



Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto
Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde

Carlos Eduardo Lopes Verardi

Burnout e Estratégias de Enfrentamento em
Jogadores de Futebol Profissionais e
Amadores

São José do Rio Preto
2008

Carlos Eduardo Lopes Verardi

Burnout e Estratégias de Enfrentamento em
Jogadores de Futebol Profissionais e
Amadores

Tese apresentada à Faculdade de
Medicina de São José do Rio Preto para
obtenção do Título de Doutor no Curso
de Pós-graduação em Ciências da
Saúde, Eixo Temático: Medicina e
Ciências Correlatas.

Orientadora: Profa. Dra. Maria Cristina de O. S. Miyazaki

São José do Rio Preto
2008

Verardi, Carlos Eduardo Lopes

Burnout e estratégias de enfrentamento em jogadores de futebol profissionais e amadores / Carlos Eduardo Lopes Verardi

São José do Rio Preto, 2008

96 p.;

Tese (Doutorado) – Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto – FAMERP

Eixo Temático: Medicina e Ciências Correlatas

Orientadora: Profa. Dra. Maria Cristina de O. Santos Miyazaki

1. *Burnout*; 2. Adaptação psicológica; 3. Futebol.

Carlos Eduardo Lopes Verardi

***Burnout* e estratégias de enfrentamento em
jogadores de futebol profissionais e
amadores**

BANCA EXAMINADORA

TESE PARA OBTENÇÃO DO GRAU DE
DOUTOR

Presidente e Orientador: Profa. Dra. Maria C. de O. S.
Miyazaki

2º Examinador: Prof. Dr. Afonso Antonio Machado

3º Examinador: Prof. Dr. Ademir De Marco

4º Examinador: Prof. Dr. Kazuo K. Nagamine

5º Examinador: Profa. Dra. Neide Aparecida M. Domingos

Suplentes: Prof. Dr. Cassiano M. Neiva

Profa. Dra. Maysa A. Bianchin

São José do Rio Preto, 15 / 12 / 2008.

SUMÁRIO

Dedicatória.....	i
Agradecimentos	ii
Lista de Figuras.....	iv
Lista de Tabelas e Quadro.....	vi
Lista de Abreviaturas e Símbolos.....	viii
Resumo.....	ix
Abstract.....	xi
1. Introdução	01
1.1. Jogadores de Futebol: O “Sonho” e a Realidade da Formação Profissional.....	03
1.2. Estresse, Estratégias de Enfrentamento e Esporte.....	06
1.3. Estresse, <i>Burnout</i> e Esporte	12
1.4. Objetivos	17
1.4.1. Gerais.....	17
1.4.2. Específicos	17
2. Casuística e Método	18
2.1. Casuística	19
2.2. Método	19
2.3. Formulação de Hipóteses	20
2.4. Procedimentos	21
2.5. Instrumento	22
2.6. Análise de Dados	24

3. Resultados e Discussão	25
3.1. Caracterização dos atletas participantes.....	26
3.2. <i>Burnout</i>	27
3.2.1. Escores Médios e Comparação entre Atletas Profissionais e Amadores nas Três Subescalas do Questionário de Burnout para Atletas (ABQ)	28
3.2.2. Escores Médios e Comparação entre Atletas Profissionais, Amadores e Posições de Jogo em Relação à Subescala Reduzido Senso de Realização Esportiva (RSR).....	33
3.2.3. Escores Médios e Comparação entre Atletas Profissionais, Amadores e Posições de Jogo em Relação à Subescala Exaustão Física e Emocional (EFE)	35
3.2.4. Escores Médios e Comparação entre Atletas Profissionais, Amadores e Posições de Jogo em Relação à Subescala Desvalorização da Modalidade Esportiva (DES)	36
3.2.5. Burnout e Pré-competição: Uma Hipótese para Avaliar Escores Médios	40
3.3. Estratégias de Enfrentamento de Problemas Utilizadas pelos Participantes do Estudo	
3.3.1. Relação dos Fatores de Enfrentamento com as Posições dos Jogadores em Campo.....	56
3.4. Análise da Estratégia de Enfrentamento Predominante.....	71
4. Conclusões	74

5. Referências Bibliográficas.....	76
6. Apêndices	88
7. Anexos.....	91

Dedico este trabalho aos meus pais, Pedro e Dolores, aos meus irmãos, Sergio e Maria de Lourdes, à minha querida esposa Ana Paula e a minha filha Bárbara, motivo de inspiração e felicidade.

Agradecimentos

- ✓ À Pós-Graduação representada pelos Professores Doutores Domingo Marcolino Braile, Emmanuel de Almeida Burdmann, Dorotéia Rossi Silva Souza e Reinaldo Azoubel, pelo empenho, dedicação, comprometidos na estruturação desta instituição e na qualidade da qualificação docente.
- ✓ Aos professores da Pós-Graduação da FAMERP, que de uma forma indireta colaboraram com a construção deste trabalho.
- ✓ Ao Professor Dr. Sérgio L. Lopes Verardi, pela revisão deste trabalho.
- ✓ Aos Professores, Dr. Kazuo Kauano Nagamini e Dra. Neide A. Micelli Domingos pelas preciosas sugestões durante o exame de qualificação.
- ✓ A Professora Dra. Adriana Barbosa Santos, pelas orientações no tratamento estatístico.
- ✓ Ao amigo Professor. Dr. Kazuo Kauano Nagamini, pela amizade, pelo constante incentivo e comprometimento.
- ✓ Aos professores, Alexandre Fusco, Adilson Roque, Alexander de Oliveira e Júlio Rodrigues, pela amizade e constante solicitude.

- ✓ A diretoria do América Futebol Clube, Rio Preto Esporte Clube e Mirassol Futebol Clube, e a todos os jogadores de futebol, pela colaboração e consentimento para realização deste trabalho.

- ✓ Num espaço muito especial minha orientadora, Professora Dra. Maria Cristina Oliveira Santos Miyazaki, pelo rigor científico, confiança, empenho, e estímulo em todos os momentos da realização deste trabalho. Comprometida com a formação, mais que acadêmica, suas atitudes transmitem respeito e dignidade. Meus sinceros agradecimentos pelo acolhimento desde o primeiro dia, e pela oportunidade e privilégio de ser seu orientando.

Lista de Figuras

Figura 1.	Distribuição percentual dos atletas das categorias profissional e amador de acordo com suas posições de jogo.....	27
Figura 2.	Percentual para indicativo de vulnerabilidade para “burnout” para cada fator em cada categoria de jogador (profissional ou amador).....	45
Figura 3.	<i>Box plot</i> para a dimensão Reduzido Senso de Realização Esportiva (RSR) por categoria (profissional ou amador).....	47
Figura 4.	<i>Box plot</i> para a dimensão Exaustão Física e Emocional (EFE) por categoria (profissional ou amador).....	48
Figura 5.	<i>Box plot</i> para a dimensão Desvalorização da Modalidade Esportiva DES por categoria (profissional ou amador).....	49
Figura 6.	Dispersão de fatores de enfrentamento por idade segundo a categoria.....	52
Figura 7.	Dispersão de fatores de enfrentamento por tempo como atleta amador e profissional.....	54
Figura 8.	Box-plot do Fator 1 (Estratégias de Enfrentamento Focalizadas no Problema) por posição de jogo dos jogadores profissionais	64
Figura 9.	Box-plot do Fator 1 (Estratégias de Enfrentamento Focalizadas no Problema) por posição de jogo dos jogadores amadores.....	65
Figura 10.	Box-plot do Fator 2 (Estratégias de Enfrentamento Focalizadas na Emoção) por posição de jogo dos jogadores profissionais.....	66

Figura 11. Box-plot do Fator 2 (Estratégias de Enfrentamento Focalizadas na Emoção) por posição de jogo dos jogadores amadores.....	66
Figura 12. Box-plot do Fator 3 (Práticas Religiosas/Pensamento Fantasiado) por posição de jogo dos jogadores profissionais....	68
Figura 13. Box-plot do Fator 3 (Práticas Religiosas/Pensamento Fantasiado) por posição de jogo dos jogadores amadores.....	68
Figura 14. Box-plot do Fator 4 (Busca de Suporte Social) por posição de jogo dos jogadores profissionais.....	70
Figura 15. Box-plot do Fator 4 (Busca de Suporte Social) por posição de jogo dos jogadores amadores.....	70

Lista de Tabelas e Quadro

Quadro 1.	Hipóteses testadas durante a execução do estudo.....	21
Tabela 1.	Idade dos participantes e tempo como atleta amador ou profissional.....	26
Tabela 2.	Escore médios para as três subescalas de <i>burnout</i> para atletas profissionais e amadores e valor p resultante da comparação realizada com o Teste t de Student.....	28
Tabela 3.	Escore dos atletas profissionais e amadores obtidos na subescala Reduzido Senso de Realização Esportiva (RSR) e comparação (teste Mann-Whitney) de acordo com a posição de jogo.....	34
Tabela 4.	Escore dos atletas profissionais e amadores obtidos na subescala Exaustão Física e Emocional (EFE) e comparação (teste Mann-Whitney) de acordo com a posição de jogo.....	36
Tabela 5.	Escore dos atletas profissionais e amadores obtidos na subescala Desvalorização da Modalidade Esportiva (DES) e comparação (teste Mann-Whitney) de acordo com a posição de jogo.....	37
Tabela 6.	Comparação do escore de EFE, RSR, DES relativos aos níveis de resposta da escala <i>Likert</i> . Valor P relativo ao teste da média.....	42
Tabela 7.	Percentual indicativo para vulnerabilidade alta ou baixa de “ <i>burnout</i> ” para cada fator em cada categoria de jogador (profissional ou amador).....	44

Tabela 8.	Estatísticas descritivas relativas às variáveis: idade, tempo de profissão e fatores de enfrentamento de problemas. Valor P relativo ao Teste t.....	50
Tabela 9.	Estatísticas descritivas relativas ao Fator 1 (Estratégias de Enfrentamento Focalizadas no Problema) para cada posição de jogo e teste comparativo por categoria do atleta. Valor P relativo ao Teste de Mann-Whitney.....	57
Tabela 10.	Estatísticas descritivas relativas ao Fator 2 (Estratégias de Enfrentamento Focalizadas na Emoção) para cada posição de jogo e teste comparativo por categoria do atleta. Valor P relativo ao Teste de Mann-Whitney.....	59
Tabela 11.	Estatísticas descritivas relativas ao Fator 3 (Práticas Religiosas/Pensamento Fantasiado) para cada posição de jogo e teste comparativo por categoria do atleta. Valor P relativo ao Teste de Mann-Whitney.....	61
Tabela 12.	Estatísticas descritivas relativas ao Fator 4 (Busca de Suporte Social) para cada posição de jogo e teste comparativo por categoria do atleta. Valor P relativo ao Teste de Mann-Whitney..	63
Tabela 13.	Valores nominais e percentuais distribuídos de acordo com seus respectivos fatores predominantes, quanto à posição e divididos por categoria. Valores de P referentes ao Teste de Homogeneidade.....	73

Lista de Abreviaturas e Símbolos

ABQ	- <i>Athlete Burnout Questionnaire</i>
DES	- Desvalorização da Modalidade Esportiva
EFE	- Exaustão Física e Emocional
EMEP	- Escala Modos de Enfretamento de Problema
FAMERP	- Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto
Fator 1	- Estratégias de Enfrentamento Focalizadas no Problema
Fator 2	- Estratégias de Enfrentamento Focalizadas na Emoção
Fator 3	- Práticas Religiosas/Pensamento Fantasiado
Fator 4	Busca de Suporte Social
Máx	- Máximo
Md	- Mediana
Mín	- Mínimo
QBA	- Questionário de <i>Burnout</i> para Atletas
RSR	- Reduzido Senso de Realização Esportiva

O estresse e o seu enfrentamento têm importante impacto sobre a prática profissional. **Objetivo:** Identificar níveis de *burnout* (estafa profissional) e estratégias de enfrentamento entre jogadores de futebol profissionais e os aspirantes ao profissionalismo em fase de preparação competitiva. **Casuística:** Participaram 134 jogadores de futebol do sexo masculino, 71 profissionais (16 a 34 anos; média de idade: 22,77; DP: 3,98) e 63 amadores aspirantes ao profissionalismo (15 a 18 anos; média de idade: 17,18; DP: 0,84) de três equipes que participam dos Campeonatos Estaduais da Primeira Divisão. **Método:** Durante a fase pré-competitiva do Campeonato Paulista das Séries A-1 e A-2 (categoria profissional) e Copa São Paulo de Futebol Júnior (categoria amadora), os jogadores que concordaram em participar assinaram Termo de Consentimento Pós-Esclarecido. Preencheram ficha com dados demográficos e responderam individualmente ao Questionário de *Burnout* para Atletas (QBA) e a Escala Modos de Enfrentamento de Problema (EMEP). Para análise dos dados utilizou-se estatística descritiva, teste de comparação de duas proporções, teste t para comparação de médias de amostras independentes, teste da média e teste não paramétrico de Mann-Whitney. O nível de significância adotado foi $P < 0,05$. **Resultados:** Não houve diferença estatisticamente significativa ($P < 0,05$) entre as médias das duas categorias de atletas (profissional e amador) nas subescalas de *burnout*. Tempo como atleta (amador e profissional) e posição de jogo também não influenciaram a ocorrência dos sintomas relacionados às três dimensões do *burnout*.

Entretanto, goleiros e atacantes profissionais e zagueiros amadores apresentaram os maiores escores médios totais para *burnout*, associados à exaustão física e emocional. Não houve diferença significativa, quanto às estratégias de enfrentamento utilizadas (focalizada no problema, na emoção, pensamento fantasioso/práticas religiosas e suporte social). Enfrentamento focalizado no problema foi a estratégia mais utilizada por todos os jogadores (amadores: $M=3,77$ e profissionais: $M=3,78$). Suporte social, por outro lado, foi a menos utilizada (profissionais: $M=1,94$ e amadores: $M=2,13$). Quando comparadas as estratégias de enfrentamento por categoria e posição de jogo, os laterais amadores utilizaram mais o pensamento fantasioso/práticas religiosas ($P=0,042$) do que os profissionais. **Conclusões:** Não houve diferença significativa entre às categorias de jogadores em relação às três dimensões de *burnout*, mesmo quando comparadas as diferentes posições de jogo. A estratégia focalizada no problema foi a mais utilizada tanto por profissionais como por amadores, exceto pelos laterais amadores, que utilizavam mais pensamento fantasioso/práticas religiosas.

Palavras-chave: 1. *Burnout*; 2. Adaptação Psicológica; 3. Futebol.

Abstract

Stress and coping have an important impact on professional practice.

