

Efeito da temporada sobre a percepção da síndrome de *burnout* por atletas de futebol profissional

Season effect on the burnout syndrome perception in professional soccer players

BEMFICA TEB, FAGUNDES LHS, PIRES DA, COSTA VT. Efeito da temporada sobre a percepção da síndrome de *burnout* por atletas de futebol profissional. **R. bras. Ci. e Mov** 2013;21(4): 142-150.

Thalles E. B. Bemfica¹
Leonardo H. S. Fagundes¹
Daniel A. Pires²
Varley T. da Costa¹

RESUMO: A síndrome de *burnout* no âmbito esportivo está associada ao estresse crônico e excesso de treinamento que podem levar o atleta ao encerramento da carreira. Porém pouco se sabe sobre os indicadores da síndrome em atletas profissionais de futebol no Brasil. Assim, o presente estudo teve como objetivos avaliar os índices da síndrome de *burnout* e de suas dimensões, exaustão física e emocional, desvalorização esportiva e reduzido senso de realização esportiva, em atletas de futebol profissional e comparar as percepções da síndrome em dois momentos competitivos da temporada, início e término do Campeonato Brasileiro da Série B. Foram avaliados 20 atletas profissionais com média de idade de $24,40 \pm 4,55$ anos pertencentes a um clube do futebol brasileiro. Foi utilizado o Questionário de *Burnout* para Atletas (QBA) em dois momentos: rodadas de número 2 e 34 do Campeonato Brasileiro. Para a análise dos dados foi utilizada a estatística descritiva e o teste U de Mann Whitney. Os resultados mostraram que para os dois momentos os escores indicativos dos sentimentos pertinentes à síndrome variaram entre quase nunca a raramente, o que representa uma variação entre 1 e 2 em uma escala de 5 pontos. Quando comparados os momentos 1 e 2, não foram observadas diferenças significativas para o *burnout* total e suas dimensões. Pode-se concluir que esse grupo de atletas apresentou frequência estável de sentimentos em relação à síndrome no início e término da competição e assim, o efeito da temporada analisado a partir de dois cortes não teve influência sobre as percepções de *burnout* e suas dimensões.

¹Escola de Educação Física,
Fisioterapia e Terapia
Ocupacional da Universidade
Federal de Minas Gerais
²Universidade Federal do Pará

Palavras-chave: *Burnout*; Futebol; Psicologia; Testes psicológicos.

ABSTRACT: The burnout syndrome in sports is associated with chronic stress and overtraining that can lead the athlete to be discouraged with the sport and even to the closure of his/her career. However, little is known about the syndrome perceptions in Brazilian professional soccer players. Thus, the present study aimed to evaluate rates of burnout and its dimensions, physical and emotional exhaustion, sport devaluation, and reduced sense of accomplishment sports in professional soccer players and to compare the perceptions of the syndrome in two moments of competitive season: start and end of the Brazilian Championship Series B. Participants were 20 soccer players with a mean age of 24.40 ± 4.55 years belonging to a top level club. It was used the Portuguese version of the Athlete Burnout Questionnaire (QBA) in two moments: first in the round 2 and after in the round 34 of the competition. Data analysis was processed due descriptive statistics and Mann Whitney test. Results showed scores indicative of feelings associated to the syndrome ranged from almost never to rarely in both times, representing a range between 1 and 2 on a 5-point Likert scale. When moments 1 and 2 were compared, no significant differences were observed for total burnout and its dimensions. It can be concluded that this group of athletes showed stable frequency of burnout feelings at the beginning and at the end of the competition, and thus the effect of the season analyzed from two moments did not influence perceptions of burnout and its dimensions.

Key Words: Burnout Professional; Soccer; Psychology; Psychological Tests.

Enviado em: 27/08/2013
Aceito em: 09/10/2013

Contato: Thalles Eduardo Bontempo Bemfica - thallesbemfica@hotmail.com

Introdução

A síndrome de *burnout* começou a ser investigada e descrita na literatura partir da década de 70 do século passado. O primeiro autor a mencioná-la no âmbito da Psicologia do Trabalho foi Freudenberger¹, que a definiu como a exaustão advinda do excesso de demandas de energia, força ou recursos. Posteriormente, Maslach e Jackson² definiram *burnout* como uma síndrome psicológica de exaustão emocional, despersonalização e reduzida realização profissional que pode ocorrer em indivíduos que se envolvem com pessoas dependentes, de algum modo, de sua ação profissional. Para Maslach³, trata-se de uma síndrome caracterizada pelo esgotamento físico, psíquico e emocional, em decorrência de trabalho estressante e excessivo, feito de maneira crônica, podendo levar o indivíduo a uma desistência do seu trabalho. De acordo com Trigo, Teng e Hallak⁴, o *burnout* foi reconhecido como um risco ocupacional para profissões que envolvem cuidados com saúde, educação e serviços humanos. A síndrome de *burnout* está catalogada com o código Z73.0 no grupo V da Classificação Internacional das Doenças – CID-10.

