



www4.fsanet.com.br/revista

Revista Saúde em Foco, Teresina, v. 9, n. 3, art. 1, p. 03-19, set./dez. 2022

ISSN Eletrônico: 2358-7946

<http://dx.doi.org/10.12819/rsf.2022.9.3.1>

Experiência da dor em Atletas de Handebol Durante Competição **Pain Experience in Handball Athletes During Competition**

Paula Jasielle Pereira Silva

Acadêmica de Bacharelado em Fisioterapia do Centro Universitário Santo Agostinho
E-mail: lealsilvapaula3@gmail.com

Natalia Mical Pereira Silva

Acadêmica de Bacharelado em Fisioterapia do Centro Universitário Santo Agostinho
E-mail: nataliamical318@gmail.com

Liana Dantas da Costa e Silva Barbosa

Doutora em Biologia Celular e Molecular Aplicada à Saúde
E-mail: dantaslina@bol.com.br

Ana Livia Castelo Branco de Oliveira

Doutora em Enfermagem pelo Programa de Pós-graduação da UFPI
E-mail: analiviabranco@hotmail.com

Endereço: Paula Jasielle Pereira Silva

Rua Hélio Correa Lima 2277, Bairro Cidade Nova,
Teresina-PI, Brasil.

Endereço: Natalia Mical Pereira Silva

Rua Hélio Correa Lima 2277, Bairro Cidade Nova,
Teresina-PI, Brasil

Endereço: Liana Dantas da Costa e Silva Barbosa

Rua Desembargador Fernando Lopes Sobrinho, 4664,
Santa Isabel, Teresina – PI, Brasil.

Endereço: Ana Livia Castelo Branco de Oliveira

Rua Cândido Portinari, 234, Brisas Sul, apto 206, bloco
Gravana. Cep 64022-055. Teresina, PI, Brasil.

**Editor-Chefe: Dr. Tonny Kerley de Alencar
Rodrigues**

**Artigo recebido em 10/11/2022. Última versão
recebida em 16/11/2022. Aprovado em 17/11/2022.**

**Avaliado pelo sistema Triple Review: a) Desk Review
pelo Editor-Chefe; e b) Double Blind Review
(avaliação cega por dois avaliadores da área).**

Revisão: Gramatical, Normativa e de Formatação



RESUMO

A dor pode ser definida como “experiência sensorial e emocional desagradável, por lesões teciduais”. Percebe-se que a associação entre a lesão e a dor envolve fatores biológicos e um componente subjetivo. Este estudo tem como objetivo compreender os mecanismos de enfrentamento da experiência dolorosa em atletas de handebol durante competição, assim como identificar os fatores emocionais que interferem na forma como os jogadores de handebol enfrentam a dor, discutir os mecanismos de enfrentamento da experiência dolorosa utilizados por atletas de alto rendimento durante os jogos e analisar as consequências da negligência da dor nestes profissionais. Para a coleta de dados, foram utilizados um questionário de elegibilidade e uma entrevista semiestruturada contendo relatos de experiências dolorosas de 26 atletas atuantes na categoria adulta handebol de alto rendimento do Clube Giuliano Esporte Clube (GHC-PI) em Teresina, Piauí. Após tratamento das falas, emergiram três categorias: Fatores emocionais e a representatividade da dor, em competição; Mecanismos de enfrentamento da experiência dolorosa utilizados por atletas de alto rendimento durante os jogos; e as Consequências da negligência da dor em atletas de handebol. O estudo evidenciou que a experiência dolorosa, como também a capacidade de enfrentamento da dor, são resultados de uma ampla complexidade de fatores intrínsecos da prática esportiva e fatores extrínsecos de toda uma vivência na construção de valores, costumes e comportamentos, pois a dor adquire significados próprios de acordo com a subjetividade. O estudo também apontou que a negligência da dor por estes jogadores pode transformar danos teciduais simples em lesões graves.

Palavras-chave: Atleta. Handebol. Dor. Alto Rendimento.

ABSTRACT

Pain can be defined as "unpleasant sensory and emotional experience, associated with actual or potential tissue injuries". Thus, it is perceived that the association established between injury and pain involves biological factors and an important subjective component. This work aims to understand the coping mechanisms of the painful experience in handball athletes during the competition, identify the emotional factors that interfere in the way handball athletes, in competition, face pain, what mechanisms of coping with the painful experience used during games and analyze the consequences of pain neglect in professional athletes. For this, an eligibility questionnaire and a scripted semi-structured interview containing reports of painful experiences of 37 athletes working in high performance handball from Teresina-PI, from the Giuliano Esporte Clube (GHC-PI) club, were used. The data indicate that the sport of high performance aims to extract the best performance of the athletes, which increases the possibilities of injury and pain, and that the interpretation of this pain, as well as the coping mechanism, will depend on the subjectivity and complexity of the athlete's personnel.

Keywords: Athlete. Handball. Pain. High Yield.

