

Gilmar Nonato de Souza

**INDICADORES DAS DIMENSÕES DE SÍNDROME DE BURNOUT
NAS CATEGORIAS DE BASE DO FUTEBOL AMADOR DE BELO
HORIZONTE**

Belo Horizonte
Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional da UFMG
2012

Gilmar Nonato de Souza

**INDICADORES DAS DIMENSÕES DE SÍNDROME DE BURNOUT
NAS CATEGORIAS DE BASE DO FUTEBOL AMADOR DE BELO
HORIZONTE**

Monografia apresentada ao Curso de Especialização em Treinamento Esportivo, da Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Minas Gerais, como requisito parcial à obtenção do título de Especialista em Treinamento Esportivo.

Orientador: Prof. Ms. Daniel Alvarez Pires

Belo Horizonte
Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional da UFMG
2012

Agradecimentos

Agradeço a Deus pai todo poderoso, que esta conosco em todos os momentos de nossas vidas e este momento especial a honra e gloria é de Jesus Cristo filho de Deus.

Aos colegas de trabalho do Banco Itaú onde me dedicaram total apoio e solidariedade e compreensão;

Aos estimados docentes da Universidade UFMG que participaram ativamente deste processo, indicando o norte, criando bases de conhecimento com competência e dedicação;

Aos colegas do curso que compartilharam os conhecimentos adquiridos, com disponibilidade e amizade;

As Equipes de Futebol Amador: Mineirinho FC, Tupinambás FC, As de Ouro FC, Jonas Veiga FC, Santa Cruz FC e Riviera FC que me apoiaram durante o processo de coleta de dados, e esse momento foi de muito aprendizado e crescimento.

A minha mãe, pelo amor e ternura de seus gestos, aos meus irmãos e seus familiares, pelo apoio e incentivo, aos familiares de minha esposa, pela consideração e amizade;

A todos que contribuíram de alguma forma, confiando na minha capacidade e na minha determinação para concluir o meu sonho.

Aos meus pais, senhor José Agostinho de Souza (in memória) e Senhora Zênite Oliveira de Souza, pelo refúgio, força, compreensão e alegria nos momentos difíceis e felizes que passei.

Em especial, à minha esposa Alessandra, que me apoia em qualquer circunstância. E é claro, eu a amo incondicionalmente. A meus filhos Augusto, o Afonso e a minha querida filhinha Grazielle, por participarem ao meu lado dessa etapa de ensino e aprendizagem, me auxiliando com ternura, carinho e incentivando nos momentos em que achei que não ia conseguir, me fortalecendo ante aos obstáculos.

RESUMO

A síndrome de *burnout* é considerada uma reação ao estress crônico e possui como principais características a exaustão física e emocional, reduzido senso de realização esportiva e desvalorização esportiva. De acordo com a literatura o *burnout* pode vir a ser acometido por diversas causas. Uma dessas causas podem ser as diferenças sociais e econômicas nos contextos esportivos de rendimento e amador, enquanto alguns jogadores estão abandonando o futebol por excesso de treino e cobranças para participarem ao extremo das competições, outros jogadores estão abandonando o futebol por falta de oportunidades. Os objetivos dessa pesquisa consistem em avaliar os índices da síndrome de *burnout* e suas subescalas entre as categorias de base do futebol amador de BH, bem como em comparar estatisticamente os índices entre as categorias. Foram analisados 110 atletas, sendo 49 da categoria sub17 e 61 da categoria sub 20, com a utilização do Questionário de *Burnout* para Atletas (QBA), validado para o idioma português, e todos os atletas preencheram a ficha de cadastro e termo de consentimento esclarecido. Foi utilizado o programa estatístico SPSS versão 18.0 para a análise de dados referente as médias e o intervalo de frequência dos resultados, além do teste t de Student. Os resultados mostram que as categorias avaliadas tanto da categoria sub 17 como da categoria sub 20 possuem moderados índices de *burnout* total e suas subescalas exaustão física e emocional, reduzido senso de realização esportiva e desvalorização esportiva. Mas não foram encontradas diferenças significativas entre as categorias de base do futebol amador de BH.

Palavras-chave: Estresse. Abandono Esportivo. Síndrome de *burnout*. Futebol Amador. Categoria de base. Oportunidades.

ABSTRACT

Burnout syndrome and considered a reaction to chronic stress and has as main characteristics the physical and emotional exhaustion, reduced sense of accomplishment and sport devaluation sports. According to literature burnout might be affected by several factors. And one of these factors may be differences in social contexts and economics income and amateur sports, while some players are abandoning football for overtraining and charges for extreme to participate in competitions, other players are leaving the game because of lack of opportunities. The objectives of this research are to assess the rates of burnout and its subscales between the basic categories of amateur football in BH, as well as statistically compare rates between categories. We analyzed 110 athletes, 49 su17 category and sub category 61da 20, using the Burnout Questionnaire for Athletes (QBA), validated for the Portuguese language. For data analysis, we used the mean and frequency range of the results, in addition to the Student t test. We used the statistical program, SPSSV18.0. The results show that the categories evaluated both the under 17 category and sub category 20 have moderate levels of burnout total and its subscales physical and emotional exhaustion, reduced sense of accomplishment and sport devaluation sports. But, no significant differences were found between the basic categories.

Keywords: Stress. Drop out. Burnout syndrome. Amateur Football. Young Athletes. Opportunities.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	08
2 JUSTIFICATIVA	09
3 OBJETIVOS	10
3.1 Geral	10
3.2 Específicos	10
4 REVISÃO DE LITERATURA	11
4.1 Definições	11
4.2 Sintomas e dimensões	12
4.3 Instrumento de Mensuração	13
4.4 Prevenção	14
5 FUTEBOL	17
5.1 Característica Geral	17
5.2 Futebol Amador	17
6 METÓDO	18
6.1 Amostra	18
6.2 Instrumento e procedimento	19
6.3 Análise dos Dados	19
7 RESULTADOS E DISCUSSÃO	20
7.1 Caracterização dos índices de <i>burnout</i> e suas subescalas	20
8 CONCLUSÃO	26
9 CONSIDERAÇÕES FINAIS	27
REFERÊNCIAS	28
ANEXOS	32

1 INTRODUÇÃO

O futebol amador da região de Belo Horizonte (BH), além das diferenças sociais e econômicas, apresenta complexas situações estressantes como dificuldade de relacionamentos entre treinador e jogadores, treinador e dirigentes, jogadores e torcidas. Mesmo diante das críticas e cobranças diversas, os dirigentes de futebol amador de BH tendem a direcionar seus interesses em manter suas equipes de futebol adulto na primeira divisão, inscrevendo uma equipe de base no campeonato somente para não perder a vaga do amador adulto no ano seguinte.

