

MAX DOS SANTOS AFONSO

***SÍNDROME DE BURNOUT* EM ATLETAS SELECIONÁVEIS PARA A SELEÇÃO
BRASILEIRA DE HANDEBOL - CATEGORIA INFANTIL**

RIO GRANDE

2020

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE
ESCOLA DE ENFERMAGEM
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM/SAÚDE
MESTRADO EM ENFERMAGEM/SAÚDE

***SÍNDROME DE BURNOUT* EM ATLETAS SELECIONÁVEIS PARA A SELEÇÃO
BRASILEIRA DE HANDEBOL - CATEGORIA INFANTIL**

MAX DOS SANTOS AFONSO

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Enfermagem/Saúde, da Escola de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande - FURG, como requisito para obtenção do título de Mestre em Enfermagem/Saúde – Área de Concentração: Enfermagem e Saúde. Linha de Pesquisa: O Trabalho da Enfermagem/Saúde.

Orientador: Prof. Dr. Luciano Garcia Lourenção

RIO GRANDE

2020

Ficha Catalográfica

A257s Afonso, Max dos Santos.
Síndrome de *Burnout* em atletas selecionáveis para a seleção brasileira de handebol - categoria infantil / Max dos Santos Afonso. – 2020.
61 f.

Dissertação (mestrado) – Universidade Federal do Rio Grande – FURG, Programa de Pós-Graduação em Enfermagem, Rio Grande/RS, 2020.

Orientador: Dr. Luciano Garcia Lourenção.

1. Atletas 2. Esgotamento Profissional 3. Esportes Juvenis
I. Lourenção, Luciano Garcia II. Título.

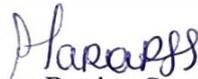
CDU 616.89:796-053.6

Catálogo na Fonte: Bibliotecário José Paulo dos Santos CRB 10/2344

FICHA DE APROVAÇÃO

SÍNDROME DE BURNOUT EM ATLETAS SELECIONÁVEIS PARA A SELEÇÃO BRASILEIRA DE HANDEBOL - CATEGORIA INFANTIL

Esta dissertação foi submetida ao processo de avaliação por uma Banca Examinadora, para a obtenção do Título de Mestre em Enfermagem, e aprovada em 16 de janeiro de 2020, atendendo às normas legais vigentes da Universidade Federal do Rio Grande (FURG) e do Programa de Pós-graduação em Enfermagem - Área de Concentração: Enfermagem e Saúde. Linha de Pesquisa: O trabalho da Enfermagem/Saúde.

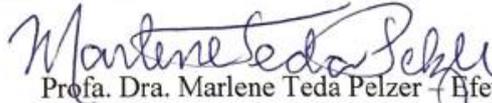


Profa. Dra. Mara Regina Santos da Silva
Coordenadora do Programa de Pós-graduação em Enfermagem
Universidade Federal do Rio Grande

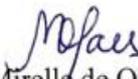
Banca Examinadora



Prof. Dr. Luciano Garcia Lourenção - Presidente
Presidente - Universidade Federal do Rio Grande (FURG)



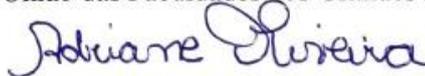
Profa. Dra. Marlene Teda Pelzer - Efetivo
Membro Efetivo - Universidade Federal do Rio Grande (FURG)



Profa. Dra. Mirelle de Oliveira Saes - Efetivo
Membro Efetivo - Universidade Federal do Rio Grande (FURG)



Profa. Dra. Natalia Sperli Geraldes Marin dos Santos Sasaki
Membro Efetivo - União das Faculdades dos Grandes Lagos (UNILAGO)



Profa. Dra. Adriane Maria Netto de Oliveira
Membro Suplente - Universidade Federal do Rio Grande (FURG)



Prof. Dr. Vagner Ferreira do Nascimento
Membro Suplente - Universidade do Estado de Mato Grosso (UNEMAT)

DEDICATÓRIA

Aos meus pais, por todo amor e educação, que me tornaram um homem digno e batalhador!

AGRADECIMENTOS

A Deus, o grande arquiteto do universo, por iluminar minha vida, guiando-me e amparando-me em todos os momentos.

Ao meu orientador e amigo, Prof. Luciano Garcia Lourenção, pelo apoio e ensinamentos, por meio dos quais me passou a segurança necessária para a realização deste trabalho. Obrigado pela paciência, disponibilidade e pela força. Desejo-lhe saúde para que continue dando oportunidades a outros colegas, na busca do conhecimento. A você, meu máximo respeito e meu carinho!

Aos membros da Banca Examinadora, Profa. Dra. Marlene Teda Pelzer, Profa. Dra. Mirelle de Oliveira Saes, Profa. Dra. Natalia Sperli Geraldes Marin dos Santos Sasaki, Profa. Dra. Adriane Maria Netto de Oliveira e Prof. Dr. Vagner Ferreira do Nascimento, pelas valiosíssimas contribuições. Obrigado por aceitarem o convite e secundar esse tema comigo!

Aos meus pais, Enilda e Afonso, por me ensinarem a ter dignidade e sempre me acompanharem com amor, procurando amenizar minhas ansiedades, mantendo-me firme diante dos obstáculos. A vocês não bastaria o meu obrigado!

À minha irmã Marla, mestre, mãe, amiga, inspiração. Obrigado pela amizade, respeito, carinho e amor existente entre nós.

À minha querida Rafaela, cuja presença trouxe luz, calor e alegria à minha vida, além do incentivo, tranquilidade e colaboração para concluir meu trabalho e chegar ao fim desta jornada. Que juntos tenhamos vários outros desafios.

À amiga e colega, Profa. Dra. Fernanda Burlani Neves, pela confiança e pelas valiosas oportunidades no processo da docência.

À colega Fisioterapeuta Mariane Morales, pela parceria e por me permitir assumir a Seleção Brasileira Infantil e gerar os dados dessa pesquisa.

À ex-aluna e amiga Fisioterapeuta Maria Andressa Ferreira de Souza, por toda ajuda na montagem e organização do projeto e execução do trabalho, e pelas palavras de incentivo e carinho.

A Confederação Brasileira de Handebol (CBHb), na pessoa do Prof. Washington Nunes, que permitiu o levantamento dos dados deste estudo e incentivou a pesquisa.

Ao Fisioterapeuta e colega Gustavo Barbosa, pela parceria e confiança nos Acampamentos para Melhoria da Técnica do Handebol, em São Bernardo do Campo, São Paulo, e aos atletas que aceitaram participar desse estudo.

*“Nenhum olho está capacitado a ver o Sol, enquanto,
de certa maneira, não for ele mesmo, um Sol”.*

(Juan Eduardo Cirlot. 1916 – 1973)

AFONSO, Max dos Santos. **Síndrome de *burnout* em atletas selecionáveis para a seleção brasileira de handebol - categoria infantil**. 61 fls. Dissertação. (Mestrado em Enfermagem/Saúde) – Programa de Pós-Graduação em Enfermagem, Universidade Federal do Rio Grande, Rio Grande, RS, Brasil, 2020.

RESUMO

São variados os motivos que levam atletas de alta performance à redução do desempenho, tanto físico quanto emocional. Treinamentos exaustivos, críticas, cobranças por parte da família, treinador, equipe, diretoria e patrocinador, fazem com que atletas desenvolvam estresse crônico, por esgotamento mental e profissional. Este estudo é vinculado ao Grupo de Estudos e Pesquisas em Epidemiologia, Gestão e Trabalho em Saúde (GEPEGeTS), da Universidade Federal do Rio Grande – FURG e teve como objetivo investigar a presença da Síndrome de *Burnout* em atletas infantis selecionáveis para a Seleção Brasileira de Handebol, pré e pós realização do Acampamento Nacional de Desenvolvimento e Melhoria Técnica. Trata-se de pesquisa quantitativa, observacional. Foram incluídos no estudo 64 atletas da categoria infantil, imersos no Acampamento Nacional de Desenvolvimento e Melhoria da Técnica de Handebol, no município de São Bernardo do Campo, São Paulo, em dezembro de 2018. Os dados foram coletados no início e no término do acampamento, utilizando um instrumento elaborado pelos autores, contendo variáveis sociodemográficas e profissionais dos atletas e o Questionário de *Burnout* para Atletas (QBA). Os dados foram tratados com estatística descritiva (frequência e percentual, média e desvio padrão) e inferencial (comparação de médias). Para a comparação dos escores médios obtidos nos construtos do QBA, na chegada e no término do acampamento, foi utilizado o Teste t. Para comparar os escores médios dos construtos do QBA com as variáveis sociodemográficas, foi utilizado o Teste t para duas médias ou ANOVA para três ou mais médias, considerando nível de significância de 95% ($p \leq 0.05$). Os resultados evidenciaram predomínio de atletas brancos (57,8%), com 14 anos (75,0%), sem atividade remunerada (79,7%), pertencentes às classes socioeconômicas C, D e E (31,2%). A maioria dos atletas era proveniente de estados da região sudeste (40,6%), sendo que 16 (25,0%) eram do estado de São Paulo; 57 (64,1%) atletas praticavam na escola e/ou em clubes das suas cidades, sem receber salário; 23 (35,9%) atletas treinavam de seis a nove horas semanais e 20 (31,3%), treinavam de 10 a 20 horas semanais. O intervalo das médias pré e pós acampamento variou de “quase nunca” a “raramente” para as subescalas Exaustão Física e Emocional e Desvalorização Esportiva, e para o *Burnout* total; e de “raramente” a “algumas vezes” para a subescala Reduzido Senso de Realização, com aumento estatisticamente significativo dos valores obtidos nos pós acampamento ($p \leq 0,001$). Concluiu-se que o Acampamento Nacional de Desenvolvimento e Melhoria Técnica, realizado anualmente pela Confederação Brasileira de Handebol é um ambiente competitivo desgastante, que favorece o desencadeamento da Síndrome de *Burnout* nos competidores e, ao término do acampamento, foram selecionados os atletas com maior capacidade de enfrentamento da pressão e das adversidades presentes neste ambiente competitivo e desgastante.

Descritores: Atletas; Esgotamento Profissional; Esportes Juvenis.

AFONSO, Max dos Santos Afonso. **Burnout syndrome in athletes selectable for Brazilian handball team – children category**. 61 pages. Dissertation. (Master in Nursing/Health) – Postgraduate Nursing Program, Federal University of Rio Grande, Rio Grande, RS, Brazil, 2020.

ABSTRACT

The reasons that lead high-performance athletes to reduce both physical and emotional performance are varied. Comprehensive training, criticism, demands on the part of the family, coach, team, board and sponsor cause athletes to develop chronic stress due to mental and professional exhaustion. This study is linked to Group of Studies and Research in Epidemiology, Management and Work in Health of the Federal University of Rio Grande, and aimed to investigate the level of Burnout Syndrome in selectable children athletes for Brazilian National Team Handball, before and after National Development and Technical Improvement Camp. It is a quantitative and observational research. The study included 64 athletes from children category, immersed in National Handball Technique Development and Improvement Camp, in city of São Bernardo do Campo, São Paulo, in December 2018. Data were collected at beginning and end of the camp, using an instrument elaborated by authors, containing sociodemographic and professional variables of athletes and Burnout Questionnaire for Athletes (BQA). Data were treated with descriptive statistics (frequency and percentage, mean and standard deviation) and inferential statistics (comparison of means). To compare the average scores obtained in BQA constructs, at the arrival and at end of the camp, t-test was used. To compare mean scores of BQA constructs with sociodemographic variables, we used the t-test for two means or ANOVA for three or more means, considering significance level of 95% ($p \leq 0.05$). The results showed predominance of white athletes (57.8%), 14 years old (75.0%), without paid activity (79.7%), belonging to socioeconomic classes C, D and E (31.2%). Most athletes came from southeastern states (40.6%), and 16 (25.0%) were from state of São Paulo; 57 (64.1%) athletes practiced at school and / or in clubs in their cities, without receiving salary; 23 (35.9%) athletes trained from six to nine hours per week and 20 (31.3%) trained from 10 to 20 hours per week. The range of pre and post camp averages ranged from “almost never” to “rarely” for Physical and Emotional Exhaustion and Sports Devaluation subscales, and for general Burnout; and from “rarely” to “sometimes” for Reduced Sense of Achievement subscale, with a statistically significant increase in post-camp values ($p \leq 0.001$). It was concluded that National Camp of Development and Technical Improvement, held annually by Brazilian Handball Confederation is a stressful competitive environment, which favors the onset of Burnout Syndrome in competitors and, at the end of the camp, the athletes with the highest ability to cope with pressure and adversity in this competitive and stressful environment.

Descriptors: Athletes; Burnout, Professional; Youth Sports.

AFONSO, Max dos Santos. **Síndrome de Burnout en atletas seleccionables para el equipo brasileño de balonmano – categoría infantil**. 61 páginas. Disertación (Máster en Enfermería/Salud) – Programa de Posgrado en Enfermería, Universidad Federal de Río Grande, Río Grande, RS, Brasil, 2020.

RESUMEN

Las razones que llevan a los atletas de alto rendimiento a reducir tanto el rendimiento físico como el emocional son variadas. El entrenamiento integral, las críticas, las demandas de la familia, el entrenador, el equipo, la junta y el patrocinador hacen que los atletas desarrollen estrés crónico debido al agotamiento mental y profesional. Este estudio está vinculado al Grupo de Estudios e Investigación en Epidemiología, Gestión y Trabajo en Salud de la Universidad Federal de Río Grande y tiene como objetivo investigar la presencia del Síndrome de Burnout en niños atletas seleccionables para el Equipo Nacional de Balonmano del Brasil, antes y después del Campamento Nacional de Desarrollo y Mejora Técnica. Es una investigación cuantitativa, observacional. El estudio incluyó a 64 atletas de la categoría de niños, inmersos en el Campamento Nacional de Desarrollo y Mejora de la Técnica del Balonmano, en la ciudad de São Bernardo do Campo, São Paulo, en diciembre de 2018. Los datos se recopilaron al principio y al final del campamento, utilizando un instrumento elaborado por los autores, que contiene variables sociodemográficas y profesionales de los atletas y el Burnout Questionnaire for Athletes (BQA). Los datos se trataron con estadísticas descriptivas (frecuencia y porcentaje, media y desviación estándar) y estadísticas inferenciales (comparación de medias). Para comparar los puntajes promedio obtenidos en las construcciones de BQA, al llegar y al final del campamento, se utilizó el teste t. Para comparar las puntuaciones medias de los constructos BQA con las variables sociodemográficas, utilizamos el teste t para dos medias y ANOVA para tres o más medias, considerando un nivel de significación del 95% ($p \leq 0.05$). Los resultados mostraron un predominio de atletas blancos (57.8%), 14 años (75.0%), sin actividad remunerada (79.7%), pertenecientes a las clases socioeconómicas C, D y E (31.2%). La mayoría de los atletas provenían de estados del sureste (40.6%), y 16 (25.0%) eran del estado de São Paulo; 57 (64.1%) atletas practicaron en la escuela y / o en clubes en sus ciudades, sin recibir un salario; 23 atletas (35.9%) entrenaron de seis a nueve horas por semana y 20 (31.3%) entrenaron de 10 a 20 horas por semana. El rango de promedios previos y posteriores al campamento varió de "casi nunca" a "rara vez" para las subescalas de agotamiento físico y emocional y devaluación deportiva, y para el agotamiento general; y de "rara vez" a "a veces" para la subescala de Sentido de logro reducido, con un aumento estadísticamente significativo en los valores posteriores al campamento ($p \leq 0.001$). Se concluyó que el Campamento Nacional de Desarrollo y Mejoramiento Técnico, realizado anualmente por la Confederación Brasileña de Balonmano, es un ambiente competitivo estresante, que favorece el inicio del Síndrome de Burnout en los competidores y, al final del campamento fueron seleccionados los atletas con el mayor capacidad para hacer frente a la presión y la adversidad en este entorno competitivo y estresante.

Descriptorios: Atletas; Agotamiento Profesional; Deportes Juveniles.

