição de vida, a vida te ensina, a vida me ensinou... é pela dificuldade que a gente aprende.

(...) fui tentando voltar a jogar em 2007 e infelizmente não conseguia mais jogar futebol.

11) Recomeço

(...) E eu já queria me preparar para fazer outra coisa. (...) É, tem toda uma vida pela frente.

12) Filhos

Eu convivi muito com minha filha na Alemanha, com o filho eu estava convivendo muito com ele em 2004, 2005. Então não sentia muita falta do futebol.

Hoje vivo o outro lado, vivo o lado torcedor, acompanho meu filho nos jogos que ele vai jogar, levo para o treino. Então isso já ajuda bastante.

13) Imagem

Eu sempre fui um cara que dentro dos clubes, se era para recuperar em um mês, eu recuperava em três ou duas semanas, sempre tive uma recuperação muito rápida, mas também sempre fui muito dedicado, eu sempre fiz as coisas direito. Então eu sabia que passava por cima daquilo.

14) Reconhecimento

(...) graças a Deus sou reconhecido em todos os lugares que eu vou ainda, bem tratado. Isso já é gratificante, isso é gostoso.

15) Responsabilidade interna X ajuda

Na minha vida sempre foi assim, quando acontecia alguma coisa ruim que você tinha que passar por cima, vinha duas ou três boas na frente, que iam te ajudar. Então,

> meu lema sempre foi esse, tem esse sofrimento aqui, mas vai ter aquela alegria lá na frente. A pessoa que faz o bem, o bem vem sempre, acho que quem pensa o bem para os outros, Deus lá em cima vê.

Compreensão

Acontecimento presente na vida da maioria dos atletas, as lesões começaram a aparecer para o Beto aos 18 anos. Estando no início de carreira, seguiu se dedicando às recuperações. Talvez por estar acostumado a pensar no rendimento, o sustento de sua família foi o que mais o preocupava. Com o passar dos anos, os pensamentos ambivalentes em relação a parar de jogar parecem não terem sido suficientes para o atleta planejar sua aposentadoria. Começou a considerar a parada quando apareceram os limites físicos.

Ao comentar as diversas lesões, e quanto o corpo e a mente já apresentavam sinais de cansaço, parece que Beto vivenciava processo de luto antes de tomar a decisão de se aposentar. O processo iniciado a cada lesão fazia com que relatasse o assunto com certo pesar. Quando se refere às lesões, desde a primeira, diz ter passado por cima delas. Esse relato nos traz a reflexão: Como terá sido o enfrentamento das lesões? O que significa passar por cima? Acontecimentos vistos como bons, como quando se tornou profissional, foram seguidos de perdas (deixar a casa dos pais muito cedo), sendo que alguns dos momentos difíceis abortaram mais do que sonhos, e também propostas de realização financeira.

Contratos que exigem, ferem, maltratam o corpo, e por vezes destroem sonhos. Ao comentar que não planejou a aposentadoria, relacionou a idade, as lesões, os clubes que não o procuravam como antes e também a vontade de parar. Quem decide sobre o momento de parar? Insistir enquanto o corpo aguentar e as portas ainda estiverem abertas? Parece que a decisão não lhe pertence.

Relata seus sentimentos, só percebendo sua depressão anos depois. Todas as vezes que se refere a perdas e frustrações, mostra aprendizado ou superação. Apesar do tom resignado, dá a impressão de nunca se dar por vencido, mesmo quando conta ter antecipado a aposentadoria. Neste momento, mais agradece do que se queixa, como se “limpasse” a poeira da queda e seguisse em frente, ou precisasse seguir. Seria sua certeza de que todas as dificuldades o fortaleceram? Ou por hoje estar bem em sua atual atividade?

Por diversas vezes se afligiu com a possível perda de renda, e relata o fato de ser responsável pela família, padrão comum nos atletas oriundos de ambientes com menos recursos financeiros. O desejo de continuar ou a necessidade de vencer fizeram o atleta superar várias lesões. Possivelmente porque se via como responsável e provedor de toda a família.

Perante a aposentadoria se mostra inseguro e sem orientação. Seria a falta de rotina, que oferece segurança e estabilidade para o dia seguinte, como se fosse a certeza de que tudo estará no mesmo lugar? Certeza ou crença o faziam continuar?

Procurou por diversas vezes superar a sensação de perda e fragilidade, voltando ao seio familiar original. Uma reparação da vivência de perda? A possibilidade de reencontrar o vínculo? Lugar onde se sentia verdadeiramente acolhido?

A aposentadoria, vista como “fim da vida”, como se vivo estivesse quando jogando, e o cotidiano como aposentado foram momentos repletos de solidão. O sentimento de não haver lugar na própria casa para o aposentado traz a reflexão de que só existe lugar na nossa sociedade para quem está em constante produção. Visão reforçada pela mídia? E o direito de desfrutar a nova etapa, aproveitar o ócio, não sendo cobrado a continuar no padrão do homem que sai de casa para trabalhar?

4.3 Gabriel

Sua História

Gabriel nasceu em um país sul-americano e começou a jogar aos 13 anos, teve ascensão rápida, chegando à categoria principal aos 16 anos. Fez parte da seleção de seu país de origem mesmo morando no Brasil, para onde se mudou aos 21 anos. Interrompeu o curso na faculdade de economia, para seguir a carreira esportiva. Diz ter sido muito bem recebido no Brasil, mas sempre esteve em ambiente estranho, o que exigiu adaptação. Embora diga que sua alma é do país onde nasceu, sente-se um estrangeiro tanto no Brasil quanto quando volta ao seu país.

Relata que transição é uma vivência traumática pelo fato de não saber como manter o padrão de vida após a aposentadoria. Esta preocupação e ansiedade fizeram-no buscar informação e entrar no ramo do comércio, ainda enquanto jogava. Diz ter buscado uma atividade com a qual tinha afinidade, pois sempre gostou de números. Mesmo tendo que descobrir outras habilidades para o comércio, diz ter prazer na atividade atual e ter sido uma grata descoberta. Considera que na época em que jogava, a técnica era mais valorizada, hoje a força física se sobrepõe.

O desgaste físico de todo o organismo foi o fator principal que o fez parar de jogar. Apresentando dores e chegando próximo dos 35 anos, idade que considera limite para os jogadores da sua modalidade, aposentou-se ao término de uma temporada. Mesmo tendo convite para continuar, julgou que não conseguiria responder às expectativas do alto rendimento, pois além das dores, o “pique” não era mais o mesmo aos 35 anos. Conta, com risos, que não foi buscar o último salário, pois não precisava e estava bem.

Atribui à genética e à sua superação as habilidades que lhe possibilitaram construir sua carreira no esporte, embora considere que poderia ter sido mais forte na esfera mental. Acredita que o esporte é a escola da vida e gostaria que todos tivessem a oportunidade de ter os aprendizados que essa atividade pode proporcionar. Ressalta que é típico, no esporte, encontrar pais que cobram, pressionam e querem que os filhos realizem os desejos deles.

Tem um filho que joga basquete e está morando no exterior, para quem tenta passar tranquilidade e ainda a importância do estudo, já que sentiu falta de ter nível superior

completo no momento em que parou com o esporte e ia seguir outra profissão. Após a aposentadoria não acompanhou mais o esporte por cerca de dez anos, retornando quando seu filho começou a jogar. Traduz a aposentadoria como parada, apagão e congelamento das emoções. Ao acompanhar o filho, foi aos poucos voltando a participar. No começo assistia, mas era como se uma barreira, um vidro o impossibilitasse de se emocionar. Quando o filho começou a progredir, voltou-lhe o envolvimento emocional.

Minhas Impressões

Gabriel mostrou-se objetivo até numa perspectiva de controle e organização da situação, desde a primeira conversa por telefone, ao perguntar quanto tempo demoraria a entrevista. Tranquilizou-se ao saber que seria o tempo que ele quisesse. Ao nos encontrarmos, apontou a sala em que ficaríamos, e quase disse onde deveríamos nos sentar. A partir de seu gesto, indagamos se estava bem acomodado. Após a explicação e a entrega do TCLE, que foi lido e assinado por nós, começamos a entrevista.

Respondeu prontamente às questões, dando ênfase a certos pontos. Ao longo da entrevista, com muito cuidado fomos utilizando as palavras e afirmações para fazer indagações. Em especial, na questão dos sentimentos fomos respeitosos ao formular a pergunta de maneira diferente, pois parecia que ele aos poucos ia se permitindo um pouco mais de abertura, enquanto refletia e divisava as motivações de alguns de seus atos do passado. Dava a impressão de que aos poucos fomos conseguindo que ficasse à vontade e falasse mais.

Tivemos a sensação de que, enquanto respondia, nos convidava a ouvi-lo e a fazer mais perguntas que facilitassem o caminho que percorria em sua mente. Momento marcante ocorreu quando parecia ter terminado a entrevista e continuava a pensar, dando a sensação de querer falar mais. Nesse momento indagamos como ele estava se sentindo. Começou a falar, e devagar olhamos para o gravador, pois não queríamos interrompê-lo, mas precisávamos de seu consentimento para voltar a gravar. Concordou, até repetiu a frase e seguiu contando o momento em que se distanciou do esporte após a aposentadoria, e aos poucos, com o progresso do filho, foi retornando e se envolvendo emocionalmente.

Assim, ia construindo as frases enquanto pensava, parecendo se dar mais conta do que falava. Estava à vontade e não tinha pressa para responder, ficava pensativo e respondia: “Não

saberia dizer.” Referia-se a outros atletas, sem sair do foco de sua história, como dava a impressão no início.

Ao terminarmos a entrevista, numa postura tranquila, sem se preocupar com o tempo, tentou prolongar a conversa para outras vivências e questões concernentes ao tema, deixando claro que a situação da entrevista era prazerosa.

Categorias Temáticas

1) Transição – O que fazer – quando parar

Foi uma vivência traumática, parece que começa uma contagem regressiva...

Companheiros que estão passando por essa transição agora... essa dificuldade de se aposentar, essa transição, eu tinha passado por isso com 33, 34 anos.

(...) ou você se mexe e arruma alguma coisa ou... o que que você vai fazer? Esse é o grande é... a grande questão da transição do atleta profissional quando para.

Eu tinha uma proposta para continuar, mas eu achei que não, não ia conseguir... atender à expectativa do alto rendimento. Começava a doer a coluna, isso somado a... você vai perdendo o pique também.

(...) é engraçado porque no último momento não fui receber o dinheiro, salário (risos), último momento eu não fui receber (risos e pensativo), não fui acho que porque achava que estava bom assim, não precisava, acho que ter o último mês, não sei.

2) Aposentadoria – Saiu sem sair – do esporte ao comércio

(...) a perda de renda é traumática.

No meu caso, a gente vai indo... eu... não tinha terminado de jogar ainda quando já me iniciei na vida comercial, no último ano. Quando ainda jogava no último ano, eu abri um negócio.

3) Sentimento – Linha do tempo – data marcada

Então fica a impotência de ter sido um jogador de alto rendimento e de repente você está perdendo, você perde espaço nos últimos anos.

É uma frustração, mas ao mesmo tempo eu acho que é natural, é o declínio natural da vida.

(...) intimamente vai deixando de ter prazer.

Sentimentos que você tem uma linha do tempo que está chegando, que tem uma data marcada e você tem essa linha do tempo lá, que está te esperando.

Ansiedade, uma ansiedade muito grande. Está chegando a hora...

4) Fonte financeira – O peso do dinheiro

Você tem uma retribuição alta, como você vai manter isso após aposentado?... a perda de renda é traumática.

5) Planejamento – O que farei depois?

Como se programar, na minha geração, aposentadoria e previdência privada, isso não tinha.

(...) eu fui me informar, informação. As antenas ligadas o tempo todo, para onde que eu posso ir?

6) Respostas do corpo – o que ele me diz por meio das dores?

Você sente um declínio físico e você não consegue acompanhar a nova geração.

7) Aprendizado com as perdas – Altos e baixos

São mudanças culturais, tem que ter todo tipo de adaptação.

(...) de repente você está perdendo... intimamente vai deixando de ter prazer.

O esporte é uma escola da vida... Você passa do sucesso para o fracasso, a linha é muito tênue... E a gente é obrigado, pelas situações que acontecem no jogo, a lidar com isso.

Se não, você fica pelo caminho. Tem que aprender e tem que conseguir superar isso.

8) Recomeço – Uma nova ocupação

Para mim foi um terreno que... foi muito natural, eu me sentia à vontade, não estava sofrendo. Um novo prazer que você descobre.

Começar do zero, mas em uma área que tem afinidade comigo, eu consegui descobri isso comigo.

9) Filhos – O que ensinar?

Ele tem 20 anos hoje. Eu tento passar tranquilidade para ele, tento não passar-lhe pressão. Porque também não é o mais importante... Também, o que é mais importante? Você ter sucesso? Ser o melhor jogador?...

(...) eu gosto muito do esporte, ter participado desse mundo do esporte, esse aprendizado, eu sempre quis que meus filhos passassem por ele também. Porque acho que é positivo também. Agora, com mais experiência, tudo, é claro que existe essa pressão por resultado, mas eu acho que a vida é muito mais do que isso.

10) Responsabilidade Interna X Ajuda – Quanto depende de mim

(...) a parte genética, que é muito importante. E a parte de superação, pessoal, do atleta.

11) Distanciamento e proteção – O que gerou prazer agora causa dor

Eu tive um período de quando parei de jogar... houve um apagão... durante dez anos... aí quando meu filho voltou, aí eu voltei a participar.

Foi aos poucos... no começo eu assistia ele e parecia como... uma barreira, um vidro que não me deixava me emocionar... Quando ele começou a progredir, aí as emoções voltaram, aí eu fiquei emocionalmente envolvido... houve uma parada, um congelamento... das emoções. Quem sabe, tem a ver com... quem sabe os últimos anos do atleta... esse apagão tem a ver também com você não... querer (parece procurar a palavra) enxergar a frente.

Para se proteger... a gente se protege porque já passou aquilo lá, e não quer voltar. Porque o que fica é sempre o final, o final é a queda... no final você já não é o mesmo jogador, já não perfeitamente reage.

Compreensão

A mudança de *status* e possível queda no rendimento financeiro parece tão significativa que o atleta é enfático ao considerar o momento da transição como traumático.

A preocupação com seu sustento fez com que buscasse informação e até outra atividade, mesmo enquanto ainda jogava. O que fazer? Quais as expectativas? Será que se tivesse a oportunidade de planejar sua aposentadoria, poderia vivenciar seus últimos anos aproveitando para obter resultados que o deixassem mais satisfeito? Poderia assim cuidar do final da sua carreira, para ser mais prazerosa, podendo vivenciá-la até os últimos minutos, incluindo a despedida? Talvez o sentimento causado pelo declínio pudesse ser vivenciado de outra forma...

Gabriel sentiu fortemente o desgaste físico, considerando-o como normal. Interessante que o que pode ser explicado e compreendido racionalmente, fica difícil de perceber ou assumir como causador de sentimentos contraditórios. Parece fácil compreender, mas difícil de lidar. A perda, o declínio, o corpo que não responde como antes, vem acompanhado da diminuição do prazer. Quem define a data de parar, o calendário ou o corpo? Será que só os atletas enfrentam esta questão, ou outros profissionais vivenciam situação semelhante?

Quando interrogado algumas vezes sobre outros sentimentos, conseguiu dizer que havia também ansiedade relacionada à questão financeira. Seria por uma mudança de padrão, como ele mesmo comentou, ou por ser o responsável pelo sustento da sua família? Saiu do seu país de origem aos 21 anos. Não fez comentários sobre sua família de origem e se teria apoio caso viesse a precisar. Parece ser um padrão dos atletas, que ao ganharem muito dinheiro se acostumam com a independência financeira e passam a sustentar sua família, tornando-se muitas vezes reféns do alto salário.

Demonstrando ser responsável pelo que aconteceu em sua vida, atribuiu o progresso em sua carreira esportiva como um fato que dependeu das suas habilidades, tanto físicas quanto da capacidade de superação. Talvez, justamente por se considerar responsável, buscou desenvolver habilidades necessárias para progredir na nova atividade, o que lhe proporciona prazer. Seria esta uma cobrança comum entre atletas de alto rendimento? Tão acostumados à pressão por bons resultados, se exigem em quaisquer outras atividades.

Gabriel valoriza o aprendizado que obteve com o esporte, procurando passar o que aprendeu para outras atividades também. Ao comentar que muitos pais tentam se realizar através dos filhos, parece não perceber que na tentativa de ensinar seu filho, passou sua experiência ressaltando o que poderia ser alcançado, o que ele mesmo não conseguiu. A partir da vivência do filho, questiona-se sobre o que é mais importante, ter sucesso ou ser o melhor?

Teriam os filhos a função de estimular os pais a pensarem em que valores estão pautados, e assim escolherem o que querem ensinar? Mesmo não estando conscientes, muitos pais tentam fazer seus filhos aprender sem precisar passar pelas mesmas dificuldades que tiveram. Seria uma forma de se realizarem através dos filhos, que assim dariam continuidade aos seus projetos? Ou seria uma tentativa de proteger o ser amado de dificuldades e percalços?

Ao se aposentar, Gabriel se distanciou do esporte, talvez pela necessidade de desinvestir energia no que viveu intensamente por tantos anos e do que agora sentia a perda. Precisava cuidar de uma nova etapa de vida ou era a necessidade de se proteger de situações que o fariam

se emocionar? Poderia também se questionar sobre a forma como vivenciou seus últimos momentos na carreira? O que significa superar? Ter prazer na atual atividade? Ou seria abafar os sentimentos gerados pela aposentadoria? Questionamentos que fariam sentido se respondidos pelo próprio Gabriel, por dependerem dos significados atribuídos à sua história.

4.4 Carla

Sua História

Carla iniciou sua carreira no basquete aos 16 anos de idade. Afirma que queria ser jogadora de basquete, mas nunca imaginou os títulos ou mesmo a chegada à seleção brasileira da qual fez parte. Durante sua carreira profissional teve algumas lesões, sendo uma delas no joelho, que mais lhe casou sofrimento, medos e incertezas. Embora pensasse positivamente em sua recuperação, a dúvida a fez pensar na possibilidade de encerrar a carreira precocemente, como havia visto acontecer com seu pai, que fora jogador de futebol na década de 1960.

A partir desse acontecimento começou a organizar o que faria na vida de não atleta. Voltou a jogar, mantendo a atenção na vida após a aposentadoria. Acredita ter amadurecido com o esporte, e a lesão que sofreu ajudou-a a ser quem é hoje. Estudou, fez vestibular, cursou e se formou em Educação Física, sempre se dedicando à vida atlética. Também administrou sua vida financeira. Refere-se à imagem que deixou no esporte como a melhor medalha que alcançou, devido às suas características como atleta: dedicada, responsável, alegre, companheira, aguerrida.

Considera que as coisas “aconteceram” em sua vida, não planejou sua ascensão, mas tudo aconteceu graças às suas atitudes, sendo dedicada e responsável. Relata que ainda jovem era desligada, vivia a vida sem se preocupar, e que amiúde ouviu a indagação de pessoas a respeito da possibilidade de um dia passar necessidade: “essa num vai dar em nada”. O esporte moldou sua personalidade, ensinando-a a ser mais paciente.

Realizada como atleta e com o modo como foi sua aposentadoria, já que pôde escolher o momento e a forma de parar, alívio e sentimento de dever cumprido estavam presentes quando retornou para casa ao encerrar a carreira atlética. Acredita que a aposentadoria foi tranquila e não precisou de festa de despedida por não ter sido uma grande estrela. Sente tristeza com a falta de respeito das novas gerações em relação aos atletas mais velhos e experientes, e frustrada em não poder ajudar as novas gerações com a vivência que teve. Incomoda-se por ser vista apenas como a atleta que foi e não pela profissional que é hoje em sua nova ocupação: é professora universitária. Trabalha também na escola de basquete de sua propriedade em conjunto com a irmã, e está cursando o doutorado.

Minhas Impressões

Desde o primeiro contato Carla se coloca à disposição, relatando que já fez mestrado e sabe a dificuldade de conciliar agendas no período de entrevistas. Ao marcarmos a data, recebe-me com descontração em sua casa na hora prevista, parecendo estar à vontade. Lê e assina o TCLE como conhecido e volta a comentar no fim da entrevista que assim garante que ela faça seu relato sem meias palavras. Durante a sua fala, ora mistura ora recorda o passado, ora fala como se estivesse revivendo o acontecido, dando a impressão de que mais que recordar está pensando em como as coisas aconteceram. Fala com energia, facilidade e de maneira próxima chamando-me pelo apelido, como se me convidasse a participar e saber mais da sua história. Relata acontecimentos de forma que me estimula a fazer perguntas ou interpretações, mas isto nos distanciaria do assunto e me faria sair do papel de pesquisadora. Procuro ficar atenta sem comprometer o momento e possibilitando que eu retribua a entrega da história com escuta e postura compreensivas. Ao falar de tristeza e frustrações, parece querer amenizar os sentimentos num primeiro momento, deixando claro que fizeram parte de acontecimentos resolvidos, mas durante o relato vai se lembrando (como ela mesmo disse) e comenta sobre situações com as quais se sente frustrada.

Categorias Temáticas

1) Transição – não mais jogar – como parar

> Então foi ali, quando eu fiquei sabendo da lesão... eu comecei a pensar na possibilidade de não voltar a jogar.
>
> Junto com a lesão, com a recuperação você vai indo para outras equipes.

2) Lesões – complicações

Foi quando infelizmente eu torci o joelho.

Tive a complicação, então vai ficar mais três meses esperando...

Aí eu finalmente voltei e tive outro problema no joelho, no mesmo joelho.

Mais dois meses parada, eu falei: não, não é possível. E aí eu fui na realidade me recuperando psicologicamente porque fisicamente você recupera, e quando eu estava finalmente voltando a jogar, eu torci o joelho esquerdo, o outro joelho.

Eu tive por conta do estresse um problema no coração, que foi quase um infarto mesmo.

3) Sentimentos – corpo, dores, sentimento

Vinha aquela coisa na tua cabeça se vai continuar? Não continuar a jogar, um atleta de alto nível quer voltar no mesmo ritmo, na mesma condição, com a mesma performance.

Me chateava era o fato de você não poder ser aquela... que você foi jogando.

(...) começou mesmo a ser o fim pra mim... comecei a sentir dores, porque as dores um dia iriam vir, dores, dores, dores insuportáveis.

O que eu mais senti foi meu corpo, porque o corpo muda, você muda seu ciclo menstrual, você está acostumada a treinar de manhã e à tarde, você acorda e fala: o que eu vou fazer, e agora?

A dúvida se eu iria voltar a jogar ou não. Esse foi o pior momento da minha vida como atleta, pelas incertezas.

O que eu senti... eu fiquei muito chateada, a geração que estava vindo ao invés de te olhar, como eu com a geração antes da minha, olha o que elas fizeram, vamos aprender, tomar essas lições. Mas tinha muita menina vindo, começando a chegar no basquete que não te respeitava. Isso que eu mais senti, essa falta de respeito. A falta de respeito vem pela falta de reconhecimento.

Eu não poder dar um peixinho no chão, disputar uma bola. Você ser 50% jogadora me incomodava demais.

(...) quando cheguei em casa com minha mudança, com as coisas, parece que eu tirei um peso enorme das minhas costas. Eu fiquei tão aliviada, tão aliviada, que eu tive realmente o sentimento de dever cumprido.

Ver meu pai abandonar o esporte não saiu da minha cabeça. Eu sofri muito, muito, muito! Sofri muito quando eu torci o joelho e fiquei naquela dúvida, e fiquei sabendo que tinha que reconstruir o ligamento, fiquei desesperada.

Será que eu vou jogar no mesmo nível? E se eu não conseguir jogar, o que vai acontecer na minha vida?

Nunca pensando: não vou jogar. Sempre convicta, vou jogar, vou jogar melhor ainda. Sempre isso que eu falava, e eu trabalhava, trabalhava. Mas eu tinha sempre aquele "ladinho" falando: fique atenta, fique esperta, não fica gastando dinheiro à toa. Mudei as minhas atitudes, fiquei com medo.

Quando alguém fala em garra, em dedicação, lembram de mim. Eu me sinto realizada.

Minha frustração hoje é porque a gente tem tanta coisa boa para passar para essa meninada que está vindo, a gente tem uma experiência que ninguém está nem aí. Eu fico frustrada de ver o basquete essa porcaria, essas meninas com outros valores.

A gente fica infeliz porque parece que tudo que você fez, que a nossa geração fez se perdeu. Isso é uma coisa que eu carrego comigo que me deixa chateada, parece que você viveu, morreu e acabou.

4) Recomeço

Atleta é uma coisa, trabalhar na quadra é outra. Aí eu decidi fazer faculdade.

Eu posso um dia não jogar mais. Mas eu ainda sou uma pessoa normal, eu posso ter uma vida normal. Então vamos trabalhar para isso.

Hoje sou uma mulher, quase 50 anos, fazendo doutorado.

5) Construção da carreira

Eu vou jogar basquete, e ali vou trabalhar muito e as coisas vão acontecendo e foram acontecendo.

As pessoas falavam de mim: é uma maluca! O que será dessa menina quando ela parar de jogar basquete? No mínimo vai passar fome, não organiza, não planeja. Eu não planejava nada mesmo, largava. E deixa a vida me levar, ia indo, saía, me divertia, fazia cada besteira... Mas, estava todo dia na hora do treino, antes do treino, nunca faltei no treino, era responsável. Mas todo mundo falava, essa não vai dar em nada, essa vai passar sufoco.

Eu fui uma atleta de seleção brasileira, então eu sei a demanda, que você não tem tempo de pensar no que vai ser amanhã, eu nunca pensei no futuro.

Eu era uma excelente aluna, eu fui atrás do meu mestrado, fiz mestrado, você tem um diferencial porque você foi atleta, você tem a prática, ninguém teve.

Eu recebo recado, pessoas que mandam recado dizendo você é guerreira! Então a imagem que eu deixei é minha melhor medalha, era tudo que eu queria. Quando alguém fala em garra, em dedicação, lembram de mim.

6) Aprendizado com as perdas

Você nunca vai corresponder a suas expectativas sempre a dos outros, e outra, que você se cobra demais!

Eu não posso reclamar porque foi infelizmente por conta de uma lesão... e se eu não tivesse me lesionado, eu me pergunto hoje, será que minha vida hoje sem o meu planejamento forçado, por conta da lesão, eu teria hoje essa vida de ser uma professora universitária, ter um projeto social, ter as coisas, ou ia estar largada, esquecida, sem ninguém lembrar de mim, passando dificuldade? Então eu sou muito grata a tudo, infelizmente eu tive a lesão, que outro atleta teve, mas foi aí que me fez organizar.

Eu estava tão cansada, tão cansada, eu tenho onze cirurgias no joelho, eu agradeço pelas onze, eu não me arrependo absolutamente de nada no basquete.

A lesão veio para abrir meus olhos.

Aprendi o seguinte: você é dentro da quadra o que você é fora e vice-versa. E que as suas ações como atleta, elas não vão ser esquecidas mesmo depois que você não é mais um atleta de alto nível, mesmo quando você deixa as quadras.

Respeito ao próximo, você dar esse valor às pessoas, seja qualquer uma que for. E eu fiz disso a minha vida hoje.

O esporte me ensinou a fazer escolhas. Pautada na paciência, em você estudar antes de falar sim ou não, aprendi nunca dizer SIM muito rápido ou NÃO muito rápido.

Eu amadureci muito com o esporte, amadureci muito depois da lesão. A minha lesão abriu meus olhos. Eu sou muito grata à lesão que eu tive, porque ela me fez reorganizar minha vida. Porque senão eu estava ferrada, tenho certeza absoluta.

7) Planejamento – Cuidado financeiro

Operei o joelho, a partir desse dia eu comecei reorganizar minha vida para a possibilidade de não jogar mais.

E fui jogar e comecei a pensar: eu vou parar num futuro bem próximo, então eu vou começar a me preparar pra isso.

Era nova pra parar de jogar, eu sentia que tinha muito caldo pra dar para o basquete. Não vou parar desse jeito, não.

Eu tentei dar o máximo de mim da maneira que eu podia, para minimizar a cobrança de patrocínio, de patrocinador, de equipe, de técnico, essas cobranças de companheira de equipe que têm.

Eu só pensava numa coisa quando eu joguei basquete: juro por Deus, na rua eu não vou morar. Isso é inadmissível!

Comecei a colocar em ordem os estudos... minha intenção já era fazer a faculdade de Educação Física.

Fui estudando o que em paralelo podia fazer profissionalmente, a faculdade, aí fui na escolinha. Eu tinha uma chácara, coloquei pra alugar, tudo que eu tinha foi fruto do basquete.

Não fica gastando dinheiro à toa, você começa a pensar mais nas coisas. Então, eu mudei as minhas atitudes. Fiquei com medo.

Eu me programei, eu estudei para prestar vestibular, eu não fiz nada assim: vou lá fazer.

Eu já tinha minha casa aqui na cidade e que eu vinha sempre, eu já tinha feito meu estudo. Comecei a procurar... uma faculdade.

A única coisa que eu planejei na minha vida é me dedicar à minha vida pós-atleta como eu me dediquei na minha vida de atleta. Fazer tudo com intensidade, com responsabilidade, e foi a única coisa que eu não abri mão.

8) Aposentadoria – Decisão ou momento de parar

Então a partir desse momento eu falei: eu não vou deixar aquilo que eu sempre amei, que era jogar, me matar. Então nesse momento eu falei: não vou jogar mais.

Eu não vou ser 50% de jogadora, não é isso que eu quero.

Dois anos antes de eu parar de jogar, três anos antes eu joguei numa equipe pequena no interior e eu joguei muito bem, campeonato inteirinho, com a lesão e tudo.

Eu preciso fazer um planejamento porque foi tudo muito próximo. Chega! Ou você joga ou você não joga mais. E eu decidi não jogar mais.

Eu falei: agora vou parar de jogar.

Eu tive a opção minha de parar de jogar. Não fui mandada embora de nenhuma equipe, aí, sim, eu ia ficar muito chateada... eu quero ficar um ano acordando sábado a hora que eu quiser, saindo com meus amigos, tomando sol, eu quero ter uma vida normal, porque a nossa vida é normal para atleta, eu quero ter uma vida normal pra pessoa, pra uma mulher.

Não foi para mim um impacto. Da mesma maneira que eu comecei a jogar basquete, eu terminei.

9) Imagem – a melhor medalha

Eu era uma jogadora muito raçuda, essa era minha característica.

(...) eu joguei muito bem, campeonato inteirinho, com a lesão e tudo. Muito bem, muito bem, até eu assustava o quanto eu estava jogando. Aí me rendeu ainda um título entre as cinco melhores jogadoras do Estado. Mas isso não me enganou, isso era uma recompensa pelo meu esforço.

(...) essa companheira te vê como aquela atleta aguerrida; eu quero que as pessoas lembrem de uma pessoa aguerrida, divertida, companheira, uma pessoa que lutou pelo basquete.

Eu sou uma pessoa respeitada. No contexto do basquete, como eu era? Era divertida, era justa, era uma pessoa bacana.

Me incomoda. As pessoas não olham para você como uma universitária, como uma pesquisadora, só te olham como a do basquete. E você não consegue mudar isso. As pessoas não me olham com esse respeito que eu gostaria que olhassem hoje. Eu não sou mais aquela maluca que jogava... não sou a menina que só brincava. Hoje sou uma mulher, quase 50 anos, fazendo doutorado, tenho meu trabalho. As pessoas não te olham desse jeito, é incrível! E isso é um legado que incomoda demais, por mais que eu mude minha atitude.

10) Responsabilidade Interna X Ajuda

Eu acredito que tudo que acontece na sua vida, mesmo que você não espere, aquilo é fruto das suas ações. Muitas coisas que aconteceram na minha vida foram frutos das minhas ações como jogadora, do meu comportamento, da pessoa que eu fui.

Todas essas coisas aconteceram pelo meu comportamento, que somado com a minha habilidade e meu talento dentro das quadras fizeram isso. Então, posso te garantir que 90%, 95% das coisas que me aconteceram foram por conta do resultado do basquete e 5% que caíram de paraquedas.

Compreensão

Ao perguntar como havia sido a experiência de transição para a aposentadoria, a atleta faz relato de sua história, parecendo ter clareza dos seus atos desde a escolha em ser jogadora de basquete, quanto se dedicou durante toda a carreira atlética, até a decisão de não se operar e tentar se adaptar às limitações ocasionadas pelas lesões na busca de seguir no basquete o máximo possível.

Da mesma forma descreve as lesões que sofreu ao longo da carreira. Porém, ao comentar a lesão que mais lhe causou dúvidas, angústia e sofrimento, refere-se à lesão que o pai havia sofrido como fazendo parte da sua história: "Porque eu venho de uma história com meu pai, era jogador de futebol e ele parou de jogar por conta da mesma lesão que eu tive. Só que ele teve essa lesão em 1960 e pouco, e eu tive em 1993, então as coisas mudaram. Mas essa coisa do meu pai abandonar o esporte não saiu da minha cabeça. Eu sofri muito, muito, muito! Sofri muito quando eu torci o joelho e fiquei naquela dúvida, fiquei desesperada." Nesse momento ficou a dúvida: se sofreu devido à sua lesão ou pelo que o pai havia sofrido, precisando deixar o esporte. Será que seu sofrimento foi por ter como referência a vivência de seu pai? A dúvida e desespero seriam por ser filha e não querer sofrer o mesmo que o pai, como se fosse herança renunciada? Apesar dos sentimentos, conseguiu usar a experiência e escrever sua história, mesmo necessitando modificar seu comportamento no cuidado com a carreira e a aposentadoria. Situação que a partir da lesão se apresentava como uma possibilidade.

Quando menina, era responsável com os treinos, mas vivia sem se preocupar com o amanhã, de forma alegre e até sendo vista como inconsequente. Defende essa maneira de levar a vida como algo necessário para o atleta que se dedica 100% e precisa ser alegre, criativo e menos rígido, e por vezes chegando a ser excepcional dentro da quadra. Seria apenas a forma de ser de cada um, ou por dedicar todo o seu tempo ao esporte, e este ser o ambiente em que passa a maior parte do tempo, é nele que experimenta os padrões de comportamento? Seria efeito para suportar as exigências da dedicação? Apenas comportamento como outro jovem não atleta que vive intensamente e não se preocupa com o amanhã? Cabe a reflexão: ao apresentar habilidades necessárias para o esporte, logo surgem os incentivos para que o atleta se dedique apenas ao esporte, muitas vezes distanciando-o da possibilidade de manter os estudos. Mas em algum momento será dele cobrado um comportamento maduro, mesmo que não tenha aprendido como fazê-lo?

Em relação aos acontecimentos em sua vida, a atleta considera ser quase 100% responsável pelo que aconteceu, frisando sua dedicação, e quanto o esporte e as lesões a fizeram mudar seu comportamento, pensar no futuro, se organizar e planejar a vida. Talvez por ter planejado a aposentadoria, não tenha sentido impacto ao enfrentar a nova fase; sentiu apenas os efeitos físicos com a mudança de exigência aos treinamentos e a rotina de horários. Como se a mente já estivesse preparada para o momento que viria, mas o corpo ainda reclamasse com o passar dos dias. Embora credite a tranquilidade de se aposentar ao fato de não ter sido uma grande "estrela", considera sua maior medalha o fato de ser lembrada por suas características, e que festa de despedida é para os atletas mais conhecidos e tidos como "astro e estrela". Mas, para quem é a despedida? Para que serve este momento? Para o público que se despede do ídolo? Para o atleta ter um estádio lotado aplaudindo e gritando seu nome? Talvez possa servir para o atleta como ritual de passagem para a aposentadoria, e como aprendizado para quem está em atividade valorizar o que foi realizado.

Afinal, a atleta comenta que sentiu tristeza ao longo da carreira, quando foi desrespeitada pela nova geração. Acrescenta que o desrespeito vem pelo não reconhecimento e é característica das novas gerações. Seria fruto da sociedade atual, com as mudanças de valores, nem sempre dando importância ao passado e aos mais experientes e valorizando a cada dia os que estão em evidência? Reforço da mídia colocando os que estão produzindo no esporte como imagem de sucesso e reforçando a ideia que o que vale é aparecer? Interessante o que o atleta percebe quando está dentro e quando fora do esporte.

Em certo momento a atleta relata que gostaria que sua experiência servisse de aprendizado às novas gerações, pois como ela mesma diz, fica a sensação de que "parece que tudo que você fez, que a nossa geração fez se perdeu. Isso é uma coisa que eu carrego comigo que me deixa chateada, parece que você viveu, morreu e acabou". Em outro momento reclama de só ser vista pela imagem que deixou no esporte e não com o respeito que ela gostaria pelas novas atividades que desempenha como ser professora universitária, trabalhando e cursando doutorado. Deixa clara a dificuldade de mudar a imagem, mas talvez não esteja claro o desejo de ora ser lembrada pelo que fez, ora ser reconhecida e respeitada pelo que faz atualmente. Seria o desejo de ser reconhecida hoje como foi no esporte? Ou não só a partir do esporte...