Após sua identificação nas profissões de ajuda, o *burnout* passou a ser percebido também no meio do Esporte e da Educação Física. As primeiras publicações no âmbito esportivo datam do início da década de 80 do século passado⁵. Um dos primeiros estudos analisou a percepção da síndrome em treinadores esportivos⁶. Naquele momento, o foco principal estava na preocupação com os treinadores, pois são os responsáveis pelo avanço ou declínio do desempenho de seus atletas. A partir da década de 90 os atletas passaram a receber maior atenção nos estudos sobre *burnout*⁷. Essa mudança gerou uma divergência na fundamentação teórica envolvendo as investigações de treinadores e atletas. Estudos com treinadores estão mais alinhados com a literatura da Psicologia do Trabalho, visto que suas tarefas de treinamento, ensino, relacionamento interpessoal e liderança se assemelham às observadas nas profissões de ajuda⁵. Por outro lado, os atletas não possuem características inerentes às profissões de ajuda, como a necessidade de promover avanços de ordem

biopsicossocial em outras pessoas, motivo que torna inapropriado o estudo da síndrome a partir do paradigma clássico da Psicologia. Por isso, o *burnout* entre os atletas é interpretado principalmente como um processo psicológico individual⁵.

No contexto esportivo, e em especial na avaliação com atletas, Raedeke e Smith⁸ definem o *burnout* como uma resposta psicofisiológica de esgotamento exibida como resultado de esforços frequentes, às vezes extremos, e geralmente ineficazes que visam satisfazer as demandas excessivas de treinamento e competição. O *burnout* no esporte está fundamentado em três dimensões: a) exaustão física e emocional, caracterizada por sentimentos de extrema fadiga associadas às intensas demandas de treino e competição; b) reduzido senso de realização esportiva, observado através das avaliações negativas sobre si mesmo, particularmente com referência à falta de habilidade em obter sucesso, falta de progresso no desempenho atlético e falta de talento; e c) desvalorização esportiva, representada por atitudes e sentimentos negativos com respeito aos companheiros, estafa psicológica e fuga como método de enfrentamento, observada quando o atleta não se preocupa com seu rendimento e envolvimento no meio esportivo⁹. Em essência, o *burnout* envolve uma fuga psicológica, emocional e algumas vezes física de atos que deveriam ser prazerosos, como treinamento e competição, em resposta a um excessivo nível de estresse ou insatisfação⁸.

Em relação à mensuração da síndrome de *burnout* em atletas, o instrumento mais utilizado na literatura é o *Athlete Burnout Questionnaire* (ABQ), desenvolvido e validado por Raedeke e Smith⁸. O processo de validação da versão em idioma português do instrumento foi realizado no Brasil¹⁰. O instrumento validado, denominado Questionário de *Burnout* para Atletas (QBA), foi aplicado em duzentos atletas brasileiros de alto rendimento, pertencentes a doze modalidades esportivas individuais e coletivas, sendo o futebol uma delas.

Dentro da Psicologia do Esporte, a síndrome de *burnout* recentemente tem atraído a atenção de pesquisadores^{5,11} que buscam elucidar as características e

peculiaridades desta variável no âmbito esportivo em geral e no futebol em particular, bem como suas interferências no desempenho de atletas jovens¹² e atletas profissionais¹³.

Goodger *et al.*⁵ realizaram uma meta-análise para avaliar a produção científica relacionada a esta temática no âmbito esportivo. Os resultados constataram uma baixa produtividade científica a respeito do assunto. Foram identificadas 58 publicações sobre *burnout* esportivo. A maioria destas investigações foi realizada com atletas (27 artigos) e treinadores esportivos (23 artigos), sendo que destas publicações apenas dois artigos foram relacionados ao futebol. Lai e Winggins¹⁴ verificaram a percepção do *burnout* entre atletas de futebol do sexo masculino e feminino em cinco momentos de uma temporada do campeonato universitário dos Estados Unidos, ao passo que Omotayo¹⁵ analisou a frequência de *burnout* em treinadores da Nigéria.

