

Estratégias de coping e sintomas de burnout em atletas de futsal de alto rendimento

Coping and symptoms of burnout in elite indoor soccer athletes

BIM, R H; NASCIMENTO JUNIOR, J R A do; AMORIM, A C; VIEIRA, J L L; VIEIRA, L F. Estratégias de coping e sintomas de burnout em atletas de futsal de alto rendimento. *R. Bras. Ci. e Mov.* 2014; 22(3): 69-75.

RESUMO: Este estudo investigou as estratégias de coping e os sintomas de burnout em atletas adultos de futsal do estado do Paraná. Participaram da pesquisa 58 esportistas, membros das quatro equipes paranaenses participantes da Liga Nacional de Futsal 2011. Como instrumentos, foram utilizados o Questionário de Burnout para Atletas e o Inventário Atlético de Estratégias de Coping. Para a análise dos dados, utilizaram-se o teste Kolmogorov-Smirnov, o alfa de Cronbach, a Anova de Medidas Repetidas, o “U” de Mann-Whitney e a correlação de Spearman ($p < 0,05$). Os resultados evidenciaram que o sintoma de burnout mais presente entre os atletas foi o reduzido senso de realização esportiva ($Md = 2,50$) e as estratégias de coping mais utilizadas pelos atletas foram confiança e motivação ($Md = 2,63$) e rendimento máximo sob pressão ($Md = 2,50$). Os atletas convocados para a seleção brasileira utilizam mais as estratégias de rendimento máximo sob pressão ($p = 0,049$), confiança e motivação ($p = 0,010$) e treinabilidade ($p = 0,044$) quando comparados aos demais. Os jogadores das equipes não classificadas para as finais apresentaram maior treinabilidade ($p = 0,001$) e menor reduzido senso de realização esportiva ($p = 0,010$). Ademais, verificou-se correlação da desvalorização do atleta com as estratégias de concentração ($r = -0,41$) e confiança e motivação ($r = -0,38$). Concluiu-se que o nível de desempenho da equipe e do atleta demonstrou ser um elemento interveniente nas estratégias de coping e nos sintomas de burnout.

Palavras-chave: Burnout; Coping; Esporte.

ABSTRACT: This study investigated the coping strategies and symptoms of burnout in indoor soccer adult athletes in the state of Paraná. Subjects were 58 athletes of the four teams from Paraná, competing at National League 2011. Measure instruments were the Questionnaire for Athletes Burnout Inventory and the Athletic Coping Strategies. Data analysis was conducted through the Kolmogorov-Smirnov test, Cronbach's alpha, Anova of Repeated Measures, Mann-Whitney “U” test, Correlation of Spearman ($p < 0,05$). The results showed that the symptom of burnout more present among athletes was the Reduced sense of accomplishment in sports ($Md = 2,50$) and the most used coping strategies by athletes were confidence and motivation ($Md = 2,63$) and maximum yield in pressure ($Md = 2,50$); athletes summoned to the national team use more the strategies maximum yield in pressure ($p = 0,049$), confidence and motivation ($p = 0,010$) and trainability ($p = 0,044$) when compared to other athletes; players of the teams not qualified for the finals had higher trainability ($p = 0,001$) and lower reduced sense of accomplishment in sports ($p = 0,010$); there was correlation of the devaluation of the athlete with the strategies of concentration ($r = -0,41$) and confidence and motivation ($r = -0,38$). It was concluded that the performance level of the athlete and the team proved to be a key factor in coping strategies and symptoms of burnout.

Key Words: Burnout; Coping; Sport.