Objective: To identify burnout levels and coping strategies used by professional and amateur football players during the pre-competitive season. Participants were 134 male football players, 71 professionals (16 to 34 years; mean age 22.77; SD: 3.98) and 63 amateurs (15 to 18 years; mean age:17.18; SD:0.84) from three teams participating on the First Division State Championship.

Method: During Series A-1 and A-2 of the Paulista Championship (professionals) and São Paulo Cup of Junior Football (amateurs) players who agreed to participate signed a consent form. They filled a charter questionnaire about demographic data, and answered the Burnout Athletes Questionnaire (QBA), and the Coping with Problems Scale (EMEP). For data analysis descriptive statistics, test for comparison of two proportions, t test for comparing means of independent samples, mean test and Mann-Whitney non parametric test were used. Significance level was $P < 0.05$.

Results: There was no significant difference ($P < 0.05$) between both categories of athletes (professional and amateur) according to the means of the burnout sub-scales. Neither time length as athlete (professional or amateur) nor game position influenced the presence of burnout symptoms in the three categories. However, professional goalkeepers and attack players and amateur defenders presented higher mean scores for burnout associated with physical and emotional exhaustion. There were no significant differences related to coping strategies used by players (problem focused, emotion focused, wishful thinking/religious practices, and social support). Coping Focused Problem was the most frequently strategy

used by all players (amateurs: mean=3.77 and professionals:mean=3.78). On the other hand, social support was the least used coping strategy (professionals: mean=1.94 and amateurs: mean=2.13). When coping strategies were compared based on game position and player category (professional or amateur), lateral player amateurs used more wishful thinking /religious practices (P=0.042) than professionals. **Conclusions:** There were no significant differences on the three burnout dimensions between both categories of football players, even when different game positions were considered. Coping Focused Problem was the most used strategy used by both the professionals and amateurs, except the amateur laterais, who used more wishful thinking /religious practices.

Key-words: 1. *Burnout*; 2. Coping; 3. Football.

1. INTRODUÇÃO

1. INTRODUÇÃO

Richard Giulianot⁽¹⁾ estruturou a trajetória histórica do futebol em três períodos: Tradicional, moderno e pós-moderno. O *Período tradicional*, dos primórdios até depois da 1ª guerra mundial, é marcado pela formação de associações internacionais para administrar o esporte, que se torna extremamente popular entre as novas classes operárias urbanas. O *Período moderno*, de 1920 até o final da década de 1980, consolida o status global do futebol com Jogos Olímpicos e a Copa do Mundo. Este período caracteriza-se pela profissionalização dos jogadores e surgimento de diretores executivos e a publicidade, patrocínios e *merchandising* começam a superar a renda dos ingressos. O *Período pós-moderno*, com início na década de 1990, estabelece a hegemonia da classe média na cultura do futebol e a crescente mercantilização de suas atividades culturais e a influência das redes de televisão no controle dos clubes. Os torcedores representam um novo e crítico espectador, ávido por produzir e consumir uma variedade de mídias do futebol.

Em um período marcado pelo capitalismo globalizado, o futebol adquiriu o caráter de produto a ser comercializado, e o principal interesse do mercado é extrair o máximo de lucro possível.⁽²⁾

O Futebol tornou-se um fenômeno social e cultural dos mais importantes de nossa época. É uma cultura popular que desperta atração e produz uma paixão ampla e participativa entre seus adeptos; este esporte mantém as lealdades de seus torcedores ao longo da vida.⁽¹⁾ Na concepção dos torcedores

sobre o significado do futebol “a idéia que permeia é a de que os torcedores do futebol são realmente criaturas apaixonadas sem limites pelo jogo”.⁽³⁾

A relação entre os estados emocionais e o futebol envolve tanto praticantes como espectadores. É possível observar indícios comportamentais de emoções experimentadas pelos torcedores. Estudo realizado durante a Copa do Mundo de Futebol na Alemanha em 2006, teve o objetivo de examinar a relação entre o estresse emocional e a incidência de eventos cardiovasculares durante este evento esportivo. Os resultados revelaram um forte e significativo aumento na incidência de eventos cardiovasculares (inclusive síndrome coronária aguda e arritmia cardíaca sintomática) associada às partidas envolvendo o time alemão durante a copa do mundo. Os autores concluíram que, ao assistir uma partida de futebol estressante, mais que dobra o risco de um evento cardiovascular agudo.⁽⁴⁾

Com o fim do amadorismo esportivo, o futebol tornou-se uma carreira profissional muito desejada, associada a status e ascensão social. Além de altos salários, jogadores de futebol de alto nível recebem também para representar marcas e produtos vinculados a vitórias e resultados.⁽⁵⁾ Tornar-se um jogador bem sucedido, entretanto, não é uma tarefa fácil.

1.1. Jogadores de Futebol: O “Sonho” e a Realidade da Formação Profissional

A formação do jogador de futebol consiste num processo de aprendizagem e disciplina teórico-prático onde, com exceção do talento, tudo é ensinado e aperfeiçoado por meio de treinamentos. É nas divisões de base dos

clubes profissionais que ocorre o processo de ensino/aprendizagem do jogador de futebol e conseqüentemente a profissionalização.⁽⁶⁾

Verardi e De Marco⁽⁷⁾ em pesquisa realizada com crianças, adolescentes e seus respectivos pais, identificaram que 67,74%, dos jovens entrevistados relataram motivação para praticar futebol com o intuito de tornar-se um jogador profissional. Observando os resultados, as respostas reforçam que os sonhos dos pais e filhos convergem ao futebol profissional, pois 83,87% dos pais “pretendem ou gostariam” que seu filho se tornasse um jogador profissional.

Muitas crianças e adolescentes atualmente são motivados a tornar-se profissionais do futebol influenciados pela mídia, por professores, técnicos e, como foi constatado nos resultados apresentados na pesquisa de Verardi e De Marco⁽⁷⁾, pelos próprios pais. Entre os motivos talvez esteja a oportunidade de salários milionários que o futebol proporciona, estabelecendo uma ascensão social.^(6,7) As conseqüências de ver este “sonho” realizado muitas vezes vêm associadas ao abandono dos estudos e ao isolamento social, oriundos da dedicação necessária ao treinamento diário, ao grande número de jogos, competições e cobrança obsessiva por vitórias.⁽⁷⁾

A preparação dos jogadores de futebol evoluiu de forma expressiva nas últimas décadas, com melhora significativa da performance do futebolista e do sucesso das equipes nas competições. Futebol de campo é uma atividade complexa, que exige habilidades físicas, técnicas, táticas, motoras e psicológicas, bem como a integração entre todos estes aspectos.⁽⁸⁻¹⁰⁾ Para obter resultados satisfatórios, entretanto, o treinamento deve ser planejado, considerando todas as fases de preparação envolvidas neste processo.

No futebol de alto nível, as habilidades esportivas de diversos jogadores muitas vezes se igualam. Assim, além do desenvolvimento dos aspectos físicos, técnicos e táticos, um adequado preparo psicológico é necessário. Como outros atletas, jogadores de futebol estão expostos a um número potencial de estressores, como pressões do esporte de alta performance, que interferem na sua carreira e no seu desempenho.⁽¹¹⁾

Atualmente há uma grande preocupação com a qualidade de vida e condições adequadas de trabalho, para proporcionar uma vida digna, sem comprometer a saúde e o futuro do trabalhador. No esporte profissional existe uma permanente busca da excelência dos aspectos físicos, técnicos, táticos e psicológicos, ao mesmo tempo em que se busca evitar problemas que retardem ou interrompam a vida profissional de um atleta. O estresse profissional e a síndrome de *burnout* podem ser um dos fatores limitadores no desenvolvimento dos atletas, sendo, entretanto, ainda pouco estudados.⁽¹²⁾

Para De Rose Junior⁽¹³⁾ a competição é uma fonte de estresse para atletas de qualquer nível e faixa etária, que influencia o desempenho. Competições esportivas de qualquer nível podem provocar tanto emoções positivas como negativas, que por sua vez irão influenciar positiva ou negativamente o desempenho do atleta.⁽¹⁴⁾

Entretanto, nem todos os atletas são igualmente vulneráveis a essas fontes de estresse. Assim, “a identificação de estressores e das estratégias utilizadas por aqueles que conseguem, com seu comportamento, amortecer o impacto do estresse sobre o organismo” é necessária para a elaboração de programas preventivos.⁽¹⁵⁾ Esforços para solucionar problemas, como o manejo

do estresse profissional, constituem importante forma de enfrentamento. Programas cujo objetivo é desenvolver estas habilidades são denominados treino em solução de problemas.⁽¹⁵⁾

Diante deste contexto, é relevante investigar estressores que podem limitar o desenvolvimento esportivo de jogadores de futebol de alto nível, neste caso, a síndrome de *burnout* e estratégias de enfrentamento, nas várias etapas da formação dos atletas profissionais e categorias que representam a fase de transição para o profissionalismo.

1.2. Estresse, Estratégias de Enfrentamento e Esporte

O termo estresse é utilizado por diferentes áreas do conhecimento, com diferentes significados. Embora a versatilidade do termo e sua ampla utilização sejam indesejáveis sob a perspectiva científica,⁽¹⁶⁾ existe hoje extensa literatura sobre estresse na interface das áreas de psicologia, saúde e esporte. Sob esta perspectiva, estresse é uma “experiência emocional negativa, acompanhada por mudanças bioquímicas, fisiológicas, cognitivas e comportamentais previsíveis que visam alterar ou acomodar seus efeitos”.⁽¹⁷⁾ Pode também ser definido como “uma reação psicofisiológica complexa que tem em sua gênese a necessidade do organismo fazer face a algo que ameace sua homeostase interna”.⁽¹⁸⁾

O termo estresse pode ainda ser compreendido como um estímulo ou evento ambiental causador de tensão, denominado estressor; como resposta ou reação individual ao estressor, incluindo componentes psicológicos e fisiológicos, e como processo ou relação entre indivíduo e ambiente. Quando

visto como processo, o indivíduo “é um agente ativo que pode influenciar o impacto do estressor por meio de estratégias comportamentais, cognitivas e emocionais”.⁽¹⁹⁾

É importante ressaltar que não é o evento que determina seu potencial como estressor, mas sim a percepção que o indivíduo tem sobre o mesmo. Assim, uma mesma experiência pode ser percebida como estressora por uma pessoa e como inócua por outra.^(17,20) Quando algo é percebido como um estressor, entretanto, tende a desencadear respostas fisiológicas semelhantes nos indivíduos.⁽²¹⁾

Para muitos autores, o estresse está negativamente relacionado ao desempenho individual. Algumas evidências, entretanto, sugerem que a “performance em determinada tarefa será mais baixa em níveis muito reduzidos ou muito elevados de estresse e ótima em níveis moderados de estresse”.⁽²¹⁾ A presença do estresse em níveis moderados pode melhorar o desempenho porque há estímulo para manter a vigilância do indivíduo, mas não um excesso de estímulo para distraí-lo de seu objetivo. Quando o nível de estresse é baixo, o indivíduo pode não estar suficientemente alerta para ter um desempenho adequado. Quando é muito alto, por outro lado, a excitação excessiva pode prejudicar o desempenho.⁽²¹⁾ Vários modelos têm sido (e continuam sendo) propostos para explicar o desempenho humano em condições de estresse.^(16,21)

É inegável, entretanto, que o estresse faz parte da vida das pessoas e que, quando excessivo, pode ter conseqüências negativas.⁽²²⁾

Identificar estressores e estratégias de enfrentamento que, se empregadas pelos indivíduos, conseguem amortecer o seu impacto, permite delinear programas preventivos e de intervenção. Estudos com este objetivo têm sido realizados em diferentes áreas do conhecimento, com diferentes objetivos e participantes, como pacientes com doenças crônicas,⁽²²⁾ profissionais da saúde,^(23,24) saúde mental,⁽²⁵⁾ militares,⁽²¹⁾ pesquisadores⁽²⁶⁾ e atletas de diferentes modalidades esportivas⁽²⁷⁻³¹⁾

Enfrentamento (*coping*) é o termo utilizado para designar o processo de lidar com demandas (internas ou externas), avaliadas pelo indivíduo como além dos seus recursos ou possibilidades.^(25,32)

Lazarus e Folkman⁽³²⁾ propuseram a definição provavelmente mais conhecida de enfrentamento: esforços comportamentais e cognitivos do indivíduo para lidar com demandas ambientais ou internas, ou com um conflito existente entre ambas, que tanto influenciam como são influenciados pelo ambiente.

Enfrentamento é, portanto, uma resposta individual de adaptação a situações consideradas difíceis. Mudanças no estilo de vida ou problemas associados a emoções negativas (ex. ansiedade, depressão) requerem novo repertório de comportamentos, diferente daquele utilizado anteriormente. Este novo repertório inclui as estratégias de enfrentamento utilizadas para lidar com as novas demandas. Alguns recursos de enfrentamento que auxiliam a manejar o estresse, reduzir o sofrimento e que estão associados a melhores resultados em termos de saúde já foram identificados. Estes incluem otimismo, percepção de controle, auto-estima e suporte social.⁽²⁵⁾

Analisando várias definições de enfrentamento, Gimenez⁽³³⁾ concluiu que a maioria delas compartilha a noção de que “as pessoas ativamente respondem às exigências impostas a elas” e associam enfrentamento a estresse. Assim, enfrentamento será aqui compreendido não como uma característica pessoal, mas como “esforços para lidar com situações estressantes que mudam ao longo do tempo... delineados a partir de contextos particulares que exigem adaptação”.⁽³³⁾

O enfrentamento de determinada situação depende de uma avaliação individual da mesma. Esta avaliação pode identificar perdas ou danos, ameaças de perdas ou desafio. As respostas de enfrentamento podem ser uma ação direta ou a solução do problema, reduzindo o estresse e a emoção negativa a ele associada. Quando um problema não pode ser solucionado por meio de uma ação direta, estratégias cognitivas podem ser utilizadas, sempre considerando que “... ações e pensamentos [não] são mutuamente exclusivos, ao contrário, processos cognitivos estão presentes em ações diretas particulares e estas, sem dúvida, também presentes durante as avaliações das pessoas”.⁽³³⁾

No esporte, “os atletas de sucesso serão, certamente, aqueles que melhores capacidades demonstram na gestão e no controle das situações potencialmente estressantes”.⁽²⁰⁾ Em consonância com esta afirmação, diversos estudos têm sido realizados sobre estresse em atletas.

Ivarsson⁽²⁸⁾ identificou ansiedade, falta de confiança, estresse e estratégias pouco efetivas de enfrentamento como importantes fatores que aumentam a vulnerabilidade para lesões em jogadores de futebol de elite.