1 INTRODUÇÃO

De acordo com Ricardo Galotti (2016), membro da Sociedade Brasileira de Medicina do Exercício e do Esporte (SBMEE), o handebol traz inúmeros benefícios para seus praticantes, visto que exige muito condicionamento físico e respiratório dos atletas. Ele é um esporte coletivo caracterizado pelo alto grau de exigência fisiológica e pela realização constante de corridas, saltos, quedas e arremessos. Além dessas características, é considerado um esporte de contato físico autorizado, pois nele são permitidas ações que visam segurar ou bloquear o adversário, valendo-se das mãos, braços e tronco. Por essas razões, ao mesmo tempo em que a prática do handebol, assim como qualquer outra modalidade, pode promover benefícios à saúde, tanto física, como social e psicológica, pode criar um ambiente propício para uma alta prevalência de lesões traumato-ortopédicas.

De acordo com Liebenson (2017), os fatores intrínsecos, extrínsecos, tipo do esporte, nível de jogo, desempenho físico, psicológico, ambiente e regras do esporte são condições que, pela interação dessas variáveis, podem agravar o risco de lesões. Sanches e Borin (2008) complementam afirmando que o esporte apresenta mais dois fatores que aumentam o risco de lesões: o contato direto corpo a corpo entre os jogadores e o contato indireto correspondente a aterrissagens, desequilíbrios, quedas etc. De maneira geral, as lesões esportivas podem acarretar muitos problemas para a vida do atleta, como a interrupção temporária da atividade, interrupção permanente em competições ou mesmo a interrupção de todo e qualquer tipo de atividade esportiva similar.

No entanto, para compreender a experiência dolorosa, é necessário superar a perspectiva estritamente fisiológica e considerar que ela está atrelada ao contexto biopsicossocial e expressa não apenas o desequilíbrio físico, mas também psíquico, pois a sua origem também se dá mesmo sem que haja lesão ou perigo para a estrutura física (NASIO, 2008; VAN WILGEN; VERHAGEN, 2012).

Sob o ponto de vista das relações sociais, surge a necessidade de expressar à coletividade a sua existência. Entende-se que a cultura influencia tanto na forma como o sujeito percebe e responde à experiência dolorosa, quanto na maneira de expressá-la. Neste sentido, cada cultura ou grupo social possui uma maneira própria de reagir e comunicar seu sofrimento. Portanto, a confirmação da existência da dor se dá para o outro por intermédio da comunicação, verbal ou não verbal, sendo a última identificada em decorrência de alterações nas expressões faciais, na conduta ou na dificuldade de realizar atividades (BUDÓ *et al.*, 2007). Neste contexto, a dor tem como consequência sensações e reações distintas, a depender

do sujeito e do momento vivido por ele. Portanto, o estado emocional, a experiência, a atenção e o humor podem modular o limiar de sensação e a experiência da dor vivida (BUSSONE, 2012; DEUS, 2009).

Dentre os fatores psicológicos que agem alterando a percepção dos sujeitos no decorrer da prática esportiva, a motivação reduz a percepção da dor, e a ansiedade age ampliando sua intensidade (DUBOIS; GALLAGHER; LIPPE, 2009). Outras variáveis psicossociais que podem influenciar na analgesia psicologicamente induzida são o efeito placebo ou a esperança de escapar dos riscos (HELMAN, 2009). Nesta mesma ótica, Dunn e Horgas (2004) adicionam aspectos como a negação, a distração ou a reinterpretação da experiência dolorosa como estratégias comportamentais de enfrentamento da dor. Acerca desta negação, Helman (2009) afirma que os soldados em situações de estresse extremo e ambientes de conflito têm sua atuação aproximada à situação de transe, na qual a dor não mais se apresenta.

Com base no exposto acima, esta pesquisa teve como objetivos: **compreender os mecanismos de enfrentamento da experiência dolorosa em atletas de handebol durante a competição**, identificar os fatores emocionais que interferem na forma como os atletas de handebol, em competição, enfrentam a dor, discutir os mecanismos de enfrentamento da experiência dolorosa utilizados por atletas de alto rendimento durante os jogos e expor as possíveis consequências da negligência da dor em atletas de handebol de alto rendimento.

2 METODOLOGIA

Tratou-se de uma pesquisa qualitativa, do tipo observacional, transversal e descritiva, desenvolvida a partir de uma pesquisa de campo complementada com uma pesquisa bibliográfica. A pesquisa foi realizada com 26 atletas de alto rendimento do Clube Giuliano Esporte Clube (GHC-PI), localizado em Teresina-PI, a amostra foi constituída por cálculo amostral de uma população de 40 atletas. A coleta dos dados ocorreu de outubro a novembro de 2022, somente iniciada após parecer ético aprovado (Nº 5.717.879) do Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Santo Agostinho e mediante autorização de instituição e infraestrutura do Clube Giuliano Esporte Clube (GHC-PI). Como critérios de inclusão foram estabelecidos: atletas atuantes somente no Clube Giuliano Esporte Clube (GHC-PI), do sexo masculino, com idade entre 18 e 35 anos, e que já tinham sofrido lesões e enfrentado a experiência dolorosa durante competição, como também os que concordaram em participar da pesquisa mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE. Como critérios de exclusão, foram estabelecidos: atletas que não tinham vínculo com a Federação de

handebol do Piauí e os que, após aceitarem participar do estudo, desistiram ou não compareceram às entrevistas.