Ricardo Henrique Bim¹
José Roberto Andrade do Nascimento Junior¹
Adolpho Cardoso Amorim¹
José Luiz Lopes Vieira¹
Lenamar Fiorese Vieira¹

¹ Universidade Estadual de Maringá

Recebido: 05/09/2013
Aceito: 02/07/2014

Contato: Ricardo Henrique Bim - ricardobim@gmail.com

Introdução

Pesquisas recentes apontam que o esporte de alto rendimento pode ser considerado um potente agente estressor para o atleta^{1,2}, visto que elementos como as altas cargas de treinamento, viagens, contusões, abandono dos estudos, problemas de relacionamento e pressão do treinador podem prejudicar o desempenho durante os jogos e as competições^{3,4,5}. Essas situações podem provocar inúmeras consequências na vida de um atleta, como o estresse pré-competitivo^{6,7} e, em casos mais graves, a síndrome de *burnout*, um distúrbio psicológico cada vez mais presente em esportistas de elite⁸.

No contexto esportivo, o *burnout* pode ser definido como uma síndrome psicossocial que envolve os aspectos de exaustão emocional e física, desvalorização esportiva e reduzido senso de realização em relação à tarefa^{10,11}. No entanto, o *burnout* não é uma consequência inevitável do ambiente esportivo¹², uma vez que existem elementos psicológicos que podem impedir o desenvolvimento dessa síndrome, como as estratégias de *coping*^{13,14}.

De acordo com o Modelo de Processamento de Estresse e *Coping* de Lazarus e Folkman¹⁵, as estratégias de *coping* são um conjunto de esforços cognitivos e comportamentais que os indivíduos utilizam para lidar com as demandas específicas que surgem em situações estressantes^{16,17}. Esse processo de enfrentamento cognitivo auxilia os atletas a evitarem as consequências prejudiciais do esporte de alto rendimento, como o surgimento da síndrome de *burnout*¹⁸,

Os trabalhos recentes citados acima apontam a importância das estratégias de *coping* para evitar a síndrome de *burnout*, no entanto não há estudos que analisem as estratégias de *coping* e os sintomas de *burnout* em função do nível de desempenho dos atletas e das equipes. Considerado esse marco teórico, o presente estudo almeja preencher essa lacuna da literatura e propõe um avanço nas pesquisas da área, investigando tais estratégias e sintomas em atletas de futsal de alto rendimento do estado do Paraná. Busca-se, mais especificamente, comparar as estratégias de *coping* e os sintomas de *burnout* entre atletas convocados e não convocados para a seleção brasileira e entre as equipes classificadas e não classificadas para a fase final da Liga Nacional 2011, além de verificar a relação entre as variáveis.

Materiais e Métodos

Participaram do estudo 58 atletas adultos de futsal com idade média de 25,2 anos \pm 3,9 de quatro equipes do estado do Paraná. O critério de seleção da amostra foi o nível de desempenho, selecionando as melhores equipes do Campeonato Paranaense 2010 e que participavam da Liga Nacional de Futsal 2011, considerada a principal e mais importante competição brasileira de futsal, ao passo que o Campeonato Paranaense é considerado um dos campeonatos estaduais mais competitivos do país. Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Para verificar as estratégias de *coping* utilizadas pelos jogadores, foi utilizado o Inventário Atlético de Estratégias de *Coping* (ACSI 28), desenvolvido por Smith et al.¹⁹ e validado para a língua portuguesa por Coimbra²⁰. Tal instrumento avalia as estratégias de *coping* ou as competências de adaptação psicológica ao contexto esportivo, sendo composto por 28 itens respondidos em uma escala *likert* de quatro pontos, num *continuum* de “quase nunca” (0) até “quase sempre” (3). Os resultados são classificados em sete subescalas que avaliam as seguintes competências psicológicas: a) rendimento máximo sob pressão, b) ausência de preocupações, c) confronto com a adversidade, d) concentração, e) formulação de objetivos, f) confiança e motivação para a realização e g) treinabilidade. As pontuações mais altas significam valores mais elevados de *coping* em cada uma das dimensões. O alfa de *Cronbach* para as dimensões do ACSI-28 variou de $\alpha=0,72$ a $\alpha=0,79$, evidenciando forte consistência interna dos dados.