Outras fontes de estresse entre jogadores de futebol incluem ansiedade em relação ao próprio desempenho, ausência de *feedback*, dificuldade para conciliar o esporte com outras atividades (ex. estudo), déficit de suporte social formal (ex. *manager*, programa de trabalho e psicólogo do esporte) e/ou informal, como capacidade de concentração e insegurança em relação ao trabalho como atleta profissional.⁽³⁴⁾

Estudo com jogadores de basquetebol de alta competição indicou que as fontes de estresse, para estes atletas, provinham de “todos os aspectos da prática competitiva”, como viagens, questões financeiras, pessoais, participação em esporte coletivo e de relacionamento interpessoal.⁽²⁰⁾

Pesquisas sobre o impacto do estresse sobre o desempenho incluem prejuízos como rigidez na performance e no raciocínio, reduções nas habilidades de analisar situações complexas e manipular informações de forma adequada, dificuldade para concluir tarefas e redução da acurácia. Além dos efeitos individuais, o estresse pode afetar de forma negativa o funcionamento do indivíduo em atividades de grupo, com redução na qualidade da comunicação e tomada de decisão incorreta.⁽²¹⁾ A exposição prolongada a determinados estressores pode ter conseqüências negativas graves, como a exaustão profissional.

Para atletas profissionais, em longo prazo, o desequilíbrio entre as exigências da profissão e as estratégias de enfrentamento utilizadas pode levar o atleta a desistir da carreira.⁽²⁰⁾ Entretanto, é importante ressaltar que estratégias adequadas de enfrentamento podem ser ensinadas quando necessário.

Treino em solução de problemas é um exemplo desta afirmação. Este inclui: 1) identificação do estressor (ou das reações a este), como um problema a ser resolvido; 2) estabelecimento de objetivos realistas, definidos concretamente e expressando o problema em termos de comportamentos; 3) delineamento de várias ações que levam à solução; 4) avaliação do problema sob diferentes perspectivas (ex: sob a perspectiva de outras pessoas); 5) treinamento das estratégias avaliadas como as mais adequadas para resolver o problema; e 6) opção pela melhor solução possível, utilizando um processo de pensamento tipo causa/conseqüência, isto é, avaliando cada solução possível em termos de conseqüências a curto e médio prazo, dos efeitos pessoais e sociais daquela decisão.^(35,36,15) A habilidade para solucionar problemas está associada à percepção de controle, que é uma das formas mais adequadas para lidar com o estresse.

Quando estratégias adequadas não estão disponíveis ou não são desenvolvidas, altos níveis de estresse podem acarretar exaustão, baixo comprometimento com o grupo ou com a organização profissional, rotatividade e até transtornos psiquiátricos, como o transtorno de estresse pós-traumático, que inclui sintomas como problemas de sono e isolamento social.⁽²¹⁾

Para jogadores profissionais, como para outras atletas, a exaustão profissional está associada a lesões mais freqüentes. Além disso, jogadores com maior experiência e maior número de vitórias relatam mais estresse e exaustão.⁽³⁷⁻³⁹⁾

Assim, estudar estresse e seus efeitos sobre jogadores de futebol pode contribuir para melhorar tanto o desempenho como a qualidade de vida destes atletas.⁽³¹⁾

1.3. Estresse, *Burnout* e Esporte

O *burnout* está associado à percepção de que os recursos pessoais são insuficientes ou inadequados para enfrentar o estresse. Como decorrência, o indivíduo desenvolve atitudes, condutas e sentimentos negativos, que acarretam problemas de ordem prática e emocional no ambiente de trabalho.⁽⁴⁰⁾

De acordo com Seidl, Tróccoli e Zannon⁽⁴¹⁾, teorias psicológicas sobre o estresse têm incorporado outras variáveis, como avaliação cognitiva (*appraisal*) e respostas de enfrentamento (*coping*). Estas respostas ou estratégias de enfrentamento são classificadas quanto à função em duas categorias: enfrentamento focalizado no problema e enfrentamento focalizado na emoção.

Burnout, cuja tradução é 'perder a energia', 'queimar completamente', é um termo utilizado para designar a experiência de um profissional que "perde o sentido da sua relação com o trabalho, de forma que as coisas já não importam mais e qualquer esforço lhe parece ser inútil".⁽⁴⁰⁾ Diagnosticada principalmente em profissões que exigem contato direto com seus usuários e relações interpessoais constantes, como educação, saúde e segurança, *burnout* é uma síndrome psicológica em resposta aos estressores crônicos intervenientes das relações interpessoais no trabalho.⁽⁴²⁾

Diversos autores^(42,43) descrevem *burnout* como uma síndrome da exaustão emocional, decorrente do estresse crônico associado ao envolvimento freqüente e intenso com problemas psicológicos, sociais e/ou físicos de outras pessoas. De natureza multidimensional, o *burnout* envolve três componentes básicos: 1) exaustão emocional, com sentimentos de extrema fadiga e percepção de incapacidade para “se doar” afetivamente; 2) despersonalização, com o desenvolvimento de atitudes cínicas e sentimentos negativos; 3) insatisfação com a própria realização profissional, com tendência a se avaliar negativamente, especialmente na relação com os usuários ou clientes, com sentimentos de infelicidade e insatisfação com as próprias realizações no trabalho.

Para pesquisadores em psicologia do esporte⁽⁴⁴⁻⁴⁶⁾ as características do *burnout* em atletas são semelhantes às experimentadas por profissionais que atuam em contato direto e frequente com outros seres humanos.^(42,43) Em atletas, portanto, *burnout* é conceituado como uma síndrome de experiências duradouras, caracterizada pela exaustão física e emocional, reduzido senso de realização e de desvalorização esportiva.^(45,46)

No contexto esportivo, a maioria das discussões sobre *burnout* em atletas vê o problema como uma resposta ao estresse crônico. Atletas que experimentam *burnout* se sentem física e psicologicamente exaustos frente às demandas do treinamento e competição, percebem um reduzido senso de realização, sentimentos de desvalorização esportiva e muitas vezes param de preocupar-se com o próprio desempenho.^(45,46)

Para a maioria dos atletas, o principal elemento do esporte parece ser a sua própria performance. Neste caso, portanto, as dimensões de *burnout* devem ser definidas em relação ao desempenho desportivo. Das três dimensões de *burnout*, a despersonalização parece ser o aspecto menos aplicável para atletas, provavelmente pelas diferenças contextuais entre esporte e prestação de serviços a outras pessoas. Dado que a despersonalização representa a desvalorização e o desinteresse para o que é importante, nesse domínio em particular, despersonalização para atletas pode representar o desenvolvimento de atitudes negativas no seu envolvimento com o esporte.⁽⁴⁵⁾

De acordo com Pires, Brandão e Machado⁽⁴⁷⁾ a síndrome de *burnout* é ainda pouco identificada no contexto esportivo, pelo fato de possuir um conjunto de sintomas de ordem física e psicológica não reconhecido em curto prazo em atletas. Em muitos casos, atletas estão vulneráveis ao *burnout* a partir do momento em que surge a incompatibilidade com planos e metas iniciais na modalidade esportiva, por vivenciarem freqüentes cobranças e críticas, cansaço e estresse, cuja conseqüência principal é o abandono da prática esportiva.

Segundo Chiminazzo e Montagner⁽¹²⁾ é comum que jovens atletas desistam ou abandonem a carreira esportiva quando atingem o nível profissional. Antecedendo a desistência, estes passam por um estágio de esgotamento, causado por motivos físicos, psicológicos ou sociais. Para Samulski⁽⁴⁸⁾ ao vivenciar o *burnout*, o afastamento do ambiente estressor torna-se inevitável. No contexto esportivo, entretanto, *burnout* difere do abandono da

prática esportiva “porque envolve algumas características psicológicas e exaustão emocional, respostas negativas dos colegas, diminuição da auto-estima e depressão”. Assim, atletas abandonam o esporte por várias razões, sendo *burnout* uma delas.

A síndrome de *burnout* pode ser desenvolvida em qualquer atleta que pratica esporte com certa intensidade competitiva. Portanto, não é o grau de profissionalismo que determina sua presença, mas sim as circunstâncias esportivas e as fontes de estresse associadas à prática esportiva habitual, como intensidade competitiva independente do nível esportivo, percepção da presença de estressores no contexto esportivo, atitudes de treinadores e/ou familiares, quantidade e intensidade das competições.⁽⁴⁹⁾

Algumas variáveis associados ao *burnout* no contexto esportivo incluem estilo do treinador, altas demandas competitivas, estratégias de enfrentamento, estilo de vida externo, monotonia do treinamento e escassez de reforços positivos. Considerando estas variáveis, pesquisadores têm sugerido programas de prevenção e intervenção no contexto esportivo, focando aspectos como estruturar de maneira mais racional o trabalho desportivo, planificar períodos de prática mental e treinamento psicológico, modificar a estrutura social do esporte competitivo e aumentar a idade mínima exigida para a prática esportiva e competitiva.^(10,49)

Além de elaborar e avaliar programas preventivos e de intervenção, identificar precocemente sinais de risco para *burnout* em atletas é também altamente relevante. Estes sinais incluem, por exemplo, persistência de

sentimentos de decepção e mudanças de humor, como precursores da exaustão emocional.⁽⁵⁰⁾

Estudos recentes têm diferenciado *burnout* em atletas de treinamento excessivo ou *overtraining* e conceitos relacionados, que previamente foram utilizados como sinônimos. Parece haver um consenso que *burnout* consiste em um estado final extremo, resultante da má adaptação ao treinamento ou recuperação incompleta.^(12,51)

Tradicionalmente, o instrumento mais utilizado para avaliar *burnout* têm sido o Inventário Maslach de Burnout⁽⁴³⁾ (*Maslach Burnout Inventory* ou MBI), projetado para avaliar vários aspectos desta síndrome em profissionais da área de prestação de serviços humanos. Um instrumento psicométrico específico para a mensuração de *burnout* em atletas, o Athlete Burnout Questionnaire ou ABQ, desenvolvido por Raedeke e Smith⁽⁴⁶⁾ tem sido considerado o mais adequado para investigação do *burnout* no contexto esportivo.

Cresswell e Eklund⁽⁵²⁾ avaliaram a validade destes dois instrumentos (*Maslach Burnout Inventory – General Survey* ou MBI-GS, versão adaptada do MBI e o *Athlete Burnout Questionnaire* ou ABQ). Concluíram que, apesar das duas medidas apresentarem algumas limitações, de forma geral ambas apresentam validade satisfatória. Sugeriram ainda que pesquisas em contextos esportivos devem utilizar o ABQ⁽⁴⁶⁾, visando estabelecer normas e possíveis conseqüências do *burnout* em atletas.

Recentemente, Pires, Brandão e Silva⁽⁵³⁾ traduziram o ABQ como Questionário de *Burnout* para Atletas ou QBA. Os resultados obtidos confirmaram tanto a validade do construto quanto sua confiabilidade.

Com base nas considerações sobre estresse e *burnout* em atletas, bem como sobre a relevância do tema para profissionais inseridos na área esportiva, foram elaborados os objetivos deste estudo.

1.4. Objetivos

1.4.1. Gerais

Identificar níveis de *burnout*, e estratégias de enfrentamento entre jogadores de futebol profissional e jogadores aspirantes ao profissionalismo em fase de preparação competitiva.

1.4.2. Específicos

- Identificar e comparar valores de referência para *Burnout* em relação a variáveis como; jogadores profissionais e amadores, e posição de jogo durante a fase de preparação competitiva;
- Analisar os escores de interesse relativos às estratégias de enfrentamento de acordo com a posição dos jogadores, comparando as categorias de jogadores.

2. CASUÍSTICA E MÉTODO

2. CASUÍSTICA E MÉTODOS

2.1. Casuística

Participaram do estudo 134 jogadores de futebol do sexo masculino, 71 profissionais (idade: 16 a 34 anos) e 63 amadores aspirantes ao profissionalismo (idade: 15 a 18 anos) (Tabela 1). Os participantes eram integrantes de três equipes: América Futebol Clube e Rio Preto Esporte Clube da cidade de São José do Rio Preto (SP), e Mirassol Futebol Clube da cidade de Mirassol (SP). Todas estas equipes participaram do Campeonato Paulista de Futebol da Primeira Divisão (Série A1 e A2) e Copa São Paulo de Futebol Junior, organizados pela Federação Paulista de Futebol, durante o ano de 2007.

2.2. Método

O procedimento de escolha da amostra foi intencional. Utilizou-se como critério de escolha, o fato que jogadores de futebol fazem parte de uma população específica, com características homogêneas (ex. idade, sexo, modalidade esportiva praticada e seus pré-requisitos para ingressar como amadores ou profissionais). O critério utilizado para inclusão do jogador como amador foi a ausência de contrato profissional e tempo de participação, apenas em competições organizadas pelas Federações de Futebol, filiadas a Confederação Brasileira de Futebol (CBF). A escolha da amostra, portanto, baseou-se nas variáveis específicas a serem estudadas.⁽⁵⁶⁾

Durante a fase de planejamento foi determinado que o estudo abrangeria a população de jogadores inscritos nas quarenta equipes participantes do Campeonato Paulista da Primeira Divisão das Séries A1 e A2 da categoria profissional, além dos atletas amadores inscritos nos 88 Clubes participantes da Copa São Paulo de Futebol Junior*. O tamanho e abrangência da população, entretanto, acarretaram dificuldades práticas para a coleta de dados, como tempo, custo, distância, deslocamento, acompanhamento e rotatividade dos atletas. Assim, foi escolhida uma amostra de conveniência, que preservasse as características específicas desta população, com equipes de jogadores do futebol profissional e amador da cidade e região de São José do Rio Preto.

2.3. Formulação de Hipóteses

Hipótese é o resultado esperado de um estudo. Esta deve ser testável e destina-se a explicar provisoriamente um fenômeno ou problema.⁽⁵⁴⁻⁵⁶⁾ O Quadro 1 descreve as hipóteses que orientaram a execução deste estudo.

* Fonte: Federação Paulista de Futebol www.futebolpaulista.com.br

Quadro 1. Hipóteses testadas durante a execução do estudo.

Hipótese 1	Jogadores amadores apresentam escores mais elevados de <i>burnout</i> por estarem em fase de transição para o profissionalismo e serem menos experientes que jogadores profissionais.
Hipótese 2	Os escores de <i>burnout</i> são mais elevados durante a competição esportiva em relação à fase de preparação, uma vez que a primeira, de acordo com a literatura, constitui importante fonte de estresse.
Hipótese 3	A posição de jogo está associada a escores mais elevados de <i>burnout</i> , pelas características e exigências específicas que cada uma delas apresenta.
Hipótese 4	Jogadores profissionais, portanto mais experientes, apresentam padrões de enfrentamento diferentes daqueles utilizados pelos atletas amadores, pois a experiência está associada com o tempo de competição.
Hipótese 5	A posição de jogo está relacionada a diferentes estilos de enfrentamento em função das características e exigências específicas que cada uma delas apresenta.

