



FUTEBOL AMADOR E SAÚDE MENTAL: UM ESTUDO DE CASO EM POÇOS DE CALDAS (MG)

RESUMO

Este artigo examina o papel do futebol amador em Poços de Caldas (MG) como prática cultural que vai além do esporte, atuando como espaço de sociabilidade, fortalecimento comunitário e promoção da saúde mental nas periferias urbanas. Em contextos marcados por vulnerabilidade socioeconômica e precariedade do acesso a políticas públicas, o futebol amador emerge como uma “tecnologia social” de cuidado coletivo, estimulando pertencimento, redes de apoio e resistência às desigualdades. A pesquisa utilizou um Estudo de Caso com abordagem qualitativa, incluindo entrevistas semiestruturadas e observação participante, fundamentada na análise de conteúdo para compreender as dimensões subjetivas e sociais da prática. Os resultados evidenciam que os times funcionam como espaços de acolhimento e promoção do bem-estar, configurando-se como importantes vetores de organização social e saúde comunitária.

Palavras-chave: Espaço. Esporte. Bem-estar.

1. INTRODUÇÃO

O futebol ocupa um papel central na cultura brasileira, especialmente nas periferias urbanas, onde vai além do esporte para atuar como espaço de sociabilidade, fortalecimento comunitário e resistência às desigualdades (Damatta, 1982; Proni, 2000; Freire, 2021). Nessas áreas, o futebol amador promove não só lazer, mas também cuidado emocional, identidade positiva e redes de solidariedade fundamentais para contextos de vulnerabilidade (Braga et al., 2024). Além disso, a atividade física coletiva contribui para a saúde mental, reduzindo sintomas de ansiedade e estresse (WHO, 2022).

Em Poços de Caldas, cidade marcada por desigualdades socioespaciais e segregação territorial, o futebol amador funciona como prática cultural de resistência e promoção do bem-estar comunitário, materializando a noção de pertencimento e afetividade com o território (Tuan, 1974; Santos e Silveira, 1996).

Assim, este trabalho tem como objetivo principal analisar a espacialidade dos times de futebol amador em Poços de Caldas e compreender seu impacto social no fortalecimento comunitário e promoção da saúde mental. Como objetivos específicos, busca: (i) identificar a localização dos times e sua relação com áreas periféricas; (ii) caracterizar os tipos de atividades e práticas sociais

desenvolvidas; e (iii) compreender as percepções de atletas e dirigentes sobre acolhimento, pertencimento e cuidado emocional proporcionados pelo futebol amador.

Este estudo parte das hipóteses de que os times amadores estão majoritariamente localizados em áreas periféricas e atuam como agentes de acolhimento e fortalecimento comunitário, buscando analisar sua espacialidade e impacto social por meio de entrevistas qualitativas.

2. MATERIAL E MÉTODOS

A pesquisa investiga a espacialização dos times de futebol amador em Poços de Caldas e sua relação com o fortalecimento comunitário e a promoção da saúde mental. Adotou-se o Estudo de Caso como método, por permitir a articulação entre aspectos teóricos e empíricos. A fundamentação teórica foi realizada a partir de levantamento bibliográfico em portais oficiais e periódicos acadêmicos, revelando lacunas sobre a distribuição espacial dos times e seu papel sociocultural, especialmente em áreas periféricas.

Posteriormente, realizou-se o levantamento quantitativo e qualitativo dos times das primeiras e segundas divisões do campeonato local, com apoio da Liga Poços-Caldense de Futebol (LPF). As informações foram organizadas em um banco de dados com a localização dos times na malha urbana, incluindo informações sobre número de jogadores, idade média, tempo de existência do time e infraestrutura disponível. Foram realizadas 20 entrevistas semiestruturadas com atletas e dirigentes, selecionados por critérios de residência na área de atuação do time, envolvimento ativo no futebol amador e idade mínima de 18 anos. As entrevistas abordaram experiências de participação, percepção sobre redes de solidariedade, cuidado emocional, inclusão social e desafios enfrentados. Os dados foram analisados por meio da análise de conteúdo temática, permitindo identificar categorias relacionadas ao acolhimento, pertencimento, coesão social, saúde coletiva e participação feminina

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O cruzamento entre a escuta dos participantes e os dados empíricos permitiu identificar cinco categorias que expressam os sentidos do futebol amador. Apresentamos cada uma com exemplos, aprofundamento e diálogo com a literatura. Na Categoria 1 – Memória, identidade e história local, o futebol é visto como expressão da memória, identidade e história local, conectando passado e presente e reforçando o sentimento de pertencimento. Essa dimensão simbólica dialoga com DaMatta (1982), que o entende como ritual social que organiza valores coletivos, especialmente nas periferias como espaço de resistência. Já na Categoria 2 – Fortalecimento de laços sociais, o futebol amador fortalece laços sociais, criando redes de solidariedade e convivência que aproximam moradores antes desconhecidos, corroborando autores como Elias e Dunning (1992) e Tuan (1974). Por sua vez, na Categoria 3 – Cuidado emocional e saúde coletiva: a prática também funciona como cuidado

