

## Título 2.5 Apoio profissional a atletas

### 1. Definição

O apoio à carreira refere-se aos mecanismos implementados por uma organização para oferecer orientação e oportunidades para o desenvolvimento de competências. Especificamente, os programas de apoio à carreira para atletas visam ajudá-los na transição das suas carreiras desportivas para outras oportunidades de emprego e/ou no seguimento de uma carreira dupla, dentro ou fora do setor desportivo, fornecendo informações, aconselhamento, formação, assistência financeira ou outras formas de apoio. Estes programas devem ser organizados ou coordenados a nível organizacional e devem estender o apoio às organizações membros.

Encontrar um equilíbrio entre o desporto e as carreiras educacionais/profissionais pode trazer benefícios para os atletas individuais. Ensina-lhes competências valiosas em gestão de tempo e priorização, permitindo-lhes destacarem-se em ambas as áreas. Prosseguir a educação/carreira profissional paralelamente ao desporto proporciona aos atletas uma distração saudável e um foco diferente e ajuda a alargar a identidade dos atletas para além da sua carreira atlética, reduzindo o risco de uma crise de identidade quando a sua carreira desportiva termina. Além disso, o envolvimento em oportunidades de educação ou de desenvolvimento de competências permite aos atletas melhorar o seu conjunto de competências existentes, desenvolver competências importantes para a vida e tornarem-se indivíduos mais completos. Também expande a sua rede social para além dos limites do desporto e melhora as suas perspectivas de emprego, proporcionando-lhes competências transferíveis.

### 2. Cenário Ideal

A organização compreende a importância do apoio à carreira dos atletas e está a tratar disso tanto na direção como na Comissão de Atletas. É desenvolvida uma estratégia abrangente para apoiar os atletas ao longo de todas as fases das suas carreiras, incluindo a transição da carreira desportiva para futuras possibilidades de emprego. Para facilitar esta transição, a organização não trabalha apenas com os atletas, mas também desenvolveu cooperações com instituições de ensino secundário/terciário, empresas, governo e partes interessadas (por exemplo, patrocinadores) que oferecem oportunidades de carreira ou de ensino superior. A transição de carreira é um tema aberto na organização com informação regular sobre as possibilidades oferecidas pela organização e para além dela para ser um apoio constante e evolui com base no feedback e nas necessidades dos atletas.

### 3. Riscos

- A ausência de apoio aos atletas pode levá-los a má conduta ou a situações de vida difíceis (por exemplo, devido a um longo período de desemprego após uma carreira desportiva).
- Abandono por decisão entre a carreira desportiva e a carreira académica/profissional aliada à falta de conhecimento sobre as oportunidades de transição.

- Os atletas despreparados podem enfrentar distrações e diminuição do desempenho devido a questões profissionais não resolvidas, afetando a sua vantagem competitiva.
- Os atletas continuam sem sucesso ou sobrecarregados, uma vez que as suas carreiras desportivas e profissionais não podem ser alinhadas e combinadas.
- As organizações desportivas correm o risco de sofrer danos de reputação se forem percebidas como negligenciando o desenvolvimento holístico e o bem-estar dos atletas.

#### 4. Instrumentos e elementos-chave

<i>Instrumentos</i>	<i>Elementos-chave</i>
<p><b>Programa de carreira dos atletas:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fornecer um plano durante a carreira e para a reconversão.</li> <li>• Colaboração com a Comissão de Atletas para adequar continuamente o programa de carreira às necessidades atuais.</li> <li>• Existência de planeamento pós-carreira (por exemplo, com patrocinadores, instituições de ensino, governo) e possibilidades de e-learning dentro e fora da organização.</li> <li>• Apoio financeiro e de bolsas de estudo para facilitar a educação dos atletas e aumentar o emprego e as oportunidades de carreira dupla.</li> <li>• Garantir que os atletas estão cientes de todas as possibilidades existentes, bem como dos riscos de não planearem a reconversão ou a vida após a carreira.</li> <li>• Existência de diretor/ouvidor/comissão de ligação com atletas e ex-atletas.</li> <li>• Designar um responsável pelas carreiras duplas, um conselheiro de carreira dos atletas, referência para candidaturas de atletas.</li> </ul>