Há relatos de jogadores que ouvem de dirigentes e treinadores que “só vai inscrever a categoria Júnior para constar como participante do campeonato, sem pretensões de conquistar algo”. Esta situação provoca irritabilidade e descontentamento geral levando a um desgaste emocional intenso nos jogadores, contribuindo para que os mesmos e treinadores das categorias de base do esporte amador de BH manifestem exaustão emocional extrema.

Diante dessa situação, verificou-se que a falta de recursos e um maior comprometimento por parte de alguns dirigentes esportivos, não priorizando aos atletas amadores de base a oportunidade de jogar (participação), fazer o melhor que puder nos campeonatos competindo efetivamente já no início das categorias de base, influência nas atitudes dos atletas nos anos finais da categoria de base (Júnior), a não querer mais o esporte (futebol), por falta de motivação, frustração por não ter oportunidades concretas. O desinteresse de alguns dirigentes e treinadores em não investir, não acreditar que através do esporte pode melhorar a condição de vida das pessoas, contribui para que o atleta de futebol amador de BH abandone o esporte precocemente.

De acordo com Pires, Brandão e Machado (2005), a influência dos fatores psicológicos no meio esportivo pode trazer benefícios como ajudar a decidir jogos e melhorar o convívio social, conseqüentemente, interferindo na longevidade dos atletas e comissão técnica no cenário esportivo.

2 JUSTIFICATIVA

A realidade do futebol amador tem diferenças exorbitantes de ordem social e econômica em relação ao futebol alto rendimento. Mas, não diferem as situações de esgotamento físico e mental, desvalorização e sentimentos de abandono.

Acredita-se que um melhor entendimento de síndrome *burnout* e dos recursos motivacionais oferecidos como instrumento educacional pode contribuir para diminuição do abandono do futebol, valorizando e enriquecendo o futebol amador de BH.

3 OBJETIVOS

3.1 Geral

Mensurar dimensões de síndrome de *burnout* nas categorias de base do futebol amador de Belo Horizonte.

3.2 Específicos

Comparar os níveis das subescalas de *burnout* entre atletas juvenis e juniores.

4 BURNOUT

4.1 Definições

Freudenberger (1974) definiu *burnout* como um estado de fadiga e exaustão, ou perda de energia física e mental, resultante de aspirações exageradas a alcançar objetivos não realistas traçados pelo indivíduo ou pelos valores da sociedade.

A síndrome de *burnout* é multideterminada, ou seja, ela não é desencadeada por apenas um fator, no caso do esporte, seria o resultado de uma interação recíproca do atleta em diversas situações (CHIMINAZZO; AZZI, 2005).

Maslach e Jackson (1984, *apud* RAEDEKE, 1997) definiram *burnout* como uma síndrome psicológica de exaustão emocional, despersonalização e reduzida realização profissional que pode ocorrer em indivíduos que trabalham com pessoas em alguma capacidade.

Conforme a literatura, a síndrome de *burnout*, que antecede o abandono, é conhecida como a síndrome de esgotamento; já o abandono a literatura o trata como *dropout*, o que seria a completa desistência da prática esportiva (RAEDEKE; LUNNEY; VENABLES, 2002).

De forma geral, toda e qualquer atividade pode vir a desencadear um processo de *burnout*, no entanto, algumas profissões têm sido apontadas como mais predisponentes por características peculiares das mesmas. As ocupações como a dos médicos, professores e treinadores cujas atividades estão dirigidas a pessoas e que envolvam contato muito próximo, preferentemente de cunho emocional, são tidas de maior risco ao *burnout* (PEREIRA, 2002).

Na área esportiva, sempre se ouviu falar em desistências de atletas ou quedas de rendimento, mas muito pouco ou quase nada se ouviu dizer a respeito dos motivos que conduziram a esse inesperado acontecimento. Antes dessa desistência o atleta se sente esgotado tanto no aspecto físico, quanto psíquico e social. A esse esgotamento da atividade em questão chamamos de síndrome de *burnout* (CHIMINAZZO; MONTAGNER, 2004).

4.2 Sintomas e dimensões

O término ou abandono do esporte pode estar relacionado com o esgotamento da motivação intrínseca do atleta ou com a ausência do trabalho de base essencial para obter resultados positivos e duradouros na idade adulta (COSTA *et al* 2010).

Conforme De Meis *et al* (2003), o *burnout* é causado por desejos e expectativas frustradas, sentimentos de controle inadequado do próprio trabalho e sentimentos de perda do sentido da vida. Dentre as principais consequências da síndrome, encontra-se a perda progressiva de idealismo, que está associada a um fraco desempenho no trabalho e ao comprometimento da saúde, incluindo-se o aparecimento de dores de cabeça, hipertensão, ansiedade e depressão.

Alguns autores relatam que, em última instância, o *burnout* pode levar ao alcoolismo, uso de drogas e deterioração de relacionamentos familiares e sociais (DE MEIS *et al*, 2003). No esporte amador essa situação pode ocorrer com mais frequência, em comparação ao futebol de alto rendimento.

De acordo com essa definição, o *burnout* é uma síndrome, ou seja, um conjunto de sintomas, e está fundamentado em três dimensões: a exaustão emocional (caracterizada por sentimentos de extrema fadiga); a despersonalização (sentimentos negativos com respeito aos clientes, sendo ilustrada por um comportamento impessoal, desligado e descuidado em relação aos mesmos) e, finalmente, a reduzida satisfação profissional (avaliações negativas sobre si mesmo, particularmente com referência à habilidade de obter sucesso no trabalho com clientes) (PIRES *et al*, 2012; RAEDEKE 1997).

A primeira reação do estresse ligado ao trabalho é a sensação de exaustão, esgotamento, sobrecarga física e mental, e dificuldades de relacionamento. As pessoas se tornam mais distantes e frias com relação ao trabalho e aos colegas, uma vez que sentem que é mais seguro ficar indiferente. Como consequência desse distanciamento, vem a ineficiência. Quando os profissionais se tornam ineficientes, perdem a confiança na própria capacidade de fazer diferença, e, à medida que perdem a autoconfiança, os outros também perdem a confiança neles (LIMA *et al*, 2007).