4.5 Ricardo

Sua História

Ricardo deixou de competir aos 31 anos, passando automaticamente à função de técnico de judô que já realizava enquanto competia. Relata ter sido um período difícil. Só após alguns anos enxergou os motivos que o fizeram parar: precisava pagar suas viagens para o exterior, mesmo sendo campeão paulista, brasileiro e olímpico; não era mais titular da seleção brasileira, sabendo que não voltaria a sê-lo por mais que treinasse; sua filha estava para nascer e ele não tinha o mesmo estímulo de antes. O judô não era mais prioridade em sua vida, sendo muito difícil manter o nível de desempenho que o esporte de alto rendimento exige. Ricardo tinha também problemas com dirigentes por ter participado de um movimento, em conjunto com outros atletas, no qual deixaram de competir no alto rendimento para conseguir melhorar a estrutura do judô. Na final de um campeonato, enquanto competia, decidiu parar. Foi sua última luta. Relata que sua saída foi simples, natural, tranquila, porém dolorosa. O esporte foi a atividade que realizou por toda a vida e o *glamour* que a envolveu com viagens fez com que fosse admirado pelas pessoas.

Relata que na época não enxergou o que motivou sua parada e os sentimentos presentes. No dia seguinte à parada continuou a colocar o quimono para dar aula, mas ficou cerca de dois anos sem fazer outra atividade física. Dois anos depois, a prefeitura organizou uma luta de despedida para homenageá-lo. Diz ter sido reconfortante ver o ginásio cheio, o que o ajudou a superar os momentos de dificuldades pelos quais passava. Além das dificuldades financeiras, sentia-se perdido em relação aos objetivos; viveu momentos de tristeza profunda e de depressão, esta só percebida alguns anos mais tarde.

Ao longo de sua vida não conseguiu finalizar os estudos, por dificuldade financeira ou porque o esporte exigia todo o seu tempo. Agora, aos 45 anos, pensa em estudar para ter uma formação universitária, mesmo sentindo-se seguro na função de técnico e professor, e acredita que o estudo lhe dará conhecimento para seguir nas funções que já desempenha. Diz nunca ter feito planejamento em sua vida, que tudo foi acontecendo. Ainda hoje trabalha demais e as coisas vão acontecendo, porém atualmente reflete sobre as decisões que precisa tomar e que definirão os próximos anos de trabalho.

A respeito do início da aposentadoria, comenta quanto se sentiu sozinho, revoltado, sem entender o afastamento das pessoas, numa briga interna e diária que resolveu com o tempo, sem contar com a ajuda de ninguém. Diz que depois de alguns anos foi como se surgisse um período de calmaria, sendo possível começar a entender o que aconteceu e aceitar. Hoje enxerga o que passou e compreende os acontecimentos de modo sereno, incluindo a perda do irmão quatro anos mais velho, que foi atleta da mesma modalidade e seu ídolo. Conta que prefere se fechar, a brigar ou discutir. Considera que o que realizou no esporte ajudou-o a estar no cargo público que hoje ocupa; tudo é questão da imagem, seriedade e capacidade que se constrói. Mas mesmo assim, é uma nova construção onde é preciso provar quanto se é bom. Sente-se realizado, tem sido procurado para atuar nas duas funções que desempenha, o judô e o cargo público. Relata que é uma das primeiras vezes na vida, após ter parado, que olha para o judô e dele sente falta, e se enxerga novamente em uma atividade prazerosa. Ressalta a importância das pessoas que o ajudaram e ajudam até hoje, mas deixa claro que suas escolhas e atitudes foram determinantes para chegar onde está. Falando a partir de sua experiência, gostaria que as confederações proporcionassem orientação aos novos atletas, que um dia vão se aposentar e muito provavelmente passarão por momentos difíceis.

Minhas Impressões

Ao contar sua história, Ricardo parece sereno quando comenta que a decisão de parar foi simples, tranquila, mas dolorosa. Segue seu relato partindo dos acontecimentos e das pessoas envolvidas, acompanhado de sentimentos. Embora tente parecer relaxado, percebemos que se pudesse enxergá-lo por "dentro", veríamos a intensa velocidade de seus pensamentos e da circulação. Impressão que parece se confirmar quando em determinado momento, após uma longa respiração, completa: "Só de ficar lembrando e falando o quanto foi dolorido, doeu um pouco."

Dá sequência à sua exposição dizendo que na época (em que parou) não conseguia perceber as motivações que o fizeram parar, justificando que o homem tem uma dificuldade maior de lidar com seus sentimentos. Durante o relato nos questionamos sobre sua disponibilidade de dar a entrevista, desde o começo, se seria a necessidade de falar e refletir sobre o assunto...

Em certo momento, na tentativa de voltar à parte sentimental, ele conclui um pensamento, e fazemos comentários em alusão à dificuldade dos homens em falar sobre os próprios sentimentos, mas embora os homens em geral não falem sobre sentimentos, é diferente com ele. Por causa disto solta uma gargalhada, nos interrompe e acrescenta que só enxerga as coisas depois. Segue relatando sua experiência como atleta e como técnico de atletas que já se aposentaram. Ao falar da vivência de perder o irmão que se suicidou, tenta assegurar quanto o fim da carreira colaborou para o fato; diz não ter a mínima dúvida, mas infelizmente não pode provar. Acolhendo suas reflexões, apontamos que a questão não é provar; é a sua percepção e é a que vale. Então parece ficar mais relaxado e passa a falar do momento atual; é uma das primeiras vezes na vida, desde a aposentadoria da carreira atlética, que enxerga o judô novamente como atividade prazerosa. Parece querer aproveitar a ocasião para refletir sobre as decisões que está prestes a tomar.

Categorias Temáticas

1) Transição

> (...) eu não sei se eu tive esse período de transição, porque eu já deixei de competir e automaticamente passei a trabalhar como técnico de judô, que é uma função que eu já fazia mesmo sendo competidor.
>
> Foi um período duro, eu parei de competir aos 31 anos, sendo campeão paulista, campeão brasileiro, não era mais titular da seleção brasileira.
>
> Mas ainda tinha um excelente nível, ia ao exterior em algumas oportunidades e conquistava medalhas em torneios importantes, mas para eu ir ao exterior eu tinha que pagar do meu bolso porque eu não tinha patrocinador.
>
> Eu já era campeão olímpico e não era mais utilizado pela seleção brasileira, então não tinha o mesmo estímulo para treinar. Eu sabia que por mais que eu treinasse não voltaria a ser titular da seleção brasileira, não voltaria a ser atleta olímpico.
>
> Aí, minha filha estava para nascer também. Eu percebi em pouco tempo que a minha falta de estímulo para treinar se dava também porque o judô não era mais a minha prioridade, a prioridade da minha vida. E quando a sua atividade deixa de ser a

sua prioridade, é muito difícil você conseguir manter o nível de apresentação, de desempenho que o esporte de rendimento exige.

2) Sentimento – Tranquilo X Doloroso

Foi uma decisão muito tranquila, muito simples, mas não por isso deixou de ser dolorosa. Foi simples, foi tranquila, mas foi dolorosa.

Dolorosa porque eu fiz aquilo a vida inteira, queira ou não o esporte, tem... todo um *glamour* você ser titular da seleção brasileira, as pessoas te procuram, ficam à sua volta, te admiram.

Embora eu tenha tomado a decisão naquele dia, eu já vinha sentindo muita dificuldade para conseguir fazer meus treinamentos. Eu não tinha estímulo.

Mas na época eu não enxergava dessa maneira, eu só sei que como não era mais prazeroso estar ali para competir, eu resolvi parar.

Na verdade, eu posso dizer que excluindo aquela luta que me senti homenageado, nunca mais eu competi, uma coisa que para mim é muito resolvida. Essa homenagem para mim foi uma coisa muito importante.

(...) tive os meus momentos de depressão, que você não percebe na época, só vai perceber alguns anos depois que você passou por momentos de tristeza profunda; você fica meio perdido em relação a novos objetivos; você tem teus medos, porque eu tinha filho e como é que vai ser? Vou conseguir sustentar?

(...) foi reconfortante para mim (a homenagem), me ajudou um pouco a superar aqueles momentos de dificuldade, queira ou não, esses momentos de toda essa dor, esses dois anos.

E você se sente muito sozinho nesse período... quando você deixa de ser atleta você não percebe isso. Só vai perceber isso depois e aí você passa por aquele momento que você fica meio revoltado, que você não entende porque está passando por essas coisas. É uma briga interior. Um processo interior e que o atleta se debate um pouco nisso aí na vida dele. Depois de alguns anos vai vir um período de calmaria, é quando você começa a enxergar essas coisas, começa a entender, a ter compreensão, a

aceitação. Mas demora, demora, eu falei em dois anos mas é bem mais, bem mais, muito mais...acho que tem uns dez anos, dez anos. Um período difícil, é difícil.

3) Busca por estrutura melhor – luta fora do tatame

(...) ainda em 96 eu tinha problemas com os dirigentes da Confederação Brasileira, que eram resquícios de um movimento que eu participei antes de 1992. Eu me afastei das competições por dois anos e meio, a gente conseguiu com aquele movimento, onde nos distanciamos das competições de alto rendimento, conseguimos melhorar a estrutura do judô. Mas o nosso relacionamento pessoal com os dirigentes ficou extremamente desgastado e só foi piorando.

4) Planejamento

(...) eu já deixei de competir e automaticamente passei a trabalhar como técnico de judô, que é uma função que eu já fazia mesmo sendo competidor.

Na verdade, eu comecei a parar e pensar desde aproximadamente 1996 (dois anos antes) quando eu fui para Olimpíadas.

Na verdade, nunca teve um planejamento, minha vida sempre foi uma coisa muito doida. As coisas vão acontecendo. Eu trabalho muito, então as coisas vão acontecendo.

5) Aposentadoria – o quimono como professor

No dia seguinte eu continuei colocando o quimono, porque eu tinha que dar aula, isso era uma coisa prazerosa. Desde 1992 eu já era professor, eu tinha que dar aula porque eu precisava sobreviver.

Mas eu fiquei dois anos sem fazer uma atividade física. Para mim era uma coisa, é... sacrificante.

6) Distanciamento – proteção do desprazer

(...) eu fiquei dois anos sem fazer uma atividade física. Pra mim era uma coisa, é... sacrificante.

Tanto é que eu parei em 1998 e nunca mais participei de competição.

7) Dificuldades

(...) eu tive as dificuldades financeiras, tive os meus momentos de depressão, que você não percebe na época, só vai perceber alguns anos depois que você passou por momentos de tristeza profunda; você fica meio perdido em relação a novos objetivos; você tem teus medos, porque eu tinha filho e como é que vai ser? Vou conseguir sustentar?

8) Despedida-Homenagem

Em 2000 a prefeitura da cidade, dois anos depois, quis fazer uma homenagem para mim. Fazer uma luta de despedida.

Eles planejaram, eu aceitei porque enxerguei como uma homenagem. Treinei um pouquinho, fiz a luta e nunca mais.

9) Recomeço e volta do prazer

Depois de dois ou três anos passou a ser... comecei a enxergar algum prazer em fazer atividade física.

Depois eu consegui morar sozinho, as coisas foram mudando. Mas demorou para eu me equilibrar, para conseguir o respeito das pessoas numa outra área. É matar um leão por dia.

É uma construção. Acho que você ainda pode aproveitar muita coisa do que você construiu antes. Mas é uma nova construção. Talvez você não vai começar do zero, comece aqui do 3º andar dessa construção. Mas você tem que começar a construir.

Hoje eu estou com 45 anos e tenho pensado muito nisso ultimamente, que eu preciso voltar a estudar para ter uma formação universitária. Porque eu sinto falta.

Mesmo sendo técnico, professor, que é um caminho que eu me sinto extremamente seguro em percorrer independente do diploma do curso universitário. Hoje tenho pensado em retornar a essa profissão e tenho pensado que a formação universitária me daria, não segurança, porque isso eu não sinto falta, mas me traria mais conhecimento para seguir voltar à carreira de técnico, de professor.

Não sou unanimidade, às vezes recebo críticas, mas ao mesmo tempo as pessoas me convidam para fazer trabalho nas duas áreas que tive atuação maior nesses últimos anos. Então eu acho que fui bem nas duas.

10) Aprendizado com as perdas

Eu acho que o momento de encerrar a carreira é o momento de muita dificuldade para o atleta; quanto mais alto ele chega, quanto mais longe ele chega, maior o sofrimento, maior a dificuldade.

Você quando encerra a carreira, você não consegue enxergar e entender porque as pessoas deixam de te ligar todo dia, porque você deixa de ser o centro das atenções. Você só consegue enxergar isso depois.

E você se sente muito sozinho nesse período. Aí você vê que o número de amigos que você tem é pequeno. Porque a vida é assim, a gente tem poucos amigos, que a gente realmente vive, tem proximidade maior. Mas quando você deixa de ser atleta você não percebe isso. Só vai perceber isso depois.

(...) tudo depende do modo como o atleta encerra a carreira. Depende o que alcançou na carreira dele, de conquistas de títulos, o quanto é respeitado na modalidade. E aí o respeito que ele adquire não só pelas conquistas e também pela pessoa que você é.

(A respeito da perda do irmão) É a minha percepção. Mas também só fui perceber isso muitos anos depois. Vivia buscando justificativas e depois você vê que não existe uma justificativa. Existem várias situações, que a pessoa fica doente, entra em um processo de depressão e aí perde a capacidade de tomar decisões positivas.

11) Sozinho na luta

(...) não busquei apoio em ninguém, nada, foi uma luta constante, interior, e eu não sabia nem porque eu estava naquela situação.

Você percebe que diante de alguns problemas você pode até contar com o apoio de algumas pessoas. Mas a única pessoa que pode te ajudar é você mesmo. Você é o único responsável pelo que acontece na sua vida.

12) Perda do irmão

E você sabe que eu antes perdi meu irmão, meu irmão se suicidou. Meu irmão foi atleta olímpico, e era um atleta extraordinário. Para mim, mais... meu irmão, sempre tive meu irmão como um ídolo, quatro anos mais velho que eu. Já foi momento de muita dor ali para mim.

Mas hoje eu olho para trás e vejo que um dos motivos maiores dele ter chegado a essa situação, foi exatamente a questão de parar de competir. Sinceridade, não tenho a mínima dúvida em relação a isso. Eu não posso te comprovar, não tenho dados para falar isso. Mas como eu convivia com ele naquela época e passei pelos mesmos problemas, a gente era muito igual em algumas situações. Vejo que um momento de desequilíbrio emocional, uma das coisas que mais o levou a isso, foi o fato de ter encerrado a carreira.

É a minha percepção. Mas também só fui perceber isso muitos anos depois. Vivia buscando justificativas e depois você vê que não existe uma justificativa. Existem várias situações, que a pessoa fica doente, entra em um processo de depressão e aí perde a capacidade de tomar decisões positivas.

13) Responsabilidade Interna X Ajuda

> Eu acho que tudo que eu conquistei, que eu aprendi, eu devo a um número enorme de pessoas. Ninguém consegue nada sozinho. Mas logicamente eu também tenho o conhecimento de tudo aquilo que eu fiz para que as coisas acontecessem.
>
> Não adianta você ter um técnico maravilhoso, se você não tem poder de superação, poder de determinação, se você não vai todo dia treinar e se esforçar 100%. Então, eu sei da minha capacidade também.

Compreensão

Ricardo conta que nunca fez planejamentos enquanto foi atleta e diante de um problema buscava saídas. Desejo ou força de viver impeliu-o a lutar contra as adversidades, fossem financeiras ou emocionais. Hoje enxerga quanto o atleta se ilude que o *glamour* do esporte seja eterno. A ilusão de que sempre haveria muitas pessoas à sua volta teria causado no atleta a necessidade de se distanciar das competições devido à dor de perceber a realidade. Sentiu reconforto quando foi homenageado e visualizou um ginásio lotado. Relata que a parada foi dolorosa, parece sentir falta da aclamação do público. Deixar de ter as pessoas em volta faz com que se sinta abandonado, como criança que com determinada idade não suporta perder o olhar do outro.

A aposentadoria foi dolorosa e também o momento de revisar perdas não compreendidas. O atleta relata como foi difícil a perda, mas não deixa claro o que significou para ele o suicídio do irmão; considera que tal ação esteve ligada ao momento da aposentadoria, por esta acontecer ainda mais cedo na carreira do irmão. Com a aposentadoria sentiu-se triste, sozinho, revoltado, vivendo seus dias em conflito interno, e o tempo em que viveu esses sentimentos, que a princípio parecia de dois a três anos, revelou-se muito mais duradouro. Seguiu a vida e com ela seu processo de luto, até surgir a compreensão e a aceitação das diversas perdas. Buscou se reerguer, superar as dificuldades e prover a família, mesmo quando parecia ser ele quem mais precisaria de cuidado. Talvez pela dificuldade em expor os sentimentos ou por falta de um "olhar atento". Só mais tarde percebeu que esteve em depressão.

Parecia estar no piloto automático e assim continuou na atividade de técnico, que já desempenhava. Iniciou outra atividade, e embora ligada ao esporte, o atleta exigiu de si mesmo que provasse ser bom. Provar para quem? A sociedade, que cobra assim como de outro profissional? Seria o atleta que já foi campeão, mais cobrado em tudo que faz? Relata ser grato às pessoas que o ajudaram em suas conquistas e ao mesmo tempo não buscou apoio ou ajuda enquanto estava em crise. Qual terá sido a dificuldade? Falar dos sentimentos? Talvez acreditasse que ninguém pudesse ajudar ou seria visto como fraco e desamparado ao mostrar seu sofrimento?

Conseguiu recomeçar e sentir-se realizado nas duas áreas de atuação. Vislumbra voltar a estudar, a conclusão do ensino superior talvez o deixe mais seguro. Atualmente vive o momento de decidir em que área seguirá trabalhando. Parece que por ser responsável pela família não poderá simplesmente decidir em busca do prazer. É possível que a maturidade de hoje possa ajudá-lo a se sentir bem, seja qual for sua decisão. Cabe a reflexão: sendo uma pessoa que dificilmente fala de seus sentimentos e compreende a situação após o acontecido, caberia um acompanhamento profissional que o ajudasse a ver o lugar que ocupa, e as motivações da decisão de parar a atividade esportiva?

4.6 Beatriz

Sua História

Beatriz começou a jogar vôlei aos sete anos, veio morar em São Paulo quando se tornou profissional aos 16 anos, fez parte da seleção brasileira, participou de campeonatos, Copa do Mundo e Olimpíadas. Aos 26 anos descobriu que tinha artrose no joelho, realizou uma cirurgia, jogou por cinco anos chegando a se aposentar aos 31 anos, idade considerada jovem pela maioria das jogadoras. Seu planejamento foi nos cinco meses finais de carreira em relação à escolha do momento de parar. Tinha medo que precisasse sair durante o campeonato, então se preparou física e pessoalmente para conseguir jogar até o final do ano.

Define a preparação pessoal envolvendo a espiritualidade e questões psicológicas. Queria sair enquanto estivesse por cima, jogando bem. Escolheu o final da Copa do Mundo e contribuiu para que a seleção se classificasse para as Olimpíadas. Questionou qual o momento de parar, e as dores colaboraram para esta decisão. Considerou que não deveria anunciar sua resolução, só quando parasse. Seus pais não a compreenderiam e Beatriz buscou apoio em alguns familiares e em dois amigos, que a ajudaram na orientação de como lidar com o contrato com o clube e com o patrocinador. Devido a seu histórico de contusões, o clube incluiu uma cláusula no contrato, que caso não jogasse, eles não pagariam seu salário. Aproveitando-se dessa situação, quebrou o contrato com o clube.

Nos meses finais antes de se aposentar escreveu suas memórias, o que a ajudou na elaboração do luto. Ao parar, sentiu alívio das dores. Tinha clareza que precisaria buscar outra carreira quando parasse, e já realizava outras atividades como escrever para jornais, e tinha construído boas relações durante a carreira esportiva; por isso, não se afligiu com a aposentadoria. Tinha confiança em sua capacidade de aprender, e se fosse necessário assim o faria para desempenhar outra atividade. Atribui essa confiança ao aprendizado obtido com o esporte. Logo que se aposentou tirou férias por um mês, e ao voltar seguiu escrevendo para jornal, fez cursos e foi convidada para ser comentarista na Olimpíada, que aconteceu seis meses depois. Desde a aposentadoria precisou descobrir exercícios que a ajudassem a se sentir melhor com suas dores e limitações na prática esportiva.

Relata que sente tristeza quando não realiza atividade física, e que hoje seu tempo dedicado aos exercícios não é o mesmo de quando era atleta. Sua atividade atual é coordenar

um instituto de projetos sociais. Sabe que é conhecida e que sua imagem no esporte ajuda novas conquistas hoje relacionadas aos patrocinadores dos projetos do instituto de educação e esporte que coordena. Avessa a exposições, não se opõe a conversar sobre suas experiências; considera que pode por meio de sua história evocar valores e sentimentos nas pessoas que a procuram e que isto é bom para ela, para as pessoas e para o mundo.

Minhas Impressões

Após contato por meio de um amigo, começamos a troca de e-mails com Beatriz para acerto da data da entrevista. Depois do adiamento da primeira data devido a seus compromissos, e percebendo que ela ainda tinha interesse em colaborar, sugerimos nova data. Afinal, a entrevista foi realizada no prédio de seu escritório. Beatriz contou sua história, o que aconteceu e sentiu. Mesmo tendo falado rapidamente e quando o gravador já estava desligado, mencionou que tomar a decisão de parar incluiu momentos difíceis, mas que tinha confiança para encarar qualquer situação ao se aposentar. Beatriz mostra certo distanciamento da fama e utiliza a imagem de atleta para realizações na nova atividade profissional.

Categorias Temáticas

1) Transição – últimos quatro meses

Quando eu parei eu fui meio parada, eu não fui até o final da carreira.

Eu não fui até o final da carreira, foi uma quebra. Eu quebrei o contrato, eu ainda tinha dois anos de contrato com o clube e quebrei contrato com um ano.

2) Planejamento – físico e pessoal

Foi planejado. Eu parei antes de acontecer isso. Eu não queria justamente isso. Quebrar no meio de um campeonato e não conseguir mais voltar e aí... enrolar. Eu queria parar bem.

Então fiz uma preparação física e o fortalecimento pessoal para chegar até o final da temporada da seleção e do campeonato da Copa do Mundo, que no final do ano classificaria para a Olimpíada.

Eu planejei para acabar tendo vaga para a seleção. Aí eu voltaria para o Brasil e encerraria minha relação com o time, no caso o time de Osasco, e eu estava livre. Foi o que eu fiz.

Então foi planejamento, programação para os quatro meses finais, de agosto a dezembro.

Eu queria acabar jogando e bem.

Então foi uma preparação tanto física cuidadosa, como uma preparação pessoal. Este pessoal entra o espiritual e o psicológico. Uma preparação espiritual e de fazer a cabeça para parar de jogar.

3) Sentimentos – corpo, dores, superação

É difícil a hora... será que está na hora mesmo? Será que não dá mais? O que eu vou fazer depois? Essas coisas que passam pela cabeça. Ah... especialmente por que será que é isso mesmo? E... não vou à Olimpíada?

Alívio. Quando eu decidi estava decidido, era só ver como.

O alívio era pela dor. Não vou precisar fazer esse sacrifício. E vou ter fim de semana, vou ter casa, vou ter rotina, vou ter previsão.

Eu não tive medo depois. Eu tive medo de não conseguir concluir o plano de chegar até o final do ano, até a Copa do Mundo.

A maneira como você ia parar. Isso tinha o medo, mas consegui. Depois, era alívio e... ver que vida ia ser depois. Mas tinha um sentimento de muita confiança de que dava para encarar qualquer coisa. Eu estava preparada para qualquer coisa.

4) O que buscou como suporte – a escrita como caminho

Até nessa época eu tinha começado a escrever um livro. Um ano antes e não rolou, não fluía. Não escrevia. Quando tomei essa decisão, o... não foi proposital, mas acabou acontecendo, eu mergulhei na escrita... foi especificamente uma biografia, mas esportiva, mas com foco nos últimos anos, seis últimos anos de seleção. Mas enfim, eu voltava, eu revisava várias coisas. Foi um período superimportante para mim, uma maneira de eu estar me despedindo.

Eu fui revivendo, me despedindo, dava risada, chorava. Mas foi muito, muito legal, muito importante. Não foi proposital, mas acabou. Foi muito bom.

As pessoas próximas. Quem sabia eram as pessoas da minha família,... (pensativa) nem meu pai, minha mãe não sabiam, porque iriam ter dificuldade em lidar com isso.

Um amigo meu, que no caso era da imprensa e me ajudou a organizar a estratégia. Dois amigos meus, um era da imprensa e o outro ligado ao *marketing*. Não foi proposital (não os procurou como profissionais), eram amigos meus.

5) Aposentadoria – decisão de parar

Então quando eu parei nova, com 31, o pessoal está jogando aí com 40 e tantos anos. Mas parei, cheia de gás, mas sem nada financeiramente.

Mas... tinha que começar uma outra carreira, ou outras carreiras. Tinha que continuar trabalhando.

Eu tirei um mês de férias, fui viajar, voltei. Vendi meu carro importado, não posso mais ter isso, no caso, como eu já tinha excelentes relações no meio e já fazia

muita coisa. Já escrevia coluna para jornal, tinha site, eu estava bem envolvida em algumas coisas que foi por onde eu comecei a trabalhar.

6) Aprendizado com as perdas

Porque, na verdade, o que é para mim o esporte, o que era para mim o esporte... é fazer o melhor, a superação, ou conseguir vislumbrar ou concretizar o meu melhor. Isso é o lance do esporte. O desafio é esse. Você tem que ter é... você não é o que aparece ou o que você fala, é o que você faz. Não adianta você falar que você é bom, se na sua área não faz os pontos necessários para ser considerado bom.

Você estar pronta para qualquer coisa. Isso de confiança, isso é uma coisa que foi primordial e muito forte e isso até hoje.

Mas tudo vem 100% do esporte. Já fiz, já fiz processos do nada, aprendo qualquer coisa, eu vou aprender. Então, é isso, vem do esporte, sim.

Essa confiança que o esporte traz não é porque venceu, são pequenas coisas, é no dia a dia, é no processo, muito mais que no momento da vitória. Essa questão psicológica também é muito marcante.

7) Destreinamento – físico e psicológico

Aconteceu que eu fiz uma formação em Pilates durante um ano e meio, quase dois, depois que eu parei de jogar, e esse foi meu destreinamento físico, não psicológico. O psicológico começou antes, quando eu decidi parar de jogar e continuou depois, talvez até hoje.

8) Relação com o corpo

Quando eu parei, eu vagabundei um bom tempo (dos exercícios). E em um determinado momento começou a dar dores. Aí me dei conta que eu estava totalmente

torta. Porque eu tenho problema no joelho, então tiro todo o peso de um joelho para o outro, então eu tenho que estar o tempo inteiro me policiando, treinando direitinho porque senão tem dor.

O que eu sinto mais falta ainda hoje é tempo de fazer atividade física. Isso me faz muita falta. Eu sinto tristeza de não fazer tanta atividade física.

Mas mesmo assim, o que falta é estar melhor com o corpo, o corpo estar melhor treinado, e isso me dá um prazer muito grande, eu estar bem.

Muito do que eu demorei a achar uma rotina foi pela dificuldade porque não podia mais correr, parei de jogar porque tenho artrose, eu quero andar quando eu tiver 60, 70 anos.

9) Reconhecimento – uso da imagem construída

(...) especialmente acho que fica mais fácil para mim porque minha imagem não morreu. Eu sou muito conhecida, eu vou, saio na rua, tenho que falar com alguém. Aqui (no trabalho) é comum, de repente o patrocinador pede algo naquela cidade. Eu não conheço ninguém lá. Mas eles me conhecem. Me consegue o telefone, o nome da pessoa que está feito. Então eu não perdi vantagem, isso é bom, é bom para o trabalho.

Eu hoje na área social carrego totalmente a minha imagem como jogadora. Que é de colocar o dedo na cara de cubana, de vestir a camisa, de ter garra, de lutar pelo País, de superar dificuldade por causa das contusões, de não desistir. Essa é a imagem que eu passo para as pessoas, que as pessoas veem falar comigo falando dessas coisas. Não tem jeito. Isso vem junto.

Não gosto de chamar atenção. Então, estou na praia como no fim do ano, a praia cheia, aí a pessoa vem e pede para tirar uma foto. Eu vou me levantar, tirar a foto, todo mundo vai virar e vai olhar. Então isso é uma coisa que eu nunca gostei e continuo não gostando.

Mas para conversar, senta do lado, conversa, tchau, muito obrigada, vou sair de fininho. Mas faço isso tranquilamente, é importante para mim, por isso que eu falei e não por um simples reconhecimento pelo que eu fiz. Mas, o que eu fiz desperta essas coisas boas na pessoa e isso é bom.

10) Recomeço – nova atividade física e profissional, busca pela rotina

Já escrevia coluna para jornal, tinha site, eu estava bem envolvida em algumas coisas que foi por onde eu comecei a trabalhar. Meu primeiro emprego foi numa TV. Me convidaram para fazer os comentários por causa da Olimpíada. Também fazia um chat para um provedor da internet.

Quando eu parei, eu fazia algumas coisas porque eu precisava de dinheiro, fazia outras porque precisava me preparar para outra atividade, estudar, fiz muito curso... e fazia outras que eu não sabia direito no que ia dar, mas eu achava que era importante.

O que eu sinto mais falta ainda hoje é tempo de fazer atividade física. Isso me faz muita falta. Eu sinto tristeza de não fazer tanta atividade física. Mais recentemente consegui me organizar, entrei em forma de novo.

Muito do que eu demorei a achar uma rotina foi pela dificuldade porque não podia mais correr, parei de jogar porque tenho artrose, eu quero andar quando eu tiver 60, 70 anos.

Mas a gente tem tempo para fazer atividade quando é atleta. O que eu não tenho, meu tempo hoje é outro. É o tempo de gente comum.

Mas o mais importante é o que eu consigo hoje ter de relação profissional, e a relação profissional não tem nada a ver com aquela placa que está lá no meu escritório, nem com as medalhas que eu ganhei. É... às vezes é um pouco demais isso, não... não sei se eu estou errada mas eu vivo assim, eu divido as coisas, separo as coisas.

11) Concepção de mundo

Porque, na verdade, o que é para mim o esporte, o que era para mim o esporte é... não era a fama, o dinheiro, lógico o dinheiro é importante em uma carreira profissional, qualquer que seja. Mas é a questão do esporte que sempre foi presente, tão envolvida, é fazer o melhor, a superação, ou conseguir vislumbrar ou concretizar o meu melhor. Isso é o lance do esporte.

Eu acho que cada um está aqui para fazer o seu melhor, e ponto. Eu não faço mais que minha obrigação. Então o que eu fiz jogando, eu não fiz mais que minha obrigação. Se hoje eu me dedico pelo instituto, faço o que eu tenho condição de fazer. Não é mais que minha obrigação.

Hoje em dia eu faço muito mais pelas pessoas, eu acho importante, eu gosto e acho que eu preciso fazer isso, as pessoas merecem que eu faça isso. O que eu fiz desperta valores, sentimentos que as pessoas têm dentro de si. Então, quando elas veem falar comigo, são essas coisas que vêm. É assim que eu interpreto e eu acho isso bom, acho isso bom para o mundo, acho isso bom para mim, acho isso bom para as pessoas.

12) Responsabilidade Interna X Ajuda

Muita pouca coisa externa. Eu nunca tive muita ajuda de ninguém. Nem enquanto jogava.

Lógico que técnicos, se eu não tivesse especialmente alguns fisioterapeutas e preparadores físicos, uns dois ou três, eu não teria conseguido jogar tão bem pelo tempo que eu joguei.

Compreensão

Beatriz soube da limitação física aos 26 anos. O médico que realizou a cirurgia disse que ela teria apenas mais cinco anos pela frente, relata que nada podia assegurar o tempo restante, então seguiu jogando e competindo no alto rendimento. Buscou readaptação dedicando-se à preparação física, tomando antiinflamatório por dois anos. Seria força, interesse, necessidade ou resiliência que a fez seguir mesmo tendo motivos para parar? Seguiu e construiu sua imagem, como ela mesma relata: ter garra, superar dificuldades e não desistir. As dores eram muito fortes e impulsionaram a parada, mesmo assim decidiu quando e como queria parar. Era uma tentativa de manter o controle ou fazer valer sua vontade até o momento final, sendo responsável pelo seu desempenho e escolhas, como se não permitisse que a decisão viesse de fora.

Antes da decisão teve dúvidas e compartilhou-a com poucas pessoas que a ajudaram em questões práticas. Considerou que seus pais não compreenderiam o momento por que passava. Dá a impressão de que ninguém saberia ou compreenderia suas dúvidas, medos e angústias. Mais uma vez mostrava-se responsável pelas suas decisões, como se não pudesse receber apoio de outras pessoas. Teria dificuldade de pedir ajuda? Seria por ter saído de casa aos 16 anos, mudado de cidade para seguir carreira profissional, tornando-se responsável por seu cuidado?

No momento de transição, nos quatro ou cinco meses finais, procurou conhecimento espiritual e se preparou mentalmente para se acostumar com a ideia de parar. Parece que esse foi o ponto de partida para que Beatriz encarasse com confiança a saída do esporte e a busca de outra atividade. O destreinamento físico ajudou-a a lidar com as dores e a fortalecer o corpo tão sacrificado com os treinos e jogos. Afastou-se dos exercícios físicos devido às dores e limitações. Todavia, procurou reencontrar uma atividade física possível para realizar nesse momento, já que sentia tristeza quando não se exercitava. O destreinamento psicológico foi importante e continua nos dias atuais, norteando a forma com que se relaciona com a imagem e o reconhecimento das pessoas.

Ao falar do período de destreinamento sem tempo previsto, parece referir-se ao processo de luto por deixar a profissão, e principalmente ao que constituiu sua personalidade. Ao se aposentar fazia atividades por diferentes motivos: precisava de dinheiro, buscava investir em formação, e outras sem motivo claro. Percebemos a confiança com que de alguma forma construiria uma nova carreira. Avessa à badalação e ao reconhecimento que a expõem, mantém distanciamento da sua imagem no esporte, porém se utiliza dela para conseguir novas relações profissionais. Mostra que a partir da sua concepção de mundo, seu compromisso é de fazer o melhor em qualquer atividade, assim como acredita que sua história evoca pensamentos e valores nas pessoas e que isto é bom para todos. Parece que o envolvimento com o espiritismo e o crescimento pessoal ajudaram-na a ressignificar suas ações e a encarar a vida. O amadurecimento auxiliou-a a enfrentar seus medos.

5 DISCUSSÃO: AMPLIANDO AS REFLEXÕES

Neste capítulo buscamos estabelecer diálogo entre os conhecimentos adquiridos a partir da análise do conjunto das narrativas e os de outros pesquisadores e teóricos, no intuito de clarear e ampliar as reflexões sobre a aposentadoria de atletas.

No decorrer de sua carreira, o atleta enfrenta uma série de mudanças que exigem ajustamentos psicológicos, e essas situações podem ser experimentadas de forma negativa ou positiva. O atleta nem sempre tem controle ou escolhe o que acontece durante a carreira atlética nos diversos momentos de transição. Estes momentos são eventos críticos que exigem adaptação ao longo da carreira e no momento da transição para a aposentadoria da vida atlética.

Conforme Martini (2012), a carreira atlética é um processo composto por, no mínimo, três fases: iniciação, competição e aposentadoria. O ciclo da carreira do atleta lembra os ciclos de carreira em geral, mas atletas experimentam um período de envolvimento mais curto, intenso e mais definido e eles são, muitas vezes, confrontados com preocupações de transição de carreira diferentes dos não atletas. Solicitações de encarar e lidar adequadamente com mudanças de identidade significativas e estilo de vida estão presentes em várias fases da carreira.

A partir dos relatos dos colaboradores observamos que o momento de transição demandou dispêndio de atenção sendo visto, muitas vezes, como momento difícil por exigir do atleta que pense na nova situação que se aproxima, o momento de encerrar a carreira atlética. Podemos dizer que o atleta, treinado a manter o foco de 100% de sua atenção no desempenho e alto rendimento, precisará prestar atenção aos sinais que mostram que o momento da parada está próximo. Sinais esses que surgiram nos relatos como: desgaste físico; dores; falta de concentração e de estímulo para treinar; dificuldade em manter o mesmo ritmo de antes; idade; ou até o cansaço no corpo e na mente pela disciplina e rotina dos treinamentos. Como visto nos relatos, a chegada desses sinais serviu de sinalizador ao atleta para as possibilidades do que fará quando se aposentar; da necessidade de buscar recursos ou conhecimento; ou até de negar e evitar pensar no assunto.

Martini (2012) reconhece que a falta de preparo para a transição da carreira atlética a novos caminhos de vida pode levar atletas a apresentarem baixa motivação e encorajamento no intuito de considerar o fim de suas carreiras competitivas. A cultura atlética parece contribuir para que eles se sintam desencorajados em considerar a vida depois do esporte. Contrastando com esses resultados, pesquisadores descobriram que a maioria dos atletas profissionais ajusta-

se com sucesso à transição (McPHERSON, 1978; BAILLIE, 1992). Como foi possível perceber nos colaboradores deste estudo, que apresentando formas e tempo diferentes para o ajustamento, todos se mostraram adaptados às atuais atividades, muito embora tenham relatado as dificuldades vividas no período de transição.