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

ABQ - *Athlete Burnout Questionnaire*

CAAE - Certificado de apresentação para Apreciação Ética

CBHb - Confederação Brasileira de Handebol

CEP - Comitê de Ética em Pesquisa

CID-10 - Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde

CNS - Conselho Nacional de Saúde

FAMERP - Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto

FURG - Universidade Federal do Rio Grande

GEPEGeTS - Grupo de Estudos e Pesquisas em Epidemiologia, Gestão e Trabalho em Saúde

IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística

QBA - Questionário de *Burnout* para Atletas

TALE - Termo de Assentimento Livre e Esclarecido

TCLE - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

UNICEF - Fundo das Nações Unidas para a Infância

LISTA DE FIGURAS E TABELAS

Figura 1	Prováveis causas e consequências do processo de <i>burnout</i> em atletas jovens	22
Tabela 1	Características sociodemográficas e profissionais dos atletas selecionáveis para a seleção brasileira de handebol - categoria infantil	32
Tabela 2	Distribuição das médias pré e pós acampamento obtidas pelos atletas, segundo as subescalas do QBA e o <i>burnout</i> total	35
Tabela 3	Distribuição das médias das subescalas do QBA e do <i>burnout</i> total, segundo variáveis sociodemográficas e profissionais dos atletas	36
Tabela 4	Distribuição das médias obtidas pelos atletas selecionados e não selecionados para a seleção brasileira de handebol, segundo as subescalas do QBA e <i>burnout</i> total	37

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	12
2 OBJETIVOS	15
2.1 Objetivo Geral	15
2.2 Objetivos Específicos	15
3 HIPÓTESE	16
3 REVISÃO DA LITERATURA	16
4.1 Estresse e <i>Burnout</i>	16
4.2 A Síndrome de <i>Burnout</i> e os Atletas	20
4.3 Handebol e a Síndrome de <i>Burnout</i>	24
5 CASUÍSTICA E MÉTODO	27
5.1 Tipo de Estudo	27
5.2 População e Local do Estudo	27
5.3 Instrumentos de Coleta dos Dados	28
5.4 Procedimento de Coleta de Dados	30
5.5 Procedimento de Análise dos Dados	30
5.6 Questões Éticas	31
6 RESULTADOS	32
7 DISCUSSÃO	38
8 CONCLUSÃO	43
REFERÊNCIAS	44
APÊNDICES	55
Apêndice I: Termo de Consentimento Livre e Esclarecido	55
Apêndice II: Termo de Assentimento Livre e Esclarecido	56
Apêndice III: Questionário Sociodemográfico e Profissional	57
ANEXOS	58
Anexo I: Questionário de <i>Burnout</i> para Atletas	58
Anexo II: Parecer Consubstanciado do CEP	59

1 INTRODUÇÃO

Evidências recentes sugerem que o esporte competitivo pode contribuir para problemas de saúde mental (BAUMANN, 2016) e que os atletas têm fatores de risco específicos para problemas de saúde mental (DONOHUE, 2007). As intensas demandas mentais e físicas impostas aos atletas são um aspecto único de uma carreira esportiva e podem aumentar sua suscetibilidade a certos problemas de saúde mental e comportamentos de risco. (HUGHES; LEAVEY, 2012).

Lantz e Schroeder (1999), afirmam que é esperado que os atletas sejam duros, agressivos, dominantes e bem-sucedidos nas competições, assim como a maioria dos outros aspectos de suas vidas. Contudo, Bettega et al. (2015) relatam que a iniciação esportiva nas primeiras idades deve ser compreendida como o momento do ensino, vivência e aprendizagem do esporte, respeitando as características da infância, com modalidades esportivas adequadas ou adaptadas aos processos de desenvolvimento físico, mental, emocional e social.

Todavia, o esgotamento mental entre atletas de elite infanto-juvenis como consequência do elevado grau de estresse no esporte de alta performance, tornou-se uma preocupação após o surgimento de debates sobre relatos e experiências preocupantes vivenciadas por alguns profissionais de saúde. Nesse cenário, a população infantil no meio esportivo, na qual a idade transita entre 12 a 14 anos, também fica sujeita a condições de alta carga de estresse atrelada a competições. Vale ressaltar que, quando o atleta se destaca na sua modalidade esportiva, ele desperta interesse dos clubes/equipes e também das seleções nacionais, aumentando as expectativas não só do atleta, mas também de familiares, amigos e treinadores (CORREA et al., 2002).

O ambiente esportivo é altamente competitivo e isto, de fato, torna os atletas competidores natos, porém, os expõe a uma sobrecarga física, emocional e mental, devido a busca incessante da vitória e do sucesso. Gustafsson, Madigan e Lundkvist (2016) argumentam que, durante as competições e treinamentos, os atletas são avaliados continuamente, o que pode ser muito estressante, especialmente se o atleta ou a equipe não tiver o desempenho esperado.

Nesse contexto, quando um atleta de elite abandona seu esporte devido ao esgotamento físico, mental ou emocional, percebe-se um choque gigantesco no desenvolvimento de talentos, pois outros atletas poderão experimentar o mesmo sofrimento. Assim, investigações acerca da ligação entre o *burnout* e abandono do esporte são

consideradas importantes para o entendimento do impacto do desgaste físico e emocional, no desenvolvimento individual e na perda de talentos (ISOARD-GAUTHEUR; GUILLET-DESCAS; GUSTAFSSON, 2016).

Relatos da mídia expõem que, quando os atletas não atingem o desempenho desejado, seja física ou psicologicamente, ocorrem frustrações e impactos emocionais que, provavelmente aumentam o nível de estresse (NIXDORF, 2018). O estresse crônico na infância e/ou na adolescência, pode acarretar problemas quando adultos, como, a depressão, transtornos de ansiedade, baixa-autoestima e maior risco para o suicídio. Atletas deprimidos estão sob grande pressão para manter uma certa imagem (DOHERTY; HANNIGAN; CAMPBELL, 2016), causando algum tipo de frustração e/ou agravando o caso clínico. Se o estresse no ambiente esportivo for duradouro, pode se transformar em esgotamento (TOROS, 2018) que, traduzido para o idioma inglês significa “*burnout*”.

No entanto, devido à natureza complexa do constructo, não existe uma definição aceita consensualmente para o *burnout* em esportes. Embora haja explicações de que o *burnout* ocorre como consequência do estresse crônico e faz com que um jovem atleta pare de participar de uma atividade desportiva anteriormente agradável, a literatura tem buscado priorizar a identificação dos sintomas e condições que acompanham esta patologia, suas correlações com as características pessoais do atleta e as condições ambientais que envolvem a prática esportiva (GUEDES; SOUZA, 2015; DIFIORI et al., 2014)

Rotella, Hanson e Coop (1991) descreveram a *Síndrome de Burnout* como uma condição psicológica, emocional, tendo como resultado o estresse crônico, levando a diminuição da prática de atividades do cotidiano, como a prática de esportes. Henschen (1986) definiu *burnout* como “um estado de exaustão mental, emocional e físico provocado pela devoção persistente para um objetivo, cuja conquista é drasticamente oposta à realidade”. Já Maslach, Shaufeli e Leiter (2001) definem que *burnout* é “uma construção tridimensional incluindo exaustão, cinismo ou despersonalização e ineficácia ou redução da realização pessoal”, mais precisamente exaustão envolve sentimento de tensão e fadiga crônica.

O cinismo consiste em uma atitude de indiferença ou distanciamento em relação as atividades, perdendo o interesse ou vendo como algo sem significado, e a falta de eficácia refere-se ao sentimento de incapacidade profissional (WALBURG, 2014). No entanto, uma estratégia comum nos esportes de elite é ignorar problemas clinicamente relevantes em atletas (NIXDORF, 2018).

Se, por um lado, atletas satisfeitos, empolgados e envolvidos com a modalidade esportiva tendem a encarar sua atividade como desafiadora, apresentando energia, disposição e motivação, por outro lado, ao se frustrarem psicologicamente, apresentam esgotamento, desânimo e falta de motivação, que podem gerar perda de recursos energéticos e afetar o gestual esportivo, culminando com o desenvolvimento de patologias associadas ao esgotamento mental. E anualmente, milhares de atletas se afastam dos esportes, grande parte motivada pelo desinteresse, porém a causa mais significativa para o afastamento dos atletas é o estresse causado pela pressão intensa (ROTELLA; HANSON; COOP, 1991; RÊ; JUNIOR; BÖHME, 2008).

Embora o esporte juvenil não pareça ser causador de estresse, um grande número de jovens atletas sofre níveis consideráveis de estresse, resultante da participação no esporte (SMITH; SMOLL, 1982), que leva ao desinteresse, e, como consequência, o abandono do esporte. Nesse contexto, a literatura sobre o abandono esportivo têm mostrado consistentemente que a principal causa são os baixos níveis de autoestima dos atletas, decorrentes da sobrecarga e do desgaste físico e emocional (BALISH et al., 2014).

Portanto, analisar o esgotamento mental no contexto esportivo é imprescindível para melhorar a qualidade de vida e o rendimento dos atletas, e, nesse sentido, explorar a Síndrome de *burnout* em atletas infantis mostra-se relevante, uma vez que favorece o planejamento de ações de prevenção e promoção da saúde na base esportiva.

Diante disso, propõe-se a seguinte **questão de pesquisa**: *Qual o nível de esgotamento mental em atletas infantis selecionáveis para a Seleção Brasileira de Handebol, pré e pós Acampamento Nacional de Desenvolvimento e Melhoria Técnica?*

Para responder à questão de pesquisa elaborou-se os seguintes objetivos:

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivo Geral:

Investigar o nível de *Burnout* em atletas infantis selecionáveis para a Seleção Brasileira de Handebol, pré e pós realização do Acampamento Nacional de Desenvolvimento e Melhoria Técnica.

2.2 Objetivos Específicos:

- Verificar os níveis de *Burnout* nos atletas infantis selecionáveis para a Seleção Brasileira de Handebol no momento da chegada e ao término do Acampamento Nacional de Desenvolvimento e Melhoria Técnica;
- Comparar os níveis de *Burnout* obtidos pelos atletas nas subescalas do Questionário de Burnout para Atletas (QBA) com as variáveis sociodemográficas e profissionais;
- Comparar os níveis de Burnout entre os atletas selecionados e os não selecionados para a seleção brasileira infantil de handebol masculino.

3 HIPÓTESE

O Acampamento Nacional de Desenvolvimento e Melhoria Técnica, realizado anualmente pela Confederação Brasileira de Handebol (CBHb), com o objetivo de selecionar atletas para a equipe brasileira infantil masculina de handebol é um ambiente competitivo e desgastante, que favorece o desencadeamento da Síndrome de *Burnout* nos competidores.

4 REVISÃO DA LITERATURA

Na revisão de literatura são abordados aspectos relativos aos atletas que experimentam/experimentaram a *Síndrome de Burnout*. Dentre os assuntos elencados encontram-se: 4.1 Estresse e Esporte; 4.2 A *Síndrome de Burnout* e os atletas; 4.3 Handebol e *Síndrome de Burnout*.

4.1 Estresse e Esporte

Estresse é uma palavra derivada do latim *stringere*, que significa tração apertada, ou também definido como "espremer" (TANURE et al., 2014). Logo, aquele indivíduo que experimenta o estresse sente-se, de fato, espremido. O termo *estresse* surge como uma situação dos tempos modernos e por conta disso, é considerado como a doença do século XXI junto à depressão, e vem sendo estudado no meio acadêmico, com maior atenção nos últimos anos. (SANTOS, 2015). O termo estresse vem sendo utilizado por diferentes áreas do conhecimento e com significados diversos (SEABRA, 2008; SERRA, 2011).

Estresse consiste no desequilíbrio substancial entre as demandas físicas e psicológicas que pesam sob uma pessoa e a sua capacidade de resposta, em condições nas quais a incapacidade de satisfazer essas demandas geram consequências importantes (WEINBERG; GOULD, 2017). Trata-se de uma resposta do organismo a situações de esforço e desgaste, que gera pressão ou sensação de ameaça na pessoa. Essa resposta, que pode ser física ou emocional, desencadeia inúmeras reações químicas e fisiológicas no organismo (VERARDI et al., 2014).

Os índices mundiais de estresse vêm trazendo preocupações incessantes. Variadas organizações mundiais estão dialogando sobre métodos de prevenção, de modo a minimizá-las. Entre os diversos aspectos psicológicos existentes no ambiente de competições esportivas infantis, o estresse é um dos mais fortes e motivo de críticas negativas de estudiosos que são desfavoráveis às competições nessa faixa etária (RÊ; JUNIOR; BÖHME, 2008).

No ambiente esportivo os altos níveis de estresse podem provocar queda no desempenho, devido à falta de tempo necessário para reorganização e recuperação das estruturas e reposição das energias e novos estímulos, mais fortes, acima do que o atleta consegue suportar (WEINBERG; GOULD, 2008). Rose Jr (2001), afirma que o esporte é

uma fonte geradora de estresse em consequência de fatores fisiológicos, biomecânicos e psicológicos que exercem um papel fundamental no desempenho esportivo.

O esporte de competição visa resultados satisfatórios e a performance dos atletas, tendo como base uma busca contínua por rendimentos de excelência, medalhas e troféus, sem dar a devida atenção às circunstâncias que o envolvem, como o desgaste físico e mental dos competidores. No cenário atual, os esportes competitivos se destacam como caminho para alcançar melhores condições de vida ou para chegar ao sucesso, dentro da modalidade esportiva (BARCZA-RENNER et al., 2016).

Assim como qualquer trabalhador, os atletas estão vulneráveis ao estresse, ao cansaço e às doenças relacionados ao ofício, porém com maior sobrecarga, pois além da preservação do emprego e da cobrança do treinador, há a cobrança do torcedor, que lhe atribui maior responsabilidade pelo bom desempenho (PIRES; SOUZA; CRUZ, 2011).

Entre as técnicas de treinamento que levam ao aumento do desempenho esportivo, destacam-se as áreas da fisiologia do exercício, treinamento físico e preparação técnica tática. No entanto, para que a preparação do atleta ocorra de forma adequada e global, as condições psicológicas relacionadas ao esporte devem receber a mesma atenção que o preparo físico, caso contrário, os atletas poderão sofrer desgastes emocionais e desenvolver problemas de saúde mental, como mostra a literatura (PIRES; SOUZA; CRUZ, 2011).

Nesse contexto, Rose Jr (2001) estudou estresse em adolescentes esportistas de basquetebol, futebol, natação e tênis, verificando que as meninas apresentam níveis de estresse significativamente maiores que os meninos. Da mesma forma, Ivarsson (2008) identificou ansiedade, falta de confiança, estratégias pouco efetivas de enfrentamento para o estresse, como importantes fatores que aumentam a vulnerabilidade para lesões em jogadores de futebol profissional.

Ainda, estudo com jogadores de basquetebol profissional mostrou que as fontes de estresse para esses atletas eram provenientes dos mais variados aspectos envolvidos na prática competitiva, como viagens, questões financeiras, pessoais, participação em esporte coletivo e de relacionamento interpessoal (MARQUES; ROSADO, 2005). Nesse panorama, Cresswell e Eklund (2005) afirmam que jogadores com maior experiência e maior número de vitórias relatam mais estresse e exaustão. Em contrapartida, de acordo com os autores, atletas da categoria de base de esportes coletivos, evidenciam senso de realização esportiva reduzido, associado a distúrbios do humor e desejo de interromper a prática da modalidade.

Lee, Kang e Kim (2017) avaliaram 332 jovens atletas de elite e constataram que os altos níveis de estresse apresentaram forte correlação com o *burnout*. Já Isoard-Gauthier,

Guillet-Descas e Gustafsson (2016), avaliando 459 atletas juniores de elite, descobriram que os atletas com altos níveis de estresse tiveram maior chance de abandonar o esporte.

Destaca-se, ainda, que as consequências que o estresse esportivo ocasiona atingem níveis individual e coletivo. No individual, há destaque para queda de rendimento e eficiência, explosão emocional, nível aumentado de tensão e sentimento de frustração. No nível coletivo há consequências como comportamento hostil, discussões com equipe/*staff* e altos níveis de insegurança.

No caso do handebol, o atleta deve ser capaz de tomar decisões singulares durante o jogo, que ajudarão ou não a equipe. Portanto, deve estar atento, focado e à disposição em diferentes setores da quadra. Essa perspicácia o diferencia no time, trazendo responsabilidades que, em muitos momentos, o torna sobrecarregado. A sobrecarga constante pode tornar-se um estressor crônico, levando a estafa mental.

Todavia, o estressor pode ser percebido pelo atleta como um “*start*” mental negativo, classificado em fator estressor de disputa e fator estressor estrutural. Os estressores de disputa tornam os atletas rivalizados, não somente com adversários e oponentes, mas com atletas da própria equipe e até consigo mesmo, tornando-os agressivos e descompensados. Os estressores estruturais evocam os fatores ecológicos, como pressão advinda da torcida concorrente, duras provocações dos desafiantes e imposição demasiadamente rígida do treinador. Moen et al. (2019) afirmam que as relações disfuncionais entre treinadores e atletas, e entre atletas e membros da equipe são consideradas importantes estressores para os atletas. Portanto, é válido ressaltar que atletas que almejam carreiras de sucesso, devem buscar estabilidade emocional e saber lidar com os diversos agentes estressores presentes no ambiente de competição.

Dessa forma, o estresse causado pelas competições esportivas é um fator importante no desempenho do atleta, uma vez que as altas demandas nos treinos e a competitividade são agentes estressores. Contudo, dentro do contexto esportivo surgem outras situações desgastantes, como a expectativa do atleta em relação ao seu desempenho e a pressão de terceiros nas competições. Vivenciar longos períodos de estresse pode trazer consequências graves, que levam a uma adaptação negativa da situação, causando o desenvolvimento da Síndrome de *Burnout* (RODRIGUES, 2018).

