



## INCIDÊNCIA DE *BURNOUT* EM TENISTAS INFANTOJUVENIS <sup>1</sup>

Daniel Alvarez Pires  
Franco Noce  
Débora Regina Arão  
Varley Teoldo da Costa

### RESUMO

*Esse estudo teve como objetivos verificar a ocorrência da síndrome de burnout em tenistas infantojuvenis e comparar sua incidência por sexo. Foram analisados 74 atletas (52 homens e 22 mulheres). Os participantes preencheram o Questionário de Burnout para Atletas (QBA). Para a análise de dados utilizou-se a estatística descritiva e o teste U de Mann-Whitney. Os resultados mostraram que os tenistas avaliados de ambos os sexos apresentaram índices baixos e moderados nas dimensões de burnout, o que acarretou consequentemente em um baixo índice de burnout total. Houve valores superiores da dimensão reduzido senso de realização e do burnout total para o sexo feminino, porém não foram encontradas diferenças significativas por sexo.*

PALAVRAS-CHAVE: Psicologia; burnout; esporte.

### INTRODUÇÃO

A síndrome de *burnout* é um objeto de estudo recente na Psicologia em geral e na Psicologia do Esporte em particular. O primeiro autor a mencioná-la no âmbito da Psicologia geral foi Freudenberger (1975), que a definiu como a exaustão advinda do excesso de demandas de energia, força ou recursos. Para Maslach (2005), *burnout* é 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 Hallak (2007), 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.

Dentro da Psicologia do Esporte, a síndrome de *burnout* recentemente tem atraído a atenção de estudiosos (GOODGER *et al.*, 2007; PIRES *et al.*, 2012) que buscam elucidar as características e peculiaridades desta variável no âmbito esportivo e suas interferências no

---

<sup>1</sup> O presente trabalho contou com apoio financeiro da Pró-Reitoria de Pesquisa (PRPq) da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) através do Programa Institucional de Auxílio à Pesquisa dos Doutores Recém-Contratados.

desempenho de atletas jovens (HILL, 2013) e profissionais (GUSTAFSSON; HASSMÉN; PODLOG, 2010).

Recentemente, Goodger *et al.* (2007) 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 61 publicações sobre *burnout* esportivo. A maioria destas investigações foi realizada com atletas (27 artigos) e treinadores esportivos (23 artigos).

Pires *et al.* (2012) conduziram uma meta-análise 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 Capes.

De acordo com Pires *et al.* (2012), o primeiro artigo sobre a síndrome de *burnout* no esporte publicado no Brasil foi de autoria de Bara Filho, Ribeiro e Miranda (1999). 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. Ao discutirem as modalidades esportivas, os autores consideraram que atletas de modalidades individuais, especialmente de tênis, natação e ginástica artística, apresentam maior possibilidade de incidência de *burnout* do que seus pares competidores de modalidades coletivas. Isso se deve ao fato de o sucesso depender da individualidade do atleta e à ausência de suporte social dos companheiros de equipe.

Chiminazzo e Montagner (2009) também abordaram as implicações da síndrome no treinamento esportivo e apontam que a queda de rendimento pode ser um sintoma de *burnout*. A pressão por vitórias aumenta o estresse, e a ausência de resultados positivos pode 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, do aumento de alternativas e do baixo investimento em relação à carreira atlética (SCHMIDT; STEIN, 1991).

De acordo com Goodger *et al.* (2007), jovens atletas de nível competitivo são submetidos a pressões físicas e psicológicas provocadas no contexto da prática esportiva, excedendo seus limites perante os treinamentos e gerando ansiedade. A pressão de técnicos, familiares e dos próprios atletas, assim como o acúmulo de competições e os insuficientes intervalos de recuperação entre os torneios competitivos, quando percebidos de maneira

crônica, podem ocasionar e aumentar gradativamente a incidência do *burnout* sobre jovens atletas, o que pode ocasionar o abandono prematuro da modalidade.

Em uma investigação sobre abandono esportivo realizada com tenistas brasileiros infantojuvenis, Dias e Teixeira (2007) encontraram correlações significativas e positivas entre a variável denominada “pensamentos de abandono” e as variáveis: metas não alcançadas; baixa preocupação com os resultados; cobranças familiares e de treinadores; desvalorização do treinador; ausência de prazer em treinar; falta de vontade de ir aos treinos; e falta de recursos financeiros. Estas variáveis também são mencionadas por diversos estudos que investigam os fatores desencadeadores da síndrome do *burnout* em esportistas (GUSTAFSSON, *et al.*, 2007).

