

Rabiscos em Vermelho e Preto

BERNARDO
BORGES
MARQUES
2026

TEMPORADA 2026: PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO
CALENDÁRIO, ELENCO E PROTEÇÃO DE VALUATION



Rabiscos em Vermelho e Preto:

TEMPORADA 2026: PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO - CALENDÁRIO, ELENCO E PROTEÇÃO DE VALUATION

Bernardo Borges Marques

O que é “Rabiscos em Vermelho e Preto”?

Uma coletânea de ideias, análises e reflexões rubro-negras

Este espaço nasce com o intuito da escrita, reflexão e construção crítica sobre os mais diversos temas que cercam o futebol e a vida institucional do Clube de Regatas do Flamengo. Batizada de **Rabiscos em Vermelho e Preto**, ela será o ponto de encontro de vozes, ideias e olhares: pensamentos livres, análises profundas, artigos de opinião, dados, argumentos e propostas. Cada texto será mais que um simples registro: será uma contribuição ao debate sobre o presente e o futuro do clube que tanto amamos — com paixão, responsabilidade e compromisso democrático.

Um caderno de anotações em constante evolução. Um espaço onde o vermelho da paixão e o preto da firmeza se encontram para transformar rascunhos em caminhos.

Seja bem-vindo. Escreva, leia, questione. O Flamengo é de todos nós.



Quem sou eu?

Sou médico formado em Cardiologia Clínica e Intervencionista desde 2014, com experiência também em Terapia Intensiva. Em 2024, ampliei minha atuação para a gestão esportiva, conquistando o Certificado de Executivo de Futebol pela Footure Academy. Atualmente estou cursando o curso de Gestão de Futebol pelo FC Porto Football Science Institute. Associado do Clube de Regatas do Flamengo desde 2015, participo ativamente da vida política e institucional do clube, sendo membro fundador do grupo Flamengo Sem Fronteiras em 2019 e, mais recentemente, coordenador do Programa de Futebol e Saúde da Chapa 2 nas eleições de 2024. Minha trajetória une medicina, gestão e paixão pelo futebol, com foco em inovação, governança e integração entre saúde e desempenho esportivo.

- . Certificado em Executivo de Futebol: Footure Academy - 2024
- . Curso de Gestão em Futebol: FC Porto Football Science Institute - 2025 (em curso)



Disclaimer

O presente documento não tem nenhuma ligação com o Departamento de Futebol do Clube de Regatas do Flamengo, bem como o autor não faz parte do mesmo e da direção atual. O intuito é mostrar ao torcedor como pode ser montado um planejamento, orientar a torcida sobre o que podemos esperar ao longo da temporada, sem nenhuma intenção de substituir, criticar ou confrontar com o trabalho feito pelo clube, detentor de inúmeros títulos no ano de 2025, na base e no profissional.

Este trabalho é uma estimativa, uma perspectiva de como se molda um planejamento anual baseado em análises com documentos abstraídos na internet, em sites especializados em futebol, medicina esportiva e dados estatísticos e analíticos.



Introdução:

O Flamengo na temporada de 2026 enfrentará uma das temporadas mais exigentes da sua história, com densidade competitiva acima do padrão europeu, exigindo governança esportiva, profundidade de elenco e excelência em performance.

O planejamento esportivo de clubes de elite no Brasil tem sido cada vez mais condicionado por um calendário altamente congestionado, no qual a sobreposição de competições nacionais e continentais eleva simultaneamente o risco físico (lesões e queda de performance), o risco esportivo (perda de competitividade em momentos decisivos) e o risco econômico (depreciação de ativos e aumento de custos operacionais). Nesse contexto, o presente documento organiza o cenário de temporada do Flamengo em 2026 a partir de três eixos integrados: (i) hierarquização das competições por prioridade estratégica; (ii) mapeamento do volume máximo e provável de jogos, com linha do tempo mensal e identificação de “janelas críticas” de carga; e (iii) proposição de diretrizes de gestão de elenco e saúde & performance associadas ao impacto orçamentário e à preservação de valuation do plantel.

Parte-se da premissa de que a “carga competitiva” não é apenas uma variável operacional, mas um determinante sistêmico que influencia decisões de rotação, montagem de elenco, controle de minutagem e timing de mercado (buy & sell). Ao detalhar o total potencial de 76 jogos no cenário máximo (e 72–74 jogos como intervalo mais provável), o documento explicita os períodos mais sensíveis do ano — com ênfase em abril–maio e agosto–setembro — e propõe medidas objetivas de mitigação, como rodízio planejado, microciclos regenerativos, monitoramento fisiológico e limites de minutagem para atletas-chave. Assim, a análise busca oferecer uma estrutura aplicável à tomada de decisão da comissão técnica, do departamento médico/performance e da diretoria, alinhando resultado esportivo, sustentabilidade física e proteção do valor de mercado do elenco.

O Flamengo hoje não é um time, é um portfólio de ativos submetido ao estresse máximo.

Quem controla carga, controla valuation.

Quem controla valuation, controla sustentabilidade.

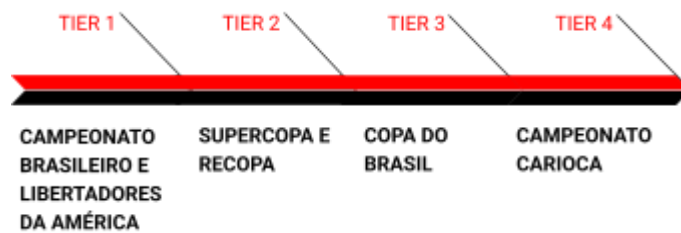
Resumo:

Este documento apresenta uma modelagem integrada da temporada 2026 do Flamengo, combinando calendário competitivo, gestão de carga, risco médico-físico e impactos econômicos relacionados à profundidade de elenco e ao valuation do plantel. Inicialmente, estabelece-se uma hierarquia de prioridades competitivas: Campeonato Brasileiro e Libertadores como prioridade máxima; Recopa e Supercopa como competições de tiro curto; Copa do Brasil como terceira prioridade; e Campeonato Carioca como eixo estratégico de rotação. Em seguida, consolida-se o cenário máximo de 76 partidas no ano, distribuídas entre Carioca (10), Supercopa (1), Recopa (2), Brasileirão (38), Copa do Brasil (9), Libertadores (13) e possivelmente a Copa Intercontinental FIFA (3), com uma linha do tempo mensal que evidencia picos de carga em abril–maio (fase de grupos da Libertadores e entrada na Copa do Brasil concomitantes ao Brasileirão) e agosto–setembro (convergência de mata-matas continentais e nacionais).

Com base nesses picos, é construído um mapa de risco médico e físico, classificando meses de risco muito alto (abril, maio, agosto e novembro) e propondo ações de mitigação centradas em rodízio mínimo de 18–20 atletas, controle de minutagem anual de atletas-chave (≤ 2.700 min/ano), microciclos regenerativos e monitoramento sistemático (GPS e indicadores de fadiga). Por fim, o documento integra calendário e finanças ao estimar pressões sobre custos operacionais (logística, recuperação, bônus contratuais) e ao sugerir um “modelo modular” de elenco (28–30 atletas utilizáveis), conectando a disponibilidade esportiva à preservação de valor de mercado. Conclui-se que a competitividade sustentável em 2026 depende de gestão industrial de carga, elenco profundo e tomada de decisão alinhada entre performance, departamento médico e estratégia de mercado.



1) Prioridades das Competições:



Obs (1): O Mundial de Clubes da Fifa não entra no critério de prioridade pois é um torneio em que a sua participação está condicionada ao título de campeão da Libertadores.

Obs (2): Tanto a Recopa quanto a Supercopa estão classificadas como Prioridade 2 por serem campeonatos de tiro curto e disputadas no início do ano, não acarretando em desgaste para o elenco no decorrer da temporada 2026.

2) Competições:



3) Datas no calendário anual de 2026 (por competição)

Janeiro–Março

- **Campeonato Carioca:** estreia prevista 14/01 e final em 08/03
- **Supercopa do Brasil:** 24/01 ou 01/02
- **Campeonato Brasileiro:** início 28/01
- **Recopa Conmebol (ida/volta):** 19/02 e 26/02
- **Copa do Brasil:** competição começa na semana de 18/02 (mas clubes da Série A entram só na 5ª fase)

Abril–Maio

- **Libertadores – fase de grupos (datas por rodadas)**
 - **Rodada 1:** 07–09/04
 - **Rodada 2:** 14–16/04
 - **Rodada 3:** 28–30/04
 - **Rodada 4:** 05–07/05
 - **Rodada 5:** 19–21/05
 - **Rodada 6:** 26–28/05
- **Copa do Brasil (entrada Série A / 5ª fase)**



-
- **Ida:** 22/04 | **Volta:** 13/05

Junho–Julho

- **Pausa geral (Copa do Mundo):** 01/06 a 20/07

Agosto–Outubro

- **Libertadores – fase eliminatória**
 - **Oitavas:** 11–13/08 (ida) e 18–20/08 (volta)
 - **Quartas:** 08–10/09 (ida) e 15–17/09 (volta)
 - **Semifinais:** 13–15/10 (ida) e 20–22/10 (volta)
- **Copa do Brasil**
 - **Oitavas:** 02/08 (ida) e 05/08 (volta)
 - **Quartas:** 26/08 (ida) e 02/09 (volta)

Novembro–Dezembro

- **Copa do Brasil**
 - **Semifinais:** 01/11 (ida) e 08/11 (volta)
 - **Final (jogo único):** 06/12
- **Libertadores – final (jogo único):** 28/11
- **Campeonato Brasileiro – término:** 02/12
- **Copa Intercontinental FIFA (Derby das Américas, Challenger Cup e Mundial):** 09/12 a 16/12

4) LINHA DO TEMPO (Cenário máximo: 76 jogos no ano)

Reapresentação: 12 de janeiro > **Pré-Temporada:** CT George Helal

1 - JANEIRO

Carga: ALTA (início simultâneo de competições)

- 14/01 → Início do **Campeonato Carioca** (Jogos em meio de semana e finais de semana com a equipe Sub 20)
- 24/01 → **Supercopa do Brasil** (final – jogo único)
- 28/01 → Início do **Campeonato Brasileiro**

Estimativa do mês: 6 a 7 jogos

2 - FEVEREIRO

Carga: MUITO ALTA

- **Campeonato Carioca** (fase final)
- **Recopa Conmebol**
 - 19/02 → Ida (Lanús - ARG) e 26/02 → Volta (Rio de Janeiro - BRA)
- **Campeonato Brasileiro**

Estimativa do mês: 7 a 8 jogos

3 - MARÇO

Carga: ALTA

- 08/03 → **Final do Campeonato Carioca**
- **Campeonato Brasileiro**
- Datas FIFA (Ajustes de calendário)

Estimativa do mês: 5 a 6 jogos

4 - ABRIL

Carga: MUITO ALTA (ponto crítico nº1)

- **Libertadores – fase de grupos**
 - Rodadas 1 e 2



-
- **Copa do Brasil – 5ª fase**
 - 22/04 → Ida
 - **Campeonato Brasileiro** (finais de semana)
- Estimativa do mês: 7 jogos**

5 - MAIO

Carga: MUITO ALTA

- **Libertadores – fase de grupos**
 - Rodadas 3, 4, 5 e 6
- **Copa do Brasil – 5ª fase**
 - 13/05 → Volta
- **Campeonato Brasileiro**

Estimativa do mês: 8 a 9 jogos

6 - JUNHO

PAUSA GERAL – COPA DO MUNDO

- 01/06 a 20/07 → **Calendário suspenso:** Sem jogos oficiais
- Elenco em período de férias

7 - JULHO

RETORNO PROGRESSIVO

- Retorno do **Campeonato Brasileiro** a partir de 20/07
- Retorno das férias: Ajustes físicos e técnicos

Estimativa do mês: 3 a 4 jogos

8 - AGOSTO

Carga: EXTREMAMENTE ALTA (ponto crítico nº2)

- **Libertadores – oitavas**
 - 11–13/08 → Ida
 - 18–20/08 → Volta
- **Copa do Brasil – oitavas**
 - 02/08 → Ida
 - 05/08 → Volta
- **Campeonato Brasileiro**