Na opinião de Alfemann (1995), atletas que se preparam mais para a transição futura colaboram para seu ajustamento. Ricardo parou sem se preparar porque sentia desprazer e falta de estímulo nos treinamentos; relatou grande dificuldade para perceber seus sentimentos e se ajustar diante da falta do que significava a carreira atlética. Este processo durou dez anos. Ao se distanciar do desprazer sem refletir como seriam seus dias posteriores, apresentou dificuldades em lidar com o problema. Lazarus e Folkmam (1984) chamam estas estratégias como "focadas no problema"; o atleta se mostra hábil ou planeja o enfrentamento da sua transição.

Considerando o momento de transição quando o atleta começa a pensar na possibilidade ou necessidade de parar ainda em atividade, como a oportunidade para que comece a considerar o que é importante, suas necessidades e também reconheça seus medos e inseguranças. Tal fase é aproveitada para fazer novas escolhas, começar a planejar a fase futura, mas principalmente é um tempo para cuidar dos sentimentos envolvidos nesse momento. A forma como o atleta enfrenta a transição está também relacionada às suas características pessoais.

Para Brandrão et al. (2000, p. 50):

> (...) os diversos modelos existentes enfatizam que as carreiras esportivas correspondem a uma sequência de fases de transição, cada uma das quais sendo parte de um processo e não um acontecimento isolado. O atleta que está nesse processo tem de lidar com novas exigências, encontrar um novo equilíbrio entre as exigências e os recursos que dispõe.

A transição é processual. Brandão et al. (2001) apontam que a transição da carreira esportiva é o resultado de uma combinação de fatores individuais e influências sociais. Dentre esses fatores podem ser citados: idade, novos interesses emergentes, fadiga psicológica, dificuldade com a equipe técnica, resultados esportivos em declínio, problemas de contusão e saúde, o não selecionamento para jogos. Os autores pontuam que algumas das principais dificuldades enfrentadas por atletas na transição para o encerramento da carreira esportiva estão relacionadas à adaptação a um novo estilo de vida, em que o esporte deixa de ocupar o espaço central para se tornar a memória e registro de sua história.

Os principais desafios são: a) adaptar-se a um novo estilo de vida e de relacionamento; b) começar uma nova carreira profissional; c) constituir família ou procurar novos fundamentos para fortalecê-la. A partir de pesquisa realizada com ex-atletas, os autores consideram que a transição pode se tornar mais suave quando: os atletas se aposentam por escolha pessoal; cumprem as metas traçadas; completam os estudos; e são capazes de se retirar do esporte logo após terem alcançado o topo. Segundo Lavallee (2005), também podem ser avaliadas determinadas áreas específicas, consideradas moduladoras do ajustamento ao momento da aposentadoria e facilitadoras de adaptação: percepção de controle; identidade esportiva; suporte social; experiências anteriores (outras transições); envolvimento com atividades relacionadas com esporte depois da aposentadoria; grau de planejamento profissional; *status* socioeconômico; habilidades (persistência, competitividade, metas); objetivos relacionados com esportes; e ponto de convergência na atenção nas atividades após a aposentadoria.

Apresentamos a seguir situações de alguns dos ex-atletas entrevistados que estão em concordância com o que outros estudos mostram:

Felipe decidiu parar quando estava no auge, fato que gerou grande repercussão e ele continuou a ser procurado para entrevistas, mantendo-se em atividade. Sua preocupação era com a falta de reconhecimento. Atualmente realiza atividades relacionadas com a modalidade que praticou por se sentir confortável com o assunto. Em sua concepção, se fosse realizar outra atividade teria que ser tão bom quanto foi no esporte.

Gabriel percebeu que a aposentadoria estava a caminho quando seu desempenho começou a decair e as dores no corpo pelo tempo de esforço apareceram. Começou então a buscar o que faria como nova atividade e que lhe trouxesse rendimentos. Esta preocupação passou a ser seu objetivo, dedicando-se à nova ocupação sem mesmo ir buscar o último salário como atleta. Assim deixou de aproveitar os momentos finais da carreira e da possibilidade de escolher o momento da parada. Em seu relato valoriza suas habilidades, buscando descobrir a nova atividade que iria desempenhar.

Carla percebeu que precisava pensar na possibilidade de parar, quando ainda jovem sofreu uma lesão. O sofrimento e o medo de ter que parar de repente foram intensificados pelo fato de seu pai, que fora atleta, ter sofrido uma lesão que o fez encerrar a carreira abruptamente. A partir dessa lembrança e de quanto esse episódio marcou sua vida, Carla relata que a lesão mudou seu comportamento. O que era despreocupação com o futuro passou à programação para a parada. Buscou estudar e se preparar para quando decidisse se aposentar.

Ricardo praticava judô e não realizou planejamento para a aposentadoria, tendo decidido parar enquanto participava da sua última luta. Relata que foi doloroso perceber que não era mais procurado, que as pessoas não estavam mais à sua volta como antes. Demorou anos para compreender e aceitar que não estava mais em destaque e por isto a relação com as pessoas havia mudado. Comenta também as dificuldades financeiras que enfrentou.

O tema referente ao sustento dos ex-atletas é abordado nos meios de comunicação, e também entre os atletas que relatam conhecer histórias de ex-atletas que não conseguiram se ajustar à aposentadoria, perdendo dinheiro e, por vezes, toda a quantia acumulada durante o período da carreira atlética. Portanto, é uma questão que consideramos relevante.

Felipe não citou a questão financeira e Beatriz sinalizou-a como aspecto que deveria ser levado em conta, mesmo não relatando dificuldades financeiras. Os demais ex-atletas consideraram que o assunto rendimento financeiro está relacionado ao momento da aposentadoria, contudo atribuíram-lhe significados diferentes. Três dos colaboradores mencionaram como preocupação. A partir da forma como Carla o considerou, relacionamos a categoria finanças como cuidado. Carla quis se organizar, pois não admitiria passar necessidades quando se aposentasse. Buscou atividades para desempenhar aliando sua experiência, conhecimento prático e estudo. Tornou-se professora universitária, tendo a mesma dedicação que no esporte.

Os outros colaboradores afirmaram grande preocupação com a possível queda no padrão de vida, por se sentirem responsáveis pelo sustento de toda a família, buscando atividades para manter o retorno financeiro. Estavam acostumados com a vida que conseguiram tentar manter como era antes, tendo dificuldade em lidar com a queda dos rendimentos ou com a mudança da imagem. Eram jovens e precisavam continuar produzindo, sendo esta a imagem reforçada pela sociedade.

Gabriel relata tanta preocupação em conseguir outra atividade que pudesse sustentar a si e a família, que parece nem ter vivido os tempos finais da carreira atlética, fato este evidenciado quando não buscou o último mês de salário. Ao contar sua história, percebe então que não sabe o motivo pelo qual agiu dessa forma.

Ricardo não se programou para a aposentadoria e reitera ter sido doloroso perceber as perdas, sobretudo a mudança de rendimento financeiro, o que acarretou dificuldades para manter sua família. Para Beto, embora tivesse retorno financeiro dos seus investimentos, não sabia o que ter como ocupação e vivenciou um período de depressão. Ao ficar em casa sem

trabalhar, a esposa começou a se queixar, como se ele não pudesse desfrutar da própria casa, do momento de recolhimento pela perda da atividade esportiva e de organização perante a nova etapa de vida.

Segundo Rodrigues et al. (2005), o modo de enfrentamento diante da necessidade de reestruturação da vida pode variar de pessoa para pessoa. No entanto, com a autoconfiança diminuída e com um baixo grau de planejamento de vida pós-aposentadoria, acrescidos das preocupações financeiras e com a saúde, o período que antecede a aposentadoria pode ser enfrentado com ansiedade desencadeando desequilíbrios para o aposentado e também em relação à estruturação de sua família e demais vínculos.

A partir de estudo realizado para verificar os efeitos do processo de destreinamento sobre a saúde de ex-atletas de alto rendimento, Cazón (2008) considera que o valor social de um atleta depende de seus atos desportivos, que uma vez retirados, amplia-se a tendência ao afastamento das pessoas ligadas a esta atividade. A alegria, o companheirismo e a solidariedade adquiridos no esporte terão que ser buscados em outras relações sociais. A família, acostumada ao sucesso, pode reagir negativamente. A convivência diária, longe da rotina imposta pelo esporte, pode levar a problemas no relacionamento familiar. Um novo direcionamento em relação à utilização do tempo, com a busca de novos interesses e ocupações torna-se imprescindível, já que o atleta não terá mais seu tempo utilizado em treinamentos e competições.

A partir das histórias consideramos importante uma reflexão sobre o sentido e função do planejamento da aposentadoria. Muito mais que escolher o que fazer depois do encerramento e se organizar financeiramente, percebemos que o planejamento é a hora em que cada um pode se aproximar e reconhecer os sentimentos envolvidos e ressignificar a identidade vinculada ao fato de ser atleta. Embora alguns atletas não tivessem claro o motivo pelo qual pararam vivenciando sentimentos ambivalentes, o planejamento parece tê-los ajudado a se aproximarem de si mesmos. Alguns dos ex-atletas, quando sofriam lesão ou passavam por momentos difíceis, recorriam à casa dos pais como apoio, e não buscavam ajuda profissional. Em relação ao planejamento, Beatriz buscou preparação pessoal e continua até hoje, mostrando ser um processo de crescimento. Dos colaboradores foi a que, mesmo num período de apenas quatro meses, pareceu encarar com confiança esta etapa da vida.

Segundo Zanelli e Silva (1996), na iminência da aposentadoria, os sentimentos se misturam e, por vezes, se contradizem, pois a possibilidade concreta de parar de trabalhar conflita com o medo do tédio, da solidão, da instabilidade financeira e de doenças. Em

decorrência de todos esses aspectos, com os quais os indivíduos se deparam nessa fase de transição, alguns podem enfrentar essa ruptura com o trabalho formal de uma maneira adaptativa ou ajustada em relação a seu contexto; porém, outros, em decorrência de não saberem lidar com as mudanças dessa nova etapa da vida, podem até adoecer.

Pacheco (2002) estudou atletas em atividade para entender as expectativas sobre a trajetória atlética, e consequentemente o momento de retirada desse cenário. Entre as diversas respostas, o autor encontrou unanimidade quanto à importância do apoio familiar e dos vínculos de amizade. O afastamento da atividade esportiva provoca: enormes dificuldades de adaptação a uma nova identidade; a presença de sentimentos de tristeza, tranquilidade, frustração/realização no momento da retirada; a saudade do esporte e do reconhecimento social, sendo pontos que afligem os atletas após o encerramento da carreira; além da negação e da tentativa de prolongar sua permanência no meio esportivo.

Quanto aos atletas próximos da retirada, a maioria buscou o apoio de familiares e de seus respectivos técnicos. Felipe contou com a ajuda do técnico para escolher o momento de parar e contratou um profissional de *marketing* para orientá-lo sobre os investimentos posteriores à aposentadoria. Beatriz teve ajuda de dois amigos a respeito da abordagem para a quebra de contrato com o clube contratante. Porém, nenhum procurou orientação com psicólogo para acompanhamento durante esse processo.

Questão significativa aparece no relato de alguns colaboradores quando se referem a vivências passadas para justificar seus conhecimentos, medos ou superação. Martini (2012) considera essenciais as experiências passadas durante outras transições ocorridas na carreira esportiva, na perspectiva de desenvolvimento do período de vida atlética. A “similaridade intraindivíduo” é definida por Danish e D’Augelli (1980) como o reconhecimento de evento/situação passados comparáveis com evento/situação experenciados agora. Porém, os colaboradores desta pesquisa não relataram diretamente terem se utilizado de acontecimentos passados para enfrentamento do período de transição para a aposentadoria. Alguns se referiram ao aprendizado durante a carreira esportiva, que foi transferido para diferentes questões da vida profissional e pessoal. Como aposentados da vida atlética realizando outra atividade, utilizam-se do aprendizado e da imagem que obtiveram com o esporte para se desenvolverem na nova etapa, buscando com prazer desempenhar bem a nova atividade. Ficou explícito que a ocasião da aposentadoria foi considerada como o momento de maior exigência de organização, com uma variedade de sentimentos vivenciados.

Viver a aposentadoria se relaciona à construção da carreira, das realizações e conquistas, e também a ser reconhecido e lembrado.

Consoante Alferman et al. (1999), o encerramento da carreira esportiva ou transição de carreira corresponde a vivenciar situações que afetam diretamente a identidade, a visão que o atleta tem de si e do mundo, solicitando dele uma adaptação de seu modo de ser e de se relacionar.

Gabriel passou a trabalhar com uma atividade não referente ao esporte, e não se utilizou das conquistas e da imagem como atleta para se dedicar a outra carreira. Carla reconhece que ter sido atleta lhe abriu portas, mas foi sua dedicação que a fez progredir na nova ocupação. Confessa gostar do reconhecimento pelo que fez no esporte e da imagem construída, mas diz que gostaria de ser reconhecida pelo que tem feito profissionalmente na atual atividade.

Ricardo era técnico e ministrava aulas na modalidade que praticava. Seguiu na atividade e também trabalhou em cargo público relacionado ao esporte, e afirma que teve de provar que era capaz de desenvolver a nova atividade, e sua imagem no esporte colaborou. Para Felipe, todas as atividades que realiza precisam estar ligadas à modalidade que praticou por se sentir confortável no assunto que conhece. Beto é empresário de jogadores de futebol, assunto que conhece e pelo qual é conhecido no exterior. Beatriz não gosta do reconhecimento que a expõe, mas utiliza a imagem construída no esporte para desenvolver as atividades atuais, considerando que sua história evoca sentimentos e valores que são bons para as pessoas, para ela e para o trabalho.

Em relação a situações que afetam a identidade do atleta, conforme visto acima, as lesões podem ser consideradas como caminhos para que os atletas enxerguem suas necessidades de cuidados e suas limitações.

A exigência de dedicação no esporte de alto rendimento gera dores, desgaste, e pode ocasionar lesões. Markunas (2012) observa que a superação de lesões pode, muitas vezes, fortalecer o atleta diante de tantos reveses da vida esportiva, mas a sucessão de lesões e o acúmulo de dores e dificuldades para treinar e competir podem sinalizar o início da aposentadoria precoce.

Carla, Beatriz e Beto conviveram com lesões durante a carreira. Embora Gabriel não tenha se referido a lesões, as dores do desgaste físico contribuíram para que pensasse na transição. Carla informa que ao sofrer forte lesão vivenciou medo e dúvidas sobre se voltaria a jogar como antes, e mudou seu comportamento, passando a pensar no futuro. Esta lesão a fez crescer e sentir-se pessoa melhor. Beatriz conviveu com as dores e precisou, durante toda a

carreira, fazer preparação física que a ajudasse a continuar jogando no esporte de alto rendimento. Beto sofreu muitas lesões ao longo da carreira, chegando a perder contratos altamente rentáveis financeiramente, marcando sua imagem com o histórico das lesões. Mas acreditou que por ter enfrentado a primeira lesão que sofreu, enfrentaria todas as outras.

Esses relatos expressam quanto os atletas vivenciam sentimentos ambivalentes diante das lesões. Neste sentido, outra questão que confirma a dificuldade de perceber os sentimentos se dá pelo fato de atletas serem identificados com a imagem de tolerância à dor, acostumados a conviver com ela, e pela superação, exigindo que o corpo seja forte, sem escutar a necessidade de cuidados. Para Silva et al. (2010), em atividade esportiva o atleta suportará silenciosamente a dor, afirmando valores culturais como coragem, lealdade e masculinidade, fortemente associados a essa prática.

Diante dos sinais que mostram que seu rendimento ou mesmo seu bem-estar sofre alguma mudança, muitos atletas negam as dores pelo medo de precisarem distanciar-se da atividade física. O tempo de recuperação, às vezes, não é respeitado pelo atleta, que acelera seu retorno aos treinos, colocando em risco seu futuro. O corpo previamente definido para trabalhar, sofrido e abusado, tem seu momento de descanso pelo sofrimento físico e psíquico.

Embora o objetivo deste estudo não fosse investigar lesões e recuperação, este tema esteve presente no relato de alguns dos colaboradores explicitando os sentimentos ambivalentes nessas situações.

Percebemos que o momento de transição e mesmo o início da aposentadoria foi vivenciado com dúvidas, angústias, sofrimento, medos e preocupações. São elementos importantes para reflexão, medo, frustração, perda da imagem da identidade de não conseguir fazer o que se fazia, antes somados à preocupação com a questão financeira, em como manter a si e a família, e o que fazer no dia seguinte.

Os colaboradores relataram situações de superação como aprendizagem que os ajudou a constituírem sua personalidade e serem mais fortes. Embora reconhecessem a ajuda das pessoas para alcançar suas conquistas na vida esportiva e nas atividades posteriores, a maioria considera que depende de cada um obter sucesso. Para Beto, além de depender dele mesmo, acredita que quem faz o bem tem retribuição. Beatriz considera que possui capacidade de aprender o que for preciso para a nova carreira. Mas acredita que tem a obrigação de fazer o melhor possível na carreira esportiva ou na atividade atual. Carla não sabia como seria seu futuro na nova atividade. No entanto, tinha a certeza de que agiria da mesma forma dedicada

que viveu no esporte. Dois relatos chamaram nossa atenção. Ricardo comentou que a despeito de muitas pessoas o terem ajudado ao longo da carreira, só podia contar com ele mesmo. Relata que o período doloroso durou cerca de dez anos. Felipe estabeleceu uma analogia do momento de transição próximo da aposentadoria com a morte, comparando-o com a afirmação: “Quando nascemos sabemos que vamos morrer; para o atleta, desde o começo ele sabe que o dia de parar vai chegar.”

Foi possível perceber na maioria dos relatos, que ao falarem dos sentimentos vivenciados, as expressões faciais e posturas corporais dos colaboradores explicitavam dor ou incômodo, apesar de eles relatarem situações de superação. Acreditamos que a retomada de situações de sofrimento do passado fazia com que revivessem os fatos, sentimentos e emoções, causando-lhes dor ou incômodo. Sugerimos que expressar os sentimentos relacionados à perda em um ambiente acolhedor é uma possibilidade de ressignificá-los.

O momento da entrevista neste estudo pôde ser terapêutico para a maioria dos participantes, pois, ao serem entrevistados e ouvidos, eles estavam se sentindo acolhidos, à vontade para falar e mesmo para pensar e expressar o que até então não havia acontecido. Embora não seja a intenção afirmar o valor significativo da entrevista aos participantes, ressaltamos a impressão do momento de tranquilidade e acolhimento que foi oferecido enquanto cada colaborador contava sua história. Rogers (1987) confirma a possibilidade de o momento da entrevista ser transformador, e enfatiza que um encontro, quando permeado por escuta atenciosa não diretiva centrada na pessoa, pode gerar mudanças significativas.

Como dito anteriormente, houve relatos de dor, medo, insegurança e até depressão. Mas os atletas não buscaram ajuda profissional e tentaram resolver sozinhos os percalços, mostrando nas entrevistas situações de superação. Pode ser que os atletas, acostumados a ouvir que suportam e convivem com as dores, procurem dar a volta por cima, ou pela falta de espaço na sociedade para mostrar sofrimento ou luto diante da perda da atividade esportiva.

Kovács (2003) sustenta que em nossa sociedade a vivência da perda de uma pessoa querida tem sido acompanhada de atitudes discretas e de silenciamento, como se a dor não existisse. Assim, muitas pessoas ficam prensadas entre o peso do sofrimento e o interdito da sociedade. Os atletas aposentados sentem que perderam parte da vida, a que constituiu sua personalidade definindo sua identidade. Esta é a semelhança com a perda por morte.

Os colaboradores vivenciaram separações e rompimento de vínculos ao longo da carreira esportiva, como o afastamento da casa dos pais ainda na juventude, a mudança de cidade, país e

até de nacionalidade. Ou vitórias, como chegar à categoria profissional, ser selecionado para a seleção de seu país ou escolhido por grandes times. Mas também transtornos: não ser mais o escolhido, sofrer lesões e precisar se adaptar à nova fase, às vezes com limitações ou mesmo com superação, enfrentando a desconfiança do público. Em determinado momento ocorre outra mudança, a transição para a aposentadoria, e aí podem surgir pensamentos confusos, dúvidas e sentimentos contraditórios em relação à perda da carreira construída e sobre o que significa ser atleta. A aposentadoria não é morte concreta, e sim separação de uma atividade ou papel desempenhado que constitui a própria personalidade e identidade.

Kovács (1992) aponta que uma perda é significativa quando ocorre o rompimento de um vínculo anteriormente existente e define o luto como o trabalho psíquico de elaboração dessa perda, pelo qual o indivíduo reorganiza sua vida. É o processo que envolve a gradual aceitação da perda e ressignificação de relações, papéis e atividades na busca de um novo equilíbrio. São chamadas mortes simbólicas as diversas situações, mesmo as comemorativas, em que se desfaz um estado conhecido provocando mudanças intensas, exigindo readaptação e podendo despertar angústia, medo, solidão.

Ao acompanhar os relatos, percebemos como os atletas vivenciaram esse processo, cada qual à sua maneira e lidando com os recursos que possuíam.

Presenciamos pessoas abrindo sua intimidade e seus sentimentos, mesmo as que os trataram com tranquilidade, dizendo que gostam de contar suas histórias. Em algum momento da entrevista pude percebê-las mais próximas de si mesmas, e para algumas pareceu ser uma oportunidade que pouco havia acontecido anteriormente.

As separações e perdas são companheiras constantes na vida do ser humano e ninguém pode afirmar que nunca as viveu. A separação é uma experiência universal que todos conhecemos e vivemos desde a mais tenra infância. Embora seja universal, ela é tão particular e peculiar que a sua história individualiza cada ser humano, como a colaboradora Beatriz acrescentou ao final da entrevista: “Eu acho que minha experiência é única... as dos outros também são únicas.”

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo desta pesquisa foi estudar a experiência da transição para a aposentadoria de atletas profissionais, seu planejamento, os sentimentos presentes, a busca por apoio e o aprendizado com as perdas. Entrevistamos seis colaboradores que já haviam se aposentado, transcrevemos as narrativas e as analisamos individualmente e em conjunto, sendo que as categorias temáticas foram se delineando, e dentro destas categorias, os temas propostos.

Ao descrever o parágrafo acima em que relatamos o caminho percorrido, percebemos quanto foi preciso rever nossa postura para chegar até aqui. Em cada entrevista pudemos praticar a situação que muito colaborou para o nosso desempenho: segurar o ímpeto de mergulhar em cada história que ouvíamos. Foi fundamental à observação atenta e cuidadosa ouvir e poder acolher as diferentes maneiras dos colaboradores de conviver com seus sentimentos, buscando ajustamento à nova fase de vida.

Compreendemos que há grandes diferenças na forma de cada entrevistado lidar com sua vivência de perda, e cada qual se desenvolveu a seu modo, dentro das possibilidades que teve durante a vida. Alguns demonstraram ter dificuldade de falar sobre seus sentimentos, talvez pela necessidade de um maior autoconhecimento. É possível perceber que há uma tendência para o crescimento que faz com que sigam em frente, levando-os a buscar o que acreditam ser o melhor para si próprios.

Quando iniciamos esta pesquisa, tivemos a intenção de conhecer algumas experiências da transição para a aposentadoria em atletas profissionais, com o intuito de caracterizar esta fase de transição da vida atlética com perdas significativas, mas também com ganhos e aprendizagens. Algumas categorias temáticas estiveram presentes nos depoimentos de todos os colaboradores. São elas: transição; planejamento; sentimentos vivenciados; aposentadoria; busca por apoio; reconhecimento/imagem; aprendizado com as perdas; recomeço. Outras categorias apareceram nos relatos de alguns dos colaboradores e foram destacadas.

Ao longo do trabalho fomos deparando com a exigência emocional que os atletas profissionais precisam enfrentar no seu dia a dia durante toda a carreira esportiva. Isto remete a questões da Psicologia e do meio esportivo, ressaltando a importância de contribuir para que a fase de transição para a aposentadoria de atletas seja considerada e vivida como fase de crescimento e transformações, mesmo com as diversas perdas que a caracterizam.

A questão é como incluir a aposentadoria no desenvolvimento do atleta, com suas especificidades considerando perdas, ganhos, aprendizagens e papéis. Para tanto, cremos ser fundamental uma inserção maior do assunto nos currículos, nas discussões, pesquisas, e sobretudo nas intervenções nos mais diferentes locais de formação do atleta. Profissionais capacitados e trabalhos específicos devem ser incluídos na rotina dos atletas nas várias etapas de desenvolvimento esportivo, observando principalmente o histórico de cada um. Este trabalho pode ser desenvolvido em grupo e individualmente, promovendo o conhecimento sobre as emoções pessoais e em como lidar com o estresse nas diversas situações do cotidiano, como as lesões, as transições durante o treinamento a longo prazo nas atividades esportivas nas quais os atletas estão inseridos, e no período de transição para a aposentadoria.

Percebemos que as vivências passadas nas diferentes transições, mudança de casa, clube, cidade, país, situação de lesão e superação e conquistas, entre outras, foram constituindo a identidade do atleta. Portanto, se forem realizados trabalhos envolvendo questões psicológicas com jovens atletas, aumentam as chances de desenvolvimento pessoal, desempenho atlético, melhor enfrentamento das transições, incluindo a aposentadoria e ex-atletas mais aptos a iniciar outra etapa de vida. Este período pode apresentar para o atleta dificuldades para planejar uma nova carreira e criar uma identidade fora do esporte. Portanto, o que ele faz depois de aposentar-se é influenciado pelo suporte que recebe, pela forma como enfrenta esse momento e pela aceitação da aposentadoria.

Na presente pesquisa também se revelaram questões significativas sobre a importância do planejamento, como período que possibilita ao atleta entrar em contato consigo mesmo e conhecer seus medos, anseios e potencialidades. Neste aspecto, percebemos que a maioria dos atletas, mesmo buscando apoio familiar nos momentos difíceis, considera que só eles podem se ajudar. Acreditamos que a pessoa tem o direito de escolher a forma de ajuda. Porém, há situações de sofrimento em que a própria pessoa tem dificuldade de julgar ou enxergar a necessidade de ajuda externa. Cuidados psicológicos nesta etapa podem auxiliar e ser inseridos desde as categorias de base, possibilitando o autoconhecimento do atleta, escolhas mais acertadas, comunicação sobre sentimentos, frustrações, expectativas e conquistas. Nesse processo o profissional de Psicologia pode colaborar em momentos de crise ou facilitar possibilidades de enfrentamento para o atleta, para os profissionais envolvidos, familiares ou amigos.

A maioria dos atletas demonstrou ter vivenciado sentimentos contraditórios, mas reencontrado o prazer com o recomeço em nova atividade. Estas informações devem ser levadas em conta e ressaltam que compreender e entrar em contato com perdas e sentimentos

ao se aposentar podem contribuir para reconhecer as dificuldades desse período e são fatores importantes no apoio às pessoas na elaboração dos lutos pela parada da atividade esportiva de elite, favorecendo a recuperação e a manutenção de vínculos significativos.

O fato de os atletas tentarem resolver sozinhos ou buscando ajuda de pessoas próximas, alerta para se evitar o rótulo, muitas vezes existente, de que atletas são como fortalezas e estão preparados para o enfrentamento de qualquer situação.

Os familiares ou pessoas que convivem com atletas, os técnicos, profissionais de educação física e esporte precisam ter informação sobre a fase de transição vivenciada para a aposentadoria, com perdas, mortes simbólicas e, portanto, a possibilidade do processo de luto pelo qual passarão os atletas. Estas pessoas são importantes nesse período de vida dos atletas. O trabalho multidisciplinar pode colaborar para o esclarecimento e orientação aos técnicos, treinadores, familiares e aos próprios atletas.

Diversos trabalhos na atualidade enfatizam a importância do destreinamento físico para atletas que se aposentam. Apropriando-nos do termo relatado pela colaboradora Beatriz, incluímos o destreinamento psicológico, que consiste no tempo para cuidados psicológicos, espirituais e de conhecimento na elaboração do período vivido com a parada da carreira atlética, como possibilidade de lidar e enfrentar a aposentadoria e recomeçar novas atividades.

Por fim, gostaríamos de assinalar que o processo que vivemos na construção deste trabalho foi intenso, trazendo aprendizado e crescimento significativos. Esperamos que este estudo possa também contribuir para reflexões entre profissionais da saúde, do esporte e na sociedade, no sentido de ampliar o conhecimento e olhar para o atleta como indivíduo. E que possa incentivar novos estudos concernentes a esse período de aposentadoria que se sente como morte, e se renasce em busca de vida.

REFERÊNCIAS

AGRESTA, M. C., BRANDÃO, M. R. F., BARROS NETO, T. L. Causas e consequências físicas e emocionais do término de carreira esportiva. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte,** v.14, nº6, Niterói nov./dez. 2008.

ALFERMANN, Dorothee; LAVALLE, David; WYLLEMAN, Paul. Carrer transitions in competitive sports. Fepsac Monograph Series#1, 1999.

AMATUZZI, M.M. Apontamentos acerca da pesquisa fenomenológica. **Estudos de Psicologia,** 13(1), 5-10, 1996.

_____. **Por uma Psicologia humana.** Campinas, SP: Alínea, 2001.

ARENA, S.S.; BÖHME, M.T.S. Programas de iniciação e especialização esportiva na Grande São Paulo. **Revista Paulista de Educação Física.** São Paulo, v.14, n.2, pp.184-95, 2000.

ATCHLEY, R.C. Continuity and adaptation in aging: creating positive experiences. Baltimore: Johns Hopkins, 1999.

BAILLIE, P. Career transition in elite and professional athletes: a study of individuals in their preparation for an adjustment to retirement from competitive sports. Unpublished doctoral dissertation. Richmond, VA: Virginia Commonwealth University, 1992.

BARBANTI, V. J. **Dicionário de educação física e esporte.** 2ª ed. Barueri: Manole, p. 228, 2003.

BLEGER, J. **Temas de Psicología**: entrevista y grupos. 4ª ed. Buenos Aires: Nueva Visión, 1975.

_____. **Temas de Psicologia**: entrevista e grupos. São Paulo: Martins Fontes. 1980.

_____. A entrevista psicológica. In: (ed.). **Temas de Psicologia, entrevista e grupos.** São Paulo: Martins Fontes, 2007.

BOGDAN, R. & BILKEN, S. **Investigação qualitativa em educação**: uma introdução à teoria e aos métodos. Porto: Porto, 1994.

BÖHME, M.T.S. O treinamento a longo prazo e o processo de detecção, seleção e promoção de talentos esportivos. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte.** Campinas, v. 21, n. 2/3, pp. 4-10, 2000.

_____. O talento esportivo e o processo de treinamento a longo prazo. In: DE ROSE JÚNIOR, D. (org.). **Esporte e atividade física na infância e adolescência**: uma abordagem multidisciplinar. Porto Alegre: Artmed, 2002.

BETTI, M. **Educação Física e sociedade.** São Paulo: Movimento, 1991.

BOLWBY, J. **Formação e rompimento de laços afetivos.** São Paulo: Martins Fontes, 2001.

BOMPA, T. O. **Periodização**: teoria e metodologia do treinamento. 4ª ed. São Paulo: Phorte, 2002.

BRANDÃO, J. S. **Mitologia grega,** v.I. Petrópolis: Vozes, 1991.

_____. **Mitologia grega,** v.III. Petrópolis: Vozes, 1999.

BRANDÃO, M. R. F.; AKEL, M. C.; ANDRADE, S. A. et al. Causas e consequências da transição da carreira esportiva: uma revisão de Literatura. **Revista Brasileira Ciência e Movimento.** Universa, v.8, n.1, pp.49/58, jan. 2000.

_____. Career transitions of former top level athletes. In: **Congresso de Psicologya Desportiva.** Grécia, Resumo, 2001.

BROMBERG, M.H.P. A morte do outro em si. In: **Vida e morte:** laços de existência. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1996.

_____. **A psicoterapia em situações de perdas e luto.** São Paulo: Psy, 1998.

CAZÓN, R. L. **Efeitos do processo de destreinamento sobre a saúde de ex-atletas de alto rendimento.** Tese de Doutorado, Faculdade de Ciência da Saúde, Universidade de Brasília – UnB, Brasília, 2008.

CHIZZOTTI, A. **Pesquisa qualitativa em ciências humanas e sociais.** São Paulo: Cortez, 2001.

COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do ensino da Educação Física**. São Paulo, Cortez, 1992.

CRESWELL, J. W. **Research design**: qualitative, quantitative, and mixed method approaches. 2nd ed. Thousand Oaks, CA: Sage Publications, 2003.

DANISH, S.; D'AUGELLI, A. Helping skills II: life development intervention. Nova York: Human Sciences, 1980.

DARIDO, S. C. Os conteúdos da Educação Física Escolar: influências, tendências, dificuldades e possibilidades. **Perspectivas em Educação Física Escolar**, Niterói, v. 2, n. 1 (suplemento), 2001.

DARIDO, S. C. & SANCHEZ, L. N. O contexto da Educação Física na Escola. In: **Educação Física na Escola:** implicações para a prática pedagógica. Coordenação Suraya Cristina Darido, Irene Conceição Andrade Rangel. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

DA SILVA, José Aparecido; RIBEIRO-FILHO, Nilton Pinto. A dor como um problema psicofísico. **Revista Dor**, São Paulo, v. 12, n. 2, jun. 2011. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.

DEBERT, G. G. **A reinvenção da velhice**. São Paulo: Edusp/FAPESP, 1999.

DELA COLETA, J. A. A escala de lócus de controle interno-externo de Rotter: um estudo exploratório. **Arquivos Brasileiros de Psicologia,** v. 31, n. 4, pp. 167-181, 1979.

DE ROSE JÚNIOR, D. A competição na infância e adolescência. **Revista Metropolitana de Ciências do Movimento Humano,** v.2, n.2, pp.6-13, 1995.

ERIKSON, E. H. **Identidade, juventude e crise**. Rio de Janeiro: Zahar, 1976.
FEPSAC. **Position statement**: sports career termination, 1999. Biel: FEPSAC; c2003a [cited 2006 Jan 9]. Available from: http://www.smartstep.se/ssp/ sportpsychology/module.asp?page=detail& XModuleId=8243& ProductId=2670.

FLECK, S. J.; KRAEMER, W. J. **Designing resistance training programs.** Human Kinetics: Champaign, IL, 1997.

FORGHIERI, Y. C. **Psicologia fenomenológica**: fundamentos, métodos e pesquisa. São Paulo: Pioneira, 1993.

_____. Enfoque Fenomenológico da Personalidade. In: **XI Encontro Goiano de Abordagem Gestáltica** (Anais). Número 01-2005, Presença e Existência. Goiânia/GO: Andrade, C.C.; Carmo, M. 12 a 15 de maio de 2005. Tiragem 300 exemplares.

_____. **Aconselhamento Terapêutico**: Origens, fundamentos e prática fenomenológica. São Paulo: Thomson Learning, pp. 79-80, 2007.

FOX, L. **Fisiologia de exercício**. 3ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara, 1990.

FRANÇA, L. H. D. F. P.; VAUGHAN, G. Ganhos e perdas: atitudes dos executivos brasileiros e neozelandeses frente à aposentadoria. **Revista Psicologia em Estudo**, v.13, n.2, Maringá, abril/junho 2008.

FREUD, S. Luto e melancolia. In: **Edição Standard Brasileira das Obras Completas de Sigmund Freud**. Rio de Janeiro: Imago, vol. 18, 1974.

HERNÁNDEZ, J. A. **Transtornos psicológicos en la retirada o jubilación del desportista.** I.A.D., Junta de Andalucia, cap. VII, pp. 363-377, 1994.

ISRAEL, S. **The acute syndrome de detraing**. GDR, National Olimpyc Commitee (Berlim), v.2, pp. 30-35, 1972.

KOVÁCS, M. J. **Morte e desenvolvimento humano**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1992.

_____. A morte em vida. In: **Vida e morte:** laços de existência. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1996.

KUNZ, E. **Transformação didático-pedagógica do esporte**. Ijuí: UNIJUÍ, 1994.

LAVALLEE, D. The effect of a life development intervention on sports career transition adjustment. **Sport Psychol; v.**19, pp. 193-202, 2005.

LAZARUS, R.; FOLKMAN, S. **Stress, appraisal, and coping**. Nova York: Springer, 1984.

LE BOUCH, J. **Psicocinética**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1986.

LEÓN, L. M. Pensando na qualidade de vida ao aposentar. Em: L. A. M. Guimarães & S. Grubits (orgs.). **Saúde Mental e Trabalho** (pp. 95-105). São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.

MAGALHÃES, M.O.; Krieger, D.V.; Vivian, A.G. et al. Padrões de ajustamento na aposentadoria. **Aletheia,** v.1, n.19, pp. 57-68, 2004.

MARTINI, L. A. Transição de carreira e suas implicações no esporte. In: RUBIO, K. (org.). **Destreinamento e transição de carreira no esporte**. São Paulo: Casa do Psicólogo, pp. 15-45, 2012.

MARKUNAS, M. Quando a lesão leva à transição. In: RUBIO, K. (org.). **Destreinamento e transição de carreira no esporte**. São Paulo: Casa do Psicólogo, pp. 203-233, 2012.

