

I Congresso Internacional Traumaclinic

Do bloqueio competitivo à performance adaptativa:

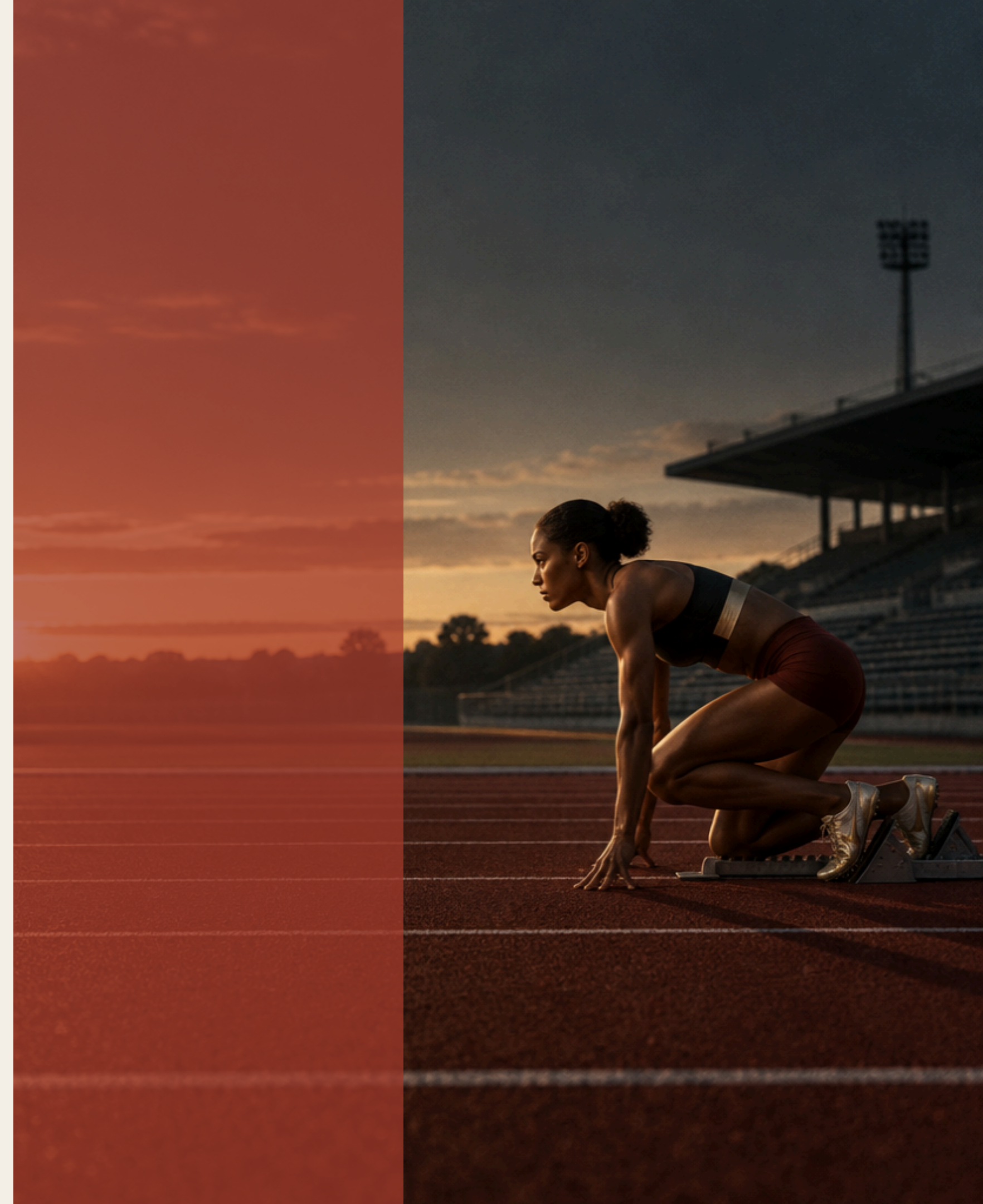
relato de caso com EMDR em atleta

Del bloqueo competitivo al rendimiento adaptativo

reporte de caso con EMDR en una atleta

Caso clínico anonimizado e autorizado

Caso clínico anonimizado y autorizado





Performance esportiva é a expressão observável, em determinado contexto, da capacidade do atleta de acessar e utilizar seus recursos técnicos, físicos, táticos e psicológicos durante a execução de uma tarefa.