Recentemente, Pires *et al.*¹¹ conduziram uma revisão sistemática sobre a produção científica relacionada à síndrome de *burnout* no esporte brasileiro. Os resultados identificaram a presença de somente oito artigos publicados sobre esta temática até maio de 2011 nas revistas científicas disponibilizadas no portal de periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES). De acordo com os autores, o primeiro artigo sobre a síndrome de *burnout* no esporte publicado no Brasil foi de autoria de Bara Filho, Ribeiro e Miranda¹⁶. Os autores compreenderam o *burnout* a partir das respostas psicofisiológicas ao treinamento físico. A síndrome se manifesta quando o atleta não suporta as cargas de treino, resultando em estresse fisiológico e psicológico, o qual impede o atleta de treinar e competir em níveis ótimos. Dentre os estudos encontrados não havia nenhum relacionado ao futebol.

Chiminazzo e Montagner¹⁷ também abordaram as implicações da síndrome no treinamento esportivo e apontam que a queda de rendimento pode ser um sintoma de *burnout*. Dentro dos clubes de futebol existe a pressão por vitórias e títulos por parte dos dirigentes, torcida e até mesmo a cobrança interna entre os próprios atletas, o que leva ao aumento nos níveis de estresse. O futebol move

vastos interesses financeiros e recebe grande atenção da mídia. A ausência de resultados positivos e a falta de habilidade em lidar com o estresse crônico das competições podem levar à saturação desencadeadora da síndrome, que possui como uma de suas principais consequências a desistência da atividade competitiva, ou seja, o abandono do esporte em virtude da falta de prazer, de recompensas estáveis ou reduzidas, de custos elevados, de pouca satisfação e do baixo investimento em relação à carreira atlética¹⁸.

Na América do Norte⁸, Europa¹⁹ e Oceania²⁰, o *burnout* já se constituiu em objeto de estudo de diversas investigações no contexto esportivo. Esses estudos objetivaram desde a elaboração de modelos teóricos sobre a síndrome até a aplicação e análise de dados de questionários de mensuração da mesma, passando pela relação do *burnout* com outras variáveis físicas e psicossociais. Foram observadas investigações da síndrome em atletas de futebol de países como Estados Unidos¹⁴ e Inglaterra¹². Seguindo esta linha de raciocínio, é provável que esta síndrome também aconteça com futebolistas brasileiros sem que os profissionais envolvidos percebam a manifestação, as causas e as suas consequências.

Estes estudos sobre a síndrome do *burnout* no esporte se justificam por três motivos: (1) o impacto da síndrome no desempenho atlético; (2) a necessidade de manutenção da saúde e qualidade de vida dos atletas; e (3) a necessidade de entender melhor a percepção do fenômeno em atletas de futebol no começo e o final de uma competição importante. Os jogadores de futebol estão expostos a um número potencial de estressores que operam sobre o desempenho atlético durante as partidas e ao longo da carreira esportiva. De acordo com Nascimento Júnior *et al.*²¹, conforme o atleta evolui na carreira e avança das categorias de base para o time profissional, os fatores estressantes aumentam e as equipes passam a sofrer maior pressão externa para ganhar. Um atleta equilibrado tem a habilidade para lidar com o estresse da competição e da rotina de trabalho. Por outro lado, não saber lidar com o estresse é a principal fonte geradora de maus rendimentos esportivos, perda da

autoconfiança e autocontrole, elementos precursores do *burnout*¹⁴.

Assim, os atletas de futebol podem se tornar indivíduos propensos a desenvolver essa síndrome. Tal propensão se desenvolve à medida que eles lidam com constantes relacionamentos interpessoais com membros de sua equipe, comissão técnica, arbitragem, dirigentes, imprensa, amigos e familiares. Juntamente com essas relações, são vivenciados sentimentos de cobrança, crítica, cansaço e estresse¹⁴.

Apesar do reconhecimento dos efeitos negativos da síndrome na participação esportiva de atletas de futebol, ainda existe uma lacuna em relação aos estudos que objetivam verificar a sua incidência ou mensurar os níveis de *burnout* em atletas brasileiros. Os escassos estudos que analisam o *burnout* em equipes de futebol sugerem que a monotonia dos treinos, a fadiga geral advinda da participação diária e aspectos motivacionais são os principais responsáveis pelo surgimento do *burnout* ao longo do tempo¹⁴.