Estimativa do mês: 8 jogos

9 - SETEMBRO

Carga: MUITO ALTA

- **Libertadores – quartas**
 - 08–10/09 → Ida
 - 15–17/09 → Volta
- **Copa do Brasil – quartas**
 - 26/08 → Ida
 - 02/09 → Volta
- **Campeonato Brasileiro**
- Data FIFA

Estimativa do mês: 7 jogos

10 - OUTUBRO

Carga: ALTA / DECISIVA

- **Libertadores – semifinais**
 - 13–15/10 → Ida
 - 20–22/10 → Volta



Rabiscos em Vermelho e Preto:

TEMPORADA 2026: PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO - CALENDÁRIO, ELENCO E PROTEÇÃO DE VALUATION

Bernardo Borges Marques

- **Campeonato Brasileiro**
Estimativa do mês: 6 jogos

11 - NOVEMBRO

Carga: ALTÍSSIMA (finais)

- **Copa do Brasil – semifinais**
 - 01/11 → Ida
 - 08/11 → Volta
- **Libertadores – FINAL**
 - 28/11 → Jogo único
- **Campeonato Brasileiro (rodadas finais)**

Estimativa do mês: 6 jogos

12 - DEZEMBRO

ENCERRAMENTO DA TEMPORADA

- 02/12 → Fim do **Campeonato Brasileiro**
- 06/12 → **Final da Copa do Brasil** (jogo único)
- 09–16/12 → **Copa Intercontinental FIFA (Mundial)**
 - Até 3 jogos (**Derby das Américas, Challenger Cup, Mundial**)

Estimativa do mês: 5 jogos



MESES MAIS CRÍTICOS (Gestão de Elenco)

ABRIL E MAIO — Brasileiro, Libertadores e Copa do Brasil

AGOSTO E SETEMBRO — Tripla competição em eliminatórias

NOVEMBRO — Decisões e desgaste acumulado



5) TABELA DE WORKLOAD MENSAL (CARGA DE JOGOS - 76)

Mês	Jogos Estimados	Nível de Carga	Competições
Janeiro	6 a 7	Alta	Carioca, Supercopa e Brasileiro
Fevereiro	7 a 8	Muito alta	Recopa, Brasileiro e Carioca
Março	5 a 6	Média	Carioca, Brasileiro e Data FIFA
Abril	7	Muito alta	Brasileiro, Libertadores e Copa do Brasil
Maiο	8 a 9	Crítica	Brasileiro, Libertadores e Copa do Brasil
Junho	0	Nenhuma	Copa do Mundo de Seleções / Recesso
Julho	3 a 4	Baixa	Retorno do Brasileiro
Agosto	8	Crítica	Brasileiro, Oitavas da Libertadores e Copa do Brasil
Setembro	7	Muito alta	Brasileiro, Quartas da Libertadores e Copa do Brasil
Outubro	6	Alta	Brasileiro, Semifinais da Libertadores e Copa do Brasil
Novembro	6	Crítica	Brasileiro, Final da Libertadores e Semifinal da Copa do Brasil
Dezembro	5	Alta	Final do Brasileiro, da Copa do Brasil e Intercontinental da FIFA

6) MAPA DE RISCO MÉDICO E FÍSICO: Gestão de Saúde & Performance

A gestão integrada de saúde e performance no futebol profissional exige uma leitura sistêmica do calendário competitivo, das cargas impostas aos atletas e das respostas fisiológicas individuais ao longo da temporada. Nesse contexto, o Mapa de Risco Médico e Físico torna-se uma ferramenta estratégica para antecipar cenários críticos, reduzir a incidência de lesões e sustentar níveis elevados de rendimento esportivo. A categorização dos períodos em risco muito alto, médio e baixo permite que decisões técnicas, médicas e físicas sejam tomadas de forma preventiva, e não apenas reativa.

Os meses classificados como risco muito alto — abril, maio, agosto e novembro — concentram o maior número de ameaças à integridade física e ao desempenho neuromuscular dos atletas. Trata-se, em geral, de períodos marcados por elevada densidade competitiva, jogos decisivos e menor espaço para recuperação adequada. Nesse cenário, observa-se aumento significativo das lesões musculares, especialmente em grupos de alta exigência funcional como isquiotibiais, adutores e panturrilhas, além de quadros de overuse, como tendinopatias patelar e aquileu. Soma-se a isso a queda progressiva da performance neuromuscular e o risco elevado de recidivas, frequentemente associadas ao retorno precoce ou à gestão inadequada de carga.

Diante desse quadro, a adoção de ações estruturadas é imprescindível. O rodízio planejado, com utilização efetiva de um elenco mínimo entre 18 e 20 atletas, reduz a sobrecarga crônica dos jogadores-chave. A inserção de microciclos regenerativos, mesmo em calendários congestionados, contribui para restaurar capacidades físicas sem comprometer o desempenho coletivo. O controle rigoroso da minutagem anual — idealmente limitado a até 2.700 minutos para atletas centrais do modelo de jogo — atua como barreira objetiva contra o excesso de exposição. Complementarmente, o uso intensivo de ferramentas de monitoramento, como GPS, marcadores



bioquímicos (CK) e questionários neuromusculares, permite ajustes finos e individualizados, elevando o grau de precisão das decisões.

Os períodos de risco médio, identificados nos meses de janeiro, fevereiro, setembro e outubro, apresentam desafios distintos, porém igualmente relevantes. Nesses momentos, a fadiga acumulada começa a se manifestar de forma mais silenciosa, frequentemente associada a assimetrias musculares e a descompensações decorrentes de viagens longas e alterações no padrão de sono. Embora o risco agudo de lesão seja menor do que nos períodos críticos, a negligência nesse estágio pode funcionar como gatilho para problemas mais graves nos meses subsequentes.

Assim, a estratégia central nesses períodos deve ser a gestão individual de carga, respeitando o histórico, a função tática e o momento fisiológico de cada atleta. Treinos compensatórios tornam-se fundamentais para corrigir desequilíbrios e manter a simetria funcional, enquanto o controle de viagens, recuperação e qualidade do sono assume papel determinante na manutenção da homeostase orgânica. Trata-se de uma fase de estabilização, em que pequenos ajustes podem gerar grande impacto preventivo.

Por fim, os meses classificados como risco baixo, junho e julho, representam uma janela estratégica para intervenções estruturais. Com menor pressão competitiva, abre-se espaço para o condicionamento físico global, a prevenção ativa e a correção aprofundada de desequilíbrios musculares e funcionais acumulados ao longo da temporada. O trabalho excêntrico estruturado, especialmente voltado à musculatura posterior de coxa, adutores e tríceps sural, mostra-se essencial para aumentar a resiliência tecidual e preparar o atleta para os picos de exigência futuros.

O Mapa de Risco Médico e Físico não deve ser interpretado apenas como um instrumento de alerta, mas como um modelo dinâmico de tomada de decisão. Ao integrar dados objetivos, leitura contextual do calendário e ações preventivas bem definidas, clubes que adotam essa abordagem ampliam sua capacidade de preservar seus atletas, reduzindo lesões e sustentando a performance ao longo de toda a temporada. No futebol moderno, onde as margens são mínimas, gerir risco é, cada vez mais, uma forma direta de competir melhor.

RISCO MUITO ALTO

Meses: Abril, Maio, Agosto, Novembro

Principais riscos:

- Lesões musculares (isquiotibiais, adutores, panturrilha)
- Overuse (tendinopatias patelar e aquileu)
- Queda de performance neuromuscular
- Maior incidência de recidiva

Ações recomendadas:

- Rodízio planejado (mín. 18–20 atletas)
- Microciclos regenerativos
- Minutagem controlada (≤ 2.700 min/ano por atleta-chave)
- Uso intensivo de GPS + CK + questionários neuromusculares

RISCO MÉDIO

Meses: Janeiro, Fevereiro, Setembro, Outubro

Riscos:

- Fadiga acumulada
- Lesões por assimetria muscular
- Descompensações pós-viagem

Ações:

- Gestão individual de carga
- Treinos compensatórios
- Controle de viagens e sono



RISCO BAIXO

Meses: Junho, Julho

Ações-chave:

- Recondicionamento
- Prevenção ativa
- Correção de desequilíbrios
- Trabalho excêntrico estruturado

7) PROJEÇÃO DE DESEMPENHO



Intervalo mais provável: 72 a 74 jogos - Ainda acima do limite ideal de 62–65 jogos/ano, exigindo:

- 1) Elenco profundo
- 2) Planejamento físico integrado
- 3) Uso estratégico do Carioca e da Copa do Brasil

O planejamento da temporada 2026 impõe um nível elevado de complexidade estrutural, exigindo uma abordagem integrada entre gestão esportiva, comissão técnica, departamento médico e área de performance. A projeção de até 76 jogos possíveis, com uma faixa mais realista entre 72 e 74 partidas, posiciona o calendário no limite fisiológico aceitável para o futebol de alto rendimento, sobretudo em um contexto de múltiplas competições simultâneas e alta exigência competitiva.

Os meses de abril, maio, agosto e novembro configuram-se como períodos críticos da temporada, concentrando decisões esportivas relevantes e elevada densidade de jogos. Nesses intervalos, a sobreposição entre Campeonato Brasileiro, Copa Libertadores e Copa do Brasil cria um conflito estrutural claro, no qual a lógica competitiva colide com os limites biológicos dos atletas. O segundo semestre, em especial, apresenta risco elevado de lesões, resultado do acúmulo progressivo de carga, da redução das janelas de recuperação e da intensificação do nível de exigência técnica e emocional das partidas.

A pausa estratégica entre junho e julho, motivada pela realização da Copa do Mundo, deve ser interpretada não apenas como um intervalo no calendário, mas como um ativo de gestão. Trata-se de uma oportunidade rara para recondicionamento físico, correção de desequilíbrios, recuperação neuromuscular e redefinição de cargas individuais, com impacto direto na redução de riscos no retorno às competições. O aproveitamento inadequado deste período compromete todo o segundo semestre, especialmente em clubes com ambições simultâneas em múltiplos torneios.

Diante desse cenário, a profundidade e a funcionalidade do elenco tornam-se variáveis centrais. A exigência mínima de 28 atletas plenamente utilizáveis não se relaciona apenas à quantidade, mas à capacidade desses jogadores de sustentar rendimento competitivo em diferentes contextos, posições e modelos de jogo. A construção de um elenco modular, com dois atletas por posição e jogadores híbridos capazes de atuar em mais de uma função, amplia a flexibilidade tática e reduz a dependência excessiva de atletas-chave.

Nesse contexto, o Campeonato Carioca assume papel estratégico fundamental e deve ser gerido como uma pré-temporada estendida, e não como um fim em si mesmo. A utilização planejada de atletas sub-23, associada a um sistema de rotação controlada, permite desenvolver ativos, testar variações táticas e preservar jogadores centrais para os momentos de maior relevância competitiva do calendário nacional e internacional.

O controle rigoroso da minutagem individual emerge como pilar inegociável do planejamento. A experiência internacional demonstra que a exposição excessiva é um dos principais fatores



associados à queda de performance e ao aumento da incidência de lesões. O benchmark europeu, que trabalha com uma média aproximada de um jogo a cada 4,5 dias, oferece uma referência clara para balizar decisões, mesmo em um contexto sul-americano tradicionalmente mais congestionado. Por fim, o sucesso da temporada 2026 depende diretamente do grau de integração entre áreas. A dissociação entre comissão técnica, departamento médico e performance compromete a leitura global do atleta e fragiliza a tomada de decisão. Em contrapartida, modelos integrados, baseados em dados, comunicação constante e planejamento antecipado, aumentam a eficiência do uso do elenco e reduzem riscos estruturais. A temporada 2026 exige uma gestão que transcenda o jogo isolado e opere em lógica sistêmica. Planejar não é apenas definir prioridades competitivas, mas alinhar calendário, elenco, carga e saúde dentro de um modelo sustentável. No futebol moderno, a capacidade de competir em alto nível ao longo de toda a temporada está diretamente ligada à qualidade do planejamento — e não apenas ao talento disponível.