Com o intuito de identificar os possíveis sintomas de *burnout* dos atletas, foi utilizado o Questionário de *Burnout* para Atletas/QBA²¹, validado para a língua portuguesa por Pires, Brandão e Silva²². Tal questionário é constituído por 15 itens que são distribuídos em três categorias: a) exaustão física e emocional, b) reduzido senso de realização esportiva e c) desvalorização da modalidade esportiva. O instrumento é respondido por meio de uma escala *likert* de “quase nunca” (1) a “quase sempre” (5) em relação a quantas vezes o atleta tem tido esse sentimento ou pensamento durante a temporada. O alfa de *Cronbach* para as dimensões do QBA variou de $\alpha=0,65$ a $\alpha=0,76$, evidenciando de moderada a forte consistência interna dos dados.

O presente estudo está integrado ao Projeto Institucional, submetido e aprovado pelo Comitê Permanente de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Instituição de origem sob o Parecer nº 339/2011. Inicialmente, foi obtida a autorização da diretoria e da comissão técnica das equipes para a coleta de dados. Posteriormente, foram agendadas datas para a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido pelos atletas. A coleta de dados foi realizada em dias e horários disponibilizados pelas equipes, de forma coletiva, com duração média de 20 a 30 minutos.

Na análise inicial, foi verificada a normalidade dos dados por meio do teste *Kolmogorov-Smirnov*. Como os dados não apresentaram distribuição normal, foram utilizadas Mediana (Md) e Quartis (Q1; Q3) para a caracterização dos resultados. Como se pretendia verificar o possível sintoma de *burnout* predominante e as principais estratégias de *coping* dos atletas, foi utilizada a *Anova* de Medidas Repetidas, após a verificação da esfericidade dos dados, seguida do *Post Hoc* de *Bonferroni* ($p < 0,01$). Na comparação entre os grupos, foi utilizado o teste “U” de Mann-Whitney. E a correlação entre as variáveis (*Coping* e *Burnout*) foi feita por meio da correlação de *Spearman*, sendo adotada a significância de $p < 0,05$.

Resultados

Conforme se depreende da Tabela 1, o sintoma de *burnout* que mais prevaleceu entre os atletas foi o **reduzido senso de realização esportiva** (Md = 2,50), visto que apresentou diferença significativa em relação aos demais sintomas ($p < 0,01$). No entanto, se considerarmos a escala *likert* que varia de 1 a 5, os valores apresentados para as três dimensões relacionadas ao *burnout* foram baixos.

Em relação às estratégias de *coping*, houve diferença significativa nas dimensões **rendimento máximo sob pressão** ($p = 0,049$), **confiança e motivação para a realização** ($p = 0,010$) e **treinabilidade** ($p = 0,044$), evidenciando que os atletas que já participaram da seleção brasileira de futsal utilizam mais essas estratégias de enfrentamento quando comparados aos atletas não

Tabela 1. Comparação dos sintomas de *burnout* e das estratégias de *coping* dos atletas de futsal

Variáveis	Md (Q1; Q3)
Burnout	
1. Exaustão física e emocional	1,71 (1,43; 2,29) ^a
2. Reduzido senso de realização esportiva	2,50 (2,33; 2,83) ^{a/b}
3. Desvalorização da modalidade esportiva	1,50 (1,00; 2,50) ^b
Coping	
1. Rendimento máximo sob pressão	2,50 (2,00; 2,75) ^{c/d/e}
2. Ausência de preocupações	1,63 (1,00; 2,00) ^{e/f/g/h}
3. Confronto com a adversidade	2,25 (1,75; 2,50) ^{f/g/j}
4. Concentração	2,00 (1,75; 2,25) ^{d/k}
5. Formulação de objetivos	2,13 (1,75; 2,50) ^{g/l/m}
6. Confiança e motivação para a realização	2,63 (2,25; 2,75) ^{h/v/k/l/n}
7. Treinabilidade	1,50 (1,25; 1,81) ^{e/j/m/n}

* Diferença significativa: $p < 0,01$. *Burnout*: a) 1 e 2; b) 2 e 3. *Coping*: c) 1 e 2; d) 1 e 4; e) 1 e 7; f) 2 e 3; g) 2 e 5; h) 2 e 6; i) 3 e 6; j) 3 e 7; k) 4 e 6; l) 5 e 6; m) 5 e 7; n) 6 e 7.