MARTINS, J.; BICUDO, M. **A pesquisa qualitativa em Psicologia**: fundamentos e recursos básicos. São Paulo: Moraes, 1989.

_____. **A pesquisa qualitativa em Psicologia**. São Paulo: Moraes, 1994.

MCPHERSON, B. The child incompetitive Sport: Influence of the social milieu. In: MAGIL, R.; ASH, M.; SMOLL, F. (eds.). **Children in Sport:** a Comtemporary Anthology. Champaign, IL: Human Kinetics,1978.

MINAYO, M. C. S. **O desafio do conhecimento**: pesquisa qualitativa em saúde. São Paulo: Hucitec; Rio de Janeiro: Abrasco, 1996.

_____. **O desafio do conhecimento**: pesquisa qualitativa em saúde. 7ª. ed. São Paulo: Hucitec; Rio de Janeiro: Abrasco, 2000.

MISHARA, B. L.; RIEDEL, R. G. **Le vieillissement**. Paris: PUF, 1994.

MOREIRA, D. A. **O método fenomenológico na pesquisa**. São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2004.

NOVO DICIONÁRIO BUARQUE DE HOLANDA FERREIRA E J. E. M. M. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1975.

OLIVEIRA, V. et al. A pedagogia da especialização esportiva. Um estudo sobre o ensino-treinamento dos jogos desportivos coletivos no Brasil. **EFDeportes.com, Revista Digital.** Buenos Aires – Año 15 – Nº 145 – Junio de 2010.

PAES, R. R. **Aprendizagem e competição precoce**: o caso do basquetebol. Campinas: UNICAMP, 1992.

_____. **Esporte competitivo e espetáculo esportivo**: fenômeno esportivo e o III Milênio. Piracicaba, SP: Unimpep, pp. 33-39, 1998.

PACHECO, R. **Expectativas e efeitos do encerramento da carreira para o atleta de alto nível no Brasil.** Dissertação de Mestrado. Universidade Católica de Brasília, Brasília, 2002.

PARKES, C. M. Bereavement as a psychosocial transition: processes of adaptation to change. In: Stroebe, M. S.; Stroebe, W.; Hanson, R. O. (eds.). **Handbook of bereavement.** Cambridge, pp. 91-101, 1993.

_____. **Luto**: Estudos sobre a perda na vida adulta. São Paulo: Summus, 1998.

QUISHIDA, A. **Adaptação à transição de carreira na meia-idade:** um estudo exploratório sob o enfoque do lócus de controle. Dissertação de Mestrado, Faculdade de Economia, Administração e Contabilidade. Universidade de São Paulo, São Paulo, 2007.

REY, F. L. G. **Pesquisa qualitativa em Psicologia**. São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2002.

RICHARDSON, R. J. **Pesquisa social**: métodos e técnicas. São Paulo: Atlas, 1999.

ROCKWELL, E. **Reflexiones sobre el proceso etnográfico**, IPN/CINVESTAV, mimeo, 1986.

ROGERS, C. R. (2004) Abordagem centrada no cliente ou abordagem centrada na pessoa. In: C.R. ROGERS; A.M. SANTOS & M.C.V. BOWEN. **Quando fala o coração**: a essência da abordagem centrada na pessoa. 2ª ed. São Paulo: Vetor, pp. 85-110, 2004.

ROGRIGUES, M.; AYABE, N. H.; LUNARDELLI, M. C. F. et al. A preparação para a aposentadoria: o papel do psicólogo frente a essa questão. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v.6, n.1, pp. 53-62, São Paulo, junho 2005.

ROTTER, J. B. Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. **Psychological Monographs,** v.80, n.609, 1966.

RUBIO, K. **Et, niat, niatat**. Sobre o processo de formação de vínculo em uma equipe esportiva. Dissertação de Mestrado, Escola de Educação Física e Esporte, Universidade de São Paulo, São Paulo, 1998.

_____. **O atleta e o mito do herói**: o imaginário esportivo contemporâneo. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2001.

SANTANA, C. S. **Temporalidade e velhice:** relatos do resgate e da redescoberta do tempo. Tese de Doutorado, Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2001.

SAVICKAS, M. L. The transition from school to work: a developmental perspective. **The Career Development Quarterly,** v.47, pp. 326-336, June 1999.

SCHLOSSBERG, N. K. A model for analyzing human adaptation to transition. **The Counseling Psychologist,** v. 9, n.2, pp. 2-18, 1981.

SCHLOSSBERG, J.; WATERS, R.; GOODMAN, P. **Counseling adults in transition**: linking theory with practice. New York: Harper & Row, 1995.

SELLTIZ, C. et al. **Métodos de pesquisa nas relações sociais**. São Paulo: Pedagógica e Universitária – EPU, Universidade de São Paulo – EDUSP, 1975.

STROEBE, M.; SCHUT, H. The dual process model of bereavement: rationale and description. **Death studies**, v.23, p. 197-224, 1999.

_____. Meaning making in the dual process model of coping whit bereavement. In: NEIMEYER, R. (ed.). **Meaning reconstruction and the experience of loss**. Washington: American Psychological Association, 2001.

SILVA, J. C. B. **Desenvolvimento humano na velhice:** um estudo sobre as perdas e o luto entre mulheres no início do processo de envelhecimento. Dissertação de Mestrado, Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2007.

TANI, G. et al. **Educação Física Escolar:** fundamentos de uma abordagem desenvolvimentista. São Paulo: EPU, 1988.

WYLLEMAN, P.; STAMBULOVA, N.B. & BIDDLE, S. Career transitions in sport: research and interventions. **Proceedings** do 10° Congresso Europeu de Psicologia do Esporte. Praga, v.2, pp.301-303, 1999.

ZANELLI, J.C. & SILVA, N. **Programa de Preparação para a Aposentadoria.** Florianópolis: Insular, 1996.

ANEXOS

Anexo 1 – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Universidade de São Paulo

"Experiência da transição para a aposentadoria em atletas – um estudo qualitativo".

Pesquisadora: Daniela Carvalho Selingardi, psicóloga, mestranda do Programa de Psicologia Escolar e do Desenvolvimento Humano do Instituto de Psicologia da USP. Contato: cel. (11) 991627650, e-mail: daniselingardi@usp.br.

Orientadora: Maria Júlia Kovács.

Endereço e telefone contato: Av. Prof. Mello Moraes, 1.721, Bloco G, sala 22, Cidade Universitária – São Paulo, SP– fone: (11) 3097-0529.

I – Registro das explicações ao colaborador

Esta pesquisa visa a conhecer a experiência da transição para a aposentadoria em atletas. Pretende ainda conhecer se houve planejamento ou orientação para esse momento; entender como enfrentaram as mudanças e perdas presentes ao longo da vida profissional, incluindo a aposentadoria; o que buscou como apoio durante a transição; e a expectativa de futuro.

II – Esclarecimentos dados pela pesquisadora sobre garantias do colaborador

1- A participação na pesquisa não lhe traz risco, sendo uma contribuição ao estudo do tema.

2- A participação será por meio de entrevistas gravadas e transcritas na íntegra, em local e data convenientes ao colaborador e terá a duração de aproximadamente duas horas, não havendo despesas decorrentes da participação.

3- A entrevista acontecerá somente após o colaborador possuir todas as informações e esclarecimentos por parte da pesquisadora, assim como ter lido e assinado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) elaborado em duas vias, sendo uma retida pelo colaborador da pesquisa ou seu representante legal e uma arquivada pelo pesquisador.

4- O Sr.(a) poderá ter acesso quando quiser a qualquer informação do andamento da pesquisa, podendo entrar em contato com a pesquisadora e/ou com a orientadora da pesquisa através dos endereços para contato informados acima, ou com o Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos do Instituto de Psicologia da USP, no endereço: Av. Mello de Morais, 1.721 – Bloco G, sala 27 – CEP 05508-030 – E-mail: ceph.ip@usp.br, Telefone-Fax: (11) 30914182.

5- O Sr.(a) tem total liberdade para retirar seu consentimento ou sair da pesquisa sem que isto lhe traga qualquer prejuízo.

6- O Sr.(a) tem garantia de confidencialidade, sigilo e privacidade quanto aos dados confidenciais envolvidos na pesquisa.

7- Caso apareçam questões que possam gerar instabilidade emocional, e sendo necessário, será oferecido encaminhamento para um dos serviços ou laboratórios do Centro Escola do Instituto de Psicologia (CEIP), dependendo da especificidade do encaminhamento a ser

realizado. O CEIP localiza-se no Bloco D do Instituto de Psicologia da USP – Av. Mello de Morais, 1.721 – Cidade Universitária – São Paulo – SP.

8- Os registros feitos durante as entrevistas não serão divulgados, mas a tese final ficará disponível ao público.

III – Consentimento pós-esclarecido

Eu, _____, declaro que após convenientemente esclarecido(a) pela pesquisadora e ter entendido o que me foi explicado, consinto em participar da Pesquisa "Experiência da transição para a aposentadoria em atletas – um estudo qualitativo" e ter entrevista e/ou complemento gravados e transcritos.

Assinatura do colaborador(a)	Daniela C. Selingardi CRP06/49634-2

Anexo 2 – Entrevista

Pergunta disparadora: *Como foi a sua experiência no período de transição para a aposentadoria?*

Anexo 3 – Entrevistas

Entrevista 1 – Felipe

Pergunta disparadora: *Como foi sua experiência de transição para aposentadoria?*

Atleta: A primeira vez que eu pensei em me aposentar e pensei claramente em me aposentar, foi em 2001, ah... eu até tinha ido com meu pai para um torneio no Uruguai e perdi uma 4ª de final e já comecei a sentir que eu queria parar, aí quando eu sai da quadra, pela 1ª vez eu falei: "Pai, parei de jogar". Esse foi o último jogo que você me viu jogar. Ele já tinha visto que eu estava um pouco desmotivado, estava uns 6 meses sem treinador porque eu tinha decidido carreira solo, estava viajando sozinho e falei: "Ah, quero começar a viver". Comecei a sentir muita falta de viver, falta da minha vida vivida. Obviamente que dentro da quadra, você tem um prazer muito grande. Sou grato ao tênis, a coisa que eu mais gosto de fazer era e é jogar tênis. Mas, chega uma hora que você quer formar uma família, é poder viver as coisas que os jovens vivem, não ter tanta obrigação, isso quando você está no circuito. É como tudo na vida, você está dentro quer estar fora, se está fora quer estar dentro. Isso é uma... loucura de todo mundo que vai viajar e fala, se eu tivesse na minha casa dormindo e... é a mesma coisa com o tenista, ele acha que morar em casa é não ter rotina, é a melhor coisa do mundo. Até você conhecer a não rotina, aí ele fala: "Nossa! A rotina é uma delícia". E por sorte, porque eu acho que ia fazer uma grande besteira, não só pela possibilidade de ter ganho o Panamericano. Mas, porque eu acho que não estava preparado, porque eu não tinha um plano para aposentadoria, eu... apareceu um treinador que eu tentei treinar com ele no começo de carreira antes de treinar com o Acioly em 93, mas não deu certo porque o cara que ele treinava eu não me dava muito bem, então não ia ser bom o relacionamento entre os dois jogadores e ele (técnico) que era um Uruguaio, que tinha a mesma história que eu, mas ao contrário. O Henrique Perez é uruguaio, veio morar no Brasil e voltou para o Uruguai e mora lá. E eu me dava muito bem com ele. E nesse campeonato que eu falei que iria parar, meu pai cruzou com ele depois do jogo e falou: "É o Felipe acabou de falar comigo que não quer mais jogar." Ele falou: "Marca um jantar dele comigo". Aí ele me ligou e falou: "Felipe, vamos jantar hoje eu e você?" Falei tá bom. Quando eu cheguei para jantar, ele falou: "Você não vai parar de jogar tênis, eu vou te treinar". Aí ele explicou porque ele achava que eu não devia parar. Uma das coisas, ele falou, o que você vai fazer segunda feira depois, Você não pode parar uma profissão sem ter uma idéia do que você vai fazer. Você não pode chegar na segunda feira e dizer, vamos ver o que acontece, agora eu vou dar aula de tênis? Você não vai querer dar aula de tênis. O grande problema do parar de um atleta do tênis, um atleta de alto rendimento e com bons resultados, que nada te agrada. Primeiro, que você tem uma expectativa de dinheiro muito alta. Você sempre ganhou muito dinheiro. O cara fala que vai lá por aquilo, o cara já não vai. Depois você tem expectativa de prazer porque entrar numa quadra central para 15 mil pessoas é um... uma coisa de louco. Aí o cara fala, você vai fechar um negócio, que emoção você tem? Nenhuma, em comparação a uma semi final de Rolland Garros. Então ele me mostrou isso muito bem detalhado. Uma coisa muito legal... É óbvio que você vai ter que chegar um dia e fazer isso (falou o técnico). Só que eu acho que você ainda tem coisa para dar. Você tem tênis ainda, você tem 30 anos de idade e acho que você pode jogar ainda mais uns dois ou três anos, e aí preparamos sua aposentadoria. Conseguir mais alguns resultados e quem sabe conseguir grandes resultados ainda. E ele me falou: "não precisa me responder". Ele falou mais, eu quero que você entre na quadra e treine com afinco. O resto deixa pra mim, eu faço tudo. Eu vou cuidar do lado externo pra você, de passagem, todo aquele estresse. Como ele era muito legal e eu me dava muito bem, vamos passar uns dois anos dando risada no circuito, vamos curtir o circuito. Agora você pode curtir. Você não precisa treinar cinco horas por dia, hoje com 30 anos de idade. Você já treinou cinco horas por dia, hoje você tem que treinar pouco e bem. Vamos jogar golfe a tarde? Vamos jogar golfe a tarde, não tem problema, mas só que de manhã você vai treinar bem. Eu quero o tempo que você entrar na quadra, que não vai ser muito, eu quero os 100%, o resto vamos dar risada. Eu

me dava muito bem com a mulher dele. E se você estiver namorando, traz sua namorada. Coisa que você nunca fez na carreira. Se você não tiver namorando, a gente vai curtir. Vamos tomar uma cerveja um dia? Vamos, porque hoje você sabe até onde você pode ir. Você sabe o quanto você pode dormir ou não dormir. Então vamos mudar a história da... em 2 meses eu fiz final de um Master, não Master 1000, mas um campeonato de um milhão de dólares que é no México em Acapulco, que eu perdi para um espanhol na final. Eu peguei ele eu já tava em 120, 130. Em quatro meses eu tava em 40 (no ranking). Quarenta do mundo de novo, só que jogando. Só que o que eu fiz bem? Eu comecei a pensar na minha aposentadoria claramente. Seis meses depois, eu contratei uma pessoa que ela é do marketing esportivo, mas ela olhava o que eu ia fazer depois. Então cada vez que eu voltava para o Brasil ela falava: "Felipe, fiz uma análise sobre restaurante". E vinha com um papelzinho falando, você vai investir tanto, vai trabalhar tanto (isso aqui normalmente). Se você quiser abrir uma lavanderia, é isso... Se quiser fazer um curso para marketing esportivo, você deveria fazer na USP, na ESPM e tal lugar. Olha, chegou um cara que me falou que quer fazer num sei o quê. Até que um dia, dentro desse um ano e meio que eu tava jogando, surgiu uma possibilidade de fazer um "piloto" para uma TV a cabo. Um programa que já existia. Na época era o Góes, era o cara que mandava na TV. Ele falou, o cara vai lá, na verdade ele me jogou nas feras para ver como eu me saia como entrevistado, na verdade ele estava me olhando como entrevistador. E quando eu, fiz um rafting bagunçado, o cara adorou, ligou para ela que trabalhava comigo e falou, quero que o Felipe apresente o programa na TV. Ela falou não, ele ta jogando. Ele falou, são dezesseis programas por ano, são 16 dias por ano que eu preciso dele. Então hoje se você ta tranqüilo, grava dois programas. Não é uma coisa louca, dá para você fazer. Ela falou, acho que vale a pena, acho que é um começo. Portanto, se você não gostar da mídia quando você parar não vai te matar ter feito seis meses disso. E eu acabei gostando. Então comecei a sair da quadra, sem perceber, jogando. Essa pessoa a gente acabou se afastando por bobeira, mas isso foi muito importante, me ajudou ter alguém que pensava nisso. Porque eu sempre tive uma cabeça que economia "porca" faz atleta não jogar. Eu sempre paguei muito bem o físico, sempre paguei muito bem técnico, sempre dei todas as regalias possíveis que estavam dentro do meu orçamento para o cara viver bem comigo, trinta semanas por ano fora do Brasil, sabendo que está deixando família aqui. E, essa coisa de investir, a... vale a pena psicólogo? Se eu acho que eu preciso, eu pago. Ah, mas custa um pouco caro. Vou pagar isso, mas eu posso ganhar aquilo. Eu sempre tive essa cabeça, e meu pai sempre teve essa cabeça. Não economizo no dia anterior do jogo, comer em restaurante "chumbrega" pra você num gastar dinheiro, aí você passa mal. Come num restaurante bom, gasta, mas amanhã você está inteiro para jogar. Você não precisa ir num Fasano, mas vai comer bem, vai dormir bem. Essa sempre foi a informação que veio na minha cabeça. Então, eu me preocupei muito com... a maneira que eu ia sair. Um pouco, por consciência, um pouco inconsciente, um pouco ajudado, um pouco pelo meio que eu fiz. Eu sempre acho que o atleta, ele não é o atleta só. Existe o atleta que está sozinho com um time de m., e o atleta que é bom porque tem um time bom. Para você ser bom com um time ruim, só se você for muito bom. E não vamos dar exemplo aqui porque tem váááários (risos). Você sendo médio, como eu me considerava. Médio no sentido rendimento alto, mas eu não era um Guga, um Neymar, eu era um cara que jogava bem só que eu precisava ter um time bom. Se tivesse um time ruim, não seria bom. Essa visão era clara para mim. Então por isso que eu pagava. Por isso que eu tinha o melhor preparador de atleta do Brasil na minha mão, e se ele pedisse o dobro, eu dava. Beleza, fico com menos. Hoje fazendo clínica de tênis, você fala pô! Você pega um cara que ganha quase como você na clínica. Poderia pegar um professorzinho de tênis. Cara que vai comigo é o Mauro Menezes, Copa Davis, e todo mundo, você é doente. Vou viajar hoje com ele. Mas, por quê? Excelência. Por isso que eu trabalho e faço quarenta e cinco torneios por ano, não faço dez. Porque o cara que faz dez, faz com professorzinho do lado. Então isso, ao parar me mostrou que eu precisava me preparar para uma parada drástica. E é drástica demais... É duríssima, não vou te falar que... a sorte é que eu consegui ter coisas para fazer.

Pesquisadora: Você falou "duríssima", tem todo o efeito físico de parar, mas nada impede que você continue jogando e praticando. Mas, estamos falando do alto nível que o organismo está acostumado. O que "pesava" mais, o físico ou a cabeça, por "não estar no mesmo universo"?

Atleta: Cabe muita coisa aí, né? Eu acho que o físico foi o que menos eu senti. Eu parei até meio radical, eu parei mal. Se olhar, o meu médico me "enchia o saco", porque dizia que eu tinha que ficar mais aqui, fazer um pulldown e todos aqueles nomes difíceis de saber. Mas, eu peguei, não "bode" no sentido de não gosto mais, mas eu não conseguia ir mais numa academia de ginástica. Já não tem mais objetivo, atleta é objetivo. Eu brincava quando conheci a Ana (esposa), eu falava está vendo minha barriga, vou virar tanquinho pra você, não conseguia (risos). Não é o objetivo. Acho que se ela falasse: "se você não ficasse tanquinho eu vou embora", acho que eu ficaria. Mas, como não tem a pressão, você não tem ... mais aquele ardor de acordar de manhã e falar aí hoje..... Então fisicamente você acaba abandonando, treinava para algumas exibições para num fazer feio. Mas eu tenho uma genética muito boa, por enquanto até os quarenta e um, porque agora começa cair, é normal. Mas jogava super bem, agüentava, chegava em todas as bolas. Então todo mundo: "Uau! O cara num parou, treina todo dia". Eu olhava e falava treinei um dia pra vir aqui. Entendeu? Só que o lado mental é muito duro. Não vamos ser hipócritas, você tem o lado do reconhecimento, que pra mim foi muito bom como eu parei no auge. E num supra sumo que ninguém queria que eu parasse, a acho que isso foi uma estratégia muito boa.

Pesquisadora: Você que decidiu por essa estratégia ou o seu entorno que te ajudou a ver isso?

Atleta: Eu tinha definido antes e não esperava essa repercussão. Tem até histórias engraçadas. O mesmo cara que me colocou para voltar a jogar. O Baby (Henrique), a gente chama ele de Baby. O Baby me botou para voltar em 2001, ele me retirou, ele me mandou embora do tênis. O campeonato de Rolland Garros, o campeonato que eu mais gostava de jogar. Eu fui lá na primeira rodada e entreguei o jogo literalmente, mentalmente fraco. Quando eu estava saindo da quadra, ele perguntou: tá preparado... há dois anos atrás eu te botei no circuito, eu obriguei você a voltar, hoje eu estou te falando uma das coisas mais difíceis da minha vida como treinador. Eu estou falando pra você parar. Na minha visão você tem que parar de jogar tênis. Você não tem mais ilusão, você já num tem mais vontade, num tem mais... num tem mais o que tirar de você. A não ser que você pegue outro treinador e você consiga. Mas do jeito que a gente se relaciona eu não vejo por onde. Você tem 32 anos de idade. Teu ranking já está caindo, você não está treinando como você treinava. A filosofia nossa de ser super tranqüilo, você já num está agüentando. Chegou a hora. Ai ele falou, se eu fosse você eu escolheria um evento, ou Brasil Open em setembro ou Panamericano em agosto. Pra você se retirar, último campeonato, você não fica com a impressão horrível. Treina, eu te ajudo e você joga o último campeonato. Vai pra casa, pensa.

Aí eu falei, não preciso ir pra casa. Você está certo. Vou parar. Vamos pensar o que é melhor realmente, se jogar o Brasil Open na Bahia ou... aí eu falei ah, eu queria jogar representando o Brasil, porque tem toda a minha história, estrangeiro naturalizado, escapou a medalha olímpica em Atlanta. Acho que... não porque eu ache que vá ganhar medalha de ouro, mas a atmosfera vai ser uma coisa legal, beleza.

Quando eu ganho a medalha, pra todo mundo um absurdo, o Felipe estáa jogando pra c. ele é espetacular! Só que tenisticamente, é o que eu falo pra todo mundo... Ah, foi a melhor vitória da sua vida? Não. Foi a que mais repercutiu. Medalha de ouro, último jogo da vida, ex-número é 1º do mundo, match point contra, tudo, tenisticamente falar que eu joguei bem lá? Não, nem eu nem o Marcelo (Rios-adversário). Os dois já estavam no último campeonato da vida. Então, quando eu acabo e todo mundo: Agora você vai canalizar e ganhar dinheiro pra caramba, patrocínio vai vir, mais ainda do que já veio.

Falei gente quando eu perder o 1º jogo vocês vão me dar uma vassourada na cabeça, e eu não tenho mais vontade de treinar amanhã. Fisicamente eu não estou mais apto ao esforço. Jogar por mais quanto tempo? Três meses, não vai parar por cima. Me deram várias despedidas, aqui, ali, joga mais num sei o quê. E eu? Parei. Muita gente falou: "Cara você é muito corajoso". Mas na minha cabeça eu falei vamos acabar assim. E foi a melhor coisa que eu fiz. Porque ficou no auge. Poucos atletas pararam no auge, um ou outro. Na história do Brasil, é o que eu mais escuto dos

próprios atletas: "queria ter parado dessa maneira". Sei de atletas que vão se arrastando, ou por dinheiro, ou por não saber o que faz. Eu parei. No dia seguinte, na segunda feira seguinte..... Só que virou um pandemônio minha vida aqui, né?! Repercutiu muito. Então, a vida do não fazer nada, não pintou, né? Eu não acordei na segunda feira e falei: "Puxa, hoje não tenho o que fazer!" Como foi o Gaston, o Saretta, converso com o Ricardo Melo que está começando a pensar, porque está com 32 anos de idade e já começa a imaginar. Aí, me liga e fala e aí? Falo, cara toma cuidado com isso, toma cuidado com aquilo. Virei um consultor entre aspas porque o meu lance foi legal.

Pesquisadora: Mas, seria também porque tem essa carência das pessoas em terem orientação e pensar sobre isso?

Atleta: Muito, muito.

Pesquisadora: O que você acha que foi apoio, fora o profissional que trabalhava com você, para te ajudar a pensar nisso, teve o técnico que te deu essa visão. O que você acha que pode ter sido apoio?

Atleta: Família. Meu pai, minha mãe. Quando eu falo meu pai, são os dois na verdade. Porque cada um desempenhou uma característica. Meu pai era o cara mais duro, mais exigente, que ia para o detalhe. Meu pai me chamava de pangaré. Tudo era, ganhou mas poderia ter sido melhor. Fez semi final de Rolland Garros, mas poderia ter chegado a uma final. Ele nunca elogiava, falava que do c. Que legal! Ele sempre, Putz!, Escapou né? Pô que escapou pai, fui semi. Ele: "Não, mas poderia ter feito mais". Então, ele era o cara exigente. A gente conversa muito sobre isso. Será que... Ele se indaga...

Pesquisadora: Por que você suportou, mas a gente sabe que tem uns que não suportam.

Atleta: É, Ele fala, será que podia ter sido menos, e você seria menos ou será que você poderia ter sido mais se eu tivesse sido mais tranqüilo e mais confiante com você?

Aí, eu falo, pai já foi, agora vamos velejar! Então, eu acho que a presença deles, e eles não viajavam comigo nada. Era um porto seguro em casa. É engraçado como eu transporto para outras pessoas muita coisa, não sei por que, e isso é uma característica pessoal de cada um. Eu, as minhas decisões, como foi sempre muito coração, eu nunca fui muito político. Eu nunca... fui muito vale a pena, Sabe? Se eu for lá dar entrevista pra ela, vou me dar bem com isso. Não. Eu falei, gostei. O Paulo falou comigo: "pô uma pessoal legal, um assunto legal, se você quiser, zero pressão". Falei, fala pra ela me ligar. Aí ele, mas ligar? Eu falei obvio, quero escutar a voz. Aí eu percebi, às vezes você fala com a pessoa e num curte e bota a desculpa que for. Ah, recebo um milhão de proposta, me ajuda aqui, faz isso ali, ou business para os dois, ou business para um.

E eu faço muita coisa do coração, então as decisões minhas, elas acabam dando muito certo, a grande maioria por isso. Quando eu me naturalizei, a minha decisão foi em cima do Villas, o Villas queria que eu ficasse cidadão local. E ele veio me falar dez anos depois, quando eu já tinha parado, quando eu joguei um campeonato aqui no Brasil de veteranos contra ele. Ele olhou e falou: "Cara, você me ensinou quando você rejeitou seu país de origem. Você me ensinou" e olha que era o Villas, ele falou: "Eu te convidei para jogar pelo seu país e você falou: "Guilerme (Villas), eu vou decidir não pela razão". Pela razão eu tinha que jogar no meu país de nascimento, o Villas está me convidando. Copa Davis, é lá. Não dá para comparar Brasil – e lá no tênis. A estrutura, a idéia, o amor que eles têm, contra o brasileiro (no tênis), não dá. Então, eu tive que ir pelo coração. Ele falou, quando a gente vai pelo coração a gente sempre acerta. Sabe, então você me ensinou, hoje eu faço tudo pelo coração. E aquele episódio pra mim, foi marcante. Ele olhou para minha cara e falou vou decidir pelo coração. Então fica mais fácil. E se der errado, você fala eu queria, era a minha vontade. Não porque valeu a pena, ou ia ganhar uma grana mas não ganhei, deixei de fazer aquilo outro... Cara, era tudo que eu queria na vida e não consegui. E como tenista aprende a ganhar e a perder, que acho que a grande... como se diz... o que a gente leva mais do tênis e que eu falo pra molecada, e eu vejo na minha esposa, por exemplo, vejo o sofrimento dela de ganhar e perder, de tomar um NÃO. Ela é capaz de chorar um dia inteiro, tem uma dificuldade para receber um NÃO. Eu falo pra ela, e ela fala: "pra você é muito fácil". Mas, é todo dia, você vai perder mais que ganhar.

Pesquisadora: Você acha que tem a ver com sua criação, com sua personalidade em lidar melhor com isso, foi o esporte ou sua vida foi ajudando a lidar com perdas?

Atleta: Eu acho que o esporte, mais é o esporte. Num dá para você jogar tênis e sofrer... sofrer horrores por que você perde. Você tem que entrar no vestiário, entrar no seu quarto e meia hora depois

tem que trocar o chip, se não você não vive. Todo dia que você perder você enlouquecer? Você se deprimir? Você como psicóloga deve saber, você se mata. Todo dia se perde. Tudo isso é estudo para a molecada. Eu jóquei 14 anos em circuito. Em média, 30 campeonatos por ano. Em média foram 28, 32, 31, 27, faz a conta. São 500 torneios. Eu ganhei três ATP Tours, um Panamericano, sete Challengers. Já dá 11... mais alguma etapa de satélite que era Future. Coloca 20, e eu joguei 500, toda semana eu perdi. Como você não vai saber perder? Então você se mata!

Pesquisadora: Você acha que saber lidar com isso te ajudou de alguma forma na hora do "Me aposentei, parei". É olhar para isso como uma perda ou como uma passagem para outro momento de vida? Por que era como você lidava no dia a dia.

Atleta: Eu acho que o tênis me ajudou em muita coisa. Eu converso isso com a minha esposa. Todas as minhas decisões são baseadas nas minhas experiências tenísticas. Então, o grande exemplo pra mim é a televisão. Entrei agora na atual emissora, há 4 anos eu venho recebendo proposta da televisão. Uma com valores baixos, outra não era a televisão que eu gostaria, outra era que eu não gosto do cara que queria me contratar, outro porque eu não queria comentar tênis. E toda vez que eu vinha com uma proposta, e mostrava para minha esposa. Uma TV somente de esporte, fechada veio falar comigo. E ela (a esposa), e aí? E eu falava a proposta é legal, comentar tênis eles tem 30 campeonatos de tênis, eles querem que eu faça um programa de tênis lá dentro, o valor que eles querem pagar é um valor aceitável... Ela: Você vai aceitar? Não. Ela: Por quê? Não. Veio outra, com as mesmas características. Mais uma em UHF, e outras 2 abertas. Uma hora ela falou: "Você num vai aceitar ninguém?" Eu falei, bom... a decisão tem que ser total. Quando veio a atual, não era a melhor em grana, não tinha a quantidade, não era que minha expectativa era X e foi Y, não eram tantos Grand Slam, a gente não fechou tanta coisa. Mas, as pessoas que falaram comigo eu admiro. Não tem uma pessoa lá dentro que eu não goste. Então a decisão ela tem que ser um passo a trás, que é a mesma coisa que o tênis. O tênis você num pode, ai está 30-40 o que eu faço? Você tem que ser frio. E você num pode pensar o que isso vai me dar, e a projeção que isso vai me dar, como todo mundo pensa. Não, você tem que pensar o próximo ponto. Ah, mas você poderia ser muito mais agressivo. Poderia. Poderia ter três restaurantes, quatro academias de tênis, meu nome espalhado em todos os lugares. Mudaria? Só seria mais rico. Eu não quero ser rico, num quero ter avião. Então a minha decisão é o próximo ponto. Aí, você fala e o futuro na TV? Amanhã eu converso para decidir a fazer o programa, amanhã vou lá e toc, toc, toc, posso fazer o programa? Não. Tá bom. Posso? Como você quer o programa, assim? Não adianta você ir lá e EAH!! Jogar tudo pra dentro. Não é minha maneira de ser, e isso acho que vem do tênis. As decisões, tomar um NÃO. Analiso, culpa minha ou direito do cara. Se for culpa minha por que abordei errado, então você pode melhorar. Não vou dizer que não sofro. Sofro pra caramba. Fico puto, quebro tudo, choro. Sabe? Mas, dentro da minha psicologia, entende? Erro meu ou cara que num viu?

Minha esposa está a anos tentando entrar em novela, na Globo, num está tendo... Eu falei é tua responsabilidade ou a pessoa que não gostou? Porque vai ter uma pessoa que não gosta de você e é um m. desculpe a palavra. E o Meireles (diretor de cinema) fala que você é boa. E você vai se apegar ao m. que falou que você é ruim ou ao Meireles que falou que você é boa? Sabe? Aí a TV em UHF, com todo respeito, fala que não me quer, e a atual me quer, quem está certo? Você está no lugar errado na hora errada ou o cara lá não tem a visão que você tem.

Pesquisadora: Podemos considerar, não sei se você tem essa visão hoje ou se sempre teve, mas as coisas que acontecem tem o que você faz, você olha para o que fez, como falou, o que fez. Desde o fiquei bravo, joguei a raquete, pegou em alguém e aí eu caí fora, fui multado. Mas, olhando para o que fez, posso melhorar isso? Ou as coisas que acontecem, foi o mundo que não me deu chance?

Atleta: Acho que tem muita parcela de você, muita. O grande problema da gente é que a gente se mente. É difícil você... é, hoje eu tenho uma cabeça bem diferente do que aos 25 anos de idade e jogava. E... é isso que eu não gosto muito, acho que é geral, né? A idolatria que colocam. Hoje me colocam num patamar idolátrico,(risos) se é que se pode falar assim,(mais risos). Num existe um comparativo, porque eu fiz bem, eu joguei bem, eu não cometi nenhum erro. Aí, na hora que querem me comparar como Belluci (brasileiro nº 40 no ranking no momento) falam, ah, mas o cara perde uma primeira rodada, você não perdia. Falo, como num perdia? Perdia muito mais que ele perde, eu era muito pior que ele é em

algum sentido da palavra. Só que é aquela coisa, "endeusaram" porque sou cativante, porque sou aberto, trato todo mundo bem. Pô!, então o cara esquece e acha que você também jogou pra c., que eu joguei melhor. Muitas pessoas falam que eu joguei mais que o Guga (Gustavo Keurten), falo, ah é com certeza igualzinho (ironizando). Mas é porque a idolatria tem outro lado, você não vê nenhum defeito na pessoa. Então, é isso que às vezes... mas é muito mais a gente o que faz acontecer a banda. Maaaaaaass (frisando), a gente volta naquele comecinho, a gente faz acontecer e a gente faz acontecer sim e se junta com pessoas que ajudam a gente a acontecer. E aquela máxima, que eu não lembro nem quem foi que disse: "Diga-me com quem você anda e vou te falar quem você é". Pra mim é perfeito. Todos os meus amigos, não são F. no que fazem, mas são pessoas de caráter. Você começa a perceber que o cara não é legal, eu não consigo andar muito se o cara faz maldade.

Pesquisadora: Pelo que dá para perceber, não é porque vão vincular sua imagem a dele, mas porque te faz mal?(ele mostrou no rosto uma expressão de desagrado).

Atleta: E num... dá pra sentar pra comer e o cara está chorando da vida. Sabe, eu gosto de gente que quer outra coisa. Quer o que eu vou fazer, tem ambição. Não ambição por material, eu nunca fui materialista e acho que nunca vou ser. Levo uma vida muito tranqüila, mas é ambição de como ser melhor, um pouquinho melhor do que você é. Por isso que os meus treinadores muitas vezes não eram caras que jogavam melhor que eu tênis. Poderia ter convidado o Thomas Koch, que eu amo. Não, mas eram caras que eu via que queriam mais do que eu ser campeão. Cada derrota minha, machucava o Pardal (técnico), Eu olhava pra ele e falava eu perdi. O Edu Faria, preparador físico, ele ficava de cama. No outro dia eu falava, Meu! Eu que perdi, não você. Ele falava, nós perdemos. E ele não ganhava percentagem pelas minhas vitórias. Ele incorporou a minha vida. Legal! Mas é... voltando a parada é muito dura, sabe. É pra poucos, eu vejo aí... a galera batendo cabeça.

Pesquisadora: Quando você fala é duro, o que você consegue lembrar algum sentimento que você tenha tido?

Atleta: É... tudo é... Moramos num país de pouco reconhecimento, onde hoje você é um gênio, amanhã apareceu outro e você é um b.. Estou falando no geral, porque a minha carreira foi muito tranqüila. Minha parada foi quando tinha condição. É... o parar muito no auge também é complicado. Mas eu vejo pelas outras pessoas, hoje você é amanhã ah, ah... Ninguém é de ninguém. Tudo bem que é ego pessoal, mas você foi lá deu a vida pelo país. Um mês depois de você parar o cara esquecer você. Tem gente com problema de grana pra caramba. Que representou o país a vida inteira, e não é porque gastou tudo na p., não. É porque acabou, porque a gente faz uma imagem sobre o futebol. "Ah, o cara perdeu dinheiro, também né, ficou na bagunça". Não, está cheio de cara aí que não ganhou o suficiente, que defendeu seu país que nem a morte. E hoje o cara passa na rua e ninguém dá a mínina. E... batendo nas portas. Seu telefone não para quando você está ganhando, e desaparece quando você está perdendo. É... a imprensa é duríssima. Eu falo direto. Hoje eu tô lá dentro, escuto coisa, eu me meto. Me meto na hora. Ah, o cara é um m. é um b. Eu falo, não, não. Qual a referência que você tem? O que você está apontando aí? Você está comparando com você? Como assim? (indaga o cara). Se ele é um m. você é o quê? Toda vez que eu falo, aí falam: Como assim? Você é 30 do mundo, jornalista 30 do mundo? Não. Você é 30 na sua empresa? É, então você é 30 dentro de uma casa, e tá falando que o m. que é 30 do mundo. Baixa (faz gesto com a mão). É, mas você... desculpa, você é psicóloga nº 30 do mundo? É? Não? Opa! Então sempre tem que ter respeito com o outro. Posso não gostar. Não gosto dele, acho que ele deveria jogar melhor... É muito fácil a gente sentar numa cadeira e falar ele não é bom. Só que 30 é 30, 50 é 50, 100 é 100. E tem quantidade de jornalista igual. E o cara é 30. Então calma. Em comparação com o Nadal o cara é ruim. Concordo e não concordo. Mas... é isso, e isso o atleta escuta. O atleta lê, o atleta vê.

