

# O ESPORTE DE RENDIMENTO COMO INSTRUMENTO DE COMBATE À ANSIEDADE E À DEPRESSÃO EM ESTUDANTES-ATLETAS

XV Encontro de Experiências Estudantis

Clarice Sousa de Gois Rodrigues, Tereza Rayala Machado Silva, Valzilene Pereira Martins, Lara Fontenele Frota, Vitória Regia Ribeiro Nunes, Wildner Lins de Souza

As chamadas “doenças do século”, quais sejam a depressão e a ansiedade, estão gradativamente sendo pauta de discussão nas universidades, o que torna extremamente necessário um estudo detalhado desse tema diante da sua relevância. No âmbito do esporte de rendimento não seria diferente, uma vez que essa categoria tem sua importância e impacto na vida de diversos estudantes atletas que enfrentam diariamente a depressão e a ansiedade, sendo o esporte de rendimento inclusive um importante instrumento de combate para encarar essas enfermidades. Dessa forma, vamos observar e quantificar a influência do esporte no condicionamento psicológico dos estudantes atletas universitários, especificamente na categoria de rendimento, seja positivamente ou negativamente, para o combate de ansiedade ou depressão, abrangendo tanto uma perspectiva interna quanto de terceiros. Trata-se de um estudo qualitativo elaborado por acadêmicas e atletas da Universidade Federal do Ceará. Os resultados serão colhidos por meio de formulário eletrônico contendo 7(sete) perguntas tendo como respostas “sim”, “não” e “talvez”, as quais relacionam o aparecimento ou não de sinais e sintomas de ansiedade e depressão em estudantes atletas com a prática esportiva. Portanto, com esse trabalho entendemos a importância e o impacto do esporte de rendimento na vida dos estudantes atletas. Além disso, podemos ressaltar os resultados do papel do esporte de rendimento no combate das doenças mencionadas acima.

Palavras-chave: rendimento. ansiedade. depressão.