4.2 A Síndrome de *Burnout* e os Atletas

O esgotamento dos atletas traz uma grande preocupação na área esportiva pois, conforme destacam Gustafsson et al. (2007), quando os atletas de elite abandonam o esporte, há um impacto negativo no sistema de desenvolvimentos de talentos, porque atletas talentosos foram perdidos. Percebe-se que, tornar-se um atleta de elite requer total comprometimento, visto que necessitam anos de treinamento intenso (ISOARD-GAUTHEUR; GUILLET-DESCAS; GUSTAFSSON, 2016).

O primeiro autor a descrever e conceituar a Síndrome de *Burnout* foi Freudenberg, em 1974 (GARCÍA UCHA, 2000; SOUZA; SILVA, 2002). Este pesquisador definiu o *burnout* como um estado de fadiga e exaustão, ou perda de energia física e mental, resultante de aspirações exageradas em alcançar objetivos não realistas, traçados pelo indivíduo ou por valores da sociedade (FEJGIN; TALMOR; ERLICH, 2005). Quarenta e cinco anos depois, a síndrome se tornou um tema popular nos mais variados contextos sociais, inclusive entre atletas, treinadores e comissões técnicas na área esportiva (FRANCISCO et al., 2016).

É um problema relevante, especialmente quando acomete atletas adolescentes, pois muitos deles buscam na atividade física ou esportiva um recurso para o fortalecimento de sua identidade, tentando delimitar sua personalidade, e a convivência em grupo. Contudo, a estrutura competitiva do esporte, seja no nível amador ou profissional, ao invés de prazerosa, torna-se geradora de estresse que, quando cronifica, acarreta a Síndrome de *Burnout* (BECKER DA SILVA; ENUMO; AFONSO, 2016).

O transtorno está descrito no Grupo V da CID-10 (Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde) e sua principal característica é o estado de tensão emocional e estresse crônicos, provocado por condições de trabalho físicas, emocionais e mentais desgastantes. O *Burnout* se manifesta principalmente em pessoas cuja profissão exige envolvimento interpessoal direto e intenso. A pessoa acometida por esta síndrome tem um desgaste físico e emocional elevado, apresentando um comportamento hostil e apreensivo (TABOSA; CORDEIRO, 2018).

O termo pode ser caracterizado como um estado elevado de estresse devido a atividades laborais desgastantes no sentido físico, psíquico e emocional. Essa condição, nas modalidades desportivas refere-se ao alto grau de cobranças que o staff/família/patrocinador oferta para o atleta, além de treinos e competições/campeonatos extenuantes, levando-o à estafa mental.

Nos atletas, o *burnout* é definido como uma síndrome composta por três fatores: exaustão física e emocional, entendimento modesto de realização e desvalorização do esporte. (GUSTAFSSON et al., 2018).

Rodrigues (2018, p. 9) explica que:

Essa exaustão profissional em atletas apresenta três importantes aspectos: o “relato de esgotamento emocional e físico” decorrente das demandas excessivas impostas por treinos e competições; “reduzido senso de autorrealização”, com a percepção de que os objetivos são inatingíveis e a “desvalorização e desinteresse pelo esporte”.

Raedeke e Smith (2009) destacam que, desde os primeiros relatos relacionados à síndrome no contexto do esporte, existe concordância unânime de que *burnout* é uma reação frente à sobrecarga de estresse, em que a exaustão é resultado de demandas crônicas enfrentadas pelo atleta. Ainda, a exaustão física/emocional é o componente mais aceito na identificação do *burnout*.

A exaustão física e emocional está associada às altas demandas nos treinos e nas competições. Essas demandas impostas à rotina do atleta prejudicam o bem-estar físico, social e psicológico, tendo como consequências estresse, ansiedade e angústia, além do cansaço físico (PIRES; SOUZA; CRUZ, 2011). Gustafsson, Hancock e Côté (2014), afirmam que *burnout* em atletas está associado em muitos resultados negativos, incluindo diminuição da motivação, desempenho inferior, e, conseqüentemente, abandono do esporte. Chiminazzo e Montagner (2009) corroboram pontuando que, na maioria dos casos, o atleta não percebe que está esgotado física e psicologicamente, muito embora os sintomas se destaquem e interfiram na prática esportiva, levando ao descaso do esporte.

Para Rodrigues (2018, p. 9):

a síndrome de *burnout* está associada à percepção de que os recursos pessoais são insuficientes ou inadequados para enfrentar o estresse. Como decorrência, o indivíduo desenvolve condutas, atitudes e sentimentos negativos, que acarretam problemas associados à exaustão física e emocional no ambiente de trabalho.

Nesse contexto de altas demandas e pressões a que os atletas de alto rendimento são submetidos, o interesse por estudar e entender a Síndrome de *Burnout* tem crescido nos últimos anos e torna-se, cada vez mais, fator relevante para preservar a saúde dos atletas (GUSTAFSSON et al., 2018).

Pires, Brandão e Silva (2006) esclarecem que o *burnout* em atletas é decorrente da incompatibilidade dos planos e metas iniciais dos mesmos na modalidade esportiva com as demandas crônicas de cunho sócio-psico-físico do próprio esporte.

Guedes e Souza (2015) descrevem as causas e consequências do processo de *burnout* em atletas jovens e mostram que, embora a síndrome tenha sido analisada por muito tempo sob a visão exclusiva do estresse, ela envolve fatores de diferentes ordens, como preocupações físicas, logísticas, motivacionais, sociais e psicológicas. Sua gravidade varia de acordo com a intensidade do desequilíbrio observado, podendo levar a comprometimentos físicos e psicológicos, que afetarão o desempenho dos atletas (Figura 1).

CAUSAS E CONSEQUÊNCIAS DE <i>BURNOUT</i> EM ATLETAS JOVENS		
Causas (Interação entre características pessoais e fatores situacionais)		
Preocupações Físicas Lesões Treinamento excessivo Cansaço acumulado Menor disposição para treino Desempenho errático	Preocupações Logísticas Rotinas de treinos e competições Pouco tempo para amigos e lazer	Preocupações Motivacionais Querer outros esportes Ficar saturado do esporte Não ter motivação para o esporte
Preocupações Sociais ou Interpessoais Insatisfação com a vida social Influência negativa dos pais Competir com irmãos pela atenção dos pais Atmosfera de equipe negativa Ser desconsiderado por técnicos e colegas de equipe Expectativas não cumpridas	Preocupações Psicológicas Ênfase excessiva em posição Dificuldade de melhora Falta de talento Ausência de satisfação Pressão por resultados ou para manter alguma vantagem Falta de apoio de familiares e amigos	
Consequências (físicas e psicológicas)		
Psicológicas Fadiga crônica Exaustão física e psicológica Humor deprimido Sentimentos de desamparo Perda de motivação Afasta-se de amigos e colegas	Fisiológicas Desgaste de recursos energéticos Risco de doenças cardiovasculares Imunidade diminuída Inflamações crônicas	

Figura 1. Prováveis causas e consequências do processo de *burnout* em atletas jovens.

Fonte: Guedes e Souza, 2015.

Em estudos que utilizaram o *Athlete Burnout Questionnaire* (ABQ), instrumento que verifica a percepção de atletas sobre o desempenho esportivo e a realização profissional, os atletas apresentaram escores entre 2,09 e 2,43 para a dimensão Reduzido Senso de Realização Desportiva; 2,28 e 2,57 para a dimensão Exaustão Física e Emocional; e entre 1,66 e 2,16 para a dimensão Desvalorização Desportiva, evidenciando a presença de comprometimento físico e psicológico, principalmente na dimensão Desvalorização

Esportiva (CRESSWELL; EKLUND, 2005; GUSTAFSSON et al., 2008; APPLETON; HALL; HILL, 2009).

Estudo desenvolvido por Gustafsson et al. (2007), com 217 atletas jovens de modalidades esportivas de cunho coletivo e individuais, utilizando o Questionário de *Burnout* para Atletas (QBA), aponta que quase 11% dos atletas individuais referiram exaustão emocional e física, e relataram alto nível de sintomas de *burnout*, superando os 4,6% observados entre atletas de esportes coletivos. De Francisco, Garcés de Los Fayos e Arce (2014) avaliaram 442 atletas de diferentes modalidades e constataram que cerca de 55% dos atletas apresentaram baixo risco de esgotamento, 28,7% risco moderado e 12,7% risco alto de manifestar a síndrome de *burnout*.

Bemfica et al. (2013) avaliaram os índices da síndrome de *burnout* e das dimensões exaustão física e emocional, desvalorização esportiva e reduzido senso de realização esportiva, em atletas masculinos de futebol profissional, em dois momentos da temporada competitiva. Os resultados trouxeram que os atletas avaliados mantiveram uma frequência baixa e estável de sentimentos em relação às dimensões da síndrome de *burnout* e ao *burnout* total no início e término da competição.

Já Guedes e Souza (2016) relataram que a desvalorização esportiva apresenta relação com atitudes negativas e perda de interesse pelo esporte, refletindo falta de preocupação com a qualidade de prática e com o seu desempenho. Em regra, neste caso, o atleta tende a subestimar a prática de esporte em comparação a outras atividades de sua vida. Depois da exaustão física/emocional, a desvalorização esportiva é o componente mais aceito na identificação de *burnout*, no contexto esportivo.

Numa amostra representativa de 257 jovens atletas de elite realizado na Suíça, Gerber et al. (2018) relataram níveis de *burnout* e sintomas depressivos de 12% e 9%, respectivamente, considerados clinicamente relevantes.

Granz et al. (2018) avaliaram 1.138 jovens atletas de elite e constataram que menos horas de treinamento e alta satisfação com a saúde caracterizam grupos de baixo risco ao desenvolvimento de *burnout*, todavia, grupos que sofrem pressão social (família e amigos) caracterizam alto risco no surgimento da síndrome.

Gerber et al. (2019) retratam em estudo com 257 atletas que competidores com altos níveis de esgotamento mental mostram uma tendência à desvalorização do esporte como um sintoma central do *burnout* em atletas.

4.3 Handebol e a Síndrome de *Burnout*

O handebol é uma atividade esportiva de cunho coletivo, criado pelo alemão Karl Schelenz, em 1919. É bastante praticado em centros escolares, devido ao aproveitamento das quadras de salão, pois essa modalidade tem como base, o futebol. Com as recentes conquistas das seleções brasileiras feminina (Campeã Mundial na Sérvia em 2013) e masculina (Nono lugar na Alemanha e Dinamarca, em 2019), essa modalidade desportiva tem ganhado notoriedade e aumentado o número de praticantes, ocupando maior espaço na sociedade e sendo protagonista na vida de crianças e adolescentes.

Esse protagonismo pode ser justificado, pois o ambiente desportivo está atrelado numa concepção de lazer e promoção da saúde que impacta diretamente na qualidade de vida, constituindo um fator social importantíssimo no desenvolvimento humano (ARANTES, 2010).

O handebol é considerado um esporte completo e requer alguns atributos para sua prática, como: altura, força, velocidade, capacidade técnica, tática e psicológica. Esses, segundo Lamenha (2003), são fatores preponderantes na dinâmica e desenvoltura da modalidade. Já, para MacManara, Button e Collins (2010), esportes de elite exigem características pessoais e psicológicas, tais como: definição de objetivos, autodireção, priorizar o esporte em detrimento de outras atividades, lidas com contratempos, confiança inabalável, habilidade de concentração superior, e superar a dor.

Nos últimos anos, o handebol tem se tornado um fenômeno social vinculado ao aumento do número de competições e à busca por resultados positivos, com a participação infanto-juvenil recebendo novas exigências (SILVA; FERNANDES; CELANI, 2001; ANDRES; GOELLNER, 2018). A procura pela vitória e superação dos adversários, cada vez mais presentes durante as competições, faz com que os atletas cheguem ao seu limite emocional, culminando com o esgotamento mental que caracteriza a Síndrome de *Burnout* (ZAMBRIN et al., 2016).

A Síndrome de *Burnout* é um tópico de crescente interesse na literatura relacionada ao esporte (GUEDES; SOUZA, 2016). Tendo em vista as demandas cada vez mais rigorosas de treinamento e competição, associadas à pressão por melhores resultados impostos pela mídia, organização esportiva e treinadores, o *burnout* se tornou um problema real no contexto esportivo (JAYANTHI et al., 2012).

Quando se trata do contexto esportivo, o *burnout* tem sido referido como uma síndrome multidimensional causada por uma complexa interação entre múltiplos fatores de

demandas intensas, recuperação inadequada e frustrações por expectativas não atendidas (SOUZA et al., 2018). No meio esportivo, todos os profissionais envolvidos tornam-se passíveis de serem acometidos por esse fenômeno e, em especial, os atletas que recebem críticas e cobranças pela performance, bem como vivenciam treinamentos e competições frequentes e intensos (PIRES; BRANDÃO; SILVA, 2006).

O handebol é um esporte no qual o contato físico é intenso, além de exigir agilidade, rapidez, pulos, trocas súbitas de direções, arremessos e bloqueio de ações dos atletas adversários. É um desporto fisicamente exigente, portanto, os jogadores devem estar aptos a responder às altas demandas impostas durante os treinos (NUÑO et al., 2016).

Por ser um esporte que exige adaptação rápida e inesperada, os jogadores estão vulneráveis ao desgaste físico e psicológico, decorrentes das exigências físicas e do alto nível de ansiedade e tensão, causando um grande nível de estresse (IGOROV et al., 2016).

Conforme Pires, Flores e Brandão (2008), uma das grandes fontes de estresse dos atletas handebolistas são as expectativas em relação ao seu desempenho, à performance exigida, às pressões, metas, melhor desenvoltura em quadra e à exigência de vencer o time adversário. Para os autores (p. 38),

os atletas tornam-se indivíduos propensos a desenvolver essa síndrome. Tal propensão desenvolve-se à medida que os atletas lidam com constantes relações interpessoais, sejam elas com membros de suas equipes técnicas, equipe de arbitragem, dirigentes, imprensa, amigos e familiares. Juntamente com essas relações, são vivenciados sentimentos de cobrança, crítica, cansaço e estresse.

Isoard-Gauthier, Guillet-Descas e Lemyre (2012) avaliaram a propensão ao risco de *burnout* em 205 jovens atletas de handebol, com média de idade de 15 anos, e constataram que 79,6% dos atletas mostraram importante redução da sensação de realização, 57,6% mostraram aumento da sensação de exaustão e 49,8% dos atletas mostraram aumento na desvalorização do esporte.

Ao avaliar 56 atletas de handebol na faixa etária de 14 a 19 anos, Rose Jr et al. (2004), evidenciaram que as situações mais frequentemente apontadas como causadoras de estresse pelos atletas foram: errar em momentos decisivos, perder jogo praticamente ganho, repetir os mesmos erros, arbitragem prejudicial e cometer erros que causem a derrota da equipe.

Caputo, Rombaldi e Silva (2017) realizaram estudo na cidade de Pelotas, Rio Grande do Sul, com 97 adolescentes de ambos os sexos, atletas de handebol, objetivando determinar os sintomas de estresse pré-competitivo e constataram que, de forma geral, atletas de ambos os sexos apresentaram níveis moderados de estresse antes da competição.

Penna et al. (2018) avaliaram 12 atletas infantis de handebol e concluíram que a fadiga mental afeta o desempenho de jogadores dessa modalidade. Corroborando com estes autores, Markati et al. (2018) avaliaram 142 atletas talentosos, com idades entre 14 e 18 anos e 5% relataram esgotamento mental, que afetava o desempenho no esporte.

Apesar de constatado que o estresse e o *burnout* são fatores presentes entre os atletas de alto rendimento, que envolvem o abandono esportivo ou a diminuição do desempenho (GOODGER et al., 2007 *apud* SOUZA et al., 2018), ainda há muito a ser explorado sobre esta temática. Nesse sentido, conhecer as características da Síndrome de *Burnout* é fundamental para compreender as modificações de comportamento e, a partir daí, auxiliar os atletas na elaboração de um projeto terapêutico efetivo, para seguimento da carreira.

5 CASUÍSTICA E MÉTODO

5.1 Tipo de Estudo

Este estudo é vinculado ao Grupo de Estudos e Pesquisas em Epidemiologia, Gestão e Trabalho em Saúde (GEPEGeTS), da Universidade Federal do Rio Grande – FURG. Trata-se de pesquisa observacional, com abordagem quantitativa, envolvendo atletas da categoria infantil, imersos no Acampamento Nacional de Desenvolvimento e Melhoria da Técnica de Handebol, no município de São Bernardo do Campo, São Paulo.

