

Alcoolismo em Jovens Atletas: uma revisão sistemática

Alcoholism in Young Athletes: a systematic review

Beatriz Santos Gonçalves Lima

e Joanna Bezerra Maynard

RESUMO

Introdução: O consumo de álcool entre jovens atletas está associado a comportamentos de risco, sendo cada vez mais apresentado entre esse grupo. **Objetivo:** Avaliar e sintetizar a evidência disponível sobre o consumo de álcool entre jovens atletas. **Métodos:** Foram revisados estudos publicados entre 2014 e 2024 que investigam a relação entre participação esportiva e consumo de álcool em jovens atletas. A pesquisa foi realizada em bases de dados eletrônicas, incluindo PubMed, Scopus e Web of Science, seguindo as diretrizes PRISMA. **Resultados:** A revisão incluiu 24 estudos, que demonstram que o consumo de álcool entre jovens atletas é influenciado por fatores como normas sociais dentro das equipes, tipo de esporte praticado, pressão social, e patrocínios esportivos de bebidas alcoólicas. Atletas envolvidos em esportes de contato, como rugby e futebol, apresentaram uma maior propensão ao consumo excessivo de álcool, influenciados por normas de masculinidade e coesão de grupo. Além disso, o status social dentro da equipe e as pressões culturais relacionadas ao gênero e à etnia também foram identificados como fatores contribuintes significativos. **Conclusões:** O consumo de álcool entre jovens atletas é influenciado por uma combinação de fatores sociais, culturais e esportivos. Estratégias preventivas eficazes devem considerar essas influências contextuais e buscar modificar as normas sociais dentro das equipes esportivas para reduzir o consumo de álcool.

Palavras-chave: Alcoolismo. Atletas jovens. Revisão sistemática. Esportes.

ABSTRACT

Introduction: Alcohol consumption among young athletes is associated with risk behaviors and is increasingly prevalent within this group. **Objective:** To evaluate and synthesize the available evidence on alcohol consumption among young athletes. **Methods:** Studies published between 2014 and 2024 that investigated the relationship between sports participation and alcohol consumption in young athletes were reviewed. The research was conducted in electronic databases, including PubMed, Scopus, and Web of Science, following PRISMA guidelines. **Results:** The review included 24 studies, which demonstrate that alcohol consumption among young athletes is influenced by factors such as social norms within teams, the type of sport practiced, social pressure, and alcohol-related sports sponsorships. Athletes involved in contact sports, such as rugby and football, showed a higher propensity for excessive alcohol consumption, influenced by norms of masculinity and team cohesion. Furthermore, social status within the team and cultural pressures related to gender and ethnicity were also identified as significant contributing factors. **Conclusions:** Alcohol

consumption among young athletes is influenced by a combination of social, cultural, and sports-related factors. Effective preventive strategies should consider these contextual influences and seek to modify social norms within sports teams to reduce alcohol consumption.

Keywords: Alcoholism. Young athletes. Systematic review. Sports.

Introdução

O consumo de álcool é uma preocupação de saúde pública global, especialmente entre jovens. Quando se foca especificamente em atletas, o problema pode ser ainda mais complicado. Os jovens atletas são frequentemente vistos como modelos de saúde e disciplina, e suas rotinas de treinamento, juntamente com a pressão para ter um bom desempenho, podem influenciar seus hábitos de consumo de álcool, afetando sua recuperação muscular e no risco de lesões¹. Estudos indicam que cerca de 20–35% dos jovens atletas fazem uso regular de álcool, sendo que muitos desses jovens praticam o “binge drinking”, ou consumo excessivo em uma única ocasião, como uma forma de lidar com a pressão esportiva e social².

Além disso, o ambiente social e cultural do esporte pode incentivar o consumo de álcool como uma forma de socialização ou de lidar com a pressão competitiva³. No entanto, a extensão e as consequências do consumo de álcool entre jovens atletas ainda não são totalmente compreendidas, necessitando de uma análise sistemática para consolidar o conhecimento existente e identificar lacunas na pesquisa. As representações culturais e sociais influenciam significativamente os desafios que jovens atletas enfrentam em relação ao consumo de álcool. A imagem do “atleta disciplinado e saudável” contrasta com a realidade de pressões sociais e comportamentos de risco, como o consumo de álcool, que são comuns em alguns contextos esportivos².

Embora essa contradição seja amplamente discutida, há um número crescente de estudos que investigam os fatores relacionados à adesão dos jovens atletas ao consumo de álcool e às consequências para sua saúde física e mental, dentre eles, analisando o impacto fisiológico e psicológico do álcool, os fatores de risco e proteção; e as consequências para a saúde e desempenho.

A primeira categoria, quanto ao impacto fisiológico e psicológico do álcool, concentra-se nos efeitos adversos do consumo de álcool tanto na saúde física quanto na saúde mental dos jovens atletas. O álcool é conhecido por interferir no metabolismo proteico, afetando a capacidade do corpo de reparar e construir tecidos musculares, um processo essencial para a recuperação após o treinamento intensivo e competições. Estudos demonstram que a ingestão de álcool pode reduzir a síntese proteica em até 37%, comprometendo a regeneração muscular e prolongando o tempo de recuperação física, o que aumenta o risco de lesões recorrentes⁴. Além disso, o álcool prejudica a qualidade do sono, fator crítico para a recuperação fisiológica e mental dos atletas, uma vez que o sono profundo promove a liberação de hormônios essenciais, como o hormônio do crescimento, necessário para a reparação celular⁵. Psicologicamente, o álcool age como um depressor do sistema nervoso central, exacerbando sintomas de ansiedade e depressão, que são comuns entre atletas devido à pressão por desempenho e ao estresse competitivo. Assim, o consumo de álcool está associado a uma redução significativa nos níveis de serotonina e dopamina, neurotransmissores cruciais para o humor e o bem-estar emocional, o que pode levar a uma maior vulnerabilidade à depressão e à impulsividade⁶. Esses efeitos psicológicos acabam afetando a performance dos atletas e seu relacionamento interpessoal e sua motivação para o esporte.

A segunda categoria, fatores de risco e proteção, consiste nas variáveis que influenciam a probabilidade de consumo de álcool entre jovens atletas, considerando os aspectos sociais, culturais e individuais que podem incentivar ou desencorajar esse comportamento. Em ambientes onde a masculinidade e a resiliência física são altamente valorizadas, o álcool é, muitas vezes, incorporado como um elemento de socialização e integração no grupo^{6,7}. Essas dinâmicas podem ser especialmente intensas em esportes de contato, nos quais os atletas jovens, para serem aceitos e respeitados, sentem-se pressionados a adotar comportamentos de risco como demonstração de força e pertencimento. Em contrapartida, fatores de proteção, como suporte familiar, orientação psicológica e intervenções educacionais, têm demonstrado eficácia em reduzir a propensão ao consumo de álcool entre jovens atletas. Programas de prevenção focados na conscientização sobre os impactos do álcool na saúde e no desempenho, por exemplo, têm sido associados a uma redução de até 25% na frequência de consumo de álcool entre atletas adolescentes⁸.

A terceira e mais ampla categoria, que envolve as consequências para a saúde e desempenho, explora a atuação do álcool como imunossupressor, diminuindo a eficiência do sistema imunológico e tornando os atletas mais suscetíveis a infecções e doenças, o que pode resultar em afastamentos temporários ou mesmo definitivos das atividades esportivas⁹. Além disso, o consumo de álcool reduz a capacidade cardiovascular, a resistência física e a força muscular, comprometendo a performance em treinos e competições. A ingestão regular de álcool pode levar a uma queda de até 15% na resistência física e a uma diminuição da força explosiva, prejudicando diretamente a capacidade de reação e agilidade, habilidades essenciais para o sucesso esportivo¹⁰. O impacto estende-se também para o ambiente acadêmico, onde há uma associação entre o consumo frequente de álcool e problemas de desempenho escolar, como faltas, redução nas notas e até mesmo abandono escolar. Dessa forma, cerca de 40% dos jovens atletas que consomem álcool regularmente apresentam dificuldades acadêmicas, o que não só afeta suas oportunidades futuras como também compromete o desenvolvimento de habilidades cognitivas fundamentais para sua vida profissional¹¹.

