

# 1

*CARREIRA ESPORTIVA E SUAS TRANSIÇÕES*

A carreira esportiva pode ser descrita como a trajetória de prática esportiva buscando atingir altos níveis de desempenho em um ou vários eventos esportivos. Isso se dá dentro de um processo em longo prazo com etapas recorrentes que vão desde a iniciação até a aposentadoria. Também envolve todos os níveis de competição, podendo ser local, regional, nacional ou internacional, além de amadora ou profissional. É um processo caracterizado por diferentes influências (família, colegas, treinadoras/es, contexto, atividade etc.) e constantes mudanças, algumas possíveis de serem planejadas e sistematizadas, denominadas transições normativas, e outras que ocorrem de maneira inesperada – como lesões ou mudança de cidade –, chamadas de transições não normativas.

O engajamento e a permanência ao longo das etapas de carreira necessitam da capacidade de lidar com demandas cada vez mais exigentes de treino e com a cobrança de desempenho em diferentes níveis competitivos, levando em consideração as características individuais e do contexto sociocultural. Atletas não alcançam níveis elevados de performance de maneira imediata; isso será resultado de um processo que envolve diferentes fatores, como as experiências vivenciadas, a quantidade e a qualidade de treinamentos, a qualidade dos relacionamentos e suas características ou recursos biopsicológicos. Mais especificamente, essas influências podem ser organizadas a partir de fatores primários e secundários.

- **FATORES PRIMÁRIOS** – São próprios de cada atleta e do treino esportivo que afetam diretamente o desenvolvimento da performance, os aspectos genéticos (diversidade biológica), os psicológicos (como confiança, estabelecimento de metas, saúde mental) e os de treinamento (técnico, tático, físico).
- **FATORES SECUNDÁRIOS** – São externos, que influenciam constantemente os fatores primários, como a popularidade de dada modalidade em um contexto, ou o apoio social (ou ausência deste) por parte de família, treinadoras/es, pares e comunidade.

Considerando que atletas capazes de serem medalhistas nas principais provas de sua modalidade não se desenvolvem em uma ou duas temporadas esportivas, sendo um processo de muitos anos, o direcionamento é para o desenvolvimento de atletas em longo prazo, respeitando a complexidade e a imprevisibilidade resultante da interação entre os seus diversos componentes. Essa perspectiva supera a simples expectativa de identificação de um possível potencial esportivo e assume a responsabilidade em desenvolver atletas a partir de um acesso mais democratizado e processos intencionalmente planejados de experimentação, formação e desempenho esportivo. Para isso, é preciso diferenciar o esporte praticado por crianças, por jovens e por adultos, assim como ver claramente os momentos de experimentar livremente, especializar ou buscar o rendimento necessário para acessar o Caminho da Medalha. O quadro na sequência apresenta sete etapas para o desenvolvimento de atletas em longo prazo descritos no Caminho de Desenvolvimento de Atletas (CDA) brasileiros.

Quadro 2 - Etapas do CDA

ETAPA	DESCRIÇÃO	OBJETIVOS DA ETAPA
<b>EXPERIMENTAR E BRINCAR</b> (até 8 anos)	Prática livre com jogos e brincadeiras infantis em ambientes divertidos, desafiadores e diversificados.  Em contexto informal (família, rua) ou formal (primeiros contatos com esporte, comumente na escola, clubes ou academias)  Via adaptação das experiências esportivas às características e potencialidades.	Prazer e motivação para envolvimento com práticas corporais variadas.  Desenvolvimento de competências corporais básicas e diversificadas.  Relacionamento saudável e amistoso com pares e adultos.
<b>ENTRADA EM PROCESSOS SISTEMATIZADOS DE APRENDIZAGEM-TREINAMENTO DO ESPORTE</b>		
<b>BRINCAR E APRENDER</b> (6 a 12 anos)	Iniciação esportiva: primeiro contato sistematizado organizado por treinadoras/es para aprendizagem do esporte.  Início: em qualquer momento, sendo mais comum na infância e adolescência.  Final: na escolha de modalidades com maior afinidade.	Prazer e motivação pela prática e aprendizagem esportiva formal e/ou estruturada.  Competências corporais amplas e diversificadas que permitam envolvimento com a prática esportiva com criatividade e autonomia.  Autoconfiança e motivação para engajamento em jornadas pessoais de desenvolvimento esportivo.  Relacionamento saudável e amistoso com pares e adultos.
<b>APRENDER E TREINAR</b> (10 a 16 anos)	Especialização esportiva em contexto formal de prática de uma ou mais modalidades esportivas, com prática caracterizada por treino e participação em competições.  Início: na escolha de modalidades pelo/a praticante (comumente na adolescência).  Final: entrada no processo de treinamento de rendimento	Desenvolvimento de competências esportivas específicas da modalidade praticada.  Engajamento com a jornada pessoal de desenvolvimento esportivo.  Prática dos valores do esporte em treinamento e competição.  Desejo de ingressar na jornada do rendimento para aqueles que demonstrem potencial de desempenho esportivo de acordo com indicadores específicos de cada modalidade.  Desejo de prosseguir na prática esportiva de participação para aqueles que não demonstrem potencial para o rendimento.