Nos estudos observacionais, o grupo de indivíduos avaliado é observado sem qualquer intervenção (DIGGLE; LIANG; ZEAGER, 2002; BONITA; BEAGLEHOLE; KJELLSTRÖM, 2010 NUNES et al., 2013). A abordagem quantitativa é adequada para responder questionamentos sobre o estágio e a amplitude de determinadas características em uma população. Há, nesse tipo de pesquisa, um caráter um tanto popularizado; contudo, a preocupação em relacionar a pesquisa aos contextos enriquece o trabalho (PEREIRA; ORTIGÃO, 2017).

5.2 População e Local do Estudo

A população do estudo foi constituída por 64 atletas da categoria infantil (12 a 14 anos), que participaram do Acampamento Regional de Desenvolvimento e Melhoria da Técnica nos seus respectivos estados e foram selecionados para participar do Acampamento Nacional de Desenvolvimento e Melhoria da Técnica de Handebol, no município de São Bernardo do Campo, São Paulo, ambicionando vaga na Seleção Brasileira de Handebol. Foram incluídos no estudo aqueles que, após o consentimento dos respectivos responsáveis (Apêndice I), assentirem participar do estudo (Apêndice II).

O Acampamento de Desenvolvimento e Melhoria Técnica é um evento realizado anualmente pela Confederação Brasileira de Handebol (CBHb), com o objetivo de buscar novos talentos que possam representar o handebol brasileiro futuramente. O evento possui etapas regionais que precedem a etapa nacional. Nos Acampamentos Regionais, a Confederação Brasileira de Handebol envia um técnico qualificado, responsável por padronizar as técnicas do handebol aplicadas no Brasil e indicar os melhores talentos para participar do Acampamento Nacional, realizado na cidade de São Bernardo do Campo (CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE HANDEBOL, 2018).

Os atletas que participam destes acampamentos têm aulas práticas e teóricas, e contam com a oportunidade de aprender mais, colocar seu conhecimento em prática e mostrar seus talentos. Além disso, as atividades também contam com a presença de técnicos, professores locais e equipes de profissionais saúde (médicos, educadores físicos, fisioterapeutas), que buscam conhecer melhor as diretrizes do trabalho realizado com os atletas, para disseminá-las no seu ambiente de atuação. Busca-se, assim, padronizar a forma como o handebol é trabalhado em todo o Brasil, bem como descobrir talentos para dar continuidade à renovação da seleção brasileira.

Após triagens regionais realizadas com mais de dois mil atletas em todo o Brasil, 64 jovens chegam a fase nacional. Esses atletas são avaliados por mais de trezentos técnicos e professores e os candidatos que apresentam melhor resultado são selecionados. As Federações Estaduais também contribuem com a escalção, através da indicação de jogadores que apresentam bom desempenho durante a temporada.

Os acampamentos promovidos pela Confederação Brasileira de Handebol visam treinar os jogadores para que possam seguir carreira profissional, além de transmitir os conceitos da entidade e de seus representantes. Muitos atletas que hoje integram as seleções de base ou adultas passaram por esses acampamentos.

5.3 Instrumentos de Coleta dos Dados

Os dados foram coletados no mês de dezembro de 2018, durante o Acampamento Nacional de Desenvolvimento e Melhoria da Técnica de Handebol, realizado em São Bernardo do Campo, São Paulo. Para a coleta de dados foram utilizados dois instrumentos.

O **primeiro instrumento**, elaborado pelos pesquisadores, foi utilizado para coletar informações sobre o perfil sociodemográfico e profissional dos atletas. O instrumento continha variáveis de identificação (data de nascimento, naturalidade, cidade de origem, estado de origem, exerce atividade remunerada, série que está matriculado e responsável pelo sustento familiar); identidade étnico-racial; situação de moradia (própria ou alugada); contexto educacional (tipo de escola que estudou e se teve bolsa de estudo); contexto esportivo (quando e quanto pratica a atividade do handebol); dados do grupo familiar (vínculo das pessoas que convivem com o atleta, profissão das pessoas que convivem com o atleta, renda familiar) (Apêndice III).

O **segundo instrumento** foi o Questionário de *Burnout* para Atletas (QBA), que verifica a percepção de atletas sobre o seu desempenho esportivo e como se sentem em relação à realização profissional (Anexo I).

O referido instrumento foi validado para o idioma português por Pires, Brandão e Silva (2006), a partir do instrumento de idioma inglês, intitulado *Athlete Burnout Questionnaire* (ABQ) (RAEDEKE; SMITH, 2001). O ABQ também já foi traduzido adaptado e validado para uso em vários outros idiomas, incluindo alemão (ZIEMAINZ et al. 2004), árabe (ALTAHAYNET, 2003), chinês (CHEN; KEE, 2008), espanhol (ARCE et al., 2012), francês (PERREAULT et al., 2007), norueguês (LEMYRE; ROBERTS; STRAY-GUNDERSEN, 2007), português europeu (ALVAREZ; FERREIRA; BORIM, 2006) e sueco (GUSTAFSSON et al., 2007), fato que permite a expansão de seu uso para outras culturas.

O QBA consta de 15 questões, estruturadas em escala *Likert* de cinco pontos, sendo cinco questões para medir a subárea ‘exaustão física e emocional’, cinco para medir a subárea ‘desvalorização esportiva’ e cinco para medir a subárea ‘reduzido senso de realização esportiva’. O número 1 significa “eu quase nunca me sinto assim”, e o 5, “eu me sinto assim a maior parte do tempo”. As frequências intermediárias são as seguintes: “raramente” (2), “algumas vezes” (3) e “frequentemente” (4). O instrumento não apresenta um escore específico. A classificação é feita baseada num *continuum* que começa com um mínimo de 15 pontos e chega a um máximo de 75 pontos (GIACOMONI; FONSECA, 2014).

Os resultados são obtidos a partir da média aritmética das respostas dadas aos cinco itens correspondentes a cada dimensão de *burnout*. O valor do *burnout* total é calculado pela média aritmética dos 15 itens do instrumento. A interpretação dos escores é realizada através da utilização da variação de frequência de sentimentos. Isso significa que, caso um atleta obtenha uma média de 2,50 para a dimensão exaustão física e emocional, considera-se que esse indivíduo apresenta sentimentos relacionados a tal dimensão com frequência de raramente a algumas vezes (BEMFICA et al., 2013).

5.4 Procedimento de Coleta dos Dados

Os dados foram coletados pelo pós-graduando, em dois momentos distintos: na chegada dos atletas ao Centro Nacional de Desenvolvimento do Handebol Prof. José Maria Passos, na cidade de São Bernardo do Campo, São Paulo; e na saída dos atletas, após 10 dias de imersão no Acampamento Nacional de Desenvolvimento e Melhoria da Técnica de Handebol.

No primeiro momento, os 64 atletas foram informados quanto ao objetivo e à metodologia do estudo, foi solicitada a assinatura do Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE), (Apêndice II). Logo após, preencheram o primeiro instrumento (Apêndice III) e, na sequência, responderam o Questionário de *Burnout* para Atletas (QBA) (Anexo I).

Após 10 dias de imersão, no término do Acampamento Nacional de Desenvolvimento e Melhoria da Técnica de Handebol, os 64 atletas responderam novamente o Questionário de *Burnout* para Atletas (QBA) (Anexo I).

5.5 Procedimento de Análise dos Dados

Os dados obtidos foram armazenados em um banco de dados utilizando-se uma planilha do programa Microsoft Excel[®], de forma a possibilitar a análise para atender aos objetivos propostos.

A análise dos dados foi realizada com o programa SPSS, versão 20.0. Para verificar a distribuição dos dados utilizou-se teste de normalidade de *Kolmogorov-Srminov*.

O indicador de consistência interna Alpha de Cronbach foi utilizado com objetivo de verificar a confiabilidade das medidas dos construtos do QBA. Em seguida, os dados foram tratados com estatística descritiva (frequência e percentual, média e desvio padrão) e inferencial (comparação de médias).

Para a comparação dos escores médios obtidos nos construtos do QBA, na chegada e no término do acampamento, foi utilizado o Teste t. Para comparar os escores médios dos construtos do QBA com as variáveis sociodemográficas, foi utilizado o Teste t para duas médias ou ANOVA para três ou mais médias, considerando nível de significância de 95% ($p \leq 0.05$).

5.6 Questões Éticas

Respeitando os preceitos da Resolução 466/2012, do Conselho Nacional de Saúde (CNS), no que tange aos aspectos éticos para a pesquisa com seres humanos, este projeto foi submetido para aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto (FAMERP) e aprovado em 13 de dezembro de 2018, com Parecer n. 3.079.959 (CAAE: 04111418.0.0000.5415) (Anexo II) (BRASIL, 2012).

Antecedendo a coleta dos dados, os participantes e seus responsáveis legais foram informados quanto aos objetivos e à metodologia do estudo. Então, foi solicitada a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (Apêndice I) pelos responsáveis pelos atletas infantis e, posteriormente, a assinatura do Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE) (Apêndice II) pelos atletas que concordaram participar do estudo.

A fim de manter o sigilo e anonimato dos participantes, os mesmos foram identificados pela letra A (Atletas), E (Escala) e Q (Questionário) e os números respectivos à aplicação da escala e do questionário (AEQ1).

6 RESULTADOS

Participaram do estudo 64 atletas do sexo masculino, categoria infantil, com idade entre 13 (25,0%) e 14 (75,0%) anos, sendo que 37 (57,8%) se consideravam brancos e 51 (79,7%) não possuíam atividade remunerada. Embora a maioria dos atletas não tenha informação sobre a renda familiar, observou-se uma tendência ao predomínio das classes socioeconômicas C, D e E (31,2%), cuja renda familiar é inferior a dez mil reais.

Em relação à escolaridade, observou-se que a maioria dos atletas (51,6%) cursavam o nono ano, sendo que 28 (43,8%) sempre estudaram em escolas privadas (com ou sem bolsa).

A maioria dos atletas era proveniente de estados da região sudeste (40,6%), sendo que 16 (25,0%) eram do estado de São Paulo; 48 (75,0%) moravam em residência alugada e, para 41 (64,1%), os responsáveis pelo sustento familiar eram o pai e a mãe.

Com relação ao handebol, observou-se que 41 (64,1%) atletas praticavam na escola e/ou em clubes das suas cidades de origem, sem receber salário; 23 (35,9%) atletas treinavam de seis a nove horas semanais e 20 (31,3%), treinavam de 10 a 20 horas semanais (Tabela 1).

Tabela 1: Características sociodemográficas e profissionais dos atletas selecionáveis para a seleção brasileira de handebol - categoria infantil.

Variáveis	n	%
Idade		
13 anos	16	25,0
14 anos	48	75,0
Identidade Étnico-Racial		
Branco	37	57,8
Pardo	20	31,3
Negro	7	10,9
Possui Atividade Remunerada		
Sim	13	20,3
Não	51	79,7

Tabela 1 (Continuação): Características sociodemográficas e profissionais dos atletas selecionáveis para a seleção brasileira de handebol - categoria infantil.

Variáveis	n	%
Renda Familiar Bruta Mensal*		
Classe A [Acima de R\$ 18.740,01]	1	1,6
Classe B [R\$ 9.370,01 a R\$ 18.740,00]	6	9,4
Classe C [R\$ 3.748,01 a R\$ 9.370,00]	9	14,1
Classe D [R\$ 1.874,01 a R\$ 3.748,00]	6	9,4
Classe E [Até R\$ 1.874,00]	5	7,8
Não soube responder	37	57,8
Série que está Matriculado		
Sexta série	1	1,6
Sétima série	5	7,8
Oitava série	25	39,1
Nona série	33	51,6
Contexto Educacional		
Estuda em escola pública	25	39,1
Estuda em escola privada	28	43,8
Estuda em escola pública e privada	11	17,2
Estado de Origem		
Sudeste	26	40,6
Sul	20	31,3
Centro-Oeste	10	15,6
Nordeste	6	9,4
Norte	2	3,1
Situação de Moradia		
Alugada	16	25,0
Própria	48	75,0

* Classificação do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), 2019.

Tabela 1 (Continuação): Características sociodemográficas e profissionais dos atletas selecionáveis para a seleção brasileira de handebol - categoria infantil.

Variáveis	n	%
Responsável pelo Sustento Familiar		
Pai e mãe	41	64,1
Pai	12	18,8
Mãe	6	9,4
Mãe e avó	1	1,6
Meus pais e eu ajudo	4	6,3
Quando pratica Handebol		
Escola / Clube da Cidade - Sem Salário	41	64,1
Escola / Clube da Cidade - Com Salário	5	7,8
Clube Esportivo - Sem Salário	13	20,3
Clube Esportivo - Com Salário	5	7,8
Quantas horas você treina Handebol por semana		
Até cinco horas	10	15,6
De seis a nove horas	23	35,9
De 10 a 20 horas	20	31,3
Acima de 20 horas	1	1,6
Não sabe responder	10	15,6

A análise dos níveis de *burnout* total e para as subescalas do QBA, apresentados pelos atletas no momento da chegada e no final do acampamento mostrou que, apesar de as médias gerais serem baixas, houve aumento estatisticamente significativo dos valores para todas as subescalas e para o *burnout* total (Tabela 2).

O intervalo das médias pré e pós acampamento, segundo o QBA, foi de “quase nunca” a “raramente” para as subescalas Exaustão Física e Emocional e Desvalorização Esportiva, e para o *Burnout* total; e de “raramente” a “algumas vezes” para a subescala Reduzido Senso de Realização, conforme mostra a Tabela 2.

Tabela 2: Distribuição das médias pré e pós acampamento obtidas pelos atletas, segundo as subescalas do QBA e o *burnout* total.

	Pré Competição	Pós Competição	Valor-p
	Média ($\pm dp$)	Média ($\pm dp$)	(teste <i>t</i>)
Exaustão Física e Emocional	1,5 ($\pm 0,4$)	1,6 ($\pm 0,5$)	0,000
Reduzido Senso de Realização	2,7 ($\pm 0,5$)	2,9 ($\pm 0,5$)	0,000
Desvalorização Esportiva	1,4 ($\pm 0,5$)	1,6 ($\pm 0,6$)	0,000
<i>Burnout</i> Total	1,9 ($\pm 0,3$)	2,0 ($\pm 0,4$)	0,000

dp: desvio padrão.

A Tabela 3 mostra a distribuição das médias das subescalas do QBA e do *burnout* total, segundo variáveis sociodemográficas e profissionais dos atletas. Embora não haja diferenças estatisticamente significativas entre os valores observados, notou-se uma tendência de níveis mais baixos para todas as subescalas e para o *burnout* total entre atletas negros e que não trabalham; níveis mais altos de *burnout* total e para as subescalas Reduzido Senso de Realização e Desvalorização Esportiva entre atletas que sempre estudaram em escolas públicas.

Atletas do nordeste apresentaram tendência a médias mais baixas para o *burnout* total e para as subescalas Reduzido Senso de Realização e Exaustão Física e Emocional, enquanto os atletas da região sul apresentaram maiores médias para o *burnout* total e para as subescalas Reduzido Senso de Realização e Exaustão Física e Emocional.

Atletas que treinam na escola ou clube da cidade e não recebem salário apresentaram maior média para *burnout* total e para as subescalas Reduzido Senso de Realização e Exaustão Física e Emocional, enquanto os atletas que treinam em clube esportivo e recebem salário apresentaram menores médias para o *burnout* total e para as subescalas Reduzido Senso de Realização e Exaustão Física e Emocional.

Os atletas com maior tempo semanal de treinamento apresentaram menores níveis de Exaustão Física e Emocional, Reduzido Senso de Realização e *burnout* total. Por outro lado, apresentaram maior média para Desvalorização Esportiva.

Tabela 3: Distribuição das médias das subescalas do QBA e do *burnout* total, segundo variáveis sociodemográficas e profissionais dos atletas.