No ambiente esportivo, a exposição ao estresse crônico por um longo período de tempo torna o indivíduo mais susceptível aos sintomas da síndrome de *burnout* que podem levar ao abandono da prática da modalidade esportiva (COSTA *et al.*, 2012a; COSTA *et al.*, 2012b; PIRES *et al.*, 2012).

Em relação à mensuração da síndrome no âmbito esportivo, o instrumento psicométrico mais empregado internacionalmente é o *Athlete Burnout Questionnaire* (ABQ) (RAEDEKE; SMITH, 2001). Desenvolvido no idioma inglês, o instrumento já foi validado para diversos idiomas, entre eles o espanhol (FRANCISCO *et al.*, 2009) e o francês (ISOARD-GAUTHEUR *et al.*, 2010). O questionário é composto por quinze itens, os quais avaliam a frequência de sentimentos relativos à síndrome. Cada item se refere a uma das três dimensões da manifestação de *burnout* em atletas: exaustão física e emocional, reduzido senso de realização esportiva e desvalorização esportiva (RAEDEKE, 1997).

O processo de validação da versão em idioma português do *Athlete Burnout Questionnaire* (ABQ) foi realizado no Brasil (PIRES, BRANDÃO; SILVA, 2006). 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. A análise fatorial do instrumento indicou o surgimento de três componentes que explicam a variância do QBA, os quais obtiveram autovalores maiores que a unidade, índice que determina a significância do componente para a explicação da variância do instrumento. Esses três componentes são responsáveis por 50,01% da variância do QBA, sendo que um dos componentes responde, isoladamente, por 29,26% dessa variância total, enquanto os outros dois apresentam índices de 12,92% e 7,91%, respectivamente (PIRES, BRANDÃO; SILVA, 2006).

Na América do Norte (RAEDEKE; SMITH, 2001), Europa (HILL; APPLETON, 2011) e Oceania (HODGE; LONSDALE; NG, 2008), 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 observados indicativos da síndrome em atletas de países como Austrália (CRESSWELL; EKLUND, 2005a) e Inglaterra (HILL *et al.*, 2010). Seguindo esta linha de raciocínio, é provável que esta síndrome também aconteça com atletas brasileiros sem que os profissionais envolvidos percebam a manifestação, as causas e as suas consequências.

Estas investigações 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 o fenômeno, suas consequências e formas de prevenção (PIRES *et al.*, 2012).

O tênis em seu âmbito de alto rendimento se torna um esporte complexo, pois não depende somente do talento e do potencial físico e de habilidades técnico-táticas, mas também de capacidades psicológicas, como equilíbrio emocional e força mental (NICHOLLS *et al.*, 2009; SAMULSKI, 2012). Por se tratar de um esporte individual, tenistas têm maiores possibilidades de adquirirem um estresse crônico (GOULD *et al.*, 1996). Smith (1986) afirma que a síndrome de *burnout* é mais frequente em atletas de esportes individuais, por apresentarem maior exigência física e psicológica, devido à natureza repetitiva e monótona dos treinamentos, além de se ter um menor suporte social dos companheiros de treinamento. Desta maneira, a pesquisa sobre *burnout* em tenistas infantojuvenis mostra-se relevante, pois pode contribuir na prevenção, no diagnóstico e no controle desta síndrome.

Conforme descrito anteriormente, ainda não existe um corpo sólido de evidências sobre as características da síndrome do *burnout* em jovens atletas (GOODGER *et al.*, 2007; GUSTAFSSON, *et al.*, 2007; PIRES *et al.*, 2012). No esporte infantojuvenil, período em que se inicia o processo de formação de tenistas, não existem evidências sobre a existência de diferenças na percepção da síndrome do *burnout* por sexo e também dos níveis desta síndrome em atletas federados que disputam competições nacionais.

A discussão a respeito das possíveis diferenças nas percepções de *burnout* entre atletas homens e mulheres apresenta uma lacuna na literatura nacional e internacional. Os poucos registros encontrados se referem às modalidades coletivas, como no caso da investigação

entre atletas brasileiros de basquetebol que não identificou diferenças significativas entre os sexos (PIRES; SOUZA; CRUZ, 2010).

Sendo assim os objetivos e metas desse estudo consistiram em: a) verificar a ocorrência da síndrome de *burnout* em tenistas infantojuvenis, participantes de competições federadas promovidas pela Confederação Brasileira de Tênis (CBT); e b) comparar por sexo a incidência da síndrome em jovens atletas.