ETAPA	DESCRIÇÃO	OBJETIVOS DA ETAPA
<b>ENTRADA NA CARREIRA ESPORTIVA DE RENDIMENTO E CAMINHO DA MEDALHA</b>		
<b>TREINAR E COMPETIR</b> (14 a 23 anos)	<p>Últimas etapas do processo de especialização na modalidade escolhida e de potencial do/a atleta, que participa de competições de alto nível, ainda em categorias com limitação etária, em preparação para a categoria adulta e o esporte de elite.</p> <p>Duração de aproximadamente 4 ou 6 anos.</p> <p>Início: comumente na categoria juvenil.</p> <p>Final: na transição da categoria júnior – adulto</p>	<p>Compromisso com evolução do desempenho esportivo.</p> <p>Equilíbrio da vida pessoal com o treinamento esportivo, ajustando outras demandas sociais com a esportiva na expectativa de alcançar resultados elevados em sua categoria.</p> <p>Tolerância a cargas físicas e psicológicas progressivas de treinamento e competição.</p> <p>Fortalecimento do caráter, com atitudes éticas dentro e fora do esporte.</p> <p>Estabilidade emocional frente às exigências típicas da rotina de atleta em treinos e competições.</p> <p>Apropriação e uso de conhecimentos aplicados das ciências do esporte em sua rotina diária com suporte da equipe interdisciplinar.</p> <p>Estabelecimento de metas em desempenho e resultado de curto, médio e longo prazos.</p>
<b>COMPETIR E VENCER</b> (18 a 25 anos)	<p>Alto desempenho esportivo, marcado pelo treino intenso e ajustes ao máximo nível de competição.</p> <p>Duração de aproximadamente 4 ou 6 anos.</p> <p>Início: na busca pela competitividade em eventos de alto nível na categoria adulta.</p> <p>Final: ao completar um primeiro ciclo de competições em alto nível de desempenho na categoria adulta.</p>	<p>Autocontrole emocional frente às exigências típicas da rotina de atleta em treinos e competições, com melhora regular de desempenho esportivo ao longo dos anos.</p> <p>Postura de competidor/a com atitudes e comportamentos que sirvam de referência para jovens em desenvolvimento.</p> <p>Postura de aprendizagem frente às primeiras participações nas competições adultas, com desempenho equilibrado e expectativa dos melhores resultados pessoais, avaliando os ciclos de preparação de cada competição.</p> <p>Autoconhecimento e autogerenciamento da rotina de atleta e envolvimento no planejamento de treinos e descanso.</p> <p>Responsabilidade pela carreira esportiva com disciplina, determinação e autonomia, em equilíbrio com a vida pessoal.</p> <p>Participação ativa e responsável nas decisões relacionadas à carreira.</p> <p>Inclusão de elementos de autorrealização no estabelecimento de metas da carreira.</p> <p>Visão realista do seu potencial esportivo com plano de metas para sua carreira.</p>