Variáveis	EFE	RSR	DES	<i>Burnout</i> Total
Identidade Étnico-Racial				
Branco	1,7 (±0,6)	2,9 (±0,6)	1,5 (±0,7)	2,0 (±0,4)
Pardo	1,6 (±0,6)	2,9 (±0,4)	1,7 (±0,6)	2,0 (±0,4)
Negro	1,4 (±0,4)	2,5 (±0,2)	1,4 (±0,3)	1,8 (±0,2)
	<i>Valor-p**</i>	0,269	0,144	0,535
			0,535	0,247
Possui Atividade Remunerada				
Sim	1,4 (±0,4)	2,8 (±0,8)	1,4 (±0,5)	1,9 (±0,4)
Não	1,7 (±0,6)	2,9 (±0,4)	1,6 (±0,7)	2,0 (±0,4)
	<i>Valor-p*</i>	0,055	0,646	0,253
			0,253	0,137
Renda Familiar Bruta Mensal				
Classe A	2,0 (±0,0)	2,6 (±0,0)	1,4 (±0,0)	2,0 (±0,0)
Classe B	1,8 (±0,6)	2,9 (±0,5)	1,7 (±0,5)	2,1 (±0,5)
Classe C	1,6 (±0,5)	3,0 (±0,8)	1,5 (±0,4)	2,0 (±0,4)
Classe D	1,5 (±0,8)	2,8 (±0,4)	1,3 (±0,3)	1,8 (±0,4)
Classe E	1,6 (±0,8)	2,8 (±0,3)	1,8 (±0,7)	2,1 (±0,5)
	<i>Valor-p**</i>	0,884	0,935	0,845
			0,845	0,896
Contexto Educacional				
Estudou em escola pública	1,6 (±0,6)	2,9 (±0,6)	1,6 (±0,6)	2,1 (±0,4)
Estudou em escola privada	1,6 (±0,5)	2,7 (±0,4)	1,5 (±0,8)	2,0 (±0,5)
Estudou em escola pública e privada	1,7 (±0,5)	2,9 (±0,5)	1,4 (±0,4)	2,0 (±0,3)
	<i>Valor-p**</i>	0,701	0,264	0,509
			0,509	0,655
Região de Origem				
Sudeste	1,6 (0,5)	2,7 (0,4)	1,4 (0,4)	1,9 (0,4)
Sul	1,8 (0,6)	3,1 (0,6)	1,6 (0,8)	2,2 (0,5)
Centro-Oeste	1,7 (0,6)	2,9 (0,4)	1,9 (0,6)	2,2 (0,3)
Nordeste	1,2 (0,0)	2,9 (0,4)	1,0 (0,0)	1,7 (0,1)
Norte	1,3 (0,3)	2,7 (0,3)	1,5 (0,5)	1,8 (0,3)
	<i>Valor-p**</i>	0,281	0,059	0,215
			0,215	0,060

EFE = *Exaustão Física e Emocional*. RSR = *Reduzido Senso de Realização*. DES = *Desvalorização Esportiva*. **Teste t*. ***ANOVA*.

Tabela 3: Distribuição das médias das subescalas do QBA e do *burnout* total, segundo variáveis sociodemográficas e profissionais dos atletas.

Variáveis	EFE	RSR	DES	<i>Burnout</i> Total
Quando pratica Handebol				
Escola / Clube da Cidade - Sem Salário	1,6 (0,6)	3,0 (0,5)	1,6 (0,7)	2,1 (0,4)
Escola / Clube da Cidade - Com Salário	1,3 (0,3)	2,8 (0,5)	1,2 (0,4)	1,8 (0,3)
Clube Esportivo - Sem Salário	1,8 (0,5)	2,7 (0,3)	1,5 (0,4)	2,0 (0,2)
Clube Esportivo - Com Salário	1,3 (0,5)	2,6 (0,4)	1,5 (0,7)	1,8 (0,4)
<i>Valor-p**</i>	0,214	0,157	0,545	0,246
Quantas horas você treina Handebol por semana				
Até cinco horas	1,6 (0,4)	2,8 (0,4)	1,5 (0,6)	2,0 (0,3)
De seis a nove horas	1,7 (0,6)	2,8 (0,4)	1,7 (0,8)	2,0 (0,5)
De 10 a 20 horas	1,6 (0,5)	2,9 (0,4)	1,4 (0,4)	2,0 (0,3)
Acima de 20 horas	1,2 (0,0)	2,0 (0,0)	2,2 (0,0)	1,8 (0,0)
<i>Valor-p**</i>	0,870	0,289	0,656	0,854

*EFE = Exaustão Física e Emocional. RSR = Reduzido Senso de Realização. DES = Desvalorização Esportiva. *Teste t. **ANOVA.*

A comparação dos níveis de *burnout* entre os atletas selecionados e os não selecionados apontou que os vinte atletas que foram selecionados para a equipe nacional, no término do acampamento, apresentaram médias mais baixas para todas as subescalas da QBA e para o *burnout* total (Tabela 4).

Tabela 4: Distribuição das médias obtidas pelos atletas selecionados e não selecionados para a seleção brasileira de handebol, segundo as subescalas do QBA e *burnout* total.

	Não Selecionados	Selecionados	Valor-p
	Média ($\pm dp$)	Média ($\pm dp$)	(teste t)
Exaustão Física e Emocional	1,7 ($\pm 0,6$)	1,5 ($\pm 0,5$)	0,566
Reduzido Senso de Realização	2,9 ($\pm 0,5$)	2,7 ($\pm 0,4$)	0,634
Desvalorização Esportiva	1,6 ($\pm 0,7$)	1,5 ($\pm 0,43$)	0,273
<i>Burnout</i> Total	2,0 ($\pm 0,4$)	1,9 ($\pm 0,4$)	0,568

dp: desvio padrão.

7 DISCUSSÃO

O perfil dos atletas participantes do Acampamento Nacional de Desenvolvimento e Melhoria Técnica que buscou eleger atletas para a seleção brasileira infantil de handebol masculino atende as recomendações da Confederação Brasileira de Handebol para a categoria infantil, ou seja, sexo masculino e idade entre 13 e 14 anos (CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE HANDEBOL, 2018).

Conforme mostram os resultados do estudo, quase 10% dos atletas encontram-se matriculados na sexta e sétima série do ensino fundamental, ou seja, estão atrasados em relação à idade. Este atraso no desenvolvimento escolar pode influenciar diretamente no desempenho do atleta, visto que, para participar dos acampamentos regionais e nacional, é necessário estar matriculado em instituição de ensino pública ou privada e apresentar bom rendimento escolar. De acordo com o Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF), o atraso no desenvolvimento escolar é um fenômeno cumulativo que tem início nos primeiros anos do ensino fundamental e se arrasta por toda a trajetória escolar (FUNDO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A INFÂNCIA, 2018).

Todavia, no estado de São Paulo, de onde se originam 25,0% dos atletas, não há atraso no desenvolvimento escolar devido ao sistema de progressão continuada, implantado na década de 1990 e que, apesar de evitar evasão e retardo na progressão do aluno, não garante bom rendimento e boa qualidade do ensino, além causar perda da motivação na construção do processo ensino-aprendizagem (BIZELLI; CUNHA; PEREIRA, 2013).

Essa distorção idade-série se intensifica nos anos finais do ensino fundamental, fazendo com que muitos estudantes não consigam concluir a jornada escolar com qualidade e na idade esperada, fato que pode causar a perda de potenciais talentos para o handebol brasileiro (FUNDO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A INFÂNCIA, 2018).

De acordo com a Conferência de Consenso de Copenhague, a prática de atividade física é benéfica para essa faixa etária, trazendo benefícios para a saúde e a qualidade de vida desses adolescentes e favorecendo o desenvolvimento cognitivo (BANGSBO et al., 2016). Todavia, apesar de se tratar de atletas que almejam integrar a seleção brasileira masculina de handebol infantil, percebe-se que o volume de treinamento pode estar aquém do necessário para um nível de alto rendimento esportivo (CALHEIROS et al., 2018).

O aumento estatisticamente significativo nos escores médios para as subescalas do QBA e para o *burnout* total, obtido pelos atletas no pós acampamento confirma a hipótese de que o Acampamento de Desenvolvimento e Melhoria Técnica, realizado anualmente pela

Confederação Brasileira de Handebol é um ambiente competitivo desgastante, que pode favorecer o desencadeamento da Síndrome de *Burnout* nos competidores. Corroborando esses achados, Fernández-Rio, Cecchini e Méndez-Giménez (2017) observaram que os níveis de *burnout* em handebolistas aumentaram, após uma intensa sessão de treinamento. Para os autores, treinamentos de alta intensidade podem produzir efeitos negativos sobre a motivação e autodeterminação dos atletas.

Embora o intervalo das médias pré e pós acampamento tenha apresentado baixa variação e evidenciem baixo risco de ocorrência de *Burnout* durante competições de curto período, acredita-se que, ao longo de uma carreira de treinamento intenso e de competições, os atletas estarão mais suscetíveis ao desenvolvimento da síndrome. Esses resultados podem ter ocorrido por se tratar de atletas infantis, que desenvolvem outras atividades e possuem período de treinamento e competições menos intensos, diferentemente dos atletas profissionais de alto rendimento, que se dedicam exclusivamente ao esporte (SILVA; CHIMINAZZO; PIRES, 2016).

Nesse contexto, estudo brasileiro com atletas de voleibol evidenciou aumento dos níveis de *burnout*, em decorrência do acúmulo de treinamentos e competições, e exigência de bom desempenho nas disputas (PIRES et al., 2016).

Essas diferenças podem estar relacionadas à existência de fatores de risco, como excesso de treinamento, lesões e contusões, desempenho falho, sono prejudicado, ansiedade e baixo apoio social, que podem interferir na saúde mental dos atletas, especialmente os de elite, potencializando o aparecimento e a gravidade de sintomas específicos de saúde mental (GOUTTEBARGE et al., 2017; GOUTTEBARGE et al., 2019; GUPTA; MORGAN; GILCHRIST, 2017; PURCELL; GWYTHYR; RICE, 2019; RICE et al., 2018; RICE et al., 2019).

Por outro lado, corroborando os resultados deste estudo, atletas espanhóis de diversas modalidades esportivas, com idade a partir de 13 anos, apresentaram baixos escores para as subescalas da QBA e para *burnout* total. Todavia, os autores evidenciaram que, apesar dos baixos escores, existe relação entre estresse, *burnout* e depressão em atletas profissionais (FRANCISCO et al., 2016).

Além disso, segundo Pires, Souza e Cruz (2010), há uma tendência de os atletas de esportes coletivos apresentarem menor percepção dos sentimentos inerentes à Síndrome de *Burnout* em decorrência do maior número de relações interpessoais e da divisão de funções vivenciados por esses atletas no ambiente competitivo.

O maior escore obtido pelos atletas na dimensão Reduzido Senso de Realização pode ser um indicativo da baixa satisfação com suas habilidades, destrezas e realizações, decorrente do fato de se encontrarem distantes de atingir o ápice da carreira profissional. Além disso, a pressão de familiares e treinadores pode comprometer o rendimento do atleta, diminuindo o êxito nas competições e aumentando o sentimento de insatisfação (SILVA; CHIMINAZZO; PIRES, 2016).

Esses resultados ainda podem ser agravados pelas dificuldades financeiras vivenciadas pelos atletas, especialmente aqueles oriundos de classes socioeconômicas média e baixa, bem como pelo déficit de recursos destinados ao esporte brasileiro, visto que o material esportivo tem custo elevado e a manutenção de um atleta de alto rendimento no esporte, principalmente nas categorias infantil (13 e 14 anos), cadete (15 e 16 anos) e juvenil (17 e 18 anos) exige alto investimento (WILLNER; SCHEEL-KRÜGER; BELZUNG, 2013; STEIN; SAREEN, 2015; BRASIL, 2019b).

No tocante à propensão de atletas que sempre estudaram em escolas públicas apresentarem níveis mais altos de *Burnout* Total, Reduzido Senso de Realização e Desvalorização Esportiva, destaca-se que 20% dos alunos matriculados nas escolas públicas brasileiras apresentam idade acima do recomendado para a série (INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA, 2017), fato que pode agravar o desgaste emocional sofrido pelos atletas. Esse argumento é reforçado pelo fato de os atletas que estudam em escolas privadas terem apresentado tendência a menores médias para todas as subescalas do QBA e para o *Burnout* total.

Em relação à tendência de redução das médias obtidas nas subescalas do QBA e no *burnout* total, por atletas negros, cabe destacar o desempenho e grande sucesso que atletas negros nacionais e internacionais, como o jogador de futebol Edson Arantes do Nascimento – Pelé (Brasil), o velocista Usain Bolt (Jamaica), o boxeador Muhammad Ali (Estados Unidos), tenista Serena Williams (Estados Unidos) têm alcançado em competições mundiais.

Por outro lado, atletas que treinam na escola ou clube da cidade e não recebem salário tenderam a apresentar maiores médias para *Burnout* Total e para as subescalas Reduzido Senso de Realização e Exaustão Física e Emocional, corroborando a literatura internacional (TOROS, 2018; YAVARI; ISMAELI; REZAIIE, 2013). Como os programas esportivos têm se tornado cada vez mais caros (CAMPBELL; PARCELS, 2013), adolescentes com esse perfil estão mais suscetíveis aos impactos negativos da sobrecarga física, mental e emocional inerente à prática esportiva de competição.

Não obstante, o investimento no esporte pelo governo federal é cada vez menor. Para se ter ideia, na proposta de Lei Orçamentária Anual (LOA) de 2020, o governo previu investimento de 220 milhões de reais para o esporte, o que representa um corte de quase 50% em relação ao orçamento do anterior (BRASIL, 2019a). Ademais, nem todos atletas da categoria infantil, objeto desse estudo, atendem o requisito de idade para recebimento do Bolsa Atleta, um programa de incentivo financeiro do governo federal, que objetiva contribuir para a formação de desportistas com potencial de representar o Brasil nas mais diversas modalidades esportivas, concedido a atletas a partir de 14 anos (BRASIL, 2019b).

Pesquisas indicam que os pais sentem tensão devido à necessidade de alocar recursos para as crianças dentro da unidade familiar, sejam atletas ou não (FRASER-THOMAS; STRACHAN; JEFFERY-TOSONI, 2013). Embora muitos fatores de risco, como o status socioeconômico ou o relacionamento com os pais não sejam investigados (WEBER et al., 2018), observou-se, nesse estudo, que 64,0% dos atletas têm os pais como responsáveis pelo sustento familiar, ou seja, possuem suporte familiar, mesmo quando pertencentes às classes socioeconômicas inferiores.

O relacionamento de apoio com pais e treinadores é essencial para o bem-estar do atleta nos anos de desenvolvimento infantil, e é nesse estágio de desenvolvimento da carreira que os problemas de saúde mental se tornam óbvios e precisam de atenção especial dos próprios atletas, treinadores e pais (BERNTSEN; KRISTIENSEN, 2019). Os treinadores, em especial, têm papel importante nesse processo de desenvolvimento, pois darão condições de suporte aos atletas durante muitos anos, especialmente aos atletas de base (infantil, cadete e juvenil) (CASTALDELLI-MAIA et al., 2019).

O fato de os atletas selecionados para a equipe nacional apresentarem uma tendência a menores níveis de esgotamento mental e emocional é um fator positivo, que demonstra maior capacidade desses atletas para o enfrentamento da pressão e das adversidades presentes neste ambiente altamente competitivo e desgastante, que potencializa o risco de exaustão física e emocional, ansiedade no desempenho, redução da satisfação com o esporte e diminuição do bem-estar psicológico dos atletas (GÓMEZ-LÓPEZ et al., 2014; ALESI et al., 2019).

Esse melhor desempenho emocional, mesmo que sutil, é importante, visto que a fadiga mental prejudica a performance do atleta em algumas tarefas específicas do esporte. No nível de competição de elite, onde os resultados são determinados por margens muito pequenas, a redução do impacto da fadiga mental no desempenho do atleta é um importante diferencial (RUSSEL et al., 2018).

Por fim, ressalta-se que a saúde mental dos atletas de elite é altamente vulnerável, devido à pressão e ao estresse, considerados fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos e distúrbios mentais e *burnout*, que podem levar à perda de rendimento e ao abandono precoce da carreira esportiva. Portanto, é fundamental identificar a presença de esgotamento mental e emocional entre os atletas, a fim de direcionar a implementação de técnicas de redução de estresse, na tentativa de melhorar o desempenho competitivo (BARKER et al., 2014; PUTUKIAN, 2015; ISOARD-GAUTHEUR; GUILLET-DESCAS; GUSTAFSSON, 2016).

Considera-se que este estudo apresenta algumas limitações, como o número reduzido de participantes, a avaliação de apenas uma categoria esportiva, somente na modalidade masculina e o período de treinamento e preparo avaliado. Por outro lado, foram avaliados 64 jovens que passaram pelas triagens regionais, com mais de dois mil atletas em todo o Brasil.

A avaliação de outras modalidades esportivas, coletivas ou individuais, como basquete, vôlei, futebol, atletismo, natação e tênis, poderá contribuir para a identificação e o melhor entendimento do impacto dos ambientes competitivos na saúde mental dos atletas. Além disso, é importante investigar se os impactos sofridos por atletas do sexo masculino são semelhantes ou distintos dos vivenciados por atletas do sexo feminino, bem como avaliar o impacto de períodos mais longos de treinamento e preparo na saúde dos atletas.

8 CONCLUSÃO

Os resultados do estudo demonstraram que o Acampamento Nacional de Desenvolvimento e Melhoria Técnica, realizado anualmente pela Confederação Brasileira de Handebol é um ambiente competitivo desgastante, que favorece o desencadeamento da Síndrome de *Burnout* nos competidores.

No final do acampamento, os atletas apresentaram médias estatisticamente maiores para todas as subescalas do QBA e para o *burnout* total, em relação às obtidas no momento da chegada ao acampamento. Todavia, as médias gerais foram baixas, variando de “quase nunca” a “raramente” para as subescalas Exaustão Física e Emocional e Desvalorização Esportiva, e para o *Burnout* total; e de “raramente” a “algumas vezes” para a subescala Reduzido Senso de Realização.

