

2025, Vol. 15, e110049

<https://doi.org/10.51995/2237-3373.v15i3e110049>

Gestão de carreira no esporte: estratégias e desafios dos atletas de futebol no caminho para a aposentadoria

Career management in sport: footballers' strategies and challenges on the road to retirement

Gestión de la carrera profesional en el deporte: estrategias y retos de los futbolistas en el camino hacia la jubilación

Daniel Marangon Duffles Teixeira

Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais, Brasil – profdanielpucminas@gmail.com

Ricardo César Alves

Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais, Brasil – rialves@pucminas.br

Resumo

O objetivo desta pesquisa era compreender como atletas gerenciam o processo de transição de carreira para a aposentadoria e ainda, quais os desafios percebidos neste processo, bem como as estratégias utilizadas neste processo. Utilizando a metodologia de entrevistas e análise de conteúdo, o estudo fornece insights sobre os desafios enfrentados pelos jogadores durante esta fase e as estratégias adotadas para se preparar para a aposentadoria. Os principais temas que emergem deste trabalho incluem a necessidade de planejamento financeiro, a busca por uma nova identidade após o futebol e os desafios psicológicos associados à aposentadoria do esporte de alto rendimento. Como estratégias utilizadas, surgem as imersões em processos de educação para novas funções e investimentos variados para suprir possíveis necessidades financeiras com o fim da carreira. Por fim, destaca-se a necessidade do processo de educação corporativa e da formação continuada por parte dos atletas na preparação para o pós-carreira no futebol.

Palavras-chave: Gestão esportiva; Carreira profissional; Educação; Atleta; Futebol.

Abstract

The aim of this research was to understand how athletes manage the process of career transition to retirement and also what challenges they perceive in this process, as well as the strategies used in this process. Using the methodology of interviews and content analysis, the study provides insights into the challenges faced by players during this phase and the strategies adopted to prepare for retirement. The main themes that emerge from this work include the need for financial planning, the search for a new identity after football and the psychological challenges associated with retirement from high-performance sport. Strategies used include immersion in education processes for new roles and various investments to meet possible financial needs at the end of their careers. Finally, the need for corporate education and continuing training for athletes in preparation for their post-career in football is emphasised.

Keywords: Sports management; Professional career; Education; Athlete; Football.

Resumen

El objetivo de esta investigación era comprender cómo gestionan los deportistas el proceso de transición de su carrera a la jubilación y también qué retos perciben en este proceso, así como las estrategias utilizadas en el mismo. Utilizando la metodología de entrevistas y análisis de contenido, el estudio proporciona información sobre los retos a los que se enfrentan los jugadores durante esta fase y las estrategias adoptadas para prepararse para la jubilación. Los principales temas que surgen de este trabajo incluyen la necesidad de planificación financiera, la búsqueda de una nueva identidad después del fútbol y los retos psicológicos asociados a la retirada del deporte de alto rendimiento. Las estrategias utilizadas incluyen la inmersión en procesos de educación para nuevas funciones y diversas inversiones para hacer frente a posibles necesidades financieras al final de sus carreras. Por último, se hace hincapié en la necesidad de la educación corporativa y la formación continua de los deportistas como preparación para su carrera posterior al fútbol.

Palabras clave: Gestión deportiva; Carrera profesional; Educación; Deportista; Fútbol.



1- INTRODUÇÃO

Ao longo das décadas, o futebol tornou-se não apenas uma atividade recreativa, mas uma carreira profissional altamente competitiva e lucrativa para muitos. A vida de um atleta de futebol é marcada por treinamentos intensos, competições acirradas, deslocamentos constantes, além de uma ampla exposição midiática. Contudo, por trás dos holofotes e dos gramados bem cuidados, há um aspecto da carreira desses atletas que nem sempre é abordado com a atenção devida: a aposentadoria (Mósca e Kurtz, 2018; Savickas e Porfeli, 2012).

Diferentemente de outras profissões, um jogador de futebol tem um ciclo profissional notadamente curto. O auge físico e técnico ocorre, em geral, nas décadas de 20 e 30, e a aposentadoria do esporte, em sua maioria das vezes, ocorre antes dos 40 anos (Nakata, 2014). Este cenário levanta uma questão fundamental: como os atletas se preparam para o "apito final" de suas carreiras?

A relevância do planejamento para a aposentadoria do atleta de futebol não se limita apenas ao aspecto financeiro. Envolve também desafios emocionais, psicológicos e sociais. A transição de uma rotina estruturada e de constante visibilidade para uma vida fora dos gramados pode ser complexa e, em alguns casos, traumática (Knights, Sherry & Ruddock-Hudson, 2016). Por isso, entender as estratégias adotadas por estes profissionais e identificar os desafios enfrentados torna-se imperativo, tanto para os atletas em atividade quanto para aqueles que os orientam e apoiam.

Existem na literatura várias contribuições importantes que podem potencializar uma análise sobre as estratégias e desafios que envolvem a transição de carreira do atleta, bem como de vários outros tipos de profissionais que, apesar de não ser alvo específico desta pesquisa, passam pelo processo de aposentadoria e deixam bons legados e aprendizados (Dias e Hanashiro, 2023).

De acordo com Brandao, 2004, o universo esportivo, particularmente o do futebol, sempre foi reconhecido como um palco de emoções intensas, onde talentos individuais e trabalho em equipe convergem para criar momentos inesquecíveis para milhões de fãs. Contudo, por trás das paixões despertadas e dos feitos atléticos, há uma complexa teia de processos organizacionais e desafios individuais que determinam a trajetória de sucesso tanto das entidades esportivas quanto dos atletas (Agresta, Brandão, & Barros Neto, 2008; Brandão, 2004).

A profissionalização das organizações esportivas tornou-se uma necessidade imperativa no cenário global atual. Uma gestão profissional pode não apenas elevar o desempenho e competitividade esportiva, mas também assegurar a sustentabilidade financeira e a integridade do esporte. A adoção de práticas gerenciais robustas e transparentes pode garantir que talentos sejam adequadamente nutridos e que o esporte, como um todo, prospere e cresça. E este processo de profissionalização das organizações pode favorecer a melhor gestão da carreira e das transições que atleta profissional precisa passar (Alves, Gomes e Teixeira, 2024).