A partir disso, o objetivo desta revisão sistemática é avaliar e sintetizar a evidência disponível sobre o consumo de álcool entre jovens atletas. Especificamente, busca-se responder às seguintes questões: Qual é a prevalência do consumo de álcool entre jovens atletas? Quais são os fatores de risco e de proteção associados ao consumo de álcool nesta população? Quais são as consequências do consumo de álcool para a saúde, desempenho esportivo e bem-estar geral de jovens atletas? Quais intervenções têm sido implementadas para prevenir ou reduzir o consumo de álcool entre jovens atletas e quão bem-sucedidas elas foram?

Dada a ênfase das potenciais consequências do consumo de álcool para a saúde e desempenho dos jovens atletas, torna-se oportuno compreender e analisar o conhecimento científico produzido nacional e internacionalmente sobre este tema. Portanto, este estudo de revisão sistemática busca, nas principais bases de dados, trabalhos que abordem a prevalência, os fatores de risco e proteção, as consequências e as intervenções relacionadas ao consumo de álcool entre jovens atletas.

Método

Esta revisão de literatura foi conduzida conforme as diretrizes do Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA), cujos conceitos e tópicos gerais são amplamente aplicáveis tanto para revisões sistemáticas quanto para outros tipos de revisões. O PRISMA Statement, composto por um fluxograma e um checklist, ordena as etapas de identificação, rastreamento, seleção e análise de publicações, evitando direcionamentos indesejados nos resultados.

As bases de dados utilizadas incluíram ScienceDirect, MDPI, IBEC/BVS e PubMed/MedLine, selecionadas por sua abrangência e relevância na área da saúde e do esporte. A busca foi realizada em julho de 2024, restringindo-se ao período entre 2014 e 2024 e abrangendo publicações nos idiomas inglês, português e espanhol. Para a estratégia de busca, foram empregados descritores e/ou palavras-chave específicos para cada base de dados, com derivações e traduções adequadas, além de combinações utilizando operadores booleanos. As chaves de busca e o número total de publicações encontradas estão detalhados no Quadro 1.

Quadro 1. Chaves de busca s e número de publicações encontradas.

Base de Dados	Chave de Busca	Nº
ScienceDirect	Alcoholism AND Young AND Athletes“ OR “Alcoholism AND Athletes” AND (LIMIT-TO (LANGUAGE,“English”) OR LIMIT-TO (LANGUAGE,“Portuguese”)) OR TIME LINE (LIMIT-TO “2014-2024”)	786
MDPI	Alcoholism AND Young AND Athletes“ OR “Alcoholism AND Athletes” AND TIME LINE (LIMIT-TO “2014-2024”)	31
IBECs/BVS	“Alcoholism AND Young AND Athletes“ OR “Alcoholism AND Athletes” AND (LIMIT-TO (LANGUAGE,“English”) OR LIMIT-TO (LANGUAGE,“Spanish”) OR LIMIT-TO (LANGUAGE,“Portuguese”)) OR TIME LINE (LIMIT-TO “2014-2024”)	67
Pubmed/MedLine	“Alcoholism AND Young AND Athletes“ OR “Alcoholism AND Athletes” AND (LIMIT-TO (LANGUAGE,“English”) OR LIMIT-TO (LANGUAGE,“Spanish”) OR LIMIT-TO (LANGUAGE,“Portuguese”)) OR TIME LINE (LIMIT-TO “2014-2024”)	684

Os critérios de exclusão para seleção dos artigos incluíram: estudos não relacionados ao consumo de álcool em jovens atletas; estudos focados em intervenções fora do contexto esportivo; estudos qualitativos sem método de análise de dados claro; e relatos de experiência ou estudos não publicados em inglês, português ou espanhol. O processo de seleção dos estudos começou com a triagem inicial dos títulos e resumos por dois revisores independentes, que avaliaram a elegibilidade com base nos critérios predefinidos. Artigos potencialmente relevantes foram obtidos na íntegra e avaliados independentemente pelos mesmos revisores. Qualquer discordância foi resolvida por consenso ou por um terceiro revisor.

Os dados foram extraídos dos estudos incluídos por dois revisores independentes, utilizando um formulário de extração de dados padronizado. As informações extraídas incluíram características do estudo (autor, ano, país, desenho do estudo), características dos participantes (idade, sexo, nível de competição), detalhes das intervenções, comparações, desfechos e resultados principais.

Discrepâncias na extração de dados foram resolvidas por discussão entre os revisores ou por um terceiro revisor.

O risco de viés nos estudos incluídos foi avaliado por dois revisores independentes, utilizando a ferramenta Cochrane Risk of Bias para ensaios clínicos randomizados e a ferramenta Newcastle-Ottawa Scale para estudos observacionais. Qualquer discordância foi resolvida por consenso ou por um terceiro revisor. Os resultados foram sintetizados qualitativamente e, quando apropriado, quantitativamente por meio de meta-análise. As análises estatísticas foram realizadas utilizando o software RevMan (Review Manager) versão 5.4. A heterogeneidade entre os estudos foi avaliada utilizando o teste Q de Cochran e a estatística I^2 .

A avaliação do risco de viés entre estudos foi realizada utilizando o gráfico de funil (funnel plot) e o teste de Egger para detectar a assimetria do gráfico de funil. Análises de subgrupos foram realizadas para explorar possíveis fontes de heterogeneidade com base em características dos participantes (idade, sexo), tipo de esporte e nível de competição. Análises de sensibilidade foram conduzidas para avaliar a robustez dos resultados, excluindo estudos de baixa qualidade.

O processo de seleção dos estudos está detalhado no fluxograma PRISMA (Figura 1), que ilustra as etapas de identificação, rastreamento, seleção e inclusão dos estudos. Este método sistemático e rigoroso foi seguido para garantir a integridade e validade das conclusões desta revisão sistemática sobre o consumo de álcool entre jovens atletas.

Resultados e Discussão

A busca realizada nas bases de dados resultou em um total de 1.566 publicações relacionadas ao consumo de álcool entre jovens atletas. O software Endnote Web foi utilizado para gerenciar as referências bibliográficas, facilitando a organização e o rastreamento das fontes. Após a remoção de 381 títulos por duplicidade, a amostra foi reduzida para 1.185 publicações.

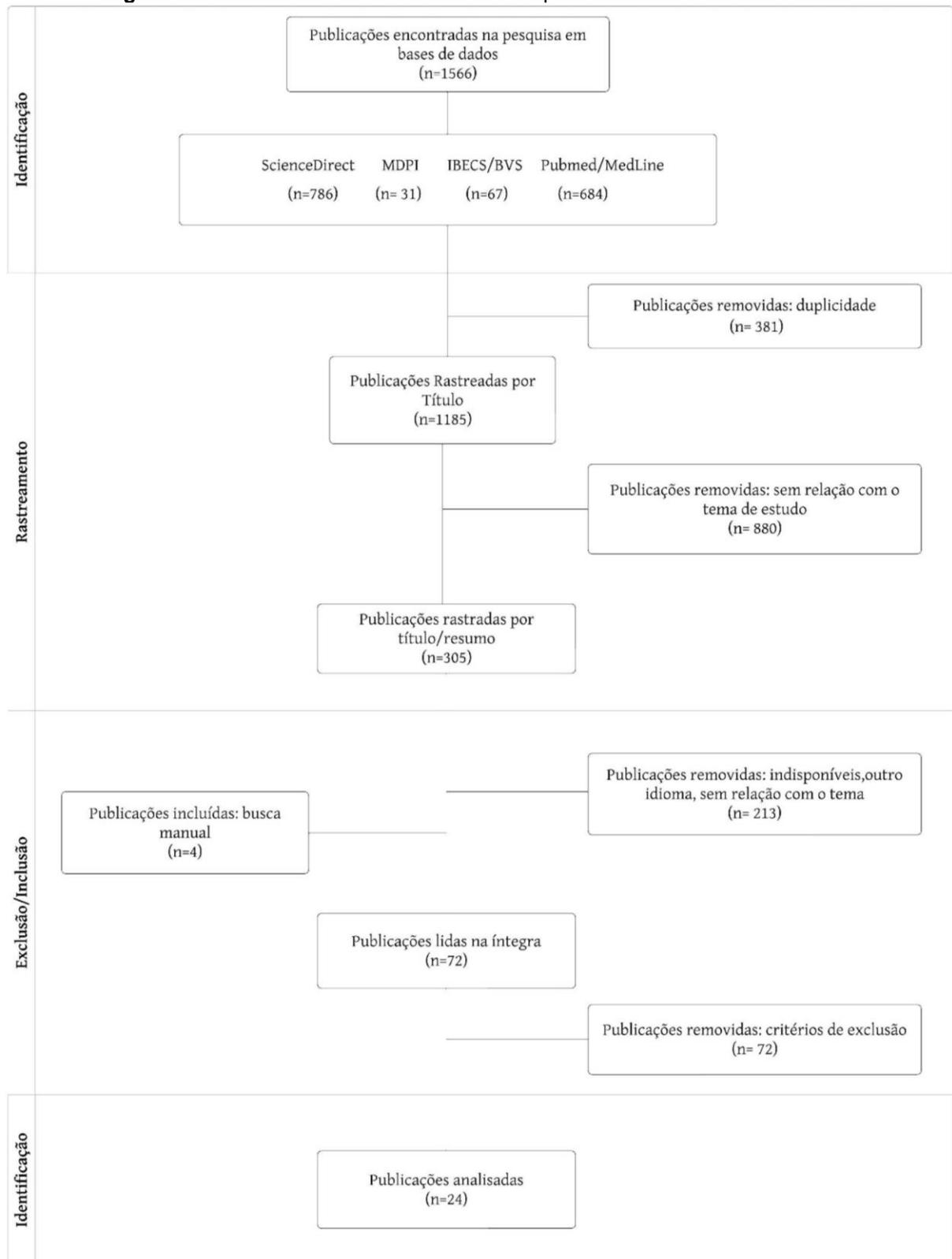
Na triagem manual pelo título, foram removidas 880 publicações que não tinham relação direta com o tema do estudo, muitas delas tratando de questões relacionadas ao consumo de álcool em contextos não esportivos ou em populações que não incluíam jovens atletas. Posteriormente, durante o rastreamento por título e