subjetivo, aliviando o estresse e melhorando a saúde mental, conforme estudos recentes sobre atividade física e bem-estar em contextos vulneráveis (Hallal, 2021). Ademais, na Categoria 4 – Lazer e inclusão cultural, o futebol é ainda uma das poucas formas de lazer acessível nas periferias, promovendo encontros intergeracionais e celebrando a cultura local, função negligenciada pelas políticas públicas (Malacarne et al., 2022; Rolnik, 2017). A crescente presença feminina ressignifica o futebol amador, ampliando inclusão e diversidade (Goellner, 2003; Knijnik, 2014). Por fim, na Categoria 5 – Políticas públicas e infraestrutura: destaca-se a ausência do Estado no apoio ao esporte de base, evidenciando a necessidade de políticas públicas que valorizem o futebol amador com infraestrutura e programas de incentivo, como apontam Proni (2000) e os próprios entrevistados.

Assim, o futebol amador emerge como dispositivo de coesão social, saúde emocional e fortalecimento comunitário, mostrando-se campo fértil para políticas públicas integradas que valorizem práticas autônomas das comunidades. A análise detalhada por categorias permitiu aprofundar o diálogo com a literatura, evidenciando a complexidade das práticas culturais, sociais e afetivas envolvidas.

5. CONCLUSÃO

Por meio da realização de entrevistas e questionários, foi possível evidenciar que o futebol amador transcende sua dimensão esportiva, constituindo-se como espaço de pertencimento, sociabilidade, cuidado emocional e resistência frente às múltiplas vulnerabilidades que atravessam esses territórios. Além disso, revelou experiências afetivas, simbólicas e políticas que reafirmam a centralidade do lazer popular como direito e como estratégia de enfrentamento das adversidades urbanas. A análise por categorias permitiu demonstrar, de forma mais detalhada, como a prática esportiva se relaciona com o fortalecimento comunitário, a inclusão social e a promoção da saúde mental.

AGRADECIMENTOS

Os autores agradecem a Secretaria Municipal de Esportes do Município de Poços de Caldas pelo incentivo financeiro promovido pelo Edital de Patrocínio Municipal nº05/2025.

REFERÊNCIAS

BRAGA, L.C.S.; SOUZA, A.S.; C.E.W.; FERREIRA FILHO, D.A.; SOUZA, R.A.P.; ALVES, S.B. O futebol de campo como meio de desenvolvimento psicológico, através da inclusão social. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [S. l.], v. 11, n. 7, p. 2276–2288, 2025. DOI: 10.51891/rease.v11i7.20422. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/20422>

DAMATTA, R. **Carnavais, malandros e heróis: para uma sociologia do dilema brasileiro**. Rio de Janeiro: Zahar, 1982.

ELIAS, N.; DUNNING, E. **A busca da excitação**. Lisboa: Difel, 1992.

FREIRE, M. J. **Futebol e suas dimensões sociais no Brasil: um estudo de identidade e resistência**. São Paulo: Editora Sociologia Viva, 2021.

GOELLNER, S. V. Gênero e corporalidades: mulheres no futebol. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 24, n. 1, p. 81-96, 2003. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1807-55092005000200005>. Disponível em: <https://revistas.usp.br/rbefe/article/view/16590>.

HALLAL, P. C. Atividade física e sua importância na saúde mental em tempos de pandemia. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 26, n. 1, p. 1-3, 2021. DOI: <https://doi.org/10.12820/rbafs.26e0154>.

KNIJNIK, J. Women's soccer in Brazil: Progress and problems. **Soccer & Society**, v. 16, n. 3, p. 517–529, 2014. Disponível em: <https://vc.bridgew.edu/jiws/vol16/iss3/5>.

MALACARNE, J.A.D.; CARVALHO, P.H.M.; ARAÚJO, M.F.S.; ROCHA, M.B.; PALMA, A.P. Esporte e lazer nas periferias urbanas: resistência, política e direito social. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 44, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1590/rbce.44.e005122>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbce/a/srNBxX9dtWd8SpXgTWWvyYm/?lang=pt>.

PRONI, M. W. Futebol e sociedade: a prática amadora nas periferias. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 21, n. 1, p. 9-25, 2000. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0101-32892011000400008>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbce/a/g9HYjjT6gDFp9HgF9cmfYxy/?lang=pt>.

ROLNIK, R. **Guerra dos lugares: a colonização da terra e da moradia na era das finanças**. São Paulo: Boitempo Editorial, 2017.

SANTOS, M.; SILVEIRA, M. L. Globalização e geografia: a compartimentação do espaço. **Caderno Prudentino de Geografia**, v. 1, n. 18, p. 5-17, 1996.

TUAN, Y. **Um estudo da percepção, atitudes e valores do meio ambiente**. São Paulo: Difel, 1974.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Physical activity and mental health**. Geneva, 2022.