No primeiro momento da coleta de dados, o TCLE foi lido e explicado e posteriormente assinado para participação dos atletas na pesquisa. Após o aceite, os dados foram coletados por meio de uma entrevista semiestruturada elaborada e realizada pelos pesquisadores, dividida em duas partes, a primeira para traçar o perfil sociodemográfico dos atletas e a segunda parte que verificou os mecanismos de enfrentamento da experiência dolorosa em atletas de handebol durante a competição, como também a identificação dos fatores emocionais que interferem na forma como os profissionais de handebol, em competição, enfrentam a dor e os mecanismos de enfrentamento da experiência dolorosa utilizados por estes durante os jogos, além da análise das consequências da negligência à dor em atletas profissionais. A entrevista semiestruturada foi gravada em aparelho celular, transcrita e arquivada pelos pesquisadores em bancos de dados no computador da pesquisadora responsável por um período de 5 anos. Após esse período as informações serão descartadas. As identidades dos atletas foram mantidas em sigilo, sendo os nomes substituídos pelo termo atleta, seguido de números, atendendo à ordem das entrevistas (ex.: Atleta 1, Atleta 2...). O tratamento de dados pessoais, dispostos em meio físico ou digital, atendeu à Lei Geral de Proteção de Dados – LGPD (Lei nº 13.709/2018), garantindo a confidencialidade e o sigilo das informações fornecidas pelos participantes da pesquisa.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O estudo mostrou o perfil sociodemográfico de 26 atletas, com idades que variaram entre 18 e 35 anos, sendo que 18 (70%) tinham de 18 a 25 anos de idade e 8 (30%) com faixa etária de 26 a 35 anos. Quanto à escolaridade, 20 (80%) atletas possuíam ensino médio completo, 6 (20%) ensino médio incompleto e, em relação ao ensino superior, 9 (35%) dos atletas entrevistados estavam cursando e 7 (27%) com ensino superior completo. Em relação à naturalidade, 16 (60%) eram de Teresina-PI e 10 (40%) naturais de outros estados como Alagoas, Maranhão e Pernambuco. Quanto ao período que atuavam como atletas profissionais de handebol, 18 (70%) já tinham mais de 7 anos de atuação, enquanto 8 (30%) com menos de 7 anos, e o menor tempo foi de 4 anos de prática. Quando questionados se já abandonaram algum campeonato pela presença de dor ou lesão, 13 (50%) deles afirmaram que nunca desistiram das competições pelo motivo citado e 13 (50%) já abandonaram.

Para a presente pesquisa, as percepções dos participantes trataram das experiências e saberes que são comuns entre eles, em relação aos mecanismos **de enfrentamento da experiência dolorosa durante competição**. O conteúdo das entrevistas, segundo a análise de Minayo (2017), permitiu a construção de três categorias semânticas nomeadas de: Fatores emocionais e a representatividade da dor em atletas de handebol, em competição; Mecanismos de enfrentamento da experiência dolorosa utilizadas por atletas de alto rendimento durante os jogos; e as Consequências da negligência da dor em atletas de handebol.

3.1 Categoria 1: Fatores emocionais e a representatividade da dor em atletas de handebol, em competição

A primeira categoria, “Fatores emocionais e a representatividade da dor em atletas de handebol, em competição”, é formada por fragmentos extraídos das falas de 11 participantes (70%) e discorre sobre as percepções que os atletas de handebol tinham sobre os fatores emocionais quanto ao enfrentamento da dor desencadeada nestes jogadores de alto rendimento durante competição e sua representatividade.

De acordo com O’Connell e Manschereck (2012), a dor e a lesão são para o atleta representantes da perda de sua identidade, pois por vezes focam sua vida unicamente na prática esportiva, e a incapacidade de se manter nestas atividades ou a perda de seu papel na equipe, podem abalá-lo emocionalmente. A dor tem diferentes ontologias, adquirindo significados próprios, uma vez que são influenciados por contextos específicos, como o verificado no esporte, de acordo com as falas dos participantes da pesquisa que referem:

“[...] A dor tem uma grande representatividade, até porque, como atleta, nós temos que superar a dor para poder ter um alto rendimento dentro de quadra. [...] é algo ruim, mas que tem que ser superado para a gente chegar ao nosso limite e conseguir os nossos objetivos dentro da competição”. (Atleta nº 21)

“A dor a meu ver é algo muito ruim que limita meu rendimento e a gente que está no esporte de alto rendimento é como se tivéssemos que estar sempre em quase cem por cento, e com dor, a gente não consegue apresentar o nosso melhor desempenho em quadra”. (Atleta nº 22)

“A dor é representada como algo ruim pois, dependendo da dor ou lesão, pode acabar me deixando fora de jogos e competições”. (Atleta nº 16)

“[...] para um atleta, sentir uma lesão que afete o seu rendimento dentro de quadra, é algo muito ruim, até porque a gente sente muita vontade de jogar e de estar na competição”. (Atleta nº 25)

De acordo com Lurie (2006), os contextos sociais e culturais exercem papel importante na determinação do significado da dor e, assim, esta sensação pode ser tomada pelo indivíduo como um sinal positivo ou rejeitada como um sinal negativo de algo que deveria ser corrigido ou evitado. Nesse sentido, Helman (2009) ratifica a atuação dos significados e sentidos da dor paralelamente às interferências do ambiente no qual a experiência vivida se insere, contribuindo na alteração da percepção da intensidade da dor. A representatividade da dor, por partes dos atletas entrevistados, fica evidenciada quando referem que:

“[...] A dor é o medo de qualquer atleta. Ninguém quer sentir isso, principalmente ao longo de um campeonato que a gente se expõe muito. A dor é sempre nossa inimiga [...]”. (Atleta nº 2)

“A dor e a lesão representam um momento de dificuldade, meio que obrigam o atleta a parar de fazer suas práticas esportivas e passar por um período de recuperação intenso e doloroso”. (Atleta nº 24)

“A dor da lesão, ainda mais para um atleta, é algo muito ruim, porque impossibilita ele de dar o seu melhor dentro de quadra”. (Atleta nº 26)

“É como meu pior inimigo porque me tira a capacidade de realizar as atividades a qual eu me dedico, no esporte principalmente”. (Atleta nº 19)

“[...] A dor é crucial na vida de um atleta, até porque ela serve de alerta também. A pessoa só tem que saber diferenciar quando é uma dor boa ou ruim [...]”. (Atleta nº 8)

De acordo com Moura (2013), a queda do rendimento esportivo causada pela experiência dolorosa não se dá apenas por interferência na dimensão física, mas também cognitiva. Ao analisar as falas e depoimentos dos atletas, é perceptível que o maior desconforto na experiência dolorosa se trata da interferência que a dor gera no rendimento destes indivíduos, e não a sensação dolorosa em si:

“[...] A dor é ruim para mim, pois ela limita meu rendimento [...] a meu ver, a dor e a lesão andam juntas, porque quando qualquer uma das duas acontece, meu rendimento cai [...]”. (Atleta nº 6)

“A dor pode ser algo não desejado quando é uma dor que te restringe de realizar movimentos com a perfeição que você costuma realizar quando está sem dor [...]”. (Atleta nº 8)

“[...] até porque eu estou em constante estado de dor e estou com lesão, então me sinto frustrado, triste, mas tento me concentrar para não deixar cair tanto meu rendimento e não me abalar tanto”. (Atleta nº 5)

“A dor é ruim para mim, pois ela limita meu rendimento, a lesão é mais grave ainda, porque pode tirar o atleta do campeonato”. (Atleta nº 3)

“Hoje como atleta, ela representa uma inimiga, pois é algo que limita a nossa produtividade nas competições”. (Atleta nº 1)

De acordo com Moura (2013), quando a dor física supera as representações de prazer e sua interação com os objetivos contidos na atuação esportiva, surge a representação de limitação, causada principalmente pela incapacidade de manutenção da prática esportiva.

Após observar a representatividade da dor nos atletas, em alguns fragmentos extraídos de suas falas, foi possível identificar alguns fatores emocionais que interferem em suas experiências dolorosas, destacando a ansiedade como disparadora para emoções negativas que desmotivam estes profissionais e interferem em seu rendimento nas competições:

“As minhas emoções influenciam bastante nas minhas dores, principalmente para atletas que têm ansiedade, assim como eu, e dependendo do jogo ou da situação, a gente acaba ficando triste com qualquer coisa, principalmente se for algo que atrapalhe o rendimento”. (Atleta nº 18)

“Acho que depende muito do dia e do momento que a gente está. Quando eu acerto tudo, as emoções estão à flor da pele, fico confiante, motivado e continuo mesmo sentindo dor [...] as emoções me ajudam a tirar o foco daquela dor”. (Atleta nº 8)

“A gente sente vontade de estar numa competição justamente por treinar bastante e estar bem focado, eu sou um atleta que me sinto muito bem jogando, mas se caso eu me machucar e não tiver como eu jogar por causa da lesão, é frustrante”. (Atleta nº 25)

“[...] é diferente quando a gente não está rendendo, é como se a dor fosse maior que o normal”. (Atleta nº 26)

“[...] quando uma lesão ou dor acaba por me impedir de jogar, é horrível, a pessoa fica impossibilitada, fica com a estima baixa, justamente por ver todo seu time jogando e se ajudando e você machucado [...]”. (Atleta nº 10)

“[...] dificilmente eu consigo usar as emoções ao meu favor para diminuir a dor da lesão, acredito que a dor junto com as emoções vão interferir diretamente no meu rendimento. A lesão acarreta uma dificuldade emocional que eu tenho que lidar na hora do jogo e conseqüentemente vai afetar muito meu rendimento”. (Atleta nº 11)

“Quando eu tenho alguma lesão, eu tento me manter positivo, tento continuar jogando e dar meu máximo, mas se eu ver que essa lesão está me impedindo de dar meu máximo na competição, aí eu dou uma desanimada, paro”. (Atleta nº 7)

Wiese (2010) ressalta que a cultura normativa do esporte de rendimento define que o atleta deve ser resistente à dor e se manter atuando mesmo lesionado. Dubois, Gallagher e Lippe (2009) corroboram e enfatizam que os fatores psicológicos agem alterando a percepção dos sujeitos no decorrer da prática esportiva e a motivação reduz a percepção da dor. Por sua vez, a ansiedade age ampliando a intensidade do evento doloroso, podendo interferir no direcionamento das ações e no alcance das metas traçadas pelos atletas quanto à sua atuação durante os jogos.