4.3 Instrumentos de Mensuração

O primeiro instrumento para verificar a ocorrência da síndrome de *burnout* foi o Inventário de *Burnout* de Maslach – MBI, em 1986. Até hoje, esse inventário é o mais conhecido na avaliação da síndrome de *burnout*. É constituído por três componentes básicos da síndrome de *burnout*, segundo Maslach (1993): *exaustão emocional* que é a situação em que os trabalhadores sentem quando não conseguem dar mais de si mesmos em nível afetivo, sentem falta de energia, estão no limite; a *despersonalização* quando uma resposta insensível e impessoal é dada a outras pessoas no ambiente, ocorre uma alteração de personalidade, uma mudança relacional do indivíduo e a *redução da realização pessoal no trabalho* que descreve sentimentos de incompetência e falta de sucesso na realização do trabalho com outras pessoas. Baixa autoestima, insatisfação com o serviço a realizar.

Um instrumento de identificação e mensuração da síndrome de *burnout* para o ambiente esportivo, mais especificamente para a realidade dos atletas, intitula-se “Athlete *burnout* Questionnaire” (ABQ) (RAEDEKE; SMITH, 2001), cuja tradução apropriada para a língua portuguesa significa “Questionário de Burnout para Atletas” (QBA).

A versão definitiva do ABQ contempla três dimensões ou construtos de *burnout*: reduzido senso de realização, exaustão física/emocional e desvalorização da modalidade esportiva. Tais construtos foram definidos por Raedeke (1997), ao considerá-los relevantes para o âmbito esportivo, substituindo, portanto, a despersonalização, reconhecidamente importante para o meio das profissões de ajuda, pela desvalorização (PIRES; BRANDÃO; MACHADO, 2005).

O AQB é composto por quinze itens, os quais avaliam a frequência de sentimentos relativos à síndrome. Cada item se refere a uma das três seguintes dimensões da manifestação de *Burnout* em atletas: exaustão física e emocional, reduzido senso de realização esportiva e desvalorização esportiva (PIRES *et al* 2012, RAEDEKE, 1997).

As respostas são dadas em uma escala do tipo Likert de cinco pontos, que são descritos a seguir: (1) “Quase nunca”; (2) “Raramente”; (3) “Algumas vezes”; (4) “Frequentemente”; e (5) “Quase sempre”. Os resultados são obtidos

a partir da média aritmética das respostas dadas aos cinco itens correspondentes a cada dimensão. O valor de *Burnout* total é calculado pela média aritmética de todos os quinze itens do instrumento. A interpretação dos escores é realizada com a utilização da variação de frequência de sentimentos. Isso significa que, caso um atleta obtenha uma média de 2,8 para a dimensão *desvalorização esportiva*, considera-se que esse indivíduo apresenta sentimentos relacionados a essa subescala com frequências de “raramente” a “algumas vezes” (PIRES *et al* 2012, RAEDEKE; SMITH, 2001).

O estudo de validação da versão portuguesa do (QBA) foi realizado no Brasil (PIRES, BRANDÃO; SILVA, 2006). O instrumento foi aplicado em duzentos atletas brasileiros de alto rendimento, pertencentes a modalidades esportivas coletivas e individuais. 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.

Esses achados confirmam a existência das três dimensões ou subescalas da síndrome de *Burnout*: a exaustão física e emocional, o reduzido senso de realização esportiva e a desvalorização esportiva. Dessas três dimensões, a exaustão física e emocional é responsável pela maior porcentagem de explicação da variância do instrumento (PIRES, BRANDÃO; SILVA, 2006).

4.4 Prevenção

Percebendo certa restrição por parte dos dirigentes e treinadores à abordagem da síndrome de *burnout* nas categorias de base, surgiu a seguinte pergunta: Como contribuir para ampliar a consciência dos dirigentes de futebol amador de BH, sobre o conceito de *burnout* e os recursos psicológicos e pedagógicos motivacionais que podem ser aplicados nas categorias de base, para uma melhor formação do atleta amador de BH?

A motivação é caracterizada como um processo ativo, intencional e dirigido a uma meta, o qual depende da interação de fatores pessoais (intrínsecos) e ambientais (extrínsecos). Segundo esse modelo, a motivação apresenta uma determinante energética (nível de ativação) e uma determinante direção de comportamento (intenções, interesses, motivos e metas). (SAMULSKI, 2009).

Proporcionar experiência de sucesso, dar recompensas de acordo com seu desempenho, envolver os atletas nas tomadas de decisões, variar os conteúdos e sequência de exercícios, juntamente com o processo de uso de recompensas ex; (feedback contínuos), são sugestões dos autores (Weinberg e Gould 2001), para que os participantes obtenham informações que aumentaram sua motivação intrínseca e sua percepção de competência.

A recompensa extrínseca (troféus, medalhas, dinheiro etc.) vem de outras pessoas por meios de reforços positivos ou negativos. Os defensores das recompensas extrínsecas (o bom comportamento) argumentam que pode aumentar a motivação, intensificar a aprendizagem e aumentar o desejo de participação contínua. Porém, se as recompensas forem usadas de maneira incorreta pode trazer consequências negativas. (WEINBERG; GOULD, 2001).

Coakley (1992) citado por Pires, Brandão e Machado (2005), possui uma perspectiva claramente social. O *burnout* surge como consequência de uma estrutura social que associa a identidade e a dimensão do “eu” do atleta exclusivamente à modalidade esportiva que ele pratica. Com a aquisição de novas vivências, mudando de modalidade o atleta tem a possibilidade de prevenção ou reversão do quadro de *burnout*.

Gould *et al.* (1996), Raedeke, Lunney e Venables (2002) afirmaram que os conhecimentos dos técnicos sobre a síndrome de *burnout* podem contribuir com as pesquisas acadêmicas sobre o tema. Além disso, são os técnicos as pessoas que passam a maior parte do tempo com seus atletas, o que lhes permite, quando necessário, uma intervenção direta a fim de contribuir para que o número de atletas acometidos por essa síndrome sofra uma diminuição significativa.

Cabe aos técnicos trabalhar não só na direção do combate e prevenção de problemas, mas, principalmente na promoção do desenvolvimento global e

saudável dos atletas envolvidos em atividades competitivas (CHIMINAZZO, MONTAGNER, 2009).

5 FUTEBOL

5.1 Característica Geral

Futebol é o esporte mais popular e praticado no mundo, faz parte da cultura e é uma paixão da nação brasileira e mundial. No nosso país é representado, pela sua abrangência cultural, e como diz Da Matta (1982), um eleitoral instrumento para diversos usos no cenário brasileiro. Numa partida de futebol onde em noventa minutos os jogadores são cobrados para ganhar o jogo a qualquer custo, para dar uma resposta satisfatória aos políticos e a cartolagem (indivíduos que dirigem os clubes de futebol; presidentes, diretores, conselheiros etc). Para os jogadores e o povo em geral, representa também pelo menos no imaginário, oportunidade e ascensão econômica e de alcançar um status social mais elevado, principalmente nas classes populares, que veem no esporte uma das únicas possibilidades de ascensão na vida.