Em relação ao *coping* (Tabela 1), as estratégias de **confiança e motivação** (Md = 2,63) e **rendimento máximo sob pressão** (Md = 2,50) foram as que mais se destacaram ($p < 0,01$). Por outro lado, as estratégias **ausência de preocupações** (Md = 1,63) e **treinabilidade** (Md = 1,50) demonstraram ser as menos utilizadas pelos atletas ($p < 0,01$). A Tabela 2 apresenta a comparação dos sintomas de *burnout* e das estratégias de *coping* dos atletas de futsal de acordo com a convocação ou não para a seleção brasileira.

convocados. Não foi encontrada diferença significativa na comparação dos sintomas de *burnout* entre os atletas convocados e não convocados para a seleção brasileira, conforme se pode verificar na Tabela 2. A Tabela 3 apresenta a comparação dos sintomas de *burnout* e das estratégias de *coping* dos atletas de futsal de acordo com o desempenho de suas equipes na Liga Nacional de Futsal.

Tabela 2. Comparação dos sintomas de *burnout* e das estratégias de *coping* dos atletas de futsal de acordo com a convocação ou não para a seleção brasileira

Variáveis	Convocados (n = 23)	Não convocados (n = 35)	P
	Md (Q1;Q3)	Md (Q1;Q3)	
Burnout			
Exaustão física e emocional	1,86(1,43;2,29)	1,71(1,43;2,29)	0,905
Reduzido senso de realização esportiva	2,50(2,33;2,83)	2,50(2,17;2,83)	0,602
Desvalorização da modalidade esportiva	1,50(1,00;2,50)	1,50(1,00;2,50)	0,813
Coping			
Rendimento máximo sob pressão	2,50(2,25;2,75)	2,25(1,75;2,75)	0,049*
Ausência de preocupações	1,75(1,50;2,25)	1,75(1,00;2,00)	0,312
Confronto com a adversidade	2,25(2,00;2,75)	2,00(1,75;2,50)	0,165
Concentração	2,00(1,75;2,50)	2,00(1,50;2,25)	0,272
Formulação de objetivos	2,25 (2,00;2,50)	2,00(1,75;2,50)	0,166
Confiança e motivação	2,75(2,50;3,00)	2,50(2,00;2,75)	0,010*
Treinabilidade	2,00(1,50;2,25)	1,50(1,50;2,00)	0,044*

* Diferença significativa: $p < 0,05$.

Tabela 3. Comparação dos sintomas de *burnout* e das estratégias de *coping* dos atletas de acordo com o desempenho de suas equipes na Liga Nacional de Futsal.

Variáveis	Classificadas para as finais (n = 27)	Não classificadas para as finais (n = 31)	p
	Md (Q1;Q3)	Md (Q1;Q3)	
Burnout			
Exaustão física e emocional	1,71 (1,43;2,29)	1,71 (1,29;2,29)	0,766
Reduzido senso de realização esportiva	2,67 (2,50;2,83)	2,33 (2,17;2,67)	0,010*
Desvalorização da modalidade esportiva	1,50 (1,00;2,50)	1,50 (1,00;2,50)	0,724
Coping			
Rendimento máximo sob pressão	2,50 (1,75;2,75)	2,25 (2,00;2,75)	0,406
Ausência de preocupações	1,50 (1,25;2,00)	1,75 (1,25;2,25)	0,223
Confronto com a adversidade	2,00 (1,75;2,50)	2,25 (1,75;2,50)	0,315
Concentração	2,00 (1,75;2,00)	2,25 (1,75;2,50)	0,090
Formulação de objetivos	2,25 (1,50;2,50)	2,00 (2,00;2,50)	0,856
Confiança e motivação	2,75 (2,25;2,75)	2,50 (2,00;2,75)	0,879
Treinabilidade	1,50 (1,25;1,75)	2,00 (1,50;2,25)	0,001*

* Diferença significativa: $p < 0,05$.