Pesquisadora: Você acha que isso era o mais difícil. A falta de reconhecimento, o virar as costas?

Atleta: Principalmente quando você não é do "oba oba". Porque se você é, com todo respeito, a galera do futebol que está cheio de amigo e num sabe quem é amigo. Eu fiz amigo dentro do esporte. Às vezes você vê um jogador de futebol numa mesa de 20 pessoas, você olha e fala: "cara, nenhum desses caras são teus amigos, sabe?" Tão aproveitando porque você está pagando jantar pra todo mundo, está cheio de mulher na mesa. Quantos aí você fala, aquele é amigo, aquele e aquele. Então pega os 3. Cruza na balada os outros 17, show! Agora num trás pra dentro de casa os 17. Comendo da tua comida, tomando da sua bebida. Não vale! Porque esses caras não vão te ligar, dá volta, e os caras

num ligam, né? A mesma coisa com jornalista, com patrocinador. Então, toda hora que você pára, você tem um ciclo que vai se apegando as coisas. Você se apega aos dos seus amigos, você perde quem você achava que era, aí você perde a mídia, você perde até a facilidade. Você entrava num restaurante o cara falava, por favor, você fala não, eu vou pra fila. O cara por favor não, você vai sentar na próxima mesa. Você fala não. Aí o cara fala que faz questão. Aí tá bom... você num vai brigar na frente do cara. Num vai pagar a conta. Como assim não vou pagar. Até hoje eu não entendo porque eu não vou pagar a conta. Dá para o cara que está com fome, não pra mim, eu posso pagar. Eu não vim aqui para receber a conta de graça. E eu falo direto. Tá bom, quer dar? Mas se a próxima vez que eu vier eu não pagar a conta eu não volto mais. Simples! Eu num vim aqui para comer de graça. Eu vim porque eu gosto do lugar, sabe?! Eu num vou dar aula de graça. Isso não é a vida. Então, tudo isso mexe com a cabeça de um atleta, são ferramentinhas que vão maltratando.

Pesquisadora: E desses que se aproveitam, ou se iludem porque estão recebendo todas essas portas abertas, naturalmente vão sentir mais?

Atleta: Sabe de uma coisa. O André Sá falou uma coisa, eu estava falando com ele anteontem e ele falou: Sabe qual o grande problema do atleta, e do tenista principalmente, é que quando ele joga, ele chega numa excelência e num número, num grau gigantesco. E quando ele para ele acha que o que ele for fazer é do tamanho do que ele jogava, e ele não é.

E é muito difícil entrar no mercado com a humildade de saber que é mais um. E esse é o problema, o Felipe é tenista, agora como dono de lavanderia, tem 55.000 lavanderias melhor que a tua, com experiência maior. Pode ter a maior, a mais bonita, mas eu acho que o gerenciamento dela, vai ser de um cara recomeçando. E você vai voltar para o zero. Entendeu? E isso é muito difícil para o atleta.

Pesquisadora: É difícil também pela idade que o atleta pára? A gente costuma ver o aposentado por volta dos 70 anos, o que ainda é jovem, como você falou no começo do seu pai (falou antes de começar a entrevista, que o pai está ativo com 70 anos). No caso do atleta ele para bem mais jovem?

Atleta: Tem muita coisa aí. E... entra o medo porque você teve uma vida inteira e tem que mudar sua profissão. É o que você falou, eu com 32 anos me chamava de aposentado. Os caras davam risada. Complicado... Só que se eu parar eu consigo viver até os 70, 80, 90 a idade que eu vou morrer? Não. Então eu tenho que ter outra profissão. Só que não dá pra você se preparar de uma maneira... Ah, mas então estuda. Não. Faz uma faculdade enquanto joga. Não. Desculpa. Quando você está jogando tem que estar focado 100%. Aquela coisa que o cara é alienado. Concordo. Mas, não pode ser? Concordo que o cara pode ler um livro. Claro que pode. Mas você viver o dia a dia do circuito ele vai ver que num é bem assim. Quando você chega aos 28, 29, você começa a puxar um pouco o breque de mão. Mas, com 20 anos, coma idade do Bellucci hoje, o cara acorda de manhã vai pro clube, joga 2 horas, almoça, treina de novo, acaba de treinar, faz física, faz a massagem, volta pro hotel, vai comer, vai dormir. Ele não tem horário, é muito difícil falar agora voou dar uma estudada. Aí tem um dia lindo, ele tem um dia pra conhecer Roma, mas também não pode ficar andando como um desgraçado. Porque no outro dia vai estar cansado. Então, vai rapidinho pra ver o Vaticano. Vai e volta. Eu fui 30 vezes para Paris e fui conhecer Paris realmente quando fui com a minha esposa. Coisas que você não via, conheci o Luvre, Arco do Triunfo. Não dava tempo, aí você fala ah, você é alienado. Sou. O atleta é burro? Não sei. Se não vier de uma família que te der uma base, ele é burro mesmo. Se ele for um cara de quere treinar e... ele vai ser burro mesmo. Não tem jeito. E não adianta querer, dá pra você ir moldando, ajudando ele. Mas, num vai dar pra fazer dele um Einstein da vida. Num dá, num dá tempo. Eu coloquei no meu blog e apanhei pra caramba. Estava com blog num site, antes de entrar na emissora atual.

Eu falava que se quer ser tenista você não pode ser aluno nota 10. Apanhei pra caramba, a gente mora numa sociedade mentirosa, hipócrita. Que você tem que mentir para as pessoas. Como ser um tenista nota 10 e aluno nota 10? Eu num acho nenhum problema, agora eu num posso falar isso porque o aluno, o menino vai começar ir mal na escola. Desculpa. Mas, você quer mentir pra ele? Quer que ele estude 6 horas por dia. Treine 6 horas por dia e 4 horas de escola e mais 4 horas de treino? E ele não dorme? Aí, falam, Ah, é por esse lado eu não tinha pensado.

Por isso que no país o esporte é totalmente... não é culpa do atleta. Pra mim é a informação do esporte no Brasil. Informação é pífia. Você falou não tem uma base, uma estrutura boa. Na época

que o Caio Ribeiro parou de jogar, falava com ele todo dia. Flávio Canto conversava com ele direto. O que você acha, o que não acha? Eu nunca fiz a mais ou a menos. Fui um modelo que deu certo. E eu sou aberto, meu telefone é aberto pra galera. Eu lembro quando o Caio veio falar de ir para TV. Eu falei, vai cara, vai, vai, vale a pena, você é um cara inteligente pra caramba, você vai "destruir" lá dentro. Ele disse, é a grana não é suficiente, e isso, e aquilo. O que você vai fazer? Vai fazer uma faculdade? Pronto faz. E cada um tem um meio. A gente não consegue fazer assim. Por quem gosta mesmo. Tem exemplos que saíram (do esporte), o Mattar joga tênis mas tem uma empresa de telemarketinhg. Mas, a grande maioria está no meio, ganhando ou não ganhando dinheiro.

Pesquisadora: Você atribui isso a quê? Uma dificuldade de sair do meio? Por já ser algo conhecido? Até posso buscar algum estudo como você citou alguns, mas é o que eu conheço e posso falar?

Atleta: Acho que o 1º ponto é... O quê que leva ainda a ilusão? Sabe, eu, no meu caso pensando em mim. Poderia fazer outra coisa? Poderia, poderia fazer uma faculdade de comunicação. Eu sempre me pergunto. Será que isso vai me dar..., vai me fazer um... alguma coisa, vai me dar algum tipo de prazer? Ou vou fazer por fazer?

Ali no grande evento ele não fala abertamente, mas é meu irmão o Guga (tenista), quando ele fez é...teatro. Foi lá fez quatro meses. Num abriu pra ninguém, mas está na cara um dia chegou e falou o quê que eu to fazendo aqui? Cadê aquela paixão pela final? Começar do zero é uma coisa... Acho que tem que ser muito egocêntrico para querer ser de novo f. em alguma coisa. Acho que não dá tempo na vida.

Pesquisadora: Mas você também não se satisfaz com... (o atleta fala antes da frase da pesquisadora acabar).

Atleta: Meia boca? Por isso, o Guga fosse fazer teatro, desculpa. Mas 1º você tem que querer, por isso cada ser humano é um ser humano. Mas, na minha visão, eu se fosse ator, eu ia querer ser o melhor ator do Brasil, ou pelo menos ser reconhecido como ator. Não estar lá jogado. Pra quê que eu estou me matando, estudando? Eu nasci pra ser assim correr atrás e conseguir as coisas. Aí você vai lá e faz por fazer? Então é uma coisa que você tem muito prazer. Eu velejo com o maior prazer do mundo. Mas eu não vou virar campeão. Escrevo no meu blog com o maior prazer do mundo, não tenho pretensão nenhuma de ganhar nenhum real, escrevo porque acho importante. Não quero ser o melhor blog do mundo, do Brasil. Não vou entrar pra academia de letras, não vou. Escrever um livro, não é pretensão. É uma coisa que você faz. Agora quando você entra e você vai deixar sua família em casa para estudar. Vai abdicar. Pra mim a palavra que sempre rendeu muito na vida, foi abdicar. Eu acredito que você tem que abdicar de coisas pra você ter, ponto, estudo. Você tem que abdicar do estudo pra você treinar. Quer virar ator, quer virar gari, o que for. Você vai ter que abdicar para ser o melhor possível, ou você faz o cara curtir. Já que será alto rendimento no que for, você tem que... A não ser que você tenha um nome tão grande que o nome... e aí a outra pessoa trabalha por você. Então por isso que eu fico com o tênis. Todas as minhas coisas tem alguma coisa com o tênis. Todas. Trabalho na televisão, trabalho na rádio, trabalho no blog, faço jogo exibição. Tudo, tudo a ver. É uma coisa que eu me sinto, e sei que estou fazendo bem. Eu posso ajudar. Não me vejo fazendo outra coisa, mas quem sabe? A vida é cíclica, né? A vida pode mudar.

Pesquisadora: Pode haver um momento que você tenha interesse e diga vou estudar algo novo, ou ver algo novo.

Atleta: Estudar é duro hein? Risos... Eu tenho aversão a sala de aula, risos. Por quê? Eu falo isso os professores ficam loucos comigo.

Pesquisadora: Talvez por que o banco que você sentava não tinha uma mesinha na frente. (refere-se ao banco que o tenista senta durante os intervalos).

Atleta: Tinha que ter uma rodinha na cadeira, risos.

Pesquisadora: Você falou em suporte, em família e ao mesmo tempo não tem essa vontade pelo estudo. Mas você acha que ter algum conhecimento pode ter te ajudado no momento para parar? Esse conhecimento do que era o mundo do aposentado.

Atleta: Não, eu não tinha idéia do que era o mundo do aposentado. Eu me vi na situação de ter que parar mesmo, não tinha muito por onde continuar. Eu acho que o atleta ele sabe que ele tem prazo de validade. Diferente das outras profissões. Vai chegar uma hora que 30, 32, 34, 40 você é

obrigado a parar. É o prazo de validade. Ficou velho. Então é... entrar sabendo, é como na vida você nasce sabendo que vai morrer. Num tem uma fórmula. Mas você tenta aproveitar o melhor possível. Tanto que o que eu fiz dentro da quadra, mas eu sabia que teria que parar. Sabia que aos 32, 33 essa idade você pode ir um pouco mais, um pouco menos. Você se arrasta ou não se arrasta. Mas você sabe que ao fazer 32 anos de idade, está chegando tua hora.

Pesquisadora: Hoje já amadurecido. Você falou em determinado momento, em ver que parou e em lidar com a perda. Mas, durante a tua carreira você viu que isso mudou, o que foi mais difícil? Porque aprender a perder, ganhar e perder faz parte do esporte. Mas, lidar com isso no dia a dia, como foi?

Atleta: É difícil, é difícil. Eu estou aprendendo. Eu não lidava muito bem com a derrota também como qualquer ser humano. O que eu acho que eu tinha muito bom é que eu no dia seguinte ou na hora seguinte eu tava pronto para treinar de novo. Acho que essa era a minha grande qualidade.

Pesquisadora: Era assim por que você olhava para o próximo, ou esquecia, "virava a página", ou aquilo você já tinha assimilado pra ver onde posso melhorar?

Atleta: Acho que segunda feira tem outro torneio. E aquele é passado. Tem que virar a página. Fico "puto". Corrói, maltrata. Só que segunda feira começa outra possibilidade de fazer a coisa acontecer. E no tênis é um circuito que é com 30 semanas por ano. Se puder tentar, anda não é a semana. O Pardal, meu treinador, falava você não é o melhor do mundo porque ganhou um grande jogo e você não é o pior do mundo porque você perdeu um jogo de m.. Você é uma extensão de todo ano. Eu não consigo ver como tem muito no futebol, como tem jogador que fez gol da vitória e o cara é um gênio. Oh. Parabéns você fez o gol da vitória. Mas, você não é um gênio. Gênio é o cara que está regular, gênio é o Senna. Gênio é o Guga. Ok o cara fez uma carreira impressionante, muito boa. Agora aqui no Brasil, o cara fez um gol é gênio, porque ele fez o gol da vitória do título. Às vezes a bola bateu na tua cabeça, você não é um gênio.

Esse é um país que as pessoas não estão preparadas para o esporte, existe muita inveja a respeito do esporte, porque o esportista ganha muito dinheiro. Olha tudo que eu ralo e o cara vai lá e ganha 700 mil reais por mês.

Quando se fala que o esporte tem que ser melhor tratado no Brasil, antes disso tem que se tratar a saúde. Óbvio, eu concordo que a saúde tem que ser melhor no Brasil. Mas, se a gente for olhar e ficar determinando uma coisa por outra, a gente não vai ser nada. Se a gente aproveitar a Olimpíada para melhorar o esporte e melhorar as estruturas, melhora as ruas, a violência. Aí, depois vai ter Rio +20 você vai melhorar num sei o quê. Daqui a pouco você melhorou tudo. Agora se falar num vou melhorar o esporte porque falta a saúde, ah, mas também tem a violência, é verdade, e a educação? Então num vai fazer nada. É uma pressão que o esporte tem que ser o último. O esporte não dá alegria para o povo? Quantas pessoas que vieram da favela? No tênis a quantidade de pegador de bola que vira batedor de bola, que vira professor. Aí vem o cara do nada, com todo respeito ao CREFI da vida, e fala se ele não tiver faculdade não pode dar aula de tênis. Gente! Então dá possibilidade para o cara ter faculdade. Não adianta você baixar uma lei, esse é o problema do esporte no Brasil. Tem um cabeçudo lá que acha que vai moralizar, o cara que fez Educação Física tem mais direito. O cara que não fez Educação Física porque veio da favela e consegue ganhar 3mil reais por mês dando aula de tênis, ele não está tirando o lugar de ninguém. Ele está conseguindo sobreviver e pagar a família dele. Aí o cara vai lá e determina que num pode dar aula de tênis. Que tem que fazer uma faculdade. O cara vai entrar na USP? Não vai. Ele vai entrar numa privada e privada ele não tem dinheiro. Então ele não pode fazer e aí você num deixa o cara trabalhar. Eu acho que o esporte no Brasil não existe. Então a gente consegue chegar... mas é muito difícil você chegar. Por isso que eu "bato" tão forte quando o cara vem e arrebenta o atleta.

Pesquisadora: A sensação é que quando você "bate" forte você acha que é o seu papel de ser crítico e se posicionar. É isso mesmo?

Atleta: Acho que é. A grande coisa deliciosa é você não ter rabo preso. Eu posso falar. Na verdade eu posso falar, eu não sou mal intencionado, eu não faço para dar cutucada aqui no comitê Olímpico porque eu quero... não. Eu vou dar porque eu acho que tem que dar. Porque não gosto da gestão. E eu adoraria morar num país onde as pessoas pudessem falar. A gente não pode falar. A gente não mora numa democracia. Se você falar alguma coisa pode acontecer com você. Só que... O Comitê Olímpico

já mostrou muito bem isso pra mim. Então você não pode falar mal do Comitê Olímpico, só que quando eu paro de jogar eu num quero cargo lá. Começo a receber ligação: "Mas, não fala assim". Por quê? "Porque você pode se complicar." Já recebi ligação, "Você pode se complicar." Complicar por que? Vai mandar me matar? "Não, não fala assim, nada disso, mas nunca vão deixar você fazer nada no Comitê Olímpico." É muita arrogância você acha que eu não posso falar mal de você porque você não vai me dar emprego. Você não é meu balcão de emprego. O esporte não é tratado com profissionalismo... E aí, então é o drama, eu acho que deveria... a gente está falando em parar de competir. Se a gente tivesse o esporte mais aberto, mais profissional, aí daria um prazer pro cara. Eu teria com certeza, se o esporte fosse mais... justo vamos falar assim. Não fosse corrompido do jeito que é. Eu teria coragem ou vontade de fazer um curso de marketing esportivo. Hoje eu não entraria numa política esportiva, e aplaudo todos os caras que falam: "Eu vou entrar para política esportiva." Eu falo você é um gênio, ou você está a fim de roubar ou é um gênio. Não dá, desculpa, mas é o que eu escuto. Aí você tira mais uma possibilidade do atleta. Pra mim o canal, em qualquer país do mundo com todos os seus problemas quem é que manda no esporte. O político que faz a política e o esportista que está aqui. E no Brasil, não é. Então, quando é o cara certo, e o cara que é "b. mole" que aceita tudo que o presidente fala. Pra mim, o cara que está lá, a grande maioria. Aí você pega uma Paula, que é uma personalidade, não agüenta. Você coloca o Lars Grael, como presidente da entidade, ele sai fora. A Hortência agora vai durar x, y, z. E por aí vai. O Guga está dentro? Não. Oscar está dentro? Não. Maurício está dentro? Não. São caras inteligentes. Tão tudo dentro da televisão. Por quê? Você acha que eles não queriam estar mandando no esporte no Brasil? Lógico que querem. Mas não dá.

Pesquisadora: Algo mais que você gostaria de falar mesmo a gente não identificando na pesquisa?

Atleta: O importante é a gente não sair de onde você está imaginando para a pesquisa. Eu acho que o mais importante você falando de esporte. Eu acho que a gente precisa urgentemente esse lado, profissionalizar o esporte.

Você pega um exemplo, quanto que a psicóloga do esporte é bem tratada? Pelo esportista. Pelo dirigente. E ela não é importante? Eu não vejo problemas nos últimos anos dos nossos atletas... Moramos em um país onde não há ajuda e há excesso de ajuda nos últimos dois anos. Com isso, excesso de pressão. Com isso, determinante perante o campeão. Chega na hora do vamos ver, não consegue. Tem inúmeros, até cavalo não consegue pular, tem que ter o psicólogo para o cavalo, risos. Mas, não é esse ou aquele, é porque jogou o esporte inteiro nas costas de um. E você não deu preparação nenhuma para ela. Então você ouve: "eu gastei 4,5 milhões de reais com a ginástica olímpica. Você precisa ganhar se não vai ficar a pressão." Desculpa, não existe isso. Se você for mal na Olimpíada a seleção vai desaparecer. Aí fala para todas aquelas meninas... e aí depois questionam. Então nosso esporte não é profissionalizado. Tem muito dinheiro como nunca existiu na vida, mas não tem uma estrutura. Falar assim: Do que o atleta precisa? E por isso que eu digo que atleta f. tem que estar lá. O nosso comitê deveria ser feito por... Quem são nossos melhores atletas? Gustavo, Gustavo Borges. Cara inteligente. Maurício do vôlei. Giovane do vôlei. Paula do basquete. Raí. Ana Moser. Eu te dou nomes de caras que sentam aqui e você fala os caras entendem do que estão falando. Não estou falando... nem eu de repente não tenho tanta experiência como tem o Raí, como tem a Ana Moser. Eu falo assim estrutural, por que cada macaco no seu galho, eu tenho consciência, eu nunca entrei numa empresa. Raí entrou, Ana Moser entrou, Paula entrou, Giovane está dentro de uma empresa hoje. É uma maneira diferente. Eu posso apostar muito mais na quadra, na cabeça, no dia a dia. Esses caras podem entrar na estrutura também, onde vão botar o dinheiro, tira daqui e tal. É diferente. Agora, enquanto esses caras não tiverem dominando o esporte brasileiro, a gente não vai pra frente. Só que esses caras, não vão deixar uma vírgula cair. Uma moeda de 1 real cair. Ou fazer um Panamericano em um clube que vai desaparecer 10 minutos depois – o Marapendi (clube na Barra da Tijuca-RJ). Se um desses tivesse lá, e o cara dissesse vamos gastar num sei quanto, um milhão, cem milhões para fazer o tênis no Marapendi. Como assim no Marapendi, é um clube. O Brasil não tem ganho nenhum de fazer lá. Faz um convênio com o governo do estado e gasta esses mesmos milhões faz a quadra e deixa aqui. Ou dá como deram o estádio para o Botafogo. Tão falando e até agora nada, vão acabar fazendo lá de novo. Tão falando em centro de treinamento de excelência. Aí você vai

lá e vê que a quadra está ao contrário, por causa do sol tem que mudar a quadra inteira, um clube inteiro. Então vai pra outro lugar. Aí quando acaba o campeonato tem que mudar a quadra de novo. Óbvio que eles não vão NÃO cometer os mesmos erros. Mas, coloca um atleta do tenis lá. Vou te dar nomes, Guga? Não tá. Jaime? Não tá. Mattar? Não tá. Acioly? Não tá. Meligeni? Não tá. Agora está o Larri, um pouco o Guga pelo projeto que ele está fazendo. Mas ele não é um cara que é ativo lá dentro. Que dá decisão. Desses caras oito já pararam de jogar. Tomas Koch? Não tá. Kimayr? Não tá. Marcos? Não tá. Com todo respeito a quem tá, mas é difícil. Eu não vou me comparar ao Guga e nem quero que me comparem ao João da Silva.

O esporte, quando eu falo que é mambembe acham ruim, é que a gente tem muito dinheiro e tem muito atleta bom. Uma riqueza que é impressionante, se a gente morasse nos EUA, nós seríamos dez vezes melhor. Transporta os atletas para lá ou a estrutura, visão, o dinheiro pra cá. A gente ia destruir.

O lado mental que a gente falava, o lado físico.... se você perguntar pra mim...me fala o nome de cinco psicólogos do esporte que são conhecidos, que são bem tratados, são referência. Não referência por que ela seja boa ou não, mas referência porque o nosso país pro esporte falam dela. No tênis quantas tem? Não tem um que fica trabalhando. E se tem...quem está a federação não ajuda, não apóia. E não é importante? É. Não é importante a Educação Física? É. Vocês são o alicerce da gente. Preparador físico, técnico, médico, psicólogo. Essas caras são o alicerce quando a gente para de jogar.

Agora que a gente está na Olimpíada para 2016 era hora de fazer, era à hora de fazer a estrutura. Ah, mas as coisas ficaram e ninguém usou as quadras de tênis. Beleza! Mas, a gente tem uma estrutura pessoal muito forte. Tá ótimo. Eu não me preocupo tanto como as pessoas, com o que vai acontecer com o estádio do tênis de mesa. Eu to c... Eu acho que o legado que tem que se olhar não é esse. O legado que tem que se olhar é o que vai se fazer pelos atletas. Isso aí... dinheiro o Brasil tem para fazer um estádio mais cedo ou mais tarde. E o Brasil mexe com o quê? Se tem resultado o esporte anda, se não tem não anda. Então é muito mais importante a gente conseguir colher resultado. Se tem resultado você pede qualquer coisa para o governo que o governo trás.

Pesquisadora: Você está falando não em colocar dinheiro próximo a um grande evento, mas em investir no atleta? Sabermos que para se formar um atleta vai muito mais tempo é questão de anos.

Atleta: O tempo é muito maior. Mas é o que todo atleta fala, eu brinco direto com os caras. Patrocinador pagar para atleta um ano antes, é o bolso do atleta, ele merece. Só que ele sabe que não vai mudar nada na performance dele um ano antes. Não vai. Porque um nadador não consegue melhorar o tempo dele em um ano. Ele melhora em quatro. Um judoca ele não vira um Aurélio Miguel ou Flávio Canto em um ano. Ele vem de quatro, cinco, seis anos, eles já estão olhando 2016. Conversei com um atleta do atletismo, de maratona. Ele já está olhando Olimpíadas o objetivo dele era lá. Só que o atleta está lá e o investimento não está. E a ajuda não está lá e a estrutura não está lá. Só ele (o atleta) está lá. Aí vai chegar um ano antes e o cara recebe um milhão. Beleza. Põe um milhão no bolso e a performance vai ser exatamente igual, infelizmente. É isso.

Pesquisadora: Como você está se sentindo?

Atleta: Bem, bem.

Pesquisadora: Gostaria de te agradecer.

Atleta: De nada, espero ter ajudado de alguma maneira.

Pesquisadora: Ajudou muito. Tanto a entrevista para a pesquisa como por eu conhecer a pessoa apaixonada pelo esporte. Muito obrigada.

Entrevista 2 – Beto

Pergunta disparadora: *Como foi sua experiência de transição para aposentadoria?*

Atleta: Pra mim foi um pouco complicado, porque na verdade eu tive uma lesão muito séria no meu pé em 2006 e fui tentando voltar a jogar em 2007 e infelizmente não conseguia mais jogar futebol. Então não foi coisa programada para parar de jogar futebol. Então eu fiquei uns dois a três anos meio vagando, não sabia muito o que fazer. Eu investi em estacionamento de carros, então tinha que esperar ficar pronto, para num fazer loucura, tempo de retorno. E também tive muita experiência de ver meus amigos fazer loucura e depois acabar com tudo que ganhou. Então se fica bastante preocupado. Pra mim foi bastante complicado, ficava muito em casa, eu acho que tive depressão e não sabia. Meu último clube grande foi no Rio de Janeiro em 2006, eu machuquei em maio, fiquei sete a oito meses sem jogar, sem vínculo com o clube. Aí tentei voltar a jogar no São Caetano em 2007, mas joguei cinco jogos com meu pé doendo muito e machuquei meu joelho esquerdo, o cruzado (ligamento) também. Aí eu parei. Em 2009 eu tentei lá com o Maurício no Vale do Paraíba, eu fui lá, mas não conseguia jogar. Aí eu parei, parei mesmo em 2009. Então esse tempo todo você fica meio sem ter o que fazer.
Pesquisadora: Até 2006 você já tinha pensado em parar?
Atleta: Pensava, porque eu já tinha feito várias lesões e já sentia o corpo... fui profissional muito cedo com 16 anos, então o corpo já tava cansado de lesões, a mente, cansada de concentrações e meus filhos eram muito pequenos nessa época. Eu convivi muito com minha filha na Alemanha, com o filho eu tava convivendo muito com ele em 2004, 2005. Então não sentia muita falta do futebol. Mas eu pensava em parar, mas não em 2006. Pensava em voltar para São Paulo e me preparar para parar. "Montar" alguma coisa jogando, que você montar alguma coisa tendo receita é mais fácil do que não ter receita. Eu tinha muito patrimônio, mas dinheiro eu tinha guardado, mas não a receita para cobrir o mensal.
Pesquisadora: Além, desse cuidado que você teve com a parte financeira, você pensou em ter uma preparação de mais tempo, ou de fazer o último jogo para terminar de determinada forma, ou nem pensava nisso?
Atleta: Eu pensava em... lógico terminar minha carreira dentro de campo. Pegar a bola dar um beijo nela e agradecer por tudo. Mas, infelizmente eu não consegui e fica uma frustração também por você parar por lesão, gostoso você poder fazer a despedida dentro de campo. Então, fica isso, mas foi muito bom o quanto durou, não posso reclamar não.
Pesquisadora: E quando você teve esse momento em 2006 que estava lesionado, o que você acha que te deu apoio nessa fase?
Atleta: Olha, já tinha... a nona ou oitava? Nona! Nona cirurgia eu já tava acostumado, isso eu já passei muito. Então ... o que cansa são as fisioterapias, a rotina, que vai desgastando bastante você também, a gente diz: Não sei se vale a pena mais, então foi quando você fica naquela de parar ou não.
Obs: toca o telefone, ele atende ouve a queixa e volta se desculpando.
Pesquisadora: Você falou da época que estava em casa, com seus filhos e que era gostoso. Quando você teve a lesão (2006) você disse que já estava mais acostumado. Mas, você teve outras lesões e ainda não pensava em parar. Pelo que você disse parece que pensava em se recuperar e voltar?
Atleta: É porque a idade já estava chegando, tava com 31 anos. Então, as pessoas quando você vai tendo muita lesão, os times grandes vão meio que fechando as portas pra você, e às vezes não compensa você sair de casa pra jogar num time que você vai correr o risco de não receber, essas coisas todas, né? Isso também que eu pensava, e eu já queria me preparar para fazer outra coisa, né?
Pesquisadora: Quando você teve essa lesão de 2006, você pensava em se recuperar, voltar e parar jogando, ou foi algo assim, vou ver o que acontece?
Atleta: É que essa lesão que eu tive foi muito grave. Eu tive uma lesão no pé e coloquei cinco pinos no peito do pé. E muita gente não acreditava que eu conseguia voltar e jogar. E eu joguei, mas jogava a base de remédio, então era bem difícil, bem complicado.

Pesquisadora: E aí você ....
Atleta: Aí eu já tava preparando para aposentar, mesmo.
Pesquisadora: Você já ia pensar nisso ou não, mas a lesão acabou antecipando um pouco?
Atleta: É antecipou bem, antecipou uns quatro anos.
Pesquisadora: Essa parte que você falou em pensar sobre isso, você planejou alguma coisa? Você falou que pensou no financeiro, mas você Beto, pessoalmente como que ficou?
Atleta: Ah, eu assim, você fica pensando muito na sua família, todo mundo vem em volta de você. Você tem que pensar para meio mundo. Poxa! Você tem que ganhar para todo mundo. Aquilo que você está acostumado a ganhar de repente parou, acabou. E como eu falei tinha patrimônio, mas não tinha o que dava renda, isso preocupava bastante, isso era bastante complicado, você acaba ficando sem dormir, eu já sou ruim pra dormi, tenho insônia pra caramba, então tinha muito mais ainda.
Pesquisadora: Nesse lado você falou que talvez tenha ficado deprimido, que sentimento você consegue dizer que você tenha tido mais presente nessa fase?
Atleta: É que assim, jogador de futebol, ele só fez isso na vida, então não tem outra coisa. Ele tem sua rotina de trabalho. Então você passa a num ter mais nada, você num tem mais rotina. Aí vou jogar o futebol alí, aí não consegui jogar tão bem, você fica meio sem rumo na sua vida. É bastante complicado. Você tem que ter assim..., ser forte, ter uma família muito boa para te ajudar. Às vezes quando eu ficava meio mal, eu ia lá para casa da minha mãe, onde estavam meus pais, meus amigos de infância pra você se recuperar um pouco assim, o ânimo para a vida. Esse apoio é fundamental. Tem que ser bem forte isso aí, a família ajuda muito.
Pesquisadora: Você fala que é complicado e é porque tem muitos sentimentos junto. Você consegue dizer quais foram os sentimentos mais presentes nessa fase?
Atleta: Você sente mais mesmo é... tipo de uma solidão, acaba tudo. Eu não tinha o que fazer eu ficava vendo filme o dia inteiro, deitado, vendo todos os telecines, aí a mulher começa encher o saco "Sai de casa". Aí você vai pra onde, né?
Pesquisadora: Isso é um pouco como o aposentado vive, mas ele vive isso com mais idade?
Atleta: É, é isso mesmo.
Pesquisadora: Mas pra vocês que ainda estão bem jovens?
Atleta: É, tem toda uma vida pela frente. Então passou uns anos e numa brincadeira com um amigo que está jogando ainda, surgiu outra profissão minha que hoje é ser empresário de jogador de futebol.
Pesquisadora: Até então você tinha seus negócios, mas não como empresário?
Atleta: Eu tenho uma área no interior que estou fazendo loteamento, tenho escola de futebol em São José do Rio Preto, tenho ação no shopping Rio Preto, comprei estacionamento aqui, outro na Rua Oscar Freire, até ficar pronto, um ficou pronto o ano passado outro esse ano. Então, eu não podia arriscar mais porque tem que ter pé no chão. Então pensava é melhor ficar quieto que fazer uma besteira. Aí, a gente tem no litoral norte (casa da praia), eu e esse jogador que veio se recuperar aqui (no Brasil) aí ele falou: "Me arruma um time para eu jogar no Brasil". Aí eu falei mas você não tem empresário lá fora? Ele falou: "Tenho mas não tem problema que a gente é amigo, você pode fazer". Aí eu falei, me dá uma procuração para um clube. Aí foi quando eu coloquei num grande clube carioca. E aí ele tinha escritório aqui com outras pessoas, e não tava dando certo, ele me chamou e a gente abriu um novo, que é esse aqui que a gente está hoje. Aí começamos a mexer com futebol, ele não aparece porque está jogando ainda e eu faço a correria. E a gente já fez boas coisas em um ano que estamos junto aí.
Pesquisadora: E agora você diz que tem uma nova carreira?
Atleta: Hoje eu tenho, sou empresário de jogador. Ha, ha, ha, E tomo conta das minhas coisas.
Pesquisadora: De tudo que aconteceu na sua vida, até porque você tem o histórico das lesões, mas as idas para um clube e para outro, você diria que dependeu dos outros, do destino ou que você acha que dependeu mais de você?
Atleta: Eu vim do interior, aí um clube grande de São Paulo me comprou me comprou, aí me vendeu. Aí fui para a Espanha lá mesmo não quis ficar porque meus pais vieram embora, fiquei lá sozinho, naquela época em 97 (ano 1997) não tinha Globo (TV) não tinha nada, né?. Então quis voltar. Outro

grande clube do Rio não me pagou, aí eu tive que sair. Em outro grande clube paulista, eu fiquei um grande tempo, aí também eles me venderam, aí fizeram eu jogar um jogo, aí eu machuquei o joelho, aí renovei contrato com eles e eles não conseguiram me pagar. A empresa mandou eu entrar na justiça, não o clube. Mas, a empresa que detinha uma parte. Então eu saí mais por falta de pagamento, e naquela época nossa o Brasil não pagava como se paga agora. E você não tinha segurança também, às vezes você não recebia, não tinha tudo isso. Então a gente tinha que rodar para fazer a vida. As lesões começaram muito cedo comigo aos 18 anos e era na transferência que você ganhava algum dinheiro. Então tinha que ficar rodando um pouco.

Pesquisadora: Não que isso seja algum problema. Mas, você acha que de certa forma tudo, no geral, o que aconteceu foi mais porque você fez, batalhou?

Atleta: Quando os grandes clubes, de São Paulo ou Rio tinham dinheiro, vinham me buscar

Pesquisadora: E você era bom no que fazia, para quererem vir buscar você?

Atleta: É, é lógico, tanto é, tantos títulos que eu conquistei, tantas coisas no meio do futebol.

Pesquisadora: Que é para se bater palma. O esporte é isso, tem vitórias e tem derrotas, e vendo seu histórico das lesões, das cirurgias, você acha que você conseguiu aprender algo com tudo isso, com as derrotas, com as lesões, como a de 2006. Você disse que já tinha passado então sabia como era. Ajudou você a lidar com as próximas que vieram?

Atleta: Ah, com certeza, acho que a minha 1ª grave que foi no começo de 2001, essa foi a mais doída, porque eu tava vendido, tinha um contrato milionário, e fizeram eu jogar e eu me machuquei. Então essa foi doída também pelo lado que eu tinha um contrato que eu faria minha vida em 5 anos. Então, isso foi bastante dolorido. Isso serve de força para você seguir pra frente. Então se eu passei por cima daquela eu passo por cima das outras com certeza. Eu sempre fui um cara que dentro dos clubes, se era para recuperar em 1 mês eu recuperava em 3 semanas, 2 semanas, sempre tive uma recuperação muito rápida, mas também sempre fui muito dedicado eu sempre fui muito dedicado, eu sempre fiz as coisas direito. Então eu sabia que passava por cima daquilo.

Pesquisadora: E você acha que lá no momento para aposentadoria que tinha todos aqueles sentimentos, essa tua vivência de superar te ajudou a lidar com as perdas?

Atleta: Ah, ajudou bastante, acho que tudo ajuda. Eu saí de casa muito novo com 14 anos, deixei minha mãe, meu pai. Então tudo foi uma lição de vida, a vida te ensina, a vida me ensinou.