Estudos acerca da síndrome de *burnout* no futebol profissional possuem relevância social na medida em que podem servir de referência para a elaboração de propostas de prevenção e enfrentamento da síndrome. Desse modo, seria possível entender o comportamento do jogador de futebol brasileiro frente às demandas específicas de cada período do treinamento esportivo.

Sendo assim os objetivos desse estudo consistiram em: a) mensurar os indicativos da síndrome de *burnout* e de suas dimensões em atletas de futebol profissional e b) comparar esses escores em dois momentos competitivos da temporada esportiva, no início e no final do Campeonato Brasileiro da Série B.

Materiais e Métodos

Amostra e Cuidados Éticos

Participaram do estudo 20 jogadores de futebol profissional do sexo masculino pertencentes a uma equipe profissional do Estado de Minas Gerais que no momento da coleta de dados se encontrava na primeira divisão do Campeonato Mineiro e na Série B (segunda divisão) do Campeonato Brasileiro. Os atletas apresentavam faixa

etária de 19 a 36 anos, com média de $24,40 \pm 4,55$ anos. Iniciaram a prática da modalidade com idade média de $10,28 \pm 4,07$ anos e possuíam em média $9,38 \pm 4,52$ anos como atletas profissionais.

Esse estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Minas Gerais (CAAE – 0362.0.203.000-11), respeitando todas as normas estabelecidas pelo Conselho Nacional de Saúde para pesquisas com seres humanos. Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Instrumentos

Foi utilizada uma ficha de dados demográficos para obtenção de informações referentes à idade, tempo de prática esportiva e tempo como atleta federado. O outro instrumento utilizado foi o Questionário de *Burnout* para Atletas (QBA)¹⁰, que tem como objetivo mensurar o *burnout* total e as três dimensões de *burnout*: a) exaustão física e emocional; b) desvalorização esportiva; e c) reduzido senso de realização esportiva dos atletas.

O QBA possui 15 itens, sendo cinco itens correspondentes a cada dimensão. As respostas são dadas em uma escala do tipo *Likert* que varia de “Quase nunca” (1) a “Quase sempre” (5), sendo as frequências intermediárias as seguintes: “Raramente” (2), “Algumas vezes” (3) e “Frequentemente” (4). Os resultados são obtidos a partir da média aritmética das respostas dadas aos cinco itens correspondentes a cada dimensão de *burnout*. O valor de *burnout* total é calculado pela média aritmética de todos os 15 itens do instrumento. A interpretação dos escores é realizada através da utilização da variação de frequência de sentimentos. Isso significa que, caso um atleta obtenha uma média de 2,50 para a dimensão exaustão física e emocional, considera-se que esse indivíduo apresenta sentimentos relacionados a tal dimensão com frequência de raramente a algumas vezes. A Tabela 1 apresenta as frequências de sentimentos e seus intervalos referentes aos escores das dimensões de *burnout* e do *burnout* total.

Tabela 1. Frequências e intervalos de frequência de sentimentos referentes aos escores das dimensões de *burnout* e do *burnout* total

| Escore obtido no QBA | Frequência ou intervalo de frequência |
|----------------------|---------------------------------------|
| 1,00 | Quase nunca |
| 1,01 a 1,99 | Quase nunca a raramente |
| 2,00 | Raramente |
| 2,01 a 2,99 | Raramente a algumas vezes |
| 3,00 | Algumas vezes |
| 3,01 a 3,99 | Algumas vezes a frequentemente |
| 4,00 | Frequentemente |
| 4,01 a 4,99 | Frequentemente a quase sempre |
| 5,00 | Quase sempre |

Fonte: Raedeke e Smith⁸

Procedimentos

Primeiramente foi feito contato com um dos membros da comissão técnica que permitiu a realização da coleta de dados nas dependências do clube. A ficha de dados demográficos e o QBA foram aplicados em dois momentos: próximo ao início e próximo ao término do Campeonato Brasileiro da Série B. O primeiro momento da aplicação do QBA ocorreu na véspera da partida referente à segunda rodada da competição. Nesse momento a equipe vinha de uma boa participação no campeonato mineiro, obtendo o vice-campeonato, e tinha iniciado o campeonato brasileiro com vitória. A coleta foi realizada no mês de maio de 2012, após um treino recreativo, e foi realizada pelo autor principal do estudo no auditório do clube.