- **Jogos máximos:** 76
- **Jogos prováveis:** 72 a 74
- **Meses críticos:** Abril, Maio, Agosto, Novembro
- **Pausa estratégica:** Junho–Julho (Copa do Mundo)

Pontos de Atenção

- Conflito estrutural entre:
 - Brasileiro + Libertadores + Copa do Brasil
- Risco elevado de lesões no 2º semestre
- Exigência de elenco ≥ 28 atletas utilizáveis
- Importância de gestão do Carioca como pré-temporada estendida

Recomendações Estratégicas

1. Planejamento do Carioca com atletas U-23 e rotação
2. Elenco modular (2 atletas por posição + híbridos)
3. Minutagem máxima individual controlada
4. Integração total: comissão técnica + DM + performance
5. Benchmark europeu (≤ 1 jogo a cada 4,5 dias em média)

8) INTEGRAÇÃO – CALENDÁRIO × ORÇAMENTO × ELENCO × VALUATION

Cenário: 72–74 jogos / Temporada de carga máxima

Impacto orçamentário da carga de jogos: Orçamento Esportivo – Estrutura Base

Centro de custo	Orçamento anual estimado (R\$)	Impacto no calendário
Atletas	420 - 450 milhões	Pressão por elenco mais profundo
Comissão Técnica	45 - 55 milhões	Estável
Saúde e Performance	28 - 35 milhões	Ampliação de profissionais, insumos e tecnologia
Operação (viagens)	85 - 95 milhões	Copa do Brasil, Brasileiro, Libertadores e Mundial
Premiações	120 - 180 milhões	Variável
TOTAL	700 - 800 milhões	

Nota técnica: A cada 10 jogos adicionais acima de 60 partidas/ano, aumenta o custo operacional do futebol em 3% a 5%, sobretudo em: logística, recuperação física e bônus por metas contratuais



ELENCO IDEAL PARA 76 JOGOS (MODELO MODULAR)

- 28 a 30 atletas utilizáveis
- Meta: máximo 2.700 minutos/ano por atleta-chave (30 jogos/ano) - Ideal para uma gestão de elenco - média anual: 4.500 minutos/ano (50 jogos/ano)



Valuation agregado estimado (Transfermarkt/CIES-like)

Grupo	% do elenco	Valuation médio	Uso estratégico
Ativos premium	20%	€18-25 mi	Brasileiro, Libertadores
Ativos consolidados	35%	€8-15 mi	Brasileiro, Libertadores e Copa do Brasil
Ativos rotacionais	30%	€3-7 mi	Brasileiro, Libertadores e Copa do Brasil
Ativos da base	15%	€1-3 mi	Desenvolvimento
Valuation total estimado		€180-220 mi	Atual: € 195,9 mi

Superutilização de ativos premium: desvalorização de mercado, risco de lesão e perda de liquidez futura

9) MATRIZ MINUTAGEM x VALUATION (GESTÃO DE ATIVOS)

Conceito: A minutagem representa o tempo efetivo em que o atleta esteve em campo em uma partida oficial - Minutos jogados é o tempo entre a entrada e saída do atleta em campo.

Contabiliza: Tempo regulamentar (1º e 2º tempo) e acréscimos (45+X, 90+X).

Não contabiliza: Intervalo, tempo no banco de reservas e no aquecimento.

Minutagem total = soma dos minutos jogados em todas as partidas oficiais

Gestão de Minutagem e Risco de Lesão Muscular: Sugestão de diretrizes de controle de minutagem de atletas visando reduzir o risco de lesões musculares, otimizar a disponibilidade do elenco e sustentar a performance ao longo de até 76 jogos previstos para a temporada 2026.



Existe algum número seguro para minutagem na literatura médico esportiva?

Não existe, hoje, um “número mágico” de minutos por ano comprovado como 100% seguro na literatura. O que os estudos mostram é que o risco de lesão muscular depende muito mais de congestão de jogos (intervalo <4–5 dias), picos súbitos de carga (aumento brusco de minutos/quilometragem em poucas semanas) e exposição a alta velocidade (HSR) do que apenas do total bruto de minutos na temporada.

Princípios Científicos Utilizados: Com base em literatura médica e relatórios internacionais, três pilares determinam risco muscular:

1. Carga acumulada (minutos totais/ano)
2. Congestão de calendário (≤ 4 dias entre jogos)
3. Picos recentes de carga (minutos/HSR em 2–4 semanas)

O que a literatura realmente mostra

1) Incidência “normal” de lesão muscular em elite

Os grandes estudos epidemiológicos mostram que o jogador profissional sofre em média 0,6 lesões musculares por temporada, que as lesões musculares são ~31% de todas as lesões e geram ~27% dos dias de afastamento (1) e a incidência típica de lesão muscular em jogos gira em torno de 20–30 lesões por 1.000 h de jogo, dependendo da liga/estudo (2). Esses trabalhos descrevem a incidência por hora de exposição, mas não definem um teto de minutos por temporada.

2) Densidade de jogos (intervalo entre partidas)

Aqui sim há uma mensagem bem clara: a densidade (dias entre jogos) pesa mais que o total anual bruto. O estudo de Bengtsson et al. (2013, 2018), na série do UEFA Champions League Injury Study, mostra que a taxa de lesões musculares aumenta significativamente em jogos disputados com ≤ 4 dias de recuperação desde o jogo anterior e com ≤ 4 dias de recuperação, a taxa de lesão muscular foi ~30% maior (RR ~1,3) do que com ≥ 6 dias (3). Já o review sistemático de Page et al. (2022) reforça que períodos de calendário congestionado (≤ 4 dias entre jogos) estão consistentemente associados a maior incidência de lesão, em especial muscular (4).

3) Exposição recente a jogos (sub/super-exposição)

Alguns estudos recentes olham especificamente para a carga de jogos nas semanas que antecedem a lesão em que o risco cresce quando o jogador “some” dos jogos por muito tempo e volta de repente, e também quando acumula muitos minutos/intensidade em janela curta.

- Moreno-Pérez et al. – “Under-exposure to official matches is associated with muscle injury risk” (2020/2021): Este estudo analisou jogadores profissionais e avaliaram a exposição a jogos no mês precedente à lesão muscular, encontrando que tanto a subexposição (minutos muito baixos nas semanas anteriores) quanto a superexposição aumentam o risco de lesão muscular; isto é, existe uma “zona ótima” de participação (5).
- Em outro trabalho, Moreno-Pérez (2023/2024) usou exposição a alta velocidade (high-speed running) nos jogos das 2 semanas anteriores como preditor de lesão de isquiotibiais evidenciando que maiores volumes de corrida em alta velocidade nas 2 semanas anteriores aumentaram o risco de lesão e a exposição mínima a esforços de alta velocidade também aumentou o risco, provavelmente por falta de preparação específica (6).

4) Picos de carga (ACWR, HSR)

- Estudos sobre a razão de carga de trabalho aguda/crônica (ACWR) em alta velocidade (HSR) mostram que aumentos súbitos na distância em alta velocidade (por ex. >1,5 vezes a média das semanas anteriores) estão associados a maior risco de lesão de isquiotibiais (7). Mais importante do que “4.000 ou 5.000 min/ano” é evitar saltos bruscos de carga semanal/mensal.
-



Consenso prático sobre número de jogos

Quem chega mais perto de uma “métrica de teto” são os relatórios de carga de trabalho da FIFPRO, baseados em opinião especializada com dados de carga e lesão, não sendo um ensaio clínico, mas que se tornou referência de mercado. O Player Workload Monitoring Report (2024), uma pesquisa com treinadores de alta performance mostrou que 88% deles acreditam que o jogador não deveria disputar mais de 55 partidas por temporada; exceder esse número “aumenta significativamente o risco de lesão e burnout” (8). Em outro paper da FIFPRO (2024/2025), mostrou vários casos de jogadores com 60–70 partidas/ano e > 6.000 minutos, associando esse perfil a maior risco de lesão muscular, fadiga e redução de performance (9).

Traduzindo isso para a minutagem

Partindo desse consenso de ≈ 55 jogos como limite relativamente seguro (esses números são uma interpolação prática - minutos a partir dos 55 jogos da FIFPRO + estudos de congestão, não um “cut-off” oficial de medicina esportiva).

- 55 jogos $\times$ 90 min teóricos $\approx$ 4.950 minutos de jogo/ano.
- Na prática, nem todos os jogos são 90'; muitos atletas são substituídos, então um titular muito utilizado costuma ficar entre 4.000–5.500 minutos/ano somando clube + seleção em cenários de alta demanda.

Combinando isso com os achados de congestão e picos de carga, uma síntese prática que muitos departamentos de performance usam é:

- Zona “relativamente segura” para um titular (com calendário bem distribuído, boa pré-temporada e controle de treino): ~ 3.000 – 4.000 minutos competitivos/ano (equivalente a uns 33–44 jogos completos) com intervalos predominantemente ≥ 4 – 5 dias entre partidas importantes.
- Zona de maior risco de lesão muscular, especialmente se houver congestão de calendário e viagens: > 4.500 – 5.000 minutos/ano (≥ 50 – 55 jogos completos) com muitas partidas em sequência com ≤ 3 – 4 dias de recuperação, o que os estudos associam a aumento de 30% ou mais na incidência de lesões musculares (10).

“Qual a média de minutagem que um jogador profissional pode ter por ano sem aumentar a probabilidade de lesão muscular?”

Resumindo com base na literatura atual:

1. A medicina esportiva não define um valor único “seguro” de minutos/ano.
2. Os dados apontam que: jogar com intervalos < 4 – 5 dias entre partidas aumenta a incidência de lesões musculares; picos súbitos de carga (minutos/HSR) em 1–3 semanas elevam o risco; tanto subexposição quanto superexposição em jogos nas semanas anteriores à lesão podem aumentar o risco.
3. Há um consenso prático (FIFPRO, treinadores de alta performance) de que acima de ≈ 55 jogos/temporada (~ 5.000 min teóricos) o risco de lesão e burnout aumenta significativamente.

Para o uso em planejamento de temporada / mapa de risco, faz sentido trabalhar com a ideia de que:

- Até ~ 3.000 – 4.000 minutos/ano (com descansos adequados e boa distribuição de carga) $\approx$ risco “baseline” descrito nos grandes estudos;
- Acima de ~ 4.500 – 5.000 minutos/ano, especialmente com muitos jogos em congestão, o risco de lesão muscular aumenta de forma clinicamente relevante, segundo os dados de congestão e o consenso FIFPRO.

Principais referências que sustentam essas métricas



1. **Ekstrand J, et al.** *Epidemiology of muscle injuries in professional football (soccer)*. Am J Sports Med. 2011. – Descreve a incidência de ~0,6 lesão muscular/jogador/ano e taxas por 1.000 h.
2. **Bengtsson H, Ekstrand J, Hägglund M.** *Muscle injury rates in professional football increase with fixture congestion: an 11-year follow-up of the UEFA Champions League injury study*. Br J Sports Med. 2013. – Mostra aumento significativo de lesões musculares com ≤ 4 dias entre jogos.
3. **Bengtsson H, et al.** *Muscle injury rate in professional football is higher in matches played within 5 days since the previous match*. Br J Sports Med. 2018. – Confirma uma maior incidência de lesões musculares com curto intervalo entre partidas.
4. **Page RM, et al.** *The Effects of Fixture Congestion on Injury in Professional Male Soccer*. Sports Med. 2022 (review sistemático). – Consolida evidências de aumento de lesões em períodos de calendário congestionado.
5. **Moreno-Pérez V, et al.** *Under-exposure to official matches is associated with muscle injury in professional footballers*. – Mostra que tanto baixa quanto alta exposição recente a jogos aumentam risco de lesão muscular.
6. **Moreno-Pérez V, et al.** *Reduced Match Exposure in the Previous 2 Matches Accounts for Hamstring Muscle Injury in Professional Football Players*. 2023/2024 - Relaciona exposição em alta velocidade em jogos recentes com risco de lesão de isquiotibiais.
7. **Gee T, et al.** *Chronic Workload Ratio of High-Speed Running and Hamstring Injury Risk in Professional Footballers*. Int J Strength Cond. 2022. – Associa picos de ACWR em HSR a maior risco de lesão.
8. **Ekstrand J, et al.** *Most modifiable risk factors for hamstring muscle injury in professional football*. Knee Surg Sports Traumatol Arthrosc. 2023. – Reforça papel de carga e exposição como fatores modificáveis.
9. **FIFPRO – Player Workload Monitoring Report (PWM) 2024**. – Relatório em que **88% dos especialistas** apontam **55 jogos/temporada** como limite antes do aumento importante de risco de lesão e burnout.