resumo, outras 233 publicações foram excluídas por motivos como indisponibilidade, irrelevância ao tema ou por terem sido publicadas em idiomas diferentes do inglês, português ou espanhol.

As 72 publicações restantes foram então submetidas a uma leitura integral. Adicionalmente, outras 16 publicações foram incluídas por meio de busca manual, baseadas nas referências bibliográficas encontradas durante a revisão inicial.

No total, 88 publicações foram avaliadas integralmente, mas 64 delas foram descartadas após a aplicação rigorosa dos critérios de exclusão previamente definidos, como a falta de foco no contexto esportivo ou a ausência de dados quantitativos relevantes. Assim, restaram 24 publicações para a análise final. A Figura 1 apresenta o fluxograma da revisão de literatura, conforme as etapas estabelecidas pelas diretrizes PRISMA.

Figura 1. Demonstrativo de Resultado de Pesquisa utilizando o modelo Prisma.



A leitura preliminar das publicações selecionadas permitiu a listagem de alguns aspectos principais, apresentados no Quadro 2: os principais autores, ano de

publicação, título do trabalho e um breve resumo que inclui os objetivos, métodos e principais resultados.

No que tange à terminologia adotada neste estudo, cabe uma breve explicação, visto que esta não é uniforme entre as publicações analisadas. Enquanto alguns estudos utilizam termos como "binge drinking" para descrever o consumo excessivo de álcool em uma única ocasião, outros adotam terminologias como "álcool recreativo" para descrever o uso social de álcool entre jovens atletas. Para este trabalho, adotou-se o termo "consumo de álcool", abrangendo tanto o uso regular quanto o ocasional, considerando o impacto potencial sobre a saúde e o desempenho esportivo.

A partir da visão geral apresentada no Quadro 2, partiu-se para a análise dos resultados. Dos 24 estudos analisados, 21 foram publicados entre 2015 e 2024, evidenciando a atualidade e relevância do tema. O Gráfico 1 ilustra a tendência de aumento nas publicações entre 2015 e 2022, seguido de uma estabilização nos anos subsequentes, com um ligeiro aumento novamente em 2023.

Embora o consumo de álcool entre atletas não seja um tema novo, a atenção científica direcionada especificamente aos jovens atletas é relativamente recente, o que pode explicar a contemporaneidade das publicações sobre o tema. Além disso, o crescente interesse pode ser atribuído às preocupações crescentes com o impacto do álcool no desenvolvimento físico e mental dos jovens e sua influência no desempenho esportivo.

Quadro 2. Resumo das publicações selecionadas para análise.

Autores e data	Título	Resumo
Dougherty III e Baron, 2022.	Substance Use and Addiction in Athletes: The Case for Neuromodulation and Beyond.	O uso e abuso de substâncias continuam sendo problemas graves na sociedade, afetando inclusive os atletas. A pressão da competição pode aumentar a probabilidade de uso e abuso de substâncias, e os tratamentos existentes muitas vezes não são adequados para as necessidades dos atletas, que enfrentam desafios específicos como preocupações com o desempenho e regras organizacionais rigorosas. Com altas taxas de recaída e efeitos colaterais que podem comprometer o rendimento esportivo, há uma necessidade urgente de investigar novos tratamentos e aprimorar estratégias de prevenção. Esta revisão destaca o abuso de substâncias na população atlética e explora

		possíveis direções futuras para tratamento, como métodos de neuromodulação e o uso de ketamina. A necessidade de estudos mais rigorosos e focados nesse grupo vulnerável é evidente.
Clark et al., 2015.	Sport participation and its association with social and psychological factors known to predict substance use and abuse among youth: A scoping review of the literature.	Revisão de 59 estudos sobre os efeitos psicológicos e sociais do esporte em jovens, focando em como esses fatores influenciam o uso de álcool e drogas ilícitas. A literatura geralmente mostra que o esporte está associado a resultados psicológicos e sociais positivos, como autoestima e comportamento pró-social. No entanto, limitações metodológicas e a falta de consideração pela diversidade dos jovens esportistas impedem conclusões definitivas. O artigo sugere direções para futuras pesquisas para melhorar a compreensão dessa relação.
Sønderlund et al., 2014.	The association between sports participation, alcohol use and aggression and violence: A systematic review.	Revisão da literatura sobre a relação entre o uso de álcool, violência e participação esportiva, identificando 11 estudos relevantes. A pesquisa mostra que atletas, especialmente em esportes com normas antissociais e identidades sociais violentas, apresentam taxas mais altas de uso de álcool e violência em comparação com não-atletas. A maioria dos estudos é dos EUA e se concentra em atletas universitários e adolescentes. A relação entre masculinidade e violência em certos esportes é destacada como um fator importante.
Miller e Siegel, 2017.	Youth sports and physical activity: The relationship between perceptions of childhood sport experience and adult exercise behavior.	A pesquisa indica que a participação em esportes organizados na juventude está positivamente relacionada ao aumento da atividade física na vida adulta. Uma possível explicação é que experiências positivas no esporte durante a juventude incentivam a continuidade da atividade física na vida adulta. No entanto, há poucas pesquisas que expliquem essa relação, e estudos futuros são necessários para explorar como as experiências juvenis no esporte influenciam comportamentos de saúde a longo prazo.
Kwan et al., 2014.	Sport participation and alcohol and illicit	A participação esportiva pode desempenhar um papel importante e positivo na saúde e no desenvolvimento de crianças e jovens. A

	drug use in adolescents and young adults: A systematic review of longitudinal studies.	participação esportiva está associada ao uso de álcool, com 82% dos estudos incluídos (14/17) mostrando uma relação positiva significativa. A participação esportiva, no entanto, parece estar relacionada à redução do uso de drogas ilícitas, especialmente o uso de drogas não relacionadas à cannabis. Investigações posteriores revelaram que a participação em esportes reduziu o risco geral de uso de drogas ilícitas, mas particularmente durante o ensino médio; sugerindo que este pode ser um período crítico para reduzir ou prevenir o uso de drogas por meio do esporte.
Zenic et al., 2023.	Analyzing the Relationship between Participation in Sports and Harmful Alcohol Drinking in Early Adolescence: Two-Year Prospective Analysis.	Este estudo examinou a relação entre a participação esportiva e o consumo prejudicial de álcool (HD) em adolescentes de 14 a 16 anos. Os resultados mostraram um aumento significativo na prevalência de HD ao longo do estudo, independentemente do ambiente urbano ou rural. Adolescentes que pararam de praticar esportes foram identificados como particularmente em risco de consumir álcool. A participação esportiva não influenciou o início do HD, mas o estudo destaca a necessidade de campanhas preventivas direcionadas a adolescentes que deixam de praticar esportes.
Walczak et al., 2023.	Does Sport Participation Protect Adolescents from Alcohol Consumption? A Scoping Review.	Esta revisão sistemática analisou 32 estudos sobre a relação entre participação esportiva e consumo de álcool entre adolescentes. Cerca de dois terços dos estudos, especialmente os longitudinais, encontraram uma associação positiva entre a prática de esportes e o consumo de álcool. Fatores como gênero, tipo de esporte e raça foram identificados como mediadores importantes, com homens brancos em esportes coletivos apresentando o maior risco. A revisão sugere a necessidade de mais pesquisas longitudinais para entender melhor esses mecanismos.
Parisi et al., 2019.	Risks associated with alcohol and marijuana use among college student athletes: The case for involving athletic	Este estudo analisou padrões de uso de álcool e maconha entre 1.233 atletas estudantes, comparando-os com não-atletas. Atletas apresentaram uma prevalência significativamente maior de consumo excessivo e de alta intensidade de álcool, com 13% relatando lesões relacionadas ao álcool.