2.4. Procedimentos

O projeto foi encaminhado e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da FAMERP - protocolo 6109/2006 (Anexo 1). Responsáveis pelos clubes também aprovaram a realização do estudo, após receberem informações detalhadas sobre o projeto.

Os dados foram coletados pessoalmente pelo pesquisador durante a fase pré-competitiva do Campeonato Paulista da Primeira Divisão das Séries A-1 e A-2 (categoria profissional) em janeiro de 2007 e Copa São Paulo de Futebol Júnior (categoria amadora) em dezembro de 2006. Ao serem convidados a

participar, os atletas receberam informações sobre o estudo. Aqueles que concordaram em participar assinaram previamente um Termo de Consentimento Pós-Esclarecido (Apêndice 1). Os atletas foram avaliados individualmente, aqueles que se enquadravam nos critérios para a participação da pesquisa foram entrevistados “*in loco*”, e orientados a responder o questionário no próprio local de treinamento, antes ou após a sessão de treinamento, especialmente durante a fase pré-competitiva. Utilizou-se uma Ficha de Avaliação Demográfica (Apêndice 2), para levantar dados mediante questões abertas e fechadas sobre as variáveis: idade, tempo como atleta federado (amador), tempo como atleta profissional e posição de jogo.

2.5. Instrumento

Para oferecer resultados úteis, a preocupação inicial deste estudo foi encontrar um instrumento compatível com as características da amostra pesquisada. Portanto, o critério de escolha dos instrumentos para a coleta de dados, priorizou a sua facilidade de aplicação, clareza no seu preenchimento, fidedignidade e validade para a língua portuguesa. Para avaliar as variáveis dependentes, burnout e estratégias de enfrentamento foram utilizados os instrumentos descritos abaixo:

Questionário de Burnout para Atletas (QBA): uma versão do *Athlete Burnout Questionnaire (ABQ)*, instrumento original desenvolvido especialmente para avaliar burnout em atletas por Raedeke e Smith,⁽⁴⁶⁾ validado para o português por Pires, Brandão e Silva.⁽⁵³⁾

O questionário é composto por 15 itens e três subescalas que avaliam a frequência de sentimentos relativos ao burnout: exaustão física e emocional (eu estou exausto pelas demandas física e emocional do esporte); reduzido senso de realização esportiva (não importa o que eu faço, eu não executo como devo); desvalorização da modalidade esportiva (eu tenho sentimentos negativos em relação ao esporte). As respostas são dadas em uma escala tipo *Likert*: 1) Quase nunca; 2) Raramente; 3) Algumas vezes; 4) Frequentemente; 5) Quase sempre (Anexo 2).

Os resultados são atribuídos a cada subescala, obtidos da média aritmética das respostas dadas aos cinco itens correspondentes a cada dimensão de *burnout*, e a um valor de *burnout* total calculado pela média aritmética de todos 15 itens do instrumento.⁽⁵³⁾

Escala Modos de Enfretamento de Problema (EMEP): A Escala Modos de Enfretamento de Problemas (EMEP) utilizada no estudo foi desenvolvida por Seidl, Tróccoli e Zannon,⁽⁴¹⁾ a partir da versão adaptada para o português.⁽⁵⁷⁾ A escala inclui 45 itens, agrupados em quatro fatores: 1) enfrentamento focalizado no problema (18 itens); 2) enfrentamento focalizado na emoção (15 itens); 3) busca de práticas religiosas (7 itens); 4) busca de suporte social (5 itens). As respostas são fornecidas em um escala do tipo *Likert*, com escores variando de 1 (Eu nunca faço isso) a 5 (eu sempre faço isso). A análise fatorial da EMEP indica a utilidade do instrumento em contextos de pesquisa e de intervenção, com relação ao enfrentamento do estresse por diferentes clientelas.^(41,58) (Anexo 3). A avaliação da EMEP é realizada de acordo com um protocolo fornecido pelos autores.⁽⁴¹⁾

2.6. Análise de Dados

Os dados obtidos foram avaliados quantitativamente, com métodos estatísticos. Foram efetuados cálculos de estatísticas descritivas (média, mediana, desvio padrão, mínimo, máximo, quartis); testes de significância paramétricos utilizados para comparação de categorias de jogadores amador e profissional (teste de comparação de duas proporções, teste t para comparação de médias de amostras independentes e teste da média), e o teste não paramétrico de Mann-Whitney, utilizado para comparação de categorias em cada posição de jogo. Também foram construídos gráficos de barras e *box plots*. Além dos testes citados, também foi aplicado o teste de homogeneidade entre duas amostras, baseado na estatística qui-quadrado. Em todos os testes estatísticos foi adotado um nível de significância de 0,05.⁽⁵⁹⁾

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1. Caracterização dos Atletas Participantes

Dados dos participantes, referentes às variáveis idade, tempo de profissão (atleta profissional) e tempo como atleta amador estão apresentados na Tabela 1. A idade dos amadores concentrou-se entre 15 e 18 anos e dos profissionais entre 16 e 34 anos. O tempo como atleta profissional foi considerado a partir do primeiro vínculo contratual. Entre os amadores, o período de tempo como jogador variou entre três e nove anos e entre os profissionais entre quatro e 14 anos.

Tabela 1. Idade dos participantes e tempo como atleta amador ou profissional.

Variável	Categoria	n	$\bar{x} \pm s$	Md	Mín	Máx
Idade	Amador	62	17,18±0,84	17	15	18
	Profissional	69	22,77±3,98	23	16	34
Tempo	Amador	60	3,32±2,05	3	1	9
	Profissional	67	5,12±3,61	4	1	14

* 02 jogadores profissionais e amadores não declararam tempo como atleta

Os participantes foram divididos de acordo com suas posições de origem, isto é, aquelas em que preferencialmente atuam durante os jogos: atacante, goleiro, lateral, meio campo e zagueiro (Figura 1). Esta divisão permite identificar e comparar prováveis diferenças no comportamento dos atletas entre categorias (profissional e amador) e posições de jogo.

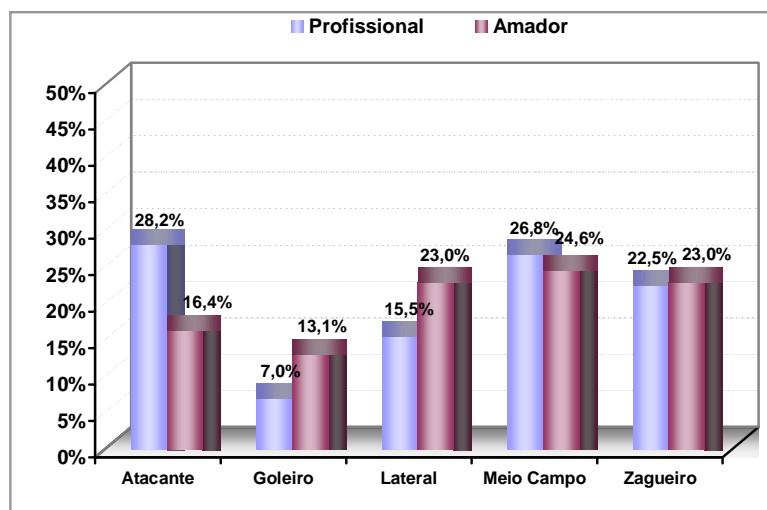


Figura 1. Distribuição percentual dos atletas das categorias profissional e amador de acordo com suas posições de jogo.

3.2. *Burnout*

A síndrome de *burnout* é pouco estudada no contexto do futebol, embora possa ser um fator limitador no desenvolvimento da carreira do atleta. Pesquisas sobre *burnout* em atletas têm investigado algumas variáveis como: o tempo (fase pré-competitiva, competitiva e final da competição), lesões, posição de jogo e experiência profissional.^(37,38,50)

O instrumento utilizado para avaliar *burnout* neste estudo é dividido em três subescalas: Reduzido Senso de Realização Esportiva (RSR), Exaustão Física e Emocional (EFE) e Desvalorização da Modalidade Esportiva (DES). Assim, os resultados serão apresentados inicialmente em conjunto e depois analisados separadamente para cada uma das subescalas.

3.2.1. Escores Médios e Comparação entre Atletas Profissionais e Amadores nas Três Subescalas do Questionário de *Burnout* para Atletas (ABQ)

A Tabela 2 apresenta os resultados médios obtidos pelos participantes em cada uma das subescalas do ABQ. Uma análise realizada com o teste *t* de *Student* não indicou diferença estatisticamente significativa ($P < 0,05$) entre as médias das duas categorias de atletas (profissional e amador) em nenhuma das subescalas.

Tabela 2. Escores médios para as três subescalas de *burnout* para atletas profissionais e amadores e valor *p* resultante da comparação realizada com o Teste *t* de *Student*.

Variável	Categoria	n	$\bar{x} \pm s$	Md	Mín	Máx	Valor P
RSR	Amador	63	2,07±0,39	2,00	1,43	2,86	0,801
	Profissional	71	2,08±0,50	2,00	1,28	3,36	
EFE	Amador	63	1,87±0,44	1,86	1,21	2,93	0,673
	Profissional	71	1,91±0,52	1,93	1,00	3,21	
DES	Amador	63	1,70±0,53	1,67	1,00	2,83	0,460
	Profissional	71	1,77±0,64	1,67	1,00	3,17	

RSR:Reduzido Senso de Realização Esportiva; EFE:Exaustão Física e Emocional; DES:Desvalorização da Modalidade Esportiva.

O escore mais elevado, tanto para profissionais (2,08) como para amadores (2,07), foi obtido em relação a reduzido senso de realização esportiva (RSR). Os menores valores médios para as duas categorias de

atletas foram obtidos em relação à desvalorização da modalidade esportiva (DES): profissionais: 1,70 e amadores: 1,77.

Os dados sugerem que não há evidências, ao comparar tempo de profissão (atleta profissional) e tempo como atleta amador, para afirmar que este influencia no aumento da ocorrência dos sintomas relacionados às três dimensões do *burnout*. A falta de experiência dos atletas amadores e o fato deste período de transição gerar grande expectativa, em função da meta de atingir o profissionalismo, não parece estar associado ao desenvolvimento de *burnout*.

A hipótese que atletas amadores e menos experientes estão mais expostos a desenvolver o *burnout*, quando comparados a atletas profissionais, não se confirmou neste estudo.

Resultados contrários foram apresentados por Cresswell e Eklund^(37,60) ao examinar as relações entre as principais características de *burnout* e motivação em atletas de *rugby*. Os autores identificaram, entre os jogadores profissionais com mais experiência na liga nacional, escores mais elevados de desvalorização esportiva⁽³⁷⁾. Além disso, altos níveis de motivação extrínseca foram associados com baixos níveis de desvalorização desportiva.⁽⁶⁰⁾ Ao observar mudanças relativas a *burnout* durante uma temporada competitiva, constataram que jogadores mais experientes têm maior probabilidade de informar escores mais elevados de exaustão física e emocional e desvalorização esportiva. Os autores concluem que jogadores experientes parecem mais suscetíveis a estas características de *burnout*, em função dos

efeitos cumulativos das demandas associadas às tarefas de jogar, treinar, viajar e as responsabilidades para com a mídia.

Neste estudo, os resultados revelam escores mais elevados para sentimentos de reduzido senso de realização esportiva, independentemente da experiência do atleta. Experimentar sentimentos de reduzido senso de realização pode refletir, neste caso, a percepção de falta de realização e de sucesso na modalidade esportiva.⁽⁶⁰⁾ A tendência para uma auto-avaliação negativa pode estar associada a sentimentos de insatisfação, inclusive com o próprio desempenho.

Resultados de estudo de Lemyre, Hall e Roberts⁽⁶¹⁾ confirmaram uma relação negativa (baixa para moderada) entre atingir a meta proposta, satisfação com o desempenho e as três dimensões de *burnout*. Sugerem que a probabilidade de *burnout* aumenta quando os atletas percebem que não estão atingindo suas metas e, conseqüentemente, passam a expressar descontentamento com o próprio desempenho. Além disso, o reduzido senso de realização mostrou associação positiva com preocupações com a possibilidade de erro (medo de errar), dúvidas sobre o próprio desempenho, críticas parentais dirigidas à execução da tarefa, percepção da própria habilidade, do controle da situação e busca por um alto padrão de desempenho.

Pesquisa com jogadores profissionais brasileiros associou pouca experiência dos atletas com dúvidas em relação às próprias habilidades para atuar adequadamente em situações críticas de uma competição.⁽⁶²⁾

Em equipes consideradas menores, como é o caso da amostra deste estudo, muitas vezes os atletas enfrentam condições desfavoráveis no ambiente de trabalho, como falta de organização e de suporte para as equipes. Obstáculos já identificados na formação esportiva de atletas de elite no Brasil incluem falta de planejamento e de estrutura a longo prazo, falta de suporte técnico e de gestão esportiva, freqüentemente associada a falta de qualificação adequada dos dirigentes.⁽⁶³⁾

Para Garcés De Los Fayos e Vives Benedicto⁽⁴⁹⁾ a ausência de reforçadores positivos no ambiente esportivo pode gerar no atleta um sentimento de frustração constante, levando conseqüentemente ao *burnout*. Diante da perspectiva organizacional, portanto, torna-se necessário um planejamento teórico com o objetivo de otimizar estratégias concretas para prevenir a incidência dessa síndrome.

Embora os dados relativos a *burnout* e tempo de experiência obtidos neste estudo não apontem diferenças significantes, conclusões sobre a comparação entre jogadores profissionais e amadores devem ser vistas com cautela. Pesquisas futuras são necessárias para identificar que fatores ambientais e pessoais podem influenciar a experiência dos atletas e conseqüentemente o comportamento das três dimensões de *burnout*.