Premissas específicas para o elenco do Flamengo em 2026

Partindo do princípio de que o time possa fazer até 76 partidas no ano de 2026, o seu máximo teórico é de 6.840 min por jogador (76 jogos $\times$ 90 min: irreal, mas é o teto matemático).

Levando em conta os minutos totais da equipe no ano: 76 jogos $\times$ 90 min $\times$ 11 jogadores = 75.240 minutos-jogador disponíveis. Se o elenco tiver, por exemplo, 25 atletas de linha + 3 goleiros, só como referência: $75.240 \div 25 \approx 3.000$ min/jogador (média)

O problema não é “falta de minutos” mas sim como evitar que 6–8 atletas concentrem 4.500–5.500 min/ano, zona em que o risco de lesão muscular sobe bem, principalmente em calendário congestionado. Por isso é importante ter um elenco homogêneo, qualificado com jogadores de qualidade e adaptado a um rodízio conforme a minutagem e fisiologia define uma alteração na partida bem como a prioridade do campeonato a disputar.

Faixas anuais de minutagem (Mapa de Risco)

- **Zona Verde – Exposição Controlada**
 - 0 – 2.700 min/ano
 - Equivale a até ~30 jogos completos.
 - Baixo risco *por minutagem* em si.
 - Ideal para: jogadores em fase de integração, atletas de base subindo, reservas/rotacionais e veteranos com histórico de lesão, mas bem fisicamente.
- **Zona Amarela – Carga Alta, porém aceitável**
 - 2.701 – 3.600 min/ano (~30–40 jogos completos)



-
- Faixa boa para titulares jovens (18–26 anos) e atletas sem histórico de lesão muscular relevante.
 - Requer: controle fino de carga nos treinos, preservação em jogos de menor prioridade e atenção especial em janelas de 2 jogos/semana.
 - **Zona Laranja – Risco Aumentado**
 - 3.601 – 4.500 min/ano (~40–50 jogos completos)
 - Aqui já entra o “núcleo duro” de titulares, principalmente em temporadas com Libertadores + Brasileiro cheios.
 - Risco de lesão muscular começa a ficar expressivamente maior se: houver muitos jogos com ≤ 4 dias de intervalo, viagem + mudança de fuso e aumento brusco de carga em 2–3 semanas.
 - Ideal para jogadores em auge físico (23–29 anos) e sem histórico recente de lesão muscular grave.
 - **Zona Vermelha – Alta Exposição e Alto Risco**
 - > 4.500 min/ano (≥ 50 jogos completos)
 - Corresponde, na prática, a “jogar quase tudo” em um calendário de 76 jogos.
 - Considerando a evidência sobre congestão de jogos e o consenso FIFPRO (limite próximo de 55 jogos/ano), é a faixa em que o risco de lesão muscular e overuse aumenta de forma marcante.
 - Para o Flamengo 2026: jogador que estiver entrando nessa faixa precisa de plano ativo de proteção: rodízio, substituições programadas, monitoramento intenso de HSR, CK, percepção de fadiga, etc.

Ajuste por perfil de atleta (idade e histórico de lesão)

1) Faixas por idade

- **18–24 anos (jogadores jovens)**
 - Podem tolerar, em média, a parte alta da Zona Amarela e início da Laranja se bem treinados e com carga progressiva.
 - Ajuste sugerido: manter até ~4.000 min como teto preferencial.
- **25–29 anos (auge físico)**
 - Faixa ideal para o “miolo” dos titulares.
 - Podem, em tese, flertar com 4.000–4.500 min/ano, desde que não acumulem muitas janelas com 3 jogos/semana e tenham microciclos regenerativos bem estruturados.
- **30+ anos (veteranos)**
 - ~10–15% para baixo: Zona Laranja já começa por volta de 3.200–3.300 min; Zona Vermelha a partir de 3.800–4.000 min, principalmente se tiver histórico de lesão muscular.

2) Histórico de lesão muscular

Para atletas com ≥ 2 lesões musculares nos últimos 2 anos, ou 1 lesão grave (30+ dias fora):

- Reduzir em ~10–20% o limite superior de cada faixa. Ex.: se o “teto geral” de segurança é 4.000 min, para esse atleta trataria 3.200–3.500 min como o “teto operacional”.

Divisão de grupos no elenco (25 jogadores de linha com 76 jogos possíveis)

Grupos de manejo

- **Grupo A – Titulares-chave (Núcleo 1)**
 - 6–8 jogadores.
 - Meta de minutagem: 3.300–4.200 min/ano (Zona Amarela alta / Laranja baixa).
 - Estratégia: jogar a maioria dos jogos de Prioridade 1 (Brasileiro + Libertadores) e ser protegido em Carioca, parte da Copa do Brasil e jogos resolvidos.
 - **Grupo B – Titulares-rotacionais (Núcleo 2)**
 - 6–8 jogadores.
-



-
- Meta de minutagem: 2.400–3.300 min/ano.
 - São os “12º a 18º” homens do elenco, prontos para entrar sem queda grande de desempenho.
 - **Grupo C – Rotacionais / Especialistas**
 - 5–6 jogadores.
 - Meta de minutagem: 1.200–2.400 min/ano.
 - Jogam mais em: janelas congestionadas, jogos de menor prioridade ou em situações táticas específicas (ex.: fechar jogo, mudança de sistema).
 - **Grupo D – Base / Integração / Retorno de lesão**
 - Restante do elenco.
 - Meta de minutagem: até 1.200–1.800 min/ano, mais bem distribuídos em: Campeonato Carioca, fim de jogos resolvidos e em um eventual rodízio em semanas de 3 jogos.

Desta forma, você distribui os 75.240 minutos da temporada sem precisar levar 5–6 atletas para a zona vermelha.

Integração com o calendário de 76 jogos (janelas de risco)

1) Limites mensais de segurança por jogador: Em um ano com 76 jogos de média temos 6,3 jogos/mês. Sugerimos as seguintes metas para um titular:

- **Meta segura (média):** $\approx$ 3–4 jogos completos/mês ou 270–360 min/mês em jogos “pesados” (alta exigência) + entradas menores em outros jogos.
- **Alerta: 5 jogos completos/mês** (~450 min) já merecem: treino muito controlado com pelo menos 1 microciclo mais leve e a possibilidade de substituição planejada em 1 desses jogos.
- **Zona crítica (principalmente em abril, maio, agosto, novembro):** $\geq$ 6 jogos completos/mês (540+ min) com viagens + calendário congestionado. Aqui é praticamente “jogar tudo” no mês – o risco de lesão muscular aumenta muito.

2) Orientações para comissão técnica

1. Nenhum titular-chave deve ultrapassar 4.200–4.500 min/ano, salvo exceções muito justificadas e sem análise conjunta (Médico + Performance + Técnico).
2. Veteranos (30+) com histórico muscular – teto preferencial ~3.300–3.600 min/ano.
3. Em meses de risco muito alto (abril, maio, agosto, novembro): evitar mais de 4 jogos completos para o mesmo jogador, trabalhar com substituições pré-programadas (ex.: sair aos 60–70’ em 1–2 jogos), reforçar microciclos regenerativos (24–72h pós-jogo).
4. Sequências com ≤ 4 dias entre jogos: no máximo 3 jogos consecutivos de 90’ para o mesmo atleta, antes de forçar pelo menos um jogo com minutagem reduzida ou descanso.
5. Jogador que entrar em zona vermelha (>4.500 min): marcar como “critical watch” no dashboard médico, reavaliar objetivos de minutagem para os meses seguintes, ajustar participação em treinos de alta intensidade. Revisão de minutagem nos próximos 4–6 jogos, sem pode ter sequência de 3 jogos completos
6. Monitoramento obrigatório (semanal): CK, percepção subjetiva (RPE), sono. Distância total e HSR (treinos + jogos)

“Mapa de Risco Médico/Físico” do elenco

- **Coluna 1:** Nome, idade, posição.
 - **Coluna 2:** Histórico de lesão muscular (últimos 2 anos).
 - **Coluna 3:** Minutos acumulados no ano.
 - **Coluna 4:** Faixa de risco (verde, amarelo, laranja, vermelho).
 - **Colunas 5–6:**
 - Jogos nas últimas 2 semanas
 - Minutos nas últimas 4 semanas (para ver picos de carga).
-



- **Coluna 7:** Recomendação operacional

- “Pode manter padrão”
- “Sugere-se reduzir 20–30% de minutos nas próximas 3 semanas”
- “Descanso obrigatório em 1 jogo da próxima janela” etc.

Nome, idade, posição	Histórico de lesão muscular (últimos 2 anos)	Minutos acumulados no ano	Faixa de risco	Jogos nas últimas 2 semanas	Minutos nas últimas 4 semanas	Recomendação operacional
----------------------	--	---------------------------	----------------	-----------------------------	-------------------------------	--------------------------

MODELO DE TABELA — Gestão de Minutagem & Risco Muscular

| Jogador | Idade | Posição | Histórico muscular últimos 24 meses | Minutos acumulados 2026 | Jogos disputados | Média min/jogo | Jogos últimos 14 dias | Minutos últimas 4 semanas | Faixa de Risco | Zona Individual Ajustada (idade/histórico) | Status | Recomendação Operacional |

Faixas de Minutagem e Risco (Ano Completo)

Zona	Minutos Anuais	Interpretação
Verde	0-2.700	Exposição controlada – baixo risco
Amarela	2.701-3.600	Carga alta, mas aceitável
Laranja	3.601-4.500	Risco crescente
Vermelha	> 4.500	Alto risco de lesão muscular

Observação: valores devem ser reduzidos 10–20% para atletas 30+ anos, histórico de lesão muscular moderado/grave e retorno de lesão

Estratégia de Distribuição do Elenco

Para sustentar a temporada integral, a intenção é evitar concentração excessiva de minutos em 6–7 atletas.

- **Grupo A – Titulares-chave (6–8 atletas)**
 - Meta: 3.300–4.200 min/ano
- **Grupo B – Titulares-rotacionais (6–8 atletas)**
 - Meta: 2.400–3.300 min/ano
- **Grupo C – Rotacionais/Especialistas (5–6 atletas)**
 - Meta: 1.200–2.400 min/ano
- **Grupo D – Base/integração/retorno (até 5 atletas)**
 - Meta: 600–1.500 min/ano

Limites Operacionais Mensais

Considerando ~6 jogos/mês:

- **Segurança:** 3–4 jogos completos
- **Alerta:** 5 jogos completos
- **Risco alto:** ≥6 jogos completos

Em abril, maio, agosto e novembro (meses críticos): evitar 4 jogos completos para o mesmo jogador

Indicadores de Controle Contínuo

- Minutos acumulados (sazonais)
- Minutos recentes (14 dias e 28 dias)



- Número de viagens e fusos
- Exposição à alta velocidade por sessão
- Número de treinos substituídos por regenerativos

Responsabilidades

- **Departamento Médico:** avaliação de risco semanal e clearance
- **Núcleo de Performance:** prescrição de carga e monitoramento
- **Comissão Técnica:** uso estratégico do elenco e rodízio
- **Analista de Desempenho:** atualização da planilha e dashboards
- **Gestor de Futebol:** garante alinhamento com prioridade de competições

Com até 76 jogos podendo ser disputados em 2026, o Flamengo precisa gerir a exposição individual ao jogo como ativo estratégico. O controle sistemático de minutagem, associado à leitura contextual de calendário, viagens e carga mecânica, reduz risco lesional, aumenta disponibilidade dos titulares, e protege a performance em momentos decisivos — Brasileiro, Libertadores e finais de mata-mata.