Em paralelo, a carreira do atleta profissional de futebol é uma jornada repleta de nuances. Desde a descoberta e o desenvolvimento de jovens talentos até o ápice de sua performance nos grandes palcos, cada fase exige dedicação, treinamento e apoio. No entanto, uma das fases menos discutidas, mas igualmente crítica, é o processo de aposentadoria do atleta. Esta transição, muitas vezes marcada por desafios físicos, psicológicos e financeiros, necessita de atenção especial para garantir que os atletas, que dedicaram grande parte de suas vidas ao esporte, possam encontrar propósito e direção em sua vida pós-futebol (Alves, Gomes e Teixeira, 2024).

Portanto, o propósito deste trabalho é lançar luz sobre os principais desafios que os atletas profissionais de futebol enfrentam em seu processo de transição para a aposentadoria. Busca-se fornecer insights que permitam uma compreensão mais aprofundada da transição da carreira no mundo do futebol e destacar a importância de estratégias bem articuladas para apoiar os principais atores deste cenário: os atletas.

Assim, o problema desta pesquisa é refletido pela seguinte pergunta: Quais são os principais desafios dos atletas profissionais de futebol em seu processo de transição para a aposentadoria? O objetivo central deste trabalho é identificar e compreender os principais desafios enfrentados por

atletas profissionais de alto desempenho nos mercados brasileiro, português e espanhol durante seu processo de transição para a aposentadoria.

2- MÉTODO

Trata-se de um trabalho qualitativo com uma abordagem descritiva para a coleta e análise de dados. O escopo inclui a investigação junto a clubes, federações, confederações e intermediários de atletas, além de associações ou sindicatos que os representam. Adota uma metodologia exploratória-descritiva, possibilitando uma ampla coleta de informações e uma investigação minuciosa. Essa abordagem permite uma análise detalhada e extensiva, focando nos fenômenos mais significativos e gerando resultados alinhados com os objetivos da pesquisa (Marconi e Lakatos, 2016).

Os dados foram coletados por meio de entrevistas semiestruturadas, cujo roteiro foi desenvolvido com base em revisão bibliográfica e nos objetivos do estudo. Para a coleta de dados, foram selecionados participantes através de critérios estabelecidos para garantir a confiabilidade dos dados coletados. Estes critérios incluíram: (1) identificação de atletas e ex-atletas que atuaram em clubes de primeira divisão no Brasil, Portugal e Espanha; (2) seleção de atletas com no máximo 05 anos de pós-carreira e atletas em atividade com idade superior a 30 anos; (3) inclusão de clubes de primeira divisão dos mercados mencionados; (4) abordagem de federações e confederações relevantes; (5) inclusão de intermediários de atletas com atuação nesses clubes.

Os 24 entrevistados deste projeto foram assim distribuídos: (12) jogadores e ex-jogadores; (04) clubes de futebol; (04) intermediários de futebol; (02) federações (02) patrocinadores. Foram 10 entrevistas no Brasil, 08 entrevistas em Portugal e 06 na Espanha. Por acordo de confidencialidade na pesquisa, não foram identificados os atores entrevistados em cada país para evitar possível rastreamento, bem como não serão mencionados nenhum tipo de informação que permita indução de qualquer dos atores.

A análise das entrevistas foi realizada seguindo as diretrizes de Bardin (2008), que ressalta a análise de conteúdo como o método apropriado para analisar comunicação, em vez de comportamentos ou objetos físicos.

3- REFERENCIAL TEÓRICO

No estudo dos desafios inerentes à gestão da transição de carreira, é indispensável recorrer a teorias consolidadas que nos fornecem um panorama abrangente sobre o desenvolvimento profissional e as dinâmicas individuais ao longo do ciclo de vida.

2.1. Abordagens teóricas de suporte a gestão da carreira

A transição de carreira é um fenômeno que exige uma análise detida sob a perspectiva de diversas teorias do desenvolvimento profissional para compreender de maneira integral as dinâmicas individuais que se manifestam ao longo do ciclo de vida ocupacional. Neste estudo, recorre-se a um *corpus* teórico consolidado, para elucidar os desafios enfrentados na gestão das transições de carreira (George, Wittman, & Rockmann, 2022).

Segundo a Teoria da Continuidade de Atchley, os indivíduos são inclinados a manter padrões de comportamento e identidade consistentes ao longo da vida (Atchley, 1989). Tal compreensão é imperativa para discernir a resistência ou relutância que alguns indivíduos demonstram ao se depararem com mudanças significativas no percurso profissional, sugerindo um impulso subjacente para a preservação da continuidade nas suas identidades e papéis sociais, como apontado por Dias e Hanashiro (2023).

Paralelamente, a Teoria Tipológica de Holland contribui para a análise de transição de carreira ao sublinhar que as predisposições e traços de personalidade influenciam a direção para campos profissionais específicos. Ao se considerar transições, torna-se fundamental levar em conta a congruência entre a personalidade do sujeito e o novo ambiente ou papel profissional, conforme elucidado por Dias e Hanashiro (2023).

De maneira complementar, a Teoria do Desenvolvimento de Carreira de Super posiciona as transições de carreira como eventos que estão intrinsecamente ligados a uma série de estágios evolutivos da vida de um indivíduo, destacando a importância de situar estes desafios dentro de um



contexto mais amplo de desenvolvimento vocacional, como observado por George, Wittman e Rockmann (2022).

Adiciona-se a este panorama a Teoria da Identidade de Carreira de Savickas, que enfatiza a importância da narrativa pessoal e da construção contínua da identidade de carreira através das experiências de vida, sugerindo que a carreira é parte integrante da história de vida do indivíduo (Savickas & Porfeli, 2012).

Por fim, a Teoria da Perspectiva de Vida de Carreira de Levinson nos oferece uma lente que permite entender as transições de carreira como elementos constitutivos de uma sequência de fases e tarefas de desenvolvimento ao longo da vida, cada qual apresentando seus próprios desafios e oportunidades (Dias e Hanashiro, 2023).

