

## **SAÚDE MENTAL EM MULHERES DE ALTO RENDIMENTO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

**RAILSON DE ARAÚJO SILVA**

Discente do Curso de Educação Física do Centro Universitário Católica de Quixadá (UniCatólica).

E-mail: railson.sylvah@gmail.com

**SARA NOBRE MAIA**

Docente do Curso de Educação Física do Centro Universitário Católica de Quixadá (UniCatólica).

E-mail: saranobre@unicatolicaquixada.edu.br

### **RESUMO**

O esporte de alto rendimento é caracterizado por atletas que aspiram a alcançar o pico de seu desempenho, obtendo resultados notáveis tanto em esportes coletivos quanto individuais. Embora seja amplamente reconhecido que existe uma correlação positiva entre a saúde e a prática de exercícios físicos ou atividades físicas em geral, no contexto de alto rendimento essa relação parece não existir, estudos sugerem que os atletas são comumente afetados com sintomas e/ou transtornos mentais (Colagrai, 2022; Bar, 2013; Gorczynski, 2017). No entanto é necessário evidenciar e explorar o contexto da saúde mental em mulheres de alta performance, a extensão dos benefícios ou malefícios ainda não são totalmente compreendidas. Portanto, esse trabalho tem como objetivo principal: analisar os fatores que influenciam negativamente a saúde mental de mulheres inseridas no esporte de alto rendimento. Este estudo consiste em uma revisão integrativa. Objetivos específicos, analisar os fatores específicos do esporte de alto rendimento que podem impactar a saúde mental das mulheres; comparar a prevalência de transtornos mentais entre homens e mulheres no esporte de alto rendimento e apresentar ações e estratégias que possam contribuir significativa ou preventivamente na saúde mental. Os Critérios de inclusão para este trabalho serão: estudos publicados nas bases supracitadas, num corte de 6 anos (2017 – 2024). Estudos publicados em português e inglês. Estudos e capítulos de livros que discutem o seguinte tema: a saúde mental em mulheres inseridas no esporte de alto rendimento. Para os critérios de exclusão serão considerados publicações com duplicadas, ou o conteúdo e o resultado forem os mesmos, os dados tenham erro óbvio, relatório de conferência, dissertação, tese, monografias, sites ou fóruns. O procedimento para análise dos resultados utilizará nas etapas proposta por Souza et al. (2010) que consiste em: elaboração da pergunta norteadora, busca ou amostragem na literatura, coleta de dados, análise crítica dos estudos incluídos e discussão dos resultados.

**Palavras-chave:** Hipertensão arterial. Treinamento resistido. Hipotensão pós-exercício.

### **REFERÊNCIAS**

BÄR, K. J.; MARKSER, V. Z. Sport specificity of mental disorders: the issue of sport psychiatry. **Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci**, v. 263, n. sup. 2, p. 205-210, 2013.

COLAGRAI, A. C.; BARREIRA, J.; NASCIMENTO, F. T.; FERNANDES, F. Saúde e Transtorno Mental no Atleta de Alto Rendimento: Mapeamento dos Artigos Científicos Internacionais. **Journal of High Performance Athletes' Mental Health**, v. 1, n. 1, p. 1-30, 2022.

CURRIE, A. et al. The prevalence of mental health disorders in (ex-) professional athletes. **International Review of Sport and Exercise Psychology**, v. 13, n. 1, p. 262-281, 2016.

SOUZA, M. T. de; SILVA, M. D. de; CARVALHO, R. de. Integrative review: what is it? How to do it?. **Einstein (São Paulo)**, v. 8, n. 1, p. 102-106, jan. 2010.