Rendimiento deportivo es la expresión observable, en un determinado contexto, de la capacidad del atleta para acceder y utilizar sus recursos técnicos, físicos, tácticos y psicológicos durante la ejecución de una tarea.

Técnicos

Físicos

Táticos
Tácticos

Psicológicos

‘Eu treinava certo, mas, quando chegava a hora, eu travava’.

"Entrenaba bien, pero, cuando llegaba la hora, me bloqueaba."

Capacidade treinada $\neq$ acesso sob pressão.
Falta capacidade ou existe interferência?

Capacidad entrenada $\neq$ acceso bajo presión.
¿Falta capacidad o existe interferencia?

O problema clínico

El problema clínico



**FALTA DE PREPARO? X PSICOLOGIZAR RESULTADO RUIM
¿FALTA DE PREPARACIÓN? vs. PSICOLOGIZAR MALOS
RESULTADOS**

**CAPACIDADE PRESERVADA
CAPACIDAD PRESERVADA**

Treino, técnica, força, estratégia.

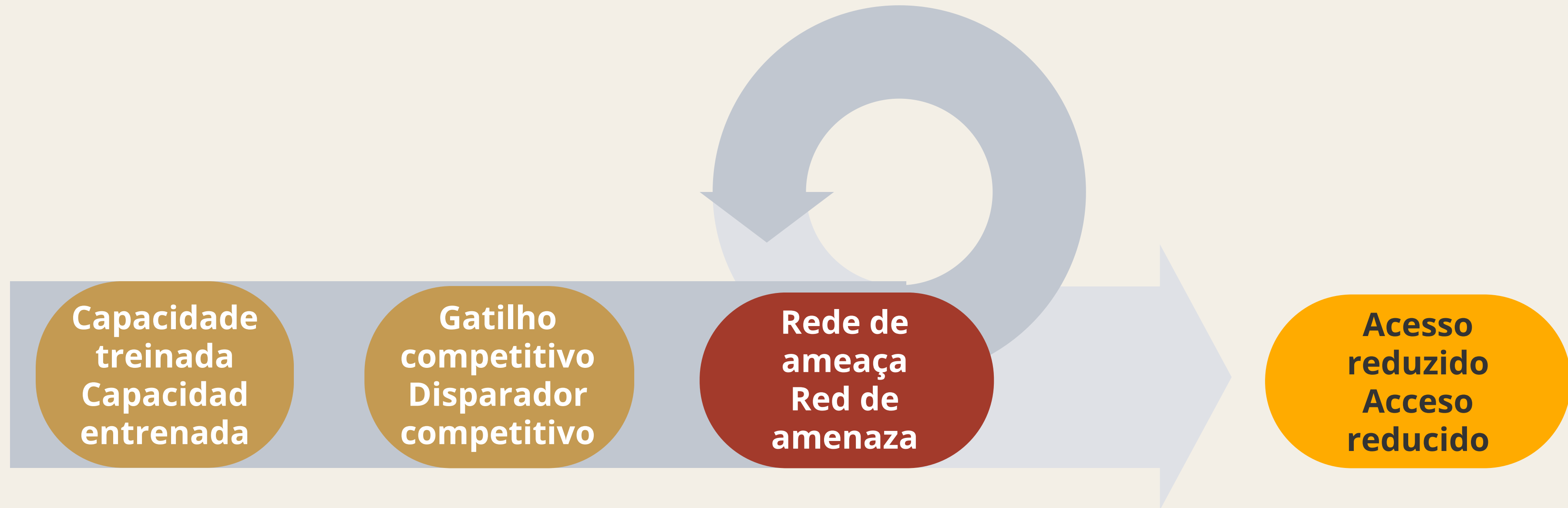
**DESEMPENHO BLOQUEADO SOB PRESSÃO
RENDIMIENTO BLOQUEADO BAJO PRESIÓN**

Questões internas e externas podem estreitar o acesso ao repertório já treinado.