A integração destas teorias propicia uma compreensão multidimensional dos desafios enfrentados durante as transições de carreira, o que é essencial para a formulação de abordagens mais informadas e eficazes. Tal abordagem não apenas fomenta uma compreensão enriquecedora das necessidades individuais, mas também facilita o desenvolvimento de intervenções que auxiliem os indivíduos a navegar por estes períodos críticos de mudança com maior eficácia e empatia. Em continuidade a este recorte teórico, é imperativo se apropriar de produções anteriores para fundamentar melhor novos estudos que contribuam com a transição de carreira de atletas profissionais de futebol.

2.2. Abordagens teóricas de suporte a gestão da carreira

A carreira de um atleta profissional de futebol é marcada por um caminho repleto de desafios, triunfos e, em muitos casos, uma dose de glamour. No entanto, o percurso até o estrelato é complexo e exige não só talento, mas também dedicação, resiliência e planejamento. De acordo com Nakata (2014), a carreira no esporte possui etapas e fases, com períodos de transição, definidos como: a transição do esporte infantil para o juvenil, seguida da passagem para o Junior e, finalmente, para o adulto; a mudança do esporte amador para o profissional e a transição para o término da carreira esportiva. As etapas trazem necessidade de mudança de comportamento e formas de atuação.

O início da jornada geralmente se dá ainda na infância, muitas vezes nas escolinhas de futebol ou nas categorias de base de clubes. Nesse estágio o jovem jogador aprende não apenas as habilidades técnicas, mas também começa a lidar com a pressão e a competição acirrada. O processo de transição para o profissional é um momento crítico, onde muitos talentos acabam ficando pelo caminho, seja por falta de oportunidades, lesões ou dificuldades de adaptação (Agresta, Brandão & Barros Neto, 2008).

Para aqueles que conseguem chegar ao profissional, uma nova realidade se impõe. A rotina torna-se intensa, treinamentos rigorosos, jogos frequentes e, em muitos casos, viagens constantes. A capacidade de gerenciar a própria saúde física e mental torna-se fundamental. Lesões são uma ameaça constante e podem comprometer temporária ou permanentemente a carreira de um jogador (Nakata, 2014).

De acordo com Brandão (2004), o auge da carreira é muitas vezes caracterizado pela atuação em grandes clubes e pela convocação para a seleção nacional. No entanto, manter-se no topo exige uma dedicação contínua. O atleta precisa cuidar não só do condicionamento físico, mas também da sua técnica e tática de jogo. A longevidade na carreira profissional de um jogador de futebol é uma conquista que exige planejamento, adaptação e, frequentemente, a reinvenção do próprio estilo de jogo.

A vida de um atleta de futebol não termina quando ele sai do campo. O planejamento para a aposentadoria e a transição para uma vida pós-carreira são aspectos cruciais muitas vezes negligenciados. Alguns encontram seu caminho em áreas relacionadas ao esporte, como treinamento, comentarista esportivo ou gestão. Outros empreendem em negócios fora do esporte ou dedicam-se a causas sociais (Knights, Sherry, & Ruddock-Hudson, 2016).

2.3. Abordagens teóricas de suporte a gestão da carreira

A carreira de um atleta profissional é frequentemente marcada por momentos de glória, mas um dos capítulos mais desafiadores se inicia com o processo de aposentadoria. Essa transição pode

ser complexa e repleta de obstáculos, emocionais e práticos.

É importante destacar a questão da identidade. Durante anos, o atleta constrói sua identidade em torno do esporte. Jogar futebol não é apenas uma profissão, mas a essência da própria existência. Portanto, ao pendurar as chuteiras, muitos enfrentam uma crise de identidade. A pergunta "Quem sou eu, se não sou mais um atleta profissional?" pode ser perturbadora e difícil de responder (Knights, Sherry, & Ruddock-Hudson, 2016).

De acordo com Martin, Fogarty & Albion, (2014), há também desafios financeiros. Embora alguns consigam acumular uma boa reserva financeira durante seus anos de atividade, muitos não estão preparados para a gestão do seu patrimônio. A falta de planejamento financeiro pode levar a dificuldades econômicas, especialmente considerando que a carreira esportiva tende a ser curta e o pico de ganhos ocorre em uma idade relativamente jovem (Teixeira, Rijo, & Sesinando 2022).

Outro aspecto relevante é a saúde física e mental. A aposentadoria pode trazer consigo o peso das lesões acumuladas ao longo dos anos, exigindo uma atenção contínua à saúde. Do ponto de vista psicológico, a perda da rotina estruturada, dos camarotes e do apoio contínuo de uma equipe pode levar a sentimentos de isolamento, depressão ou perda de propósito (De Vos, Jacobs & Verbruggen, 2021; Brandão, 2004).

Por isso, é essencial que o atleta comece a preparar-se bem antes de se aposentar. Isso pode incluir a busca por educação e formação em áreas de interesse fora do esporte, o estabelecimento de uma rede de contatos profissionais diversificada e o planejamento financeiro estratégico. Além disso, é importante que o atleta busque apoio psicológico para lidar com as mudanças emocionais e identitárias que acompanham esse período (Alfermann, Stambulova, & Zemaityte, 2004).

O esporte, muitas vezes, proporciona habilidades transferíveis, valiosas em outras carreiras, como trabalho em equipe, disciplina e capacidade de lidar com pressão. Reconhecer e capitalizar essas habilidades pode abrir novos caminhos para os atletas.

4- RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados foram organizados a partir das percepções dos atores sobre os desafios percebidos pelos atletas no processo de transição da carreira do atleta profissional de futebol para sua aposentadoria e das estratégias utilizadas pelos atletas e outros stakeholders para reduzir os percalços no processo de transição. Na análise, partiu-se das categorias e subcategorias que foram desenvolvidas a partir do referencial teórico e ainda, da leitura flutuante dos dados conforme orientações de Bardin (2008).

Categoria 1 – Preparação para a transição da carreira

Um dos momentos mais decisivos na carreira de um futebolista profissional é identificar o momento ideal para encerrar sua atividade no campo. Manter-se em alta performance pode gerar maior impacto e facilitar a transição para outras áreas. Contudo, é uma decisão complexa para o atleta que ainda alcança bons resultados. Conforme descrito por Alfermann, Stambulova e Zemaityte (2004), a ideia de aposentadoria se liga a conceitos de retraimento e inatividade. Portanto, é crucial entender as consequências dessa escolha e seus efeitos sobre familiares, agentes, clubes e demais envolvidos.