Parâmetros Ideais

Perfil do atleta	Minutos/ano	Jogos/ano	Objetivo
Premium	2.200 - 2.700	40 - 48	Manter o valuation
Consolidado	1.800 - 2.300	32 - 48	Performance constante
Rotacional	900 - 1.500	18 - 28	Pronto para venda
Base	300 - 900	8 - 18	Valorização

Erro comum no Brasil: O atleta com valuation de €20 mi com > 3.300 minutos/ano, pode acarretar em maior risco de lesão, queda de valuation e menor atratividade internacional

10) IMPACTO DO CALENDÁRIO NO MERCADO (BUY & SELL): Estratégia de mercado alinhada ao calendário

COMPRAS

- Perfil 24–27 anos (preferência até 25 anos)
- Histórico de ≥ 35 jogos/ano
- Alta resistência mecânica
- Contratos de 3–4 anos

VENDAS

- Pós: Libertadores (outubro) e Mundial (dezembro)
- Timing ideal de mercado europeu

Regra prática: “Não se vende ativo premium exaurido fisicamente.”



11) SIMULAÇÃO FINANCEIRA – CENÁRIOS (Resultado esportivo x financeiro - valores 2024)

Cenário	Jogos	Receita esportiva	Projeções
Máximo	7 6	R\$ 284,24 mi	Títulos: Supercopa, Carioca, Recopa, Brasileiro, Libertadores e Copa do Brasil
Conservador	7 4	R\$ 138-230,37 mi	Títulos: Supercopa, Carioca, Recopa. Campeão ou Vice: Brasileiro e Libertadores. 4º ou semifinal: Copa do Brasil
Pessimista	6 4	R\$ 127,75-140,8 mi	Vice: Supercopa, Carioca, Recopa. A partir do 3º lugar: Brasileiro. 8ª ou 4ª: Libertadores e Copa do Brasil

Brasileiro: 1º (10% do total da premiação - R\$ 47,5 milhões) ou 2º lugar (9,5% do total da premiação - R\$ 45,125 milhões); 3º lugar: R\$ 43,3 milhões e 4º lugar: R\$ 40,9 milhões Libertadores: Valores das Cotas (Referência 2024): Fase de Grupos: US\$ 6 milhões (R\$ 30 milhões) + US\$ 330 mil (R\$ 1,66 milhão) por vitória; Oitavas de Final: US\$ 1,25 milhão (R\$ 6,3 milhões); Quartas de Final: US\$ 1,7 milhão (R\$ 8,55 milhões); Semifinal: US\$ 2,3 milhões (R\$ 11,6 milhões); Vice-Campeão: US\$ 7 milhões (R\$ 35,2 milhões); Campeão: US\$ 23 milhões (R\$ 115,7 milhões) Copa do Brasil: Valores das Cotas (Referência 2024): Primeira Fase: R\$ 1,47 milhão (Série A) R\$ 1.312,5 milhão (Série B) e R\$ 787,5 mil (demais clubes); Segunda Fase: R\$ 1,785 milhão (Série A), R\$ 1,47 milhão (Série B) e R\$ 945 mil (demais clubes); Terceira Fase: R\$ 2,205 milhões; Oitavas de Final: R\$ 3,465 milhões; Quartas de Final: R\$ 4,515 milhões; Semifinais: R\$ 9,45 milhões; Vice-Campeão: R\$ 31,5 milhões; Campeão: R\$ 73,5 milhões. Supercopa do Brasil: Campeão: 10 milhões de reais; Vice Campeão: 5 milhões de reais (valores aproximados) Campeonato Estadual: Cota fixa: R\$ 10 milhões; Bônus por Desempenho: Quartas de Final: R\$ 1 milhão para cada um dos 8 classificados; Campeão da Taça Guanabara (Líder da fase inicial): R\$ 1 milhão; Semifinal: R\$ 5,5 milhões; Final: R\$ 5 milhões; Título: R\$ 5 milhões para o campeão; Campeão: R\$ 27,5 milhões; Vice Campeão: R\$ 22,5 milhões Recopa: Campeão: US\$ 1,8 milhão (R\$10,04 milhões); Vice Campeão: US\$ 900 mil (R\$ 5,02 milhões)
--

Obs: Os valores da receita esportiva não computa bônus por metas de patrocinadores

12) SÍNTESE EXECUTIVA

A análise estrutural da temporada 2026 conduz a uma conclusão inequívoca: o futebol de alto rendimento passou a exigir uma gestão de caráter industrial do elenco, na qual improviso e decisões reativas deixam de ser aceitáveis. O volume, a intensidade e a sobreposição de competições impõem uma lógica sistêmica, em que o atleta deve ser compreendido como um ativo de alto valor que precisa ser planejado, preservado e potencializado ao longo de ciclos claramente definidos. Nesse contexto, a opção por um elenco curto representa um risco duplo. Do ponto de vista esportivo, compromete a capacidade de sustentar performance em múltiplas frentes competitivas, aumenta a dependência de atletas-chave e eleva significativamente a probabilidade de quedas de rendimento nos momentos decisivos. Sob a ótica financeira, a sobrecarga resulta em maior incidência de lesões, desvalorização patrimonial e perda de oportunidades de mercado. Assim, a economia aparente na composição do elenco tende a se converter em prejuízo estrutural no médio prazo.

Outro ponto central é a redefinição dos critérios de valuation de atletas. No futebol contemporâneo, o valor de mercado já não está atrelado exclusivamente a métricas tradicionais como gols e assistências, mas cada vez mais à disponibilidade, à consistência de performance e à capacidade de manter altos níveis físicos ao longo da temporada. Nesse sentido, a gestão de carga, a prevenção de lesões e o controle de minutagem assumem papel determinante na preservação e na ampliação do valor econômico do atleta. Jogadores frequentemente indisponíveis, ainda que tecnicamente diferenciados, passam a representar ativos de risco.

Dentro dessa lógica, o Campeonato Carioca precisa ser ressignificado. Longe de ser tratado como um custo esportivo ou financeiro, o torneio deve ser entendido como uma ferramenta estratégica de gestão. Sua utilização planejada permite desenvolver atletas, testar modelos de jogo, distribuir carga



competitiva e proteger jogadores centrais para os ciclos de maior relevância do calendário. Quando bem administrado, o Carioca atua como alavanca de performance e de valorização de ativos, e não como fator de desgaste.

As recomendações finais reforçam essa visão integrada. A manutenção de um elenco com no mínimo 29 atletas plenamente utilizáveis amplia a margem de segurança esportiva e financeira. A definição contratual de uma minutagem máxima individual estabelece alinhamento claro entre clube e atleta, reduzindo conflitos de interesse e oferecendo previsibilidade à gestão de carga. Paralelamente, o planejamento médico integrado ao mercado permite que decisões de contratação, renovação e venda sejam baseadas não apenas em desempenho técnico, mas também em histórico clínico, perfil de risco e janela ideal de negociação.

Nesse modelo, ganha relevância a implementação de sistemas de alertas automáticos de minutagem, capazes de transformar dados de carga em decisões estratégicas objetivas. A superação do limite de 2.700 minutos anuais deve acionar um alerta vermelho, indicando risco físico elevado e potencial desvalorização do ativo. Da mesma forma, a exposição superior a 900 minutos em um intervalo de dois meses sinaliza sobrecarga competitiva, exigindo ajustes imediatos de rotação e recuperação. No extremo oposto, atletas da base ou em processo de transição que acumulam menos de 900 minutos ao longo do ano configuram um cenário de subutilização de ativo, com impacto negativo tanto no desenvolvimento esportivo quanto no valuation futuro.

Por fim, a lógica de vendas pós-ciclo competitivo consolida uma visão madura de gestão de ativos, na qual o clube maximiza valor após períodos de alta exposição e estabilidade física do atleta. Nesse modelo, a performance deixa de ser apenas um objetivo esportivo e passa a ser tratada como um ativo financeiro, diretamente conectado à sustentabilidade econômica do projeto.

Em síntese, a temporada 2026 demanda uma mudança de paradigma. Clubes que incorporarem métricas objetivas, alertas automáticos e integração total entre áreas estarão mais bem posicionados para competir, preservar patrimônio e gerar valor de forma contínua. No futebol moderno, gerir bem não é apenas uma vantagem competitiva — é uma condição de sobrevivência.

Conclusões-chave

- Calendário 2026 exige gestão industrial do elenco
- Elenco curto = risco esportivo + financeiro
- Valuation depende mais de gestão de carga do que de gols
- Carioca não é custo, é ferramenta estratégica

Recomendações finais

1. Elenco ≥ 29 atletas
2. Minutagem máxima individual definida em contrato
3. Planejamento médico integrado ao mercado
4. Vendas pós-ciclo competitivo
5. Performance como ativo financeiro

Alertas automáticos

- 2.700 min → Alerta de risco físico + desvalorização
- 900 min em 2 meses → Alerta de sobrecarga
- < 900 min/ano (base) → Atenção: subutilização de ativo

Regra-chave: Valuation sustentável = performance + disponibilidade + gestão de carga

13) SIMULAÇÃO DE IMPACTO DE LESÕES EM ATIVOS PREMIUM

Matriz de Risco Financeiro - Ativo Premium padrão

- Valuation inicial: €20 mi
- Idade: 26–29 anos
- Minutagem esperada: 2.400–2.700 min



Cenários de Lesão

Cenário	Tipo de Lesão	Tempo fora	Impacto esportivo	Impacto financeiro
Leve	Grau I muscular	2-3 semanas	Baixo	< 2% valuation
Moderado	Grau II muscular	6-8 semanas	Médio	< 8% valuation
Grave	LCA/recidiva	6-9 meses	Alto	< 25 a 40% valuation

Exemplo realista

- Jogador com valor de mercado em €20 mi e apresenta lesão grau II em agosto: perde oitavas/quartas da Libertadores, o valuation cai para €18-18,5 mi e a janela europeia pode se tornar comprometida

Efeito dominó no elenco: 300-500 min em outros premium

- ↑ risco de segunda lesão
- ↑ custo médico e de performance
- ↓ ROI (retorno sobre investimento) do elenco

Conclusão médica-financeira: Lesão não é só um problema clínico, é um evento econômico.

14) INTEGRAÇÃO COM DADOS DO ELENCO

Metodologia: Base em perfil real do Flamengo pós-2024 (estrutura de elenco, faixas etárias, contratos padrão), com valuation por cluster (Transfermarkt/CIES-like). O modelo não depende de um nome específico, mas encaixa 1:1 quando você substituir os atletas.

Estrutura realista do elenco Flamengo 2026

Cluster	Idade média	Quantidade	Exemplo de perfil	Valuation médio
Premium A	26-29	5-6	Titulares Brasileiro e Libertadores	€ 18-25 mi
Premium B	24-27	3-4	Alto upside	€ 12-18 mi
Consolidados	27-31	7-8	Base do Brasileiro	€ 7-12 mi
Rotacionais	22-28	6-7	Gestão de carga	€ 3-6 mi
Base Estratégica	18-21	4-5	Upside	€ 1-3 mi

Valuation total estimado: €185-215 milhões

Minutagem realista por cluster

Cluster	Minutos/ano	Jogos
Premium A	2.400-2.700	42-48
Premium B	1.900-2.300	34-40
Consolidados	1.700-2.100	30-38
Rotacionais	900-1.400	18-26
Base	300-900	8-18



Insight-chave: No Flamengo, estouro de minutagem ocorre sempre nos Premium A entre agosto e novembro — exatamente o período de maior impacto financeiro.

15) DASHBOARD VISUAL – RISCO FÍSICO-FINANCEIRO

Indicador	Verde	Amarelo	Vermelho
Minutagem anual	< 2.200	2.200-2.700	> 2.700
Minutos/mês	< 450	450-650	> 650
Jogos consecutivos	< 3	4	> 5
Idade	< 27	27-30	> 30
Histórico de lesão	Nenhum	1 moderada	Recorrente
Valuation	Crescente	Estável	Em queda

A utilização de dashboards de risco ao longo da temporada 2026 representa um avanço decisivo na profissionalização da gestão esportiva, especialmente quando o atleta passa a ser tratado como um ativo estratégico que exige proteção contínua. A classificação dos meses em níveis de criticidade — alto, médio e baixo — permite transformar o calendário competitivo em um instrumento objetivo de tomada de decisão, reduzindo a dependência de percepções subjetivas e respostas tardias.