Os dados da Tabela 2 reforçam ainda aspectos quantitativos sobre a evolução da síndrome de *burnout*. Embora neste estudo a análise tenha sido focada na fase de preparação competitiva, mesmo sem a presença de diferença estatisticamente significativa entre amadores e profissionais, algumas observações podem ser realizadas. Os valores da média e mediana referentes

às três subescalas, permite pensar que o processo inicia-se com o desenvolvimento de reduzido senso de realização esportiva, paralelamente a exaustão física e emocional e, finalmente instala-se o sentimento de desvalorização da modalidade esportiva. A evolução das dimensões de *burnout* observada nesta pesquisa é semelhante aos resultados encontrados em outros estudos, que avaliaram *burnout* em atletas profissionais e amadores de diferentes modalidades.^(50,61,64)

Embora as três dimensões de *burnout* possam parecer associadas, alguns autores enfatizam a necessidade de reconhecer que são independentes. *Burnout* é um processo de natureza dinâmica, que se estabelece gradualmente, sendo possível identificar o comportamento da síndrome em diferentes níveis.^(40,65,66)

A concepção da exaustão física e emocional refere-se a sentimentos de incapacidade pessoal e exaustão decorrente do envolvimento com o esporte. Sentimentos de reduzido senso de realização refletem a percepção da falta de realização e sucesso das habilidades que envolvem o contexto esportivo, enquanto a desvalorização esportiva representa uma desvalorização da percepção dos benefícios obtidos com o envolvimento esportivo.⁽⁶⁰⁾ Assim, em diferentes etapas de uma temporada competitiva, um ou outro aspecto pode aparecer com maior intensidade.

3.2.2. Escores Médios e Comparação entre Atletas Profissionais, Amadores e Posições de Jogo em Relação à Subescala Reduzido Senso de Realização Esportiva (RSR)

A prática do futebol de alto nível requer o desenvolvimento de diversas capacidades e habilidades (ex.físicas, táticas, técnicas e psicológicas), principalmente para atender as exigências e funções específicas, características de cada posição de jogo. Como no futebol de alto nível as capacidades e habilidades de diversos atletas freqüentemente se igualam, é necessário aparelhar os jogadores para lidar adequadamente com as situações geradoras de estresse. Neste sentido, entre jogadores com potencial aparentemente semelhante, é a habilidade para lidar com o estresse que pode distinguir a performance individual.^(8,9,11)

Estudo enfocando a percepção de técnicos, atletas e ex-atletas de alto rendimento no futebol acerca da eficiência da preparação psicológica, destacou a importância de aspectos fundamentais como motivação, ansiedade, estresse e autoconfiança. As técnicas de enfrentamento mais utilizadas incluem psicoterapia individual, dinâmicas de grupo e palestras.⁽⁶⁷⁾

A preparação psicológica do atleta durante o treinamento deve considerar sua posição de jogo, uma vez que existem especificidades e habilidades inerentes a cada posição.⁽⁶²⁾ Para Brandão⁽⁶⁸⁾ “as atitudes psicológicas de cada posição de jogo podem variar da mesma forma que os atributos físicos diferem em cada posição de jogo”.

A Tabela 3 fornece escores médios e teste de comparação de médias entre profissionais e amadores para cada posição de jogo. Não houve diferença estatisticamente significativa entre as categorias de atletas em nenhuma das posições ($P>0,05$).

Tabela 3. Escores dos atletas profissionais e amadores obtidos na subescala Reduzido Senso de Realização Esportiva (RSR) e comparação (teste Mann-Whitney) de acordo com a posição de jogo.

Posição*	Categoria	n	$\bar{x} \pm s$	Md	Mín	Máx	Valor P
Atacante	Amador	10	2,1±0,41	2,04	1,5	2,79	0,5972
	Profissional	20	2,26±0,59	2,21	1,29	3,36	
Goleiro	Amador	8	2,03±0,39	1,96	1,57	2,64	0,5095
	Profissional	5	2,16±0,36	2,00	1,93	2,64	
Lateral	Amador	14	1,99±0,43	1,86	1,43	2,86	0,2597
	Profissional	11	1,86±0,46	1,79	1,29	3,07	
Meio Campo	Amador	15	2,04±0,40	2,00	1,57	2,71	0,9446
	Profissional	19	2,03±0,44	2,07	1,29	3,07	
Zagueiro	Amador	14	2,17±0,38	2,14	1,57	2,86	0,6028
	Profissional	16	2,07±0,47	1,93	1,29	2,86	

* 02 jogadores amadores não declararam a posição de jogo e foram excluídos desta análise.

Os dados fornecidos na Tabela 3 indicam certo equilíbrio na distribuição dos escores médios e medianos, quando comparadas as categorias em todas as posições de jogo. Houve pouca variação dos escores de acordo com a posição, em relação à frequência com que os jogadores experimentam sentimentos de RSR (reduzido senso de realização), tanto para os atletas profissionais (médias entre 1,86 a 2,26) como atletas amadores (médias entre 1,99 a 2,17).

3.2.3. Escores Médios e Comparação entre Atletas Profissionais, Amadores e Posições de Jogo em Relação à Subescala Exaustão Física e Emocional (EFE)

A Tabela 4 fornece dados sobre a dimensão EFE (exaustão física e emocional), não havendo diferença estatisticamente significativa entre as categorias de atletas para todas as posições de jogo. Entretanto, goleiros $M=2,09$ (mín. =1,79 e máx. =2,71) e atacantes $M=2,07$ (mín. =2,00 e máx. =3,21) da categoria profissional, e zagueiros $M=2,03$ (mín. =1,96 e máx. =2,93) da categoria amador, apresentaram respectivamente escores médios, mínimos e máximos, mais elevados para os sentimentos de EFE quando comparados às demais posições de jogo.

Tabela 4. Escores dos atletas profissionais e amadores obtidos na subescala Exaustão Física e Emocional (EFE) e comparação (teste Mann-Whitney) de acordo com a posição de jogo.

Posição	Categoria	n	$\bar{x} \pm s$	Md	Mín	Máx	Valor P
Atacante	Amador	10	1,96±0,41	1,89	1,43	2,71	0,9124
	Profissional	20	2,07±0,61	2,00	1,21	3,21	
Goleiro	Amador	8	1,79±0,42	1,71	1,36	2,43	0,1626
	Profissional	5	2,09±0,36	2,00	1,79	2,71	
Lateral	Amador	14	1,77±0,47	1,57	1,21	2,71	0,5266
	Profissional	11	1,68±0,47	1,50	1,21	2,71	
Meio Campo	Amador	15	1,83±0,45	1,79	1,29	2,57	0,9723
	Profissional	19	1,83±0,50	1,93	1,00	2,93	
Zagueiro	Amador	14	2,03±0,43	1,96	1,29	2,93	0,4413
	Profissional	16	1,91±0,44	1,79	1,14	2,79	

3.2.4. Escores Médios e Comparação entre Atletas Profissionais, Amadores e Posições de Jogo em Relação à Subescala Desvalorização da Modalidade Esportiva (DES)

Não houve diferença estatisticamente significativa entre as categorias de atletas para todas as posições de jogo na subescala DES (desvalorização da modalidade esportiva). Ao comparar as posições de jogo e as categorias dos atletas, entretanto, os goleiros profissionais obtiveram o escore médio mais elevado (2,3) na dimensão desvalorização da modalidade esportiva (DES). A magnitude dos escores médios, mínimos e máximos para a dimensão DES, são próximos nas demais posições de jogo para atletas amadores (1,54 a 1,88) e profissionais (1,55 a 1,89).

Tabela 5. Escores dos atletas profissionais e amadores obtidos na subescala Desvalorização da Modalidade Esportiva (DES) e comparação (teste Mann-Whitney) de acordo com a posição de jogo.

Posição	Categoria	n	$\bar{x} \pm s$	Md	Mín	Máx	Valor P
Atacante	Amador	10	1,88±0,52	1,92	1,00	2,67	0,9296
	Profissional	20	1,89±0,67	1,83	1,00	3,00	
Goleiro	Amador	8	1,67±0,60	1,50	1,00	2,67	0,1217
	Profissional	5	2,3±0,40	2,50	1,67	2,67	
Lateral	Amador	14	1,54±0,57	1,17	1,00	2,83	0,8463
	Profissional	11	1,55±0,58	1,50	1,00	3,00	
Meio Campo	Amador	15	1,63±0,52	1,67	1,00	2,67	0,8889
	Profissional	19	1,68±0,61	1,50	1,00	3,17	
Zagueiro	Amador	14	1,80±0,47	1,69	1,00	2,67	0,4041
	Profissional	16	1,72±0,67	1,58	1,00	3,17	

Ao estudar estresse em jogadores profissionais a partir de fatores associados à posição de jogo, Brandão⁽⁶⁸⁾ observou a tendência de neutralização das situações perturbadoras por parte dos goleiros. As causas desta neutralização podem estar relacionadas às exigências da posição de jogo, mas também a outros fatores, como características da personalidade. Habitualmente exige-se dos goleiros tarefas com altos níveis de demanda, bem como a tomada de decisões em período de tempo muito curto. Essas características e exigências requerem dos goleiros características psicológicas especiais, fazendo com que estes atletas, provavelmente, avaliem cognitivamente as situações de estresse como neutras, como forma de enfrentamento. Os atacantes, por outro lado, tendem a supervalorizar as

situações de estresse. Uma possível interpretação para isso é a pressão e a obrigação de fazer gols nas próximas partidas.

Ao caracterizar o perfil psicológico do jogador de futebol brasileiro em relação às posições de jogo dos atletas, Mahl e Raposo⁽⁶²⁾ concluíram que os goleiros apresentam, em relação às demais posições de jogo, melhores índices de preparação psicológica nas variáveis autoconfiança, negativismo, atenção e atitude competitiva.

Cresswell e Eklund^(38,60) pesquisaram a influência da variável posição de jogo no desenvolvimento de *burnout* em jogadores profissionais de *rugby* durante três períodos: pré-competição, competição e fim da competição. Observaram que jogadores de ataque informaram escores mais elevados de exaustão física e emocional do que jogadores de defesa. As maiores diferenças entre jogadores de defesa e ataque para os sentimentos de exaustão foi encontrada durante a fase competitiva. Os atacantes também informaram valores mais elevados de desvalorização esportiva, quando comparados aos defensores.⁽⁶⁰⁾

No atual estudo os dados revelam que, ao comparar atletas profissionais e amadores em todas as posições de jogo (atacante, goleiro, lateral, meio campo e zagueiro), não houve diferença estatisticamente significativa para as três dimensões de burnout (RSR, EEF e DES). Os goleiros e atacantes da categoria profissional e os zagueiros amadores, entretanto, obtiveram escores mais elevados para sentimentos de exaustão física e emocional.

Acredita-se que as cargas de trabalho durante a fase pré-competitiva sejam semelhantes para todas as posições de jogo. Além disso, é provável que

as demandas psicológicas associadas a fase pré-competitiva também sejam semelhantes para defensores e atacantes.⁽⁶⁰⁾ É provável que estes sentimentos de exaustão física e emocional sejam decorrentes do maior grau de responsabilidade em determinados momentos decisivos, que estas posições possuem na prática do futebol.

Os goleiros da categoria profissional apresentaram também escores mais elevados em relação à desvalorização da modalidade esportiva, quando comparados com atletas amadores e demais posições de jogo. Apesar dos goleiros possuírem qualidades e preparação psicológicas especiais quando comparados a outras posições,^(62,68) o fato de estes serem mais experientes e as características específicas da posição, podem tornar os goleiros mais suscetíveis às pressões físicas e psicológicas.

Uma das hipóteses para o aumento dos sentimentos negativos pode estar associada com a própria característica da posição. Especialmente durante os jogos, os goleiros passam a ter responsabilidade direta nos resultados de sua equipe. Pequenos erros podem levar à derrota, aumentando o grau de responsabilidade nos resultados e conseqüentemente as exigências durante os treinamentos. Sendo assim com o passar do tempo, dependendo da sua avaliação, os goleiros podem desenvolver falta de interesse em relação ao próprio desempenho, como forma de lidar com o estresse inerente à sua posição de jogo.

Pesquisas futuras precisam investigar as possíveis relações entre o estresse psicofísico promovido por meio das alterações na carga de trabalho, nas diversas posições de jogo durante a fase pré-competitiva e competitiva.

3.2.5. *Burnout* e Pré-competição: Uma Hipótese para Avaliar Escores Médios

Para identificar precocemente a presença ou vulnerabilidade aumentada para *burnout*, é necessário monitorar os atletas ao longo de uma temporada competitiva. Cresswell e Eklund⁽⁶⁰⁾ observaram variações ao longo do tempo nas principais características do *burnout* em diferentes momentos da temporada: aumento da frequência da experiência de sentimentos de reduzido senso de realização esportiva, entre a fase pré-competitiva e competitiva, em jogadores profissionais de *rugby*.

A interpretação dos escores obtidos por meio dos instrumentos de avaliação é fundamental na intervenção e elaboração de programas de prevenção. A identificação precoce de sinais e sintomas de *burnout* pode se constituir em importante indicador que atletas estão em risco de experimentar essa síndrome.^(50,69)

Parece não existir na literatura um consenso com relação aos critérios da interpretação deste escores, gerando dúvidas no diagnóstico do *burnout*. A magnitude dos escores do Questionário de Burnout para Atletas (ABQ) associados com conseqüências negativas da síndrome de burnout, ainda deve ser estabelecida. Assim, qualquer análise interpretativa desse diagnóstico deve ser feita com precaução.⁽⁶⁰⁾

Na hipótese inicial deste estudo considerou-se que, durante a fase pré-competitiva, o escore médio nas três dimensões de burnout não se apresentaria elevado. Considera-se que a competição é uma fonte causadora de estresse para atletas de qualquer idade, influenciando, portanto, o seu

desempenho. Durante os jogos, diversas situações atuam como fontes geradoras de estresse, como o fato de “o atleta... se mostrar e ser exposto à apreciação e avaliação do público, que varia desde o mais leigo até críticos especializados”.⁽¹³⁾

Em decorrência da falta de pesquisas sobre a influência das principais características do *burnout* para o desenvolvimento desta síndrome em futebolista, no presente estudo foi efetuado um teste da média, para avaliar o valor de referência para *burnout* nas três subescalas do Questionário de Burnout para Atletas (QBA). O objetivo foi definir um valor desejável de referência por meio do padrão de respostas da própria amostra, com o objetivo de identificar e interpretar, a incidência da manifestação dos sintomas associados à síndrome de burnout, durante a fase pré-competitiva.

A interpretação do escore ocorre mediante a utilização da variação da frequência dos sentimentos. Adotou-se o valor médio menor que 2,5 (intervalo de frequência entre raramente à algumas vezes) ao considerar a escala *Likert* de (1 a 5), avaliados nos itens (de 1 a 15) das três subescalas, para indicar um baixa frequência nos sentimentos relacionados à síndrome de *burnout* nas três subescalas. O valor médio adotado neste estudo baseou-se na proposta apresentada por Raedeke⁽⁴⁵⁾ ao comparar quatro grupos de nadadores (descontentes, entusiasmados, obrigados e indiferentes). O autor propôs a seguinte magnitude de escores médios associados a possíveis conseqüências negativas do burnout: baixo (média entre 1,45 e 1,97), médio (média entre 2,19 e 2,63), moderadamente elevado para elevado (média entre 2,68 e 2,94) e

elevado (2,97 e 3,40). Os resultados do teste da média estão apresentados na Tabela 6.