5.2 Futebol Amador

O futebol amador, mais conhecido como futebol de várzea, é tradicional em Belo Horizonte. Por volta da década de 1950, existiam vários times e campos de futebol amador, os jogadores eram reconhecidos e os jogos realizados aos domingos estavam sempre com a casa cheia.

Ser jogador de futebol é o sonho de muitas crianças em nosso país. Freire (2003) cita que jogar bola (jogar futebol) tem sido a maior alegria da infância, sobretudo da infância mais pobre e masculina, dos garotos de pés descalços, das periferias, dos lugares onde sobra algum espaço.

Freire (2003) e Venioles (2004) explicam que, no tempo em que havia mais espaço e brincadeiras nas ruas, nem fazia sentido falar de Escolas de Futebol, mais popularmente conhecidas como “Escolinhas de Futebol”. Como o Brasil vem sendo vítima da urbanização descontrolada (crescimento das cidades), faltam locais para os campos de várzea (Campos de terra com terreno irregular, nos quais as crianças e os jovens do nosso país desenvolvem suas habilidades futebolísticas) onde se formaram grandes jogadores como Garrincha e Romário.

6 MÉTODO

6.1 Amostra

A amostra foi composta por 110 jogadores da categoria de base amadora de Belo Horizonte (BH). Sendo, 49 jogadores juvenis sub 17 com idade de 16 e 17 anos e 61 jogadores juniores sub 20 com idade de 18, 19, 20 anos. Foram 06 times que cederam jogadores para coleta dos dados, são eles: A Equipe A com 23 jogadores sub 17, treinam na parte da tarde 03 vezes por semana, A Equipe B com 21 jogadores sub 17 e também treinam na parte da tarde 03 vezes por semana e jogam nos domingos de manha, A Equipe C cedeu 05 jogadores sub 17, a Equipe D cedeu 40 jogadores sub 20, A Equipe E cedeu 09 jogadores sub 20, e A Equipe F cedeu 12 jogadores sub 20. Estes quatro últimos não treinam e só jogam aos domingos.

Estas Equipes (times) disputam as principais competições esportivas realizadas pela Federação Mineira de Futebol amador (FMF), Departamento Futebol Amador de Clubes (DFAC) e Secretaria Esportes de BH. A Equipe B (time) disputa o campeonato mineiro das categorias de base a nível de alto rendimento e também no nível amador (DFAC).

TABELA 1: Médias de idade, idade de inicio no futebol e tempo como federado entre as categorias de base amador BH

N= 110	Idade	Idade início	Tempo federado
Sub 17	16,50	10,15	2,60
Sub 20	19,00	10,59	3,99
Total Geral	17,75	10,37	3,29

Fonte: Equipes categoria de base futebol amador de BH que disputam as principais competições realizadas pelo Departamento de Futebol Amador da Capital (DFAC), Federação Mineira de Futebol (FMF), Associação de Garantia ao Atleta Profissional do Estado de Minas Gerais (AGAP) e Secretaria Municipal de Esporte Amador (SMAES).

6.2 Instrumento e procedimentos

Foi utilizado o questionário *burnout* para atletas (QBA) que é composto por quinze perguntas, os quais avaliam a frequência de sentimentos relativos à síndrome. Cada item se refere a uma das três seguintes dimensões da manifestação de *Burnout* em atletas: exaustão física e emocional, reduzido senso de realização esportiva e desvalorização esportiva (PIRES *et al* 2012, RAEDEKE, 1997).

Após conversa e esclarecimentos aos dirigentes do futebol amador das categorias de base de BH sobre a abordagem da pesquisa, num primeiro momento foi distribuído o questionário (QBA) para os dirigentes que preferiram levar para seus jogadores preencherem. Mas, este procedimento não teve muito sucesso, houve muitas devoluções de questionários e poucas coletas de dados. O contato direto com os jogadores no dia de jogo foi mais proveitoso, chegar bem antes do horário de jogo no campo para poder abordar os atletas para coletar os dados e tirar quaisquer dúvidas do que for preciso.

6.3 Análise dos Dados

Para o cálculo do *burnout* total e suas subescalas foi utilizada a estatística descritiva, através do cálculo das médias e variação de frequência. Os resultados atribuídos a cada subescala foram obtidos a partir da média aritmética das respostas dadas aos cinco itens correspondentes a cada dimensão de *burnout*, e a um valor de *burnout* total calculado pela média aritmética de todos os 15 itens do instrumento.

A interpretação dos escores foi desenvolvida através da utilização da variação de frequência de sentimentos. Isso significa que, caso um atleta tenha obtido uma média de 2,5 para a dimensão exaustão física e emocional, considera-se que esse indivíduo apresentou sentimentos relacionados a tal subescala com frequência de raramente a algumas vezes.

Foi utilizada a estatística descritiva para os dados gerais da amostra e o teste t de Student para amostras independentes das médias das categorias juvenil e júnior do futebol amador de BH. Foi utilizado o programa SPSS V18.0 e adotado todos os procedimentos estatísticos deste estudo sendo $p \leq 0,05$.

7 RESULTADOS E DISCUSSÃO

7.1 Caracterização dos índices de *burnout* e suas subescalas

Foi encontrado uma média geral para as subescalas ou dimensões de *burnout* no gráfico 1 que possibilita mensurar o nível de *burnout* que se encontram os atletas das categorias de base amador de BH. Para o reduzido senso de realização esportiva RSR, o valor encontrado foi de 2,54 que corresponde a um intervalo de frequência entre raramente e algumas vezes. E para esgotamento físico esportivo EFE o valor de 1.96, que corresponde a um intervalo de frequência de quase nunca e raramente. E para a desvalorização esportiva DESV. Um valor de 2,32, que corresponde a um intervalo de frequência de raramente e algumas vezes.