	personnel in prevention and intervention.	O uso excessivo de álcool e de maconha foi associado a notas mais baixas (GPA) e a maior taxa de faltas às aulas. Treinamentos para o pessoal atlético são recomendados para reduzir os riscos e as consequências acadêmicas associadas.
Longo et al., 2018.	Ethnic, gender, and seasonal difference in heavy drinking and protective behavioral strategies among student-athletes.	Este estudo investigou as diferenças no consumo de álcool e no uso de estratégias de proteção entre 670 estudantes-atletas de diferentes etnias (negros, hispânicos e brancos). Houve diferenças significativas de gênero e etnia no consumo de álcool, com variações entre os grupos na utilização de estratégias protetoras. Atletas brancos e hispânicos mostraram diferenças de gênero no uso de álcool, mas isso não foi observado entre atletas negros. As implicações sugerem a necessidade de intervenções personalizadas.
Carriedo, Cecchini e Méndez-Giménez, 2023.	Factors Influencing the Likelihood of Alcohol and Tobacco Use in Adolescent Athletes: Type of Sport, Age, and Action Tendencies in Sport.	Este estudo analisou 552 atletas adolescentes (12-16 anos) para entender o uso de álcool e tabaco em relação ao tipo de esporte, idade, gênero e tendências de ação. Atletas de 16 anos, que praticavam esportes de médio-alto contato e que eram mais agressivos, mostraram maior probabilidade de consumo de álcool e tabaco. Por outro lado, atletas mais submissos eram menos propensos a consumir álcool. Essas descobertas sugerem novos fatores de risco associados ao uso de substâncias, indicando a necessidade de medidas preventivas específicas.
Corti et al., 2024.	Athlete's Personal Values and the Likelihood of Alcohol Use and Heavy Drinking during Adolescence	Este estudo explorou a relação entre valores pessoais e consumo de álcool entre 914 atletas adolescentes. Valores de abertura à mudança foram positivamente associados ao consumo frequente de álcool e episódios de bebedeira, enquanto valores de conservação mostraram o efeito oposto. A validação do Portrait Values Questionnaire-21 (PVQ-21) mostrou que ele é eficaz para avaliar valores pessoais nessa população. A consideração dos valores pessoais é essencial ao promover estilos de vida saudáveis através do esporte.

Harris, Jones e Brown, 2022.	Alcohol use by Athletes: Hierarchy, status, and Reciprocity	O estudo analisou como o uso de álcool entre atletas universitários pode ser impulsionado por dinâmicas de grupo. Entrevistas com 15 atletas de rugby (9 homens e 6 mulheres) revelaram três temas principais: hierarquia social, status e reciprocidade. O uso de álcool era empregado para criar uma hierarquia social, ganhar reputação e para que novatos passassem por experiências semelhantes às dos veteranos. O estudo sugere que abordagens anteriores para reduzir o consumo de álcool entre atletas simplificaram excessivamente a questão e focaram demasiadamente nos aspectos psicológicos.
Howell, Barry e Pitney, 2015.	Exploring the Athletic Trainer's Role in Assisting Student-Athletes Presenting With Alcohol-Related Unintentional Injuries	O estudo focou em entender como o uso de álcool entre atletas universitários é influenciado por dinâmicas grupais. Com base em entrevistas com 15 atletas de rugby (9 homens e 6 mulheres), foram identificados três temas principais: hierarquia social, status e reciprocidade. O uso de álcool era usado para estabelecer uma hierarquia social, ganhar reputação e fazer com que novatos passassem por experiências semelhantes às dos atletas experientes. O estudo sugere que as abordagens anteriores para reduzir o consumo de álcool simplificaram demais o problema, concentrando-se excessivamente em fatores psicológicos.
Stamates, Linden-Carmichael e Lau-Barraco, 2022.	Daily Exercise and Alcohol Use Among Young Adult College Students	O estudo analisou como o exercício e o uso de álcool se associam em nível individual e entre indivíduos, considerando a sequência temporal e o impacto do gênero. Participaram 221 estudantes universitários, que responderam a pesquisas online e diárias sobre exercício e consumo de álcool. Foi observado que mais exercício estava associado a um maior consumo de álcool em média. Em dias de menor consumo de álcool, houve maior exercício relatado. O exercício foi menor após dias de uso intenso de álcool. O impacto do gênero foi misto. O estudo sugere que intervenções de exercício para reduzir o uso de álcool podem ser mais eficazes se direcionadas a dias com maior probabilidade de consumo de álcool.

West et al., 2022.	Daily Physical Activity, Sedentary Behavior and Alcohol Use in At-Risk College Students	O estudo investigou as associações entre atividade física diária, comportamento sedentário e uso de álcool entre 58 estudantes universitários que usam múltiplas substâncias. Utilizando monitores de atividade e álcool, e questionários diários, os resultados mostraram que 75% dos participantes atendiam às diretrizes de atividade física, e 72% beberam 2-4 vezes no último mês. Em dias com mais comportamento sedentário, o tempo de consumo de álcool foi menor, e em dias com mais passos dados, o tempo de detecção contínua de álcool foi reduzido. As associações foram estatisticamente significativas, com $\gamma = -0,06$ e $\gamma = -0,03$, respectivamente.
Podstawski, Wesolowska e Choszcz, 2015.	Empty alcohol containers and breath alcohol analysis measures of alcohol consumption at a college volleyball championship	Estudo realizado durante um campeonato interdepartamental de vôlei (sistema de copa) na Universidade de Warmia e Mazury em Olsztyn (Polônia), que incluiu 16 partidas (nas ligas masculina e feminina). Jogos da liga masculina foram acompanhados por maior consumo de álcool do que jogos da liga feminina, e espectadores do sexo masculino beberam mais do que espectadores do sexo feminino. O maior consumo de álcool ocorreu entre homens assistindo à liga masculina, e o menor consumo ocorreu entre mulheres assistindo à liga feminina. A intoxicação alcoólica aumentou com a classificação da partida, principalmente entre homens assistindo à liga masculina. O sexo dos jogadores e dos espectadores parece ser um fator mediador na relação entre a classificação de uma partida e a quantidade de álcool consumido.
Barry et al., 2015.	Alcohol use among college athletes: do intercollegiate, club, or intramural student athletes drink differently?	A análise secundária dos dados do National College Health Assessment de 2011, envolvendo 29.939 participantes, revelou que atletas intramuros são os que mais bebem em excesso comparados a outros grupos. Esses atletas apresentaram uma média de 1,1 episódios de binge drinking por mês, com um desvio padrão de 1,7, superando atletas de clubes (M = 1,0, DP = 1,6), atletas interuniversitários (M = 0,9, DP = 1,5) e não atletas (M = 0,6, DP = 1,3). Além disso, os

atletas intramuros consumiram mais álcool em seus últimos episódios de bebida (M = 4,1, DP = 4,0) e atingiram a maior concentração de álcool no sangue (BAC), com uma média de 0,062 e desvio padrão de 0,09. Comparando com atletas de clubes e universitários, os atletas apenas intramuros relataram binge drinking significativamente mais frequente (M = 1,2, DP = 1,7) e alcançaram BACs mais altos durante seu último episódio de bebida (M = 0,064, DP = 0,08), com diferenças estatisticamente significativas [t (8.131) = -9,6, p < 0,001; t (8.050) = -3,0, p = 0,003]. Esses resultados destacam os atletas intramuros como um grupo de maior risco para o consumo de álcool, em comparação com outros atletas e estudantes universitários não atletas. Pesquisas futuras devem investigar os fatores que contribuem para essas diferenças no consumo de álcool entre os diferentes grupos de atletas.