Os atletas selecionados para a equipe nacional apresentaram médias mais baixas para todas as subescalas da QBA e para o *burnout* total, evidenciando que foram selecionados os atletas com maior capacidade de enfrentamento da pressão e das adversidades presentes neste ambiente altamente competitivo e desgastante.

O estudo contribui com conhecimentos importantes sobre o preparo e seleção de atletas para a equipe brasileira masculina de handebol infantil, favorecendo a discussão sobre o impacto das atividades do Acampamento Nacional de Desenvolvimento e Melhoria Técnica na saúde destes adolescentes. Além disso, permite a reflexão sobre possíveis impactos negativos ocasionados aos atletas durante os Acampamentos Regionais, que antecedem a etapa Nacional, possibilitando a criação e implementação de ações que busquem minimizar os impactos negativos e potencializar o desenvolvimento dos futuros atletas da elite do handebol.

Evidencia-se, ainda, a importância da atuação de profissionais da saúde, como fisioterapeutas, psicólogos, enfermeiros, nutricionistas, médicos e educadores físicos no processo de formação dos atletas, especialmente das categorias de base como infantil, cadete e juvenil.

Conclui-se, assim, que este estudo pode ser considerado uma base para facilitar o desenvolvimento de serviços de apoio à saúde do atleta ao longo da carreira no handebol e esportes diversos, sobretudo nas seleções nacionais, objetivando a promoção e prevenção de saúde, além de um envolvimento esportivo saudável, bom desempenho, desenvolvimento pessoal e profissional, boa saúde mental e bem-estar.

REFERÊNCIAS

- ALESI, M. et al. Effects of a Motivational Climate on Psychological Needs Satisfaction, Motivation and Commitment in Teen Handball Players. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, v. 16, n. 15, 2702, 2019. Available from: <http://doi.org/10.3390/ijerph16152702>. Access on: 2020 Jan 07.
- ALTAHAYNET, Z. **The effects of coaches' behaviors and burnout on the satisfaction and burnout of athletes**. 2003. 148 pages. Tesis (Doctored in Philosophy). The Florida State University, USA, 2003. Available from: http://purl.flvc.org/fsu/fd/FSU_migr_etd-0005. Access on 2020 Jan. 22.
- ALVAREZ, D.; FERREIRA, M. R.; BORIM, C. Validação do questionário de Burnout para atletas. *Rev Educ Física UEM*, v. 17, n. 1, p. 27-36, 2006. Disponível em: <http://www.periodicos.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/view/3353>. Acesso em: 16 set. 2019.
- ANDRES, S. S.; GOELLNER, S. V. Trajetórias esportivas de jogadoras de handebol e suas narrativas sobre ser profissional da modalidade. *Movimento*, v. 24, n. 2, p. 527-538, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.22456/1982-8918.79795>. Acesso em: 22 jan. 2020.
- APPLETON, P. R.; HALL, H. K., HILL, A. P. Relations between multidimensional perfectionism and burnout in junior-elite male athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, v. 10, n. 4, p. 457-465, 2009. Available from: <http://doi.org/10.1016/j.psychsport.2008.12.006>. Access on: 2020 Jan. 22.
- ARANTES, G. V. **A história do handebol em Minas Gerais**. Monografia (Licenciatura em Educação Física) - Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, MG, 2010. Disponível em: <http://www.eeffto.ufmg.br/biblioteca/1800.pdf>. Acesso em 17 ago. 2019.
- ARCE, C. et al. Adaptation of the Athlete Burnout Questionnaire in a Spanish Sample of Athletes. *Span J Psychol.*, v. 15, n. 3, p. 1529-1536, 2012. Available from: http://doi.org/10.5209/rev_SJOP.2012.v15.n3.39437. Access on: 2020 Jan. 22.
- BALISH, S. M. et al. Correlates of youth sport attrition: A review and future directions. *Psychology of Sport and Exercise*, v. 15, n. 4, p. 429-439, 2014. Available from: <http://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.04.003>. Access on: 2020 Jan. 22.
- BANGSBO, J. et al. The Copenhagen Consensus Conference 2016: children, youth, and physical activity in schools and during leisure time. *Brit J Sport Med.*, v. 50, n. 19, p. 1177-1178, 2016. Available from: <http://dx.doi.org/10.1136/bjsports-2016-096325>. Access on: 2020 Jan 07.
- BARCZA-RENNER, K. et al. Controlling coaching behaviors and athlete burnout: Investigating the mediating roles of perfectionism and motivation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, v. 38, n. 1, p. 30-44, 2016. Available from: <http://dx.doi.org/10.1123/jsep.2015-0059>. Access on: 2020 Jan 07.

BARKER, D. et al. High performance sport and sustainability: a contradiction of terms? **Reflective Practice**, v. 15, n. 1, p. 1-11, 2014. Available from: <https://doi.org/10.1080/14623943.2013.868799>. Access on: 2020 Jan 07.

BAUMAN, N. J. O estigma da saúde mental em atletas: resistência mental e saúde mental são vistas como contraditórias no esporte de elite? **Br J Sports Med.**, v. 50, n. 3, p. 135-136, 2016. Available from: <http://dx.doi.org/10.1136/bjsports-2015-095570>. Access on: 2020 Jan. 22.

BECKER DA SILVA, A. M.; FIORIM ENUMO, S. R.; DE MORAIS AFONSO, R. Estresse em atletas adolescentes: Uma revisão sistemática. **Revista de Psicologia da IMED**, v. 8, n. 1, p. 59-75, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.18256/2175-5027/psico-imed.v8n1p59-75>. Acesso em: 22 jan. 2020.

BEMFICA, T. E. B. et al. Efeito da temporada sobre a percepção da síndrome de *burnout* por atletas de futebol profissional. **Rev. bras. ciênc. Mov.**, v. 21, n. 4, p. 142-150, 2013. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.18511/0103-1716/rbcm.v21n4p142-150>. Acesso em: 22 jan. 2020.

BERNTSEN, H.; KRISTIENSEN, E. Guidelines for need-supportive coach development: the motivation activation program in sports (MAPS). **International Sport Coaching Journal**, v. 6, n. 1, p. 88-97, 2019. Available from: <http://doi.org/10.1123/iscj.2018-0066>. Access on: 2020 Jan 07.

BETTEGA, O. G. e t al. Pedagogia do esporte: o jogo como balizador na iniciação ao futsal. **Pensar a Prática**, v.18, n.2, 2015. Disponível em: <http://revistas.ufg.emnuvens.com.br/fe/article/download/31623/18798>. Acesso em: 22 jan. 2020.

BIZELLI, J. L.; CUNHA, M. D.; PEREIRA, C. E. C. Impactos da progressão continuada na educação do estado de São Paulo. **Revista on line de Política e Gestão Educacional**, n. 15, P. 150-166, 2013. Disponível em: <https://periodicos.fclar.unesp.br/rpge/article/view/9348>. Acesso em: 22 jan. 2020.

BONITA, R.; BEAGLEHOLE, R.; KJELLSTROM, T. **Epidemiologia Básica**. 2. ed. São Paulo: Grupo Editorial Nacional; 2010.

BRASIL. CÂMARA DOS DEPUTADOS. **Lei Orçamentária Anual 2020 - Projeto de Lei nº 22/2019-CN**. Brasília, 2019b. Disponível em: <https://www2.camara.leg.br/orcamento-da-uniao/leis-orcamentarias/loa/2020/tramitacao/proposta-do-poder-executivo/Projeto.html>. Acesso em: 07 jan. 2020.

BRASIL. MINISTÉRIO DA CIDADANIA, SECRETARIA ESPECIAL DO ESPORTE. **Pré-Requisitos para participar do programa Bolsa-Atleta**. Brasília, 2019a. Disponível em: <http://www2.esporte.gov.br/snear/bolsaAtleta/prerequisitos.jsp>. Acesso em: 07 jan. 2020.

BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012. Aprova normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Brasília: **Diário Oficial da União**, 2013.

CALHEIROS, D. S. et al. Perfil sociodemográfico de praticantes de handebol em cadeira de rodas. **Rev Bras Ciênc Esporte**, [in press], 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.rbce.2018.07.004>. Acesso em: 07 jan. 2020.

CAMPBELL K.; PARCELS, J. **Selling the dream: how hockey parents and their kids are paying the price for our national obsession**. Group Penguin Canadá; Toronto; 2013.

CAPUTO, E. L.; ROMBALDI, A. J.; SILVA, M. C. Sintomas de estresse pré-competitivo em atletas adolescentes de handebol. **Revista Brasileira de Ciências Do Esporte**, v. 39, n. 1, p. 68-72, 2017. Disponível em: <http://doi.org/10.1016/j.rbce.2016.01.006>. Acesso em: 07 jan. 2020.

CASTALDELLI-MAIA, J. et al. Mental health symptoms and disorders in elite athletes: a systematic review on cultural influencers and barriers to athletes seeking treatment. **Brit J Sport Med.**, v. 53, p. 707-721, 2019. Available from: <http://dx.doi.org/10.1136/bjsports-2019-100710>. Access on: 2020 Jan 07.

CHEN, L. H.; KEE, Y. H. Gratitude and Adolescent Athletes' Well-Being. **Soc Indic Res.**, v. 89, p. 361-373, 2008. Available from: <https://doi.org/10.1007/s11205-008-9237-4>. Access on: 2020 Jan 07.

CHIMINAZZO, J. G. C.; MONTAGNER, P. C. Síndrome de *burnout* e esporte: a visão dos técnicos de tênis de campo. **Revista da Educação Física**, v. 20, n. 2, p. 217-223, 2009. <http://doi.org/10.4025/reveducfis.v20i2.5598>. Acesso em: 22 jan. 2020.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE HANDEBOL (CBHb). Dez estados realizaram os Acampamentos Regionais no mês de julho. São Bernardo do Campo. 10 ago 2018. Disponível em: <https://cbhb.org.br/v1/noticia/5339/dez-estados-realizaram-os-acampamentos-regionais-no-mand-234-s-de-julho>. Acesso em: 20 de jun. 2019.

CRESSWELL, S. L.; EKLUND, R. C. Motivation and burnout among top amateur rugby players. **Medicine and Science in Sports and Exercise**, v. 37, n. 3, p. 469-477, 2005. Available from: <https://doi.org/10.1249/01.mss.0000155398.71387.c2>. Access on: 2020 Jan 22.

CORREA, D. K. A. et al. Excelência na produtividade: a performance dos jogadores de futebol profissional. **Psicol. Reflex. Crit.**, v. 15, n. 2, p. 447-460, 2002. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-79722002000200021>. Acesso em: 16 jan. 2020.

DE FRANCISCO, C.; GARCÉS DE LOS FAYOS, E. J.; ARCE, C. Burnout en deportistas: prevalencia del síndrome a través de dos medidas. **Cuadernos de Psicología del Deporte**, v. 14, n. 1, p. 29-38, 2014. Disponible en: <https://doi.org/10.4321/S1578-84232014000100004>. Acessado en: 22 jan. 2020.

DIFIORI, J. P. et al. Overuse injuries and burnout in youth sports: A position statement from the American medical society for sports medicine. **British Journal of Sports**

Medicine, v. 48, n. 4, p. 287-288, 2014. Available from: <https://doi.org/10.1136/bjsports-2013-093299>. Access on: 020 Jan 22.

DIGGLE, P. J.; LIANG, K. Y.; ZEAGER, S. L. *Analysis of Longitudinal Data*. 1^a ed. Oxford, 2002.

DOHERTY, S.; HANNIGAN, B.; CAMPBELL, M. J. The experience of depression during the careers of elite male athletes. **Front Psychol.**, v. 7, 1069, 2016. Available from: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01069>. Access on: 2020 Jan 22.

DONOHUE, B. et al. A standardized method of assessing sport specific problems in the relationships of athletes with their coaches, teammates, family, and peers. **J Sport Behav.** v. 30, n. 4, p. 375-379, 2007. Available from: https://www.researchgate.net/publication/232544382_A_standardized_method_of_assessing_sport_specific_problems_in_the_relationships_of_athletes_with_their_coaches_teammates_family_and_peers. Access on: 2020 Jan 22.

FEJGIN, N.; TALMOR, R.; ERLICH, I. Inclusion and Burnout in Physical Education. **European Physical Education Review**, v. 11, n. 1, p. 29-50, 2005. Available from: <https://doi.org/10.1177/1356336X05049823>. Access on: 2020 Jan 22.

FERNÁNDEZ-RIO, J.; CECCHINI, J. A.; MÉNDEZ-GIMÉNEZ, A. Does Context, Practice or Competition Affect Female Athletes' Achievement Goal Dominance, Goal Pursuit, Burnout and Motivation? **J Hum Kinet.**, v. 59, n. 1, p. 91-105, 2017. Available from: <https://doi.org/10.1515/hukin-2017-0150>. Access on: 2020 Jan 07.

FRANCISCO, C. et al. Antecedents and consequences of burnout in athletes: Perceived stress and depression. **Int. J. Clin. Health Psychol.**, v. 16, n. 3, p. 239-246, 2016. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2016.04.001>. Access on: 2020 Jan 07.

FRASER-THOMAS, J.; STRACHAN, L.; JEFFERY-TOSONI, S. **Conditions of development of children's talent in sport**. Fitness Information Technology; UK ed. Edition, 2013.

FUNDO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A INFÂNCIA. **Panorama da distorção idade-série no Brasil**. Brasília, 2018. Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/media/461/file>. Acesso em: 28 dez. 2019.

GARCÍA UCHA, F. Entrenadores y burnout. **Revista Electrónica Lecturas en Educación Física y Deportes**, Buenos Aires, v. 5, n. 28, p. 1-2, 2000. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd28/burnout.htm>. Acessado en: 06 out. 2019

GERBER, M. et al. Effects of stress and mental toughness on burnout and depressive symptoms: A prospective study with young elite athletes. **Journal of Science and Medicine in Sport**, v. 21, n. 12, p. 1200-1205, 2018. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2018.05.018>. Access on: 2020 Jan 07.

GERBER, M. et al. Implicit and explicit attitudes towards sport among young elite athletes with high versus low burnout symptoms. **Journal of Sports Sciences**, v. 37, n. 14, p.

1673-1680, 2019. Available from: <https://doi.org/10.1080/02640414.2019.1585313>.
Access on: 2020 Jan 07.

GIACOMONI, C.; FONSECA, G. M. M. Principais indicadores de *burnout* em jovens atletas de futebol. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, v. 13, n. 2, p. 106-123, 2014. Disponível em:
<http://editorarevistas.mackenzie.br/index.php/remef/article/view/4975>. Acesso em: 06 out. 2019

GÓMEZ-LÓPEZ, M. et al. Goal orientation effects on elite handball players motivation and motivational climate. **Procedia Soc. Behav. Sci**, v. 132, p. 434-440, 2014. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.04.333>. Access on: 2020 Jan 07.

GOODGER, K.; GORELY, T.; LAVALLEE HARWOOD, C. Burnout in sport: a systematic review. **Sport Psychologist**, v. 21, n. 2, p. 127-151, 2007. Available from: <https://doi.org/10.1123/tsp.21.2.127>. Access on: 2020 Jan 22.

GOUTTEBARGE, V. et al. A 12-month prospective cohort study of symptoms of common mental disorders among European professional footballers. **Clinical Journal of Sport Medicine**, v. 27, n.5, p. 487-492, 2017. Available from:
<https://doi.org/10.1097/JSM.0000000000000388>. Access on: 2020 Jan. 22.

GOUTTEBARGE, V. et al. Occurrence of mental health symptoms and disorders in current and former elite athletes: a systematic review and meta-analysis. **Brit J Sport Med.**, v. 53, n. 13, p. 700-706, 2019. Available from: <http://dx.doi.org/10.1136/bjsports-2019-100671>. Access on: 2020 Jan 07.

GRANZ, H. L. et al. Risk profiles for athlete burnout in adolescent elite athletes - A classification analysis. **Psychology of Sport and Exercise**, v. 41, p. 130-141, 2019. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.11.005>. Access on: 2020 Jan 22.

GUEDES, D. P.; SOUZA, R. O. **Burnout em atletas jovens**. Londrina, Paraná: MidioGrafi; 2015. Disponível em:
<https://repositorio.pgsskroton.com.br/bitstream/123456789/23812/1/Burnout%20em%20Atletas%20Jovens.pdf>. Acesso em: 06 out. 2019

GUEDES, D. P.; SOUZA, R. O. Psychometric properties of the athlete burnout questionnaire for young brazilian athletes. **J. Phys. Educ.**, v.27, e2708, 2016. Available from: <http://dx.doi.org/10.4025/jphyseduc.v27i1.2708>. Access on: 06 out. 2019.