#### 5. Exemplos de boas práticas

##### Exemplo “Programa Carreira de Atleta”

**Organização:** Comité Olímpico Francês (CNOSF)

**Descrição:** Lançado em 2013 pelo Comité Francês para o Desporto Internacional e posteriormente gerido pelo Departamento de Relações Internacionais do CNOSF a partir de maio de 2015, o *Parcours Ambition Internationale* (PAI) prepara anualmente cerca de vinte personalidades desportivas francesas para funções internacionais. O programa inclui quatro seminários de dois dias, realizados em França e no estrangeiro, cobrindo vários temas essenciais para navegar no panorama desportivo internacional, como a comunicação intercultural, a análise económica e estratégica, a geopolítica desportiva, o lobby e a negociação, e as políticas desportivas europeias. Estes seminários apresentam palestras de especialistas, especialistas e líderes de renome das arenas desportiva e política globais. Os participantes, incluindo os representantes eleitos, os executivos das federações francesas e os atletas, beneficiam de treino personalizado de inglês, crucial para o envolvimento internacional. O PAI promove um ambiente

colaborativo, fomentando o intercâmbio entre participantes e oradores. Desde o seu início, quase 250 indivíduos concluíram o programa, muitos deles avançando para posições internacionais significativas. Todos os anos, as federações francesas e a Comissão de Atletas de Alto Nível do CNOSF recebem um convite à apresentação de candidaturas, estando os seminários do programa agendados para março, junho, setembro e dezembro.

**Mais informações:** [O Caminho da Ambição Internacional](#) | [CNOSF \(franceolympique.com\)](#)

#### Exemplo “Programa de Carreira de Atletas”

**Organização:** Federação Internacional de Hóquei (FIH)

**Descrição:** A FIH desenvolveu uma Academia de Hóquei FIH que é um centro de educação, formação e recursos para todos os atores envolvidos no Hóquei. O objetivo é criar uma força de trabalho global qualificada e profissional no hóquei, propondo uma série de programas, recursos e ferramentas concebidas para ajudar a apoiar organizações e indivíduos a todos os níveis. A academia foi desenvolvida em cooperação com partes interessadas externas com experiência relevante, Coach Logic e NottsSports.

A Estrutura de Educação do Atleta tem três etapas, baseadas no percurso de participação do atleta, desde a iniciação até à pós-carreira e à aprendizagem ao longo da vida. Disponibiliza e-learning online, mas também workshops e cursos online e presenciais.

**Mais informações:** [Atleta \(fih.hockey\)](#)

#### Exemplo “Programa de Carreira de Atletas”

**Organização:** Comité Olímpico Internacional (COI)

**Descrição:** O Comité Olímpico Internacional (COI) estabeleceu uma estratégia abrangente para apoiar a educação e o desenvolvimento profissional dos atletas, tanto durante como após as suas carreiras atléticas. No centro desta estratégia está a comunidade Athlete 365, uma plataforma que agrega todas as atividades e recursos do COI para os atletas e as suas comitivas. Duas iniciativas principais dentro desta estratégia centram-se em ajudar os atletas nas transições de carreira. Em primeiro lugar, em 2015, o COI introduziu a plataforma “Athlete Learning”, que oferece palestras académicas, insights em vídeo, eventos online ao vivo e um fórum de discussão feito à medida para atletas, especialmente aqueles que viajam com frequência. Esta plataforma oferece diversos cursos, incluindo os de transição de carreira, gestão de eventos desportivos e gestão desportiva profissional, bem como um centro acelerador de negócios para ajudar os atletas a explorar opções de carreira e a desenvolver competências práticas. Em segundo lugar, o programa Athlete 365 Career+, desenvolvido em parceria com a empresa global de recursos humanos Adecco, pretende ajudar os atletas a preparar-se e a alcançar transições de carreira bem-sucedidas. O programa está estruturado em cinco etapas: Preparar, Descobrir, Pesquisar, Planear e Implementar, orientando os atletas na compreensão do processo de desenvolvimento da sua carreira, investigando os seus pontos fortes, planeando o sucesso e adquirindo as competências necessárias. Este programa é ativamente implementado a nível nacional e internacional, garantindo um apoio abrangente aos atletas na maximização das suas oportunidades de educação e emprego.