Zamboanga et al., 2024. Comparing Drinking Game Motives, Behaviors, and Consequences Among Varsity Athletes, Recreational Athletes, and Non-Student-Athletes: A Multisite University Study.

Os atletas têm maior propensão para o consumo excessivo de álcool e para participar de jogos de bebida (DG) em comparação com os não atletas. O estudo revelou que atletas de esportes recreativos jogam com mais frequência e têm motivações diferentes para os jogos de bebida do que os não atletas. Atletas recreativos e universitários mostram um risco mais elevado de consequências negativas relacionadas ao álcool. A pesquisa sugere que esses grupos poderiam se beneficiar de medidas de prevenção, como atividades sociais competitivas sem álcool e estratégias de comportamento protetivo.

O'Brien et al., 2018. Alcohol consumption, masculinity, and alcohol-related violence and anti-social behaviour in sportspeople.

Não há pesquisas que examinem a agressão relacionada ao álcool e o comportamento antissocial entre atletas no Reino Unido ou na Europa, nem que investiguem as relações entre masculinidade, consumo de álcool e esses comportamentos. Este estudo preenche essa lacuna. A pesquisa foi de corte transversal e incluiu uma amostra de 2.048 atletas universitários do Reino Unido (892 mulheres, 44%) que completaram medidas sobre masculinidade, consumo de álcool, violência no esporte e comportamentos

violentos/agressivos e antissociais relacionados ao álcool. As análises mostraram que altos níveis de masculinidade e consumo de álcool estavam associados a uma maior probabilidade de comportamento agressivo, violento e antissocial no último ano. As razões de chances foram mais altas para a relação entre masculinidade, consumo de álcool, violência no esporte e agressão interpessoal. Um padrão semelhante foi encontrado para ser vítima de agressão e comportamento antissocial. A agressão e o comportamento antissocial relacionados ao álcool parecem ser problemáticos entre os atletas universitários do Reino Unido, e estão ligados à masculinidade e ao consumo excessivo de álcool. Intervenções que reduzam o consumo excessivo de álcool e normas masculinas associadas à violência no esporte podem ser benéficas na redução desses comportamentos.

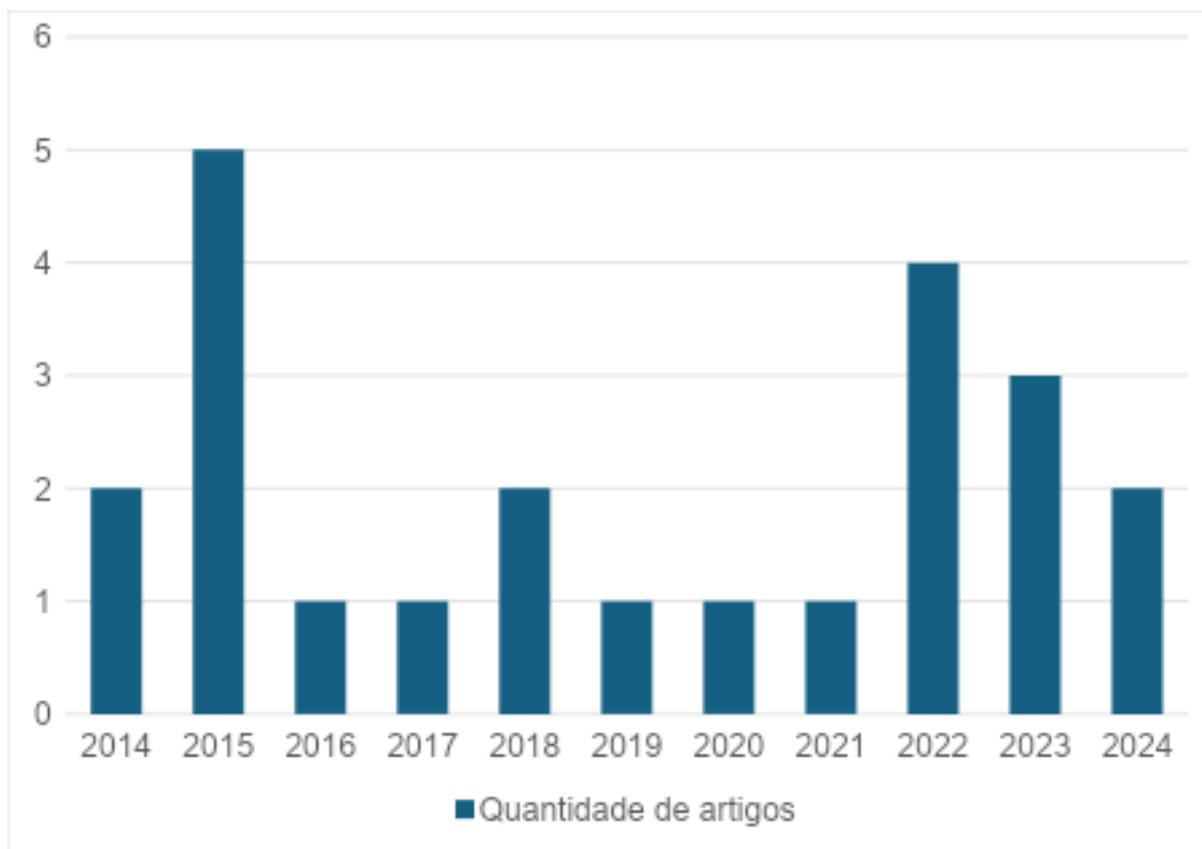
Marzell et al.,
2015. Examining
Drinking Patterns
and High-Risk
Drinking
Environments
Among College
Athletes at
Different
Competition
Levels

Este estudo examinou os padrões de consumo de álcool entre três grupos de estudantes universitários: (a) atletas interuniversitários, (b) atletas intramuros/clubes e (c) não atletas. Também investigou se existe uma relação entre o ambiente de consumo e o risco de aumento do consumo. Foram analisados dados sobre envolvimento atlético, comportamentos de consumo de álcool e ambientes de consumo de 16.745 estudantes de graduação. Os resultados mostraram que os padrões de consumo dos atletas intramuros/clubes foram relativamente consistentes em todos os níveis de quantidade. Em contraste, os atletas interuniversitários consumiram álcool em quantidades maiores. Além disso, os atletas intramuros/clubes bebiam em quase todos os ambientes de consumo, enquanto os atletas interuniversitários eram mais limitados. Esses padrões sugerem uma motivação social mais forte para o consumo entre os atletas intramuros/clubes em comparação com os atletas interuniversitários e destacam a necessidade de especificar o nível de competição ao estudar atletas universitários.

Graupensperger et al., 2021.	Dynamic characteristics of groups and individuals that amplify adherence to perceived drinking norms in college club sport teams: A longitudinal multilevel investigation	Este estudo avaliou a relação entre o consumo auto-relatado de álcool (número de bebidas em uma semana típica) e as normas descritivas e injuntivas percebidas, além de explorar como a identificação social com a equipe e as características da rede social (centralidade de entrada e densidade da rede) moderam essas relações. A amostra incluiu membros de 35 equipes de esportes universitários em três momentos ao longo do ano letivo (N = 1.054; 61% mulheres). A modelagem multinível foi usada para estimar os efeitos moderadores em níveis individuais, entre indivíduos e entre grupos. As análises iniciais mostraram que as normas percebidas pelo grupo previam o consumo auto-relatado de álcool e que as equipes tendiam a chegar a um consenso sobre as normas de bebida ao longo do tempo. Vários padrões significativos de moderação variável ao longo do tempo foram encontrados. Em momentos em que os estudantes se identificavam mais fortemente com sua equipe (em comparação com a média pessoal), eles aderiam mais às normas de bebida percebidas. Além disso, a adesão às normas de bebida era maior quando os estudantes tinham menor centralidade de entrada na rede social. As interações cruzadas mostraram que nem a densidade da rede nem o sexo da equipe moderaram essas associações.
Johnson e McRee, 2016	Health-risk behaviors among high school athletes and preventive services provided during sports physicals	Exames de pré-participação esportiva (PPEs) foram analisados para identificar comportamentos de risco entre atletas do ensino médio, com dados de 46.492 adolescentes e 561 profissionais de saúde. Os comportamentos de risco mais comuns entre os atletas foram baixos níveis de atividade física (70%), prática de bullying (41%) e uso de álcool (41%). Embora a maioria dos profissionais abordasse muitos comportamentos de risco durante os PPEs, temas como bullying, violência e uso de medicamentos prescritos foram menos discutidos, sugerindo uma desconexão entre os tópicos abordados e os comportamentos reais dos atletas.