Os meses sinalizados como críticos (vermelho) — fevereiro, abril, maio, agosto, setembro e novembro — concentram os maiores riscos físicos, funcionais e econômicos. São períodos marcados por elevada densidade de jogos, viagens frequentes, decisões esportivas relevantes e menor margem para recuperação adequada. A recorrência desses meses ao longo do calendário cria ciclos de estresse fisiológico que, quando mal geridos, resultam em aumento de lesões musculares, queda de performance neuromuscular e, conseqüentemente, desvalorização dos ativos humanos do clube.

Os meses classificados como risco intermediário (amarelo) — janeiro, março, outubro e dezembro — funcionam como zonas de transição. Nesses intervalos, o risco não é necessariamente agudo, mas a carga acumulada e as oscilações de performance exigem atenção redobrada. Trata-se de períodos ideais para ajustes finos de minutagem, correção de desequilíbrios e redefinição de estratégias individuais, evitando que o atleta transite de forma silenciosa para um estado crítico nos ciclos subsequentes.

Em contrapartida, os meses de baixo risco (verde) — junho e julho — assumem papel estratégico central. Com menor pressão competitiva, esses períodos devem ser utilizados de forma planejada para condicionamento físico, recuperação neuromuscular e prevenção ativa de lesões. Mais do que simples pausas, representam janelas fundamentais de proteção do ativo, capazes de redefinir positivamente o segundo semestre da temporada.

O valor prático desse modelo se materializa na lógica de asset protection aplicada ao futebol. Quando um jogador é classificado como vermelho por dois ciclos consecutivos, a rotação deixa de ser uma opção técnica e passa a ser uma obrigação estratégica. A manutenção do atleta em alta exposição nesse cenário amplia exponencialmente o risco de lesão e compromete a eficiência global do elenco. Da mesma forma, a combinação de status vermelho com valuation elevado acende um alerta econômico imediato, pois une risco físico elevado a potencial perda patrimonial significativa.

Essa abordagem desloca a gestão do atleta de um modelo reativo para um modelo preventivo e financeiro-integrado, no qual cada decisão de escalação, rotação ou carga de treino é avaliada não apenas pelo impacto no jogo seguinte, mas também pelo reflexo no valor de mercado e na



sustentabilidade do projeto esportivo. A performance, nesse contexto, passa a ser entendida como um equilíbrio dinâmico entre rendimento, disponibilidade e preservação do ativo.

A leitura dos meses críticos reforça a necessidade de uma gestão baseada em dados, ciclos e proteção de ativos. Clubes que incorporarem esse modelo estarão mais preparados para competir em alto nível ao longo de toda a temporada, reduzindo riscos médicos e financeiros. No futebol moderno, proteger o atleta não é apenas uma questão de saúde — é uma decisão estratégica de valor.

Meses críticos no Dashboard 2026

Vermelho: Fevereiro, Abril, Maio, Agosto, Setembro e Novembro

Amarelo: Janeiro, Março, Outubro e Dezembro

Verde: Junho e Julho

Uso prático (“Asset Protection”)

- Jogador vermelho por 2 ciclos seguidos → rotação obrigatória
- Jogador vermelho + valuation alto → risco econômico imediato

16) SIMULAÇÃO MULTIANUAL 2026–2029 (Elenco como portfólio de ativos)

Premissas do modelo

- 1 venda premium relevante/ano
- 1 venda da base
- Reposição mista (mercado + base)
- Manutenção de competitividade continental
- Controle de minutagem como variável central

Projeção financeira simplificada: Cenário Controlado (valores em € mi)

Ano	Número de jogos	Vendas	Compras	Faturamento
2026	76	40,8	250	255
2027	76	30	100	260
2028	76	25	100	280
2029	83	28	300	400

Elenco se valoriza mesmo vendendo: Não controlar carga corrói valuation estrutural, mesmo com títulos.

A realidade competitiva do futebol brasileiro, especialmente no caso do Flamengo, revela uma constatação cada vez mais evidente: o clube já opera no limite físico praticado pelas principais ligas europeias, mesmo inserido em um calendário estruturalmente mais congestionado e menos racional. Essa condição expõe um paradoxo central do futebol nacional, no qual a busca por excelência esportiva convive com riscos elevados de desgaste físico, perda de performance e desvalorização de ativos, caso não haja uma gestão sofisticada do risco.

Nesse cenário, a diferença fundamental entre uma potência esportiva e uma potência econômica não reside apenas na qualidade técnica do elenco ou no volume de receitas geradas, mas na capacidade de gerir riscos de forma sistemática. Clubes que dominam essa lógica conseguem transformar desempenho em valor sustentável, enquanto aqueles que ignoram os limites fisiológicos e operam no improviso tendem a converter sucesso esportivo pontual em passivos médicos e financeiros.



O calendário brasileiro, por sua própria natureza, impõe desafios adicionais. A sobreposição de competições, as longas distâncias de deslocamento e a escassez de janelas reais de recuperação exigem uma resposta estrutural clara: mais elenco, menos dependência individual. A centralização excessiva de minutos e responsabilidades em poucos atletas cria um ambiente de vulnerabilidade, no qual uma lesão ou queda de rendimento pode comprometer todo o projeto esportivo da temporada.

Diante disso, torna-se indispensável substituir a cultura do heroísmo individual por uma lógica de inteligência coletiva e gestão estratégica. Vencer não pode mais depender de atuações sobre-humanas e exposição excessiva de jogadores-chave, mas de planejamento, rotação qualificada e decisões baseadas em dados objetivos de carga, recuperação e performance. A excelência esportiva, nesse contexto, passa a ser resultado de processo, e não de sacrifício.

A frase “o clube que controla a minutagem controla o caixa, o mercado e os títulos” sintetiza com precisão essa mudança de paradigma. O controle da minutagem individual não é apenas uma ferramenta médica ou física, mas um instrumento de governança econômica. Ao gerir adequadamente a exposição dos atletas, o clube reduz custos com lesões, preserva o valor de mercado de seus principais ativos e amplia sua capacidade de negociar em momentos favoráveis. Ao mesmo tempo, mantém o elenco disponível e competitivo nos períodos decisivos, aumentando a probabilidade de conquistas esportivas.

O Flamengo, ao já operar no limite físico europeu, encontra-se diante de uma encruzilhada estratégica: ou aprofunda sua maturidade na gestão de risco e consolida-se como potência esportiva e econômica de forma simultânea, ou corre o risco de transformar vantagem competitiva em fragilidade estrutural. No futebol moderno, a verdadeira grandeza não está apenas em vencer mais jogos, mas em saber até onde ir — e quando parar.

- Flamengo já opera no limite físico europeu
- Diferença entre potência esportiva e potência econômica é a gestão de risco
- Calendário brasileiro exige:
 - mais elenco
 - menos dependência individual
 - mais inteligência, menos heroísmo

O clube que controla minutagem controla caixa, mercado e títulos.

O enquadramento técnico-estratégico do elenco do Flamengo, com base em dezembro de 2025, evidencia um grau de maturidade compatível com modelos avançados de gestão de ativos esportivos, semelhantes aos adotados por clubes europeus e por metodologias de referência como CIES e Double Pass. Essa abordagem transcende a análise puramente técnica do atleta e passa a integrar critérios objetivos de desempenho, utilização esportiva, valor de mercado, idade, papel tático e projeção futura, permitindo decisões mais racionais e sustentáveis.

A lógica aplicada parte da segmentação do elenco em quatro grandes grupos funcionais. Os Ativos Premium representam os pilares esportivos do projeto: atletas de alto impacto competitivo, elevada influência tática e valor de mercado significativo. São jogadores que sustentam diretamente a capacidade do clube de disputar títulos e, ao mesmo tempo, concentram parcela relevante do valuation institucional. A gestão desse grupo exige controle rigoroso de carga, planejamento de ciclos competitivos e decisões estratégicas de mercado, pois qualquer perda física ou desvalorização impacta diretamente o ativo clube.

Os Ativos Consolidados formam a espinha dorsal da estabilidade competitiva. São titulares ou quase titulares, com performance previsível, boa adaptação ao modelo de jogo e relação custo-benefício equilibrada. Embora não carreguem o mesmo peso econômico dos ativos premium, são essenciais para a regularidade ao longo da temporada, especialmente em um calendário como o brasileiro, marcado por múltiplas competições simultâneas.

Na sequência, os Ativos Rotacionais cumprem papel muitas vezes subestimado, mas absolutamente estratégico. Trata-se do elenco de sustentação, responsável por viabilizar rotação, absorver carga



competitiva e manter o nível coletivo em contextos adversos. No futebol brasileiro, onde a densidade de jogos é superior à média europeia, esse grupo deixa de ser acessório e passa a ser estrutural. Uma gestão eficiente desses atletas reduz a dependência individual, protege ativos premium e preserva competitividade ao longo do ano.

Por fim, os Ativos de Base constituem o principal vetor de upside esportivo e financeiro. Mais do que formação técnica, esse grupo representa o pipeline de renovação do elenco e a base do modelo econômico de médio e longo prazo. A capacidade de desenvolver, expor e integrar esses atletas ao ambiente profissional define o equilíbrio financeiro futuro do clube, especialmente em ciclos de mercado mais restritivos.

Sob uma síntese executiva de gestão, o desenho do elenco revela funções complementares claras: os ativos premium sustentam títulos e valuation; os consolidados garantem estabilidade competitiva; os rotacionais viabilizam o calendário; e a base alimenta o crescimento financeiro. O desafio não está na existência dessas camadas, mas na fluidez entre elas.

A conclusão estratégica aponta que o Flamengo 2025 apresenta um núcleo premium maduro, um elenco profundo e competitivo, e um pipeline de base relevante. Contudo, para manter o equilíbrio financeiro entre 2026 e 2028, será fundamental acelerar a conversão de ativos de base em ativos consolidados. Essa transição reduz custos de reposição, aumenta eficiência de mercado e diminui a necessidade de investimentos externos constantes. O Flamengo já opera com uma lógica de gestão de ativos alinhada ao futebol de elite internacional. O próximo salto estratégico não está em acumular talentos, mas em gerir ciclos, promover transições internas com mais velocidade e transformar profundidade esportiva em sustentabilidade econômica contínua.

Resumo Estratégico

Categoria	Função Estratégica
Ativos Premium	Pilares do time e alavancas de desempenho e mercado
Ativos Consolidados	Estrutura tática estável, continuidade competitiva
Ativos Rotacionais	Flexibilidade e gestão de elenco ao longo da temporada
Ativos de Base	Upside esportivo-financeiro e futuro do projeto

A análise integrada entre minutos jogados e impacto ofensivo oferece uma leitura estratégica que ultrapassa o desempenho imediato e se consolida como instrumento direto de gestão de ativos esportivos e financeiros. Quando observada sob essa ótica, a distribuição de minutos em campo deixa de ser apenas uma decisão técnica e passa a influenciar diretamente processos de renovação contratual, venda, reposição e planejamento de ciclos futuros.

Os ativos premium concentram, de forma consistente, alta minutagem associada a elevada participação direta em gols. Essa correlação confirma seu papel central no modelo de jogo e explica por que esses atletas sustentam tanto os resultados esportivos quanto uma parcela significativa do valor global do elenco. Já os ativos consolidados apresentam uma relação mais equilibrada entre tempo em campo e impacto ofensivo, configurando um perfil de bom custo-benefício: não concentram protagonismo absoluto, mas mantêm estabilidade competitiva e previsibilidade de rendimento.

Em contrapartida, os ativos rotacionais revelam baixa correlação entre minutos jogados e impacto ofensivo. Essa característica não invalida sua importância esportiva — especialmente em um calendário extenso —, mas sinaliza que sua principal função está menos ligada à produção direta de gols e mais à sustentação do coletivo, rotação e absorção de carga. Por fim, os ativos de base ainda se encontram fora da chamada zona de eficiência, o que é esperado em estágios iniciais de desenvolvimento, mas exige atenção quanto ao tempo de maturação e às oportunidades reais de exposição competitiva.