Nesse contexto, Bussone (2012) e Deus (2009) afirmam que a dor tem como consequência sensações e reações distintas, a depender do sujeito e do momento vivido por ele. Portanto, o estado emocional, a experiência, a atenção e o humor podem modular o limiar de sensação e a experiência da dor vivida, isso fica evidenciado na fala do atleta ao referir que:

“Acredito que as emoções interferem na dor, só que dependendo do contexto, em graus diferentes. Se for no momento do tudo ou nada, eu consigo fazer esse jogo psicológico para me manter firme e conseguir diminuir um pouco a dor [...]”. (Atleta nº 11)

“[...] quando a gente está bem em um jogo e se machuca, a gente não sente tanto, talvez pela adrenalina, sangue quente; a gente acaba não sentindo tanta dor, mas quando já está mal na partida e toma uma pancada, às vezes a gente acaba potencializando essa dor e tendo como mais um motivo de se sentar no banco”. Atleta nº 12

3.2 Categoria 2: Mecanismos de enfrentamento da experiência dolorosa utilizados por atletas de alto rendimento durante os jogos

A segunda categoria, “Mecanismos de enfrentamento da experiência dolorosa utilizados por atletas de alto rendimento durante os jogos”, compreende fragmentos extraídos das falas dos 26 atletas, que foram utilizadas destes 15 trechos (58%) que referem os mecanismos de enfrentamento da experiência dolorosa utilizados pelos atletas de alto

rendimento durante os jogos, destacando as possíveis conquistas que trarão felicidade e satisfação individual, mas também a um time e todos os envolvidos direta ou indiretamente, conforme relatos das seguintes falas:

“Eu uso na competição, a possibilidade de colocação em um pódio como combustível para não desistir. Coloco na minha cabeça que aquilo é momentâneo e que a dor não vai me tirar aquilo que eu lutei e me dediquei para conquistar, então eu coloco a dor de lado e vou para a luta”. (Atleta nº 19)

“Eu faço com que minha força de vontade seja maior que a dor. Sempre que me machuco em quadra, eu coloco na minha cabeça que aquela competição é mais importante para mim e para minha equipe do que aquela dor”. (Atleta nº 20)

“O que me faz permanecer em quadra mesmo no momento de uma lesão é o espírito vitorioso que eu tenho, não gosto de ser derrotado de jeito nenhum, mesmo com lesão e com dor eu estou ali para ajudar minha equipe [...]. Tento esquecer um pouquinho da dor, porque naquele momento eu sei que meus companheiros precisam de mim e eu faço isso por amor, porque eu gosto, por minha família que sempre vai torcer por mim, pela minha equipe, então, tento sempre dar o meu máximo possível, mesmo na dor”. (Atleta nº 22)

“[...] tento fazer com que meu psicológico consiga aguentar aquela dor durante o jogo, tento me manter positivo para não abalar minha equipe”. (Atleta nº 23)

“Eu tento esquecer ao máximo, até porque a gente passa cerca de um ano treinando e se preparando para aquela competição, não é uma dor que eu vou deixar me abalar ou deixar com que ela faça eu perder a competição. Eu penso na minha equipe, que são meus amigos, penso na minha família que deixei em casa, penso em tudo que venho sacrificando, e tento não me abalar e mesmo sentindo dor vou pra cima e não deixo a dor me derrubar”. (Atleta nº 9)

“[...] seguir o foco e pensar sempre no resultado mais positivo, me focar no tanto que nos preparamos para chegar até aquele momento e tentar suportar essa dor da melhor maneira possível para conseguir terminar a partida e conseguir um bom resultado”. (Atleta nº 13)

De acordo com Freire, Pereira e Schilder (1999), no ambiente competitivo, o atleta se vê na necessidade de defender os valores de garra e superação, de maneira a combater a demonstração de desgaste e sofrimento referente à dor física, que tendem a produzir marcas sociais relativas a estereótipos negativos.

Da mesma forma, Le Breton (1999) afirma que o sentimento de responsabilidade profissional tem participação no alívio da dor física. É nesta perspectiva que os atletas

apontam que, mesmo na presença da dor física intensa durante o jogo, estes não desistem da partida pois estão comprometidos com a equipe e por saberem que influenciarão diretamente no resultado final dos campeonatos:

“Eu estava jogando uma competição e eu era um dos principais jogadores naquele momento, meio que responsável por fazer o time render. Tive uma lesão no tornozelo que facilmente teria tirado qualquer atleta do jogo, mas como eu estava me sentindo motivado e bem, eu permaneci no jogo e no campeonato[...] depende muito do psicológico do atleta”. (Atleta nº 22)

“A decisão cabível quando eu sinto alguma dor, para mim, é sempre permanecer na competição. Eu penso que eu não posso decepcionar o treinador e a minha equipe que depositaram sua confiança em mim”. (Atleta nº 26)

“[...] tento dar meu melhor mesmo machucado, tento não pensar muito na lesão, tento jogar e dar o meu melhor e pensar positivo para aguentar aquela dor até o fim da competição”. (Atleta nº 14)