"A aposentadoria é inevitável para todos. A minha ainda está por vir, apesar de alguns já terem me aposentado 'risos'. Continuo jogando, mas estou mentalmente preparado para quando parar. Prefiro uma vida discreta e parar me permitirá desfrutá-la mais. Mas vejo muitos jogadores e ex-jogadores que não compreendem isso. Eles ficam perdidos sem a atenção da mídia e do público. Isso não me preocupa." (E01 – Jogador de futebol)

"Adoro discutir essas questões. Planejo me aposentar em breve e estou me preparando intensamente. Estou animado para assumir novas funções, mas quero continuar próximo ao futebol. Com minha experiência, acredito que posso contribuir muito após a aposentadoria. E isso está próximo... risos." (E03 – Jogador de futebol)



Muitos atletas se preparam ou se prepararam para essa transição, mas geralmente essa iniciativa parte do próprio atleta. No Brasil, o assunto muitas vezes não é bem acolhido nos clubes, pois entendem não ser sua responsabilidade. No entanto, na Espanha e em Portugal, o planejamento de carreira é considerado relevante.

"Não vejo que os clubes tenham responsabilidade nisso. Podemos conversar, mas não somos donos dos atletas. Eles podem ficar aqui por três meses ou dez anos. Claro, temos um carinho especial por aqueles que fazem história conosco. Mas a maioria passa pouco tempo e não se preocupa com nossos problemas. Além disso, qualquer erro da nossa parte acaba em processo judicial." (E11 – Clube de futebol)

"Sempre tratamos nossos atletas como ativos importantes que precisam de cuidado constante. Desde a base, enfatizamos a importância dos estudos e do planejamento de carreira. Não podemos absorver todos quando param de jogar, mas acreditamos que nossa contribuição é vital para apoiá-los na transição." (E12 – Clube de futebol)

"Nosso clube sempre valorizou questões sociais. Somos um dos poucos na Espanha com um departamento dedicado a atividades sociais, trabalhando com visão de longo prazo. Com a implementação do ESG, entendemos a necessidade de agir conforme nossos princípios. Por isso, orientamos nossos atletas a buscar educação em diversas áreas, especialmente na preparação para a vida após a carreira. Desde 2018, temos parcerias com universidades para garantir uma formação sólida a eles." (E13 – Clube de futebol)

A transição de carreira é, portanto, um fenômeno multifacetado que abrange mais do que a busca por novas ocupações; é uma redefinição do eu, uma transformação da autoimagem que era, até então, atrelada quase que exclusivamente ao desempenho atlético. A preparação para essa transição não se limita ao desenvolvimento de habilidades para outras profissões, mas também envolve a construção de uma nova rede de significados para a vida pessoal e profissional do atleta após o esporte.

Os relatos dos jogadores refletem diferentes graus de consciência e preparação. Alguns parecem prontos para abraçar as mudanças com entusiasmo e planos bem delineados, outros podem se sentir desorientados diante da grande questão: "Quem sou eu sem o futebol?". Essa dualidade entre antecipação e hesitação destaca a importância de um suporte sistemático e estruturado por parte das entidades esportivas.

Os clubes, por sua vez, demonstram abordagens diversas. Há aqueles que consideram a transição de carreira uma responsabilidade exclusiva do atleta, enquanto outros tomam a frente, proporcionando ferramentas e oportunidades para que os jogadores se preparem para o futuro. A atuação proativa de alguns clubes europeus exemplifica uma tendência crescente em direção à responsabilidade social corporativa, onde a atenção ao bem-estar dos atletas se estende além dos gramados.

É fundamental cultivar um diálogo aberto sobre este tema, não apenas dentro dos clubes, mas também no cenário esportivo global. A transição de carreira não deve ser um tabu, mas um processo planejado e integrado ao desenvolvimento contínuo do atleta. Isso não apenas beneficiará os indivíduos diretamente envolvidos, mas também elevará o padrão de gestão e contribuirá para a sustentabilidade e o legado positivo do esporte.

Categoria 2 – Os desafios da transição de carreira

A transição de carreira para um atleta profissional é, sem dúvida, um dos períodos mais desafiadores de sua trajetória. Para muitos, a questão não é apenas quando deixar a carreira, mas sobre como fazer isso da melhor forma. A alta performance no auge da carreira pode mascarar a necessidade de um planejamento para o pós-carreira, fazendo com que a decisão de se aposentar seja ainda mais complexa e emocional.

De acordo com Savickas e Porfeli (2012), a aposentadoria carrega consigo duas ideias fundamentais. A primeira liga-se ao ato de retirar-se para o espaço privado, e a segunda é associada à inatividade laboral. Ambas as noções destacam os desafios psicológicos e sociais da transição.

Como expresso nos depoimentos dos jogadores:

“A transição da carreira no futebol é um momento de grandes desafios, sem dúvida. Um dos maiores é, claro, o aspecto emocional. O futebol não é apenas um emprego para nós, é uma paixão, um estilo de vida. Então, pensar em se afastar dos gramados, dos holofotes e da adrenalina dos jogos, é algo complexo. Além disso, há o desafio financeiro. Muitos atletas não estão preparados para a queda na renda após a aposentadoria.” (E08 – jogador de futebol)

“Quero parar em breve e estou me preparando muito para isto. Acho que vai ser legal enfrentar outras funções, mas quero ficar sempre perto do futebol.” (E03 – Jogador de futebol)

Essas declarações ressoam com as observações de Alfermann, Stambulova e Zemaityte (2004), sobre os desafios da aposentadoria, destacando tanto as perspectivas psicológicas quanto sociais da transição de carreira. Os depoimentos também oferecem insights valiosos sobre as diferentes maneiras pelas quais os atletas lidam com o processo.