Williams et al., 2020	High school sport participation and substance use: A cross-sectional analysis of students from the COMPASS study	Este estudo examinou a relação entre a participação em esportes escolares e o uso de substâncias em estudantes do ensino médio, com dados de 60.601 estudantes do 6º ano (2017–2018) do estudo COMPASS. 55% dos estudantes não participaram de esportes escolares e 32% relataram uso de substâncias. Esportes intramuros foram associados a menores chances de uso de cannabis e cigarro entre todos os estudantes, e de cigarro eletrônico entre as mulheres. Esportes varsity, por outro lado, foram associados a menores chances de uso de cannabis e cigarro, mas a maiores chances de consumo excessivo de álcool e uso de cigarro eletrônico. Concluiu-se que, enquanto esportes intramuros têm um efeito protetor, esportes varsity são um fator de risco para o uso de álcool e cigarro eletrônico, indicando a necessidade de esforços de prevenção focados nessas áreas.
Brown, 2016	Association Between Alcohol Sports Sponsorship and Consumption: A Systematic Review	Este estudo revisou evidências sobre a relação entre o patrocínio esportivo de bebidas alcoólicas e o consumo de álcool. Foram analisados sete estudos, abrangendo 12.760 participantes de vários países, como Austrália, Reino Unido e Alemanha. Todos os estudos encontraram uma associação positiva entre a exposição ao patrocínio esportivo de bebidas alcoólicas e o aumento do consumo de álcool, com variação na significância estatística. Em particular, dois estudos indicaram que a exposição indireta ao patrocínio aumentou o consumo entre estudantes, e cinco mostraram uma ligação entre patrocínios diretos e consumo perigoso entre adultos que praticam esportes. Os resultados reforçam preocupações sobre o impacto desse tipo de patrocínio, especialmente entre crianças e adolescentes, destacando a necessidade de mais pesquisas sobre a eficácia das restrições a essa prática.

Gráfico 1. Número de trabalhos analisados por ano de publicação.



O Quadro 3 oferece uma visão geral das semelhanças e particularidades das publicações analisadas, permitindo a identificação de temas centrais e categorias de análise para melhor orientar a discussão subsequente. Esse processo foi orientado pelo foco principal dos estudos, que consideraram tanto os fatores de risco e proteção quanto as consequências do consumo de álcool entre jovens atletas.

No Quadro 3, quanto à origem das publicações, destaca-se a predominância de estudos oriundos dos Estados Unidos, Brasil e Austrália, com outros países como Canadá, Reino Unido e Espanha contribuindo com um menor número de trabalhos.

Das 24 publicações analisadas, 18 eram artigos originais, com coleta de dados primários, enquanto as outras incluíram uma revisão de literatura e cinco estudos que utilizaram dados secundários, incluindo meta-análises. A maioria dos estudos focou em populações de jovens atletas de ambos os sexos, variando em níveis de competição, desde amadores até profissionais.

Em termos de metodologia, 17 estudos utilizaram abordagens quantitativas, sendo nove ensaios clínicos com grupos de controle, enquanto os demais seguiram métodos observacionais. Estudos qualitativos somaram-se 7, incluindo análises

fenomenológicas e revisões de literatura qualitativa. Observa-se que, enquanto os estudos quantitativos seguem desenhos relativamente uniformes, os estudos qualitativos apresentam uma maior diversidade metodológica, refletindo a natureza exploratória do tema no campo científico.

Quadro 3. Classificação dos artigos quanto ao país de origem, tipos de trabalho, métodos e categorias de análise.

	T e s e - d a d o s p r i m 					x			x						x								x				
	A r t i g 			x			x	x	x	x	x				x	x	x							x	x		
M é t o d 	O u t r o s				x										x					x	x	x					

Por fim, a análise de conteúdo temática dos estudos encontrados revelou três categorias principais. A primeira, denominada "Impacto Fisiológico e Psicológico do Álcool", agrupa seis publicações que examinam os efeitos fisiológicos e emocionais do consumo de álcool em jovens atletas. A segunda categoria, "Fatores de Risco e Proteção", agrupa oito estudos que exploram os fatores que aumentam ou reduzem a probabilidade de consumo de álcool nesta população. A categoria mais ampla, intitulada "Consequências para a Saúde e Desempenho", inclui dez estudos que discutem as implicações do consumo de álcool para o desempenho esportivo e o bem-estar geral dos jovens atletas.

A Influência do Esporte no Consumo de Álcool entre Jovens Atletas: Um Paradoxo a Ser Desvendado

O esporte, frequentemente exaltado como uma atividade capaz de promover a saúde física e mental, apresenta, no entanto, um lado paradoxal quando se observa a relação entre a participação esportiva e o consumo de álcool entre jovens atletas. A análise dos estudos aqui revisados revela que a prática esportiva, ao mesmo tempo que proporciona inúmeros benefícios, também está associada a comportamentos de risco, como o consumo elevado de álcool¹³. Esse fenômeno é particularmente notório em determinadas modalidades esportivas e contextos sociais, onde a pressão para o consumo de álcool é normalizada ou até incentivada.

Em primeiro lugar, é necessário considerar a influência do contexto social e das normas de grupo no comportamento dos jovens atletas. A coesão de equipe, uma característica desejável no ambiente esportivo, pode, paradoxalmente, incentivar o consumo de álcool, especialmente em esportes coletivos¹³. Complementando essa, visão as normas sociais predominantes dentro de uma equipe esportiva muitas vezes ditam o comportamento de seus membros, incluindo o consumo de álcool¹³. Esses estudos indicam que, em muitos casos, o álcool se torna parte integrante das dinâmicas sociais das equipes, sendo utilizado como um meio de fortalecer laços sociais e afirmar a identidade coletiva do grupo^{13,14}.

Essa normalização do consumo de álcool é particularmente preocupante em esportes de contato, como futebol e rugby^{15,16}. Nessas modalidades, a masculinidade

exacerbada e a agressividade são frequentemente celebradas, e o consumo de álcool pode ser visto como uma extensão natural desses valores. Observa-se que os atletas envolvidos em esportes de contato têm uma probabilidade significativamente maior de consumir álcool em excesso, em comparação com aqueles que praticam esportes individuais ou de baixo contato¹⁶. Esses achados sugerem que o tipo de esporte praticado age na modelagem dos comportamentos de consumo de álcool entre jovens atletas.

Reforçando essa ideia, pode-se dizer que as normas de masculinidade exacerbada dentro das equipes esportivas podem contribuir para um aumento do consumo de álcool¹². O estudo revela que jovens atletas que buscam afirmar sua masculinidade dentro do grupo são mais propensos a participar de comportamentos de risco, incluindo o consumo excessivo de álcool. Essa dinâmica é ainda mais pronunciada em esportes onde a agressividade e a força física são altamente valorizadas, o que pode criar um ambiente onde o consumo de álcool é não apenas aceito, mas incentivado como um rito de passagem ou uma demonstração de poder^{12,14}.

Além disso, a influência das normas de grupo é evidente nos estudos que exploram a hierarquia social dentro das equipes. Os atletas de maior status dentro de uma equipe muitas vezes estabelecem o padrão de comportamento para seus colegas, incluindo o consumo de álcool¹⁷. Jovens atletas que desejam ganhar aceitação social ou subir na hierarquia da equipe podem sentir-se pressionados a adotar esses comportamentos, independentemente de suas preferências pessoais. Essa pressão social pode levar ao consumo excessivo de álcool, especialmente em ambientes onde o comportamento de risco é visto como uma demonstração de lealdade ou pertencimento ao grupo.

Por exemplo o patrocínio de esportes por marcas de álcool pode influenciar diretamente o consumo entre jovens atletas¹⁸. Este estudo sistemático revela que a exposição a marcas de álcool durante eventos esportivos está correlacionada com uma maior predisposição ao consumo entre jovens, apontando para a necessidade de regulamentações mais rigorosas quanto à publicidade de álcool em contextos esportivos. Isso se alinha com as conclusões de outros estudos que identificam a cultura esportiva como um catalisador para o consumo de substâncias entre os atletas, especialmente em modalidades onde o consumo de álcool é socialmente aceito e até mesmo incentivado¹⁸.