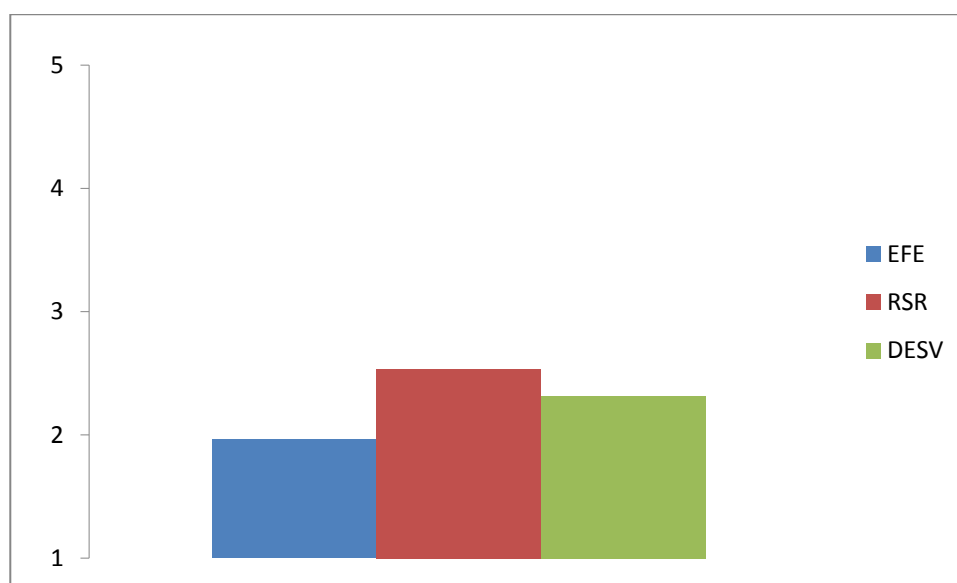


GRÁFICO 1 - Médias Gerais para as dimensões de *burnout* das categorias de base de futebol amador de BH. N= 110, sub 17 (n=49) e sub 20 (n=61).

Foi observado que os atletas das categorias de base de futebol amador de BH apresentam um maior nível de acometimento de síndrome de *burnout* com a dimensão reduzido senso de realização esportiva em relação às outras dimensões de *burnout*. Isso pode ser compreendido devido o fato de estarem inseridos num contexto esportivo (futebol amador) onde as possibilidades e oportunidades são reduzidas pela opção dos dirigentes de futebol amador em

disputar os campeonatos de base com apenas uma categoria, alegando falta de recursos financeiros.

De acordo com Pires *et al* (2010) o amadorismo e o reduzido reconhecimento social (acreditar que o esporte pode mudar a vida das pessoas) pode estar associados ao sentimento de insatisfação e falta de talento.

No gráfico 2 foi observado que para a dimensão esgotamento físico e emocional esportiva os atletas sub 17 obtiveram um valor de 1,88 que corresponde ao intervalo de frequência a quase nunca e raramente, e os atletas sub 20 um valor de 2,06 correspondendo ao intervalo de frequência raramente a algumas vezes.

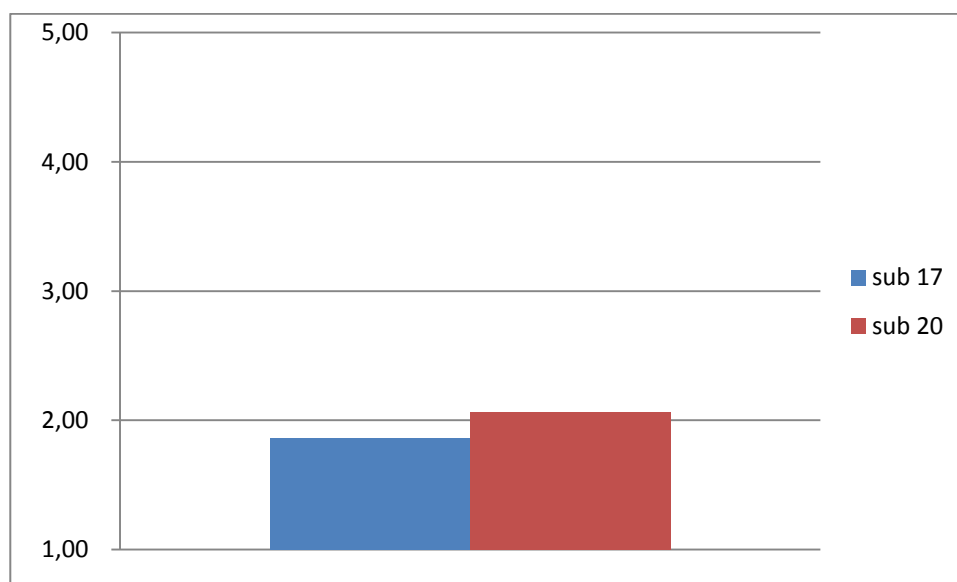


GRÁFICO 2 - Nível da dimensão **Esgotamento Físico Emocional** esportivo para as categorias sub 17 (n=49) e sub 20 (n=61) de futebol amador de BH.

A esta dimensão foi observado uma pequena diferença entre os intervalos de frequências, com índices muito baixos, isto se deve ao fato que somente dois (2) times sub 17 dos seis (6) times que corroboraram para esta pesquisa treinam (3) vezes por semana e os outros quatro (4) times não treinam para as competições, pois os atletas tem outras ocupações, não caracterizando assim, uma rotina excessiva.

O valor de p foi de 0,71 ($p < 0,05$) demonstra que não houve diferença significativa na percepção da dimensão esgotamento físico e emocional entre as categorias de base de futebol amador de BH.

No gráfico 3 observou-se que para a dimensão reduzido senso realização esportiva os atletas sub 17 obtiveram um valor de 2,46 que corresponde ao intervalo de frequência a raramente e algumas vezes e os atletas sub 20 um valor de 2,62 que também corresponde ao mesmo intervalo de frequência.

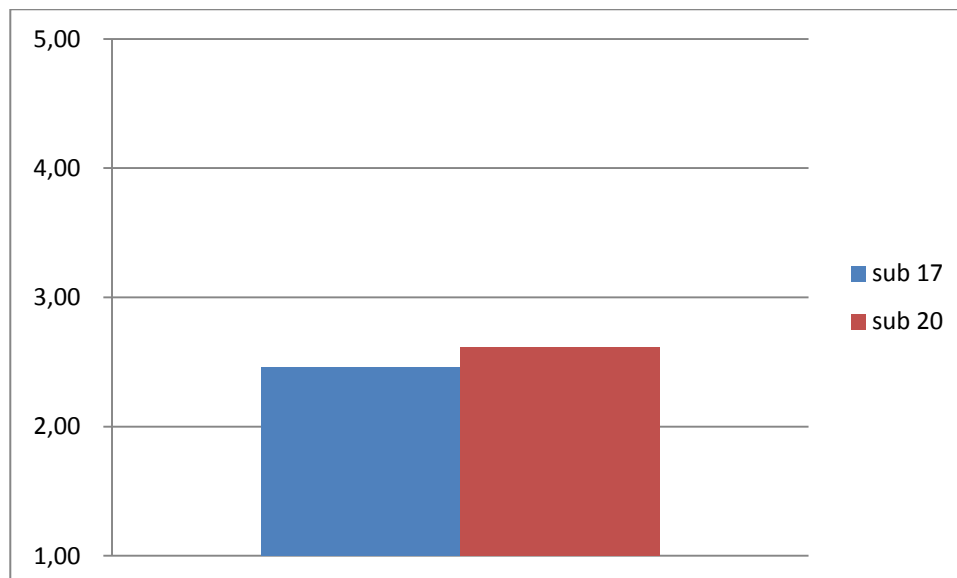


GRÁFICO 3 - Nível da dimensão **Reduzido Senso Realização** esportiva para as categorias sub 17 (n=49) e sub 20 (n=61) de futebol amador de BH.