ETAPA	DESCRIÇÃO	OBJETIVOS DA ETAPA
<b>VENCER E INSPIRAR</b> (22 a 40 anos)	<p>Manutenção do alto nível de desempenho e constante busca por melhores resultados e medalhas, servindo ao mesmo tempo como concorrente e inspiração para atletas mais jovens.</p> <p>Início: ao final do primeiro ciclo em competições de alto nível na categoria adulta, sendo agora um/a atleta adulto/a experiente.</p> <p>Final: no início do processo de transição para a pós-carreira esportiva.</p>	<p>Autogestão da carreira de atleta (saúde/desempenho/educação), conciliando com as demandas sociais.</p> <p>Relacionamentos positivos com os setores de suporte à carreira (time, comissão técnica, clube, empresários, patrocinadores, mídia, investidores, instituições e entidades de apoio político, econômico e social).</p> <p>Manutenção de hábitos e rotinas como atleta de referência e com foco em resultados superiores e conquista de medalhas.</p> <p>Consolidação em alto nível competitivo.</p> <p>Inspiração e fonte de conhecimento para atletas em desenvolvimento.</p> <p>Competências e habilidades para lidar com longos processos de treinamento, recuperação e alcance de resultados de excelência.</p> <p>Planejamento do encerramento de carreira.</p>
<b>TRANSIÇÃO PARA O PÓS-CARREIRA ESPORTIVA DE RENDIMENTO</b>		
<b>INSPIRAR E REINVENTAR-SE</b>	<p>Redução do volume e intensidade de treinamento esportivo e participação em competições, preparando-se para o momento do encerramento da carreira esportiva.</p> <p>Início: no processo de transição para a pós-carreira esportiva.</p> <p>Final: se prolonga por toda a vida.</p>	<p>Postura responsável, alinhada ao seu legado esportivo, inspirando novos atletas.</p> <p>Referência em eventos promovidos por organizações atuantes em sua modalidade esportiva.</p> <p>Preparação para nova carreira, dentro ou fora do contexto esportivo.</p> <p>Cuidados com o corpo considerando o desgaste de uma carreira esportiva em alta performance.</p> <p>Manutenção do estilo de vida ativo, encontrando prazer em atividades com menos intensidade.</p> <p>Adaptação ao novo contexto social, profissional e financeiro.</p>

As idades indicadas são aproximadas e não devem ser assumidas como referência para a seleção de atletas. Variações são esperadas e devem ser consideradas, tanto por características individuais como da modalidade. A passagem para a etapa posterior pode carregar elementos da anterior.

Ainda que existam as etapas esperadas, e inclusive desejadas, o processo de desenvolvimento de cada atleta é único, dinâmico e não linear. Único porque cada um tem sua história de vida que influenciará diretamente em sua experiência e trajetória esportiva; dinâmico porque é constantemente influenciado por fatores primários e secundários; e não linear porque, embora

exista uma tendência de trajetórias semelhantes, algumas etapas podem ser mais longas ou curtas, ou ainda inexistentes.

Em uma visão holística e compreendendo o esporte como integrante da vida mais ampla de atletas, a carreira esportiva vem sendo integrada à ideia de “carreira de vida”, ao longo da qual atletas vivenciam experiências positivas e negativas que modelam sua trajetória durante e após a participação no esporte. Assim, o desenvolvimento da carreira de atletas está em constante interação com outras esferas de sua vida (domínio psicológico, psicossocial, acadêmico/vocacional).

No domínio psicológico está o estágio de desenvolvimento humano (infância, adolescência e idade adulta), que se evidencia em padrões específicos de engajamento e relação com o esporte. O psicossocial trata de como os atletas se relacionam com outras pessoas e como isso influencia o desempenho esportivo, o que também se modifica ao longo da vida. Na infância pais, irmãos e avós tendem a ser mais relevantes; mais adiante, treinadoras/es ganham maior relevância; e em idades posteriores pares tendem a ter protagonismo. Por fim, a dimensão acadêmico/vocacional se relaciona com a educação formal e a ocupação profissional durante a vida.

Essas dimensões, quando combinadas de modo equilibrado, tendem a sustentar carreiras esportivas mais bem-sucedidas. Estudos com atletas brasileiros já evidenciam que o engajamento com treinamentos e competições tem relação com a sensação de bem-estar psicológico e percepção de relacionamentos positivos com outras/os atletas, treinadoras/es, família e outros agentes do contexto esportivo ou círculo social mais amplo.