Da mesma forma, mantendo a visão do ensino médio, comportamentos de risco à saúde entre atletas do ensino médio e os serviços preventivos oferecidos durante exames físicos esportivos. Eles observam que, apesar dos atletas serem frequentemente submetidos a exames físicos, há uma lacuna significativa na prestação de serviços preventivos que poderiam mitigar o risco de consumo de álcool e outras substâncias¹⁹. Isso sugere uma necessidade de reestruturar os programas de saúde voltados para jovens atletas, integrando orientações sobre o uso de álcool e seus riscos.

Uma dimensão diferente ao debate ao investigar a relação entre o exercício diário e o consumo de álcool entre estudantes universitários. Seus achados indicam que, embora o exercício físico seja geralmente considerado benéfico, ele pode estar associado a um aumento no consumo de álcool, especialmente entre aqueles que utilizam o exercício como uma forma de compensação para comportamentos de consumo excessivo²⁰. Este paradoxo ressalta a complexidade da relação entre atividades físicas e comportamentos de risco, sugerindo que a promoção do exercício deve ser acompanhada de uma educação adequada sobre os perigos do uso de substâncias. Assim também, em eventos esportivos universitários, utilizando a análise de containers vazios de álcool e exames de bafômetro durante um campeonato de vôlei, percebeu-se um comportamento prevalente de consumo excessivo de álcool entre atletas universitários e sugere que esses eventos esportivos são ambientes propícios para o desenvolvimento de padrões de consumo prejudiciais²¹, como o nível de competição esportiva influencia não apenas a frequência, mas também a intensidade do consumo de álcool²².

Outro aspecto importante a ser considerado é a influência do gênero e da etnia no consumo de álcool entre jovens atletas. Ainda, os atletas brancos e hispânicos do sexo masculino apresentam taxas mais altas de consumo de álcool em comparação com atletas de outras etnias e gêneros^{21,23}. Esse dado levanta questões sobre como as normas culturais e de gênero influenciam o comportamento de consumo de álcool²³. Em muitas culturas, o consumo de álcool está fortemente associado à masculinidade e à socialização masculina, o que pode explicar por que esses grupos são mais propensos a consumir álcool. Além disso, os valores culturais que associam o álcool à celebração ou à conquista podem reforçar esses comportamentos em determinados grupos étnicos.

Também, ao se explorar como os valores pessoais e as características do esporte praticado influenciam o consumo de álcool entre atletas. Se identificam que jovens envolvidos em esportes de médio-alto contato, ou que valorizam a abertura à mudança, têm uma predisposição maior ao consumo de álcool^{24,25}. Esses achados sugerem que o esporte praticado e os valores individuais são responsáveis por essa determinação do comportamento de consumo de álcool²⁴. A prática de esportes que enfatizam a competição e a agressividade pode, portanto, estar associada a uma maior propensão ao consumo de álcool, especialmente quando esses valores se alinham com as normas sociais predominantes no ambiente esportivo^{25,26}. Voltando-se ao físico, existe certa associação entre participação esportiva, consumo de álcool, agressão e violência, através de uma revisão sistemática²⁷.

As consequências do consumo de álcool entre jovens atletas contam com impactos negativos tanto na saúde física quanto no desempenho acadêmico. Isso se deve possivelmente ao abuso de álcool entre atletas universitários está associado a uma queda no rendimento acadêmico, evidenciada por notas mais baixas e maior frequência de faltas às aulas^{28,29}. Esse dado é particularmente relevante, pois sugere que o consumo de álcool não só compromete a saúde física dos jovens atletas, mas também afeta sua trajetória acadêmica e suas futuras oportunidades de carreira, uma vez que, especialmente aqueles que participam de esportes recreativos, são mais propensos a participar de jogos de beber, o que pode levar a consequências negativas tanto a curto quanto a longo prazo. Isso reflete a cultura de beber dentro dos esportes recreativos, que pode ser subestimada em relação ao impacto sobre a saúde dos jovens²⁹.

Além do impacto acadêmico, os desafios no tratamento e prevenção do consumo excessivo de álcool entre atletas³⁰. As abordagens terapêuticas tradicionais podem não ser suficientes para abordar as complexidades desse problema, e propõem a necessidade de intervenções inovadoras, como a neuromodulação³⁰. Esse tipo de intervenção, que envolve a modulação das atividades cerebrais para tratar distúrbios relacionados ao consumo de substâncias, pode oferecer uma nova abordagem para lidar com o consumo de álcool entre jovens atletas. No entanto, a eficácia dessas intervenções ainda precisa ser amplamente estudada e validada em contextos esportivos.

Em termos de intervenções preventivas, deve-se modificar as normas sociais dentro das equipes esportivas pode ser uma estratégia promissora para reduzir o

consumo de álcool^{12,31}. Eles argumentam que as intervenções que visam alterar a cultura do grupo e promover comportamentos saudáveis podem ter um impacto significativo. Por exemplo, a conformidade com as normas de consumo de álcool é fortemente influenciada por dinâmicas de grupo, sugerindo que a criação de uma cultura de equipe que desestimule o consumo de álcool pode ajudar a reduzir esses comportamentos de risco³².

Contudo, é necessário reconhecer as limitações dos estudos analisados. A maioria dos estudos se baseia em dados autorrelatados, que podem estar sujeitos a vieses de memória e desejabilidade social³³. Além disso, muitos dos estudos são de natureza transversal, o que limita a capacidade de estabelecer relações causais entre a prática esportiva e o consumo de álcool^{32,33,34}. Para avançar nesse campo, futuros estudos devem adotar abordagens longitudinais, que permitam acompanhar os jovens atletas ao longo do tempo e identificar mudanças no comportamento de consumo de álcool.

Dessa forma, embora o esporte ofereça inúmeros benefícios, os achados desta revisão sugerem que ele também pode estar associado a comportamentos prejudiciais, como o consumo excessivo de álcool. Para mitigar esses efeitos, é necessário desenvolver e implementar estratégias preventivas que levem em consideração as dinâmicas sociais e culturais específicas dos jovens atletas³⁴. Ao abordar esses fatores, é possível promover um ambiente esportivo mais saudável e seguro, que maximize os benefícios do esporte enquanto minimiza os riscos associados ao consumo de álcool. A continuidade da pesquisa nesse campo é vital para a criação de práticas e intervenções que atendam às necessidades dessa população responsavelmente.

Considerações Finais

A revisão revelou que jovens atletas envolvidos em esportes de contato e coletivos são mais propensos ao consumo de álcool, muitas vezes influenciados por dinâmicas de grupo que normalizam e até incentivam esse comportamento. Esse fenômeno é ainda mais acentuado em ambientes onde a agressividade e a coesão de equipe são valores predominantes, criando um contexto em que o álcool é utilizado como ferramenta de socialização e afirmação de identidade. Além disso, as diferenças

de gênero e etnia apresentam certas influências, com jovens atletas do sexo masculino e de determinados grupos étnicos apresentando maiores taxas de consumo de álcool.

As implicações apontam para a necessidade de intervenções preventivas que considerem as especificidades do ambiente esportivo e as normas sociais que o permeiam. Modificar a cultura do grupo dentro das equipes esportivas e promover comportamentos mais saudáveis podem ser estratégias eficazes para reduzir o consumo de álcool entre jovens atletas. Além disso, futuras pesquisas devem adotar abordagens metodológicas que superem as limitações dos estudos atuais, como o uso de dados autorrelatados e a natureza transversal da maioria das investigações.