Nesse contexto, a matriz idade × função no elenco torna-se decisiva para orientar escolhas estratégicas. Atletas jovens com alto impacto devem ser tratados como ativos estratégicos prioritários, pois combinam performance imediata com alto potencial de valorização. Jogadores maduros e de alto impacto demandam gestão rigorosa de carga, pois sustentam resultados no curto prazo, mas carregam risco físico e econômico crescente. Já o perfil maduro com baixo impacto acende um alerta financeiro claro, indicando possível ineficiência de investimento. Em sentido oposto, atletas jovens com baixo impacto compõem o pipeline, exigindo critérios objetivos para decidir entre desenvolvimento, empréstimo ou liberação.

A distribuição estimada do valor esportivo do elenco reforça essa hierarquia funcional. Os ativos premium concentram aproximadamente 40–45% do valor esportivo, refletindo seu peso decisivo em resultados e valuation. Os consolidados respondem por 30–35%, garantindo estabilidade estrutural. Os rotacionais situam-se entre 15–20%, enquanto a base representa cerca de 10–15%, valor potencial ainda não plenamente realizado, mas estratégico para o equilíbrio financeiro de médio prazo.

Entre os pontos fortes, destacam-se um núcleo premium experiente, um elenco suficientemente profundo para múltiplas competições e uma base com talento técnico real. Entretanto, os pontos de atenção revelam riscos estruturais relevantes: o envelhecimento gradual do núcleo decisivo, a dependência excessiva de poucos criadores ofensivos e a conversão ainda lenta de atletas da base em ativos consolidados, o que pressiona o caixa e amplia a necessidade de reposições externas.

Diante desse diagnóstico, as recomendações estratégicas apontam para um conjunto de ações integradas. Proteger os ativos premium por meio de gestão física rigorosa e contratos alinhados à minutagem é imperativo. Antecipar processos de renovação ou reposição do núcleo maduro reduz riscos abruptos de queda de performance. Acelerar a integração da base em jogos de menor risco permite testar ativos com controle de dano competitivo. Paralelamente, ativos rotacionais devem ser considerados instrumentos de troca ou alívio de folha, contribuindo para maior eficiência financeira.

Em síntese, o desafio central do Flamengo não está apenas em manter competitividade imediata, mas em planejar o ciclo 2026–2028 com foco claro em rejuvenescimento e eficiência de ativos. Controlar minutos, impacto e idade não é apenas uma questão técnica — é a base para sustentar resultados esportivos e econômicos no futebol de alto nível.

Minutos Jogados × Impacto Ofensivo

- Premium concentram alta minutagem + alta participação em gols
- Consolidados mantêm boa relação custo-benefício
- Rotacionais têm baixa correlação entre tempo em campo e impacto
- Base ainda fora da zona de eficiência

Uso recomendado: **decisão de renovação / venda**

Idade × Função no Elenco

- Jovens + alto impacto → **ativos estratégicos**
- Maduros + alto impacto → **gestão de carga**
- Maduros + baixo impacto → **alerta financeiro**
- Jovens + baixo impacto → **pipeline**

Distribuição de Valor Esportivo (estimado)

- Premium: ~40–45% do valor esportivo do elenco
- Consolidados: ~30–35%
- Rotacionais: ~15–20%
- Base: ~10–15% (potencial, não realizado)

Pontos Fortes

Núcleo premium experiente

Elenco profundo para múltiplas competições

Base com talento técnico real



Pontos de Atenção

Envelhecimento do núcleo decisivo
Dependência excessiva de poucos criadores
Conversão lenta de base → consolidados

Recomendações:

1. Proteger ativos premium (gestão física + contratos)
2. Antecipar renovação/reposição do núcleo maduro
3. Acelerar integração da base em jogos de menor risco
4. Usar rotacionais como ativos de troca / alívio de folha
5. Planejar ciclo 2026–2028 com foco em rejuvenescimento

17) Minutagem: Minutos Jogados × Desempenho (gols + assistências) - base de dados dezembro/2025

Metodologia: Elenco Profissional do Flamengo

Minutos - “squad statistics” (minutos em *todas as competições*)

Gols e assistências - Estatísticas 2025 da ESPN

Fonte: [Transfermarkt](#) e [ESPN.com](#)

Como ler:

- **G+A/90** = (Gols + Assistências) por 90 min (proxy simples de impacto ofensivo).
- Para zagueiros/laterais/volantes, o G+A/90 tende a ser baixo — aqui a tabela serve mais para uso (minutos) do que para “julgar” performance completa.

Tabela — Minutos × Desempenho (Flamengo 2025, base dez/2025)

A) Ofensivos e criadores (mais sensível a G+A/90)

Jogador	Minutos	Gols	Assists	G+A	G+A/90
Arrascaeta	4.240' Transfermarkt	18 ESPN.com	14 ESPN.com	32	0,68
Pedro	1.863' Transfermarkt	12 ESPN.com	6 ESPN.com	18	0,87
Samuel Lino	1.894' Transfermarkt	4 ESPN.com	5 ESPN.com	9	0,43
Carrascal	1.096' Transfermarkt	2 ESPN.com	5 ESPN.com	7	0,58
Luiz Araújo	3.424' Transfermarkt	7 ESPN.com	3 ESPN.com	10	0,26
Gonzalo Plata	2.981' Transfermarkt	4 ESPN.com	1 ESPN.com	5	0,15
Bruno Henrique	3.363' Transfermarkt	8 ESPN.com	0* ESPN.com	8	0,21
Everton	1.471' Transfermarkt	1 ESPN.com	3 ESPN.com	4	0,24
Michael	1.275' Transfermarkt	1 ESPN.com	3 ESPN.com	4	0,28
Wallace Yan	850' Transfermarkt	1 ESPN.com	2 ESPN.com	3	0,32

*Bruno Henrique não aparece entre os líderes de assistências da equipe na lista exibida pela ESPN.

B) Defensores / meio

Jogador	Minutos	Gols	Assists	G+A	G+A/90
Rossi (GK)	5.850' Transfermarkt	0 ESPN.com	0 ESPN.com	0	0,00



Léo Pereira	5.282' <u>Transfermarkt</u>	4 <u>ESPN.com</u>	0 <u>ESPN.com</u>	4	0,07
Léo Ortiz	4.393' <u>Transfermarkt</u>	1 <u>ESPN.com</u>	2 <u>ESPN.com</u>	3	0,06
Daniilo	2.522' <u>Transfermarkt</u>	1 <u>ESPN.com</u>	1 <u>ESPN.com</u>	2	0,07
Ayrton Lucas	2.379' <u>Transfermarkt</u>	2 <u>ESPN.com</u>	0 <u>ESPN.com</u>	2	0,08
Varela	3.064' <u>Transfermarkt</u>	0 <u>ESPN.com</u>	3 <u>ESPN.com</u>	3	0,09
Jorginho	2.240' <u>Transfermarkt</u>	3 <u>ESPN.com</u>	1 <u>ESPN.com</u>	4	0,16
Erick Pulgar	2.854' <u>Transfermarkt</u>	1 <u>ESPN.com</u>	0 <u>ESPN.com</u>	1	0,03
Saúl	1.452' <u>Transfermarkt</u>	0 <u>ESPN.com</u>	2 <u>ESPN.com</u>	2	0,12
Allan	1.586' <u>Transfermarkt</u>	0 <u>ESPN.com</u>	0 <u>ESPN.com</u>	0	0,00
Everton Araújo	1.921' <u>Transfermarkt</u>	1 <u>ESPN.com</u>	0 <u>ESPN.com</u>	1	0,05

A transformação de uma tabela de Minutos × Produção (G+A/90) em categorias de ativos esportivos representa um exercício prático de gestão moderna do elenco, no qual dados objetivos substituem percepções subjetivas. Ao utilizar apenas esse eixo — tempo em campo associado à influência direta no placar ou na criação ofensiva — é possível construir uma régua clara de valor esportivo, alinhada a modelos europeus de asset management aplicados ao futebol.

Nessa lógica, os Ativos Premium emergem de forma quase automática: são atletas que combinam alta minutagem com elevada influência ofensiva, seja por gols, assistências ou criação recorrente de vantagens competitivas. Jogadores como Arrascaeta e Pedro exemplificam esse grupo com clareza, especialmente no caso de Pedro, cuja eficiência por 90 minutos é excepcional. Em um segundo bloco, ainda dentro da categoria premium, aparece Luiz Araújo, cujo enquadramento se dá mais pelo volume de participação ofensiva ao longo da temporada do que por picos de eficiência isolada. Esses atletas não apenas decidem jogos, mas concentram parcela relevante do valor esportivo e econômico do elenco.

Os Ativos Consolidados ocupam uma faixa intermediária, mas estruturalmente indispensável. São jogadores com alta ou boa minutagem e contribuição consistente ao desempenho coletivo, ainda que com números de G+A/90 moderados. Além disso, essa categoria incorpora atletas cujo impacto é predominantemente tático e não ofensivo, como defensores e goleiros, cuja influência não se traduz diretamente em gols. Nesse grupo enquadram-se nomes como Rossi, Léo Pereira, Léo Ortiz, Daniilo, Ayrton Lucas e Jorginho. Esses atletas garantem estabilidade competitiva e previsibilidade de performance, funcionando como o “chassi” do time ao longo da temporada.

Os Ativos Rotacionais são identificados pela minutagem média ou baixa e por uma utilização fortemente dependente de contexto — seja calendário, plano de jogo específico ou gestão de carga física. Trata-se de jogadores que entram e saem da equipe conforme a necessidade, sem protagonismo estrutural contínuo. Nesse enquadramento aparecem Saúl, Allan, Michael, Wallace Yan, Everton, Varela — que, apesar de acumular muitos minutos, permanece como rotacional pelo papel funcional que exerce — e Plata, cujo enquadramento pode oscilar conforme a leitura interna de titularidade e projeção. Do ponto de vista de gestão, esse grupo é estratégico para absorver carga e também para ajustes de folha e mercado.

Por fim, os Ativos de Base são definidos menos pela produção ofensiva imediata e mais pela lógica de pipeline. São jovens com minutos controlados, ainda em processo de formação e exposição gradual ao ambiente profissional. Atletas como João Victor — assim como outros nomes oriundos do elenco jovem oficial — permanecem nessa categoria mesmo sem impacto estatístico relevante, pois seu valor reside no potencial de desenvolvimento esportivo e financeiro.



Em síntese, essa regra prática demonstra como uma métrica simples — Minutos × Produção — pode ser convertida em uma ferramenta poderosa de gestão de ativos. No contexto do Flamengo, o valor não está apenas em classificar jogadores, mas em usar essa classificação para orientar decisões de renovação, venda, rotação e planejamento de ciclos futuros. O dado, quando bem interpretado, deixa de ser estatística e passa a ser estratégia.

- **Ativos Premium:** *alta minutagem + alta influência no placar/criação* → Arrascaeta, Pedro (eficiência altíssima), e no bloco seguinte (por volume) Luiz Araújo.
- **Ativos Consolidados:** *alta/boa minutagem e contribuição consistente (mesmo com G+A/90 moderado), ou impacto tático “não-ofensivo”* (ex.: zaga/GR) → Rossi, Léo Pereira, Léo Ortiz, Danilo, Ayrton Lucas, Jorginho.
- **Ativos Rotacionais:** *minutagem média/baixa, entram por contexto (calendário, plano de jogo, carga)* → Saúl, Allan, Michael, Wallace Yan, Everton, Varela (apesar de minutos altos, é “rotacionado” por função/uso), Plata (depende da sua leitura interna de titularidade).
- **Ativos de Base:** *jovens com minutos controlados (aqui a régua é mais “pipeline”)* → nomes como João Victor (e demais jovens listados no elenco oficial) entram como “Base”, mesmo sem produção ofensiva relevante.

18) Conclusão:

A análise do calendário projetado para 2026 evidencia que o Flamengo operará novamente em patamar de alta exigência competitiva, com volume provável de 72–74 jogos e teto de 76 partidas caso alcance fases finais em todas as competições. Esse cenário torna estrutural — e não episódica — a necessidade de gestão avançada de elenco, uma vez que os meses críticos (especialmente abril–maio e agosto–setembro, além de novembro por decisões) concentram sobrecarga com potencial de aumentar incidência de lesões por overuse, recidivas e queda de performance neuromuscular. Assim, a sustentabilidade esportiva passa a depender de mecanismos formais de controle de carga, incluindo rotação planejada, limites de minutagem e protocolos integrados de recuperação e monitoramento.