O primeiro atleta (E01) reconhece a importância do preparo psicológico para a aposentadoria, indicando uma consciência de que o término da carreira esportiva pode trazer desafios significativos, particularmente na perda de atenção pública e reconhecimento. Essa mudança pode ser difícil para muitos atletas, que por muito tempo estiveram sob os holofotes e de repente se encontram fora desse contexto. A observação de que alguns colegas “ficam malucos” após a aposentadoria ressalta a necessidade de um suporte mais estruturado e preparação para essa transição.

“Mas tem muito jogador aí e alguns que já parou que não conseguem entender isso. Ficam malucos porque ninguém mais procuram eles para entrevista, para bajular. Eu não estou preocupado com isto não.” (E01 – jogador de futebol)

O segundo atleta (E03) expressa uma atitude positiva em relação à aposentadoria, mostrando uma vontade de abraçar novos desafios e permanecer ligado ao mundo do futebol, mesmo que em funções diferentes. Esta abordagem pode facilitar a transição, permitindo que o atleta mantenha uma conexão com a comunidade esportiva e utilize suas experiências anteriores de maneiras novas e significativas.

“Acabei parando no final de 2022 e já estou me organizando para uma atuação fora de campo. Ainda não sei bem se será na parte técnica ou na parte da gestão. Fato é que estou me preparando há bastante tempo.” (E03 – jogador de futebol)

Ambos os depoimentos sublinham a importância do planejamento e preparação para a aposentadoria, seja através de desenvolvimento psicológico ou identificação de novas oportunidades profissionais. Estes insights podem ser extremamente úteis para informar políticas e programas de suporte para atletas em transição, destacando a necessidade de abordagens personalizadas que considerem as diferentes experiências e expectativas dos atletas em relação à aposentadoria. Por fim, o atleta identificado como E10 aponta para necessidade de construção de uma nova identidade para facilitar o acesso às novas funções no mercado.

“Um dos maiores desafios é a identidade. Durante anos, você é conhecido como jogador, como campeão, e isso se torna parte de quem você é. Deixar essa identidade para trás pode ser difícil. Há também o desafio da rotina e da disciplina. Você passa de um ambiente altamente estruturado e competitivo para um cenário onde precisa definir seus próprios objetivos e estrutura.” (E10 – Jogador de futebol)



Os desafios de gerir a transição de carreira recai tanto sobre o atleta quanto sobre os gestores dos seus contratos, o que já constitui um desafio considerável. Alguns atletas enfrentam essa etapa sem suporte algum, enquanto outros contam com o respaldo de seus clubes e federações. No contexto brasileiro, a gestão da carreira ainda é vista, frequentemente, como uma responsabilidade individual do atleta. Contrastando com isso, a abordagem europeia tende a ser mais abrangente e colaborativa, com os clubes assumindo um papel ativo na preparação para a vida após o esporte.

"Eu sinceramente não vejo como responsabilidade do clube... Os jogadores passam rapidamente e me parece que as questões pessoais deles não deveria ser nossa preocupação, a menos que isto implique em algo do nosso futebol." (E11 – Representante de clube de futebol)

Por outro lado, há clubes na Europa que reconhecem a relevância do planejamento cuidadoso. E ainda, vale ressaltar a importância de outros stakeholders como os patrocinadores e agentes de atletas neste processo.

"Vemos o atleta como um elemento valioso do clube... temos um papel significativo em apoiá-los na transição para além dos gramados." (E12 – Representante de clube de futebol)

"O aspecto social sempre foi fundamental para nós... incentivamos nossos jogadores a buscar conhecimento em diversas áreas." (E13 – Representante de clube de futebol)

"Aqui estamos com o ESG - Environmental, social and Governance – implantado faz tempo. Desta forma, posso afirmar que precisamos agir como propomos. Por isto, os nossos atletas são orientados a se educar em todas as áreas possíveis. E uma das mais importantes é a preparação para o processo de transição para o pós-carreira. Por isto adotamos desde 2018 parcerias com universidades para que os nossos atletas estudem nas várias modalidades existentes e tenham uma formação sólida." (E13 – Clube de futebol)

"Certamente, a nossa Federação tem um papel significativo no apoio aos atletas durante a transição de suas carreiras. Reconhecemos que esta é uma fase crítica na vida de qualquer jogador profissional. Um dos principais desafios é a falta de preparação dos atletas para a vida fora dos campos. Muitos dedicam sua vida inteira ao futebol e, quando se deparam com a aposentadoria, sentem-se perdidos." (E21 – Federação de futebol)

Portanto, os obstáculos enfrentados na transição de carreira esportiva ultrapassam a simples decisão de se aposentar. A dinâmica entre os atletas, as organizações esportivas e o ambiente em que estão inseridos é crucial para determinar a complexidade dessa mudança. E enquanto alguns atletas têm ao seu lado uma estrutura de apoio, outros precisam atravessar esse caminho sem orientação, o que pode intensificar os desafios da transição.

Baseando-se nas respostas dos clubes europeus, é evidente que existe uma consciência sobre a responsabilidade social dos clubes no apoio aos atletas profissionais de futebol durante o processo de aposentadoria. Um clube enfatiza a percepção do atleta como um ativo valioso, implicando um investimento que vai além do desempenho esportivo e abrange o bem-estar e o desenvolvimento pessoal do atleta. Isso sugere um compromisso de longo prazo com os atletas, que se estende após a carreira ativa no campo. Além disso, a ênfase no auxílio aos atletas após a carreira indica que esses clubes podem ter estratégias ou programas estabelecidos para facilitar a transição, incluindo aconselhamento financeiro, apoio psicológico e orientação profissional.

Outro clube ressalta a importância da educação holística, incentivando os atletas a desenvolver habilidades e conhecimentos além do futebol. Isso pode abranger desde educação formal até habilidades de vida e formação financeira. A referência a "questões sociais", sugeridas por Agresta, Brandão & Barros Neto (2008), apontam para uma visão mais ampla, onde os clubes

veem seu papel não apenas em termos de sucesso esportivo, mas também em contribuir positivamente para a vida dos atletas e da comunidade. Essa abordagem pode servir de modelo para outras instituições esportivas, demonstrando que o suporte ao atleta não termina quando ele deixa o campo, mas continua na fase de transição para uma nova etapa da vida.