#### **PARA SABER MAIS**

A literatura internacional sobre carreira esportiva é vasta, e o Brasil também apresenta materiais nessa área. Você pode ler mais em estudos de diversas modalidades, buscando a referência completa ao final deste documento: atletismo (VIEIRA; VIEIRA; KREBS, 2003), natação (VIEIRA; VIEIRA; KREBS, 1999; BUENO et. al, 2020), basquete (GALATTI et al., 2015; BENELI; GALATTI; MONTAGNER, 2017; FOLLE et. al, 2017; CUNHA et al., 2017, GALATTI et al., 2019, FARIA et al., 2021), ginástica artística (SCHIAVON, 2009), ginástica rítmica (NAKASHIMA et al., 2018), tênis (COPETTI, 2001), voleibol (COLLET, 2018), squash (MOTTA et al., 2021), handebol (LIMA et al., 2022).

Podemos somar a esses domínios o tipo de prevalência de suporte financeiro ao longo da carreira esportiva. A figura a seguir ilustra a perspectiva do desenvolvimento holístico, ou seja, contempla as diferentes dimensões da vida de atletas.

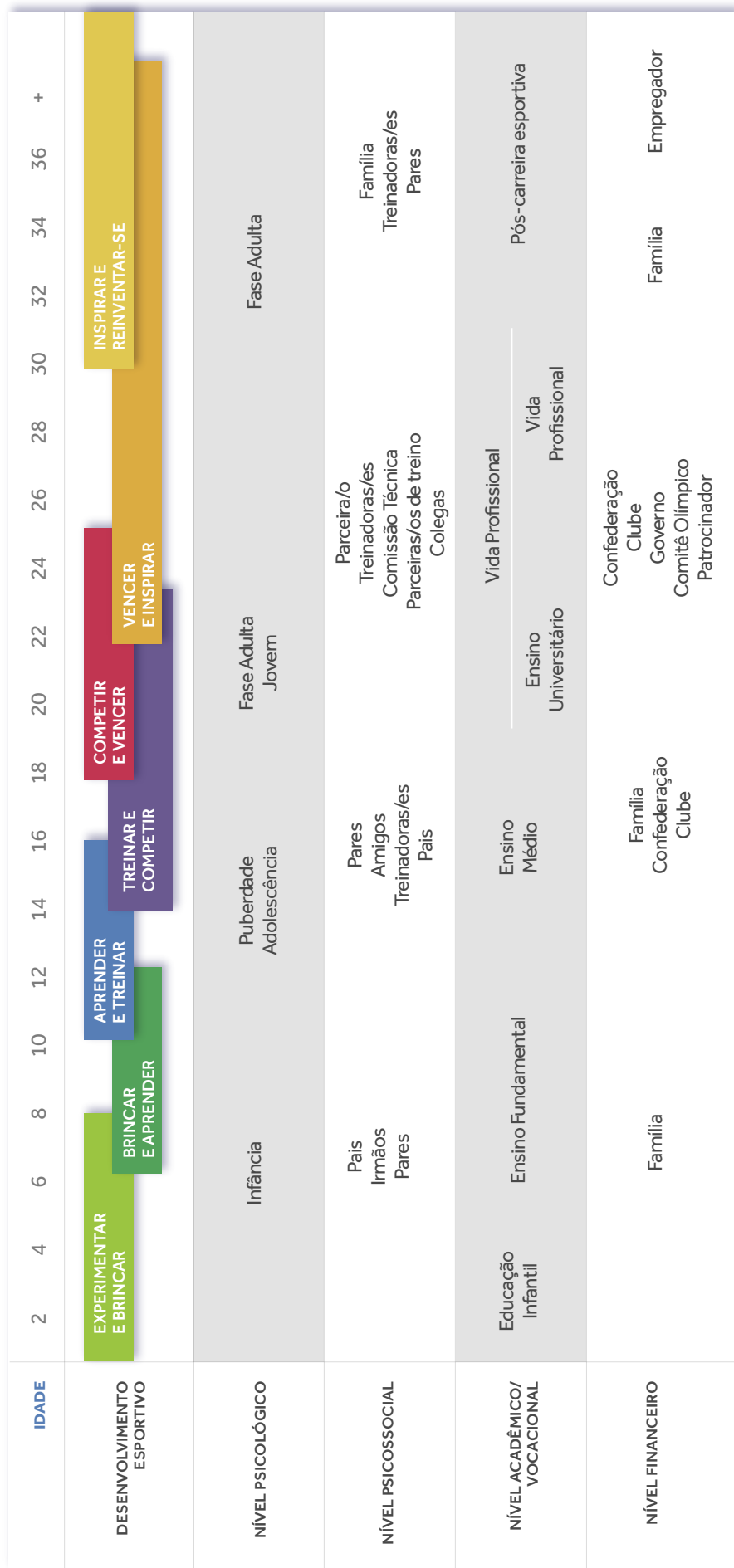


Figura 5 - Dimensões da vida de atletas ao longo da carreira esportiva dentro do CDA  
 Fonte: Adaptada de Wylleman, De Knop & Reints (2011)