Tabela 6. Comparação do escores de EFE, RSR, DES relativos aos níveis de resposta da escala *Likert*. Valor P relativo ao teste da média.

Dimensão	Categoria	n	$\bar{x} \pm s$	Mín	Máx	Valor P
RSR	Amador	63	2,07±0,39	1,43	2,86	0,001
	Profissional	71	2,08±0,50	1,28	3,36	0,003
EFE	Amador	63	1,87±0,44	1,21	2,93	<0,001
	Profissional	71	1,91±0,52	1,00	3,21	0,001
DES	Amador	63	1,70±0,53	1,00	2,83	<0,001
	Profissional	71	1,77±0,64	1,00	3,17	<0,001

RSR:Reduzido Senso de Realização Esportiva; EFE:Exaustão Física e Emocional; DES:Desvalorização da Modalidade Esportiva.

Observa-se que, ao estabelecer o escore médio menor que (2,5) para avaliar a baixa vulnerabilidade para *burnout* durante a fase pré-competitiva, a maioria dos atletas (amador e profissional) informou reduzidos índices (RSR: 1,70 e 1,77; EFE: 1,87 e 1,91; DES: 1,70 e 1,77) relacionados ao *burnout* total (Tabela 6). Com base na proposta de Raedeke,⁽⁴⁵⁾ o intervalo de freqüência dos sentimentos inerentes as três dimensões de burnout encontrados no presente estudo foram classificados como baixo, variando entre “quase nunca a raramente”. Ao comparar esses resultados com estudo de Cresswell e Eklund,⁽⁶⁰⁾ durante a fase de pré-competição, os dados revelaram que os jogadores profissionais de rugby apresentam valores mais elevados nas três subescalas (RSR: 2,09; EFE: 2,57; DES: 1,82).

Confirmou-se a hipótese que os atletas, durante a fase pré-competitiva, não apresentam escores elevados, indicativos de *burnout*. Os resultados também não revelaram diferença significativa entre atletas profissionais e amadores. É possível que, pelo fato de serem menos experientes, os atletas amadores não apresentaram maior frequência dos sintomas de *burnout* nas três subescalas, durante a pré-competição. Estima-se, que durante a fase pré-competitiva as demandas psicológicas sejam menores (número de jogos, viagens, concentração, lesões, tempo de recuperação) em comparação ao período competitivo. Percebe-se que, na maioria das vezes, durante a fase pré-competitiva existe uma expectativa positiva por parte da maioria dos atletas.

Na Tabela 6 observa-se que a variação dos escores máximos informados pelos atletas encontra-se entre 2,83 e 3,36 para ambas as categorias. Com destaque à categoria profissional, onde os valores médios máximo atingiram: para Reduzido Senso de Realização Esportiva (3,36), Exaustão Física e Emocional (3,21) e Desvalorização da Modalidade Esportiva (3,17). Estes escores são interpretados como elevados⁽⁴⁵⁾ com um intervalo de frequência de “algumas vezes à frequentemente”, de modo que os atletas algumas vezes ou frequentemente percebem sentimentos negativos relacionados as três subescalas.

Tabela 7. Percentual indicativo para vulnerabilidade alta ou baixa de “*burnout*” para cada dimensão em cada categoria de jogador (profissional ou amador).

Dimensão	Categoria	<i>Burnout</i>				
		Baixa Vulnerabilidade	n	n total	n	Alta Vulnerabilidade
RSR	Amador	83,1%	59	63	12	16,9%
	Profissional	85,7%	52	71	09	14,3%
EFE	Amador	90,5%	57	63	06	9,5%
	Profissional	87,3%	62	71	09	12,7%
DES	Amador	92,1%	58	63	05	7,9%
	Profissional	84,5%	60	71	11	15,5%

Ao analisar os resultados (Tabela 7 e Figura 2) observa-se que a indicação de alta vulnerabilidade, ou seja, escore de *burnout* maior que 2,5 nos três fatores ocorre em pequeno número de atletas. Pelos resultados obtidos, menos que 17% dos atletas experimentam escores acima de (2,5), valor utilizado como referência neste estudo. Dentre os 71 jogadores da categoria profissional, 12 (16,9%) apresentaram Reduzido Senso de Realização Esportiva (RSR) com escore acima do valor de referência (2,5), enquanto entre os 63 amadores ocorreram 09 casos (14,3%).

Para o fator EFE (exaustão física e emocional), os valores acima de 2,5 representaram 09 casos (12,7%) para profissionais e 06 (9,5%) para amadores. No que se refere ao fator DES (desvalorização da modalidade esportiva), foram 11 casos de profissionais (15,5%) e 05 (7,9%) de amadores. O comparativo por

categoria está na Figura 2, que mostra que as diferenças entre as categorias não são tão acentuadas, uma vez que $P=0,678$ para RSR (reduzido senso de realização esportiva); $P=0,564$ para EFE e $P=0,178$ para DES, conforme teste de comparação de proposições.

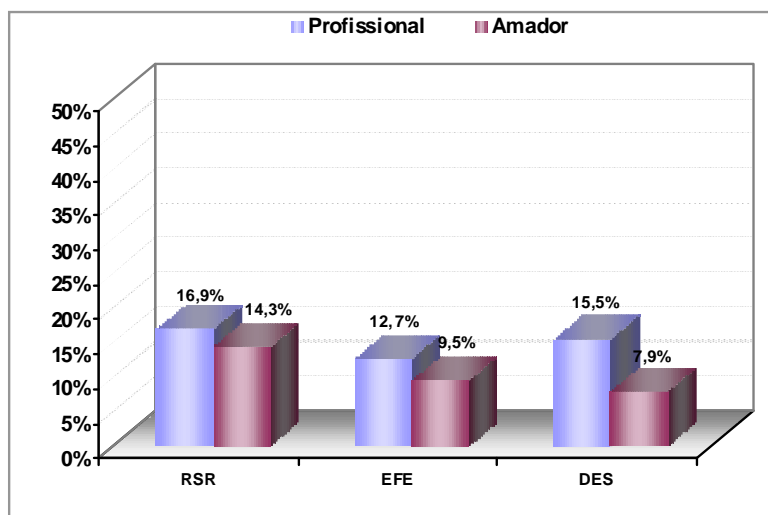


Figura 2. Percentual para indicativo de vulnerabilidade para “burnout” para cada fator em cada categoria de jogador (profissional ou amador).

Os dados apresentados nas Tabelas 6 e 7 e Figura 2 representam os escores obtidos pela amostra e representam, em termos de *burnout*, dados preocupantes, principalmente pela sua característica dinâmica e por ser um processo que se estabelece gradualmente. Para uma pequena parcela dos jogadores entrevistados, observa-se valores associados a maior vulnerabilidade e, conseqüentemente, maior risco de evoluir para a síndrome. Esse resultado corrobora os estudos de Cresswell e Eklund⁽⁶⁰⁾, e Cresswell⁽⁶⁹⁾ realizados com jogadores profissionais de rugby. Baseados nos escores médios, parte dos atletas estudados por estes autores relataram a experiência de *burnout* nas três subescalas, a uma freqüência descrita como alta.

De acordo com a literatura, os jogadores que eventualmente informam escores 3 e 4 ou mais, provavelmente já apresentam sintomas e as conseqüências negativas associados ao *burnout*.^(45,46,60,69)

Pesquisas futuras devem procurar determinar as conseqüências negativas associadas com os níveis discrepantes de *burnout*, medidos pelo Questionário de *Burnout* para Atletas (ABQ), durante as fases de pré-competição e competição.⁽⁶⁹⁾ Deve-se investigar também, o impacto representado pelos jogadores com escores mais elevados para *burnout* e a sua importância em relação ao grupo.⁽²¹⁾

É possível verificar a dispersão dos dados, bem como a localização das estatísticas abordadas nas tabelas e figuras anteriores, por meio de gráficos *Box-plot* (Figura 3). Diante dos resultados, cada dimensão de *burnout* foi analisada de acordo com as categorias profissional e amador. A linha tracejada demarca o escore de referência de 2,5 e indica um limiar de tendência para vulnerabilidade para *burnout*.

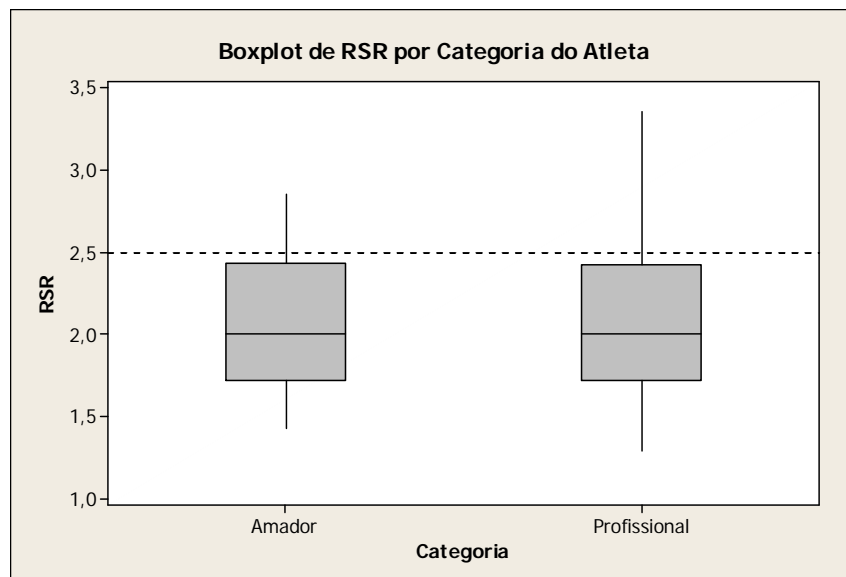


Figura 3. *Box plot* para a dimensão Reduzido Senso de Realização Esportiva (RSR) por categoria (profissional ou amador).

A Figura 3 apresenta o comportamento dos dados referentes a dimensão Reduzido Senso de Realização Esportiva, divididos por categoria. Nota-se, maior dispersão dos dados para os jogadores profissionais do que para amadores, enquanto os extremos para profissionais foram de 1,28 a 3,36, para amadores ficaram entre 1,43 e 2,86. Esse resultado indica que, os atletas amadores expressam sentimentos sobre a avaliação das condições de trabalho, com opiniões mais próximas entre si.

Na Figura 4 observa-se os dados inerentes a dimensão de Exaustão Física e Emocional divididos por categoria. A categoria dos jogadores profissionais apresenta maior dispersão, bem como mediana (1,93) e escore máximo (3,21). As opiniões variadas destes leva a pressupor que não há consenso sobre a percepção dos sentimentos relativos a fadiga física e emocional.

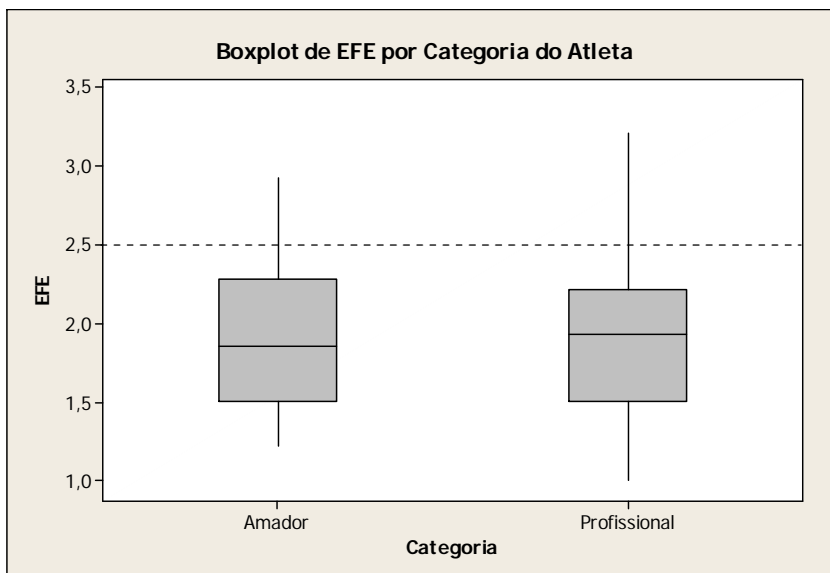


Figura 4. *Box plot* para a dimensão Exaustão Física e Emocional (EFE) por categoria (profissional ou amador).

A Figura 5 mostra o comportamento dos dados relativos a dimensão DES (desvalorização da modalidade esportiva). Nota-se novamente maior dispersão para os jogadores da categoria profissional (0,64) em comparação aos amadores (0,53). Ao observar os resultados, destaca-se a semelhança nos valores do escore mínimo (1,00) e, mediana (1,67) para ambas as categorias. Esse resultado indica que a percepção com relação à descrença e o desenvolvimento de sentimentos negativos ligados a modalidade esportiva, convergem para ambas as categorias.

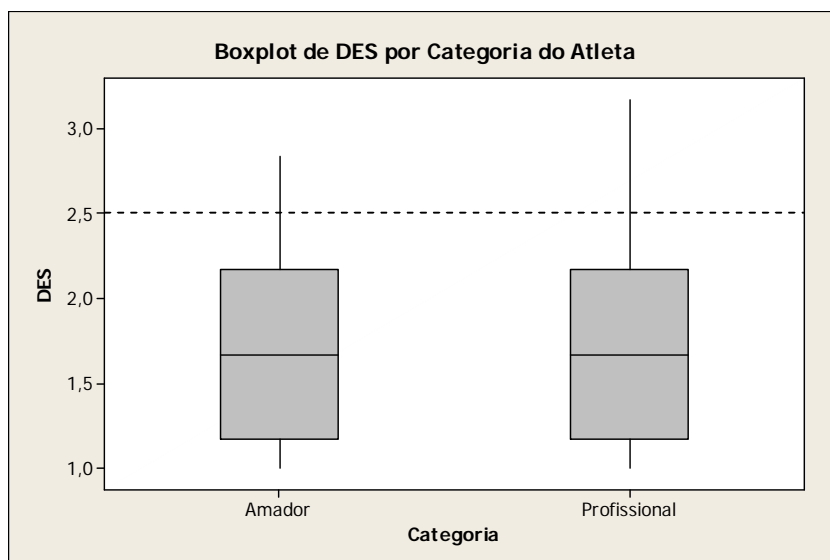


Figura 5. *Box plot* para a dimensão Desvalorização da Modalidade Esportiva DES por categoria (profissional ou amador).