Verificou-se diferença significativa entre os grupos na estratégia de **treinabilidade** ($p = 0,001$) e no sintoma de *burnout* de **reduzido senso de realização esportiva** ($p = 0,010$). Os jogadores das equipes não classificadas (Md = 2,00) para as fases finais buscavam treinar mais frente às adversidades do que os membros daquelas que se classificaram (Md = 1,50). Por outro lado, o sintoma de **reduzido senso de realização esportiva** foi maior nos atletas das equipes finalistas (Md = 2,67). Ao analisar a correlação entre as estratégias de *coping* e os sintomas de *burnout* dos jogadores de futsal, encontraram-se correlações negativas e significativas entre **ausência de preocupações** e **reduzido senso de realização esportiva** ($r = -0,38$) e entre **desvalorização da modalidade esportiva** e as estratégias de **concentração** ($r = -0,41$) e **confiança e motivação** ($r = -0,38$).

Discussão

Verificou-se por meio de consulta bibliográfica que este é o primeiro estudo na literatura nacional a investigar as estratégias de *coping* e os sintomas de *burnout* de jogadores de futsal de alto rendimento em função do nível competitivo dos atletas (convocados e não convocados para a seleção brasileira) e de suas equipes (classificadas e não classificadas para a Liga Nacional de Futsal). No presente estudo, observou-se que os atletas convocados para a seleção brasileira utilizam mais as estratégias de *coping* quando comparados aos não convocados (Tabela 2). Por outro lado, os jogadores das equipes não classificadas para a fase final da Liga Nacional utilizam mais a estratégia de treinabilidade e apresentam maior senso de realização esportiva em comparação com os demais.

Percebeu-se que os atletas já convocados para a seleção apresentam melhor desempenho em situações de pressão e têm maior confiança e motivação para eventos competitivos,

como o esporte de alto rendimento, quando comparados aos atletas não convocados (Tabela 2). Esses achados indicam que, quando sob pressão (cobranças por resultados, exigências física, mental e técnica), atletas de seleção, isto é, esportistas de alto rendimento, se sentem estimulados a alcançar altos níveis de desempenho, buscando intensificar os treinamentos e aumentar sua confiança e motivação como forma de enfrentar os agentes estressores.

Nesse sentido, o presente estudo coincide com o que tem sido afirmado por estudos recentes^{12,23}. Também confirma os achados de Nicholls et al.²⁴, cujo estudo conclui que atletas mais habilidosos são mais eficientes ao utilizar as estratégias de *coping*, evidenciando que o nível de habilidade influencia fortemente as escolhas das estratégias de enfrentamento dos agentes estressores do contexto esportivo. De acordo com o Modelo de Processamento de Estresse e *Coping* de Lazarus e Folkman¹⁵, indivíduos capazes de utilizar com maior eficiência as estratégias de enfrentamento de estresse têm maiores chances de alcançar o sucesso em suas atividades, visto que o modo como o indivíduo supera os agentes estressores em determinado contexto é fundamental para o melhor desempenho¹⁰.

Ao comparar os sintomas de *burnout* e as estratégias de *coping* de acordo com o desempenho das equipes na Liga Nacional de Futsal (Tabela 3), observou-se que os atletas das equipes não classificadas para a fase final buscavam treinar mais do que aqueles que se classificaram, isto é, os jogadores que ainda não alcançaram seus objetivos acabam se dedicando mais aos treinamentos para superar as situações estressantes²³, como a desclassificação em uma competição.

Por outro lado, o **reduzido senso de realização esportiva** foi maior nos atletas classificados do que nos demais, indicando que, embora classificados para as finais, esses atletas consideram que ainda não alcançaram a realização esportiva (Tabela 3). Esse resultado contraria

a literatura a respeito^{12,21}, segundo a qual um sentimento de realização reduzido se dá quando o atleta se frustra em virtude de sua incapacidade de atingir as metas estabelecidas, o que pode acarretar perda da motivação e do entusiasmo e, conseqüentemente, o *burnout*¹¹. Essas características não condizem com os atletas avaliados pelo presente estudo, uma vez que atingiram a meta de classificação para as fases finais da maior competição de futsal no Brasil, entretanto, pode estar relacionado ao fato de almejavam metas e conquistas ainda não alcançadas.