## MATERIAL E MÉTODOS

### AMOSTRA E CUIDADOS ÉTICOS

Esse estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Minas Gerais sob o número CAAE – 05582312.0.0000.5149. Os indivíduos foram orientados sobre os objetivos do estudo e posteriormente assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), o qual foi disponibilizado em três vias: uma assinada pelo voluntário, outra pelo responsável do atleta menor de idade e uma terceira via arquivada no Laboratório de Psicologia do Esporte da Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Minas Gerais (LAPES/EEFFTO/UFMG).

Foi feito um levantamento junto à Confederação Brasileira de Tênis (CBT) a respeito da quantidade de atletas federados no ano de 2012 na faixa etária de 12 a 18 anos de idade. Mediante esse levantamento foi realizado um cálculo amostral para a identificação do número de atletas avaliados nesse estudo.

A amostra foi composta por 74 tenistas federados, que representam aproximadamente 5% da população de jovens tenistas. Esses atletas se enquadram na categoria infantojuvenil, sendo 52 homens e 22 mulheres, com faixa etária de 12 aos 18 anos de idade, com média de  $14,01 \pm 1,86$  anos. Os atletas iniciaram a prática de tênis com média de idade de  $8,02 \pm 2,78$  anos e a média do tempo de prática como atletas federados foi de  $2,95 \pm 2,10$  anos.

### 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), validado para o português por Pires, Brandão e Silva (2006) a partir do instrumento original em inglês intitulado *Athlete Burnout Questionnaire* (ABQ) (RAEDEKE; SMITH, 2001). O QBA tem

como objetivo mensurar as três dimensões de *burnout*: a) exaustão física e emocional; b) a desvalorização esportiva; e c) o 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 se deu através da utilização da variação de frequência de sentimentos. Isso significa que, caso um atleta obtenha uma média de 2,5 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 e seus intervalos referentes à percepção das dimensões de *burnout* e do *burnout* total (RAEDEKE; SMITH, 2001).

Tabela 1 – Frequências e intervalos de frequência referentes às percepções das dimensões de *burnout* e do *burnout* total.

Valor 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

## PROCEDIMENTOS

Para a aplicação dos questionários foi feita uma seleção de tenistas infantojuvenis que se encontravam em período de competição. Após esta seleção, foram realizados contatos com os treinadores com o objetivo de se obter a liberação para a participação destes indivíduos no estudo. Por questão de logística, foi escolhida para a realização da coleta de dados uma competição de tênis infantojuvenil com sede em Belo Horizonte. Esse torneio contou com a

participação de jovens atletas de diferentes Estados do Brasil. Os atletas foram abordados no começo da competição e receberam explicações a respeito dos procedimentos para se responder o QBA e como responder a ficha de dados demográficos. O tempo para preenchimento da ficha e dos itens do instrumento foi de aproximadamente 10 minutos.

## ANÁLISE DOS DADOS

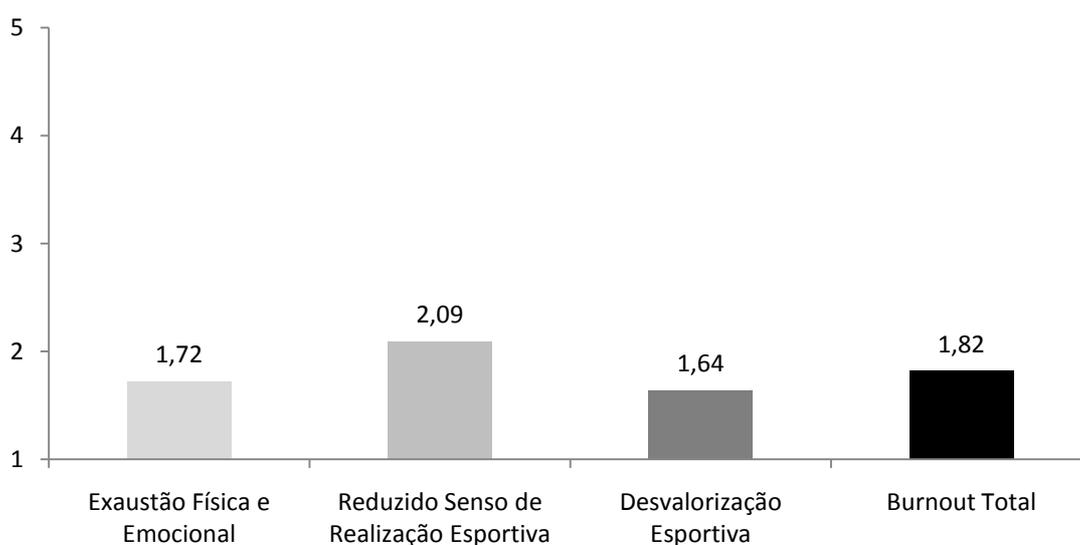
Para a análise de dados da síndrome de *burnout*, foi utilizada a estatística descritiva a partir da obtenção da média e desvio padrão. Os escores encontrados foram interpretados através da utilização dos intervalos de frequência de sentimentos (ver Tabela 1).