Para esta dimensão, Reduzido Senso Realização esportiva, pode ser interpretada, em termos de insatisfação quanto à habilidade e destreza esportiva (RAEDEKE; SMITH, 2001). Exemplos dessa dimensão são a falta de progressos no desempenho atlético e percepções de falta de sucesso e falta de talento (GOULD *et al*, 1996).

Um dos fatores que também pode levar o atleta desistir do futebol do futebol amador é a escolha do técnico ou dirigente que tem influência direta na participação e desempenho dos atletas. Esta falta de oportunidades se deve ao fato do treinador pensar somente na vitória e resultado, para conquistar um campeonato a qualquer custo, não tendo a preocupação de formar o ser humano, coloca o atleta em situação de risco social. Com isso, muitos atletas chegam a questionar-se sobre seu talento e potencial.

Percebendo a dificuldade que irão ter para jogar, os atletas frustram-se e se desviam do caminho do futebol e acabam no caminho das drogas e álcool. E conseqüentemente o afastamento do esporte. E esta situação aumenta

consideravelmente os índices da dimensão Reduzido Senso Realização esportiva.

O valor de p foi de 0,59 ($p < 0,05$) apesar de estarem na mesma frequência, a categoria sub 20 apresenta um nível de frequência um pouco maior, foi demonstrado que não houve diferença significativa na percepção da dimensão Reduzido Senso Realização esportiva entre as categorias de base amador de BH.

No gráfico 4 os dados referente a dimensão desvalorização esportiva os atletas sub 17 obtiveram um valor de 2,24 que corresponde ao intervalo de frequência de raramente e algumas vezes e os atletas sub 20 um valor de 2,42 e que também corresponde ao mesmo intervalo de frequência.

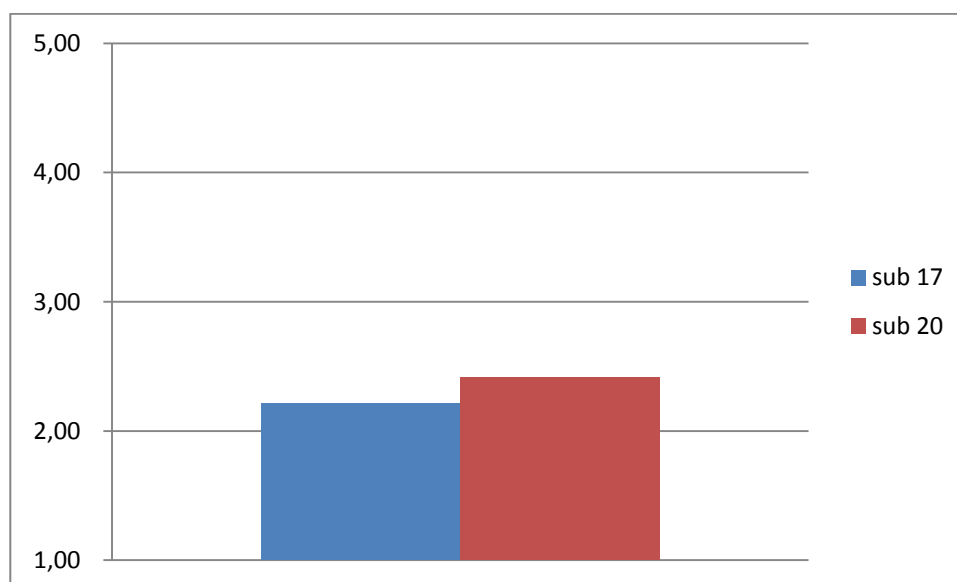


GRÁFICO 4 - Nível da dimensão **Desvalorização** esportiva para as categorias sub 17 (n=49) e sub 20 (n=61) de futebol amador de BH.

Essa dimensão se refere à despreocupação, à falta de desejo e de interesse em relação ao esporte. 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).

Talvez por não terem oportunidades concretas, os atletas se desligam dos compromissos feitos com o futebol. E também por terem outras atividades, não conseguem conciliar trabalho e futebol. Despreocupados e desmotivados

com o esporte, não encontram motivo para continuar com a prática do futebol, aumentando os índices da dimensão desvalorização esportiva.

O valor de p também foi de 0,71 ($p < 0,05$). Apesar de estar na mesma frequência, a categoria sub 20 apresenta um nível de frequência um pouco maior, não demonstrando diferença significativa na percepção da dimensão desvalorização esportiva entre as categorias de base de futebol amador de BH.

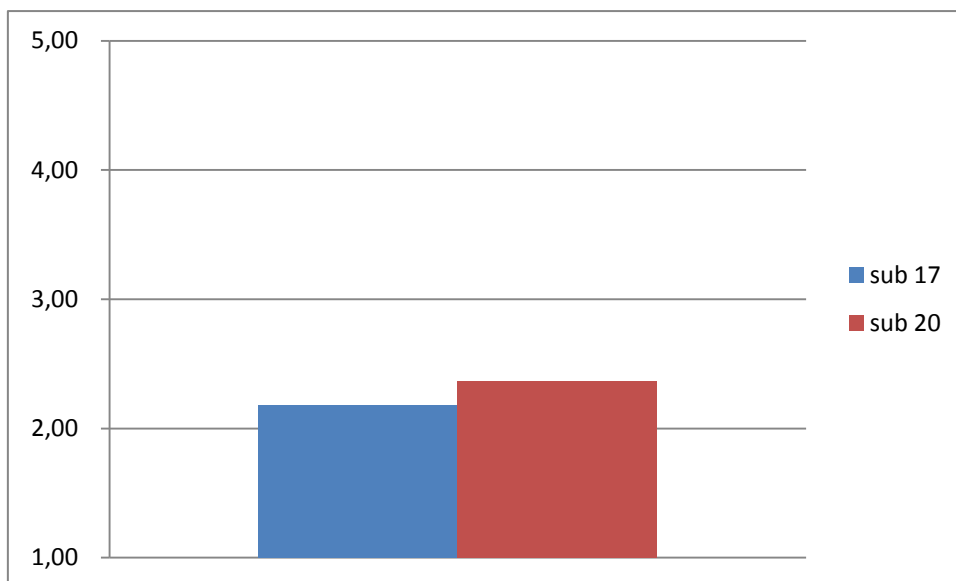


GRÁFICO 5 - Nível de *burnout* total para as categorias sub 17 (n=49) e sub 20 (n=61) de futebol amador de BH.