“[...]Eu só saio de quadra se a lesão for muito grave, onde eu ver que não dá mais para mim, quando o meu corpo não sustentar mais”. (Atleta nº 2)

“O que me faz permanecer em quadra é a importância que eu sei que tenho para minha equipe [...]”. (Atleta nº 3)

Mesmo na presença da dor intensa, os atletas são persistentes e utilizam mecanismos de enfrentamento para o alívio do desconforto gerado pela lesão. O mecanismo mais usado pelos jogadores é a negação da dor, evidenciado nas falas seguintes:

“Eu tento o máximo desfocar da dor e tentar ajudar o meu time que no momento é a prioridade e assim eu vou conseguindo anular aquela dor onde eu sei que aquilo é passageiro”. (Atleta nº 2)

“Eu tento não me concentrar na dor [...] que essa dor não pode me tirar daquela competição”. (Atleta 1)

“[...] minha forma de enfrentar a dor é tentar me manter motivado, pensamento positivo [...] é como se a pessoa treinasse psicologicamente para ter a cabeça focada no objetivo e não na dor [...]”. (Atleta nº 5)

“Geralmente quando me machuco na competição, eu busco continuar no jogo e só me preocupar após a competição. Mesmo com dor, eu busco permanecer jogando, mesmo dentro da minha limitação”. (Atleta nº 8)

“Tento ignorar a dor visando o bem da minha equipe, e de um jeito ou de outro, continuar suportando”. (Atleta nº 16)

“[...]mesmo sentindo dor, às vezes é necessário aguentar e dar o nosso melhor em quadra [...]”. (Atleta nº 18)

Dunn e Horgas (2004) dizem que aspectos como a negação, a distração ou a reinterpretção da experiência dolorosa servem como estratégias comportamentais de enfrentamento da dor, é como se o atleta organizasse uma espécie de fila de prioridade, observando as falas e colocações. De acordo com Moura (2013), percebe-se que neste conflito de reações corporais e desejos não estão presentes apenas os aspectos físicos e emocionais momentâneos, mas também o produto de uma construção histórica, baseado no esforço dos treinamentos e nas dificuldades superadas anteriormente.

É notável que a dor e a lesão são minimizadas pelos atletas durante os jogos, ou seja, a relação afetiva desenvolvida com a equipe, a responsabilidade que assumem no time, o tempo de preparação e treinamento anterior ao campeonato, a importância do campeonato, e até mesmo a presença e expectativas dos familiares em toda a preparação e disputas envolvendo seus entes queridos, são mais importantes que a própria dor sentida por estes atletas de alto rendimento de handebol.

“[...] naquele momento eu sei que meus companheiros precisam de mim e eu faço isso por amor, porque eu gosto, por minha família que sempre vai torcer por mim, pela minha equipe. Então, tento sempre dar o meu máximo possível, mesmo na dor”. (Atleta nº 22)

“[...] meu foco é na equipe e nos objetivos da equipe, penso sempre na minha família e em todas as dificuldades que enfrentei para chegar até aquele momento na competição, tento manter meu rendimento”. (Atleta nº 24)

“Eu, primeiramente, penso no processo que foi levado no decorrer de antes da competição, tudo que enfrentei, treinei, tudo o que fiz para poder estar na competição. Então, isso tudo é minha primeira motivação, e em segundo lugar é saber que o time também precisa de mim e eu não abandonaria minha equipe; é algo mais pelo conjunto, pelo time e pelo processo de preparação [...]”. (Atleta nº 17)

Wood (2003) afirma que essa supressão superior à sensação da dor é provavelmente mediada a partir do córtex cerebral, através do sistema límbico para os sistemas descendentes de controle da dor. Lopes (2009) realizou um estudo nos Jogos Pan Americanos de 2007, no Rio de Janeiro, e identificou que aproximadamente 22,1% da delegação de atletas brasileiros participaram da competição lesionados. Reforçando o assunto, Tesarz (2012) afirma que

atletas apresentam maior tolerância à dor do que os não atletas, como consequência da resistência física e psicológica (capacidade de enfrentamento) adquirida pela grande exposição ao esforço e a experiências dolorosas.

3.3 Categoria 3: Consequências da negligência da dor em atletas de handebol

A terceira categoria, “Consequências da negligência da dor em atletas de handebol”, compreende fragmentos extraídos das falas dos 26 atletas, das quais foram utilizadas para essa construção somente 11 delas, o equivalente a 40% dos participantes da pesquisa. Essa categoria evidenciou que os atletas vivem em constante estado de dor e, muitas vezes, em estado de negação da dor, sendo necessário analisar as possíveis consequências da negligência da dor, pois o esporte de alto rendimento tem como objetivo extrair a melhor performance desses indivíduos, firmando-se como um espaço de realização e confirmação das competências pessoais e sociais.