Do ponto de vista econômico, o documento reforça que o “risco físico” é também um “risco de ativo”: a super utilização de jogadores de alto valuation em ciclos decisivos pode reduzir a disponibilidade, comprometer resultados e deteriorar o valor de mercado em janelas estratégicas. Portanto, recomenda-se consolidar um elenco modular de aproximadamente 29 atletas utilizáveis, utilizar o Carioca como plataforma de rotação e desenvolvimento, e alinhar planejamento médico e de performance ao orçamento e às decisões de mercado (compras e vendas) em função dos picos de calendário. Em síntese, a temporada 2026 demanda um modelo de governança operacional em que performance, saúde e finanças sejam tratados como dimensões interdependentes: controlar a carga é preservar o elenco, sustentar a competitividade e proteger o caixa e o valuation do clube.

Nº	JOGADOR	POSIÇÃO	IDADE	SALÁRIO	CONTRATO ATÉ
1	Rossi	Goleiro	29 anos	R\$ 530 mil	Dezembro de 2027
2	Varela	Lateral-direito	32 anos	R\$ 700 mil	Dezembro de 2027
22	Emerson Royal	Lateral-direito	26 anos	R\$ 1 milhão	Dezembro de 2028
17	Matías Viña	Lateral-esquerdo	27 anos	R\$ 750 mil	Dezembro de 2028
6	Ayrton Lucas	Lateral-esquerdo	27 anos	R\$ 750 mil	Dezembro de 2027
26	Alex Sandro	Lateral-esquerdo	34 anos	R\$ 1.8 milhão	Dezembro de 2026
4	Léo Pereira	Zagueiro	29 anos	R\$ 650 mil	Dezembro de 2027
3	Léo Ortiz	Zagueiro	29 anos	R\$ 600 mil	Dezembro de 2028



13	Daniilo	Zagueiro	33 anos	R\$ 1,3 milhão	Dezembro de 2026
5	Erick Pulgar	Volante	31 anos	R\$ 1,1 milhão	Dezembro de 2027
29	Allan	Volante	28 anos	R\$ 850 mil	Dezembro de 2027
21	Jorginho	Volante	33 anos	R\$ 2.9 milhões	Junho de 2028
14	De Arrascaeta	Meia	31 anos	R\$ 1,1 milhão	Dezembro de 2026
18	De La Cruz	Meia	28 anos	R\$ 1,4 milhão	Junho de 2028
8	Saúl Niguez	Meia	30 anos	R\$ 2 milhões	Dezembro de 2028
14	Carrascal	Meia	27 anos	R\$ 933 mil	Junho de 2029
45	Gonzalo Plata	Atacante	24 anos	R\$ 2,3 milhões	Agosto de 2029
9	Pedro	Atacante	27 anos	R\$ 1,1 milhão	Dezembro de 2027
27	Bruno Henrique	Atacante	34 anos	R\$ 1,8 milhão	Dezembro de 2026
30	Michael	Atacante	29 anos	R\$ 1,5 milhão	Dezembro de 2028
11	Everton	Atacante	29 anos	R\$ 900 mil	Junho de 2026
7	Luiz Araújo	Atacante	29 anos	R\$ 1 milhão	Dezembro de 2027
23	Juninho	Atacante	28 anos	R\$ 550 mil	Dezembro de 2028
16	Samuel Lino	Atacante	25 anos	R\$ 2 milhões	Dezembro de 2029

Salary Sport: Elenco 2025 (cotação 1 libra: 7,26 reais)

Fonte: [Clube de Regatas do Flamengo 2025 Wages | Player & Team totals](#)

A folha salarial total base 2025: £28.111.200 por ano (R\$ 204.000.000,00) ou £540.600 por semana (R\$ 3.923.076,92). Melhor remuneração do elenco: Bruno Henrique - £66.000 por semana.

Jogador	Salário semanal	Salário anual	Idade	Posição	Nacionalidade
Bruno Henrique	£66,000	£3,432,000	34	AM L, ST	Brazil
Michael	£46,000	£2,392,000	29	AM RL	Brazil
<u>Alex Sandro</u>	£44,000	£2,288,000	34	D LC	Brazil
Giorgian De Arrascaeta	£35,000	£1,820,000	31	AM LC	Uruguay
Everton Cebolinha	£27,000	£1,404,000	29	AM RL	Brazil
<u>Pedro</u>	£24,000	£1,248,000	28	ST	Brazil
Guillermo Varela	£23,000	£1,196,000	32	D/WB R	Uruguay
Agustín Rossi	£20,000	£1,040,000	29	GK	Argentina
<u>Daniilo</u>	£19,000	£988,000	33	D RLC	Brazil
<u>Jorginho</u>	£18,000	£936,000	33	DM	Italy
<u>Pablo</u>	£18,000	£936,000	34	D C	Brazil



Samuel Lino	£17,000	£884,000	25	AM RL	Brazil
Léo Ortiz	£17,000	£884,000	29	D C, DM	Brazil
<u>Erick Pulgar</u>	£17,000	£884,000	31	DM	Chile
<u>Saúl</u>	£14,000	£728,000	30	DM	Spain
Gonzalo Plata	£14,000	£728,000	24	AM RL	Ecuador
Emerson Royal	£14,000	£728,000	26	D/WB R	Brazil
Nicolás de la Cruz	£13,000	£676,000	28	AM LC	Uruguay
<u>Luiz Araújo</u>	£13,000	£676,000	29	AM RL	Brazil
Matías Viña	£10,000	£520,000	27	D/WB/M L	Uruguay
Juninho	£10,000	£520,000	28	AM R, ST	Brazil
Jorge Carrascal	£9,100	£473,200	27	AM RLC	Colômbia
<u>Matheus Cunha</u>	£8,900	£462,800	24	GK	Brazil
<u>Allan</u>	£8,500	£442,000	28	DM	Brazil
Ayrton Lucas	£7,500	£390,000	28	D/WB L	Brazil
Everton Araújo	£7,300	£379,600	22	DM	Brazil
Léo Pereira	£7,000	£364,000	29	D C	Brazil
Wallace Yan	£3,400	£176,800	20	AM RLC	Brazil
Cleiton	£2,400	£124,800	22	D C	Brazil
Dyogo Alves	£1,400	£72,800	21	GK	Brazil

19) Referências:

1. **Confederação Brasileira de Futebol (CBF):** Calendário Oficial de Competições 2026 (Campeonato Brasileiro, Copa do Brasil, Supercopa do Brasil e regulamentos gerais). *Fonte primária para datas, número de rodadas e sobreposição de competições nacionais.*
2. **CONMEBOL:** Regulamentos e calendários da Copa Libertadores da América e Recopa Sul-Americana. *Base para projeção de fases, datas de mata-mata e densidade competitiva continental.*
3. **FIFA:** Calendário Internacional de Seleções (Datas FIFA), Copa Intercontinental / Mundial de Clubes. *Referência para pausas competitivas, janelas internacionais e torneios globais.*
4. **Transfermarkt:** Dados de mercado, valuation de atletas, histórico de minutagem, idade, contratos e estatísticas gerais. *Utilizado como proxy principal de valuation e exposição competitiva.*
5. **ESPN:** Estatísticas oficiais de gols, assistências e desempenho individual (temporada 2025). *Fonte para cálculo de G+A e G+A/90.*
6. **CIES Football Observatory:** Metodologias de valuation, análise de ativos esportivos, idade x desempenho x mercado. *Referência conceitual para clusterização do elenco e gestão de ativos.*
7. **Double Pass:** Modelos de gestão integrada de elenco, performance, governança esportiva e sustentabilidade competitiva. *Base conceitual para a lógica de “asset management” aplicada ao futebol.*
8. **Salary Sport:** Dados de salários, folha anual e distribuição de custos do elenco do Flamengo (base 2025). *Utilizado para projeções de impacto orçamentário e custo operacional.*
9. **Clube de Regatas do Flamengo:** Informações institucionais, elenco oficial, contratos, estrutura esportiva e dados públicos do clube. *Fonte estrutural para construção do modelo aplicado ao Flamengo.*



-
10. **Literatura Técnica em Ciência do Esporte e Performance:** Referências conceituais amplamente aceitas sobre: gestão de carga (workload management), minutagem anual segura, prevenção de lesões musculares e overuse, monitoramento por GPS, CK e indicadores neuromusculares
 11. Jan Ekstrand, Armin Spreco, Håkan Bengtsson, Roald Bahr: **Injury rates decreased in men's professional football: an 18-year prospective cohort study of almost 12 000 injuries sustained during 1.8 million hours of play.** Br J Sports Med. 2021 Feb 5;55(19):1084–1091. doi: [10.1136/bjsports-2020-103159](https://doi.org/10.1136/bjsports-2020-103159)
 12. Jan Ekstrand, Martin Häggglund, Markus Waldén: **Epidemiology of muscle injuries in professional football (soccer).** Am J Sports Med. 2011 Jun;39(6):1226–32. doi: [10.1177/0363546510395879](https://doi.org/10.1177/0363546510395879). Epub 2011 Feb 18.
 13. Håkan Bengtsson, Jan Ekstrand, Martin Häggglund: **Muscle injury rates in professional football increase with fixture congestion: an 11-year follow-up of the UEFA Champions League injury study.** Br J Sports Med. 2013 Aug;47(12):743–7. doi: [10.1136/bjsports-2013-092383](https://doi.org/10.1136/bjsports-2013-092383).
 14. Richard Michael Page, Adam Field, Ben Langley, Liam David Harper, Ross Julian: **The Effects of Fixture Congestion on Injury in Professional Male Soccer: A Systematic Review.** Sports Med. 2022 Dec 17;53(3):667–685. doi: [10.1007/s40279-022-01799-5](https://doi.org/10.1007/s40279-022-01799-5)
 15. Víctor Moreno-Perez, Victor Paredes, Diego Pastor, Fabio Nevado Garrosa, Silvestre Jos Vielcazat, Juan Del Coso, Alberto Mendez-Villanueva: **Under-exposure to official matches is associated with muscle injury incidence in professional footballers.** Biol Sport. 2020 Dec 30;38(4):563–571. doi: [10.5114/biolSport.2021.100360](https://doi.org/10.5114/biolSport.2021.100360)
 16. Víctor Moreno-Pérez, Juan Del Coso, Roberto López-Del Campo, Ricardo Resta, José Romero-Sangüesa, Javier Courel-Ibáñez, Alberto Méndez-Villanueva: **Reduced Match Exposure in the Previous 2 Matches Accounts for Hamstring Muscle Injury Incidence in Professional Football Players.** Sports Health. 2023 Mar 10;16(1):109–114. doi: [10.1177/19417381231158117](https://doi.org/10.1177/19417381231158117)
 17. Gee, T.I., & McGrath, P. (2022).The Relationship Between Acute: **Chronic Workload Ratio of HighSpeed Running and Hamstring Injuries in Professional Footballers.** International Journal of Strength and Conditioning <https://doi.org/10.47206/ijsc.v2i1.105>
 18. FIFPRO:

Player	Workload	Monitoring	Report
--------	----------	------------	--------

 (2024). https://media.fifpro.org/media/1oxkdnt2/en_pwm_men-s-annual-report-2024.pdf
 19. FIFPRO:

Player	Workload	Monitoring	Report
--------	----------	------------	--------

 (2024/2025). https://media.fifpro.org/media/kq2coak2/english_pwm_men-s-annual-report_digital.pdf
 20. Håkan Bengtsson, Jan Ekstrand, Markus Waldén, Martin Häggglund: **Muscle injury rate in professional football is higher in matches played within 5 days since the previous match: a 14-year prospective study with more than 130 000 match observations.** Br J Sports Med. 2018 Sep;52(17):1116–1122. doi: [10.1136/bjsports-2016-097399](https://doi.org/10.1136/bjsports-2016-097399). Epub 2017 Nov 3.
-



Rabiscos em Vermelho e Preto:

TEMPORADA 2026: PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO - CALENDÁRIO, ELENCO E PROTEÇÃO DE VALUATION

Bernardo Borges Marques

RABISCOS EM VERMELHO E PRETO