Esse resultado também contraria as afirmações do Modelo de Processamento de Estresse e *Coping* de Lazarus e Folkman¹⁵, o qual afirma que as estratégias de enfrentamento utilizadas pelos atletas em resposta aos desafios e às circunstâncias estressantes podem ser parte integrante da persistência, do desempenho e da permanência no esporte^{7,24}. Em contrapartida, Hoar et al.²⁵ apontam que relações significativas entre as variáveis de enfrentamento (*coping*) e realização no esporte são relativamente pouco frequentes, indicando que este achado não pode ser considerado um indicativo de *burnout* para atletas de alto rendimento^{23,26}.

Notou-se também que os atletas em geral apresentaram baixos níveis de sintomas de *burnout* (Tabela 1), destacando que o sintoma de **reduzido senso de realização esportiva** foi o que mais se evidenciou (Md = 2,50). Percebe-se que a exaustão física e emocional e a desvalorização da modalidade esportiva não têm afetado tanto esses atletas, que demonstram estar bem preparados para desenvolver suas funções e suportar as exigências do treinamento e da competição esportiva^{4,27}, descartando a presença dos sintomas de *burnout*. Os resultados do presente estudo corroboram os achados de Hill et al.²⁸, que verificaram baixos níveis de *burnout* em jogadores de futebol de elite, dentre os quais apenas uma pequena porcentagem apresentou indicativos de *burnout*. Da mesma maneira, Appleton, Hall e Hill²⁹ também observaram níveis baixos de reduzido senso de realização esportiva, exaustão física e emocional e desvalorização da modalidade esportiva em uma pesquisa com jovens atletas de elite.

Dentre os múltiplos fatores relacionados ao estresse e, conseqüentemente, ao *burnout*, a motivação é apontada como um importante elemento para evitar os sintomas da síndrome^{4,12,30}. Essa afirmação suporta os resultados da presente pesquisa, visto que os atletas apresentaram baixos níveis de sintomas de *burnout* e a estratégia de *coping* mais utilizada pelos jogadores foi a *confiança e motivação* (Tabela 1). Lonsdale e Hodge³¹ verificaram que baixos níveis de motivação autodeterminada podem levar a aumentos do *burnout* de atletas de elite. Ademais, o *burnout* pode preceder decréscimos da motivação intrínseca.

Bara Filho e Garcia (2008) constataram que há uma multiplicidade de razões (falta de sucesso e de habilidades, estresse competitivo, falta de diversão, treinamentos monótonos, problemas com o treinador, desmotivação) que levam ao abandono do esporte, denotando a importância de conhecê-los a fim de desenvolver estratégias que possam evitar a ocorrência sistemática desse fenômeno. No contexto esportivo de alto rendimento, para manter altos padrões de desempenho sob imensa pressão, os atletas precisam

desenvolver a capacidade de enfrentamento do estresse^{7,10,15}. Nesse sentido, Lemyre, Hall e Roberts⁴ sugerem que psicólogos do esporte e treinadores realizem intervenções com os atletas para desenvolver essas estratégias, com o intuito de reduzir a possibilidade do aparecimento do *burnout*.

Ao correlacionar as estratégias de *coping* e os sintomas de *burnout*, percebeu-se que existe uma relação entre o aumento do sentimento de desvalorização do atleta em sua modalidade esportiva e a diminuição dos níveis de concentração, confiança e motivação para a realização das tarefas. Nesse sentido, Gaudreau, Nicholls e Levy²⁶ sugerem que as intervenções dos psicólogos do esporte e treinadores devem buscar desenvolver atletas mais eficazes na adoção, repetição e manutenção de sua motivação e confiança para o *coping* orientado na tarefa, uma vez que são habilidades promissoras para facilitar a realização objetiva e subjetiva no esporte. A utilização de adequadas estratégias de *coping*, como o nível de concentração e motivação do atleta¹⁴, pode minimizar os efeitos do estresse e, assim, contribuir para evitar o *burnout*, que é o estágio mais avançado de estresse^{6,10,30}.