Essas práticas podem ter um impacto significativo no bem-estar geral dos atletas, mitigando muitos dos desafios associados à aposentadoria, como perda de identidade, dificuldades financeiras ou desafios psicológicos, corroborando Savickas, & Porfeli (2012). Além disso, as respostas desses clubes podem ter implicações para a formulação de políticas e melhores práticas no setor, encorajando outros clubes e associações esportivas a adotarem abordagens semelhantes que priorizam o bem-estar e o desenvolvimento integral dos atletas.

Categoria 3 – As estratégias adotadas no processo

A transição para o pós-carreira no futebol profissional é um momento crítico, repleto de desafios psicológicos, sociais e financeiros. A análise das respostas dos atletas (E01 a E10) revela uma diversidade de estratégias adotadas para navegar por essa fase. Desde a preparação psicológica e consciência da realidade, educação continuada e diversificação de habilidades ao planejamento financeiro e pessoal.

Umas das estratégias de fundamental importância é a preparação psicológica dos atletas para o encerramento de sua carreira principal e a articulação para uma nova função na sociedade. Assim, destacamos alguns pontos elencados por atletas e outros stakeholders deste processo.

O atleta E01 destaca a importância de se preparar mentalmente para a aposentadoria, mantendo uma atitude positiva frente à redução da atenção da mídia e do público. Já outros atletas manifestam a importância de uma preparação desde o início de sua carreira profissional.

"Eu ainda jogo, mas quando parar não vou ter problema porque já venho preparando minha cabeça para isto". Esta preparação psicológica é fundamental para uma transição suave, evitando o choque com a nova realidade (E01 – Jogador de futebol)

"Eu parei de jogar em 2020 em um domingo e na quarta feira estava em um cargo de gestão do clube. Sei que o meu nome no clube ajudou, mas não foi só isto. Acho que minha formação superior e todos os cursos que fiz ao longo da carreira deram força à escolha do meu nome para o cargo. A grande maioria não tem essa oportunidade que tive, mas também reconheço que a maioria não quer saber de nada. Eu vejo os jovens e converso com eles as vezes. Só querem saber de luxo e curtir o momento que estão vivendo. Não conseguem entender que o futuro deve ser construído agora. Quando assustarem, a oportunidade pode ter passado." (E06 – Jogador de futebol)

"Tem sido uma jornada de altos e baixos. Inicialmente, senti um vazio imenso, mas com o tempo, encontrei novas paixões e propósitos. Comecei a atuar em projetos sociais relacionados ao futebol e me envolvi na gestão esportiva. A vida após o futebol é diferente, mas igualmente gratificante. Também houve dificuldades em adaptar-me a um novo ritmo de vida, longe dos holofotes e da rotina intensa de treinos e jogos." (E09 – Jogador de futebol)

A educação continuada e a diversificação de habilidades emergem aqui, como estratégias cruciais no tabuleiro de xadrez que é a transição de carreira de atletas profissionais. O apito final de uma partida não sinaliza apenas o fim de um jogo, mas também pode marcar o início do pensamento sobre o próximo capítulo na vida de um jogador. Para os atletas que se aproximam da linha de chegada de suas carreiras esportivas, olhar além do campo e investir em seu desenvolvimento intelectual e profissional é não apenas prudente, mas essencial. De acordo com Nakata (2014), este é um movimento importante para o profissional que quer encerrar sua atividade em alto nível e continuar no mercado sem grandes rupturas.

Essa abordagem multifacetada permite que eles estejam melhor preparados para enfrentar o mundo fora das arenas esportivas, tornando-os jogadores versáteis no jogo da vida. A diversificação



de habilidades, complementada pela educação continuada, não é apenas uma apólice de seguro contra a incerteza; é um trampolim para futuras oportunidades.

Este movimento em direção ao aprimoramento pessoal e profissional é um investimento que beneficia não apenas o atleta individual, mas também os stakeholders do esporte. Uma indústria que apoia e valoriza a educação e a versatilidade de seus atletas está promovendo um legado de resiliência, adaptabilidade e crescimento contínuo (Nakata, 2014). Portanto, abordar esses aspectos é fundamental, não apenas para garantir o bem-estar dos atletas após o término de suas carreiras esportivas, mas também para enriquecer a cultura e a sustentabilidade do ecossistema esportivo como um todo.

Alguns atletas, como E4 e E6, enfatizam a importância de buscar educação e desenvolver habilidades fora do campo.

"Estudei bastante, me formei, busquei os amigos certos para conversar" (E4 – jogador de futebol);

"Desde cedo tive uma preocupação de buscar conhecer um pouco mais do que estava fazendo" (E6 – Jogador de futebol).

"Acredito que a chave para uma transição bem-sucedida está em se preparar com antecedência. Isso significa diversificar interesses e habilidades fora do campo. Educação e formação contínua são fundamentais. Pode ser a realização de cursos, aprendizado em áreas de interesse pessoal, ou até mesmo investir em um negócio próprio". (E08 – Jogador de futebol)

Estes atletas compreendem que a formação acadêmica e a diversificação de competências podem abrir novas oportunidades no pós-carreira. Em consonância com os atletas, temos alguns insights importantes de agentes e patrocinadores que cooperam com seus atletas ao longo de sua carreira e manifestaram importantes informações sobre o processo.

"Não basta pensar apenas no desempenho esportivo do atleta. Temos que pensar que eles são acima de tudo seres humanos e que precisam aprender sempre. Se não ensinamos, não estamos cumprindo com nossa missão". (E13 – Clube de futebol)

"Um dos desafios mais significativos é mudar a percepção de que nossa relação com os atletas termina quando eles deixam o campo. Queremos romper com essa ideia e mostrar que o nosso apoio vai além. Para isso, implementamos estratégias que visam a educação e a preparação dos atletas para a vida após o futebol. Isso inclui workshops sobre gestão financeira, desenvolvimento pessoal e até formação em outras áreas que possam ser do interesse do atleta". (E22 – Patrocinador de atletas e clubes)

E por fim, o planejamento financeiro e pessoal assume um papel de protagonista no processo de transição de carreira dos atletas profissionais. A capacidade de gerenciar recursos financeiros com sabedoria é tão essencial quanto as habilidades demonstradas nos campos de jogo. Enquanto a carreira ativa no esporte muitas vezes é curta, as decisões financeiras tomadas durante esse período têm ecos duradouros, podendo definir a qualidade de vida do atleta por décadas.