Questiones internas y externas pueden estrechar el acceso al repertorio ya entrenado.

HIPÓTESE DE FUNCIONAMENTO

HIPÓTESIS DE FUNCIONAMIENTO



Interferência: a habilidade permanece; o acesso fica instável.
Interferencia: la habilidad permanece; el acceso se vuelve inestable.

O que já foi estudado?

¿Qué se ha estudiado?

2017

2019

2023

2024–25



Bennett et al.
caso único · n=1
bloqueio: 11 anos

Abdi et al.
quase-experimento
· n=30
karatê / taekwondo

Reynoso · n=4
Curdt · n=2
casos / série

van Wensen · n=7
Trenhaile · n=4
séries piloto

Fontes: Bennett 2017; Abdi 2019; Reynoso 2023; Curdt 2023; van Wensen 2024; Trenhaile 2025.

Dados que sustentam a hipótese

Datos que sostienen la hipótesis

$p < 0,001$

Abdi et al., 2019 · n=30
↓ ansiedade / ansiedad
↑ força de preensão / prensión
quase-experimento

50/40 → 100%

Bennett et al., 2017 · n=1
putting a 3/4 pés · pies
melhora clínica +cinemática
mejora clínica + cinemática

$p=0,04$ | +20%

van Wensen et al., 2024 · n=7
YRS: 6 melhoraram /
mejoraron
1–2 sessões · sesiones
seguimento / seguimiento: 1
ano

Convergência em ansiedade e confiança

1 SESSÃO · n=4 - após lesão / apos lesión

4/4: ↓ ansiedade + ↑ autoconfiança

4/4: ↓ ansiedad + ↑ autoconfianza

benefício mantido em 2 semanas

beneficio mantenido a 2 semanas

Convergencia en ansiedad y confianza

5–8 SESSÕES · n=4

POMS-2: humor 60,3 → 43,5

vigor 49,0 → 58,5

II recordes pessoais / 17 oportunidades

II récords personales / 17 oportunidades



“Bennett et al. (2017) mostram que um bloqueio pode interromper uma habilidade já automatizada. A intervenção não cria a habilidade; busca restabelecer o acesso a ela.”

Bennett et al. (2017) muestran que un bloqueo puede interrumpir una habilidad ya automatizada; la intervención no crea la habilidad, sino que busca restablecer el acceso a ella.

O que os estudos ainda não demonstram Lo que aún no demuestran

EVIDÊNCIA ATUAL · EVIDENCIA ACTUAL

- mudança em ansiedade/confiança
cambio en ansiedad/confianza
- sinais funcionais e de desempenho
señales funcionales y de rendimiento
- plausibilidade clínica — não prova
plausibilidad clínica — no prueba

LIMITES · LÍMITES

- superioridade do EMDR / superioridad
- causalidade isolada / causalidad aislada
- generalização ampla / generalización
- garantia de performance / garantía

Contexto: 111 estudos; efeitos moderados não resistiram às análises de sensibilidade.

Reinebo et al., 2024.

Caso clínico: desenho e ética

Caso clínico: diseño y ética



Consentimento
Consentimiento



Anonimização
Anonimización



Medidas subjetivas
Medidas subjetivas



Sem inferência
causal
Sin inferencia causal

Retrospectivo, prática privada, consentimento formal e dados minimizados.
Retrospectivo, práctica privada, consentimiento formal y datos minimizados.

Protocolo de 3 etapas



**PASSADO ·
PASADO**

Fracasso, vergonha,
insegurança e
ameaça ao
pertencimento

Fracaso, vergüenza,
Inseguridad y
Amenaza a la
pertenencia



**PRESENTE ·
PRESENTE**

Situações pré-
competitivas,
expectativas de
avaliação e sensações
corporais

Situaciones
precompetitivas,
expectativas de
evaluación y
sensaciones
corporales.