Como exemplo da interação entre as dimensões, podemos pensar em atletas adolescentes, para quem um bom entorno escolar é tão importante quanto um bom entorno esportivo, ambos fomentando o desenvolvimento físico, psicológico e social. O suporte da família e de professoras/es e a compreensão de treinadoras/es a respeito do valor da escola são fundamentais para um melhor equilíbrio da dupla carreira (estudante e atleta). Da mesma forma, a necessidade de recursos financeiros vai se alterando tanto quanto as fontes disponíveis. O caso a seguir ilustra o exemplo:

#### **CASO: EXPLORANDO OS PRIMEIROS ANOS DE UM JOVEM NA CARREIRA ESPORTIVA**

Mateus conheceu o basquete na escola e logo começou a brincar com uma bola que tinha em casa, presente da mãe que havia jogado em nível estadual até optar por ter um filho e, sem suporte de seu clube na época, abandonar a carreira. Mateus nasceu no dia 5 de janeiro e sempre foi mais alto e forte que os colegas. Aos 10 anos já chegava a 1,70m de altura e aos 12 já passava de 1,80m. Pouco depois, foi aprovado em uma seletiva de um grande clube, onde logo se especializou na posição de pivô. Aos 14 anos, com estatura de 2,01m., foi dispensado do clube por não ser capaz de jogar basquete em outras posições.

Mateus teve uma nova oportunidade no ano seguinte: já com 15 anos e passando dos 2,05m, foi acolhido em um novo clube. Passou a treinar em dois períodos, aprendendo a jogar em outras posições. A evolução do jovem atleta foi considerada rápida, a ponto de, no segundo semestre da temporada, ele jogar algumas partidas também na categoria acima. Mas logo Mateus passou a ter dificuldades na escola. Além disso, pequenas contusões e uma dor constante no joelho direito começaram a acompanhar o jovem atleta. Agora, já tratado como um jogador em potencial para o Caminho da Medalha, em conversa com a família, o clube concordou em mantê-lo apenas nas competições de sua categoria. O cuidado com a dupla carreira de atleta e estudante rendeu bons frutos e, na temporada seguinte, Mateus conseguiu conciliar a escola e as competições em duas categorias. A estratégia do clube era de que ele não jogasse partidas mais fracas na sua idade, o que também deu mais tempo de quadra a outros atletas.

Aos 17 anos Mateus precisou mudar de cidade, pois seu clube não disputava a categoria sub-18. No novo clube, passou a estudar no período noturno, onde concluiu o ensino médio e alcançou a seleção brasileira. Sua família lamentou a mudança e a ausência de mais clubes e competições de basquete que permitissem que mais jovens se desenvolvessem e ficassem nas suas regiões; como o filho mais novo sonha em seguir os passos do irmão, criaram uma associação para tentar desenvolver o basquete local – embora tenham encontrado pouco suporte da federação estadual. Mas, para o Mateus tudo funcionou: segue sua carreira como atleta adulto, tendo já dois títulos brasileiros no currículo e proposta para disputar a liga espanhola no próximo ano. Depois de dois anos na seleção brasileira sub-19, não foi convocado para seleção adulta durante três anos, mas acaba de ter uma oportunidade na equipe que disputará o próximo pré-olímpico.

No caso acima, Mateus quase interrompeu a carreira esportiva de forma precoce. Durante o processo de especialização, não é recomendada a definição de prova ou posição que cada atleta seguirá no júnior e no adulto. É necessário oferecer informações sobre as especificidades do treinamento ao mesmo tempo em que se experimentam diferentes provas ou funções no esporte. Nesse período da trajetória esportiva, adolescentes/jovens devem se adaptar às exigências da modalidade específica, demonstrar domínio tático-técnico adequado à idade, podendo enfrentar um medo de possível fracasso em competições. Além disso, é fundamental a criação de um ambiente favorável à participação e à análise dos resultados de competição, não associando o sucesso ou o



fracasso aos resultados, mas sim à melhora de performance e capacidade de lidar com o ambiente de treino e competição.