Além disso, a atenção para com o planejamento pessoal — que engloba a saúde mental, a formação de uma identidade fora do esporte e o desenvolvimento de relações interpessoais fora do contexto competitivo — é vital. Este planejamento não é apenas um pilar para a construção de uma segunda carreira bem-sucedida, mas também para a garantia de uma vida plena e satisfatória após a aposentadoria esportiva. A segurança financeira é outra preocupação citada, apesar de ter um tom de tranquilidade, pelo atleta E01:

"Financeiro não é o problema, o que ganhei e guardei dá para dar uma boa vida para minhas filhas" (E01 – Jogador de futebol).

“A educação financeira também é fundamental. Aprenda a gerenciar e investir seu dinheiro de forma inteligente, para que você tenha segurança financeira no futuro”. (E10 – Jogador de futebol)

“Outro aspecto é o planejamento financeiro. Durante nossa carreira, é crucial poupar e investir de maneira inteligente, para garantir estabilidade financeira após a aposentadoria. Também é importante construir uma rede de contatos e buscar mentoria de ex-jogadores que passaram por essa transição com sucesso”. (E08 – Jogador de futebol)

“Mas não é uma decisão fácil porque financeiramente é sempre uma grande perda. Não tem como negar que o salário do atleta de futebol é fora dos padrões do que se oferece fora dos campos. Acredito que aqueles jogadores que não conseguem se organizar, vão ter muita dificuldade quando parar”. (E07 – Jogador de futebol)

Portanto, ao reconhecer a importância de um planejamento financeiro e pessoal sólido e do suporte externo, a comunidade esportiva pode oferecer aos atletas as ferramentas necessárias para que eles possam tomar decisões informadas e estratégicas. Isso não apenas aumenta as chances de sucesso em suas vidas após o esporte, mas também estabelece um precedente positivo para as gerações futuras de atletas que olharão para seus predecessores não apenas como ícones esportivos, mas como exemplos de gestão e planejamento de vida exemplares.

Entretanto, é fundamental fazer boas escolhas e ter apoio externo ao longo de sua carreira. O apoio externo também vem na forma de redes de contato e mentorias, onde atletas aposentados e profissionais de diversas áreas compartilham suas experiências e conhecimentos, funcionando como um guia prático para a navegação neste novo e muitas vezes intimidador estágio da vida.

“O meu empresário sempre me apoiou na carreira com os contratos, mas também com dicas sobre futuro”. Esse apoio pode ser decisivo para uma transição bem-sucedida (E05 – jogador de futebol).

As estratégias adotadas pelos atletas refletem uma mistura de planejamento pessoal, apoio externo e autoconsciência. Enquanto alguns têm uma visão clara e proativa sobre o futuro, outros podem lutar com a incerteza e a relutância em deixar o campo. Essa diversidade de experiências ressalta a complexidade da transição para o pós-carreira no futebol profissional e a necessidade de abordagens personalizadas para apoiar os atletas nesse processo.

5- CONCLUSÕES E RECOMENDAÇÕES

A trajetória de um atleta profissional é marcada por intensas vivências dentro e fora dos campos, com a rotina de treinos e competições profundamente entrelaçada às expectativas e pressões sociais. No futebol, essa identidade é tão vinculada à performance esportiva que a aposentadoria se torna um momento não apenas complexo, mas intensamente emocional. O final da carreira esportiva é uma transição repleta de desafios psicológicos, sociais e financeiros. Os atletas, conscientes da realidade, se preparam para essa nova fase através de uma série de estratégias robustas, incluindo a preparação psicológica, a educação continuada, a diversificação de habilidades e o planejamento financeiro e pessoal.

A preparação psicológica é primordial para uma transição suave, minimizando o choque com a nova realidade. Atletas enfatizam a importância de se preparar mentalmente para a aposentadoria, mantendo uma atitude positiva mesmo diante da redução da atenção da mídia e do público. Outros, reconhecem a importância da preparação desde o início da carreira, evidenciando que a formação acadêmica e os cursos realizados ao longo da carreira fortalecem as escolhas para uma nova função na sociedade após pendurar as chuteiras.

A educação continuada e a diversificação de habilidades são vistas como movimentos estratégicos essenciais, não apenas para encerrar a atividade em alto nível, mas também para continuar no mercado sem grandes rupturas, conforme salientado por Nakata (2014). Este



investimento no desenvolvimento pessoal e profissional é benéfico tanto para o atleta individual quanto para o ecossistema esportivo, promovendo um legado de resiliência e crescimento contínuo.

A prática de buscar educação e desenvolver habilidades fora do campo também é uma tática comum entre atletas, conforme expresso por alguns ao longo deste trabalho. Eles compreendem que a construção de competências, além das competências esportivas, abre novas portas para o futuro. Este entendimento é reforçado por insights de agentes e patrocinadores, que ressaltam a responsabilidade de ensinar e preparar os atletas para a vida além do esporte, promovendo estratégias educacionais e de planejamento de vida.

Além disso, o planejamento financeiro e pessoal é crucial, com atletas destacando a importância da educação financeira e da gestão inteligente de recursos. A capacidade de gerenciar finanças e a realização de investimentos inteligentes são vistos como determinantes para a qualidade de vida no pós-carreira.

Entretanto, a transição não é isenta de obstáculos, como ressaltado por atletas e outros stakeholders, que apontam para a perda financeira significativa que a aposentadoria implica. Isso ressalta a necessidade de um suporte externo robusto, incluindo redes de contato e mentorias, que funcionam como um guia prático para a navegação neste novo estágio da vida, conforme indicado no texto.

Em suma, as estratégias adotadas pelos atletas refletem uma mistura de autoconsciência, planejamento e busca por apoio, seja interno ou externo. A diversidade de experiências mostra a complexidade da transição para o pós-carreira no futebol profissional e a necessidade de abordagens personalizadas para apoiar os atletas nessa importante fase.