**FUTURO ·
FUTURO**

Presença, escolha e
estratégia

Presencia, elección y
estrategia

A person with blonde hair in a bun, wearing a black tank top, red shorts, and black socks, stands in a doorway looking out at a large sports field. The field is green with red seating in the background. The scene is lit with warm, golden light, suggesting sunset or sunrise. The person is standing with their back to the camera, looking out over the field.

O ponto de virada: competir sem transformar
cada resultado em veredito sobre si.
Punto de inflexión: competir sin convertir
cada resultado en un veredicto sobre sí.

resultado ≠ identidade
resultado ≠ identidad

menos ameaça → mais escolha
menos amenaza → más elección

Plano de tratamento

Plan de tratamiento

8 fases

8 fases

01

protocolo padrão preservado
protocolo estándar preservado

Alvos

Blancos

02

passado • gatilhos presentes • futuro
pasado • presente • futuro

Performance

Rendimiento

03

análise • recursos • template futuro
análisis • recursos • plantilla futura

Segurança

Seguridad

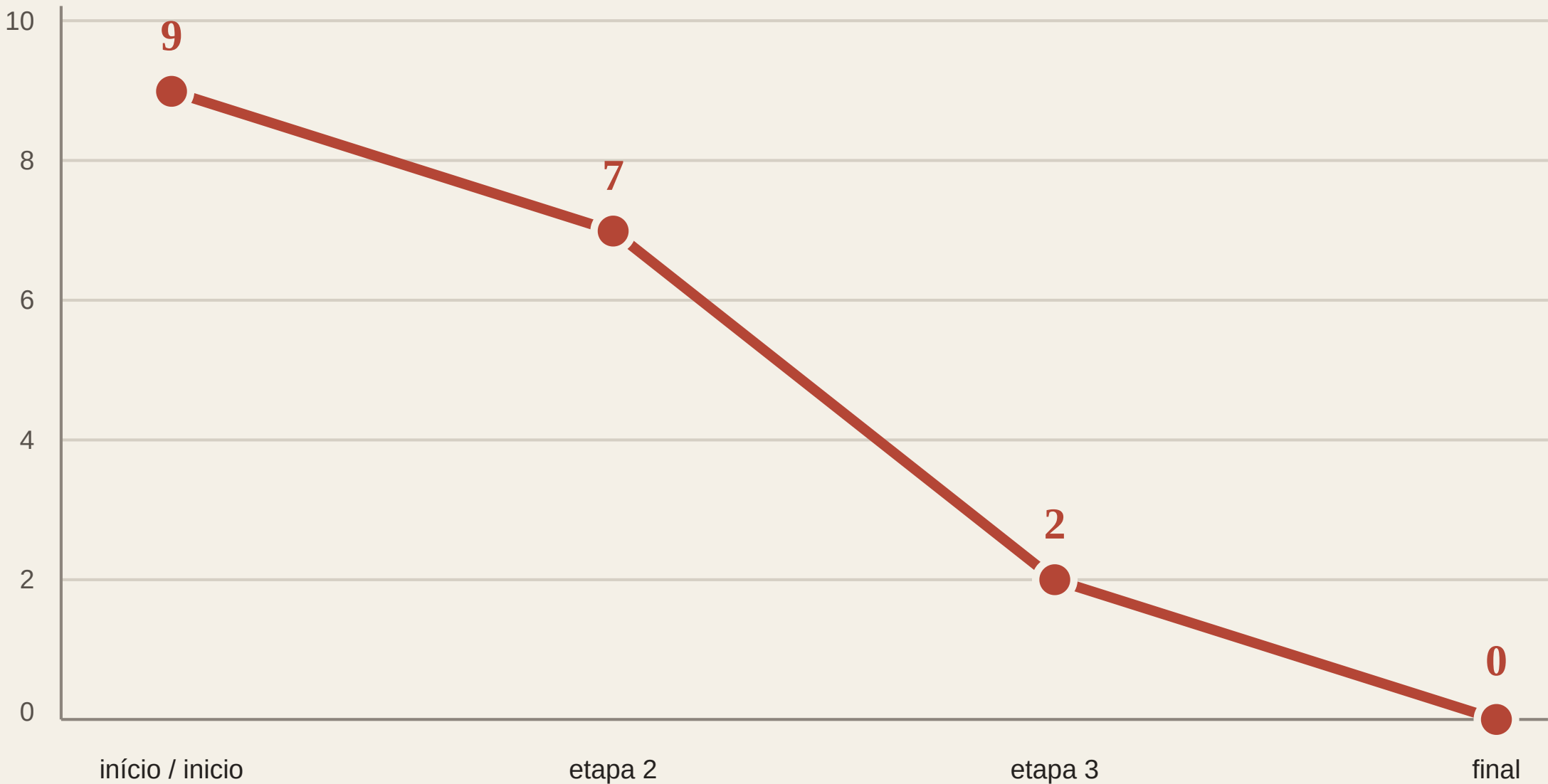
04

EBL não visual quando indicada /
estimulación bilateral no visual cuando
esté indicada

Mudança clínica ao longo do processo

Cambio clínico durante el proceso

SUD subjetivo por etapa / SUD subjetivo por etapa



SUDs
9 → 7 → 2 → 0

VoC 1 → 7
medidas subjetivas /
medidas subjetivas
≠ desempenho
objetivo / ≠
rendimiento objetivo

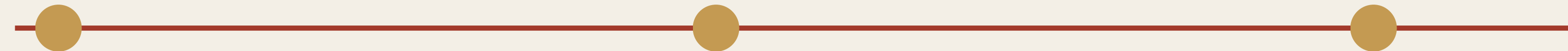
Da mudança clínica à função

Del cambio clínico a la función

Clínica
Clínica

Competições
Competiciones

Carreira
Carrera



mais calma, confiança e
estratégia
más calma, confianza y
estrategia

ranking → título nacional +
pódio estadual
ranking → título nacional +
podio regional

seleção estadual → equipe
europeia de elite
selección regional →