Pesquisadora: Mas, nem todos aprendem.

Atleta: Mas isso é em todo o segmento, então eu sempre passei por cima, sempre fui muito forte em superar as coisas.

Pesquisadora: Você falou em ter ficado uma frustração por ter faltado aquele último jogo, você acha que isso tem algum peso?

Atleta: Não, hoje não. No começo mais tinha. Mas, já passou, meu pai fez uma pra mim (partida de despedida) no final do ano, lá na minha cidade, foram vários amigos meus que jogaram comigo. Então foi bem bacana. Mas, eu assim sou muito feliz com o que fiz no futebol porque eu saí de uma cidade de 2.000 mil habitantes e ganhei todos os títulos que um atleta possa ganhar, graças a Deus sou reconhecido em todos os lugares que eu vou ainda, bem tratado. Isso já é gratificante, isso é gostoso. Hoje vivo o outro lado, vivo o lado torcedor, acompanho meu filho nos jogos que ele vai jogar, levo para o treino. Então isso já ajuda bastante.

Pesquisadora: Você fala com satisfação, você acha que isso te ajudou...?

Atleta: Ajuda assim, porque comecei muito novo, comecei com 16 anos e parei com 31, 32 anos, foram 15, 16 anos dentro de campo, profissional, não to contando a base, isso já é muito tempo, muito treinamento, muita dedicação.

Pesquisadora: Deixa o Beto viver outras coisas agora, né?!

Atleta: Agora tem que viver... risos

Pesquisadora: E até poder usar o que viveu, toda essa experiência, que é da pessoa do homem Beto que pode levar isso para a vida de empresário.

Atleta: Eu graças a Deus. Deus é muito bom pra mim também. Eu conheci um empresário lá fora que a gente é sócio dele aqui no Brasil. Então abre as portas para você. Na minha vida sempre foi

assim, quando acontecia alguma coisa ruim que você tinha que passar por cima, vinha duas ou três boas na frente, que iam te ajudar. Então, meu lema sempre foi esse, tem esse sofrimento aqui mas vai ter aquela alegria lá na frente.
Pesquisadora: Você acreditava nisso?
Atleta: Sempre acreditei.
Pesquisadora: Você acha que isso porque acreditava em algo, no destino ou pela pessoa que você era?
Atleta: A pessoa que faz o bem, o bem vem sempre, acho que quem pensa o bem para os outros, Deus lá em cima vê.
Pesquisadora: Para encerrar, tem algo mais que você gostaria de dizer?
Atleta: Que é pela dificuldade que a gente aprende.
Pesquisadora: Podemos dizer que você aprendeu muito.
Atleta: É aprendi.
Pesquisadora: Muito obrigada.

Entrevista 3 – Gabriel

Pergunta disparadora: *Como foi sua experiência de transição para aposentadoria?*

Atleta: Essa experiência é um pouco traumática, porque você tem uma vida útil como atleta. Se você não tiver uma lesão grave é em torno de 35 anos, jogar até os 35. Então quando você chega aos 30, 32 anos parece que começa uma contagem regressiva, e ao mesmo tempo que você ainda está na ativa e está exigindo de você um alto rendimento, ao mesmo tempo sua cabeça já vai te mandando sinais que... o quê eu vou fazer quando eu parar? Então é uma transição obrigada, vamos dizer assim. Eu tive um reencontro com companheiros da escola, agora no meu país de origem, depois de 40 anos a gente se reencontrou e muitos deles estão passando por essa transição agora. E eu falei pra eles, eu passei por isso aos 30 e poucos, e eles, sobre tudo as mulheres que falam mais, falaram pra mim essa dificuldade de se aposentarem, essa transição. Em outra profissão, mas eu colocava meu testemunho, eu tinha passado por isso com 33, 34 anos. Você conseguir manter, porque você quando é atleta profissional você tem um rendimento econômico relativamente alto, uma retribuição alta, como você vai manter isso após aposentado quando você para de jogar? Naturalmente ela cai. Então como se programar, na minha geração aposentadoria e previdência privada isso não tinha. E depois não ganhava tudo isso. Eu consegui fazer uma base, digamos assim, eu consegui comprar meu apartamento, e todo meu objetivo era um capital inicial para iniciar uma atividade comercial.

Pesquisadora: Então você já pensava em outra atividade?

Atleta: Sim, já com 30, depois dos 30 já comecei, eu tinha amigo que tinha comércio, então já ficava de olho naquilo, por onde que eu vou, o que eu faço, o que eu vou fazer?

Pesquisadora: Tinha essa preocupação financeira, até porque se aposenta muito cedo. Fora a situação financeira o quê que era traumático?

Atleta: Traumático é você ter perda de renda, a perda de renda é traumática. A possibilidade de você ter que reduzir seu padrão de vida. Então como manter isso, você começa do zero em outra atividade. Então digamos assim, você fica maquinando o tempo todo. Como que eu faço? O que eu vou fazer? No meu caso, a gente vai indo...eu...não tinha terminado de jogar ainda quando já me iniciei na vida comercial, no último ano. Quando ainda jogava no último ano, eu abri um negócio.

Pesquisadora: Justamente para sair de um já estando com o pé em outro?

Atleta: Sim, sim.

Pesquisadora: E fora essa preocupação financeira, você vivenciou sentimentos...(Começa a responder antes que a pesquisadora termine a pergunta)

Atleta: O corpo deixa de responder aos estímulos naturais que você tinha antes, começa a doer aqui, começa dor lá. Você sente um declínio físico e você não consegue acompanhar a nova geração. Isso nos últimos anos nos últimos dois anos ficou bem claro. Então fica a impotência de ter sido um jogador de alto rendimento e de repente você ta perdendo, você perde espaço nos últimos anos.

Pesquisadora: Como que é lidar com isso?

Atleta: É uma frustração, mas ao mesmo tempo eu acho que é natural é o declínio natural da vida....É... você perde também o pique de treinar, aquela rotina, treino duas vezes por dia, aquele treino desgastante, já não tem mais... eu estou falando para mim né? Mas acho que deve ser comum em muitos jogadores. Você vê não tem aquele gosto, aquele prazer, e faz por obrigação porque você tem uma retribuição interessante, e contrato, intimamente vai deixando de ter prazer.

Pesquisadora: Você falou que a cabeça ia dando sinais da aposentadoria, de começar a pensar nisso. De alguma forma você planejou essa ida para aposentadoria?

Atleta: Bom, eu fui me informar, informação. As antenas ligadas o tempo todo, pra onde que eu posso ir. Eu acabei encontrando um ramo do esporte, que tem a ver com o que eu fazia, então eu me senti sempre muito cômodo aí.

Pesquisadora: Não era então um começar do zero?

Atleta: Era começar do zero porque, na verdade a diferença é muito grande do comércio para ser um atleta. Fazer esporte e ter um negócio de esporte, a diferença é brutal, não tem nada a ver. Você tem que

ter aquele... você tem que ter afinidade com a nova atividade. Você tem que ter o tino comercial pra poder sobreviver para poder progredir e nem todo mundo tem isso. Eu estudei me formei em economia, não me formei porque interrompi os estudos, mas sempre fui ligado a números a matemática, então essa parte era familiar para mim. Eu me sentia bem, então pra mim foi um terreno que pra mim foi muito natural, eu me sentia a vontade, não estava sofrendo. Um novo prazer que você descobre.

Pesquisadora: Então sua nova profissão ou ocupação com novo prazer?

Atleta: Sim, pra mim foi. Começar do zero, mas em uma área que tem afinidade comigo, eu consegui descobri isso comigo. Entendeu?

Pesquisadora: Sim. Olhando para sua vida de atleta, porque o esporte tem os ganhos e perdas e tem que lidar com isso o tempo todo, talvez muito mais que em outras ocupações. Lidar com as perdas ao longo da vida esportiva, você teve algum aprendizado por ter vivenciado essas perdas, algo que te ajudou para esse momento da aposentadoria?

Atleta: O esporte é uma escola da vida, porque você no esporte passa por uma porção de situações e isso dá muita experiência pra gente. Você passa.... do sucesso para o fracasso a linha é muito tênue, é muito fina essa linha. Você tem uma temporada horrorosa, de repente você dá a volta por cima, na outra, com resultado com rendimento. Então isso serve muito pra vida da gente, eu acho. Tem muita gente que.... é... a gente é obrigado a passar por isso. Pela própria situação do jogo, do esporte. Eu sinto que.... eu tenho um filho que está jogando agora também, ele também está passando por isso, essas sensações, emoções. Eu acho que é uma experiência muito interessante porque, eu vejo em uma família, aquela proteção das mães com os filhos, para não expô-los, para protegê-los, para que não tenham que passar por isso. Isso frustra, provoca frustração lá na frente, porque não sabem lidar com isso. Ficam protegidos, escondidos embaixo da escala o tempo todo sem querer sair, porque está bom assim. E a gente é obrigado, pelas situações que acontecem no jogo, a lidar com isso. A lidar com bom companheiro e companheiro egoísta, mau companheiro, mau caráter, com técnico que gosta de você que não gosta de você. Então às vezes você é preterido e tem que ficar na reserva, aí outro técnico gosta de você e coloca você na titularidade. Então essas frustrações, esses momentos são uma série de... por isso gosto muito do esporte. Por isso acho o aprendizado é muito importante, é muito legal. Não precisa ser profissional, mesmo na categoria menores os meninos que jogam já passam por isso.

Pesquisadora: E olhando pra tua vida você acha que conseguiu, que foi aprendendo a lidar com essas situações?

Atleta: Ah, sim, obrigatoriamente. Sim, por obrigação, se não você fica pelo caminho. Tem que aprender e tem que.... conseguir, superar isso.

Pesquisadora: Você falou que veio para o Brasil, veio como atleta?

Atleta: Sim, como atleta. Com 21 anos, e fiz praticamente toda minha carreira aqui. Jogava na seleção argentina, era convocado, mas jogando aqui. Então é....(pensativo) esse lado também de... é muito interessante. Quando você sai do seu país de origem e vai para outro, ou fui muito bem recebido aqui, mas, existe... eu ouvi falar isso e achei muito legal, das pessoas que passam por isso também, você não é mais de lá e nunca vai ser daqui. Você vai lá ta tudo tão diferente, e vou lá sou um turista lá. Minha alma é de lá, minha origem é de lá. Eu sinto isso. Mas, muitas coisas você não é mais de lá, às vezes você fala alguma coisa, aí falam não isso é muito antigo, não se fala mais. Não se fala mais, porque a língua é muito.... dinâmica. Então você usa um termo que se usava e não se usa mais.

Pesquisadora: Vendo por esse lado, você falou das dificuldades e perdas que você teve que superar, o atleta tem que superar para progredir se não ele para. O que você acha que te ajudou nesses momentos para superar, o que você buscou, por exemplo: você acreditada, era sua insistência, alguma habilidade, você buscava algum apoio?

Atleta: (pensativo) Acho que era intuição, pura intuição. Porque eu estava em um ambiente estranho, sempre estive num ambiente, não hostil, mas estranho, diferente, outra cultura, sabe? São coisas diferentes, cheguei aqui por exemplo e lembro, fui jogar aqui e o jogo era as nove da noite o pessoal jantava às 6 e meia da tarde, isso aí no país que eu vim, nunca, a gente jantava as 11 da noite depois do jogo, isso é uma mudança muita grande, imagina comer arroz e feijão as 6 e meia da tarde para jogar as 8, as 9. São mudanças culturais, tem que ter todo tipo de adaptação.

Pesquisadora: Olhando para sua história, para sua carreira como atleta, você acha que as coisas que aconteceram, foram mais por fruto do que você fez, foi pelo acaso, devido a outras pessoas, as questões de você mudar de clube conseguir chegar até onde você chegou. A que você atribuiria?
Atleta: Uma parte é a parte genética, que é muito importante. Que é a altura, que é a parte física, digamos assim. (pensativo, continua) E a outra parte é a parte de superação, pessoal do atleta, eu acho, teve um pouco das duas. A gente sempre pensa se voltasse lá pra trás e começasse tudo de novo faria, acho que tentaria fazer diferente para tentar melhorar mais ainda. A gente se torna muito competitivo, até com os filhos a gente acaba sendo competitivo, as mães reclamam né? Por que você é competitivo com os filhos (risos) e quer ganhar do que é pequenininho (risos), mas faz parte.
Pesquisadora: Você acha que o que você conquistou foi mais por mérito seu...
Atleta: Foi aquela habilidade, aquela coisa natural aquele jeito natural que você já vem com ele e te ajuda muito, você põem o resto lá de esforço de determinação. Agora, tem dois jogadores da mesma altura, um tem muita capacidade técnica que o outro, então isso já vem com ele, traz essa facilidade técnica. Dois jogadores iguais, alimentados da mesma maneira com mesmo físico, e um é muito melhor que outro, por quê? Eu acho que tem a ver com a grande, acho que já vem com isso, essa facilidade pra isso. O resto é o complemento da parte adicional, é o treinador... as pessoas que estudam o desenvolvimento do atleta falam que é... na igualdade física dos melhores, o que se impõe é aquele que tem uma força mental melhor.
Pesquisadora: Como você via sua parte mental, por que você está falando da parte genética e está comprovado até porque pra chegar na seleção você tinha a habilidade...
Atleta: Sim, acho que essa força mental poderia ser melhor, você vê que os grandes jogadores, os jogadores fora de série, são muito poucos, os que têm essa força mental desenvolvida são muito poucos, mesmo nas grandes ligas com grandes jogadores.
Pesquisadora: Quando você está falando nessa força mental, você está pensando em que situação?
Atleta: Superação, superação.
Pesquisadora: Por que no basquete tem outras coisas que importam que são momentos de tomada de decisão....
Atleta: Sim, sim, a todo tempo, você está tomando decisão a cada 10 ou 15 segundos. O que eu vou fazer, como que vou atacar, como vou jogar? Vou passar(a bola)? Vou arremeçar? A gente ta tomando decisão o tempo todo, isso vai muito da parte emocional também. Há dias que você está melhor que outros, ainda tem isso.
Pesquisadora: Falando da parte emocional, você fala com muita tranqüilidade ao mesmo tempo do que foi a sua transição para aposentadoria, né?
Atleta: Sim.
Pesquisadora: Então eu te convido para olhar para essa fase, olhando essa parte emocional. Foi tranqüilo assim, de buscar informação, ver o que eu for fazer depois e...
Atleta: Não, não foi tranqüilo, foi traumático, foi traumático.
Pesquisadora: Eu gostaria de pedir que você tentasse falar um pouquinho mais de que sentimentos você consegue... (interrompida antes de acabar a frase).
Atleta: Sentimentos que você tem uma linha do tempo que está chegando, que tem uma data marcada e você tem essa linha do tempo lá, que está te esperando. E a partir de lá se você ganhava 10 mil reais por mês, você ganha zero.
Pesquisadora: Você consegue dizer que sentimento você vivenciava fora essa preocupação com essa mudança do status financeiro?
Atleta: Ansiedade, uma ansiedade muito grande. Está chegando a hora, e ou você se mexe e arruma alguma coisa ou... o quê que você vai fazer? Esse é o grande é.... a grande questão da transição do atleta profissional quando para.
Pesquisadora: Você acha que ter ido buscar algo e já estar com o pé em outra atividade te ajudou nessa passagem?
Atleta: Ah, sim. Eu fui atrás.

Pesquisadora: Como foi então o parar, como você decidiu parar? Porque você já estava com outra atividade e teve que ou escolher ou...
Atleta: Eu estava no limite físico, já não tinha mais condição física de jogar no alto rendimento.
Pesquisadora: E então você conseguiu planejar ou escolher o último jogo? Qual a data ou não?
Atleta: Geralmente são temporadas, vou até o final daquela temporada. Eu tinha uma proposta para continuar, mas eu achei que não, não ia conseguir... atender a expectativa do alto rendimento. Começava a doer a coluna, a lombar, as dores lombares, aí falei não. Isso somado a... você vai perdendo o pique também.
Pesquisadora: É todo um desgaste mental, pode-se dizer, pela rotina pelo esforço?
Atleta: Sim, sim.
Pesquisadora: E como você considera sua aposentadoria, você gostou da forma que terminou a temporada, você terminou bem, apesar das dores que você comentou, mas terminou sem lesão. Você pode terminar simplesmente saindo, dizendo tchau?
Atleta: Sim, sim...(pensativo) é engraçado porque no último momento não fui receber o dinheiro, salário, (risos), último momento eu não fui receber (risos e pensativo) não fui acho que porque achava que estava bom assim, não precisava, acho que ter o último mês... não sei.
Pesquisadora: Talvez se não buscar o último salário não ponha um ponto final?
Atleta: Pode ser, pode ser.
Pesquisadora: De todo esse aprendizado consegue utilizá-lo para o restante da vida.
Atleta: Ah, sim. Sem dúvida. O aprendizado com o esporte é muito grande, em qualquer nível, profissional amador. È uma experiência que eu gostaria que todos passassem por isso. Claro que tem outras oportunidades que você também passa por isso. Mas, a pressão é muito grande, tem meninos que com 8 começam e com 9 param porque não agüentam a pressão. Não é fácil, e depois tem aquela cobrança dos pais que eu nunca tive. Eu nunca tive cobrança dos pais. Eu vejo algumas situações que tem a frustração dos pais que querem que os filhos sejam o que ele não foi. No esporte isso é... é típico. (pensativo, acrescenta), Eu lembro um menino de 6 anos no parque, um parque que tinha um negócio das bicicletas, eu levava meu filho lá e lembro que tinha um pai, o menino devia ter uns 6 anos, tinha uma bmx (bicicleta) aquela cross, o menino com capacete, todo uniformizado, pedalando com cara de desespero e o pai com um cronômetro correndo do lado dele, gritando vai, vai, vai, o menino tinha 5, 6 anos. Esse outro lado, nefasto.
Pesquisadora: Quanto a isso parece que você foi vacinado com relação ao seu filho ele está com 20 anos e continua jogando. Está indo mais longe.
Atleta: Sim, sim.
Pesquisadora: Você consegue passar algo pra ele?
Atleta: Eu tento passar tranqüilidade pra ele, tento não passar-lhe pressão. Porque também não é o mais importante, ...também o quê que é mais importante? Você ter sucesso? Ser o melhor jogador?... Eu consegui conciliar com ele agora, ele está nos EUA, está estudando lá, e vai se formar lá. Então eu estou colocando na mesma balança o esporte e o estudo. O estudo um pouco mais. Por que eu tive essa pressão, porque não consegui me formar. Então não tinha esse conhecimento na parte laboral, como quem tem uma formação assim saio daqui e já tenho um salário assegurado de tanto. Eu quero que ele tenha isso, eu quero que ele tenha isso. Para sentir menos pressão, vai sentir igual. Para sentir menos pressão.
Pesquisadora: Esse me parece que já é um bom aprendizado para passar.
Atleta: Sim, esse já é um aprendizado que eu estou passando para ele.
Pesquisadora: E também o de não colocar pressão.
Atleta: Ele tem 20 anos hoje, desde os 16 anos foi para o exterior, ficou morando só, jogou lá por dois anos, depois voltou pra cá jogou um ano aqui, aí surgiu uma oportunidade de ir para outro local no exterior, bancado por uma universidade. E não pensei duas vezes, ele ficou meio assim, mas conseguimos convencê-lo a ir. E eu acho que a gente fez a melhor coisa.
Pesquisadora: Ele está bem lá?

Atleta: Ele está bem lá, difícil, ele está só. Tem que lidar também com um ambiente totalmente diferente. Esse ano está um pouco melhor, mas há muita dificuldade.
Pesquisadora: Me parece que é outra oportunidade de você passar seu aprendizado, ele está em outra cultura (antes de acabar a frase ele concorda firmemente).
Atleta: Ah, sim, sim.
Pesquisadora: Ele está em outra cultura e adaptações que é algo semelhante ao que você passou?
Atleta: Sim, sim.
Pesquisadora: O que você gostaria de complementar a respeito do que foi a sua carreira ou seu aprendizado ou da própria aposentadoria, algo mais que você queira complementar?
Atleta: Ah,... eu gosto muito do esporte, ter participado desse mundo do esporte, esse aprendizado, eu sempre quis que meus filhos passassem por ele também. Porque acho que é positivo também. Agora, com mais experiência tudo, é claro que existe essa pressão por resultado, mas eu acho que a vida é muito mais do que isso. Agente acompanha as Olimpíadas e a gente vê, eu me emociono as vezes quando vejo o pessoal conseguir chegar no topo, ganhar uma medalha e você vê tantos casos aqui no Brasil de atletas que vem de baixo, humilde pra caramba e conseguem aquilo lá, eu me emociono quando vejo isso. Mas também quantos atletas passam por aquele momento de emoção e tudo e... isso é muito efêmero. Isso dura muito pouco, a vida é muito mais do que isso. O êxito, o campeonato, isso passa muito rápido, por isso que tem que deixar uma base, tem que deixar coisa mais forte, não pode ser tudo em função do êxito, no sentido de que eu fui campeão.
Pesquisadora: Você está falando que o êxito passa rápido e sua carreira com que idade você começou, por quanto tempo você jogou basquete?
Atleta: Comecei com os 13 anos e joguei até os 35, foram 22 anos.
Pesquisadora: Aos 13 já começou jogando, competindo?
Atleta: Comecei do zero, mas tive uma ascensão muito rápida. Você começa com categorias menores, mas com 16 eu estava na primeira divisão. Estava na principal. Foi muito rápida porque, mas também era outra época a exigência física não era tão grande como é hoje. Hoje a superação física prevalece sobre a técnica, hoje por isso que o torcedor reclama do perna de pau que só corre e não é inteligente, só corre, mas coloca pra jogar. Com o físico você consegue compensar aquele cara que tem muita técnica, mas não tem tanto físico como você, antes a técnica prevalecia mais.
Pesquisadora: Não se conhecia tanto da preparação física como se sabe hoje e assim como da preparação mental.
Atleta: E preparação psicológica. Isso tem muito para evoluir ainda.
Pesquisadora: Quero te agradecer por contar sua história, muito obrigada.
Pesquisadora: Após desligar o gravador, parecia que ele continuava a pensar e talvez quisesse falar algo mais. Perguntei como se sentia? Ele começou a falar e olhei para o gravador e perguntei se podia gravar novamente? Ele consentiu e voltei a gravar.
Atleta: Eu tive um período de quando parei de jogar, até quando meu filho começou a jogar nas divisões menores, houve um apagão, no sentido de CHEGA de acompanhar o esporte que eu fazia, durante 10 anos... aí quando meu filho voltou, aí eu voltei a participar.
Pesquisadora: E como foi esse "voltar a participar"? Parece um acordar algo que estava adormecido?
Atleta: (Pensativo) Foi aos poucos, porque no começo eu assistia ele e parecia como... uma barreira, um vidro que não me deixava me emocionar, vamos dizer assim ficar emocionado e depois quando ele começou a progredir aí as emoções voltaram, aí eu fiquei emocionalmente envolvido.... houve uma parada, um congelamento... das emoções. Quem sabe tem a ver com... quem sabe os últimos anos do atleta... esse apagão tem a ver também com você não...querer (parece procurar a palavra) enxergar a frente
Pesquisadora: Se distanciar para se proteger?
Atleta: Para se proteger. (afirma com o tom de voz e também com o gesto da cabeça e fica em silêncio olhando para mim como se esperasse que eu complementasse)
Pesquisadora: Receio de talvez sentir muito a ausência da vida esportiva?
Atleta: Na saberia dizer (pensativo)

Pesquisadora: Entendo (faço gesto de compreensão ao fato dele não saber dizer e na tentativa de concordar para deixá-lo a vontade, e complemento) Me parece quando você fala que era sem perceber.
Atleta: (Fala na seqüência em tom afirmativo) A gente se protege porque você já passou aquilo lá, e não quer voltar. Porque o que fica é sempre o final, o final é a queda.. é a pendente negativa, no final você já não é o mesmo jogador, já não perfeitamente reage.
Pesquisadora: Mesmo você terminando bem a temporada, tendo convite para jogar como você falou?
Atleta: Não, mas não foi boa a temporada. Foi boa, mas foi dentro do declínio.
Pesquisadora: Não foi terminando a temporada sendo campeão?
Atleta: Não, muito longe disso. Eu acho que em todos os esportes é difícil a retirada no topo. Vê o Schumacher no automobilismo, está com 43 anos foi campeão 8 vezes, ganhou tudo e é difícil a retirada. Esses últimos dois anos ele já não é o mesmo. Mas parece que mesmo milionário, não tendo nenhum problema de continuidade, de o que vai fazer, ...acho que é a dificuldade de aceitar o declínio. Boxeadores que param e depois de 3 ou 4 anos tem que voltar a lutar, jogadores também, Michael Jordan parou de jogar e depois de 2 ou 3 anos voltou, já não foi o mesmo.
Pesquisadora: E você quando decidiu parar, já era hora de parar? Não voltava...
Atleta: Não, não, não tinha mais condição física. A limitação física não permite mais
Pesquisadora: Se tivesse condição física você acha que continuava apesar da idade.
Atleta: Acho que sim.
Pesquisadora: Então embora não tenha sido nenhuma lesão que o levou a parar, mas a própria condição física de desgaste...
Atleta: Sim, sim, é como se fosse uma lesão, né?
Pesquisadora: Mas não no sentido de uma lesão abrupta que te faz parar...
Atleta: Não, não, não é uma quebra de uma perna de um joelho, mas um desgaste.
Pesquisadora: Um desgaste que vai lentamente te convidando a sair.
Atleta: É, na minha geração as quadras não eram tão boas, era piso muito duro.
Pesquisadora: Os calçados não tinham o amortecimento de hoje.
Atleta: Os calçados também não amorteciam tanto. Eu não tive lesões grave na verdade, mas a coluna...imagina você pular nessa superfície aqui (mostra a mesa de granito), pular numa superfície que amortece como hoje, hoje essas quadras de madeira tem um amortecimento que te aumenta a impulsão e protege. Nosso esporte você pula, quantas vezes você pula na minha carreira de 22 anos? Imagina? Imagina a lombar, a gente que é mais alto, naturalmente sofre um pouco mais. É isso.
Pesquisadora: Obrigada.

Entrevista 4 – Carla

Pergunta disparadora: *Como foi sua experiência de transição para aposentadoria?*

Atleta: Bom, eu parei de jogar na realidade já... a minha transição começou em 1993. Nós voltamos das Olimpíadas de Barcelona e eu torci o joelho, rompi o ligamento do joelho direito no início de 93. Então foi ali, quando eu fiquei sabendo da lesão, que é uma lesão que normalmente atleta tem, eu comecei a pensar na possibilidade de não voltar a jogar né? Porque a gente nunca sabe. E ao longo disso eu operei, uma cirurgia simples como todo atleta faz mas no entanto eu tive complicações na minha cirurgia ao longo da recuperação e algum movimento rompeu alguma coisa aqui. E eu falei: Ih? Comecei a pensar o que eu faria naquele momento, isso foi em 93.
Pesquisadora: Mas era algo que te mostrasse que você tinha que parar?
Atleta: Eu tive dois momentos, de basquetebol. Primeiro a decisão de não jogar mais na seleção brasileira, eu estava muito cansada, cansada, isso era uma idéia já que vinha amadurecendo, mas aí eu falei poxa! O Brasil conseguiu a vaga para as Olimpíadas pela primeira vez no basquete feminino, eu fui para as Olimpíadas lógico e naquela Olimpíada ali eu falei eu não vou mais jogar na seleção brasileira por uma série de fatores, cansaço, era uma geração nova que vinha vindo, e eu sempre fui muito consciente do meu papel como atleta, então eu nunca tive esse problema de: Ah, eu não vou mais... Não, agora eu não vou mais. Resolvi não ir mais e me dedicar exclusivamente aos clubes, a minha vida pessoal com projeto de estudar, de você permanecer mais tempo no Brasil e foi quando infelizmente eu torci o joelho. Então... eu...se você falar pra um atleta: Você torceu o joelho vai fazer construção do ligamento cruzado. É a coisa mais normal. Mas eu tive complicações na minha, quando faltava dois meses que eu não jogada aqui no interior mais vim escolhi um médico daqui que é meu médico até hoje. Eu tive a complicação, então vai ficar mais 3 meses esperando. Eu falei pelo amor de Deus, e agora? Vinha aquela coisa na tua cabeça se vai continuar? Não continuar a jogar, um atleta de alto nível quer voltar no mesmo ritmo, na mesma condição, com a mesma performance. E aí eu finalmente voltei e quando voltei eu tive outro problema no joelho, no mesmo joelho. Esse osso que soltou, saltou pra fora. Mais dois meses parada, eu falei não, não é possível. E aí eu fui na realidade me recuperando psicologicamente porque fisicamente você recupera, e quando eu estava finalmente voltando a jogar, eu torci o joelho esquerdo, o outro joelho. Aí... isso aconteceu assim, dois anos depois que eu torci o direito. Aí eu falei: Olha num dá. Eu optei por não operar, não fazer reconstrução. E fazer fisioterapia e levar desse jeito, e até que levei.
Pesquisadora: Esse levar desse jeito era jogando ou só treinando?
Atleta: Treinando aí eu fui jogando e ainda consegui jogar em alto nível porque você readquire, reaprende. Então não corria a toa e eu era uma jogadora muito raçuda, essa era minha característica. Então quando você não pode ser assim, você começa a ter problemas. Mas eu consegui readaptar meu jogo e levar adiante.
Pesquisadora: Da primeira lesão até a segunda você continuou a jogar?
Atleta: Continuei a jogar, parei porque fiz uma artroscopia parei três meses, normal também, fiquei recuperando, recuperando. E o que aconteceu foi uma coisa assim, junto com a lesão, com a recuperação você vai indo para outras equipes. Calhou do basquete fazer rankeamento, e você ser rankeada numa posição que não podia ter você e uma outra na equipe, essas coisas do basquete feminino. Então foi engraçado porque a lesão me impedia, no entanto também fui jogar em equipes menores. E fui jogar e comecei a pensar, eu vou parar num futuro bem próximo então eu vou começar a me preparar pra isso. Mas nunca, vou falar pra você nunca, nunca tive nenhum problema de ficar arrasada. A única coisa que me chateava era o fato de você não poder ser aquela Carla que você foi jogando, e devido a minha dedicação com joelho é... dois anos antes de eu parar de jogar, três anos antes eu joguei numa equipe pequena no interior e eu joguei muito bem, campeonato inteirinho, com a lesão e tudo. Muito bem, muito bem até eu assustava o quanto eu estava jogando. Aí me rendeu ainda um título entre as cinco melhores jogadoras do estado. Mas isso não me enganou, isso era uma recompensa pelo meu esforço. Depois eu saí dessa equipe, fui jogar em outra equipe aí começou mesmo a ser o fim pra mim porque além, comecei a sentir dores, porque as dores

um dia iriam vir, dores, dores, dores insuportáveis. As dores que eu digo pra você, eu sou extremamente tolerante pra dor, as dores não me deixavam dormir a noite. E aquela equipe passando por sérios problemas, equipe desorganizada, tudo aquilo me deixou extremamente estressada e eu fiquei desanimada e falei num vou me matar mais. Eu tinha um contrato a cumprir, eu era cobrada por ele. Mas o que eu fiz comecei colocar em ordem os estudos, eu já havia completado até o ensino médio aí eu fui pedir para uma escola deixar eu fazer um supletivo, só para conhecimento pra me, fazia tempo que não estudava e a minha intenção já era fazer a faculdade de Educação física e aí eu tive por conta do estresse um problema no coração, que foi quase um infarto mesmo. Eu digo quase porque foi ocasionado pelo estresse eu tive todos os sintomas mas propriamente dito não foi. Então a partir desse momento eu falei eu não vou deixar aquilo que eu sempre amei que era jogar me matar. Então nesse momento eu falei num vou jogar mais.

Pesquisadora: Isso foi por volta de 1997?

Atleta: Isso foi exatamente no começo de 99, em 98 eu já estava nessa equipe, eu levei... Em 99 eu já falei não vou mais. Aí eu falei com o técnico, não quero mais jogar, a equipe ia mudar de cidade, aí eu falei eu preciso operar meu joelho, pelo menos pra dar uma limpada não fiz a reconstrução nada, não vou jogar mais. E resolvi, no fim terminou meu compromisso, nessa janela de fim de ano que você... a equipe não se classificou pra finais então você tinha uma janela alí e eu falei agora vou parar de jogar. Eu já tinha minha casa aqui na cidade e que eu vinha sempre eu já tinha feito meu estudo. Comecei a procurar onde tinha uma faculdade que eu poderia ir, aí eu fui em uma que eu não podia ir.

Pesquisadora: Você fez seus estudos, mas você fez faculdade depois?

Atleta: Depois e engraçado porque eu fui numa faculdade aqui que o processo seletivo era oral e prático, e o prático eu não tinha condição de fazer, de saltar. Aí eu nem fui, aí abriu uma outra faculdade muito boa e me escrevi no curso de Educação Física, vim embora operei o joelho, fiquei em recuperação na minha casa, esperando pra começar faculdade. Então eu... num foi pra mim um impacto, ah, parou de jogar, precisa procurar ajuda, precisa de um psicólogo, eu não tive isso. Da mesma maneira que eu comecei a jogar basquete eu terminei.

Pesquisadora: Me parece que foi um certo planejamento que você fez, você foi vendo o que estava acontecendo, pensando, porque o corpo estava chegando no limite e você queria manter o alto nível?

Atleta: Eu sinceramente nunca me importei com a cobrança de ninguém, a pior cobrança, tem duas coisas no atleta que eu vou te dizer, isso sou eu que estou dizendo, primeiro que você nunca vai corresponder a suas expectativas sempre a dos outros, e outra que você se cobra demais. Essa história que você faz vinte ações boas no jogo a vigésima primeira não foi legal, é a vigésima primeira que você vai lembrar. Então eu sempre fui uma atleta que gostava muito mais de treinar, então eu treinava muito isso já me incomodava(nessa fase não podia treinar como antes), mas o atleta nunca pensa... porque tem tanta coisa pra pensar o atleta de alto nível, é pressão diária, é competição, é jogo, é seleção brasileira. Porque eu fui uma atleta de seleção brasileira, então eu sei a demanda, que você não tem tempo de pensar, no que vai ser amanhã, eu nunca pensei no futuro, quando o povo vinha falar pra mim e amanhã? Eu falava deixa o amanhã pra amanhã. Eu nunca liguei pra isso. Então pra mim as coisa aconteceram, eu não posso reclamar porque foi infelizmente por conta de uma lesão foi de forma muito organizada, e se eu não tivesse me lesionado, eu me pergunto hoje, será que minha vida hoje sem o meu planejamento forçado, por conta da lesão, eu teria hoje essa vida de ser uma professora universitária, ter um projeto social, ter as coisa, ou ia ta largada esquecida, sem ninguém lembrar de mim, passando dificuldade. Então eu sou muito grata a tudo, infelizmente eu tive a lesão, que outro atleta teve, mas foi aí que me fez organizar.

Pesquisadora: Você dizia isso que não foi difícil essa transição porque você pode planejar?

Atleta: É... e num foi difícil sabe porque? Eu tava tão cansada, tão cansada, eu tenho onze cirurgia no joelho eu agradeço pelas onze, eu não me arrependo absolutamente de nada no basquete. Eu num sou uma pessoa que você fala assim a Carla num foi campeã mundial, ela num tem medalha olímpica, eu fui para uma Olimpíada que era meu sonho, o único sonho que eu tinha no basquete, depois as coisas que eu conquistei, era um dia ir para uma Olimpíada, meu sonho era entrar no desfile de abertura, e isso eu consegui. Então aquilo me bastava, até onde eu cheguei foi o suficiente. E eu vou falar uma coisa pra você, você sabe o que eu mais senti, foi meu corpo, porque

o corpo muda, eu... você muda seu ciclo menstrual, você ta acostumada a treinar de manhã e a tarde, você acorda e fala o que eu vou fazer e agora, e eu sempre fui uma pessoa super ativa, agora eu não perdi do basquete a mania de acordar muito cedo e dormir muito cedo. Isso eu carrego até hoje, eu tenho meu relógio biológico que não me falha.

Pesquisadora: Apesar de já estar encaminhado que faria faculdade você chegou na fase de acordar e pensar o que ia fazer?

Atleta: A gente pensa, porque eu quando comecei a pensar em parar de jogar, vou ter que fazer uma faculdade e o que ajudou foi que a minha irmã, eu tenho uma irmã que também jogava basquete. Nós éramos rivais eu jogava por um time ela por outro. E ela tinha um projeto já de basquete, ela chegou pra mim e falou vamos abrir uma escolinha de basquete. Eu falei pelo amor de Deus, de jeito nenhum. Como a gente vai abrir esse negócio de basquete, não tem apoio, é uma bagunça, tem que trabalhar até sábado. Pelo amor de Deus eu quero ficar um ano acordando sábado a hora que eu quiser, saindo com meus amigos, tomando sol que eu não tomo, eu quero ter uma vida normal, porque a nossa vida é normal para atleta, eu quero ter uma vida normal pra pessoa, pra uma mulher. Aí quem disse que eu mantive a palavra, risos. Abri uma escolinha, aí quando eu comecei a trabalhar com criança eu, Opa! Faculdade aí. Então acelerei esse processo, porque os dois não andavam no mesmo ritmo a minha irmã já tinha o projeto.