No gráfico 5 aparecem os dados referente a *burnout* total para as categorias de base amador de BH. O valor médio encontrado para a categoria sub 17 foi de 2,21 o que corresponde ao intervalo de frequência de raramente e algumas vezes e a categoria sub 20 um valor de 2,36 e que também corresponde ao mesmo intervalo de frequência.

A categoria sub 20 da equipe D usa (03) idades: 18, 19, e 20 anos, além de fornecer mais atletas para a pesquisa durante o período de coleta de dados, estava disputando as finais do campeonato amador DFAC, competição esta a mais relevante para a categoria de base amador de BH, e pode ter influenciado no resultado um pouco maior do que a categoria sub 17. O valor de p foi maior 0,05 ($p=0,61$) constatando que não houve diferença significativa entre as categorias de base, e a frequência da percepção da síndrome entre as categorias de base de futebol amador de BH, pode ser considerada moderada.

Na comparação entre os resultados encontrados na presente pesquisa e os dados originados da investigação de Pires, Pureza e Brandão (2006), realizada numa equipe paraense participante da Liga Nacional de Vôlei em 2005, contendo uma amostra de 12 atletas de uma seleção feminina, com média de idade de $7,92 \pm 2,39$ anos, observa-se que mesmo com uma amostra não muito grande os atletas participantes dos dois estudos apresentaram baixos escores para a síndrome de burnout e suas subescalas.

8 CONCLUSÃO

Esse estudo teve como objetivos mensurar dimensões de síndrome de *burnout* nas categorias de base do futebol amador de Belo Horizonte e comparar estatisticamente os níveis das subescalas de *burnout* entre atletas juvenis e juniores.

Conclui-se que, as categorias avaliadas sub 17 e sub 20 possuem moderados índices de burnout total e suas subescalas exaustão física e emocional, reduzido senso de realização esportiva e desvalorização esportiva. De acordo com a literatura, os sentimentos relacionados a síndrome são menos notados nos esportes coletivos, por haver uma maior divisão de tarefas e interação entre os atletas.

A categoria sub 20 apresentou uma pontuação maior em todas as dimensões de *burnout* do que a categoria sub 17. Esse resultado pode ser explicado pelo fato dessa categoria se estender por 3 anos (18, 19 e 20 anos) de idade, apresenta uma maior pressão por resultado, por ser a última competição como jogador de base. E a cobrança dos pais e treinadores para vencer, ultrapassa os limites de liderança dificultando a comunicação e interação social através do futebol. Mesmo assim, não foram encontradas diferenças significativas entre as categorias.

9 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considerando que muitas categorias de base do futebol amador BH esta inserido numa situação de risco social e econômico e num contexto esportivo de participação e lazer, que é procura promove a participação de todos e se preocupar com a acessibilidade e inclusão social. A preparação, formação e envolvimento dos dirigentes de futebol amador de BH , identificando o perfil psicológico do atleta, é importante para formar pessoas autônomas. Conquistar a confiança do atleta e proporcionar ao mesmo um “estado ótimo de stress” durante sua participação nos jogos.

O contato mais direto com os atletas durante a coleta de dados foi muito gratificante e satisfatório, por passar a conhecer mais a realidade social e econômica dos times amadores de BH. Confirmando que o esporte pode interferir positivamente na vida do atleta amador, uma resposta dada de um jogador no questionário despertou atenção, quando perguntado qual principal conquista como atleta? Ele respondeu, “ter mais saúde e interagir com meus colegas”.

Realizar trabalhos de prevenção no sentido de ampliar a visão dos dirigentes do esporte sobre o conceito da síndrome de *burnout* no futebol amador de base de BH, para que os atletas possam ter mais oportunidades para desempenhar suas funções da melhor forma possível. E Chiminzazzo (2005) ainda salienta que, a síndrome *burnout* sempre esteve presente também no contexto esportivo; porém é muito pouco explorada e a carência de estudos resultou na impossibilidade de se possuírem subsídios para se tentar amenizar a desistência de atletas em suas carreiras esportivas.

REFERÊNCIAS

COAKLEY, J. J. Burnout among adolescent athletes: a personal failure or social problem? **Sociology of Sport Journal**, Champaign, v.9, n.3, p.271-285, 1992.

COSTA, T.C. *et al.* Fases de transição da carreira esportiva: perspectiva de ex-atletas profissionais do futebol brasileiro. **Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP**, Campinas, v. 8, n. 3, p. 84-103, set./dez. 2010. ISSN: 1983-9030.

CHIMINAZZO, J. G. C.; MONTAGNER, P. C. Treinamento esportivo e burnout: reflexões teóricas. **Revista Digital EFdeportes**. Año 10, n.78, 2004.

CHIMINAZZO , J.G.C; MONTAGNER, P.C síndrome de burnout e esporte: a visão dos técnicos de tênis de campo, **Rev. da Educação Física/UEM Maringá**, v. 20, n. 2, p. 217-223, 2. trim. 2009

CHIMINAZZO, J. G. C.; AZZI, R. G. Atividades competitivas e “esgotamento” (burnout) no tênis de campo infanto-juvenil. In **Cabral editora e livraria universitária**, 2005. p. 71-84.

DA MATTA, R. Esporte na sociedade: um ensaio sobre o futebol brasileiro. In: (org.). **Universo do futebol: esporte e sociedade brasileira**. Rio de Janeiro: Pinakotheke, 1982. p.19-42.

DE MEIS, C. The Growing Competition in Brazilian Science: Rites of Passage, Stress and Burnout. **Brazilian Journal of Medical and Biological Research**, Ribeirao Preto, v. 36, p. 1135-1141, 2003.

FREIRE, J. B, **Pedagogia do futebol**. Campinas: Autores associados, 2003.

FREUDENBERG, HJ (1974). Staff Burn-out. **Jornal de Assuntos Sociais**, 30 (1), 159-165.

GOULD, G. *et al.* *Burnout* in competitive junior tennis players: III - individual differences in the *burnout* experience. **The Sports Psychologist** [S. l.], v. 11, p. 257- 276, 1996.

LIMA, F.D; BUUNK, A.P; ARAÚJO, M.B.J; CHAVES, J.G.M; MUNIZ, D.L.O; QUEIROZ, L.B. Síndrome de Burnout em residentes da universidade de Uberlândia-2004. **Rev. Bras. De educação médica**, 2007. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbem/v31n2/03.pdf>>, acesso em 08 de set de 2012.