Em seguida foi utilizado o teste Kolmogorov-Smirnov para verificar a normalidade dos dados. Para a comparação dos escores entre os diferentes sexos foi utilizado um teste de comparação de postos (teste U de Mann Whitney). Os dados foram tratados pelo software SPSS 19.0. O índice de significância adotado foi  $p < 0,05$ .

## RESULTADOS

O Gráfico 1 apresenta os escores médios das dimensões de *burnout* e do *burnout* total dos tenistas infantojuvenis.

Gráfico 1 - Escores da síndrome de *burnout* total e suas dimensões em tenistas infantojuvenis de ambos os sexos (n= 74).

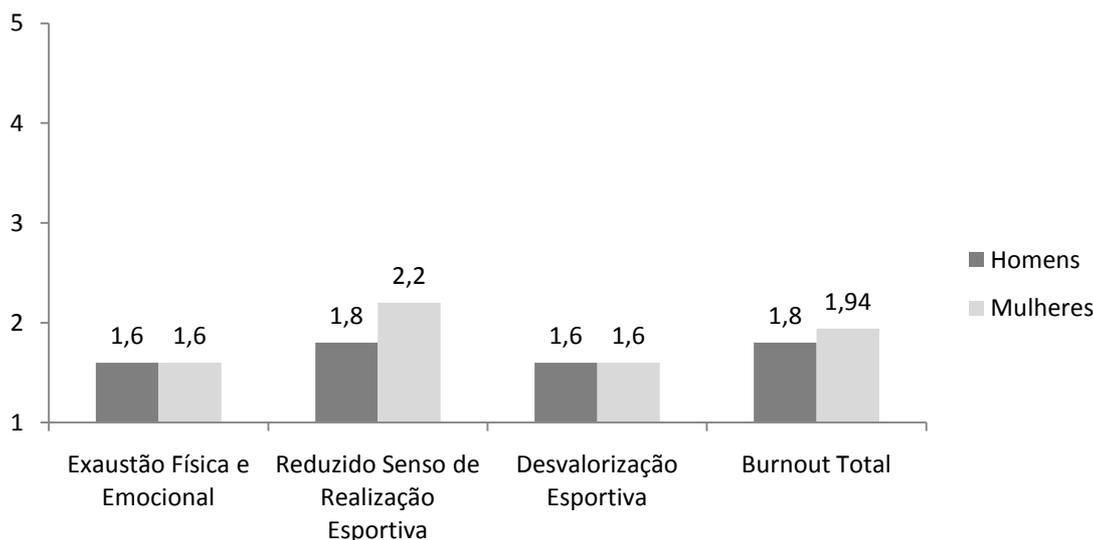


Ao se analisar as dimensões exaustão física e emocional e desvalorização esportiva, foram observados escores médios correspondentes a um intervalo de frequência entre quase

nunca a raramente. Por outro lado, o resultado referente à dimensão reduzido senso de realização esportiva apontou para média dos escores associada a um intervalo de frequência de sentimentos entre raramente a algumas vezes. O *burnout* total, assim como as dimensões exaustão física e emocional e desvalorização esportiva, apresentou média correspondente a uma frequência entre quase nunca e raramente.

O teste de normalidade apontou para uma distribuição não paramétrica das variáveis de *burnout*, o que determinou o emprego do teste U de Mann-Whitney para a verificação de significância na comparação entre os sexos. Por se tratar de um teste não paramétrico, não foram utilizadas as médias dos escores, mas sim as medianas. O Gráfico 2 apresenta as medianas de *burnout* total e suas dimensões entre jovens tenistas homens e mulheres.

Gráfico 2 - Medianas de *burnout* total e suas dimensões em tenistas infantojuvenis dos sexos masculino (n=52) e feminino (n=22).



Em relação à dimensão exaustão física e emocional, tanto as atletas do sexo feminino quanto seus pares do sexo masculino obtiveram medianas iguais, correspondentes a um intervalo de frequência entre quase nunca a raramente. Não foram encontradas diferenças significativas ( $p=0,53$ ) por sexo na percepção dos atletas em relação a essa dimensão.