equipo europeo de élite





Caso × literatura

Caso × literatura

QUESTÃO · CUESTIÓN

CASO

LITERATURA

Ansiedade/confiança
Ansiedad/confianza

SUDs↓ · VoC↑

Reynoso 2023
Curdt 2023

Bloqueio/performance
Bloqueo/rendimiento

acesso mais estável

Bennett 2017
van Wensen 2024

Função esportiva
Función deportiva

desfechos temporais

Trenhaile 2025
van Wensen 2024

Causalidade
Causalidad

não inferida
no inferida

não estabelecida
no establecida

EMDR não cria campeões;
pode reduzir interferências que impedem o acesso à capacidade treinada.

EMDR no crea campeones;
puede reducir interferencias que dificultan el acceso a capacidades ya
entrenadas.

CLÍNICA
indicação / indicación
protocolo completo

INVESTIGAÇÃO .
INVESTIGACIÓN
controles + medidas objetivas

ÉTICA
consentimento /
consentimiento
prudência causal

Referências essenciais

Bennett, J. et al. (2017). J EMDR Pract Res, 11(2), 96–110. doi:10.1891/1933-3196.11.2.96.

Abdi, M.S. et al. (2019). J Res Behav Sci, 17(1), 151–158. doi:10.52547/rbs.17.1.151.

Reynoso-Sánchez, L.F.; Hoyos-Flores, J.R. (2023). Int J Sport Stud Health, 5(2), 9–17. doi:10.61838/kman.intjssh.5.2.2.

Curdt, K.; Eggleston, R. (2023). J EMDR Pract Res. doi:10.1891/EMDR-2022-0036.

Referencias esenciales

Trenhaile, J. et al. (2025). Pilot study of EMDR for injured Division I student-athletes. The Sport Journal.

van Wensen, E. et al. (2024/2025). Sports Psychiatry. doi:10.1024/2674-0052/a000083.

Reinebo, G. et al. (2024). Sports Medicine, 54, 347–373. doi:10.1007/s40279-023-01931-z.

Shapiro, F. (2018). Eye Movement Desensitization and Reprocessing Therapy. Guilford.



DIMARA MARQUES RIBEIRO

Psicóloga · CRP 08/19207

Full trainer em EMDR

Supervisora e Facilitadora Certificada em EMDR

CONTATO | CONTACTO

dimararibeiro@gmail.com

Instagram: @psi_dimararibeiro