

## **PRESSÃO PSICOLÓGICA EM COMPETIÇÕES DE ALTA EXPOSIÇÃO: O CASO DA COPA DO MUNDO**

**Gisele da Silva Barros**

Discente- Centro universitário Fametro- Unifametro

[gisele.barros@aluno.unifametro.edu.br](mailto:gisele.barros@aluno.unifametro.edu.br)

**Eduarda Uchoa de Oliveira**

Discente- Centro universitário Fametro- Unifametro

[eduarda.oliveira@aluno.unifametro.edu.br](mailto:eduarda.oliveira@aluno.unifametro.edu.br)

**Yasmin Vitoria Lima Ramos**

Discente- Centro universitário Fametro- Unifametro

[yasmin.ramos@aluno.unifametro.edu.br](mailto:yasmin.ramos@aluno.unifametro.edu.br)

**Ticiania Siqueira Ferreira**

Docente- Centro universitário Fametro- Unifametro

[ticiania.ferreira@professor.unifametro.edu.br](mailto:ticiania.ferreira@professor.unifametro.edu.br)

**Área Temática:** Promoção da Saúde e Tecnologias Aplicadas.

**Área de Conhecimento:** XIII Encontro de Iniciação a Pesquisa.

**Encontro Científico:** Ciências da Saúde.

**Introdução:** Assim como no Brasil, a Copa do Mundo é um dos eventos esportivos mais populares internacionalmente. O jogador é o representante de uma nação, um herói, que carrega não apenas a expectativa de vitória, mas também o orgulho e a identidade cultural dos torcedores. Participar de uma competição de tamanho destaque impõe desafios que podem influenciar diretamente o seu desempenho em campo, a saúde mental dos atletas e até sua carreira a longo prazo. No entanto, por trás de todo o espetáculo existe um fator negligenciado: a intensa pressão psicológica vivida pelos jogadores. O tema foi escolhido por sua baixa visibilidade, apesar da relevância, especialmente com a proximidade de mais uma Copa do Mundo. Com o crescimento das redes sociais, a pressão deixou de ser restrita à equipe de formação, alcançando um público mais amplo: todos com acesso à internet. **Objetivo:** Compreender como os atletas profissionais são influenciados psicologicamente diante da pressão enfrentada em competições de alta exposição. **Metodologia:** Para este resumo simples foi utilizado a pesquisa de artigos com base nas seguintes palavras chaves: Psicologia do Esporte, Copa do Mundo e Pressão psicológica em sites como Unesp, Psicologia Revista e Revista educação, Psicologia e interfaces. Ao todo foram encontrados 17 artigos dos quais 3 foram selecionados por sua relevância para cumprir os objetivos da pesquisa. **Resultados e Discussão:** Segundo Wisnik (2014) o desempenho da Seleção Brasileira na Copa do Mundo de

2014 foi fortemente influenciado por fatores psicológicos. Ansiedade, estresse e despreparo emocional ficaram evidentes em momentos decisivos durante as partidas. Os relatos destacam que, embora a equipe contasse com jogadores talentosos, faltou um trabalho psicológico contínuo e estruturado, já que a preparação mental foi tratada apenas de forma emergencial. De acordo com Lévy (1999), o espaço virtual favorece e estimula formas de relacionamento que não dependem da proximidade geográfica nem da simultaneidade temporal. Antes a pressão e cobrança que era advinda de um grupo restrito que tinha acesso aos jogadores, passou a vim, com o advento das redes, de todos os lugares. Sem qualquer filtro, críticas e julgamentos eram lançados a estes atletas. Conforme Leite (2024), a Seleção Brasileira ficou cerca de dez anos sem contar com uma psicóloga em sua comissão, o que evidencia a baixa valorização da saúde mental no esporte de alto rendimento. Segundo Southgate (apud UCFB, 2020), no mais alto nível do esporte a diferença está no aspecto mental do jogo. Sendo assim, o papel do psicólogo do esporte nesse contexto de alto rendimento é essencial, ele atua no preparo psicológico do atleta dentro e fora de campo, na sua autoconfiança e no controle emocional. **Considerações finais:** Fica evidente, então, que o cuidado com a saúde mental dos jogadores de futebol deve ser tratado como prioridade, assim como a preparação física. A implementação de estratégias de apoio psicológico, é essencial para que esses atletas tenham condições de enfrentar os desafios do esporte de maneira saudável. Investir nesse aspecto favorece o desempenho esportivo e a construção de uma carreira mais duradoura e satisfeita.

**Palavras-chave:** Psicologia do Esporte; Copa do Mundo; Pressão psicológica.

#### **Referências:**

- CECARELLI, Lucas Ribeiro. Crônica de um fracasso anunciado: um estudo de caso a partir das narrativas disponíveis na mídia sobre psicologia do esporte na Seleção Brasileira de Futebol na Copa do Mundo de 2014. 2015. 89 f. Dissertação - (mestrado) - Universidade Estadual Paulista, Instituto de Biociências de Rio Claro, 2015.
- FECHIO, Juliane Jellmayer; PECCIN, Maria Stella; PADOVANI, Ricardo da Costa. Trajetória esportiva e habilidades psicológicas de jogadores de futebol da seleção brasileira. Movimento (Porto Alegre), v. 27, e27071, 2021.
- FRADES, Luane de Jesus; OLIVEIRA, Evandro Salvador Alves; VAROLI, Bruno Manchini; CARNEIRO, Cíntia de Moraes Cabreira. Adoecimento psíquico em atletas de alto rendimento: a importância da Psicologia do Esporte. Educação, Psicologia e Interfaces, v. 4, n. 3, p. 1-16, jul./set. 2020.

LEITE, Cinthya. Saúde mental ganha força no futebol, e seleção brasileira volta a ter psicóloga após hiato de 10 anos. *Jornal do Commercio*, Recife, 20 mar. 2024. Disponível em: <https://jc.uol.com.br/colunas/saude-e-bem-estar/2024/03/20/saude-mental-ganha-forca-no-futebol-e-selecao-brasileira-volta-a-ter-psicologa-apos-hiato-de-10-anos.html>. Acesso em: 19 set. 2025.

LÉVY, Pierre. *Cibercultura*. São Paulo: Editora 34, 1999.

UCFB. (2020). The importance of psychology in modern sports. Retrieved September 8, 2025, from <https://www.ucfb.ac.uk/news/the-importance-of-psychology-in-modern-sports/>

WISNIK, J.M. O oráculo. 2014a. Disponível em: <<http://oglobo.globo.com/cultura/o-oraculo-13139125>>. Acesso em: 19 set 2025.