Pesquisadora: Aí você foi trabalhar com ela?

Atleta: Fui e Opa! Como uma atleta do alto nível saí do rendimento e vai ensinar basquete para uma criança que está começando? Você tem que desvincular, pode parar. Atleta é uma coisa, trabalhar na quadra é outra. Aí eu decidi fazer faculdade, mas o que eu ia trabalhar eu não tinha idéia. Mas eu também não posso reclamar, porque eu era a Carla do Basquete e as portas se abriram. Não que se eu não tivesse feito faculdades elas se abririam, de jeito nenhum. Tanto é que eu fiz faculdade no mesmo colégio que eu trabalho, hoje ele não é mais faculdade. Eu trabalho há dez anos nesse mesmo colégio, eu fiz faculdade lá e as portas foram se abrindo e as coisas foram acontecendo. E foi exatamente igual a minha carreira, eu vou jogar basquete, e ali vou trabalhar muito e as coisas vão acontecendo e foram acontecendo. Então eu era uma excelente aluna, acabou a faculdade, eu fui convidada parta trabalhar no próprio colégio da faculdade. É um excelente colégio, é o 1º colégio dessa cidade. E eu trabalho lá até hoje, com isso, com estudo, Opa a Carla do Basquete está estudando, então eu fui atrás do meu mestrado, fiz mestrado, você tem um diferencial, porque você foi atleta e além do mais, não é um diferencial das portas se abrirem, você tem a prática, ninguém teve. Então, se eu falar pra você que eu planejei tudo isso, eu não planejei. A única coisa que eu planejei na minha vida é me dedicar a minha pós-atleta como eu me dediquei na minha vida de atleta. Fazer tudo com intensidade, com responsabilidade e foi a única coisa que eu não abri mão. Ah, eu quero ser professora universitária, não planejei, isso aconteceu. E no basquete a mesma coisa. E aí em diferença com muitas atletas a lesão veio pra abrir meus olhos. Porque eu dormi meses ouvindo o barulho do ligamento rompendo e com a dúvida se eu iria voltar a jogar ou não. Esse foi o pior momento da minha vida como atleta. Pelas incertezas, por não saber. Aí, um determinado momento eu falei: Não, eu posso um dia não jogar mais. Mas, eu ainda sou uma pessoa normal eu posso ter uma vida normal. Como? Então vamos trabalhar para isso. Aí eu vou te falar que parei em 1999, estava na minha casa tomando sol, toca o telefone e falam assim, Carla,quer vir jogar aqui em um time de Recife? Ah, não. Não, mas venha que você não vai se arrepender, falou uma amiga minha. Venha, venha. Aí eu falei assim: bom, eu quero falar com o cara que ta me convidando. Olha: eu tenho dor no joelho, eu não posso jogar 100%, não vou me dedicar como todo mundo se dedica, se você quiser que eu vá para jogar no seu time, eu vou. Mas, eu não posso ajudar você 100%. Mesmo porque você já tem uma equipe forte, eu posso ser mais uma, pra somar. Mas, num vou carregar... eu num carrego nem minha mochila, minha bolsa nas costas, Ah, então vem. Aí eu fui, acabei indo e fiquei lá 3meses só. Mas, foi maravilhoso porque eu pude jogar pela 1ª vez sem responsabilidade, sem compromisso e ainda fui lá joguei bem, a equipe foi bem no campeonato, nós ganhamos dinheiro, eu voltei pra minha casa e nunca mais pisei na quadra. E aí depois de 3 anos que eu não jogava mais, que eu já estava fazendo faculdade, veio um convite para atuar nos veteranos, disputar um campeonato, um mundial em Orlando, na Flórida. Eu disse não. E também essa foi a segunda parte como atleta que eu senti muito, porque... eu sempre levei o basquete

muito a sério, nível comportamental, profissional, muito a sério. Quando me convidaram para jogar o veterano eu falei: não vou, não vou. Aí, veio um amigo paulista, que é muito nosso amigo, me levou pra jantar. Falou, vamos é divertido. Aí eu falei, eu vou. Quando eu cheguei lá era só diversão, e eu não conseguia me adaptar a isso. Era uma coisa assim desorganizada, não desorganizada... é porque é veterano. O povo vai lá pra jogar, mas eu vou pra ganhar. Eu não consigo entrar na quadra pra não ganhar. E foi também o terceiro e último momento que eu senti muito, tanto é que eu fui mais algumas vezes e nunca mais fui. E quando eu olhava do outro lado, que falavam que era a "maior baba", eu via as meninas que jogavam comigo, contra, no mundial, em Olimpíadas. Nós vamos tomar uma "piaba" aqui, como é que nós vamos jogar aqui, eu fiquei muito preocupada, estressadíssima, não relaxava. Depois, ali, eu falei, o quê que eu vim fazer aqui? No fim, acabei relaxando um pouco, e joguei, porque você vai entrar na quadra, você joga não tem jeito. E parei. Mas, depois disso eu falei, eu preciso fazer um planejamento porque foi tudo muito próximo, e chega ou você joga ou você não joga mais. E eu decidi não jogar mais. Então, foram tudo coisas acontecendo assim, que fizeram que... eu finalmente não joguei mais, nem pra pegar numa bolinha. Ah, vem. Não vou, nem me chama.

Pesquisadora: Pensando nos sentimentos que você sentiu, você falou que foi tranqüilo passar para aposentadoria. Mas, eu gostaria que você contasse um pouco, fora o momento que você foi jogar e não era mais competitivo era brincadeira. Mas, como foi o que você sentiu nesse período de decidir parar?

Atleta: Olha, o que eu senti... eu fiquei muito chateada porque as pessoas quando te vem nessa situação. Algumas não te respeitam, você ouve é fim de carreira, aquelas bobeiras que falam, eu não levo em consideração, porque eu nem escuto. Mas, dentro do grupo de trabalho, as pessoas vão te respeitar, isso acontece muito no basquete. Aquela geração que estava vindo, ao invés de te olhar, como eu tive com a geração antes da minha, olha o que elas fizeram, que bacana, vamos aprender, tomar essas lições. Mas, tinha muita menina vindo, começando a chegar no basquete que não te respeitava. Isso que eu mais senti, falava bobeira dentro da quadra pra você, ou minimizava quem que é você. Isso foi uma coisa, essa falta de respeito. A falta de respeito vem pela falta de reconhecimento. Isso eu senti muito, eu fiquei muito chateada. Mesmo porque jamais vou competir com uma menininha, de correr. Mas, por outro lado eu tenho uma bagagem que ela não teve e nem sei se um dia teria. Mas, assim... não é um sentimento... Mas, eu não poder dar um peixinho no chão, disputar uma bola, chegou um momento que até o médico falava pra mim, Carla, pega leve porque isso não vai dar mais pra você fazer toda hora, você bater esse joelho no chão ele vai inchar porque já está debilitado. Você ser 50% jogadora me incomodava demais. Mas, eu fiz o seguinte: Eu vou jogar, vou acabar esse contrato aqui com essa equipe e não vou jogar mais. Então, o quê que eu fiz? Eu tentei dar o máximo de mim, da maneira que eu podia, para minimizar a cobrança extra Carla, a cobrança de patrocínio, de patrocinador, de equipe, de técnico, essas cobranças de companheira de equipe, que tem. E é engraçado porque essa companheira te vê como aquela atleta aguerrida, então quando a bola pinga perto de você e você não tem aquela mobilidade pra pegar e num é pela idade, é pela limitação. Apesar de no nosso país essa cultura ridícula hoje você com 36 anos é velha, então é complicado. Mas, não é pela cultura é pela minha impossibilidade física e isso me incomoda obviamente. Isso era o que mais eu pensava. Eu não vou ser 50% de jogadora, não é isso que eu quero. Eu falei comigo, eu quero que as pessoas quando se lembrar da Carla, lembrem de uma pessoa aguerrida, divertida, companheira, uma pessoa que lutou pelo basquete. Não quero que as pessoas falem a Carla teve um problema, tanto é que esse problema, na época, ninguém sabia. Foi muito ocultado, ninguém ficou sabendo. Sabe, ao longo eu vou contando, hoje eu conto pra você com a maior... antes eu não contaria mesmo. E eu nunca senti vergonha também, uma vez uma amiga perguntou ou Cá, me chamavam assim. Como você consegue entrar em quadra assim com dor, jogar, dormir, acordar e treinar sempre com essa motivação, essa energia? Eu falei: Olha, é o que me resta, eu não posso mudar minha atitude com o basquete, porque eu sempre fui assim. Então, eu vou me preparar para parar o máximo do alto nível que eu conseguir e foi o que eu fiz. Jogando numa equipe de alto nível, renomada, com grandes jogadoras. E que eu tive, a opção minha de para de jogar. Não fui mandada embora de nenhuma equipe, aí sim eu ia ficar muito chateada. Não fui mandada embora, tive a essas passagens de desrespeito de jogadoras, esse comportamento é resultado dessa geração de hoje que realmente deixa muito a desejar. E aí eu parei, falei vou parar e parei. Mas, eu acho que quando eu parei eu não tive tempo para ficar triste, para pensar. Não tive tempo. Porque sinceramente quando cheguei em casa, com minha

mudança, com as coisas, parece que eu tirei um peso enorme das minhas costas. Eu fiquei tão aliviada, tão aliviada, que eu tive realmente o sentimento de dever cumprido. Agora, o que vai ser pra frente, é como eu disse eu quero descansar, pensar, faculdade já era no programa. Eu me programei, eu estudei para prestar vestibular, eu não fiz nada assim vou lá fazer. Eu me programei para isso. Agora, com o que eu iria trabalhar, como eu iria me virar, eu tive essa preocupação. Eu me organizei um pouco, não fui uma atleta que ganhei fortunas jogando basquete. Mas, e agora vou comer? Essa preocupação eu não tinha. Mesmo porque quando eu parei de jogar eu tinha um contrato, eu entrei num acordo com a equipe e ainda fiquei recebendo salário por um ano. Então, um ano eu fiquei lá, pensando no que ia fazer, aí as coisas foram acontecendo, fui me organizando. Aí fui estudando o que em paralelo podia fazer profissionalmente, a faculdade, aí fui na escolinha. Eu tinha uma chácara, coloquei pra alugar. Então, tudo que eu tinha, a chácara foi fruto do basquete. Eu só pensava numa coisa quando eu joguei basquete, juro por Deus, na rua eu não vou morar. Isso é inadmissível. Pronto, do resto foi.... Agora... se eu não tivesse torcido o joelho, sinceramente não sei se eu estaria lhe contando essa história.

Pesquisadora: Você acha que ao longo da sua vida no esporte o que você teve de aprendizado com ganhos, perdas, conquistas que são presentes no esporte, quase que no dia a dia. Isso foi te ajudando, você tirou alguma lição pra te ajudar ao longo da vida?

Atleta: Olha, eu vi... atletas. Eu vi muita coisa. Se eu for falar num contexto interno nosso na nossa vida como atleta, eu vi muito atleta que não deu certo, esbanjando, que não tomou cuidado com seu comportamento, com a sua educação para com os outros, com respeito. Eu vi muita coisa ruim e eu vi muitos bons exemplos, viajei mundo, vi muita coisa feia, muita coisa triste, mas também vi muita coisa boa. Então, eu com o esporte aprendi o seguinte. Que você é dentro da quadra o que você é fora e vice versa. E que as suas ações como atleta, elas não vão ser esquecidas mesmo depois que você não é mais um atleta de alto nível, mesmo quando você deixa as quadras. E eu nunca me arrependo das minhas atitudes dentro, de você pensar eu tenho uma responsabilidade imensa. Quantos milhões de habitantes tem o Brasil? E isso é uma coisa que nunca saia da minha cabeça. Quando a gente vestia a camisa da seleção, ia pra lá, eu falava assim: Quantas pessoas gostariam de estar no meu lugar, quanta gente ta te olhando, e quanta gente que você nem conhece torce por você? Então, isso alicerçou muito a minha vida pelo respeito ao próximo, isso o esporte me trouxe. De você dar esse valor as pessoas, seja qualquer uma que for. E eu fiz disso a minha vida hoje. Eu sou uma pessoa respeitada. Quando você fala no contexto do basquete, e a Carla como era? Era divertida, era justa, era uma pessoa bacana. Então, eu no basquete tirei muitas lições. Mas, talvez a mais importante tenha sido essa, que o esporte, o basquete, moldou meu comportamento, auxiliou nisso, muito, muito, muito. Na minha formação como mulher, como ser humano. E eu levo isso, eu não fiz esporte só por fazer, eu nunca pensei em salário, nunca. Eu tive proposta de vir pra cá ganhando o triplo que eu ganhei jogando em outra cidade, eu nunca vim. Porque eu queria estar num ambiente que eu me sentisse bem, que tivesse paz, tranqüilidade, fosse valorizada e que eu pudesse ser eu mesma. E foi assim que eu fiquei, foi a minha escolha. O basquete, o esporte me ensinou a fazer escolhas. Pautada na paciência, em você estudar antes de falar sim ou não, aprendi nunca dizer SIM muito rápido ou NÃO muito rápido. Porque a pessoa que exige isso de você tem outras intenções. Então se eu te contar as coisas que o esporte me ensinou, elas são infinitas. Dentro da quadra as decisões são rápidas, mas são decisões técnicas. Quantas vezes você dá uma porrada numa "nega" que te encheu o saco e depois daquele calor do jogo, você fala não teve fair play, aí vai lá humildemente e pede desculpas, essas coisas acontecem. Mas eu não tomei decisão rápida por conta, nunca na minha vida, pra nada. E eu sou explosiva, tudo eu sou agitada igual sou hoje. Jogando eu era agitada, sempre fui. Engraçado, as pessoas falavam de mim, a Carla é uma maluca! O que será dessa menina quando ela parar de jogar basquete? No mínimo vai passar fome, não se organiza, não planeja. Eu num planejava nada mesmo, largava. E deixa a vida me levar, ia indo, sai, me divertia, fazia cada besteira. Mas, tava todo dia na hora do treino, antes do treino, nunca faltei no treino, era responsável. Mas todo mundo falava, essa num vai dar em nada, essa vai passar sufoco. E eu ouço isso, quem te viu quem te vê. Então, eu amadureci muito com o esporte, amadureci muito depois da lesão. A minha lesão, abriu meus olhos. Olha, deixou escancarado: Opa! Vamos parar e agora o quê que você vai fazer? Foi parte por parte: 1º cuida do joelho, tenta voltar a jogar, porque tinha contrato, era nova pra parar de jogar, eu sentia que tinha muito caldo pra dar para o

basquete. Não vou parar desse jeito não. Porque eu venho de uma história com meu pai era jogador de futebol e ele parou de jogar por conta da mesma lesão que eu tive. Só que ele teve essa lesão em 1960 e pouco e eu tive em 1993, então as coisas mudaram. Mas essa coisa do meu pai abandonar o esporte não saiu da minha cabeça. Eu sofri muito, muito, muito. Sofri muito quando eu torci o joelho e fiquei naquela dúvida, e fiquei sabendo que tinha que reconstruir o ligamento e fiquei desesperada. Quando eu achei que não ia mais jogar, isso não vai ficar bom. Aí, me falaram, você vai jogar, vai ficar bom, todo mundo faz isso. E eu, será que eu vou jogar no mesmo nível? E se eu não conseguir jogar, o que vai acontecer na minha vida? Então em 1993, eu posso dizer que operei o joelho no meio de 93, a partir desse dia eu comecei reorganizar minha vida para a possibilidade, veja bem, de não jogar mais. Mas, nunca pensando não vou jogar. Sempre convicta, vou jogar, vou jogar melhor ainda. Sempre isso que eu falava, e eu trabalhava, trabalhava. Mas eu tinha sempre aquele "ladinho" falando fique atenta, fique esperta. Não fica gastando dinheiro a toa, você começa a pensar mais nas coisas. Vamos viajar, será que eu vou? Já fui nesse lugar tantas vezes, ir de novo pra quê? Não, não vou, nessa eu não vou. Então você começa a diminuir o ritmo dos supérfluos, das bobeiras que você faz. Vamos jantar fora, eu sou uma excelente cozinheira, eu não vou jantar fora toda hora. Eu vou fazer comida na minha casa, porque eu tenho certeza que se eu convidar o pessoal eles vão adorar. Então, eu mudei as minhas atitudes também. Nada que me deixasse infeliz. Mas, opa! Não dá. Fiquei com medo.

Pesquisadora: São poucos que conseguem ver um momento desse como oportunidade de buscar outras formas de agir.

Atleta: Porque se eu tivesse parado de jogar em 1993 quando eu operei o joelho, eu estava ferrada. Eu tenho que agradecer porque foi desse jeito.

Pesquisadora: Você chegou a pensar em ter um final de despedida das quadras?

Atleta: Não, nenhum. Eu apareci pro esporte com 16 anos, eu e minha irmã. Isso é raro ainda mais no basquete feminino. Eu jogava no clube em São Paulo, na escola, mas eu apareci para o mundo, no contexto esportivo com 16 anos em 1979 na Vila Maria. Então, aconteceu pra mim. Eu sempre levei minha carreira assim, se você perguntar pra mim em 79 se eu queria ser uma jogadora de seleção brasileira? Eu ia dizer pra você, eu nem penso nisso. Eu queria jogar, isso eu queria, e eu queria ser jogadora de basquete, e fui atrás disso e acabei sendo. Atrás que eu digo é de uma oportunidade e quando eu parei de jogar eu sempre falo assim, ah, festa pra mim? Eu nem sou tão renomada, tá bom, não fiz festa nenhuma, festa de despedida, nunca pensei nada disso. E assim, pra mim as coisas são muito... eu recebo recado de pessoas que mandam recado dizendo você é guerreira! Então a imagem que eu deixei é minha melhor medalha, era tudo que eu queria. Quando alguém fala em garra, em dedicação, lembram de mim. Ninguém lembra de mim como manca, como quem teve que reconstruir o joelho, ninguém lembra de mim assim. Isso é muito legal. Eu me sinto realizada, sabe que eu fui numa palestra que a Paula, que é minha amiga. Eu amo a Paula, ela foi uma amizade do basquete, uma amizade duradoura. Aí, ela estava num simpósio e foi falar de transição de carreira. Ela falou eu errei porque decidi parar e depois voltei e não foi legal.

Eu não, eu decidi, chega, não vou mais. Eu não agüentava de dor, se eu continuasse a jogar seria uma atitude de uma pessoa burra. Aí sim eu ia ficar... E eu não avisei ninguém, eu não tenho que avisar ninguém. Eu tenho acordo com o clube que eu tinha, porque o clube ia mudar de cidade. Pra lá eu não vou, eu não sou abrigada a mudar eu não quero. O técnico que foi muito bacana comigo, falou: Carla, você desse jeito vai querer jogar? Eu falei não, me ajuda porque eu não quero ir. Aí ele falou que ia me dispensar e por conta do humanismo dele, da cooperação, do respeito que ele teve comigo por tudo que eu fiz no basquete, eu consegui ficar 1 ano recebendo, sem jogar. Foi como se o clube tivesse, não dispensando porque eu tinha que cumprir umas coisas lá, mas nada de jogar. Então não avisei ninguém, eu cheguei e falei: mãe, é o seguinte, eu to indo embora, vou levar a mudança, to indo embora pra casa. Aí fiquei na minha casa, não sabia muito bem o que fazer, toma cerveja, toma sol até ver o que ia dar. Faculdade já tava certo, mas tinha que esperar começar em fevereiro. Aí foi isso.

Pesquisadora: Você considera que os acontecimentos durante sua vida, ocorreram devido as suas habilidades e atitudes ou considera que ocorreram por elementos externos?

Atleta: Olha, parte deles. Eu acredito que tudo que acontece na sua vida, mesmo que você não espere, aquilo é fruto das suas ações. Então, assim muitas coisas que aconteceram na minha vida foram frutos

das minhas ações como jogadora, do meu comportamento, da pessoa que eu fui. Mas, algumas coisas aconteceram, caíram de para quedas, como por exemplo o doutorado, o convite que recebi para fazer com essa professora que eu já admirava antes de trabalhar com ela, aconteceu. Eu não fui lá pensando nisso, eu fui lá para aprender e veio. Agora você perguntou, eu to pensando... será que foi? Mas é lógico que eu não vou falar me lesionei por causa do esporte, são coisas pertinentes do esporte, você não ter fim de semana, coisas do esporte e não vamos levar em consideração.

Pesquisadora: Quando você comentou que o técnico conversou com você e considerou, foi pelo que você fez, pelo que tinha construído e até pelas relações, pelo que tinha jogado? Pela atleta que você foi e pode receber esse fruto?

Atleta: Se eu fosse uma chata, podia ser craque de bola, se fosse chata, antipática que ninguém gostasse. Olha, dificilmente as coisas iam acontecer pra mim. Por isso que eu digo pra você, meu comportamento foi muito moldado pelo esporte. Por que você vê diferenças, convive com muitas coisas. Se você se deixar se contaminar. E outra, a fama, é assim: uma coisa maravilhosa, alguém te pedir autógrafo, seleção brasileira vence com ajuda de Carla se ela joga, você ser homenageada, ser a melhor jogadora do ano, quem não quer isso? Aconteceu pra mim, e fiquei muito grata. Mas aconteceu porque eu fui uma pessoa bacana, eu fui uma boa atleta, fui mulher educada, companheira de equipe, então todas essas coisas aconteceram pelo meu comportamento que somado com a minha habilidade e meu talento dentro das quadras fizeram isso. Então, posso te garantir que 90%, 95% das coisas que me aconteceram foram por conta do resultado do basquete e 5% que caíram de para quedas. Dei sorte? Não acredito em... vou te dizer que sorte ou azar. Quer saber o que é oportunidade, tem um cabelo aqui e um careca, ou você pega aqui ou num pega mais. Eu sou de pegar e pronto.

Agora minha frustração hoje é porque a gente tem tanta coisa boa pra passar para essa meninada que ta vindo e eu sou contra dizer o que aconteceu comigo vai acontecer pra você. Isso é bobeira, cada um tem seu caminho. Mas, a gente tem uma experiência que ninguém tá nem aí. Eu fico frustrada de ver o basquete essa porcaria, essas meninas com outros valores. Às vezes eu acho assim, eu fui uma jogadora completa, minha alegria por ser atleta foi plena mas a gente fica infeliz porque parece que tudo que você fez, que a nossa geração fez se perdeu. Isso é uma coisa que eu carrego comigo que me deixa chateada, parece que você viveu, morreu e acabou. E você ta aqui, pode conversar, ajudar, aconselhar. Eu nunca vou chegar pra você e dizer faça isso. Mas, olha sobre essa ótica, vê se você consegue achar um caminho por aí. Mas, a gente fica esquecida. Num to falando de ser lembrada de ganhar prêmio, não é isso não. Olha só, lembra aconteceu isso tenta pegar o caminho oposto ou pega essa caminho. É frustrante.

Eu fui operar meu joelho no Rio de Janeiro, eu fui convidada, o cara me convidou: Carla, vem aqui acompanhar o campeonato dos veteranos. Eu falei, jogar é difícil pra mim. Mas é aqui dentro, bater uma bolinha e lá eu fui arremessar um lance livre, fui correr para pegar bola, estalou meu joelho deu uma falseada. E ele gentilmente falou: Fica aqui, vamos operar esse joelho, quem sabe amanhã você volta a jogar nos veteranos. Aí eu operei esse joelho no Rio. Mas, a cirurgia, olha como são essas coisas, foi ótima, a recuperação foi ótima porque eu não tinha aquele peso, aquelas coisas nas costas. E aí eu tava lá, eu operei em 2000 e pouco. Estava no Rio olhando as meninas jogando, eu parada lá. Aí, eu fiquei chateada, olha isso, não sabe correr, corre pro lado, você lê os gestos, até a fala com sua companheira, com técnico. Que pena! Você luta tanto pelo esporte, pelo basquete e hoje o basquete ta indo pro saco de novo. Então, essa tristeza eu carrego comigo, isso eu não posso fazer nada.

Pesquisadora: Mas me parece que você está fazendo, está passando sua experiência.

Atleta: É agora eu estou escrevendo, to fazendo. E tem outra coisa ninguém acredita que uma atleta pode chegar ao nível do doutorado, e vê ninguém te esquece. Olha a Carla fez mestrado. Nossa a Carla fez mestrado. Aí é uma coisa, outra coisa que eu vou te falar. A gente traz do basquete e me incomoda. As pessoas não olham pra você como uma universitária, como uma pesquisadora, só te olham como a Carla do basquete. E você não consegue mudar isso. Se era uma pessoa divertida, porque o atleta tem que ser um pouco inconseqüente, você não pode ser muito assim. Você dentro da quadra tem que sair um pouco do esquema rígido. E as pessoas não me olham com esse respeito que eu gostaria que olhassem hoje. Eu não sou mais aquela maluca que jogava, não sou mais aquela maluca que dava peixinho, não sou a menina que só brincava. Hoje

sou uma mulher, quase 50 anos, to fazendo doutorado, tenho meu trabalho. As pessoas não te olham desse jeito, é incrível. E isso é um legado que incomoda demais. Por mais que eu mude minha atitude.

Pesquisadora: Talvez porque você tenha muito mais tempo e foi conhecida muito mais pelo esporte do que pela vida acadêmica. Você marcou muito pelo esporte, emoção, sua imagem.

Atleta: Vai ser duro...

Pesquisadora: Até o momento que vejam o que você está fazendo no mundo acadêmico, das contribuições.

Atleta: Mas isso é difícil mudar. Mas, tudo bem, espero que futuramente... Mas eu quero ser uma pessoa, tudo o que eu faço é para mim, eu não faço nada pra ninguém. Eu não tenho objetivo nenhum em estudos. Meus objetivos são realização pessoal. Doutorado pra mim é igual medalha olímpica, eu nunca tive, vou ter agora. É essa analogia que eu faço sempre. Então é uma realização pessoal. Mas o basquete me deu muitas coisas legais, mas eu não esqueço de dizer eu sou muito grata a lesão que eu tive, porque ela me fez me reorganizar minha vida. Porque se não eu tava ferrada tenho certeza absoluta.

Pesquisadora: Me parece que isso foi possível pela maneira que você enxergou esse momento e essa lesão.

Atleta: Porque eu sou "light", não tinha neura. Eu achava, eu também não ficava, porque eu? Aconteceu comigo, paciência, as vésperas da convocação do Mundial. E eu estava na lista de pré-convocadas, não queria ir mais pra seleção, mas você não pode exteriorizar isso. Que você não quer ir pra seleção. Mas, eu fiquei feliz, acho que fui a única. Porque me abriu os olhos mesmo.

Pesquisadora: Algo a mais que você queira falar sobre esse assunto que não foi dito?

Atleta: Acho que não, eu fui conversando com você fui lembrando de tantas coisas, acho que não. Eu só sou grata por não ter tido nenhuma neura por parar de jogar. Eu fico muitas vezes pensando como essas coisas pra mim foram desse jeito. Tudo tão natural, o começo foi natural o meu fim de carreira, o meu fim de atleta foi de certa forma natural, porque um dia você vai parar de jogar. Eu ainda vou acrescentar que talvez pra mim, não tenha sido tão tortuoso porque eu não era uma Paula, uma Hortência, eu não era a.... eu era mais uma. Então isso foi muito mais tranqüilo, eu penso que para elas foi muito mais difícil. Talvez pela minha situação, eu era uma pessoa reconhecida, mas eu não era aquela estrela máxima que nem o Oscar, que disse eu não sei o que eu vou fazer sem o basquete. Talvez se eu estivesse nessa posição seria muito mais difícil parar de jogar, porque seria diferente. Acho que tudo isso foi muito na medida.

Pesquisadora: Você comentou que foi falando e lembrando das experiências, eu gostaria de te perguntar como você está se sentindo agora?

Atleta: De falar? Feliz, eu adoro falar do basquete, da minha carreira de uma maneira assim... sabendo que essa maneira vai contribuir para alguma coisa. Que amanhã não vai sair: Carla falou isso ou aquilo. Eu gosto de falar, acho que falar é uma maneira de relembrar e como eu tenho muitas coisas boas para relembrar do basquete, da minha carreira. Eu fico feliz de poder falar, de saber que eu estou contribuindo de alguma forma com essa temática transição de carreira, para o contexto acadêmico, quem sabe para algumas atletas que por ventura venham ler, para algum professor, para algum técnico. Então eu fico feliz por poder contribuir e eu fico muito a vontade pra falar do basquete, fico emocionada, fico muito a vontade é muito legal. Tantos anos jogando, eu falo pouco do basquete. Engraçado, quando estou, você não é do basquete, mas quando estou como pessoal do basquete a gente não fala nada. A gente não critica seleção, hora que estamos juntas é lazer não é esporte. Então poder falar de maneira tranqüila sem ser julgada, é legal você mostrar, contar sua história de maneira tranqüila. Eu me sinto muito bem.

Pesquisadora: Que bom, eu só tenho que te agradecer. Como eu falei vou usar nome fictício.

Atleta: Tudo bem, eu acho legal que quando você for transcrever você muda. Por isso eu falo com você, porque se eu ficar com meias palavras talvez eu não te conte a história na realidade como ela foi, talvez esse seja um relato real, eu falo e depois fica por sua conta alterar.

Pesquisadora: Assim como está no termo de Consentimento Livre e Esclarecido, vou retirar dados que te identifique. Obrigada.

Entrevista 5 – Ricardo

Pergunta disparadora: *Como foi sua experiência de transição para aposentadoria?*

Atleta: Transição para aposentadoria, eu acho... eu não sei se eu tive esse período de transição, porque eu já deixei de competir e automaticamente passei a trabalhar como técnico de judô que é uma função que eu já fazia mesmo sendo competidor. Mas, foi um período duro, eu parei de competir aos 31 anos, sendo campeão paulista, campeão brasileiro, não era mais titular da seleção brasileira. Mas, ainda tinha um excelente nível, ainda ia ao exterior em algumas oportunidades e conquistava medalhas em torneios importantes, mas para eu ir ao exterior eu tinha que pagar do meu bolso porque eu não tinha patrocinador. Eu já era campeão Olímpico e.. não era mais utilizado pela seleção brasileira, então não tinha o mesmo estímulo para treinar. Eu sabia que por mais que eu treinasse eu não voltaria a ser titular da seleção brasileira, não voltaria a ser atleta Olímpico, esse tipo de coisa. Aí, minha filha estava pra nascer também. Eu percebi em pouco tempo que a minha falta de estímulo para treinar se dava também porque o judô não era mais a minha prioridade, a prioridade da minha vida. E quando a sua atividade deixa de ser a sua prioridade é muito difícil você conseguir manter o nível de apresentação, de desempenho que o esporte de rendimento exige. Aí foi simples, eu fui campeão brasileiro, sai para jantar com um dos técnicos de Federação Paulista, naquele campeonato, eu falei hoje foi meu último dia, nunca mais eu vou competir na minha vida.
Pesquisadora: Você chegou a pensar ou escolher depois de qual luta ou campeonato seria?
Atleta: Não, foi natural. Até porque eu lembro que eu estava na luta final e eu fiz um ponto mínimo e comecei a administrar a luta e no meio da luta eu me perguntava assim: "Caramba! O quê que eu estou fazendo aqui?" Eu me questionava no meio da luta. E... foi uma decisão muito tranqüila, muito simples, mas não por isso deixou de ser dolorosa. Foi simples, foi tranqüila, mas foi dolorosa.
Pesquisadora: O quê foi doloroso?
Atleta: Dolorosa porque eu fiz aquilo a vida inteira, queira ou não o esporte tem, você só percebe depois, ele tem todo um glamour, você ser titular da seleção brasileira, as pessoas te procuram, ficam a sua volta, te admiram, você viaja para o exterior, tem um glamour ali. Pelo menos era a realidade da época. Hoje os atletas ganham mais dinheiro, tem uma serie de questões que para eles com certeza é diferente da maneira como foi para mim naquela época. Mas, foi doloroso, foi tão dolorido que... na verdade, começou a falar em dolorido, doeu um pouco. Embora eu tenha tomado a decisão naquele dia, eu já vinha sentindo muita dificuldade para conseguir fazer meus treinamentos. Eu não tinha estímulo.
Pesquisadora: Quando sentia dificuldade, você questionava o por quê? Se a idade? Alguma hora eu vou ter que parar? Como foi?
Atleta: Eu quero ver até quando eu for agüentar isso.
Pesquisadora: Lembrando que a transição pode ser desde quando se começa a pensar em como será? O que vai acontecer? O que vou fazer?
Atleta: Na verdade eu comecei a parar e pensar desde aproximadamente 1996 quando eu fui para Olimpíadas, ainda em 96 eu tinha problemas com os dirigentes da confederação brasileira, que eram resquícios de um movimento que eu participei antes de 1992. Eu me afastei das competições por 2 anos e meio, a gente conseguiu com aquele movimento onde nos distanciamos das competições de alto rendimento, conseguimos melhorar a estrutura do judô. Mas o nosso relacionamento pessoal com os dirigentes ficou extremamente desgastado e só foi piorando. Então, eu já não tenho um bom relacionamento com os dirigentes, não tenho patrocínio, tenho que pagar minhas viagens para o exterior, não tenho mais o mesmo estímulo para treinar porque eu não vou ser mais um atleta olímpico, não vou mais para uma Olimpíada, minha filha está para nascer, o judô não é mais minha prioridade. Então, hoje eu olho para trás eu vejo, de maneira muito clara que os motivos de eu ter parado aos 31 anos, foi tudo isso. Mas, na época eu não enxergava dessa maneira, eu só sei que como não era mais prazeroso estar ali para competir, eu resolvi parar. Mas, eu não conseguia perceber as motivações para isso. O homem tem uma dificuldade maior de lidar com seus sentimentos. E aí... para mim foi muito doloroso. No dia seguinte eu continuei colocando o quimono, porque eu tinha que dar aula, isso era uma coisa prazerosa. Desde 1992 eu já era

professor, eu tinha que dar aula porque eu precisava sobreviver e como atleta naquela época não era uma coisa tão fácil como hoje, para uma atleta de seleção brasileira. Mas eu colocava o quimono para dar aula, mas eu fiquei 2 anos sem fazer uma atividade física. "Pegar" uma corrida, "pegar" um treinamento, eu não queira fazer atividade física. Pra mim era uma coisa, é... sacrificante. Depois de 2 ou 3 anos passou a ser... comecei a enxergar algum prazer em fazer atividade física. Mas, fiquei 2 ou 3 anos sem fazer nada.

Pesquisadora: Durante esse tempo, vestir o quimono para dar aula estava tudo bem?

Atleta: Normal, mas para treinar eu não quero nem ver. Tanto é que eu parei em 1998 e nunca mais participei de competição. Em 2000 a prefeitura de Santos, dois anos depois, quis fazer uma homenagem para mim. Fazer uma luta de despedida, que faz parte da programação dos jogos abertos do interior. Eles planejaram, eu aceitei porque enxerguei como uma homenagem. Treinei um pouquinho, fez a luta e nunca mais. Na verdade eu posso dizer que excluindo aquela luta que me senti homenageado, nunca mais eu competi. Uma coisa que para mim é muito resolvida. Essa homenagem para mim foi uma coisa muito importante, queira ou não esses momentos de toda essa dor, esses dois anos. Ah... quando eu recebi aquela homenagem, eu olhei para o ginásio e tinha uma cinco mil pessoas, isso foi reconfortante para mim, me ajudou um pouco a superar aqueles momentos de dificuldade, e na verdade o grande premio que eu recebi ao longo da minha carreira foi essa quantidade de amigos que eu tinha. Fora isso, eu tive as dificuldades financeiras; tive os meus momentos de depressão, que você não percebe na época, só vai perceber alguns anos depois que você passou por momentos de tristeza profunda; você fica meio perdido em relação a novos objetivos; você tem teus medos, porque eu tinha filho e como é que vai ser? Vou conseguir sustentar? Viver do esporte não é algo tão fácil. Ainda mais um esporte como o judô que na época não era remunerado como é hoje em relação aos grandes atletas. Foi um momento difícil. A minha vida nunca foi fácil, eu antes dos jogos olímpicos de 1992 eu fazia faculdade de engenharia, mas eu tive que parar por dificuldades financeiras. Aí eu fui campeão Olímpico e voltei a estudar Educação Física. Mas, fiz um ano e não dei seqüência porque aquele período que eu fiz, foi uma vida muito doida, não tinha condição, eu ia viajar para o exterior o tempo todo, tinha treinamento, tinha os eventos que eu era contratado, não dava para estudar.

Pesquisadora: Quando você foi estudar educação Física foi pensando em ser professor?

Atleta: Em ter uma carreira profissional que eu pudesse seguir.

Pesquisadora: Pode-se dizer que você já pensava no dia de amanhã?

Atleta: Um pouco, como era a prioridade porque eu focava tanto no esporte. E acabei não me formando. Hoje eu estou com 45 anos e tenho pensado muito nisso ultimamente, que eu preciso voltar a estudar para ter uma formação universitária. Porque eu sinto falta. Mesmo sendo técnico, professor, que é um caminho que eu me sinto extremamente seguro em percorrer independente do diploma do curso universitário. Hoje tenho pensado em retornar a essa profissão e tenho pensado que a formação universitária me daria, não segurança, porque isso eu não sinto falta, mas me traria mais conhecimento pra seguir voltar a carreira de técnico de professor.