O segundo momento da aplicação do QBA foi próximo ao final da competição, mais precisamente na

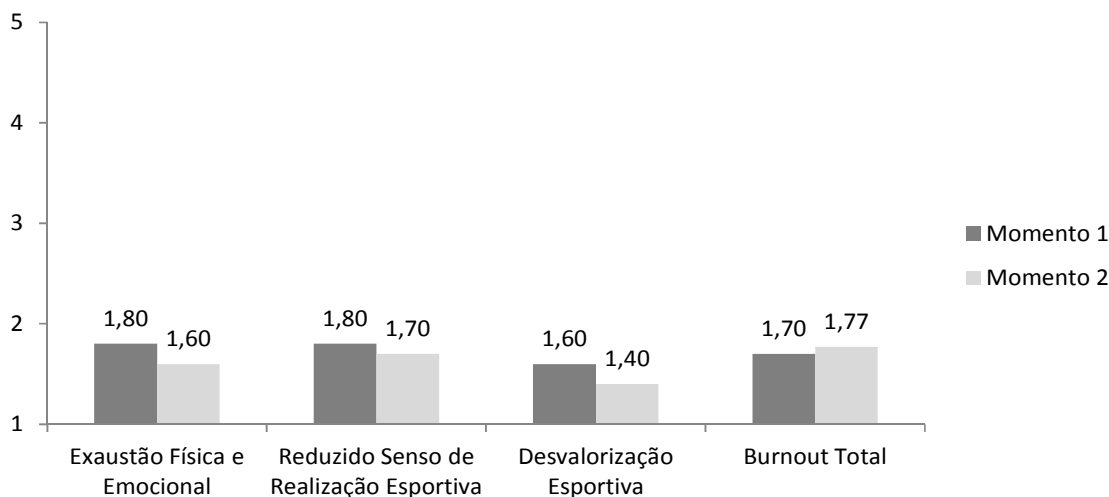
reapresentação dos atletas após a partida referente à 34ª rodada. Nesse momento a equipe estava em uma posição intermediária na classificação do campeonato (nono lugar com 50 pontos). A coleta foi realizada no mês de novembro de 2012 e seguiu os padrões da coleta realizada no primeiro momento.

Análise Estatística

Para a análise de dados demográficos e da síndrome de *burnout*, foi utilizada a estatística descritiva. Os escores encontrados foram interpretados através da utilização dos intervalos de frequência de sentimentos. Em seguida, foi utilizado o teste *Shapiro-Wilk* para verificar a normalidade dos dados. O teste de normalidade apontou para uma distribuição não paramétrica das variáveis de *burnout*, o que determinou o emprego de um teste de comparação de postos (teste U de *Mann Whitney*) para a comparação dos escores de *burnout* total e suas dimensões entre os dois momentos da temporada. Os dados foram tratados pelo software *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versão 19. O índice de significância adotado foi $p < 0,05$.

Resultados

A Figura 1 apresenta as medianas de *burnout* total e suas dimensões nos dois momentos, início e término do Campeonato Brasileiro da Série B.

**Figura 1.** Medianas de *burnout* total e suas dimensões em atletas profissionais de futebol (n=20) nos momentos 1 e 2

Em relação à dimensão exaustão física e emocional, foram observadas medianas correspondentes a um intervalo de frequência entre quase nunca a raramente tanto para o primeiro quanto para o segundo momento da competição. Não foram encontradas diferenças significativas ($p=0,71$) entre os dois momentos na percepção dos atletas em relação a essa dimensão.

Quanto às percepções de reduzido senso de realização esportiva, as medianas encontradas para os dois momentos também correspondem a um intervalo de frequência entre quase nunca a raramente. Não foram encontradas diferenças significativas ($p=0,55$) entre os dois momentos na percepção dos atletas em relação a essa dimensão.

Os achados relacionados à dimensão desvalorização esportiva apontaram o mesmo intervalo de frequência entre quase nunca a raramente para os dois momentos. Não foram encontradas diferenças significativas ($p=0,78$) entre os dois momentos na percepção dos atletas em relação a essa dimensão.

De modo semelhante às três dimensões, as medianas de *burnout* total nos momentos 1 e 2 estão relacionadas ao intervalo de frequência compreendido entre quase nunca a raramente. Desse modo, não foram encontradas diferenças significativas ($p=0,76$) ao se confrontar os valores de *burnout* total obtidos.

Discussão

Esse estudo teve como objetivos mensurar os indicadores da síndrome de *burnout* e de suas dimensões em atletas de futebol profissional e comparar esses escores em dois momentos competitivos da temporada esportiva, início e término do Campeonato Brasileiro da Série B. Para a melhor compreensão da síndrome, cada dimensão de *burnout* será discutida individualmente, pois apesar de serem componentes do mesmo construto psicológico, possuem características particulares e se diferenciam entre si.