O caso de Mateus também ilustra outro fenômeno recorrente no contexto esportivo relacionado à vantagem momentânea atribuída a atletas nascidos na primeira metade do ano, chamado de **efeito da idade relativa**. O desempenho e as características morfológicas de atletas em período pubertário também são influenciadas pelo ritmo maturacional. Atletas com maturação precoce – e consequentemente maior idade biológica – tendem a apresentar melhores capacidades físicas e a serem priorizados entre atletas da mesma idade cronológica em processos de seleção.

Além disso, nosso jovem atleta enfrenta a necessidade de mudar de cidade por falta de estrutura para a continuidade de sua carreira. Nesse caso, ele precisou fazer isso aos 17 anos, mas, é comum que adolescentes tenham que se mudar ainda antes, acarretando, muitas vezes, o fim precoce da carreira esportiva, uma vez que podem não contar com o apoio familiar para acompanhar essa mudança, por inúmeros motivos, como financeiros. O chamado **efeito do local de nascimento** relaciona as condições estruturais do local em que os atletas nascem. Tomando por exemplo atletas do Time Brasil medalhistas Olímpicos em 2000 e 2016, sabemos que a maioria nasceu em cidades da região Sudeste, com elevado número de habitantes e com médio Índice de Desenvolvimento Humano Municipal (IDHM), ou seja, locais com melhores condições básicas de vida e maior concentração de organizações esportivas.

#### CONCEITOS-CHAVE

**Efeito da idade relativa:** relacionado à prevalência de atletas nascidos nos primeiros meses do ano no esporte de rendimento, sobretudo nas etapas iniciais da carreira esportiva. Como as competições esportivas são organizadas por ano de nascimento, atletas nascidos no primeiro trimestre têm relativa vantagem em relação àqueles nascidos no último trimestre em termos de amadurecimento, maturação e desenvolvimento físico. A ausência de um processo sistematizado de formação de atletas em longo prazo gera um processo excludente na busca pelo sucesso esportivo antes da fase adulta. Esse processo repercute na seleção precipitada de atletas, muitas vezes excluindo aqueles de maturação tardia.

**Efeito do local de nascimento:** indica possíveis diferenças associadas à região/cidade que um atleta se inicia e desenvolve no esporte. Por exemplo, uma criança de uma cidade pequena talvez tenha mais acesso a brincadeiras de rua ou se desloque mais facilmente até uma praça esportiva (inclusive de bicicleta ou a pé); porém, é mais raro que cidades menores tenham instalações especializadas em modalidades esportivas específicas. Por outro lado, jovens que vivem em grandes centros podem ter mais acesso a instalações de qualidade, mas podem enfrentar dificuldades com uma locomoção longa e custosa. Esse efeito está relacionado ao acesso e especialização ao esporte.

A compreensão do desenvolvimento de atletas em longo prazo pode contribuir para a redução do efeito da idade relativa e da maturação precoce, pois indica que resultados momentâneos de atletas em formação não devem ser considerados como definitivos, visto que o parâmetro de comparação, com outros atletas da mesma categoria, pode ainda apresentar grandes alterações em um curto

período. O oferecimento de mais centros e programas de desenvolvimento de atletas em longo prazo aumenta as oportunidades de mais jovens em mais locais, reduzindo o efeito da cidade de nascimento. A proposição de competições com modelos alternativos, como temporadas mais curtas e eventos mais regionalizados ao menos até o fim da adolescência, também podem ser um fator de contribuição.

Além de situar outras dimensões da vida de atletas que seguem em paralelo ao desenvolvimento atlético ao longo das diferentes etapas, temos que reconhecer também as diversas transições nos diferentes níveis. Transições em nível psicossocial ou educacional, por exemplo, podem influenciar a carreira esportiva ao gerar novas demandas e dificuldades que ocorrem, muitas vezes, no mesmo momento de novos desafios na vida esportiva. Essas transições são consideradas momentos críticos e determinantes que podem impulsionar ou interromper a carreira esportiva ao se combinarem com momentos de maior equilíbrio ou desequilíbrio pessoal. Com base em sua maior ou menor previsibilidade, as transições são classificadas como normativas, não normativas e quase normativas.