**Mais informações:**

[Aprendizagem \(olympics.com\)](https://olympics.com)

[Portal de carreiras de atletas \(olympics.com\)](https://olympics.com)

#### Exemplo “Programa de Carreira de Atletas”

**Organização:** Comit  Olimpico Polaco

**Descri o:** “Comit s Olímpicos para Carreiras Duplas” (OCDC) foi um projecto financiado pelo Erasmus+ dedicado a promover carreiras duplas entre atletas de elite, enfatizando a importância e as oportunidades que as carreiras duplas proporcionam. O projecto visa desenvolver mecanismos de apoio que ajudem os atletas de elite a equilibrar as suas carreiras desportivas com as suas actividades educativas, e oferece caminhos para os atletas descobrirem as suas paixões e voca es para além do desporto. A iniciativa dota os atletas de competências essenciais para uma transi o tranquila para o mercado de trabalho após as suas carreiras desportivas. O curso online do OCDC para atletas juniores oferece orienta o sobre como gerir horários entre a educa o e o desporto, lidar com as pressões do desempenho de elite juntamente com as responsabilidades acad micas, criar uma marca pessoal, encontrar apoio para uma carreira dupla e planear o futuro. Para os atletas seniores, o curso centra-se na sensibiliza o para a importância da prepara o para a vida depois do desporto. Fornece estratégias para equilibrar os desportos de elite com a educa o ou o emprego, identifica oportunidades de educa o de adultos compatíveis com os horários dos atletas e enfatiza a importância da constru o de uma rede de apoio. Além disso, educa os atletas sobre programas de apoio institucional e gestão de marcas, cruciais para a condu o das suas carreiras p s-atléticas.

**Mais informa es:**

[Comit s Olímpicos para Carreira Dupla – Polski Komitet Olimpijski](#)

[OCDC – Atletas Juniores – SportAcademy](#)

[OCDC – Atletas Seniores – SportAcademy](#)

#### Exemplo “Programa de Carreira de Atletas”

**Organiza o:** Comit  Olimpico Nacional do Canadá (COC)

**Descri o:** Em associa o com a Deloitte, o Comit  Olimpico do Canadá (COC) lançou o Game Plan, um programa de transi o e bem-estar para atletas de alto desempenho. O Plano de Jogo foi desenvolvido para equipar os atletas canadianos com ferramentas para procurar a excelência durante e para além das suas carreiras desportivas, oferecendo uma gama de serviços de saúde mental. Apoiado pelo Comit  Paralímpico Canadiano (CPC) e pela Rede Canadiana de Institutos Desportivos Olímpicos e Paralímpicos (Rede COPSI), o programa visa mitigar os fatores de stress e as distra es comuns, permitindo aos atletas e treinadores concentrarem-se no desempenho máximo. Os consultores do Game Plan estão integrados em equipas de apoio, trabalhando ao lado de cientistas desportivos e especialistas em performance. O programa está estruturado em torno de cinco elementos principais: Gestão de Carreira, que inclui um quadro de empregos com oportunidades de emprego flexíveis para atletas; Network, uma iniciativa de mentoria que liga os ex-atletas   próxima gera o; Educa o, oferecendo oportunidades de forma o especializada e horários de aulas flexíveis; Skill Development, oferecendo conferências sobre gestão de

marcas pessoais e corporativas, oratória e planeamento financeiro; e Saúde, garantindo o acesso a apoio em saúde mental 24 horas por dia, 7 dias por semana e formação de sensibilização em saúde mental.