Em relação à dimensão exaustão física e emocional, os valores reduzidos observados nos dois momentos da competição podem estar relacionados ao equilíbrio na periodização do treinamento da equipe.

Considerando que essa dimensão está associada às altas demandas dos treinos e competições²² e ao aumento dos níveis de estresse dos atletas, fatores que podem desencadear o *burnout*, outra explicação para o resultado pode estar relacionada ao fato de que tanto o controle das cargas físicas e psicológicas quanto as cobranças por parte da comissão técnica aparentam estar adequadas às capacidades e aos recursos biopsicossociais dos atletas.

A reduzida frequência de sentimentos referentes à dimensão reduzido senso de realização esportiva pode ser um indicativo de que os atletas profissionais estão satisfeitos em relação às suas habilidades, destrezas e realizações no esporte⁸, fato este comum em atletas que estão em uma equipe participante de competição importante do futebol brasileiro como o Campeonato Brasileiro da Série B. Sintomas dessa dimensão são a falta de progressos no desempenho atlético e percepções de falta de sucesso e falta de talento⁹.

A dimensão desvalorização esportiva se refere à falta de desejo, à despreocupação e à falta de interesse em relação ao esporte⁷. Nesse contexto, o atleta passa a se comportar de modo impessoal e insensível, demonstrando pouca ou nenhuma preocupação com seu rendimento e com o seu envolvimento dentro do meio esportivo²³. Porém, assim como as outras dimensões, essa também apresentou reduzida frequência de sentimentos, o que pode ser um indicativo de que o grupo investigado não apresenta tais aspectos negativos e demonstra compromisso e envolvimento em relação à modalidade esportiva.

Quanto ao *burnout* total, o escore reduzido é um indicativo de que os atletas investigados não perceberam indícios de manifestação da síndrome, o que aponta para um equilíbrio entre o estresse e a recuperação, aliado ao senso de realização dos mesmos dentro do esporte e ao engajamento na modalidade²⁴.

No futebol, estudo transversal realizado na Inglaterra com jovens com idade entre 13 e 19 apresentou índices reduzidos de *burnout* total e suas dimensões¹². No âmbito das modalidades coletivas, indicadores reduzidos de *burnout* também foram observados em atletas brasileiros de basquetebol²⁵. Os resultados obtidos no

presente estudo também se assemelham aos verificados em atletas universitários pertencentes a sete modalidades esportivas nos Estados Unidos (quatro coletivas e três individuais), sendo o futebol um dos esportes investigados⁸. As evidências também corroboram o estudo de Gustafsson *et al.*²⁶, o qual indicou que a maioria dos 980 atletas adolescentes suecos analisados, que pertenciam a 58 modalidades esportivas individuais e coletivas, apresentaram níveis baixos a moderados da síndrome. Esses indicadores reduzidos podem ser explicados devido ao fato dos sentimentos inerentes à síndrome serem menos notados nos esportes coletivos, em virtude da divisão de funções e do maior número de relações interpessoais²⁵. Apesar de possuir uma taxa de incidência no universo esportivo variando entre 1 a 9%²⁶, tal indicador pode ser interpretado como um sinal de alerta, pois esse percentual de atletas está sujeito a vivenciar consequências negativas da síndrome como a saturação e o abandono da carreira.

O presente estudo foi desenvolvido com futebolistas pertencentes a uma equipe que disputou o Campeonato Brasileiro da Série B e outros torneios de realce no cenário nacional, provavelmente os mesmos não se encontrariam com escores elevados da síndrome uma vez que o *burnout* está localizado no extremo de um contínuo que se inicia com reações negativas de adaptação ao estresse denominadas de esgotamento e passa pelo *overtraining*⁷. Por isso, há uma limitação em se encontrar atletas em atividade com escores acentuados da síndrome, pois existe uma grande possibilidade dos mesmos já terem encerrado suas carreiras atléticas, visto que o abandono esportivo constitui-se em uma das principais consequências do *burnout*²⁷.