O atleta identificado na figura do “atleta-herói” busca potencializar seu corpo a qualquer custo em prol do rendimento e, com isso, aproxima-se das possibilidades de se lesionar e ter dor. Nesse contexto, é comum encontrar atletas que treinam e competem lesionados e em constante estado de dor, alguns afirmam que, mesmo em constante sofrimento físico pela lesão, externam o sentimento de que ao darem atenção à sua dor, cuidado esperado para a manutenção da integridade corporal pela maioria das pessoas, significará para estes desistência ou fraqueza na devida situação, como afirmam alguns:

“[...] eu só saio de quadra quando é impossível continuar mesmo, no caso de quebrar alguma coisa e não conseguir sequer andar. Só desisto nos últimos dos últimos dos casos mesmo, e literalmente, a dor não me faz sair de quadra [...]. Quando eu estou dentro de quadra, a dor é igual a nada [...]”. (Atleta nº 4)

“[...] é difícil eu deixar alguma coisa me abalar. Para eu sair de quadra, só se realmente for alguma lesão muito forte mesmo, que cause muita dor. Eu dou meu máximo, eu tento, faço o que for preciso. Não é qualquer coisa que me tira de um campeonato ou de um jogo”. (Atleta nº 9)

“[...]Jeu me considero uma pessoa muito competitiva, então sempre me foco em querer ganhar, e independente de qualquer lesão, eu sempre dou o meu máximo para permanecer em quadra [...]” (Atleta nº 5)

Adedoyin, Johnson (2012) e Peterson (2002) afirmam que o fato de não considerar o risco à manutenção da integridade física do atleta amplia o dano já existente, ou causa falha

na execução dos gestos técnicos, podendo gerar novas lesões. Medeiros (2016) complementa e afirma que não é possível reduzir este cenário a mero problema físico ou orgânico, descartando a subjetividade inerente à dor.

Os atletas não só entendem, como também afirmam que o ato de negligenciar a dor é algo perigoso, quando relatam que:

“Nós do esporte de alto rendimento, principalmente o handebol, essa vontade de vencer, de estar sempre participando e não sair, faz com que a gente acabe negligenciando algumas dores leves que podem acabar chegando a uma lesão mais séria. Acredito que o certo seja olhar com atenção para toda dor, porque pode se agravar e chegar ao nível que você não consiga mais praticar com eficiência, o seu esporte”. (Atleta nº 11)

“A negligência da dor é muito ruim, porque durante a competição a gente não pensa, a gente só quer jogar, dar resultado. O fato de ignorar a dor vai fazer a pessoa se prejudicar no futuro, até mesmo romper algo e se lesionar”. (Atleta 21)

“ A maioria de nós, atletas, acabam negligenciando a dor, a gente tem a mania de pensar que é de ferro, então as vezes temos uma lesão simples, optamos por não tratar para continuar jogando, é algo que se agrava [...]”. (Atleta nº 1)

Moura (2013) diz que a tentativa de alcançar o máximo de desempenho obriga o atleta a atuar sobre a linha tênue que difere a dor originada pela fadiga e a dor originada pela lesão. Sob a ótica do atleta, o melhor condicionamento físico traria a diminuição da intensidade e da frequência de ocorrência da dor. No entanto, é perigoso acreditar que toda dor sofrida recai sob esta perspectiva, pois a dor mal compreendida naquele momento pode gerar uma lesão que o impeça de se manter na competição. Esse fato é confirmado nos depoimentos de alguns atletas de handebol:

“Com certeza isso vai causar danos no futuro. A gente que joga em alto rendimento, sempre estamos jogando com dores, e isso vai desgastando, desgastando, até que pode chegar a um ponto de se lesionar de vez e acabar não conseguindo mais fazer o que a gente gosta, que é jogar!”. (Atleta 22)

“Eu acho que, ao sentir qualquer dor, é importante dar atenção e procurar tratamento, porque as consequências são muito dolorosas, sou prova viva disso, a negligência da dor custa caro”. (Atleta nº 9)

“Acho que daqui a um tempo, os resultados dessa negligência da dor podem ser frustrantes. Aquela dor que você tanto ignora pode acabar se tornando algo mais grave, por exemplo, em competição que a gente

acaba se machucando nos primeiros jogos, daí acaba se esforçando e querendo jogar, e isso pode acabar causando uma lesão bem mais séria do que se você tivesse parado”. (Atleta nº 17)

Souza (2009) diz que durante um evento importante em sua carreira, o atleta pode se lesionar na execução de uma atividade, sem, no entanto, perceber a dor. Havendo, nesse caso, aumento nos limiares de percepção e tolerância à dor. Embora casos esportivos de lesão ocorrida durante a competição com percepção tardia da dor possam ser citados, a justificativa neurofisiológica dessa inibição nas vias de dor permanece desconhecida. Um dos mecanismos indiretamente envolvidos, no contexto competitivo, é a analgesia induzida pelo estresse, pela ação do eixo hipotálamo-hipofisário liberando cortisol e adrenalina ou, ainda, pelo componente psicológico no controle da dor.