A pesquisa sobre a transição de carreira de atletas profissionais de futebol é vital, mas ainda está em fase incipiente, apresentando diversas limitações e sugerindo múltiplos caminhos para estudos futuros. Uma ampliação demográfica e cultural das amostras é necessária, assim como um foco maior na transição no futebol feminino e no impacto das diferenças de gênero. A eficácia de programas de preparação para a aposentadoria precisa de avaliação longitudinal, e o bem-estar psicológico dos atletas após a aposentadoria deve ser examinado com mais profundidade.

Comparar estratégias de transição entre diferentes esportes pode revelar práticas eficazes universais. A influência das redes de apoio no sucesso da transição também requer análise mais detalhada. Metodologicamente, é essencial buscar um equilíbrio entre abordagens qualitativas e quantitativas e esforçar-se para incluir vozes de atletas que tiveram menos sucesso na transição, para reduzir o viés de sobrevivência.

Além dessas considerações, recomenda-se que os clubes e federações desenvolvam programas abrangentes para apoiar os atletas profissionais de futebol em todas as fases de suas carreiras. Isso envolve a criação de atividades específicas destinadas a desenvolver habilidades essenciais, oferecer capacitações e fornecer orientações constantes. Ao investir no desenvolvimento holístico dos atletas, desde o início de suas carreiras até a transição para outras atividades após a aposentadoria, os clubes e federações podem garantir um ambiente mais favorável ao sucesso pessoal e profissional dos jogadores. Esses programas devem ser adaptados às necessidades individuais dos atletas e abordar aspectos como educação, planejamento de carreira, saúde mental e bem-estar físico. Ao priorizar o suporte integral aos jogadores, os clubes e federações podem contribuir significativamente para mitigar os desafios enfrentados durante as transições na vida esportiva.

Pesquisas adicionais, considerando essas sugestões e reconhecendo as limitações atuais, são fundamentais para apoiar melhor os atletas em transição de carreira.

Referências

Alves, R. C., Gomes, J. F. S., & Teixeira, D. M. D. (2023). A transição da carreira de atletas profissionais de futebol e o papel das organizações esportivas: um estudo de caso

com atletas em Portugal, Espanha e Brasil. In Anais do EnANPAD 2023. São Paulo: ANPAD. DOI: <https://doi.org/10.21714/2177-2576EnANPAD2023>

- Alfermann, D., Stambulova, N., & Zemaityte, A. (2004). Reactions to sport career termination: A cross-national comparison of German, Lithuanian, and Russian athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 5, 61–75. [Crossref] [Web of Science ®], [Google Scholar] -[https://doi.org/10.1016/S1469-0292\(02\)00050-X](https://doi.org/10.1016/S1469-0292(02)00050-X)
- Agresta, M. C., Brandão, M. R. F., & Barros Neto, T. L. de (2008). Causas e consequências físicas e emocionais do término de carreira esportiva. *Revista Brasileira De Medicina Do Esporte*, 14(6), 504–508. <https://doi.org/10.1590/S1517-86922008000600006>
- Atchley, R. C. (1989). A continuity theory of normal aging. *The Gerontologist*, 29(2), 183–190. <https://doi.org/10.1093/geront/29.2.183>
- Bardin, L. (2008). *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70.
- Brandao, MRF. (2004). O lado mental do futebol. In: Barros Neto TL, Guerra I (Editores). *Ciência do futebol*. Barueri: Manole.
- De Vos, A., Jacobs, S., & Verbruggen, M. (2021). Career transitions and employability. *Journal of Vocational Behavior*, 126, 103475. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2020.103475>
- Dias, E. W., & Hanashiro, D. M. M. (2023). Longevidade de carreira: Uma revisão sistemática da literatura e uma agenda promissora para estudos futuros. In *Anais do EnANPAD 2023*. São Paulo: ANPAD. <https://doi.org/10.21714/2177-2576EnANPAD2023>
- George, M. M., Wittman, S., & Rockmann, K. W. (2022). Transitioning the study of role transitions: From an attribute-based to an experience-based approach. *Academy of Management Annals*, 16(1), 102–133. <https://doi.org/10.5465/annals.2020.0238>
- Knights, Sophie; Sherry, Emma & Ruddock-Hudson, Mandy (2016). Investigating Elite End-of-Athletic-Career Transition: A Systematic Review, *Journal of Applied Sport Psychology*, 28:3, 291-308, <https://doi.org/10.1080/10413200.2015.1128992>
- Marconi, MA; Lakatos, EM. *Fundamentos de metodologia científica*. São Paulo: Atlas, 2016
- Martin, L., Fogarty, G., & Albion, M. (2014). Changes in athletic identity and life satisfaction of elite athletes as a function of retirement status. *Journal of Applied Sport Psychology*, 26, 96–110. [Taylor & Francis Online] [Web of Science ®], [Google Scholar] - <https://doi.org/10.1080/10413200.2013.798371>
- Mósca, H. M. B., & Kurtz, R. G. M. (2018). *Gestão de Esportes: Uma Revisão de Literatura sob a Ótica das Correntes Institucionais*. In IX Congresso Brasileiro de Administração e Contabilidade - AdCont 2018 24 a 26 de outubro de 2018 - Rio de Janeiro, RJ.
- Nakata, L. E. (2014). A transição de carreira do ex-atleta de alto rendimento. (Tese de doutorado). Universidade de São Paulo, São Paulo, Brasil. <https://doi.org/10.11606/T.12.2014.tde-23092014-172336>
- Teixeira, M., Rijo, V., & Sesinando, A. (2022). Sports management research: analysis of scientific development in Portugal (2008-2017). *Journal of Physical Education*, 33(1), e-3353. <https://doi.org/10.4025/jphyseduc.v33i1.3353>
- Savickas, M. L., & Porfeli, E. J. (2012). Career Adapt-Abilities Scale: Construction, reliability, and measurement equivalence across 13 countries. *Journal of Vocational Behavior*, 80(3), 661–673. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2012.01.011>

Recebido em: 06/05/2025

Aceite em: 23/07/2025

Endereço para correspondência:
Daniel Marangon Duffles Teixeira
profdanielpucminas@gmail.com



Esta obra está licenciada sob uma Licença
Creative Commons Attribution 4.0