Referências

1. Martens MP, Smith AE, Murphy JG. The efficacy of single-component brief motivational interventions among at-risk college drinkers. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 2013;81(4):691–701.
2. Castaldelli-Maia JM, Gallinaro JG de M e, Falcão RS, Gouttebarga V, Hitchcock ME, Hainline B, et al. Mental health symptoms and disorders in elite athletes: a systematic review on cultural influencers and barriers to athletes seeking treatment. *British Journal of Sports Medicine*. 2019 May 15;53(11):707–21.
3. Harris M, Jones C, Brown D. Alcohol use by Athletes: Hierarchy, status, and Reciprocity. *Journal of Sport and Social Issues*. 2022 Dec 21;47(3):019372352211444.
4. Parr EB, Camera DM, Areta JL, Burke LM, Phillips SM, Hawley JA, et al. Alcohol Ingestion Impairs Maximal Post-Exercise Rates of Myofibrillar Protein Synthesis following a Single Bout of Concurrent Training. *Alway SE, editor. PLoS ONE*. 2014 Feb 12;9(2):e88384.
5. Barnes MJ. Alcohol: Impact on Sports Performance and Recovery in Male Athletes. *Sports Medicine*. 2014 Apr 19;44(7):909–19.
6. Gwyther K, Pilkington V, Bailey AP, Mountjoy M, Bergeron MF, Rice SM, et al. Mental health and well-being of elite youth athletes: a scoping review. *British Journal of Sports Medicine* [Internet]. 2024 Aug 8;bjsports-108244. Available from: <https://bjsm.bmj.com/content/58/17/1011.abstract>

7. Zhou J, O'Brien KS, Heim D. Alcohol consumption in sportspeople: The role of social cohesion, identity and happiness. *International Review for the Sociology of Sport*. 2013 Jul 17;49(3-4):278–93.
8. Goldberg L, Elliot DL. *Sport Psychology Foundations, Organizations*. Routledge eBooks. 2013 Jan 11;19–34.
9. Grosset-Janin A, Nicolas X, Saraux A. Sport and infectious risk: A systematic review of the literature over 20 years. *Médecine et Maladies Infectieuses*. 2012 Nov;42(11):533–44.
10. Vella LD, Cameron-Smith D. Alcohol, Athletic Performance and Recovery. *Nutrients* [Internet]. 2010 Jul 27;2(8):781–9. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3257708/>
11. Arnold Z. The Impact of Alcohol Consumption on Academic Success and Athletic Identity in Collegiate Student-Athletes. *Journal of Amateur Sport*. 2020 Oct 4;6(2):84–106.
12. Clark HJ, Camiré M, Wade TJ, Cairney J. Sport participation and its association with social and psychological factors known to predict substance use and abuse among youth: A scoping review of the literature. *International Review of Sport and Exercise Psychology* [Internet]. 2015 Jan;8(1):224–50. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4662096/>
13. Kwan M, Bobko S, Faulkner G, Donnelly P, Cairney J. Sport participation and alcohol and illicit drug use in adolescents and young adults: A systematic review of longitudinal studies. *Addictive Behaviors*. 2014 Mar;39(3):497–506.
14. Walczak B, Walczak A, Tricas-Sauras S, Jakub Kołodziejczyk. Does Sport Participation Protect Adolescents from Alcohol Consumption? A Scoping Review. *International journal of environmental research and public health/International journal of environmental research and public health* [Internet]. 2023 Apr 6 [cited 2024 May 3];20(7):5417–7. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10094265/>
15. Zenic N, Kvesic I, Corluca M, Trivic T, Drid P, Saavedra JM, et al. Analyzing the Relationship between Participation in Sports and Harmful Alcohol Drinking in Early Adolescence: Two-Year Prospective Analysis. *Children* [Internet]. 2023 Jun 15 [cited 2024 Jun 23];10(6):1065. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10297176/#:~:text=It%20was%20explained%20by%20the>
16. O'Brien KS, Forrest W, Greenlees I, Rhind D, Jowett S, Pinsky I, et al. Alcohol consumption, masculinity, and alcohol-related violence and anti-social behaviour in sportspeople. *Journal of Science and Medicine in Sport*. 2018 Apr;21(4):335–41.

17. Brown K. Association Between Alcohol Sports Sponsorship and Consumption: A Systematic Review. *Alcohol and Alcoholism* [Internet]. 2016 Feb 23;51(6):747–55. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5091292/>
18. Johnson KE, McRee AL. Health-Risk Behaviors Among High School Athletes and Preventive Services Provided During Sports Physicals. *Journal of Pediatric Health Care*. 2015 Jan;29(1):17–27.
19. Stamates AL, Linden-Carmichael AN, Lau-Barraco C. Daily Exercise and Alcohol Use Among Young Adult College Students. *Emerging Adulthood*. 2021 Oct 5;216769682110470.
20. Podstawski R;Wesołowska E;Choszcz D. Empty alcohol containers and breath alcohol analysis measures of alcohol consumption at a college volleyball championship. *Journal of studies on alcohol and drugs* [Internet]. 2015 [cited 2024 Aug 10];76(1). Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25486404/#full-view-affiliation-1>
21. Marzell M, Morrison C, Mair C, Moynihan S, Gruenewald PJ. Examining Drinking Patterns and High-Risk Drinking Environments Among College Athletes at Different Competition Levels. *Journal of Drug Education*. 2015 Mar;45(1):5–16.
22. Longo LM, Martin JL, Zamboanga BL, Milroy JJ, Wyrick DL. Ethnic, gender, and seasonal difference in heavy drinking and protective behavioral strategies among student-athletes. *Journal of Ethnicity in Substance Abuse*. 2018 Dec 12;19(2):253–70.
23. Carriedo A, Cecchini JA, Méndez-Giménez A. Factors Influencing the Likelihood of Alcohol and Tobacco Use in Adolescent Athletes: Type of Sport, Age, and Action Tendencies in Sport. *Children* [Internet]. 2023 Jul 20 [cited 2023 Nov 8];10(7):1248. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10378413/pdf/children-10-01248.pdf>
24. Corti JF, Castillo I, Miscusi A, Schmidt V. Athlete's Personal Values and the Likelihood of Alcohol Use and Heavy Drinking during Adolescence. *European Journal of Investigation in Health Psychology and Education*. 2024 May 1;14(5):1214–27.
25. Barry AE, Howell SM, Riplinger A, Piazza-Gardner AK. Alcohol Use among College Athletes: Do Intercollegiate, Club, or Intramural Student Athletes Drink Differently? *Substance Use & Misuse*. 2014 Nov 20;50(3):302–7.
26. Parisi CE, Bugbee BA, Vincent KB, Soong AM, Arria AM. Risks associated with alcohol and marijuana use among college student athletes: The case for involving athletic personnel in prevention and intervention. *Journal of issues in intercollegiate athletics* [Internet]. 2019;12:343–64. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6777729/>

27. Sønderslund AL, O'Brien K, Kremer P, Rowland B, De Groot F, Staiger P, et al. The association between sports participation, alcohol use and aggression and violence: A systematic review. *Journal of Science and Medicine in Sport* [Internet]. 2014 Jan;17(1):2–7. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1440244013000595>
28. Zamboanga BL, Merrill JE, Newins AR, Olthuis JV, Blumenthal H, Kathryn Van Hedger, et al. Comparing Drinking Game Motives, Behaviors, and Consequences Among Varsity Athletes, Recreational Athletes, and Non–Student-Athletes: A Multisite University Study. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs* [Internet]. 2024 May 1 [cited 2024 Aug 10];85(3):349–60. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38206658/>
29. Dougherty JW, Baron D. Substance Use and Addiction in Athletes: The Case for Neuromodulation and Beyond. *International Journal of Environmental Research and Public Health* [Internet]. 2022 Jan 1;19(23):16082. Available from: <https://www.mdpi.com/1660-4601/19/23/16082>
30. Howell SM, Barry AE, Pitney WA. Exploring the Athletic Trainer's Role in Assisting Student-Athletes Presenting With Alcohol-Related Unintentional Injuries. *Journal of Athletic Training*. 2015 Sep;50(9):977–80.
31. Graupensperger S, Fleming CB, Jaffe AE, Rhew I, Patrick ME, Lee, CM. Changes in Young Adults' Alcohol and Marijuana Use, Norms, and Motives From Before to During the COVID-19 Pandemic. *Journal of Adolescent Health* [Internet]. 2021 Apr 1;68(4):658–65. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1054139X21000197>
32. Brown K. Association Between Alcohol Sports Sponsorship and Consumption: A Systematic Review. *Alcohol and Alcoholism* [Internet]. 2016 Feb 23;51(6):747–55. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5091292/>
33. Williams GC, Burns KE, Battista K, de Groh M, Jiang Y, Leatherdale ST. High school sport participation and substance use: A cross-sectional analysis of students from the COMPASS study. *Addictive Behaviors Reports*. 2020 Dec;12:100298.
34. Miller SM, Siegel JT. Youth sports and physical activity: The relationship between perceptions of childhood sport experience and adult exercise behavior. *Psychology of Sport and Exercise*. 2017 Nov;33:85–92.