Conclusões

Por meio dos resultados encontrados, concluiu-se que atletas com melhor desempenho (convocação para a seleção brasileira) utilizam mais estratégias de *coping* quando comparados aos demais atletas. Entretanto, as equipes com pior desempenho utilizam mais treinamentos para enfrentar o estresse do contexto esportivo do que as melhores equipes (classificadas para as finais). Além disso, percebeu-se que, dentre as várias estratégias de *coping* existentes para o enfrentamento de situações estressantes, os jogadores procuram aumentar a confiança e a motivação para a realização de suas ações e buscam render o máximo quando estão sob pressão. Contudo, não procuram diminuir suas preocupações nem mesmo treinar mais para enfrentar os fatores estressores. Os jogadores de futsal também apresentaram baixos níveis de sintomas de *burnout*.

Os dados analisados neste estudo contribuem para preencher uma lacuna nos trabalhos da área, no entanto têm ainda limitações. Embora tenham sido selecionadas as principais equipes do estado do Paraná e participantes da principal competição brasileira, a Liga Nacional de Futsal, os resultados encontrados não podem ser generalizados para toda a realidade nacional. Além disso, as equipes não puderam ser avaliadas durante a temporada, impossibilitando verificar se o desempenho ao longo da competição pode influenciar na utilização das estratégias de *coping* e nos sintomas de *burnout*.

Diante disso, pesquisas envolvendo equipes de alto rendimento de diferentes níveis competitivos (estadual, nacional e internacional) e regiões do Brasil podem avançar em relação aos achados do presente estudo, possibilitando a generalização dos resultados para o contexto esportivo do futsal brasileiro. Estudos com outras modalidades esportivas e com atletas do gênero feminino também são importantes para o avanço nas pesquisas sobre as estratégias de *coping* e os sintomas de *burnout* no contexto esportivo.

Referências

1. Simim MAM, Costa VT, Samulski DM, Ferreira RM. Análise do estresse em atletas de futebol para amputados. *Rev Educ Fís UEM* 2010; 21(2): 237-244.
2. Balbim, GM, Nascimento Junior, JRA, Vieira, LF. Análise do nível de coesão de grupo e do estresse psicológico pré-competitivo de atletas adultos de voleibol. *Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum* 2012; 14(6): 704-712.
3. Reinboth M, Duda JL. The motivational climate, perceived ability, and athletes' psychological and physical well-being. *The Sport Psychologist* 2004; 18(3): 237-251.
4. Lemyre, P N, Hall, HK, Roberts GC. A social cognitive approach to burnout in elite athletes. *Scan J Med Sci Sports* 2008; 18(2): 221-234.
5. Dias C, Cruz JF, Fonseca AM. Emoções, stress, ansiedade e *coping*: estudo qualitativo com atletas de elite. *Rev Port Ciênc Desp* 2009; 9(1): 9-23.
6. Cresswell SL, Eklund RC. Motivation and burnout in professional rugby players. *Res Quart Exerc Sport*, 2005; 76: 370-376.
7. Nascimento Junior JRA, Gaion PA, Nakashima FS, Vieira LF. Análise do estresse psicológico pré-competitivo estratégias de coping de jovens atletas de futebol de campo. *R. bras C. e Mov* 2010; 18(4): 45-53.
8. Goodger K., Gorely T, Harwood C, Lavallee D. Burnout in sport: A systematic review. *The Sport Psychologist* 2007; 21: 127-151.
9. Gustafsson H, Hassmén P, Podlog L. Exploring the relationship between hope and burnout in competitive sport. *J Sports Sci* 2010; 28: 1495-1500.
10. Lazarus RS. How emotions influence performance in competitive sports. *Sport Psychology*, v. 14, p. 229-252, 2000.
11. Gustafsson H, Hassmén NP, Kentta G, Johansson M. A qualitative analysis of burnout in elite Swedish athletes. *Psychol Sport Exerc* 2008; 6(9): 800-816.
12. Cresswell SL, Eklund RC. The nature of player burnout in rugby: Key characteristics and attributions. *J Appl Sport Psychol* 2006; 18: 219-239.
13. Nicholls AR, Polman RC. Coping in sport: A systematic review. *J Sports Sci* 2007; 25(1): 11-31.
14. Gaudreau P, Antl S. Athletes broad dimensions of dispositional perfectionism: examining changes in life satisfaction and the mediating role of sport-related motivation and coping. *J Sport Exerc Psychol* 2008; 30(3): 356-382.
15. Lazarus RS, Folkman S. Transactional theory and research on emotions and coping. *Eur J Person*, 1987; 1: 141-169.
16. Lazarus RS. Coping theory and research: Past, present, and future. *Psych Med* 1993; 55: 234-247.
17. Nicholls AR, Ntoumanis N. Traditional and new methods of assessing coping in sport. In A. R. Nicholls (Ed). *Coping in Sport: Theory, Methods, and Related Constructs* 2010; (pp. 35-51). New York: Nova Science Inc.
18. Fletcher D, Sarkar M. A grounded theory of psychological resilience in Olympic champions. *Psychol Sport Exerc* 2012; 13: 669-678.
19. Smith RE, Smoll FL, Schutz RW, Ptacek JT. Development and validation of a multidimensional measure of sport-specific psychological skills. The athletic coping skills inventory-28. *J Sport Exerc Psychol* 1995; 17: 379-398.
20. Coimbra, DR. Validação do Questionário "Athletic Coping Skills Inventory-28 (ACSI-28)" para a língua portuguesa do Brasil. Dissertação (Mestrado em Educação Física). 2011. Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, Minas Gerais, 2011.
21. Raedeke TD, Smith A. Development and preliminary validation of a measure of athlete burnout. *J Sport Exerc Psychol* 2001; 23: 281-306.
22. Pires DA, Brandão MRF, Silva CB. Validação do Questionário de Burnout para Atletas. *Rev Educ Fís UEM*, 2006; 17(1): 27-36.