### CONCEITOS-CHAVE

**Transições normativas** são as que acontecem com a maioria das/os atletas, portanto, podem ser planejadas com antecedência. Ex.: etapas de carreira que se dão na adolescência e juventude devem integrar a permanência na escola; a passagem de atleta júnior para adulto exige incremento na capacidade de suportar demandas elevadas de treino e competição.

**Transições quase normativas** tendem a acontecer para determinada categoria de atletas. Mais previsíveis, favorecem o planejamento e a preparação. Ex.: com a progressão na carreira esportiva, atletas de cidades menores tendem a se mudar de cidade para ter acesso a centros de treinamento mais adequados, assim como atletas internacionais passam por relevantes adaptações culturais ao competirem e residirem fora do Brasil.

**Transições não normativas** são as menos previsíveis e que geram grandes ameaças à continuidade de atletas no Caminho da Medalha. Ex.: fatores desejados da vida adulta, como a gravidez para atletas mulheres, ou episódios não desejados, como falecimento na família.

Temos ainda que considerar que muitos desses processos são concomitantes: por exemplo, em paralelo ao processo de desenvolvimento esportivo, atletas jovens também estão em formação escolar ou superior. A essa dupla atividade é dado o nome de dupla carreira, que se estende a atletas adultas/os que podem continuar o estudo ou associar outra carreira profissional à esportiva (sobretudo amadores ou com suporte insuficiente para viver exclusivamente do esporte).

## CONCEITO-CHAVE

**Dupla carreira** é o nome dado à combinação de carreira esportiva para o rendimento com a formação educacional ou o trabalho. Isso tende a adicionar dificuldades ao processo de desenvolvimento esportivo, como conciliar compromissos esportivos, estudantis e laborais com risco de menor aproveitamento nas duas frentes. Por outro lado, atletas que vivenciaram a dupla carreira, em especial a estudantil, podem ter uma melhor transição para o pós-carreira esportiva, na medida em que cultivam outras perspectivas e interesses.

A dupla carreira, sobretudo profissional, em geral é consequência da insuficiência de recursos para se dedicar com exclusividade ao esporte. É fundamental que confederações identifiquem esses casos e as possibilidades de melhor suporte financeiro para treinamento, competições, alimentação, saúde e condições de vida geral. É preciso cuidado com a gestão da carreira de atletas para que esses processos paralelos não se tornem concorrentes.

Nesse conjunto de fatores associados ao desenvolvimento holístico de atletas, clubes e confederações devem ser parceiros e prover suporte para que atletas possam identificar as demandas das diferentes transições, assim como as barreiras em potencial a serem enfrentadas (que podem variar de acordo com a modalidade ou ambiente de desenvolvimento), avaliando os recursos disponíveis para superar esses desafios. Iniciativas voltadas ao preparo de atletas para esses momentos passam pelo desenvolvimento de habilidades para a vida, como gestão de carreira e de tempo, por exemplo. O relato de atletas mais experientes, assim como o suporte de treinadoras/es e equipe interdisciplinar, pode facilitar a avaliação da nova situação, levando ao alinhamento de expectativas e planejamento de estratégias para superar as dificuldades do momento.

## AGORA É COM VOCÊ

- Os momentos de transição de carreira podem resultar na afirmação como atleta ou no abandono da carreira. Os motivos de abandono estão relacionados a questões corporais (como incapacidade de responder a demandas físicas ou psicológicas de treino, idade avançada e queda de performance ou lesões) ou sociais (financeira, familiar, escolar). Diante disso, existem levantamentos no seu esporte que indicam os principais motivos de abandono? Uma vez identificados os motivos, quais as ações de suporte que podem ser planejadas pela sua confederação?
- Identificar as transições mais recorrentes na carreira de atleta de rendimento na sua confederação ajuda a prever demandas e estabelecer procedimentos de suporte à gestão de carreira. Quais estratégias podem ser estabelecidas e quais os recursos necessários? Como valorizar os ex-atletas do esporte oferecendo suporte na transição para aposentadoria e valorizando seu papel de inspiração para atletas mais jovens?