Quanto às percepções de reduzido senso de realização esportiva, a mediana encontrada para o sexo feminino corresponde a um intervalo de frequência entre raramente a algumas vezes. O grupo masculino apresentou mediana correspondente a um intervalo de frequência entre quase nunca e raramente. Não foram encontradas diferenças significativas ( $p=0,15$ ) por sexo na percepção dos atletas em relação a essa dimensão.

Os achados relacionados à dimensão desvalorização esportiva apontaram o mesmo valor de mediana para homens e mulheres, referente a um intervalo de frequência entre quase nunca a raramente. Não foram encontradas diferenças significativas ( $p=0,68$ ) por sexo na percepção dos atletas em relação a essa dimensão.

A mediana de *burnout* total do grupo feminino foi maior do que a do grupo masculino, porém ambas estão relacionadas ao intervalo de frequência compreendido entre raramente e algumas vezes. Apesar dos resultados terem apontado que o grupo feminino apresentou uma pequena superioridade em relação ao grupo masculino, não foram encontradas diferenças significativas ( $p=0,27$ ) ao se confrontar os valores de *burnout* total obtidos.

## DISCUSSÃO

Esse estudo teve como objetivos verificar a ocorrência da síndrome de *burnout* em tenistas infantojuvenis participantes de competições federadas promovidas pela Confederação Brasileira de Tênis (CBT) e comparar a incidência da síndrome entre atletas por sexo. 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.

Ao se analisar a dimensão exaustão física e emocional, o baixo escore médio dos tenistas investigados pode estar relacionado ao tempo de participação em competições dos atletas, tendo em vista que tenistas da categoria infantojuvenil possuem reduzida média de tempo como atletas federados. Considerando que essa dimensão está associada a altas demandas dos treinos e competições (VERARDI *et al.*, 2012), aumentando os níveis de estresse sobre os atletas e em consequência, podendo levar ao *burnout*, outra explicação para o resultado pode estar relacionada ao fato de que os atletas investigados não apresentam altas exigências de treinos e competições, tendo em vista que atletas em carreira profissional se dedicam exclusivamente ao esporte, com períodos de treino mais extensos e poucos intervalos em suas agendas de competições, diferentemente da categoria infantojuvenil, cujos atletas possuem menores períodos de treinamentos e competições devido ao fato de terem que conciliar o treinamento com outros compromissos de agenda, em especial, as atividades escolares.

A dimensão reduzido senso de realização esportiva obteve maior pontuação entre todas as dimensões, o que pode ser um indicativo de que os jovens tenistas não estão plenamente satisfeitos em relação às suas habilidades, destrezas e realizações no esporte

(RAEDEKE; SMITH, 2001), fato este comum em atletas que estão em um período de formação e que ainda não atingiram o ápice de sua carreira profissional (GOULD *et al.*, 1997). Sintomas dessa dimensão são a falta de progressos no desempenho atlético e percepções de falta de sucesso e falta de talento (GOULD *et al.*, 1996). Estes resultados podem ser explicados pelo fato de que muitos atletas que se encontram na categoria infantojuvenil não têm a oportunidade de alcançar o nível profissional, tendo em vista as dificuldades que enfrentam devido ao pouco investimento do país no esporte, principalmente em modalidades individuais como o tênis. Além disso, fatores como a queda de rendimento em virtude das cobranças de pais e treinadores podem influenciar a classificação do atleta no ranking esportivo, contribuindo para o sentimento de insatisfação e ausência de êxito na modalidade.

Entre as dimensões apresentadas, a desvalorização esportiva apresentou menor escore médio entre os tenistas, o que pode ser um indicativo de que o grupo investigado demonstra compromisso e envolvimento em relação à modalidade esportiva, visto que tal dimensão se refere à falta de desejo, à despreocupação e à falta de interesse em relação ao esporte (SILVA, 1990). Nesse cenário, 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 esportivo (PIRES; MARQUES; BRANDÃO, 2008). Os resultados obtidos evidenciam a motivação e satisfação que os atletas possuem em relação à prática do tênis, elementos importantes para que o surgimento do *burnout* seja evitado.

Quanto ao *burnout* total, o reduzido escore médio é um indicativo de que os jovens tenistas investigados não perceberam indícios de manifestação da síndrome, apontando para um equilíbrio entre o estresse e a recuperação, aliado ao senso de realização dos mesmos dentro do esporte e ao engajamento na modalidade. O resultado também pode estar associado ao planejamento equilibrado da formação destes tenistas, ou seja, tanto o controle das cargas físicas e psicológicas quanto as cobranças por parte dos treinadores aparentam estar adequadas às capacidades dos atletas.