Pesquisadora: Nesse sentido você fez algum planejamento a partir de decisão de parar?

Atleta: Na verdade nunca teve um planejamento, minha vida sempre foi uma coisa muito doida. As coisas vão acontecendo. Eu trabalho muito. Então as coisas vão acontecendo.

Pesquisadora: Para quem disse que normalmente homem não fala muito sobre seus sentimentos, você fala...

Atleta: (Interrompe) Nada, eu só enxergo as coisas depois.

Pesquisadora: Mas enxerga.

Atleta: É atrasada, eu só enxergo depois que elas aconteceram. Mas, eu acho que o momento de encerrar a carreira é o momento de muita dificuldade para o atleta, quanto mais alto ele chega, quanto mais longe ele chega, maior o sofrimento, maior a dificuldade.

Pesquisadora: Tem a questão de dizer ao longo da vida, eu sou atleta e depois eu sou o quê? Ou não?

Atleta: Vou falar da experiência que eu tive como atleta e como técnico de alguns outros atletas que também já pararam. Você quando encerra a carreira você não consegue enxergar e entender porque as pessoas deixam de te ligar todo dia, porque você deixa de ser o centro das atenções. Você só consegue

enxergar isso depois. Eu acho que quando você deixa de competir as pessoas que tinham uma relação com você porque você era atleta, vão deixar de ter essa relação com porque você não é mais atleta. E aí você vai se relacionar somente com as pessoas que realmente são seus amigos. Isso não quer dizer que as outras pessoas tinham algum interesse em você, nada disso. Elas tinham uma relação profissional com você. A partir do momento que você encerra a carreira profissional, as pessoas vão seguir um outro caminho, na seqüência da vida profissional delas. E você se sente muito sozinho nesse período. Aí você vê que o numero de amigos que você tem é pequeno. Porque a vida é assim, a gente tem poucos amigos, que a gente realmente vive, tem proximidade maior. Mas quando você deixa de ser atleta você não percebe isso. Só vai perceber isso depois e aí você passa por aquele momento que você fica meio revoltado, que você não entende porque está passando por essas coisas. É uma briga interior. Um processo interior e que o atleta se debate um pouco nisso aí na vida dele. Depois de alguns anos vai vir um período de calmaria, é quando você começa a enxergar essas coisas, começa a entender e a ver que mesmo aquela pessoa que tinha relação profissional com você e que já passou, continua sendo seu amigo. Talvez não um amigo íntimo, mas um amigo mais distante. E que isso é uma coisa natural da vida. E que você em algum momento também vai ter suas relações profissionais, também em algum momento vai se afastar de algumas pessoas porque normalmente a gente vai tomando caminhos diferentes. Mas ter amizade, talvez não amizade íntima, mas uma amizade, um carinho.

Pesquisadora: Você me fez lembrar o que você falou sobre ter parado e ter ficado por 2 anos sem praticar o esporte, parece que como se bravo, irritado com o esporte e...

Atleta: (não espera acabar a frase) Você fica revoltado com o esporte.

Pesquisadora: Você está falando das pessoas, mas está me parecendo um pouco isso, também me afastar do esporte que eu praticava mesmo sem entender o que está acontecendo.

Atleta: Ainda mais quando você tem uma personalidade, eu sou assim. Eu não gosto de brigar com as pessoas. Quando alguma coisa não me agrada, eu me afasto. Eu não preciso brigar.

Pesquisadora: Com o tempo vai compreendendo, com o tempo volta a ver que o esporte é prazeroso e até dá para fazer uma atividade física.

Atleta: Eu estou no momento perigoso, porque eu estou num cargo público, o prefeito vai mudar. Aqui você tem um mandato que vai até o dia 15 de julho. Mas, é uma das primeiras vezes na minha vida que eu olho para o judô, olha quanto tempo já faz que eu parei, olho para o judô e estou sentindo falta, me enxergo novamente com uma atividade prazerosa. Eu voltei na minha academia agora esse mês, para fazer exame de faixa, coloquei o quimono e falei: Puxa! Como estou sentindo falta disso aqui.

Pesquisadora: Nesse sentido, quando você falou que passou por isso para ter essa compreensão, ficou um pouco com raiva e foi entendendo. A gente pode dizer que tem a possibilidade de vir uma aceitação? Porque pelo que você falou é um processo.

Atleta: Já veio, mas demora, demora, eu falei em 2 anos mas é bem mais, bem mais, muito mais...acho que tem uns 10 anos, 10 anos. Um período difícil, é difícil, só quem... tudo depende do modo como o atleta encerra a carreira. Se ganha muito dinheiro, se vai dar uma tranqüilidade, se não. Depende o que alcançou na carreira dele, de conquistas de títulos, o quanto é respeitado na modalidade. E aí o respeito que ele adquire não só pelas conquistas e também pela pessoa que você é. Mas volto a dizer, você não consegue entender isso tudo, então você se debate na tua vida. E eu particularmente, encerrei a carreira e do dia para a noite você deixa de ganhar aquele dinheiro que você ganhava de atleta. Eu tive dificuldade, eu fui morar na casa da minha sogra, eu fiquei lá uns 3 anos até me organizar novamente financeiramente. Aí voltei a morar sozinho com minha esposa e minha filha.

Pesquisadora: Você acha que isso por conta de você não ter tido um planejamento anterior.

Atleta: Não tive um planejamento. Com o que eu ganhei eu fiz até bastante, montei minha academia, comprei meu apartamento, que eu tinha uma reserva pequenininha, fiz bastante. Mas, não é falta de planejamento, mas você deixar de contar com o dinheiro que vinha todo mês para você ser atleta, de repente não vem. E o judô não era um esporte que pagava muito como o vôlei. Que dá para fazer um pé de meia e falar agora vou ficar 1 ano que vou decidir. Não dava, não tinha isso, minha sogra é uma mãe para mim. Nunca tivemos uma discussão. Mas você quer a sua privacidade. Então para mim, e olha que eu morava em um apartamento maravilhoso, mas eu queria morar na minha casa. E essa dor também era da minha esposa. Então eu olhava para ela e ter todo aquele sentimento que você olha e

fala: Caramba! Depois eu consegui morar sozinho, as coisas foram mudando. Mas demorou para eu me equilibrar, para conseguir o respeito das pessoas numa outra área. É matar um leão por dia.

Pesquisadora: Você é o atleta que foi, e nessa nova atividade? Parece que é uma construção?

Atleta: É uma construção. Acho que você ainda pode aproveitar muita coisa do que você construiu antes. Por exemplo, se você tem imagem de um cara responsável, trabalhador, se você tem credibilidade naquilo que faz, se você é correto, você tem capacidade de executar as coisas, isso tudo vai construir a tua imagem profissional e a tua capacidade profissional. Muita coisa que você faz, que viu e construiu quando era atleta, você consegue trazer. Mas, é uma nova construção. Talvez você na vai começar do zero, comece aqui do 3º andar dessa construção. Mas você tem que começar a construir. E... eu fiquei afastado um tempo do judô, por causa do cargo que eu ocupo, hoje no cargo eu estou saindo, mas tem pessoas me convidando para ocupar outros cargos. E na questão do judô também estão me convidando para voltar a trabalhar com o judô. Então eu fico feliz porque onde eu estou indo, lógico que a gente também tem críticas, não sou uma unanimidade em nenhuma das áreas. Mas não sou unanimidade às vezes recebo críticas, mas ao mesmo tempo as pessoas me convidam para fazer trabalho nas duas áreas que tive atuação maior nesses últimos anos. Então eu acho que fui bem nas duas. E mesmo quando a gente recebe uma crítica, eu sou tranqüilo, porque eu sei que muitas vezes as críticas não se dão somente porque as pessoas querem ver o melhor para determinada área. Às vezes a questão é pessoal. Então, eu também tenho o discernimento para saber onde eu acerto, onde é que eu erro. E aproveito muito as críticas. Não me sinto diminuído com isso.

Pesquisadora: Voltando um pouco na época difícil que, independente do tempo que dure. Você buscou algum tipo de apoio, familiar ou com amigos? Porque você falou que tem característica de ficar mais fechado.

Atleta: Não, não busquei apoio em ninguém, nada, foi uma luta constante, interior, e eu não sabia nem porque eu estava naquela situação. Hoje olho para trás e vejo o desespero. Vejo que foram uns 10 anos. E você sabe que eu antes, perdi meu irmão, meu irmão se suicidou. Meu irmão foi atleta olímpico, e era um atleta extraordinário. Para mim mais... meu irmão, sempre tive meu irmão como um ídolo, 4 anos mais velho que eu. Já foi momento de muita dor ali para mim. E hoje eu olho para trás, meu irmão encerrou a carreira com 26 anos, naquela época a gente não ganhava nada para lutar. Ele, passou pela cabeça dele o quê? Ele estava no auge, vou ficar aqui até os 30, 31 anos, não foi campeão Olímpico. Com 30, 31 vou parar e aí vou procurar trabalho. Vou parar já. E vejo que um dos motivos, eu não posso comprovar isso, só ele poderia falar isso. Mas, infelizmente não está mais aqui. Ele teve lá as brigas com a namorada dele, as dificuldades financeiras. Mas hoje eu olho para trás e vejo que um dos motivos maiores dele ter chegado a essa situação, foi exatamente a questão de parar de competir. Sinceridade, não tenho a mínima dúvida em relação a isso. Eu não posso te comprovar, não tenho dados para falar isso. Mas como eu convivia com ele naquela época e passei pelos mesmos problemas, a gente era muito igual em algumas situações. Vejo que um momento de desequilíbrio emocional, uma das coisas que mais o levou a isso, foi o fato de ter encerrado a carreira.

Pesquisadora: A questão aqui não é você ter dados para comprovar, essa é a sua percepção, então ela vale.

Atleta: É a minha percepção. Mas também só fui perceber isso muitos anos depois. Vivia buscando justificativas e depois você vê que não existe uma justificativa. Existem várias situações, que a pessoa fica doente, entra em um processo de depressão e aí perde a capacidade de tomar decisões positivas.

Pesquisadora: Você falou de não ter buscado apoio, parece que pela sua característica você se retrai, você mesmo...

Atleta: (começa a responder) Hoje quando eu tenho algum problema, hoje não, a minha vida inteira, eu passei por algumas dificuldades, com exceção dessa, quando encerrei a carreira, eu me fecho e faço aquilo que me faz bem – atividade física. Há uns 3 anos atrás eu tive um problema familiar e me joguei na atividade física. Jogo toda minha raiva ali, é impressionante como eu entro em forma, fico magrinho. Mas, eu faço algo que me faz bem.

Pesquisadora: Isso te ajuda a pensar na situação?

Atleta: Exatamente. Mas, me fecho. Você percebe que diante de alguns problemas você pode até contar com o apoio de algumas pessoas. Mas, a única pessoa que pode te ajudar é você mesmo. Você é o único responsável pelo o que acontece na sua vida.

Pesquisadora: E você acha que os acontecimentos ao longo da sua vida, eles aconteceram devido as suas habilidades e atitudes ou por questões externas?

Atleta: Eu acho que tudo que eu conquistei, que eu aprendi, eu devo a um numero enorme de pessoas. Ninguém consegue nada sozinho. Mas logicamente eu também tenho o conhecimento de tudo aquilo que eu fiz para que as coisas acontecessem. Não adianta você ter um técnico maravilhoso, se você não tem poder de superação, poder de determinação, se você não vai todo dia treinar e se esforçar 100%. Então, eu sei da minha capacidade também. Mas, entendo que o numero de pessoas que me ajudaram e ajudam até hoje para que as coisas aconteçam é enorme. Viver é fazer escolhas, falo isso para os meus filhos quase todo dia, eles falam que eu sou o cara mais chato do mundo. Mas a realidade é essa. A escolha que eu faço hoje vai ter uma conseqüência, um reflexo amanhã, daqui um mês, um ano, 10 anos, 20 anos, 30 anos, mas vai ter uma conseqüência. Aquilo que eu escolho para comer hoje, se eu vou dormir 8 horas ou 3 horas por noite, todas as escolhas que eu faço vão ter conseqüência. A gente faz uma construção diária. E a minha vida sempre foi assim. Eu não sei se eu estou construindo direitinho ou não, mas tenho feito as escolhas.

Pesquisadora: Tem algo a mais que você gostaria de falar?

Atleta: Eu acho que eu gostaria de ver no Brasil uma preocupação maior com o ex-atleta e a preocupação não é nem com o pós-atleta. Mas da construção de um atleta diferente, mais consciente de que aquilo é passageiro e um dia vai acabar. Porque eu falo isso, o encerramento da carreira depende do modo como você vai ter o final da sua carreira depende diretamente disso. Às vezes a gente tem treinamentos no Brasil e no exterior, que o atleta treina e tem um período ocioso. Porque ninguém dá, nem as confederações aproveitam esse momento ocioso dos atletas para fazer um curso de inglês, de espanhol. Para dar uma palestra de conscientização de como o atleta deve mexer com seu dinheiro, como ele deve se programar, como lidar com o público. Eu vejo que existem trabalhos nesse sentido, são muito pequenos, são muito tímidos se é que existem. Nós estamos chegando às Olimpíadas de 2016, eu vou dar um exemplo, visão minha, essa menina Sarah Menezes que foi campeã Olímpica de judô, ela vai chegar em 2016 ganhando entre 180 a 250 mil reais por mês. Imagina uma menina do Piauí, continua lá com sua família. Alguém tem que orientá-la como ela deve se planejar financeiramente, como ela deve lidar com o público, se ela tem que abrir uma empresa para gerenciar seus interesses, a importância de ter uma casa. Eu imagino que ela queira hoje ajudar a família inteira, mas será que ela tem capacidade financeira pra isso. Será que ela deve assumir essa responsabilidade. A importância de ela ter uma formação profissional. Ajudar os atletas, acho que isso custa pouco para uma confederação poderia ser feito alguma coisa nos momentos ociosos. Porque não tem jeito, esses atletas quando encerrarem a carreira vão passar por momentos de dor, de dificuldades enormes. Eu torço para que não seja tão grandes assim. Mas, eu acho que é uma questão complicada. É isso, hoje eu estou com 45 anos eu olho para trás e vejo as coisas com uma claridade maior. Com certeza quando estiver com 70 anos, eu espero chegar até lá, vou olhar para quando tinha 45 e: Caramba! Com 45 anos eu era um moleque. Mas hoje são as coisas que eu enxergo de uma maneira mais clara.

Pesquisadora: O interessante é que você consegue olhar para trás e ver muito da experiência que você adquiriu e conseguir olhar para o futuro e ver o que pode ser feito. Se vai poder ser feito ou não, não depende só de você. Mas vê o que pode ser feito por essa geração que está aí e precisa de uma série de coisas. A gente chega ao final da nossa entrevista, eu gostaria de perguntar como você está se sentindo?

Atleta: Hoje? Estou me sentindo bem. A gente fica atrás da felicidade dos novos objetivos, novas coisas e é uma fase de transição na minha vida, no momento de tomar decisões se eu continuo na área pública, se eu volto a trabalhar como técnico. Então todo momento que você tem que tomar decisões, é um momento de dificuldade até porque não sou só, eu tenho 2 filhos, então tenho que pesar algumas coisas. E aí não fica só o prazer, fica a razão também na hora de tomar uma decisão. Então eu estou nesta fase.

Pesquisadora: E a respeito desse momento, de ter falado sobre sua experiência, sua história?

Atleta: Para mim é tranqüilo. Me sinto tão tranqüilo para falar dessas coisas hoje. Sem o menor problema.
Pesquisadora: Então quero te agradecer e assim como consta no TCLE será retirado ou substituído da entrevista os dados e nomes para que não o identifique. Gostaria de perguntar se você quer escolher um nome para ser colocado para contar sua história?
Atleta: Nome... vou colocar o nome do meu irmão Ricardo (falecido)
Pesquisadora: Então vamos homenagear o Ricardo. Muito obrigada.

Entrevista 6 – Beatriz

Pergunta disparadora: *Como foi sua experiência de transição para aposentadoria?*

Atleta: Parei por limitação física, eu tinha artrose crônica desde os 26 anos, aí eu joguei por mais cinco anos e parei com 31. Então, quando parei, eu fui meio parada. Eu não fui até o final da carreira, foi uma quebra. Eu quebrei o contrato, eu ainda tinha dois anos de contrato com o clube e quebrei contrato com 1 ano.
Pesquisadora: Era porque a lesão não te impedia?
Atleta: A lesão me impedia. Mas, eu já vinha em dificuldade, mas chegou no último ano, no meio do último ano, estava impossível.
Pesquisadora: Então não foi abrupta, no sentido de acontecer e você não jogar mais?
Atleta: Ah, não. Foi planejado. Eu parei antes de acontecer isso. Eu não queria justamente isso. Quebrar no meio de um campeonato e não conseguir mais voltar e aí... enrolar. Eu queria parar bem. Então quando eu vi que a coisa estava feia, eu... Isso foi em agosto e eu estava na seleção. A temporada da seleção ia até novembro. Em novembro era 1.999, tinha a classificatória para a Olimpíada de Sydney em 2.000. Então eles tinham um campeonato mundial, uma copa do mundo, me classificava. Então eu fui até esse campeonato. Eu planejei para acabar tendo vaga para a seleção. Aí eu voltaria pro Brasil e encerraria minha relação com o time, no caso o time de Osasco, e eu estava livre. Foi o que eu fiz. Então quando eu parei nova, com 31, o pessoal está jogando aí com 40 e tantos anos. Mas parei, cheia de gás, mas sem nada. Tirando futebol, e hoje até ganham um pouco mais no próprio vôlei, mas... tinha que começar uma outra carreira, ou outras carreiras. Tinha que continuar trabalhando, então, em parei de jogar, isso foi em dezembro. Eu tirei um mês de férias, fui viajar, voltei. Vendi meu carro importado, não posso mais ter isso, no caso como eu já tinha excelentes relações no meio e já fazia muita coisa. Já escrevia coluna para jornal, tinha site, eu estava bem envolvida em algumas coisas que foi por onde eu comecei a trabalhar. Meu primeiro emprego foi numa TV. Me convidaram para fazer os comentários por causa da Olimpíada. Também fazia um chat para um provedor da internet.
Pesquisadora: Você falou de ter um planejamento por causa da lesão. Imagino que começaram a aparecer as dores quando você estava com 26 anos, você foi jogando administrando, o corpo vai se adaptando, essa coisa de atleta.
Atleta: Isso, você vai mudando o treinamento, remédio, eu fiz uma cirurgia com 26 anos e o médico falou, você tem cinco anos, vou fazer uma cirurgia para você ter cinco anos.
Pesquisadora: E desde quando você planejou?
Atleta: Eu planejei os cinco meses finais. Eu fui jogando, não tinha nada dissesse são cinco anos, então segui.
Pesquisadora: E quando você começou a dizer está na hora? Porque você falou que queria parar bem.
Atleta: Isso foi em agosto de 1.999, para parar, parei no final de novembro.
Pesquisadora: Esse planejar foi escolher quando seria esse momento?
Atleta: Não... fiz porque estava muito... eu não queria largar. Então fiz uma preparação física e o fortalecimento pessoas para chegar até o final da temporada da seleção e do campeonato da copa do mundo, que no final do ano classificaria para a Olimpíada. Então foi planejamento, programação para os quatro meses finais de agosto a dezembro.
Pesquisadora: Isso para não sair no meio de um campeonato, você queira um final?
Atleta: Isso. Eu queria acabar jogando e bem. Então já estava na preparação do ano. Enfim, eu não sabia se chegava até o fim do campeonato de tão ruim que estava. Então foi uma preparação tanto física cuidadosa, como uma preparação pessoal.
Pesquisadora: O que chama de preparação pessoal?
Atleta: Uma preparação espiritual e de fazer a cabeça para parar de jogar.
Pesquisadora: Então esse pessoal entra o espiritual e o psicológico. Isso que eu queria conhecer. Para você o que é esse pessoal?

Atleta: É isso mesmo. Até nessa época eu tinha começado a escrever um livro. Um ano antes e não rolou, não fluía. Não escrevia. Quando tomei essa decisão, o... não foi proposital, mas acabou acontecendo, eu mergulhei na escrita, aí eu voltava porque foi especificamente uma biografia, mas esportiva, mas com foco nos últimos anos, 6 últimos anos de seleção. Mas enfim, eu voltava, eu revisava várias coisas. Foi um período super importante para mim, uma maneira de eu estar me despedindo.
Pesquisadora: Isso te ajudou a elaborar?
Atleta: Muito melhor. Foi exatamente isso. Eu fui revivendo, me despedindo, dava risada, chorava, me lembro que na época no quarto com uma das meninas da seleção. Ela não acreditava, eu chorava, eu ria, ela vendo TV e eu escrevendo. Ela dizia boa companheira você, conversa para caramba comigo. Eu dizia sinto muito. Mas foi muito, muito legal, muito importante. Não foi proposital, mas acabou. Foi muito bom.
Pesquisadora: Como foi esse momento que você estava escrevendo, mas não fluía? E aí nesse momento que você pegou e foi?
Atleta: Ah, foi essa coisa da decisão, não é muito fácil tomar a decisão, ou encarar a decisão. Então fui me acalmando com isso. Porque na verdade, o quê que é para mim o esporte, o quê era para mim o esporte. É... não era a fama, o dinheiro, lógico o dinheiro é importante em uma carreira profissional qualquer que seja. Mas é a questão do esporte, que sempre foi presente, tão envolvida, é fazer o melhor, a superação, ou conseguir vislumbrar ou concretizar o meu melhor. Isso é o lance do esporte. O desafio é esse. Você tem que ter é... você não é o que aparece ou o que você fala, é o que você faz. Não adianta você falar que você é bom, se na sua área não faz os pontos necessários para ser considerado bom. Então, é essa coisa do esporte, isso sempre foi importante para mim. É difícil, a hora... será que está na hora mesmo? Será que não da mais? O que eu vou fazer depois? Essas coisas que passam pela cabeça. Ah... especialmente por que será que é isso mesmo? E... não vou à Olimpíada? É no ano seguinte, eu parei seis meses antes, seria minha 4ª Olimpíada. Enfim, foi isso... E tinha outra coisa que eu não falava pra ninguém. Não dá mais pra você antecipar um negócio desses.
Pesquisadora: Onde você buscou apoio?
Atleta: Ah, as pessoas próximas. Quem sabia eram as pessoas da minha família, nem meu pai, minha mãe não sabiam, porque iriam ter dificuldade em lidar com isso. Um amigo meu, que no caso era da imprensa e me ajudou a organizar a estratégia. Dois amigos meus, um era da imprensa e o outro ligado ao marketing. Não foi proposital. Eram amigos meus.
Pesquisadora: Não foram contratados?
Atleta: Não, na verdade era muito forte que não dava mais. Então como é que eu faço isso, como eu lido isso? Como é que eu trato com patrocinador, com quem eu tinha contrato. E foi muito louco, porque era um banco que patrocinava o time lá em Osasco. E eu tinha um histórico de ser... quebrada. O banco fez todos os estudos de risco, ela vai lá joga na seleção, chega no clube enrola a gente. Então, tinha uma cláusula no contrato que se eu não pudesse jogar por questões físicas, o banco não me devia nada, ninguém devia nada a ninguém. Por que eles não queriam pagar se eu não jogasse. Caso eu não jogasse, ficasse enrolando, ficasse só treinando. Então se eu não jogasse eles podiam me mandar embora, no meio da temporada. Mas, quem usou essa cláusula fui eu. Por que eu estava quebrando contrato. Nada garantia para os caras, eles ficaram loucos comigo. Eles podiam quebrar o contrato. Mas, eles não queriam, eles perguntavam: você não vai aparecer daqui um ano em outra equipe? Estou dizendo que eu estou parando de jogar. Bom, mas foi uma das grandes sortes que eu tive, porque eu podia ter problema. Então foi assim.
Pesquisadora: Sorte em que sentido?
Atleta: Eu poderia ter problema. Eles poderiam não deixar eu quebrar o contrato e me cobrar uma multa. Também tinha no contrato, eu só me livrei de qualquer problema porque eu estava com problema físico.
Pesquisadora: Você falou que contou com a ajuda desses amigos, que tomou essa decisão. Quais sentimentos eram mais presentes nessa época?
Atleta: Alívio. Quando eu decidi estava decidido, era só ver como.
Pesquisadora: Na transição pensar paro ou não paro como foi? Teve dúvida?

Atleta: Não teve muita porque a questão física foi... eu estava de um jeito que não conseguia treinar, eu estava muito ruim. Eu conseguia treinar só o físico, com bola que era o problema porque tenho artrose, então o salto, a freada, tudo machucava, eu treinava com bola a cada três dias e demorava dois dias para recuperar, para fazer o outro treino, e assim ia. Não é nem um pouco confiável.

Pesquisadora: Nem confortável.

Atleta: Não, nem confortável. Fora a quantidade, eram 100mg de antiinflamatório por dia que eu tomava. Passei dois anos nessa dosagem. Então não tinha mais dose para subir. (pensativa)

Pesquisadora: Então era alívio?

Atleta: Era alívio, era alívio...Eu não tive medo depois. Eu tive medo, depois eu tive medo de não conseguir concluir o plano de chegar até o final do ano até a copa do mundo.

Pesquisadora: Era concluir o que você planejou, da maneira que você gostaria?

Atleta: Exatamente, a maneira como você ia parar. Isso tinha o medo, mas consegui. Depois, era alívio e... ver que vida ia ser depois. Mas, tinha um sentimento de muita confiança de que dava para encarar qualquer coisa. Eu estava preparada para qualquer coisa.

Pesquisadora: Você não sabia ao certo o que iria fazer mas... (Beatriz interrompe)

Atleta: Tinha como ainda hoje uso. Tenho habilidades, o que eu construí. Quando eu parei, eu fazia algumas coisas porque eu precisava de dinheiro, fazia outras por que precisava me preparar para outra atividade, estudar, fiz muito curso, fiz formação em Pilates, fiz faculdade de Educação Física, não acabei fiz 2 anos. E fazia coisas que era para formação para preparação e fazia outras que eu não sabia direito no que ia dar, mas eu achava que era importante.

Pesquisadora: Como o quê, por exemplo?

Atleta: Tipo me envolver em discussão de políticas públicas em Brasília. O quê que eu ganho com isso? Diretamente nada. Mas é uma situação que eu comecei a plantar a doze anos atrás, em 2000 eu participei da 1ª turma de discussão de políticas públicas. Isso... hoje eu dou aula disso. Fazia coisas para investir em novas frentes, ter mais base.

Pesquisadora: Você considera que as coisas que aconteceram na sua vida foram devido a suas habilidades e atitudes ou por questões externas?

Atleta: Muita pouca coisa externa. Eu nunca tive muita ajuda de ninguém. Nem enquanto jogava. Lógico que técnicos, alguns fisioterapeutas fantásticos, que se eu não tivesse especialmente alguns fisioterapeutas e preparadores físicos, uns dois ou três, eu não teria conseguido jogar tão bem pelo tempo que eu joguei. Mas da confederação eu tive zero de apoio nem reconhecimento. Um pouco, reconhecimento até teve não posso reclamar. Eles fizeram um jogo de despedida para mim. Eu parei em dezembro e em março eles fizeram o jogo de despedida, foi bom para mim, foi bom para eles. Mas, acabou ali. Do banco que patrocinava o time, tinha projeto social eu estava atuando na área e isso até hoje. Eu tenho sorte por algumas empresas, algumas pessoas, mas é muito do que... hoje eu tenho uma imagem de seriedade, de que entrega as coisas, que faz as coisas acontecerem, em cima do que a gente tem feito.

Pesquisadora: Conta também pela sua imagem no esporte?

Atleta: Isso, isso, exatamente. Eu hoje na área social carrego totalmente a minha imagem como jogadora. Que é de colocar o dedo na cara de cubana, de vestir a camisa, de ter garra, de lutar pelo país, de superar dificuldade por causa das contusões, de não desistir. Essa é a imagem que eu passo para as pessoas, que as pessoas vêem falar comigo falando dessas coisas. Não tem jeito. Isso vem junto. E o que a gente tem feito no instituto, que não tem padrinho, não tem partido política por trás. Enfim, é único o que a gente faz em termos de capacitação de recurso, de desenvolver alguns projetos.

Pesquisadora: Voltando um pouco para época da vivência no esporte. Você acha que durante a sua vida no esporte te ajudou a lidar com as perdas, ou ainda o que você aprendeu durante a sua carreira ajudou no momento da aposentadoria?

Atleta: Eu acho que sim, essa coisa de você estar pronta para qualquer coisa. Isso de confiança, isso é uma coisa que foi primordial e muito forte e isso até hoje. Lógico, hoje você tem família e os medos, todo mundo tem medo de faltar, fisicamente, faltar recurso, todo mundo tem medo. Mas,... tem dado certo, e é uma coisa que... lógico quando não tinha família era muito mais destemida. Vai ficando mais

velha fica mais temerosa. Mas, tudo vem 100% do esporte. Já fiz, já fiz processos do nada, aprendo qualquer coisa, eu vou aprender. Então, é isso, vem do esporte sim.
Eu conheço empresários que falam, executivos de empresa que falam o quanto ser atleta amador, não são nem atletas de alto nível, alguns até foram em alguma medida. Mas essa confiança que o esporte traz, não é porque venceu, são pequenas coisas, é no dia a dia, é no processo, muito mais que no momento da vitória. Essa questão psicológica também é muito marcante.
Pesquisadora: Você falou do seu histórico, sentiu o alívio ao parar. Sentiu algo mais de novidade com o corpo?
Atleta: Total, total. Quando eu parei, eu vagabundei um bom tempo. E em um determinado momento começou a dar dores. O que eu vou fazer? A fisioterapeuta de RPG estava lá, aí me dei conta que eu estava totalmente torta. Porque eu tenho problema no joelho, então tiro todo o peso de um joelho para o outro, então eu tenho que estar o tempo inteiro me policiando, treinando direitinho porque se não tem dor. Até faço atividade. Mas, não alongo direitinho, eu preciso estar sempre alinhada, fazer atividade simétricas. Só de entrar em uma quadra e fazer a postura de manchete já incha o joelho. Eu passei essa fase e me dei conta que eu preciso cuidar. Aconteceu que eu fiz uma formação em Pilates durante um ano e meio, quase dois, depois que eu parei de jogar e esse foi meu destreinamento físico, não psicológico. O psicológico começou antes quando eu decidi parar de jogar e continua depois. Enfim, talvez fique até hoje. Mas, o físico eu fiz muito nessa formação de um ano. Consegui coisas, por exemplo, eu melhorei fisicamente depois você não tem a mesma carga de atividade, passei meio sem tempo, mais recentemente eu consegui me organizar de novo a rotina. O que eu sinto mais falta ainda hoje é tempo de fazer atividade física. Isso me faz muita falta. Eu sinto tristeza de não fazer tanta atividade física. Mais recentemente consegui me organizar entrei em forma de novo. Perdi 6 a 7 kg em meses, porque estava acima do peso e não aparecia muito mas eu estava acima do peso. E muito mal fisicamente. Eu aprendi a surfar depois que parei de jogar. Então meu esporte hoje é surf. Ando de skate de brincadeira, mas não é atividade, não é completo, machuca mais do que... é mais brincadeira mesmo. Mas surf faz parte do condicionamento. Eu me preparo para aproveitar quando eu posso surfar e é também o meu jogo hoje. É o meu esporte, que o treinamento de academia, não posso correr, não posso nada disso, então fico limitada. Por isso também que é uma grande dificuldade. Vou nadar todo dia? Cabelo vai embora. Não tenho tempo de fazer duas a três horas por dia. Quem é que tem tempo para isso? E eu tenho a dificuldade de ter a rotina de treinamento. Isso por si só não é o que traz alegria, é a brincadeira, e isso eu encontro no surf, Mas, mesmo assim o que falta é estar melhor com o corpo, o corpo estar melhor treinado, e isso me dá um prazer muito grande eu estar bem.
Pesquisadora: Então dá para dizer que você sentiu alívio ao se aposentar, não se preocupou tanto com o que ia fazer de atividade no dia seguinte, sentiu tristeza pela falta da atividade física?
Atleta: Sim. É tristeza. O alívio era pela dor. Não vou precisar fazer esse sacrifício. E vou ter fim de semana, vou ter casa, vou ter rotina, vou ter previsão. E realmente por isso que eu não quis ser técnica também, porque é uma vida igual a de atleta, que não tem fim de semana, não tem fim de ano. O alívio muito pela dor, mas isso também. Eu não tinha a mínima vontade de fazer outras coisas, porque o esporte de rendimento é limitante. Eu falava que tinha que emburrecer um pouco para não sofrer. Muito do que eu demorei a achar uma rotina foi pela dificuldade porque não podia mais correr, parei de jogar porque tenho artrose, eu quero andar quando eu tiver 60, 70 anos. E se eu não cuidar, eu não vou andar quando tiver 60 ou 70. Eu tenho um tio que fez esporte a vida inteira e colocou prótese no joelho. Eu não quero isso. Tem que ser cuidado. Mas a gente tem tempo para fazer atividade quando é atleta. O que eu não tenho, meu tempo hoje é outro. É o tempo de gente comum.
Pesquisadora: E ter virado pessoa comum no sentido de não estar mais na equipe, não estar mais fazendo?
Atleta: Não ligo não. Não ligo, especialmente acho que fica mais fácil para mim porque minha imagem não morreu. Eu sou muito conhecida, eu vou saio na rua, tenho que falar com alguém. Aqui (no trabalho) é comum, de repente o patrocinador pede algo naquela cidade. Eu não conheço ninguém lá. Mas, eles me conhecem. Me consegue o telefone o nome da pessoa que ta feito. Então eu não perdi vantagem, isso é bom, é bom para o trabalho

Pesquisadora: Você está falando e estou tendo a impressão que é bom porque você consegue fazer outras coisas a partir disso e não por ser legal ser reconhecida. Ou tem a questão do reconhecimento?

Atleta: É um pouco diferente, eu tenho, por ler bastante do espiritismo, em me envolver bastante com isso, por acreditar em um funcionamento de mundo. Eu acho que cada um está aqui para fazer o seu melhor e ponto. Eu não faço mais que minha obrigação. Então o que eu fiz jogando, eu não fiz mais que minha obrigação. Se hoje eu me dedico pelo instituto faço o que eu tenho condição de fazer. Não é mais que minha obrigação. Quando eu jogava eu tinha bem menos paciência do que eu tenho hoje, para dar atenção, para falar com as pessoas. Conversar sobre as cubanas, 3 milhões de vezes falei sobre isso. Hoje em dia eu faço muito mais pelas pessoas, eu acho importante eu gosto e acho que eu preciso fazer isso, as pessoas merecem que eu faça isso. O que eu fiz desperta valores, sentimentos que as pessoas têm dentro de si. Então, quando elas vêem falar comigo são essas coisas que vem. É assim que eu interpreto e eu acho isso bom, acho isso bom para o mundo, acho isso bom para mim, acho isso bom para as pessoas. Quando eu jogava eu não tinha muito essa visão nem essa paciência. Hoje eu faço tranquilamente. Não gosto de chamar atenção. Então, estou na praia como no fim do ano, a praia cheia, aí a pessoa vem e pede para tirar uma foto. Eu vou me levantar, tirar a foto, todo mundo vai virar e vai olhar. Então isso é uma coisa que eu nunca gostei e continuo não gostando, mas para conversar, senta do lado conversa, tchau muito obrigada, vou sair de fininho. Mas, faço isso tranquilamente, é importante para mim por isso que eu falei e não por um simples reconhecimento pelo o que eu fiz. Mas, o que eu fiz desperta essas coisas boas na pessoa e isso é bom.

Pesquisadora: Como você está se sentindo agora por ter falado sobre esse assunto?

Atleta: Eu acho tranqüilo, acho bom é... me distancio um pouco. Me distancio como uma coisa da minha vida que fez o que sou hoje. Mas, não me enche o prato de comida hoje, em algum sentido sim. Quando eu ganhei, fui escolhida para o hall da fama, faz 3, 4 anos nos EUA, falei legal, totalmente fora do meu hoje. Depois levei até bronca dos amigos. Legal? Isso é o máximo. Eu falei tudo bem, desculpa, mas está lá, não mudou a minha vida, é legal, ok. Mas, o mais importante é o que eu consigo hoje ter de relação profissional, e a relação profissional não tem nada a ver com aquela placa que está lá no meu escritório, nem com as medalhas que eu ganhei. É... às vezes é um pouco demais isso, não... não sei se eu estou errada mas eu vivo assim, eu divido as coisas, separo as coisas

Pesquisadora: É o seu jeito.

Atleta: É, é o meu jeito. Mas, está ótimo, eu fico numa boa. Eu acho que minha experiência é única, a dos outros também são únicas, talvez possa inspirar um pouco as outras pessoas. Ah,.. acho que hoje em dia o pessoal faz esporte muito diferente do que a gente fez na nossa época, do que eu fiz. Os valores mudaram muito, a gente trouxe muito romantismo, por que eu comecei a jogar não existia profissional. Então eu vivi boa parte de minha vida esportiva, não com o dinheiro como... "cenoura" (estímulo) e isso é... a gente tem muitas coisas que poderiam inspirar outros atletas. É engraçado quando a gente cruza com os atletas novos, não todos, eles vem com muito respeito é muito legal.

Pesquisadora: Muito obrigada.