**Mais informações:** [Game Plan, Programa Total de Bem-Estar do Atleta do Canadá \(mygameplan.ca\)](https://mygameplan.ca)

## 6. Passos para o próximo nível

Para o nível 2 ★★ "Emergente"	Para o nível 3 ★★★ "Em desenvolvimento"	Para o nível 4 ★★★★ "Estabelecido"	Para o nível 5 ★★★★★ "Integrado"
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Discuta, durante uma reunião do Conselho, as possíveis ações que a sua organização poderia implementar para apoiar a transição de carreira dos atletas.</li> <li>• Apresente recursos informativos básicos e sessões ocasionais de orientação para ajudar os atletas a compreender a importância de equilibrar o desporto e outras atividades profissionais.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifique um especialista que possa estar em contacto com os atletas caso estes peçam apoio para a sua transição de carreira.</li> <li>• Adotar uma estratégia para prestar apoio a um atleta que gostaria de seguir um programa de treino ou de educação.</li> <li>• Considere horários de treino flexíveis (quando aplicável) e forneça recursos iniciais, como aconselhamento académico, em colaboração com instituições de ensino da área, para ajudar os atletas na gestão desportiva e académica/educativa.</li> <li>• Considere a oportunidade de desenvolver ferramentas, workshops e seminários para facilitar o desenvolvimento da</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adotar um programa de atleta para apoiar as suas actividades pós-carreira, incluindo sessões de treino e oportunidades de educação e para aumentar a sua consciencialização sobre o assunto durante e após a carreira desportiva do atleta.</li> <li>• Envolver a Comissão de Atletas para melhorar e promover o programa de carreira do atleta, servindo os membros da Comissão também de mentores para os atletas concorrentes.</li> <li>• Ministrando formação aos membros da Comissão de Atletas para os apoiar na orientação/orientação dos atletas sobre o tema.</li> <li>• Desenvolver e implementar programas abrangentes de carreira dupla, cooperando com os</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Refine the athlete's programme in order to support them during their whole career, including by putting them in direct connection with sponsors and companies (directly, or through organised events, eg Networking fairs) as well as creating tools to facilitate their development (eg e-aprendizagem).</li> <li>• Estabeleça parcerias sólidas com escolas, universidades e empregadores, oferecendo planos personalizados para atletas que incluem orientação, bolsas de estudo</li> </ul>

	<p>transição dos atletas durante as suas carreiras. Istopode abranger a autodescoberta, a exploração de carreiras, a redação de currículos, as estratégias de procura de emprego, a entrevistapreparação e networking.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Colaborar ativamente com a Comissão de Atletas para desenvolver um programa de carreira de atleta adaptado às suas necessidades, expectativas e experiências.</li> <li>• Promover e distribuir os recursos existentes disponíveis do CON, Federação Nacional, Associação Continental, COI, etc.</li> </ul>	<p>prestadores de ensino secundário e superior (por exemplo, escolas e universidades) para apoiar a combinação de treino atlético e atividades educativas. Isto inclui a oferta de tutoria académica, aconselhamento de carreira e formação em gestão do tempo, bem como a formação de parcerias com instituições de ensino e empregadores para garantir uma aprendizagem flexível e modalidades de trabalho.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Procure ativamente novas oportunidades de desenvolvimento de pessoal. Designe um membro da equipa ou outro representante da sua organização com a tarefa de acompanhar as oportunidades de carreira dupla para os atletas e estabelecer um contacto direto com os atletas.</li> <li>• Proporcionar oportunidades de networking para atletas, por exemplo, com partes interessadas ou instituições de ensino, para os colocar em contacto com potenciais futuros empregadores.</li> </ul>	<p>e estágios, e melhorando continuamente os programas com base no feedback dos atletas e nas necessidades em evolução.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Os programas de gestão de carreira estão disponíveis e acessíveis aos atletas, para maximizar as suas oportunidades de educação e emprego durante e/ou após a sua carreira desportiva.</li> <li>• Explorar outras possibilidades de apoio à dupla carreira (por exemplo, apoio financeiro) a nível governamental ou a nível das federações europeias ou internacionais.</li> <li>• Cooperar com os empregadores governamentais de atletas (por exemplo, militares, polícia, alfândega) para</li> </ul>
--	--	---	---



			<p>facilitar as condições ideais de treino/trabalho durante as carreiras activas dos atletas e para facilitar a transição para um emprego pós-carreira.</p>
--	--	--	---