Os atletas apresentaram valores moderadamente reduzidos tanto para o *burnout* total quanto para as suas dimensões, fatores indicativos de que os mesmos não apresentavam manifestações significativas da síndrome. Não foram encontradas evidências na literatura a respeito de indicadores de *burnout* específicos para tenistas infantojuvenis. Entretanto, os resultados obtidos no presente estudo se assemelham aos verificados em atletas universitários pertencentes a sete modalidades esportivas nos Estados Unidos (três individuais e quatro coletivas), sendo o tênis um dos esportes investigados (RAEDEKE; SMITH, 2001). Os

achados também corroboram o estudo de Gustafsson *et al.* (2007), a 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.

No âmbito das modalidades coletivas, indicadores reduzidos de *burnout* também foram observados em jogadores pertencentes à união amadora de rúgbi da Nova Zelândia (CRESSWELL; EKLUND, 2005b) e em atletas brasileiros de basquetebol (PIRES; SOUZA; CRUZ, 2010).

Em virtude do *burnout* estar localizado no extremo de um contínuo que se inicia com reações negativas de adaptação ao estresse denominadas de esgotamento e passa pelo *overtraining* (SILVA, 1990), 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*. Como o presente estudo foi desenvolvido com tenistas que competiram durante toda a temporada em diferentes torneios, provavelmente os mesmos não se encontrariam com escores elevados da síndrome. Portanto, os resultados indicam que não houve incidência de *burnout* nos atletas de tênis avaliados nesta categoria infantojuvenil brasileira.

Em relação à comparação entre os sexos, a ausência de diferença significativa na percepção de exaustão física e emocional diverge da perspectiva de que as mulheres possuem percepções mais frequentes dessa dimensão por serem mais emotivas, mais envolvidas com o cuidado, alimentação e preocupação com o bem estar do próximo (SILVA; CARLOTO, 2003). Não foram encontradas evidências na literatura a respeito de comparações das dimensões de *burnout* entre os sexos na população de atletas. Na perspectiva dos treinadores, as mulheres apresentam maiores escores do que os homens na dimensão exaustão física e emocional (GOODGER *et al.*, 2007).

Quanto às percepções de reduzido senso de realização esportiva, foi percebida pequena superioridade no escore do grupo feminino, porém não houve diferença significativa. A literatura esportiva evidenciou com maior profundidade essa comparação entre os sexos em investigações com treinadores. A meta-análise de Goodger *et al.*, (2007) não constatou diferença significativa entre em 60% das publicações pesquisadas. Entretanto, houve diferença significativa em 40% dos estudos, as quais apontaram maiores escores de reduzido senso de realização esportiva entre as mulheres.

Assim como nas outras dimensões apresentadas, não houve diferença significativa nas percepções de desvalorização esportiva entre os sexos. Os resultados corroboram os achados

de Goodger *et al.*, (2007), que identificaram uma ausência de diferença significativa entre os sexos em 73% dos estudos que englobavam treinadores.

Não foram encontradas diferenças significativas por sexo relacionadas ao *burnout* total. Este resultado somente reforça os demais resultados encontrados em cada uma das três dimensões de avaliação da síndrome, o que diverge da evidência de que atletas jovens, do sexo feminino e com pouca experiência tendem a apresentar valores mais elevados de estresse competitivo (SAMULSKI, 2012), fatores que podem contribuir para a manifestação da síndrome de *burnout*. Por outro lado, a ausência de diferença entre os sexos converge com os achados de Goodger *et al.* (2007), que avaliaram 27 estudos sobre *burnout* em atletas e não consideraram a variável sexo como interveniente na percepção da síndrome. Para além do contexto esportivo, estudo no ambiente educacional também não apresentou diferenças entre professores homens e mulheres (SILVA; CARLOTO, 2003).

Ressalta-se, como limitação, o processo de corte transversal desta avaliação em que os atletas foram submetidos, sendo que para uma análise mais minuciosa torna-se importante avaliar o *burnout* e suas dimensões numa perspectiva longitudinal que contemple também outras técnicas de diagnóstico tais como entrevistas qualitativas, autoconfrontação de imagens e análise do meio ambiente em que estão inseridos. Costa *et al.* (2012a) reforçam que a avaliação do *burnout* através de diferentes técnicas permite um diagnóstico mais preciso e exato sobre a síndrome.

## CONCLUSÃO

Para a amostra de tenistas investigados, tanto o grupo feminino quanto o masculino apresentaram índices reduzidos e moderados de *burnout* total e suas dimensões exaustão física e emocional, reduzido senso de realização esportiva e desvalorização esportiva. Em todas as variáveis discutidas não houve diferença estatisticamente significativa entre homens e mulheres.