3.3. Estratégias de Enfrentamento de Problemas utilizadas pelos Participantes do Estudo

A Tabela 8 apresenta a análise estatística das variáveis estudadas para as estratégias de enfrentamento utilizadas com maior frequência pelos participantes (Fator 1 – Estratégias de Enfrentamento Focalizadas no Problema; Fator 2 – Estratégias de Enfrentamento Focalizadas na Emoção; Fator 3 – Práticas Religiosas/Pensamento Fantasiado; Fator 4 – Busca de Suporte Social). Os valores de P são relativos ao teste t, no caso das comparações feitas entre as categorias para cada fator separadamente.

Tabela 8. Estatísticas descritivas relativas às variáveis: idade, categorias e fatores de enfrentamento de problemas. Valor P relativo ao Teste t.

Variável	Categoria	n	$\bar{x} \pm s$	Md	Mín	Máx	Valor P
Fator 1	Amador	63	3,77±0,50	3,77	2,33	4,72	0,884
	Profissional	71	3,78±0,45	3,77	2,55	4,50	
Fator 2	Amador	63	2,44±0,53	2,40	1,60	3,73	0,314
	Profissional	71	2,35±0,45	2,35	1,28	3,64	
Fator 3	Amador	63	3,48±0,72	3,57	1,85	4,57	0,846
	Profissional	71	3,50±0,56	3,57	1,57	4,57	
Fator 4	Amador	63	2,13±0,83	2,00	-0,20	3,60	0,182
	Profissional	71	1,94±0,76	2,00	0,20	3,40	

Os valores apresentados na Tabela 8 fornecem evidências de que não há diferença estatisticamente significativa, entre as médias das categorias profissional e amador, quanto aos quatro fatores das estratégias de enfrentamento de problemas.

A ausência de diferenças em relação às estratégias empregadas por profissionais e amadores pode estar relacionada a diversos fatores. Em primeiro lugar, existe grande proximidade nos modelos de preparação tanto para o futebol profissional quanto para o amador. Assim, mesmo atletas amadores provavelmente são preparados em modelos semelhantes àqueles utilizados com os profissionais. Neste caso, o ensino de estratégias de enfrentamento seria semelhante tanto para profissionais como para amadores. Este dado é sustentado pelos resultados acerca das estratégias utilizadas com

maior frequência pelos dois grupos de jogadores: resolução de problemas e prática religiosa / pensamento fantasioso (Figuras 6 e 7).

Ao analisar a comparação dos escores médios das estratégias de enfrentamento, observa-se que as estratégias utilizadas com maior frequência foram as focalizadas no problema e práticas religiosas/pensamento fantasioso, cujos valores médios calculados foram 3,78 e 3,50 para os jogadores da categoria profissional e 3,77 e 3,48 para os atletas amadores respectivamente. Embora não tenha havido diferença significativa entre amadores e profissionais, o resultado obtido é compatível com outras pesquisas sobre estratégias de enfrentamento utilizadas por atletas. Estratégias focalizadas no problema (ex. realizar maior esforço nos treinos; obter maiores informações sobre os adversários) constituem as mais freqüentemente utilizadas para lidar com estressores controláveis. Quando estas não são efetivas, outras estratégias (ex. focadas na emoção) são utilizadas, podendo, em muitas ocasiões, serem consideradas adequadas, uma vez que o estressor é percebido com incontrolável.⁽⁷⁰⁻⁷²⁾

As estratégias de enfrentamento pela busca de suporte social, tiveram seus escores mais baixos entre as duas categorias de jogadores, profissionais (média de 1,94) e amadores (média de 2,13). Pela menor frequência de utilização da estratégia pela busca de suporte social, ao comparar com as demais estratégias, os resultados sugerem que jogadores de futebol tendem a utilizar pouco esse fator de enfrentamento. Este é um dado importante, uma vez que o suporte social é um dos principais amortecedores do estresse. Diversos estudos indicam os efeitos positivos do suporte social sobre o

enfrentamento de situações estressantes, em diferentes contextos, inclusive como uma forma de proteger o indivíduo em relação a transtornos mentais como a depressão.⁽⁷³⁻⁷⁵⁾ Assim, a relevância do suporte social deveria ser um importante aspecto do treinamento de atletas, uma vez que estes, inevitavelmente, deverão enfrentar estressores ao longo da sua carreira.

As Figuras (6 e 7) caracterizam a distribuição dos dados das variáveis demográficas: idade e tempo como atleta amador e profissional, em função de cada Fator de enfrentamento, dividido por categoria (profissional e amador). A Figura 6 apresenta a distribuição da variável idade de acordo com tal divisão.

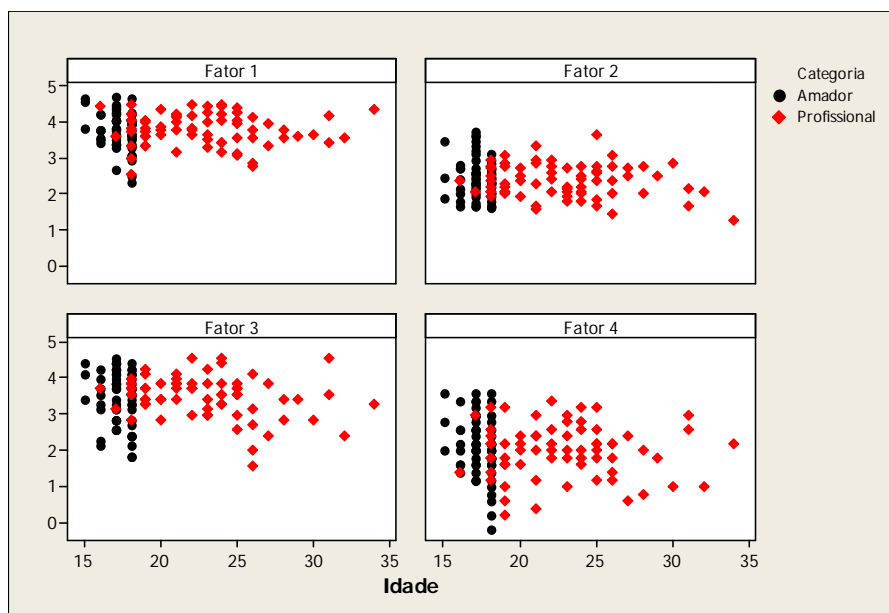


Figura 6. Dispersão de fatores de enfrentamento por idade segundo a categoria.

De uma forma geral, para ambas as categorias, nota-se que os dados do Fator 1 (focalização no problema) situam-se entre o intervalo 3 e 5, ou seja, assumem uma tendência de valores altos, partindo do fato que a escala varia de 1 a 5. Em contrapartida, para o Fator 2 (focalização na emoção) há maior dispersão (entre 1 e 4), apresentando uma tendência de valores inferiores quando comparados ao Fator 1. Os dados relativos ao Fator 3 (práticas religiosas/pensamentos fantasiosos) apresentam-se distribuídos entre o intervalo de 1 a 5, concentrando-se mais entre 2 e 4; ao passo que os dados do Fator 4 (busca de suporte social) distribuem-se no intervalo de 1 a 4, tendo maior concentração entre os valores 1 e 3. Assim, constata-se que a idade não define o padrão de escolha das estratégias de enfrentamento empregadas para os valores dos fatores em ambas as categorias.

Apesar da pouca associação visível entre cada Fator e a variável idade, um fato importante a ser observado refere-se aos jogadores que possuem 18 anos de idade. Com base nos resultados, percebe-se que nesta idade existe a menor decisão sobre as estratégias, uma vez que, para os quatro fatores houve maior dispersão nesta idade.

Este é um dado esperado, uma vez que a literatura aponta que, com a idade, atletas passam a enfrentar o estresse de forma mais efetiva. Entretanto, estudos longitudinais são ainda necessários para identificar como aspectos cognitivos, sociais, emocionais e biológicos determinam a aquisição de repertórios adequados de enfrentamento no esporte. Este é um dado altamente relevante, tanto para a seleção de talentos como para auxiliar na prevenção de desistências e aumento da adesão aos programas de treinamento.⁽⁷⁵⁾

Na Figura 7 é observada a distribuição da variável tempo como atleta profissional e amador, em função de cada Fator de enfrentamento dividido por categoria.

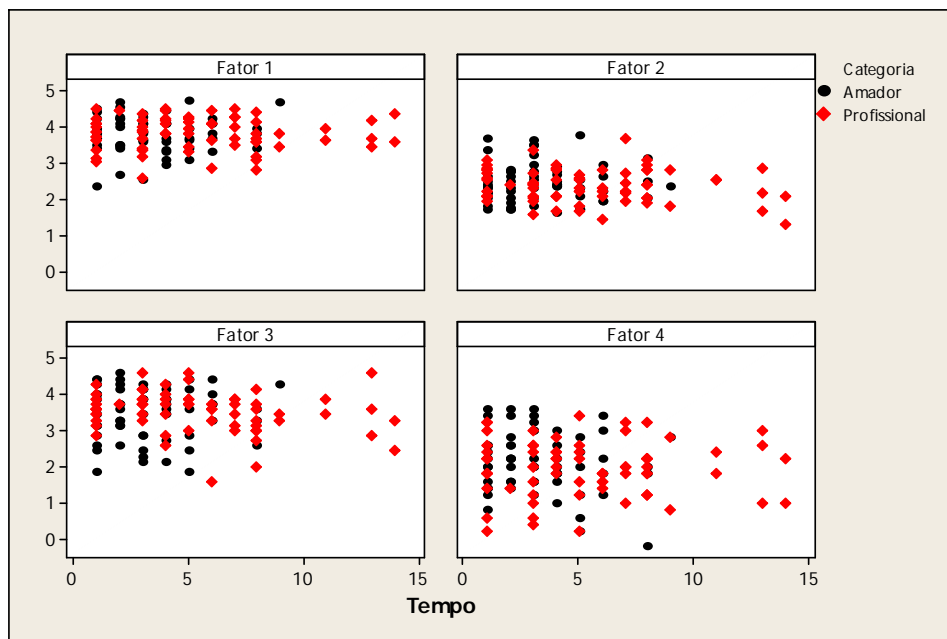


Figura 7. Dispersão de fatores de enfrentamento por tempo como atleta amador e profissional.

De uma forma geral, para ambas as categorias, nota-se que a maioria dos dados do Fator 1 (focalização no problema), situa-se entre o intervalo de 3 e 5. Os valores relativos ao Fator 2 (focalização na emoção) encontram-se no intervalo de 1 a 4, desta forma, apresenta uma tendência de valores inferiores quando comparado ao Fator 1 (focalização no problema). O Fator 3 (práticas religiosas/pensamentos fantasiosos), apresenta-se distribuído entre o intervalo de 1 a 5, concentrando-se entre o intervalo de 2 a 4; ao passo que os dados do Fator 4 (busca de suporte social) distribuem-se no intervalo de 1 a 4, tendo

maior concentração entre os valores 1 e 3, principalmente para atletas amadores (menos experientes).

Novamente estes dados indicam a prioridade dos atletas estudados em utilizar estratégias de enfrentamento focalizadas no problema. Este é um resultado positivo, uma vez que este tipo de estratégia é adequado quando existe a possibilidade de modificar o estressor ou de adquirir maiores habilidades para lidar com o mesmo.⁽⁷³⁾

Enfrentamento focalizado na emoção é utilizado em segundo lugar tanto por amadores como por profissionais. Inclui fuga-evitação, distanciamento e reavaliação positiva da situação. O enfrentamento focalizado na emoção é uma estratégia adequada quando o indivíduo acredita que pouco pode fazer para modificar o estressor. Inclui estratégias comportamentais (ex. buscar apoio social, que é uma estratégia positiva ou fazer uso de álcool e drogas e distanciar-se dos companheiros da equipe, consideradas estratégias negativas) e cognitivas (ex. mudar a maneira de avaliar o estressor ou negar informações desagradáveis).^(73,75,76)

Assim como para a variável idade, também não é evidente a associação entre Fator e Tempo como Atleta Profissional e Amador. Porém, com base nos resultados apresentados na Figura 7, verifica-se que os fatores de enfrentamento mais utilizados, para ambas as categorias são os fatores 1 (focalização no problema) e 3 (práticas religiosas/pensamentos fantasiosos), tanto para os jogadores mais experientes (profissionais) como para aqueles com menos experiência (amadores).

Embora a literatura afirme que o tempo de experiência está relacionado ao desenvolvimento de estratégias mais adequadas de enfrentamento, isto não foi identificado neste estudo. É possível que isto tenha ocorrido em função da amostra e do planejamento das equipes onde estes atletas estão inseridos, isto é, tanto os participantes amadores como os profissionais participam de treinamentos organizados de forma semelhante, que deixam de focar um importante aspecto: o desenvolvimento de estratégias adequadas de enfrentamento.

3.3.1. Relação dos Fatores de Enfrentamento com as Posições dos Jogadores em Campo

A Tabela 9 mostra os resultados estatísticos em relação ao Fator 1 (Estratégias de Enfrentamento Focalizadas no Problema), de acordo com a variável posição dos jogadores em campo, comparando as categorias dos mesmos.

Tabela 9. Estatísticas descritivas relativas ao Fator 1 (Estratégias de Enfrentamento Focalizadas no Problema) para cada posição de jogo e teste comparativo por categoria do atleta. Valor P relativo ao Teste de Mann-Whitney.

Posição *	Categoria	n	$\bar{x} \pm s$	Md	Mín	Máx	Valor P
Goleiro	Amador	8	3,86±0,39	3,80	3,27	4,50	0,379
	Profissional	5	3,52±0,59	3,60	2,55	4,05	
Zagueiro	Amador	14	3,66±0,53	3,69	2,50	4,66	0,662
	Profissional	16	3,78±0,44	3,66	3,00	4,50	
Lateral	Amador	14	3,81±0,60	4,05	2,66	4,66	0,742
	Profissional	11	3,91±0,48	3,88	2,77	4,50	
Meio Campo	Amador	15	3,88±0,35	3,83	3,27	4,55	0,677
	Profissional	19	3,89±0,46	4,05	2,83	4,38	
Atacante	Amador	10	3,63±0,60	3,66	2,33	4,72	0,947
	Profissional	20	3,67±0,37	3,58	3,11	4,44	

* 02 jogadores amadores não declararam a posição de jogo e foram excluídos desta análise.

Nota-se que tanto os valores de média e de mediana são próximos, não havendo diferença significativa ($\alpha=0,05$) entre as posições dos jogadores quanto à abordagem do Fator 1 (focalização no problema).

