

03/06/16 08:26 03/06/16 08:27

[Curta](#) [Compartilhe](#) [Tweetar](#) [G+](#)

Coaching esportivo ganha visibilidade com a proximidade da Olimpíada do Rio



Leia mais



Com a busca por autoconhecimento, cresce a procura pelo coach de alta performance



Preocupação com sustentabilidade e responsabilidade social amplia campo de atuação na área de turismo



Produção cultural movimentada economia e cria oportunidades no mercado de trabalho

Gerardo Ribeiro

Tamanho do texto [A](#) [A](#) [A](#)

Para um esportista garantir uma boa performance em campo, nas quadras, nas pistas e nas piscinas é necessário muito treinamento. Mas só isso não basta. Para subir no pódio é fundamental ainda estar preparado emocionalmente, ter foco, comprometimento e disciplina. É aí que entra em ação um profissional que vem se tornando o grande aliado do atleta: o coach esportivo.

Este profissional, cada vez mais valorizado na Europa e nos Estados Unidos, vem ganhando mais espaço no Brasil na preparação de esportistas e equipes, nos últimos tempos, tornando-se tão importantes para eles quanto os técnicos, psicólogos e nutricionistas. A atividade acompanha o processo de profissionalização do esporte no país e ganha visibilidade maior por conta da proximidade dos jogos olímpicos e paralímpicos, que acontecerão no Rio entre agosto e setembro desse ano.

O coaching trabalha com técnicas que favorecem a concentração, a autoestima, a motivação e a disciplina dos atletas. Também contribui para reflexões ligadas à superação e determinação e até no gerenciamento da carreira em longo prazo, explica José Roberto Marques, presidente do Instituto Brasileiro de Coaching (IBC).

— O coaching esportivo direciona os profissionais e atletas a enxergarem de forma clara as metas e os caminhos que levam aos resultados positivos — acrescenta José Roberto, que é também coach do velocista paralímpico Lucas Prado, que busca o ouro nos jogos do Rio.



Desde 2007, o IBC já formou mais de 12 mil coaches. José Roberto estima que pelo menos 20% deles estejam atuando profissionalmente no mercado. Podem se dedicar a estas atividades profissionais de diferentes formações, como psicólogos, médicos, consultores esportivos, fonoaudiólogos e pedagogos, entre outros.

O trabalho costuma ser personalizado e a remuneração é por hora. O preço das sessões partem dos R\$ 300 a hora, podendo atingir, no médio prazo, R\$ 2.500.

Diferentemente do trabalho do treinador (técnico), cuja missão é direcionada ao alcance de um bom desempenho e resultados práticos do atleta, a atuação do coach visa o desenvolvimento pessoal e profissional, recorrendo a uma metodologia que busca auxiliar o esportista a traçar objetivos e alcançar os resultados almejados.

O próprio treinador técnico pode receber o auxílio de um coach esportivo na tentativa de obter da equipe ou atleta solo resultados satisfatórios.

— O coaching tem ajudado a clarear minhas decisões para alcançar meus objetivos em médio e longo prazo. Tenho aprendido a não reclamar quando algo dá errado e, sim, transformar em aprendizado — afirma o atleta paralímpico Lucas Prado.

Comentário

Comentários Encerrados

Os comentários são de responsabilidade exclusiva de seus autores e não representam a opinião deste site. Se achar algo que viole os [termos de uso](#), denuncie. Leia as [perguntas mais frequentes](#) para saber o que é impróprio ou legal.

Publicidade

As mais lidas

- Com mercado aquecido, campo de trabalho para audiologista deve crescer ainda mais
- Fonoaudiologia estética atrai clientes famosos como Ingrid Guimarães e Luis Salem
- Conheça as diferenças entre enfermeiro, técnico e auxiliar de enfermagem
- Agronegócio é um celeiro de boas oportunidades
- Pós-graduação ou MBA? Conheça as diferenças entre os cursos

Veja as mais enviadas

Publicidade

ESPECIAL PUBLICITÁRIO

3 / 3

Primeira página

CASOS DE POLÍCIA
Arcebispo do Rio fica no meio de fogo cruzado durante ataque a UPP

RIO
Jovem pede ajuda para moradora de rua grávida após estupro coletivo

CASOS DE POLÍCIA
Psicóloga baleada está em coma induzido: 'Estamos confiantes', diz pai

CASOS DE POLÍCIA
Polícia suspeita que tráfico tenha expulsado vizinho do 'abatedouro'

CASOS DE POLÍCIA
Homens invadem complexo olímpico e roubam máquina de R\$ 20 mil

Publicidade