23. Coimbra DR, Bara Filho MG, Andrade A, Miranda R. Habilidades psicológicas de *coping* em atletas brasileiros. *Motricidade* 2013; 9(1): 95-106.
24. Nicholls AR, Polman R, Levy AR, Taylor J, Cobley S. (2007). Stressors, coping, and coping effectiveness: Gender, type of sport, and skill differences. *J Sports Sci* 2007; 25(13): 1521-1530.
25. Hoar SD, Kowalski KC, Gaudreau P, Crocker PRE. A review of coping in sport. In: S. Hanton, S. D. Mellalieu (Ed.). *Literature reviews in sport psychology*. New York: New Science Publishers, 2006. p. 47-90.
26. Gaudreau P, Nicholls A, Levy AR. The ups and downs of coping and sport achievement: an episodic process analysis of within-person associations. *J Sport Exerc Psychol* 2010; 32(3): 298-311.
27. Gould D, Dieffenbach K. Overtraining, underrecovery, and burnout in sport. In: Kellman, M. (Ed.). *Enhancing recovery: Preventing underperformance in athletes*. Champaign, IL: Human Kinetics, 2002. p. 25-35.
28. Hill AP, Hall HK, Appleton, PR, Kozub SA. Perfectionism and burnout in junior elite soccer players: The mediating influence of unconditional self-acceptance. *Psychol Sport Exerc* 2008; 9: 630-644.
29. Appleton PR, Hall HK., Hill, AP. Relations between multidimensional perfectionism and burnout in junior-elite male athletes. *Psychol Sport Exerc* 2009; 10, 457-465.
30. Curran T, Appleton PR, Hill, AP, Hall HK. Passion and burnout in elite junior soccer players: The mediating role of self-determined motivation. *Psychol Sport Exerc* 2011; 12: 655-661.
31. Lonsdale C, Hodge K. Temporal ordering of motivational quality and athlete burnout in elite sport. *Med Sci Sports Exerc* 2011; 43(5): 913-921.