GUPTA, L.; MORGAN, K.; GILCHRIST, S. Does elite sport degrade sleep quality? A systematic review. **Sports Med.**, v. 47, p. 1317-1333, 2017. Available from: <https://doi.org/10.1007/s40279-016-0650-6>. Access on: 2020 Jan. 22.

GUSTAFSON, H. et al. A qualitative analysis of burnout in elite Swedish athletes. **Psychology of Sport and Exercise**, v. 9, n. 6, p. 800-816, 2008. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2007.11.004>. Access on: 2020 Jan. 22.

GUSTAFSSON, H. et al. Motivational profiles and burnout in elite athletes: A person-centered approach. **Psychology of Sport and Exercise**, v. 35, p. 118-125, 2018. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.11.009>. Access on: 2020 Jan 07.

GUSTAFSSON, H.; HANCOCK, D. J.; CÔTÉ, J. Describing citation structures in sport burnout literature: A citation network analysis. **Psychology of Sport and Exercise**, v. 15, n. 6, p. 620-626, 2014. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.07.001>. Access on: 2020 Jan 07.

GUSTAFSSON, H. et al. Prevalence of burnout in competitive adolescent athletes. **The Sport Psychologist**, v.21, n. 1, p. 21-37, 2007. Available from: <https://doi.org/10.1123/tsp.21.1.21>. Access on: 2020 Jan 07.

GUSTAFSSON, H.; MADIGAN, D. J.; LUNDKVIST, E. Burnout in Athletes. In: FUCHS, R.; GERBER, M., (eds.) **Handbook of Stress Regulation and Sport**. Springer reference psychologie. Berlin, Springer; 2017, p. 1-21. Available from: https://doi.org/10.1007/978-3-662-49411-0_24-1. Access on: 2020 Jan 07.

HENSCHEN, K. P. **Athletic staleness and burnout: Diagnosis, prevention, and treatment**. In Williams, J. M.; KRANE, V. (eds). Applied sport psychology: Personal growth o peak performance; 1986, p. 327-342.

HUGHES, L.; LEAVEY, G. Setting the bar: Athletes and vulnerability to mental illness. **British Journal of Psychiatry**, v. 200, n. 2, p. 95-96, 2012. Available from: <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.111.095976>. Access on: 2020 Jan 07.

IGOROV, M. et al. Creativity, resistance to mental fatigue and coping strategies in junior women handball players. **The European Proceedings of Social and Behavioural Sciences EpSBS**, v. 11, p. 286-292, 2016. Available from: <http://dx.doi.org/10.15405/epsbs.2016.06.39>. Access on: 2020 Jan 22.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Censo Escolar**. Rio de Janeiro, 2017. Disponível em: <http://portal.inep.gov.br/censo-escolar>. Acesso em: 28 dez. 2019.

ISOARD-GAUTHEUR, S.; GUILLET-DESCAS, E.; LEMYRE, P. N. A Prospective Study of the Influence of Perceived Coaching Style on Burnout Propensity in High Level Young Athletes: Using a Self-Determination Theory Perspective. **Sport Psychologist, Human Kinetics**, v. 26, p. 282-298, 2012. Available from: <https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-00904493/document>. Access on: 2020 Jan 22.

ISOARD-GAUTHEUR, S.; GUILLET-DESCAS, E.; GUSTAFSSON, H. Athlete burnout and the risk of dropout among young elite handball players. **Sport Psychologist**, v. 30, p. 123-130, 2016. Available from: <https://doi.org/10.1123/tsp.2014-0140>. Access on: 2020 Jan 07.

IVARSSON, A. Psychological predictors of sport injuries among soccer players. **Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports**, v. 21, n. 1, p. 129-136, 2011. Available from: <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2009.01057.x>. Access on: 2020 Jan. 22.

JAYANTHI, N. et al. Sports Specialization in Young Athletes: Evidence-Based Recommendations. **Sports Health**, v. 5, n. 3, p. 251-257, 2013. Available from: <https://doi.org/10.1177/1941738112464626>. Access on: 2019 Aug 10.

LAMENHA, I. C. B. **Motivação no handebol em esportistas iniciantes**. 2003. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Campinas, 2003. Disponível em: <http://tede.bibliotecadigital.puc-campinas.edu.br:8080/jspui/bitstream/tede/261/1/IZABEL%20CAVALCANTI%20BARROS%20LAMENHA.pdf>. Acesso em 10 ago. 2019

LANTZ, C. D.; SCHROEDER, P. J. Endorsement of masculine and feminine gender roles: Differences between participation in and identification with the athletic role. **Journal of Sport Behavior**, v. 22, n. 4, p. 545, 1999. Available from: <https://psycnet.apa.org/record/1999-15471-004>. Access on: 2019 Aug 10.

LEE, K.; KANG, S.; KIM, I. Relationships Among Stress, Burnout, Athletic Identity, and Athlete Satisfaction in Students at Korea's Physical Education High Schools. **Psychological Reports**, v. 120, n. 4, p. 585-608, 2017. Available from: <https://doi.org/10.1177/0033294117698465>. Access on: 2019 Aug 10.

LEMYRE, P. N.; ROBERTS, G. C.; STRAY-GUNDERSEN, J. Motivation, overtraining, and burnout: Can self-determined motivation predict overtraining and burnout in elite athletes? **Eur J Sport Sci.**, v. 7, n. 2, p. 115-126, 2007. Available from: <https://doi.org/10.1080/17461390701302607>. Access on: 2019 Aug 10.

MACNAMARA, A.; BUTTON, A.; COLLINS, D. The role of psychological characteristics in facilitating the pathway to elite performance part 1: Identifying mental skills and behaviors. **The Sport Psychologist**, v. 24, n. 1, p. 52-73, 2010. Available from: <https://psycnet.apa.org/record/2010-05139-004>. Access on: 2020 Jan 22.

MARKATI, A. et al. Psychological and situational determinants of burnout in adolescent athletes. **International Journal of Sport and Exercise Psychology**, v. 17, n. 5, p. 521-536, 2019. Available from: <https://doi.org/10.1080/1612197X.2017.1421680>. Access on: 2020 Jna 22.

MARQUES, A. C. P., ROSADO, A. F. B. Situações estressantes nos atletas de basquetebol de alta competição. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 19, n. 1, p. 71-87, 2005. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1807-55092005000100007>. Acesso em: 22 jan. 2020.

MASLACH, C.; SHAUFELI, W. B.; LEITER, M. P. Job burnout. **Annual Review of Psychology**, v. 52, p. 397-422. 2001. Available from: <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>. Access on: 2020 Jan 22.

NIXDORF, R. **Depression and burnout in (junior) elite athletes: Reviewing the state of knowledge and analysing their relationship**. Tesis (Doctored in Philosophy) - Technical University of Munich. Munich; 2018. Available from: <https://d-nb.info/1161528377/34>. Access on: 2020 Jan 22.

NUNES, L. M. et al. Os principais delineamentos na epidemiologia. *Revista HCPA*, v. 33, n. 2, p. 178-183, 2013. Disponível em:

<https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/158317/000904825.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 07 jan. 2020.

NUÑO, A. et al. Effects of fatigue on throwing performance in experienced team handball players. *Journal of human kinetics*, v. 54, n. 1, p. 103-113, 2016. Available from:

<https://doi.org/10.1515/hukin-2016-0039>. Access on: 2020 Jan 22.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Política de saúde mental e pacote de orientação para serviços: políticas e planos de saúde mental para crianças e adolescentes. Genebra, Suíça: **Organização Mundial da Saúde**; 2005.

PENNA, E. M, et al. Mental fatigue does not affect heart rate recovery but impairs performance in handball players. *Rev Bras Med Esporte*, v.24, n. 5, p. 347-351,

2018. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-86922018000500347&lng=en&nrm=iso. Access on: 2020 Jan 22.

PEREIRA, G.; ORTIGÃO, M. I. R. Pesquisa quantitativa em educação: algumas considerações. *Periferia*, v. 8, n. 1, p. 66-79, 2017. Disponível em:

<https://doi.org/10.12957/periferia.2016.27341>. Acesso em: 22 jan. 2020.

PERREAULT, S. et al. Does it take three to tango? Psychological need satisfaction and athlete burnout. *International Journal of Sport Psychology*, v. 38, n. 4, p. 437–450,

2007. Available from: <https://psycnet.apa.org/record/2008-02698-006>. Access on: 2020 Jan 22.

PIRES, D. A.; BRANDÃO, M. R. F.; SILVA, C. B. Validação do questionário de burnout para atletas. *Revista da Educação Física da Universidade Estadual de Maringá (UEM)*, v. 17, n. 1, p. 27-36, 2006. Disponível em:

<http://www.periodicos.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/view/3353>. Acesso em ago. 2019

PIRES, D. A. et al. Burnout e coping em atletas de voleibol: uma análise longitudinal. *Rev Bras Med Esporte*, v. 22, n. 4, p. 277-281, 2016. Disponível em:

<http://dx.doi.org/10.1590/1517-869220162204158756>. Acesso em: 22 jan. 2020.

PIRES, D. A.; FLORES, L. J. F.; BRANDÃO, M. R. F. Situações de jogo causadoras de estresse em atletas das categorias de base de handebol: uma abordagem cross-

cultural. *Conexões*, v. 6, n. esp. Ginástica, p. 463-476, 2008. Disponível em:

<https://doi.org/10.20396/conex.v6i0.8637849>. Acesso em: 22 jan. 2020.

PIRES, D. A.; SOUZA, I. N.; CRUZ, H. R. A. Indicadores da síndrome de burnout e suas subescalas em atletas de basquetebol dos sexos masculino e feminino da seleção municipal de Castanhal-PA. *Revista Corpoconsciência*, v. 14, n. 1, p. 35-48, 2010. Disponível em:

<http://periodicoscientificos.ufmt.br/ojs/index.php/corpoconsciencia/article/view/3516/2459>. Acesso em: 22 jan. 2020.

PURCELL, R.; GWYTHYER, K.; RICE, S. M. Mental health in elite athletes: increased awareness requires an early intervention framework to respond to athlete needs. *Sports*

Med - Open, v. 5, article 46, 2019. Available from: <https://doi.org/10.1186/s40798-019-0220-1>. Access on: 2020 Jan 07.

PUTUKIAN, M. The psychological response to injury in student athletes: a narrative review with a focus on mental health. **Brit J Sport Med.**, v. 50, p. 145-148, 2015. Available from: <https://doi.org/10.1136/bjsports-2015-095586>. Access on: 2020 Jan 07.

RAEDEKE, T.; SMITH, A. L. The Athlete *Burnout* Questionnaire Manual. Morgantown, WV: **Fitness Information Technology**; 2009.

RAEDEKE, T.; SMITH, A. Development and preliminary validation of an athlete burnout measure. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, v. 23, n. 4, p. 281-306, 2001. Available from: <https://doi.org/10.1123/jsep.23.4.281>. Access on: 2020 Jan. 22.

RÉ, A. E. N.; JUNIOR, D. R.; BOHME, M. T. S. Stress e nível competitivo: considerações sobre jovens praticantes de futsal. **R. bras. Ci. e Mov.**, v. 12, n. 4, p. 83-88, 2008. Disponível em: <http://doi.org/10.18511/rbcm.v12i4.591>. Acesso em: 22 jan. 2020.

RICE, S. M. et al. Determinants of anxiety in elite athletes: a systematic review and meta-analysis. **British Journal of Sports Medicine**, v. 53, n. 11, p. 722-730, 2019. Available from: <http://dx.doi.org/10.1136/bjsports-2019-100620>. Access on: 2020 Jan. 22.

RICE, S. M. et al. Sport-related concussion and mental health outcomes in elite athletes: a systematic review. **Sports Med.**, v. 48, n. 2, p. 447-465, 2018. Available from: <https://doi.org/10.1007/s40279-017-0810-3>. Access on: 2020 Jan. 22.

RODRIGUES, R. N. **Síndrome de burnout em jovens atletas**: um estudo com modalidades esportivas individuais e coletivas na fase pré-competitiva. Dissertação (Mestrado em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem). Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Bauru. Disponível em: <http://hdl.handle.net/11449/153020>. Acesso em 10 ago. 2019.

ROSE JR, D. Padrão de Comportamento do Stress em Atletas de Alto Nível. **Revista Paulista Educação Física**, v. 10, n. 2, p. 139-145, 2001. Disponível em: <https://doi.org/10.11606/issn.2594-5904.rpef.1996.138544>. Acesso em: 22 jan. 2020.

ROSE, J. R. et al. Situações de jogo como fonte de "stress" em modalidades esportivas coletivas. **Revista Brasileira De Educação Física E Esporte**, v. 18, n. 4, p. 385-395, 2004. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1807-55092004000400007>. Acesso em: 22 jan. 2020.

ROTELLA, R. J.; HANSON, T.; COOP, R. H. Burnout in Youth Sports. **The Elementary School Journal**, v. 91, n. 5, p. 421-428, 1991. Available from: <https://www.jstor.org/stable/1001882>. Access in: 2019 Aug 10.

RUSSELL, S. e t al. The application of mental fatigue research to elite team sport performance: New perspectives. **J Sci Med Sport.**, v. 22, n. 6, p. 723-728, 2018. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2018.12.008>. Access on: 2020 Jan 07.

SANTOS, A. C. A. **Síndrome de Burnout em atletas infanto juvenis**. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Universidade Federal de Sergipe, 2015. Disponível em: https://ri.ufs.br/bitstream/riufs/4940/1/ANA_CLECIA_ALVES_SANTOS.pdf. Acesso em 10 ago. 2019.

SCHIEVE, L. A. et al. Parenting aggravation and autism spectrum disorders: 2007 National Survey of Children's Health. **Disabil Health J.**, v. 4, n. 3, p. 143-52, 2011. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2010.09.002>. Access on: 2020 Jan 22.

SEABRA, A. **Síndrome de Burnout e a depressão no contexto da saúde ocupacional**. Tese (Doutorado em Ciências Biomédicas) - Universidade do Porto, 2008. Disponível em: <https://pdfs.semanticscholar.org/ba19/fb30591ef1e1199110f02f4a81899c0d6aef.pdf>. Acesso em 10 ago. 2019.

SERRA, A. **O estresse na vida de todos os dias**. Coimbra: Gráfica Coimbra; 2011.

SILVA, F. M.; FERNANDES, L.; CELANI, F. O. Desporto de crianças e jovens - um estudo sobre as idades de iniciação. **Rev Port Ciênc Desporto**, v. 1, n. 1, p. 45-55, 2001. Disponível em: https://rpcd.fade.up.pt/arquivo/artigos_soltos/vol.1_nr.2/06.pdf. Acesso em: 10 ago. 2019

SILVA, E. M.; CHIMINAZZO, J. G. C.; PIRES, D. A. Indicadores da Síndrome de *Burnout* em atletas amadores brasileiros de *Rugby Sevens*. **Pensar a Prática**, v. 19, n. 1, p. 92-102, 2016. Disponível em: <http://doi.org/10.5216/rpp.v19i1.37019>. Acesso em: 22 jan. 2020.

SMITH, R. E., SMOLL, F. L. Psychological stress: A conceptual model and some intervention strategies in youth sports. In MAGILL, R. A.; ASH, M. J.; SMOLL, F. L. (Eds.). **Children in sport**, 2. ed., Champaign, IL: Human Kinetics; 1982, p. 178-195.

SOUZA, R. O. et al. Analysis of psychological variables associated with the burnout syndrome and performance in adult athletes through the Athlete Burnout Questionnaire - ABQ. **J. Phys. Educ.**, v. 29, e2928, 2018. Available from: <http://dx.doi.org/10.4025/jphyseduc.v29i1.2928>. Access on: 2020 Jan 22.

SOUZA, W. C.; SILVA, A. M. M. A influência de fatores de personalidade e de organização do trabalho no Burnout em profissionais de saúde. **Revista Estudos de Psicologia**, v. 19, n. 1, p. 37-48, 2002. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-166X2002000100004>. Acesso em: 10 ago. 2019.

STEIN, M. B.; SAREEN, J. Generalized anxiety disorder. **N. Engl. J. Med.**, v. 373, p. 2059-2068, 2015. Available from: <http://doi.org/10.1056/NEJMcp1502514>. Access on: 2020 Jan 07.