## BURNOUT INCIDENCE IN YOUNG TENNIS PLAYERS

### ABSTRACT

*This research aimed to investigate the incidence of burnout in young tennis players and compare the incidence by gender. The sample consisted of 74 athletes (52 men and 22 women). Participants completed the Portuguese version of Athlete Burnout Questionnaire. For data analysis there were used descriptive statistics and U Mann-Whitney test. Results showed that both sexes' indexes were low to moderate in dimensions of burnout, which*

consequently resulted in a low rate of total burnout. Values were higher for women in reduced sense of accomplishment dimension and total burnout, but there were no significant differences by gender.

KEYWORDS: Psychology; burnout, professional; sports.

## INCIDENCIA DEL BURNOUT EN JÓVENES JUGADORES DE TENIS

### RESUMEN

*Esta investigación tuvo como objetivo investigar la incidencia del burnout en jóvenes jugadores de tenis y comparar su incidencia por sexo. Se analizaron 74 atletas (52 hombres y 22 mujeres). Los participantes completaron el Cuestionario del Burnout para Deportistas. Para el análisis de los datos se utilizó la estadística descriptiva y la prueba U de Mann-Whitney. Los resultados mostraron que los jugadores de ambos sexos mostraron bajos a moderados índices en las dimensiones de burnout, lo que consecuentemente dio lugar a una baja tasa de agotamiento total. Los valores de las mujeres fueron más altos en la dimensión reducido sentido de logro y el agotamiento total, pero no hubo diferencias significativas por sexo.*

PALABRAS CLAVES: Psicología; agotamiento profesional; deportes.

### REFERÊNCIAS

- BARA FILHO, M. G.; RIBEIRO, L. S.; MIRANDA, R. O fenômeno do *burnout* em nadadores. *Treinamento Desportivo*, Curitiba, v. 4, n. 3, p. 69-78, 1999.
- CHIMINAZZO, J. G. C.; MONTAGNER, P. C. Síndrome de *Burnout* e Esporte: a visão dos técnicos de tênis de campo. *Revista da Educação Física/UEM*, Maringá, v. 20, n. 2, p. 217-223, 2009.
- COSTA, V. T. *et al.* Comparação dos níveis de estresse, recuperação e *burnout* em treinadores de futsal e futebol brasileiros através do RESTQ-COACH. *Motricidade*, Santa Maria de Feira, v. 8, n. S2, p. 937-945, 2012a.
- COSTA, V. T. *et al.* Validação das propriedades psicométricas do RESTQ-Coach na versão brasileira. *Motriz*, Rio Claro, v.18, n.2, p.218-232, 2012b.
- CRESSWELL, S. L.; EKLUND, R. C. Changes in Athlete Burnout and Motivation over a 12-Week League Tournament. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, Indianapolis, v. 37, n. 11, p. 1957-1966, 2005a.
- CRESSWELL, S. L.; EKLUND, R. C. Motivation and Burnout among Top Amateur Rugby Players. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, Indianapolis, v. 37, n. 3, p. 469-477, 2005b.
- DIAS, M. H.; TEIXEIRA, M. A. Estudo exploratório sobre o abandono do esporte em jovens tenistas. *Revista Brasileira de Psicologia do Esporte*, São Paulo, v. 1, n. 1, p. 1-18, 2007.
- FRANCISCO, C. *et al.* Propiedades psicométricas preliminares de la versión española del Athlete Burnout Questionnaire en una muestra de jóvenes futbolistas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, Murcia, v. 9, n. 2, p. 45-56, 2009.
- FREUDENBERGER, H. J. The staff burn-out syndrome in alternative institutions. *Psychotherapy: theory, research and practice*, Washington, v. 12, n. 1, p. 73-82, 1975.