De acordo com os relatos dos entrevistados, é possível verificar que estes sabem das repercussões que a negligência da dor pode ocasionar à sua saúde quando ocorrem, como também gerar consequências a médio e a longo prazo:

“Para quem joga handebol no alto rendimento e permanece jogando, mesmo com dor, não é uma coisa tão legal! Muitas vezes, a pessoa pode acabar se machucando grave e pode até mesmo causar uma aposentadoria precoce”. (Atleta nº 25)

“O fato de ignorar a dor, na hora do jogo, pode afetar o atleta no futuro, porque geralmente o atleta não liga para a dor de imediato, mas pode se prejudicar com lesões no futuro”. (Atleta 26)

“[...]no alto rendimento, em que a gente vai desgastando e levando o nosso corpo ao limite, mesmo com lesões, cirurgias e complicações, continuamos treinando até mesmo sabendo que no futuro isso poderá trazer muitos malefícios para a gente”. (Atleta nº 12)

Após análise das falas, é possível observar que poucos atletas se preocupam com sua própria integridade física durante os jogos. Porém, a maioria sabe e teme que a lesão possa se agravar e atrapalhar sua carreira, as consequências dessa negligência à dor, caracterizada como alerta da ocorrência das lesões, promovem o desrespeito aos limites do corpo. No entanto, esse cenário de constante convivência com a dor coloca a integridade do atleta em risco, pois de acordo com Adedoyin e Johson (2012), os atletas não dão importância a lesões menores, realizando o tratamento inadequado por si mesmo, o que pode levar ao agravamento do dano físico.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante dos resultados apresentados, o estudo evidenciou que as experiências dolorosas vivenciadas pelos atletas, como também a capacidade de enfrentamento da dor, são resultados de uma ampla complexidade de fatores intrínsecos da prática esportiva e da visão do atleta e dos fatores extrínsecos de toda uma vivência na construção de valores, costumes e comportamentos.

Conclui-se que os atletas interpretam a dor da lesão como algo prejudicial e indesejado, porém reconhecem que ao se sujeitarem a viver como profissionais de alto rendimento de handebol, em particular, que é um esporte de contato autorizado com alto grau de incidência de lesões traumato-ortopédicas, é necessário que o atleta desenvolva uma convivência pacífica com a dor, além de compreender que o desconforto vai sempre estar presente e que é essencial a reinterpretação da dor, pois ela adquire significados próprios de acordo com a subjetividade pessoal do atleta.

Racionalmente, a integridade física do atleta deve ser a prioridade, porém, no momento dos jogos, a emoção atua como um processo que desencadeia mais motivação e o desejo por rendimento melhor assume uma maior representatividade e importância e isso se deve ao fato de atletas serem mais resistentes à dor do que pessoas não atletas e a capacidade de enfrentamento da dor. A capacidade de lidar com a dor física e psicológica passa a ser uma construção do próprio atleta a partir de experiências dolorosas vividas por este, em momentos decisivos de sua vida.

Esse mecanismo de supressão dos sinais dolorosos cria um ambiente perigoso para o atleta, mesmo buscando a melhor performance, rendimento e os melhores resultados, o autocuidado do atleta e a percepção de seus próprios limites não podem ser ignorados. A negligência da dor pode transformar danos teciduais simples em lesões graves, aumentando o tempo de tratamento e, conseqüentemente, o tempo de afastamento das atividades esportivas, ou até mesmo uma aposentadoria precoce.

Espera-se que o estudo possa promover representações exitosas e agregar aos atletas e pessoas envolvidas os conhecimentos que possibilitem o saber da importância da experiência dolorosa bem compreendida, no intuito de autoconhecimento e proteção das estruturas físicas e psíquicas, limites e respeito ao próprio corpo e mente.

REFERÊNCIAS

MEDEIROS, C. Lesão e dor no atleta de alto rendimento: o desafio do trabalho da psicologia do esporte. **Psic. Rev. São Paulo**, São Paulo, v. 25, n. 2, p. 355-370, 2016.

MOURA, Petrucio Venceslau de et al. O significado da dor física na prática do esporte de rendimento. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 35, p. 1005-1019, 2013.

ROCHINSKI, E *et al.* **Lesões No Handebol: Prevalência E Caracterização Em Atletas Participantes Dos Jogos Universitários Brasileiros 2017.**

SANCHES, F. G.; BORIN, S. H. Lesões mais comuns no Handebol. **Anuário de Produção Acadêmica Docente**, v. 2, n. 3, 2008.

SOUZA, J. B. Poderia a Atividade Física Induzir Analgesia em Pacientes com Dor Crônica? **Rev. Bras. Med. Esporte**, Florianópolis, v. 15, n. 2, p. 145-150, mar/abr. 2009.

WOOD, L. fisiologia da dor: fisiologia da dor. In: KITCHEN, Sheila. **Eletroterapia: Prática Baseada em Evidências: eletroterapia**. 11. ed. Barueri SP: Manole, 2003. Cap. 3. p. 75-88.

Como Referenciar este Artigo, conforme ABNT:

SILVA, P. J. P; SILVA, N. M. P; BARBOSA, L. D. C. S; OLIVEIRA, A. L. C. B. Experiência da dor em Atletas de Handebol Durante Competição. **Rev. Saúde em Foco**, Teresina, v. 9, n. 3, art. 1, p. 03-19, set./dez. 2022.

Contribuição dos Autores	P. J. P. Silva	N. M. P. Silva	L. D. C. S. Barbosa	A. L. C. B. Oliveira
1) concepção e planejamento.	X	X	X	
2) análise e interpretação dos dados.	X	X	X	
3) elaboração do rascunho ou na revisão crítica do conteúdo.	X	X	X	X
4) participação na aprovação da versão final do manuscrito.	X	X	X	X