TABOSA, M. P. O.; CORDEIRO, A. T. Estresse ocupacional: análise do ambiente laboral de uma cooperativa de médicos de pernambuco. **Revista de Carreiras e Pessoas (ReCaPe)**, v. 8, n. 2, p. 282-303, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.20503/recape.v8i2.35197>. Acesso em 10 ago. 2019

- TANURE, B. et al. Estresse, doença do tempo: um estudo sobre o uso do tempo pelos executivos brasileiros. **Estud. pesqui. psicol.**, v. 14, n. 1, p. 65-88, 2014. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/epp/v14n1/v14n1a05.pdf>. Acesso em 10 ago. 2019
- TOROS, T. Burnout levels of handball players with respect to age, gender and experience. **Asian Journal of Education and Training**, v. 4, n. 1, p. 29-34, 2018. Available from: <http://doi.org/10.20448/journal.522.2018.41.29.34>. Access on: 2020 Jan 07.
- VERARDI, C. E. L. et al. Burnout e enfrentamento em jogadores de futebol: fases pré e durante competição. **Rev Bras Med Esporte**, v. 20, n. 4, p. 272-275, 2014. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1517-86922014200401993>. Acesso em: 22 jan. 2020.
- WALBURG, V. Burnout among high school students: A literature review. **Children and Youth Services Review**, v.42, p. 28-33, 2014. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2014.03.020>. Access on: 2020 Jan. 22.
- WEBER, S. et al. Symptoms of Anxiety and Depression in Young Athletes Using the Hospital Anxiety and Depression Scale. **Frontiers in Physiology**, v. 9, 182, 2018. Available from: <http://doi.org/10.3389/fphys.2018.00182>. Access on: 2020 Jan 07.
- WEINBERG, R.; GOULD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. 6. ed. Porto Alegre: Artmed; 2016.
- WILLNER P.; SCHEEL-KRÜGER J.; BELZUNG, C. The neurobiology of depression and antidepressant action. **Neurosci. Biobehav. Rev.** v. 37, p. 2331–2371, 2013. Available from: <http://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2012.12.007>. Access on: 2020 Jan 07.
- YAVARI, Y.; ISMAELI, M. R.; REZAIE, J. Relation between burnout and motivation among elite handball players. **International Journal of Sport Studies**, v. 3, n. 9, p. 1015-1022, 2013. Available from: <https://www.cabdirect.org/cabdirect/abstract/20143104902>. Access on: 2020 Jan 07.
- ZAMBRIN, L. F. et al. Análise do comportamento competitivo de atletas jovens e adultos de handebol. **Rev. bras. educ. fís. esporte**, v. 30, n. 2, p. 505-513, 2016. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1807-55092016000200505>. Acesso em: 22 jan. 2020.
- ZIEMAINZ, H. et al. Burnout im Sport: Zur Prävalenz von Burnout aus bedingungsbezogener Perspektive. **Leistungssport**, v. 34, n. 6, p. 12-17. Available from: <http://leistungssport.net/fileadmin/jahresarchiv/2004/Ziemainz.pdf>. Access on: 2020 Jan. 22.

APÊNDICES

APÊNDICE I

Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Prezado(a) Responsável,

Meu nome é Luciano Garcia Lourenção, sou professor do Programa de Pós-graduação em Enfermagem da Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto e, juntamente com o fisioterapeuta, pós-graduando, Max dos Santos Afonso, estou desenvolvendo um estudo sobre “*Síndrome de burnout em atletas da seleção brasileira de handebol - categoria infantil*”, com o objetivo de analisar a prevalência da Síndrome de *Burnout* em atletas infantis selecionáveis para a Seleção Brasileira de Handebol.

Para tanto, gostaria de solicitar seu consentimento (autorização) para que seu filho, se desejar, participe deste estudo, respondendo os questionários que se destinam à obtenção dos dados sobre este estudo. Ressalto que os riscos existentes se referem a algum constrangimento em responder às questões e que, porém, o(a) seu(sua) filho(a) não é obrigado(a) a responder às questões que lhe causem qualquer tipo de desconforto. Destaco, ainda, que a participação dele(a) é voluntária e, mesmo havendo sua autorização, ele(a) não será obrigado a responder os questionários. Além disso, para aqueles que responderem, será garantido sigilo e anonimato das informações.

Este estudo permitirá conhecer a prevalência da síndrome de burnout nos atletas infantis selecionáveis para a Seleção Brasileira de Handebol, permitindo compreender modificações de comportamento e, a partir daí, auxiliar os atletas na elaboração de um projeto terapêutico efetivo, para seguimento da carreira. Por esse motivo, a participação voluntária dos atletas é muito importante.

Esclarecemos que os resultados obtidos com o estudo serão utilizados com fins estritamente científicos, a partir do diagnóstico da prevalência da síndrome de burnout nos atletas infantis, subsidiando propostas de intervenção.

Os resultados serão divulgados em eventos científicos e publicações de meios especializados. Desta forma, os participantes do estudo serão beneficiados, contribuindo com a informações que auxiliarão os profissionais de saúde e treinados que acompanham estes atletas, podendo o material produzido servir de estudo para outros profissionais.

A suspensão do estudo poderá ocorrer se for constatada qualquer possibilidade de risco ou prejuízo para os profissionais estudados. Além disso, esclarecemos que você tem a liberdade de retirar seu consentimento a qualquer momento e, então, seu(sua) filho(a) será retirado do estudo.

Contando com sua colaboração, antecipadamente agradeço e me coloco à disposição para melhores esclarecimentos.

Eu, _____, portador do RG nº _____ sinto-me suficiente e devidamente esclarecido sobre o objetivo deste estudo, como está escrito neste termo, e declaro que consinto que meu filho(a) participe do mesmo, por livre vontade, não tendo sofrido nenhuma forma de pressão ou influência indevida.

Data: ____/____/____ Assinatura: _____

Atenciosamente,

Max dos Santos Afonso
Pós-graduando

Luciano Garcia Lourenção
Pesquisador Responsável

Telefones para contato: Prof. Luciano – (17) 99144-5597 / (53) 99960-5597
Comitê de Ética em Pesquisa - (17) 3201-5813

APÊNDICE II

Termo de Assentimento Livre e Esclarecido

Você está sendo convidado a participar da pesquisa “*Síndrome de burnout em atletas da seleção brasileira de handebol - categoria infantil*”. O professor Luciano Garcia Lourenção, juntamente com o fisioterapeuta Max dos Santos Afonso são as pessoas responsáveis pelo estudo. Nesta pesquisa estamos estudando a prevalência de jovens atletas de elite do handebol do Acampamento Nacional de Desenvolvimento e Melhoria da Técnica, em São Bernardo do Campo/SP.

Para este estudo, precisaremos que você responda dois questionários: um com algumas informações sobre você e o outro é um questionário que mede se você tem ou não Burnout, que é um esgotamento relacionado à atividade que você realiza. No caso, ser atleta da seleção brasileira de handebol – categoria infantil.

Seus pais/responsáveis autorizaram, mas sua participação neste estudo é voluntária. Nós não vamos contar para ninguém que você está participando do estudo e nem vamos colocar seu nome em lugar nenhum. Nenhum dos questionários possui sua identificação.

Você participa do estudo se quiser. E, se você quiser participar você terá que responder os dois questionários.

O estudo não apresenta riscos, mas se você se sentir envergonhado de responder alguma pergunta, pode não responder.

Sua participação no estudo é importante e contribuirá para que sejam propostas ações que melhorem a saúde e a qualidade dos treinos dos atletas, podendo melhorar seu desempenho nas competições.

Em caso de dúvidas ou problemas com a pesquisa você pode procurar os **pesquisadores responsáveis**, Max dos Santos Afonso, no telefone (53) 98137- 1707 e Prof. Luciano Garcia Lourenção pelo telefone (53) 99960-5597. Se você achar que a equipe do estudo fez algo errado com você, é só entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos da FAMERP (CEP/FAMERP) que também poderá te atender no telefone: (17) 3201-5813 ou pelo email: cepfamerp@famerp.br, no horário de funcionamento das 7:30 às 16:30 de segunda à sexta na Avenida Brigadeiro Faria Lima, 5416 em São José do Rio Preto/SP.

Declaro que entendi este TERMO DE ASSENTIMENTO e estou de acordo em participar do estudo.

Assinatura do Participante:

Data:

APÊNDICE III

QUESTIONÁRIO SOCIOECONÔMICO E PROFISSIONAL

DADOS DE IDENTIFICAÇÃO

Data nascimento: ____/____/____ Idade: _____ Naturalidade: _____

Cidade de Origem: _____ Estado: _____

Possui atividade remunerada? () Sim () Não

Quem é o responsável pelo sustento financeiro da família? () Pai () Pai e Mãe () Meus pais e eu contribuo
() Outro. Especifique: _____

Qual série está matriculado? _____

IDENTIDADE ÉTNICO-RACIAL

- Amarela – origem asiática Indígena
 Branco Pardo
 Preto/Negro Outra. Qual? _____

QUAL A SUA SITUAÇÃO DE MORADIA? (MARQUE MAIS DE UMA OPÇÃO SE NECESSÁRIO)

- Alugada Própria
 Cedida. Por quem _____ República
 Em área verde Comunidade Indígena
 Em ocupação irregular Comunidade Quilombola
 Financiada Comunidade Cigana
 Na rua Outra. Qual? _____

CONTEXTO EDUCACIONAL – ENSINO FUNDAMENTAL

- Estudante frequente/frequentou somente Escola Pública.
 Estudante frequente/frequentou Escola Particular.
 Estudante frequente/frequentou Escola Particular com bolsa de estudos.
 Estudante frequente/frequentou parte em Escola Pública parte em Escola Particular com bolsa de estudos.
 Estudante frequente/frequentou parte em Escola Pública parte em Escola Particular sem bolsa de estudos.

CONTEXTO ESPORTIVO – QUANDO VOCÊ PRÁTICA O HANDEBOL?

- Na escola (Aula de Educação Física) Num clube/equipe (ganho salário para jogar)
 Na equipe da escola Outra. Qual? _____
 Quantas horas você treina por semana? _____

CONTEXTO ESPORTIVO – O QUE VOCÊ ESPERA DO HANDEBOL?

- Jogar num clube/equipe da minha cidade
 Praticar como um hobby (recreação)
 Jogar profissionalmente e viver do Handebol
 Jogar profissionalmente, viver do Handebol e chegar na Seleção Brasileira
 Outra. Qual? _____

DADOS GRUPO FAMILIAR

Nome das pessoas que convivem com você	Pai/Mãe/Irmãos (ãs)	Idade	Até que ano estudou	Profissão	Se recebe salário, qual o valor?
1º Nome	Vínculo	Idade	Escolaridade ²	Ocupação	Renda bruta mensal

ANEXOS

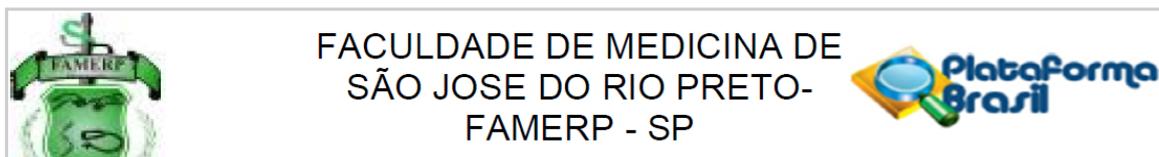
ANEXO I

Questionário de Burnout para Atletas

Por favor, leia cada frase cuidadosamente e decida se você já se sentiu dessa maneira em relação a sua participação esportiva atual. A sua participação esportiva atual inclui todos os treinamentos e jogos que você completou durante esse Acampamento Nacional de Handebol. Por favor, indique quantas vezes você tem tido esse sentimento ou pensamento no Acampamento Nacional de Handebol circulando um número de 1 a 5. Onde 1 significa “Eu quase nunca me senti 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 honesta possível. Por gentileza, certifique-se de que tenha respondido todos os itens

		Quase nunca	Raramente	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 II



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Síndrome de burnout em atletas da seleção brasileira de handebol - categoria infantil

Pesquisador: LUCIANO GARCIA LOURENCAO

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 04111418.0.0000.5415

Instituição Proponente: Faculdade de Medicina de São Jose do Rio Preto- FAMERP - SP

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 3.079.959

Apresentação do Projeto:

O presente estudo objetiva analisar a prevalência da Síndrome de Burnout em atletas infantis selecionáveis para a Seleção Brasileira de Handebol. Essa pesquisa terá um delineamento transversal descritivo, com abordagem quantitativa. Os participantes serão atletas da categoria infantil, que farão uma imersão de dez dias, no Centro Nacional de Desenvolvimento do Handebol Professor José Maria dos Passos na cidade de São Bernardo do Campo, São Paulo, na tentativa de conseguirem ingressar na Seleção Brasileira de Handebol. O instrumento utilizado para a coleta de dados será o Questionário de Burnout para Atletas. Os dados serão tratados em função do cálculo dos escores, adequados à análise dos instrumentos utilizados e sofrerão tratamento estatístico apropriado, de forma a responder os objetivos do estudo, considerando significativo valor-p menor ou igual a 0,05. Os aspectos éticos serão respeitados de acordo com a Resolução 466/12, do Conselho Nacional de Saúde, que normatiza as pesquisas envolvendo seres humanos.

Objetivo da Pesquisa:

Analisar a prevalência da Síndrome de Burnout em atletas infantis selecionáveis para a Seleção Brasileira de Handebol.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Os riscos aos participantes são mínimos, e os benefícios estão diretamente relacionados aos

Endereço: BRIGADEIRO FARIA LIMA, 5416

Bairro: VILA SAO PEDRO

CEP: 15.090-000

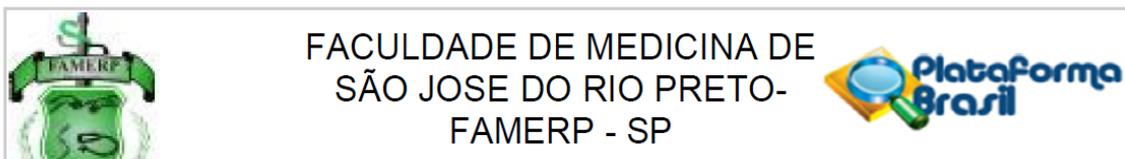
UF: SP

Município: SAO JOSE DO RIO PRETO

Telefone: (17)3201-5813

Fax: (17)3201-5813

E-mail: cepfamerp@famerp.br



Continuação do Parecer: 3.079.959

possíveis resultados da pesquisa, que pode evidenciar novos conhecimentos na área específica.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Trata-se de um estudo com elevada possibilidade de produção de novos conhecimentos, sem maiores implicações à Ética ou à segurança dos participantes.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Presentes e adequados.

Recomendações:

Recomenda-se a aprovação do presente estudo.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Não há.

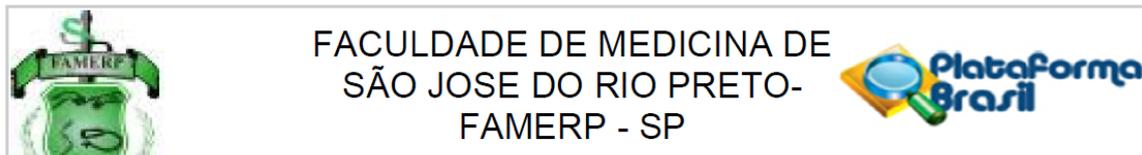
Considerações Finais a critério do CEP:

Diante do exposto, o Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos da Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto, de acordo com as atribuições definidas na Resolução CNS nº 466 de 2012 e na Norma Operacional nº 001 de 2013 do CNS, manifesta-se pela aprovação do projeto de pesquisa proposto.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1263615.pdf	05/12/2018 20:32:28		Aceito
Declaração de Pesquisadores	Declaracao_CEP.PDF	05/12/2018 20:32:01	LUCIANO GARCIA LOURENCAO	Aceito
Folha de Rosto	Folha_Rosto.pdf	05/12/2018 16:47:19	LUCIANO GARCIA LOURENCAO	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_CEP.pdf	28/11/2018 22:22:36	LUCIANO GARCIA LOURENCAO	Aceito
Outros	Instrumentos_Coleta_Dados.pdf	28/11/2018 22:21:59	LUCIANO GARCIA LOURENCAO	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de	TCLE_TALE.pdf	28/11/2018 22:18:58	LUCIANO GARCIA LOURENCAO	Aceito

Endereço: BRIGADEIRO FARIA LIMA, 5416
 Bairro: VILA SAO PEDRO CEP: 15.090-000
 UF: SP Município: SAO JOSE DO RIO PRETO
 Telefone: (17)3201-5813 Fax: (17)3201-5813 E-mail: cepfamerp@famerp.br



Continuação do Parecer: 3.079.959

Ausência	TCLE_TALE.pdf	28/11/2018 22:18:58	LUCIANO GARCIA LOURENCAO	Aceito
----------	---------------	------------------------	-----------------------------	--------

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

SAO JOSE DO RIO PRETO, 13 de Dezembro de 2018

Assinado por:
GERARDO MARIA DE ARAUJO FILHO
 (Coordenador(a))

Endereço: BRIGADEIRO FARIA LIMA, 5416
Bairro: VILA SAO PEDRO **CEP:** 15.090-000
UF: SP **Município:** SAO JOSE DO RIO PRETO
Telefone: (17)3201-5813 **Fax:** (17)3201-5813 **E-mail:** cepfamerp@famerp.br