- GOODGER, K. *et al.* Burnout in Sport: a systematic review. *The Sport Psychologist*, Champaign, v. 21, p. 127-151, 2007.
- GOULD, D. *et al.* Burnout in Competitive Junior Tennis Players: I. A Quantitative Psychological Assessment. *The Sport Psychologist*, Champaign, v. 10, n. 4, p. 322-340, 1996.
- GOULD, D. *et al.* Burnout in Competitive Junior Tennis Players: III. Individual Differences in the Burnout Experience. *The Sport Psychologist*, Champaign, v. 11, n. 3, p. 257-276, 1997.
- GUSTAFSSON, H. *et al.* Prevalence of Burnout in Competitive Adolescent Athletes. *The Sport Psychologist*, Champaign, v. 21, n. 1, p. 21-27, 2007.
- GUSTAFSSON, H.; HASSMÉN, P.; PODLOG, L. Exploring the relationship between hope and burnout in competitive sport. *Journal of Sports Sciences*, Abingdon, v. 28, n. 14, p. 1495-1504, 2010.
- HILL, A. P.; APPLETON, P. R. 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*, Abingdon, v. 29, n. 7, p. 695-703, 2011.
- HILL, A. P. *et al.* Perfectionism and Burnout in Canoe Polo and Kayak Slalom Athletes: the mediating influence of validation and growth-seeking. *The Sport Psychologist*, Champaign, v. 24, p. 16-34, 2010.
- HILL, A. P. Perfectionism and Burnout in Junior Soccer Players: a test of the 2 x 2 model of dispositional perfectionism. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, Champaign, v. 35, n. 1, p. 18-29, 2013.
- HODGE, K.; LONSDALE, C.; NG, J. Y. Burnout in elite rugby: relationships with basic psychological needs fulfillment. *Journal of Sport Sciences*, Abingdon, v. 26, n. 8, p. 835-844, 2008.
- ISOARD-GAUTHEUR, S. *et al.* Validation of a French version of the Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) in competitive sport and physical education context. *European Journal of Psychological Assessment*, Göttingen, v. 26, n. 3, p. 203-211, 2010.
- MASLACH, C. Entendendo o Burnout. In: ROSSI, A. M.; SAUTER, S. L. (Orgs.). *Stress e Qualidade de Vida no Trabalho*. São Paulo: Atlas, 2005, p. 41-55.
- NICHOLLS, A. R. *et al.* Mental toughness in sport: achievement level, gender, age, experience, and sport type differences. *Personality and Individual Differences*, New York, v. 47, n. 1, p. 73-75, 2009.
- PIRES, D. A.; BRANDÃO, M. R. F.; SILVA, C. B. Validação do Questionário de *Burnout* para Atletas. *Revista da Educação Física / UEM*, Maringá, v. 17, n. 1, p. 27-36, 2006.
- PIRES, D. A. *et al.* A Síndrome de Burnout no Esporte Brasileiro. *Revista da Educação Física / UEM*, Maringá, v.23, n. 1, p. 131-139, 2012.
- PIRES, D. A.; MARQUES, L. E.; BRANDÃO, M. R. Burnout no esporte: diagnóstico e prevenção. In: BRANDÃO, M.R.; MACHADO, A. A. (Orgs.). *Coleção Psicologia do Esporte e do Exercício: aspectos psicológicos do rendimento esportivo*. São Paulo: Atheneu. v. 2, 2008, p. 117-134.
- PIRES, D. A.; SOUZA, I. N.; CRUZ, H. R. Indicadores da Síndrome de Burnout e suas Subescalas em Atletas de Basquetebol dos Sexos Masculino e Feminino da Seleção Municipal de Castanhal-PA. *Corpoconsciência*, Santo André, v. 14, n. 1, p. 35-48, 2010.
- RAEDEKE, T. Is athlete burnout more than just stress? A sport commitment perspective. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, Champaign, v. 19, n. 4, p. 396-417, 1997.
- RAEDEKE, T.; SMITH, A. Development and Preliminary Validation of an Athlete Burnout Measure. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, Champaign, v. 23, n. 4, p. 281-306, 2001.
- SAMULSKI, D. *Treinamento Mental no Tênis: como desenvolver as habilidades mentais*. Barueri: Manole, 2012.

- SCHMIDT, G. W.; STEIN, G. L. Sport commitment: a model integrating enjoyment, dropout and burnout. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, Champaign, v. 13, n. 3, p. 254-265, 1991.
- SILVA, G. N.; CARLOTO, M. S. Síndrome de *Burnout*: um estudo com professores da rede pública. *Psicologia Escolar e Educacional*, Maringá, v. 7, n. 2, 145-153, 2008.
- SILVA, J. M. An analysis of training stress syndrome in competitive athletics. *Journal of Applied Sport Psychology*, London, v. 2, p. 5-20, 1990.
- SMITH, R. E. Toward a cognitive-affective model of athletic burnout. *Journal of Sport Psychology*, Champaign, v. 8, p. 36-50, 1986.
- TRIGO, T.; TENG, C. T.; HALLAK, J. E. C. Burnout syndrome and psychiatric disorders. *Revista de Psiquiatria Clínica*, São Paulo, v. 34, p. 223-233, 2007.
- VERARDI, C. E. *et al.* Esporte, stress e burnout. *Estudos de Psicologia*, Campinas, p. 305-313, 2012.