Em relação à ausência de diferenças significativas na comparação dos escores de *burnout* e de suas dimensões entre os dois momentos competitivos, esses resultados diferem de Lai e Wiggins¹⁴, que constataram diferenças significativas em atletas de futebol universitário ao longo da temporada esportiva. Os autores verificaram que o escore de *burnout* no final da temporada foi superior ao obtido no início. Por outro lado, estão de acordo com o estudo de Wiggins *et al.*²⁸, no qual

não foram observadas diferenças significativas nas percepções de *burnout* ao longo do tempo em atletas universitários de modalidades coletivas e individuais.

Por se tratar de uma síndrome associada ao estresse crônico, é possível que os escores de *burnout* total e de suas dimensões apresentem elevações ao longo do tempo²⁹. Nesse sentido, é necessário ponderar que o intervalo pouco extenso entre a primeira e a segunda coleta de dados pode não representar tempo suficiente para elevação dos escores do *burnout* total e suas dimensões.

Outra possível explicação para a ausência de diferenças nas percepções de *burnout* entre o primeiro e o segundo turno da competição reside no fator situacional. Durante o segundo momento do estudo, em que se esperava uma possível elevação na percepção de *burnout*, a equipe estava em uma colocação intermediária na tabela de classificação (nono lugar entre os vinte participantes), sem possibilidades de obter o acesso à série A ou de ser rebaixada à série C. Esse contexto pode ter contribuído para a manutenção dos níveis das percepções da síndrome no final da temporada esportiva^{14,30}.

Ressalta-se, como limitação, a ausência do emprego de outras técnicas de diagnóstico tais como entrevistas qualitativas, autoconfrontação de imagens e análise do meio ambiente em que estão inseridos. Costa *et al.*²⁴ reforçam que a avaliação do *burnout* através de diferentes técnicas permite um diagnóstico mais preciso e exato sobre a síndrome. Outra limitação do estudo foi o reduzido número de atletas investigados desta equipe, que ocorreu devido à rotatividade dos atletas de futebol no Brasil, os quais trocam de clubes com frequência, dificultando a continuidade da coleta de dados. Por fim, ressalta-se a dificuldade de acesso aos atletas por parte de pesquisadores em função da rotina de treinamentos, viagens e da recusa de alguns clubes profissionais de futebol no Brasil em cooperar e compreender a importância deste tipo de estudo para o desenvolvimento da ciência esportiva.

Conclusões

Os atletas de futebol investigados apresentaram percepções reduzidas de *burnout* total e suas dimensões no início e no término do Campeonato Brasileiro da Série B, fatores indicativos de que o grupo não apresentou propensão à manifestação da síndrome. Quanto à comparação entre os dois momentos da competição, as evidências encontradas no presente estudo revelaram que não foram observadas diferenças significativas tanto para o *burnout* total quanto para suas dimensões. Os resultados indicaram que os atletas apresentaram frequência estável de sentimentos em relação à síndrome ao longo da competição. Portanto, o tempo compreendido entre o início e o término de uma competição não se apresentou como um fator determinante na percepção de *burnout*.

A escassez de estudos centrados na avaliação da síndrome de *burnout* em atletas profissionais de futebol no contexto nacional suscita a realização de novas investigações que abordem delineamentos longitudinais com o propósito de mensurar os escores de *burnout* total e suas dimensões durante todos os períodos de uma temporada esportiva (pré-temporada, competições-alvo e pós-temporada) ou durante mais de uma temporada. Desta forma, contribuir-se-ia para a implementação de ações voltadas à observação do comportamento da síndrome ao longo do tempo.