MASLACH, C; JACKSON, S. **Maslach burnout inventory manual**. 2nd Ed. Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press, 1986.

MASLACH, C. Burnout: A multidimensionalidade perspective. Em W. B. Shaufeli, C. Maslach & T. Marek (Orgs.), **Professional burnout: Recent developments in theory and research** (pp. 19-32). Washington, DC: Taylor & Francis, 1993.

PEREIRA, A.M.T.B. **A Síndrome de Burnout**, 2002. Disponível em: <http://www.prt18.mpt.gov.br/eventos/2004/saude_mental/anais/artigos/2.pdf> Acesso em 09 de setembro de 2012.

PIRES, D.A.; BRANDÃO, M.R.F.; MACHADO, A.A Universidade São Judas Tadeu USJT Departamento de Educação Física -IB/UNESP Rio Claro. **Motriz**, Rio Claro, v.11, n.3, p.147–153, set./dez. 2005.

PIRES, D.A.; PUREZA, D.Y.; BRANDÃO, M.R.F. Níveis da síndrome de burnout em atletas de voleibol do estado do Pará. In: **congresso de ciências do esporte da região norte, 1; seminário de estudos do lazer, 2**, 2006.Macapá, AP. **Anais**. 2006. p. 210-211.

PIRES, D.A., BRANDÃO, M.R.F., & SILVA, C.B. (2006).Validação do questionário de burnout para atletas. **Revista da Educação Física**, 17 (1), 27-36.

PIRES, D.A.; MARQUES, L.E.; BRANDÃO, M.R.F. Burnout no esporte: diagnóstico e prevenção. In: BRANDÃO, M.R.F.; MACHADO, A.A. (Orgs.). **Coleção psicologia do esporte e do exercício: aspectos psicológicos do rendimento esportivo**. São Paulo: Atheneu. v. 2, p. 117-134, 2008.

PIRES, D.A Indicadores da síndrome de burnout e suas subescalas em atletas de basquete dos sexos masculino e feminino da seleção municipal de castanhal -Para **Revista Corpoconsciência, Santo André, vol. 14, n. 1, p. 35-48, jan/jun 2010**

PIRES *et al.* A Síndrome de Burnout no esporte brasileiro - **Rev. Educ. Fís/UEM**, v. 23, n. 1, p. 131-139, 1. trim. 2012

RAEDEKE, T (1997). 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.

RAEDEKE, T; SMITH, A. (2001). Development and preliminary validation of an athlete Burnout measure. **Journal of Sport and Exercise Psychology, Champaign**, v.23, n.4, p.281-306.

RAEDEKE, T.; LUNNEY, K.; VENABLES, K.; Understanding athlete burnout: coach perspectives. **Journal of Sports Behaviors**. v. 25, n. 2, p. 181-206, 2002.

SAMULSKI, D. **Psicologia do esporte: conceitos e novas perspectivas**. 2. Ed.- Barueri, SP: Manole, 2009.

VENLIOLES, F. M. **Escola de futebol**. 2. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2004.

WEINBERG, R. S.; GOULD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício** / Trad. Maria Cristina Monteiro – 2. Ed.- Porto Alegre; Artmed Editora, 2001.

ANEXOS

ANEXO 1



EEFFTO
ESCOLA DE EDUCAÇÃO
FÍSICA, FISIOTERAPIA E
TERAPIA OCUPACIONAL


Questionário de *Burnout* para Atletas (QBA) - (PIRES; BRANDÃO; SILVA, 2006)

Por favor, leia cada frase cuidadosamente e decida se você já se sentiu dessa maneira em relação à sua participação esportiva atual. A sua participação esportiva atual inclui todos os treinamentos que você completou durante essa temporada. Por favor, indique quantas vezes você tem tido esse sentimento ou pensamento nessa temporada circulando um número de 1 a 5, onde 1 significa "eu quase nunca me sinto assim" e 5 significa "eu me sinto assim a maior parte do tempo". Não há respostas certas ou erradas, então por favor, responda cada questão da forma mais honesta possível. Por gentileza, certifique-se de que tenha respondido todos os itens. Caso você tenha alguma dúvida, sinta-se à vontade para perguntar.

	Quase nunca	Rara mente	Algumas vezes	Frequente mente	Quase sempre
<u>Quantas vezes você se sente assim?</u>					
1. Eu estou realizando muitas coisas que valem a pena no esporte	1	2	3	4	5
2. Eu me sinto tão cansado dos meus treinamentos que eu tenho problemas para encontrar energia para fazer outras coisas	1	2	3	4	5
3. O esforço que eu gasto praticando esporte poderia ser mais bem gasto fazendo outras coisas	1	2	3	4	5
4. Eu me sinto extremamente cansado com a minha participação no esporte	1	2	3	4	5
5. Eu não estou alcançando muito no esporte	1	2	3	4	5
6. Eu não me preocupo tanto em relação à minha performance esportiva quanto antes	1	2	3	4	5
7. Eu não estou desempenhando todo meu potencial no esporte	1	2	3	4	5
8. Eu me sinto "destruído" pelo esporte	1	2	3	4	5
9. Eu não estou tão interessado no esporte como eu costumava estar	1	2	3	4	5
10. Eu me sinto fisicamente exausto pelo esporte	1	2	3	4	5
11. Eu me sinto menos preocupado em ser bem-sucedido no esporte do que antes	1	2	3	4	5
12. Eu estou exausto pelas demandas mentais e físicas do esporte	1	2	3	4	5
13. Parece que, não importa o que eu faça, eu não me desempenho tão bem quanto eu poderia	1	2	3	4	5
14. Eu me sinto bem-sucedido no esporte	1	2	3	4	5
15. Eu tenho sentimentos negativos em relação ao esporte	1	2	3	4	5

ANEXO 2



EEFFTO
 ESCOLA DE EDUCAÇÃO
 FÍSICA, FISIOTERAPIA E
 TERAPIA OCUPACIONAL



Ficha de identificação

- Preencha a ficha de identificação sobre sua experiência esportiva.
- Somente preencha essa ficha se você já assinou o TCLE.
- NOME: _____
- GRAU DE ESCOLARIDADE: _____
- ENDEREÇO: _____
- E-MAIL: _____

Por favor, responda as questões abaixo nos espaços em branco.

- 1. Data de nascimento: _____ / _____ / _____
- 2. Sexo: Masculino / Feminino
- 3. Com quantos anos você iniciou nesta modalidade? _____ anos.
- 4. Tempo de prática como atleta federado: _____ anos.
- 5. Qual é a sua principal conquista como atleta? _____

Assinatura do voluntário: _____

Assinatura do pesquisador responsável: _____

Local: _____

Data: _____