Referências

- Freudenberger HJ. The staff burn-out syndrome in alternative institutions. **Psychotherapy: theory, research and practice** 1975;12(1):73-82.
- Maslach C, Jackson S. The measurement of experienced burnout. **Journal of occupational behavior** 1981;2:99-113.
- Maslach C. Entendendo o Burnout. In: Rossi AM, Sauter SL (Eds.). **Stress e Qualidade de Vida no Trabalho**. São Paulo: Atlas, 2005; p. 41-55.
- Trigo T, Teng C, Hallak J. Burnout syndrome and psychiatric disorders. **Revista de Psiquiatria Clínica** 2007;34:223-233.
- Goodger K, Gorely T, Lavalley D, Harwood C. Burnout in Sport: a systematic review. **The Sport Psychologist** 2007;21:127-151.
- Caccese TM, Mayerberg CK. Gender differences in perceived burnout of college coaches. **Journal of Sport Psychology** 1984;6(3):279-288.
- Silva JM. An analysis of the training stress syndrome in competitive athletics. **Applied Sport Psychology** 1990;2:5-20.
- Raedeke T, Smith A. Development and Preliminary Validation of an Athlete Burnout Measure. **Journal of Sport and Exercise Psychology** 2001;23(4):281-306.
- Raedeke T. Is athlete burnout more than just stress? A sport commitment perspective. **Journal of Sport and Exercise Psychology** 1997;19(4):396-417.
- Pires D, Brandão M, Silva C. Validação do questionário de burnout para atletas. **Revista da Educação Física/UEM** 2006;17(1):27-36.
- Pires D, Santiago M, Samulski D, Costa V. A Síndrome de Burnout no Esporte Brasileiro. **Revista da Educação Física/UEM** 2012;23:131-139.
- Hill AP. Perfectionism and Burnout in Junior Soccer Players: a test of the 2 x 2 model of dispositional perfectionism. **Journal of Sport and Exercise Psychology** 2013; 35:18-29.
- Gustafsson H, Hassmén P, Podlog L. Exploring the relationship between hope and burnout in competitive sport. **Journal of Sports Sciences** 2010;28(14):1495-1504.
- Lai C, Wiggins M. Burnout perceptions over time in NCAA division I soccer players. **International Sports Journal** 2003;7(2):120-127.
- Omotayo OO. Frequency of burnout among selected soccer coaches in Nigeria. **Asian Journal of Physical Education** 1991;14:83-88.
- Bara Filho MG, Ribeiro LS, Miranda R. O fenômeno do *burnout* em nadadores. **Treinamento Desportivo** 1999;4(3):69-78.
- Chiminazzo J, Montagner P. Síndrome de Burnout e Esporte: a visão dos técnicos de tênis de campo. **Revista da Educação Física/UEM** 2009;20(2):217-223.
- Schmidt GW, Stein GL. Sport Commitment: a model integrating enjoyment, dropout and burnout. **Journal of Sport and Exercise Psychology** 1991;13(3):254-265.
- Hill AP, Appleton PR. The predictive ability of the frequency of perfectionistic cognitions, self-oriented perfectionism, and socially prescribed perfectionism in relation to symptoms of burnout in youth rugby players. **Journal of Sport Sciences** 2011; 29(7):695-703.
- Hodge K, Lonsdale C, Ng JY. Burnout in Elite Rugby: relationships with basic psychological needs fulfillment. **Journal of Sport Sciences** 2008;26(8):835-844.
- Nascimento Júnior JR, Gaion PA, Nakashima FS, Vieira LF. Análise do estresse psicológico pré-competitivo estratégias de coping de jovens atletas de futebol de campo. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento** 2010;18(4):45-53.
- Verardi CE, Myiazaki MC, Nagamine KK, Lobo AP, Domingos, NA. Esporte, Stress e Burnout. **Estudos de Psicologia** 2012;29(3):305-313.

23. Pires, DA, Marques LE, Brandão MR. Burnout no Esporte: diagnóstico e prevenção. In: Brandão MR, Machado AA (Eds.). **Coleção Psicologia do Esporte e do Exercício: aspectos psicológicos do rendimento esportivo**. São Paulo: Atheneu, 2008; p.117-134. v.2.
24. Costa VT, Ferreira RM, Penna EM, Samulski DM, Moraes LC. Comparação dos níveis de estresse, recuperação e *burnout* em treinadores de futsal e futebol brasileiros através do RESTQ-COACH. **Motricidade** 2012;8(S2):937-945.
25. Pires DA, Souza IN, Cruz HR. Indicadores da síndrome de burnout e suas subescalas em atletas de basquetebol dos sexos masculinos e feminino da seleção municipal de Castanhal-PA. **Revista Corpoconsciência** 2010;14(1):35-48.
26. Gustafsson H, Kentta G, Hassmén P, Lundqvist C. Prevalence of Burnout in Competitive Adolescent Athletes. **The Sport Psychologist** 2007;21(1):21-27.
27. Smith RE. Toward a cognitive-affective model of athletic burnout. **Journal of Sport Psychology** 1986;8:36-50.
28. Wiggins MS, Cremades JG, Lai C, Lee J, Erdmann JB. Multidimensional Comparison of Anxiety and Burnout Over Time. **Perceptual and Motor Skills** 2006;102:788-790.
29. Cresswell SL, Eklund RC. Changes in Athlete Burnout and Motivation over a 12-Week League Tournament. **Medicine and Science in Sports and Exercise** 2005;37(11):1957-1966.
30. Pires DA, Brandão MR, Machado AA. A Síndrome de Burnout no Esporte. **Motriz** 2005;11(3):147-153.