Os dados da Tabela 9 sugerem que, para as posições goleiro e atacante, as dispersões são consideráveis dependendo da categoria. No caso do goleiro, o desvio padrão variou de 0,39 (amador) para 0,59 (profissional), ao passo que para o atacante, o desvio padrão variou de 0,60 (amador) para 0,37 (profissional). Para as outras posições, quanto ao Fator 1 (focalização no problema), não foram observadas dispersões de destaque. Entende-se que,

para o Fator 1 os goleiros (amador) e atacantes (profissional), expressam opiniões homogêneas, quanto às estratégias focalizadas no problema.

É preciso considerar que em um time de futebol, goleiros, atacantes e zagueiros têm uma responsabilidade concreta, isto é, número de gols no placar durante as partidas. Assim, a aparente semelhança entre ambos, embora não seja estatisticamente significativa, pode ser compreendida. Este dado pode ser também apoiado pelos resultados semelhantes obtidos em relação aos escores mais altos de *burnout* (exaustão física e emocional) para os jogadores destas duas posições.

A Tabela 10 mostra os resultados estatísticos relativos ao Fator 2 (Enfrentamento Focalizado na Emoção) de acordo com a posição de cada jogador, comparando a categoria. Os valores de P evidenciam que não há diferença estatisticamente significativa entre as categorias, quando se analisa o Fator 2 para todas as posições de jogo ($P > 0,05$).

Tabela 10. Estatísticas descritivas relativas ao Fator 2 (Estratégias de Enfrentamento Focalizadas na Emoção) para cada posição de jogo e teste comparativo por categoria do atleta. Valor P relativo ao Teste de Mann-Whitney.

Posição *	Categoria	n	$\bar{x} \pm s$	Md	Mín	Máx	Valor P
Goleiro	Amador	8	2,44±0,73	2,23	1,66	3,60	0,826
	Profissional	5	2,18±0,27	2,21	1,78	2,50	
Zagueiro	Amador	14	2,50±0,40	2,50	1,93	3,33	0,917
	Profissional	16	2,49±0,36	2,53	2,00	3,07	
Lateral	Amador	14	2,35±0,53	2,33	1,66	3,46	0,826
	Profissional	11	2,36±0,33	2,35	1,92	2,92	
Meio Campo	Amador	15	2,37±0,47	2,46	1,60	3,20	0,487
	Profissional	19	2,24±0,59	2,21	1,28	3,64	
Atacante	Amador	10	2,66±0,63	2,60	1,80	3,73	0,367
	Profissional	20	2,38±0,46	2,46	1,64	3,35	

* 02 jogadores amadores não declararam a posição de jogo e foram excluídos desta análise.

As estatísticas de dispersão mostradas na Tabela 10 indicam dispersão considerável dos dados para as posições goleiro e lateral, quando se comparam as categorias profissional e amador. No caso do goleiro, o desvio padrão variou de 0,73 (amador) para 0,27 (profissional); ao passo que para o lateral, o desvio padrão variou de 0,53 (amador) para 0,33 (profissional). Para as outras posições, quanto ao Fator 2 (enfrentamento focado na emoção) os resultados das duas categorias ficaram mais próximos. Apesar das pequenas diferenças encontradas para os desvios padrão calculados, os resultados

relativos ao teste de Mann-Whitney fornecem evidências de que a categoria não influencia nas opiniões sobre este Fator para todas posições de jogo.

Isto pode significar que, em qualquer posição de jogo, os membros de um time utilizam estratégias focadas na emoção quando não é possível enfrentar o estressor utilizando estratégias focadas no problema. De acordo com a literatura, este é um dado esperado.^(73,75,77)

As estatísticas descritivas do Fator 3 (Enfrentamento Focalizado na Busca da Prática Religiosa/Pensamento Fantasiado), estão expostas na Tabela 11, juntamente com o valor P relativo ao teste de Mann-Whitney.

Tabela 11. Estatísticas descritivas relativas ao Fator 3 (Práticas Religiosas/Pensamento Fantasioso) para cada posição de jogo e teste comparativo por categoria do atleta. Valor P relativo ao Teste de Mann-Whitney.

Posição*	Categoria	n	$\bar{x} \pm s$	Md	Mín	Máx	Valor P
Goleiro	Amador	8	3,51±0,66	3,50	2,28	4,43	0,883
	Profissional	5	3,60±0,23	3,71	3,28	3,85	
Zagueiro	Amador	14	3,40±0,75	3,64	2,14	4,43	0,647
	Profissional	16	3,40±0,47	3,43	2,43	4,28	
Lateral	Amador	14	3,74±0,74	3,93	1,85	4,57	0,042**
	Profissional	11	3,36±0,57	3,57	2,00	3,85	
Meio Campo	Amador	15	3,27±0,63	3,28	2,14	4,43	0,118
	Profissional	19	3,54±0,58	3,71	1,57	4,28	
Atacante	Amador	10	3,47±0,87	3,64	1,85	4,43	0,775
	Profissional	20	3,60±0,67	3,57	2,43	4,57	

* 02 jogadores amadores não declararam a posição de jogo e foram excluídos desta análise;
**P<0,05

Por meio dos resultados da Tabela 11, verifica-se que na posição de lateral (P=0,042) há diferença estatisticamente significativa entre as categorias profissional e amador. Ao comparar as médias das categorias profissional (3,57) e amador (3,93), verificou-se que os atletas amadores, que atuam na posição de lateral, utilizam com maior frequência, estratégias que possam auxiliar no enfrentamento do problema orientado ao pensamento fantasioso, e comportamento religioso. Para as demais posições, não foram encontradas diferença estatisticamente significativa (P>0,05).

Esta diferença pode estar relacionada ao fato desta posição, no futebol moderno, exigir do atleta versatilidade, isto é, durante uma partida este constantemente participa tanto de jogadas defensivas quanto ofensivas. Conseqüentemente, a forma de atuação pode variar consideravelmente dependendo do momento, acarretando mais dificuldades para utilizar a estratégia de solução de problemas. Pesquisas futuras, entretanto, devem ainda investigar esta possível explicação.

Os dados mostrados na Tabela 11 indicam que para as posições goleiro e zagueiro há maior diferença no desvio padrão, quando comparadas as categorias (amador e profissional). No caso do goleiro, o desvio padrão variou de 0,66 (amador) para 0,23 (profissional); ao passo que para o zagueiro, o desvio padrão variou de 0,75 (amador) para 0,47 (profissional). Para as outras posições as diferenças não foram tão acentuadas.

O Fator 4 (Enfrentamento Focalizado na Busca de Suporte Social) está caracterizado estatisticamente na Tabela 12. Nota-se que os valores de P obtidos pela aplicação do teste de Mann-Whitney fornecem evidências de que não há diferença estatisticamente significativa entre as categorias dos jogadores, quanto à posição dos mesmos em campo. Os valores de P estimados são superiores ao nível de significância de 0,05.

Tabela 12. Estatísticas descritivas relativas ao Fator 4 (Busca de Suporte Social) para cada posição de jogo e teste comparativo por categoria do atleta. Valor P relativo ao Teste de Mann-Whitney.

Posição*	Categoria	n	$\bar{x} \pm s$	Md	Mín	Máx	Valor P
Goleiro	Amador	8	1,92±0,85	1,90	0,60	3,60	0,941
	Profissional	5	1,96±0,64	1,80	1,20	2,80	
Zagueiro	Amador	14	2,15±0,83	2,40	0,20	3,40	0,339
	Profissional	16	1,86±0,86	1,90	0,20	3,20	
Lateral	Amador	14	2,28±0,67	2,20	1,20	3,60	0,584
	Profissional	11	2,00±0,89	2,20	0,20	3,40	
Meio Campo	Amador	15	2,04±0,90	2,00	-0,20	3,40	0,466
	Profissional	19	1,84±0,73	2,00	0,40	3,20	
Atacante	Amador	10	2,12±0,98	2,10	0,80	3,60	0,947
	Profissional	20	2,07±0,72	2,20	0,60	3,20	

* 02 jogadores amadores não declararam a posição de jogo e foram excluídos desta análise.

Constata-se que os valores de média e mediana expostos nas Tabelas 10 e 12 são inferiores aos expostos nas Tabelas 9 e 11. Com isso, evidencia-se que os Fatores 1 e 3 (focalização no problema e práticas religiosas/pensamento fantasioso) são os que apresentaram maiores valores, pois suas médias foram maiores, quando comparados com os Fatores 2 e 4 (focalização na emoção e busca de suporte social). Ao comparar esses valores médios, entre os fatores de enfrentamento, e a variável posição de jogo, os resultados indicam que independente da posição em que jogam, os jogadores de ambas categorias, adotam estratégias semelhantes, ou seja, focadas no problema e práticas religiosas/pensamento fantasioso.

Para verificar a dispersão dos dados, bem como a localização das estatísticas abordadas nas tabelas anteriores, foram construídos *Box-plots*. Nesse contexto, cada fator foi analisado de acordo com a posição de cada jogador e, também, com a categoria na qual cada um atua.

As Figuras 8 e 9 mostram o comportamento dos dados do Fator 1 (Estratégias de Enfrentamento Focalizadas na Emoção) em relação à posição de cada jogador em campo, divididos por categoria.

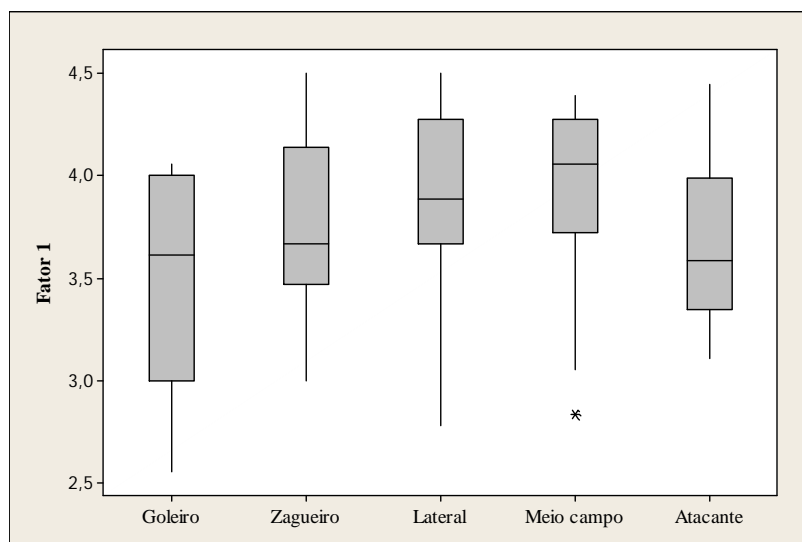


Figura 8. Box-plot do Fator 1 (Estratégias de Enfrentamento Focalizadas no Problema) por posição de jogo dos jogadores profissionais.

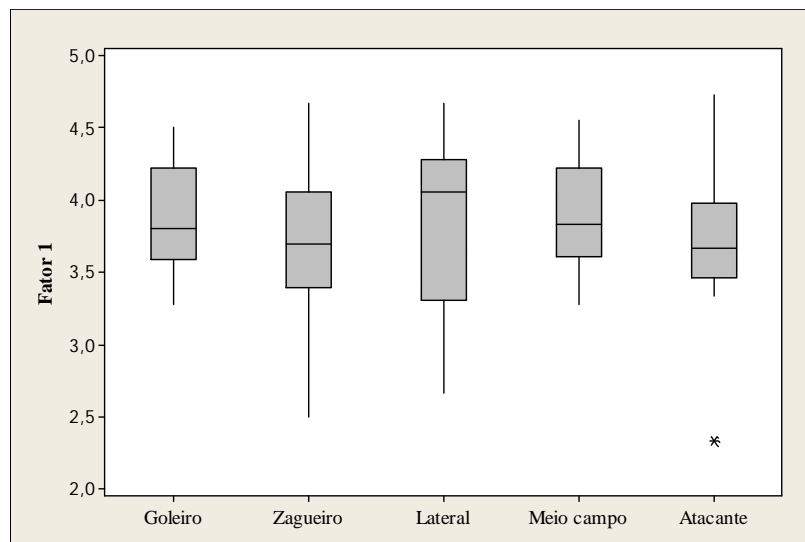


Figura 9. Box-plot do Fator 1 (Estratégias de Enfrentamento Focalizadas no Problema) por posição de jogo dos jogadores amadores.

Ao analisar separadamente as Figuras 8 e 9, nota-se que a maior mediana na categoria profissional está na posição meio campo, ao passo que, na categoria amadora, a maior mediana se encontra na posição lateral. Pode-se supor que os jogadores profissionais que jogam no meio campo e, os jogadores amadores que jogam na posição lateral, enfrentam as situações geradoras de estresse, focalizando seus esforços, no sentido de solucionar o problema propriamente dito.

Em ambas as situações as medianas assumem valores entre 3,5 e 4,0 e, além disso, os atacantes apresentaram o menor valor de mediana. Destaca-se ainda, nessa distribuição, a presença de dois valores discrepantes (*outliers*) inferiores, representados, respectivamente, por um meio campo profissional e um atacante amador.

As Figuras 10 e 11 mostram o comportamento dos dados do Fator 2 (Estratégias de Enfrentamento Focalizadas na Emoção) em relação à posição de cada jogador em campo, divididos por categoria.

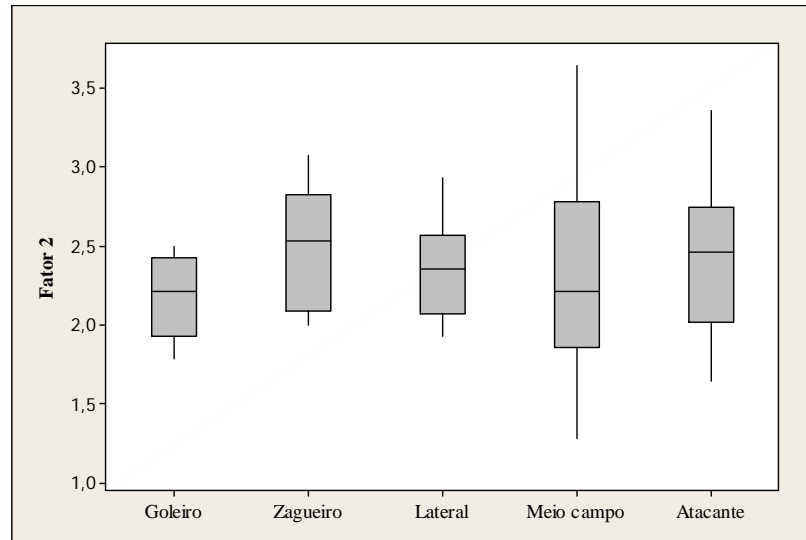


Figura 10. Box-plot do Fator 2 (Estratégias de Enfrentamento Focalizadas na Emoção) por posição de jogo dos jogadores profissionais.

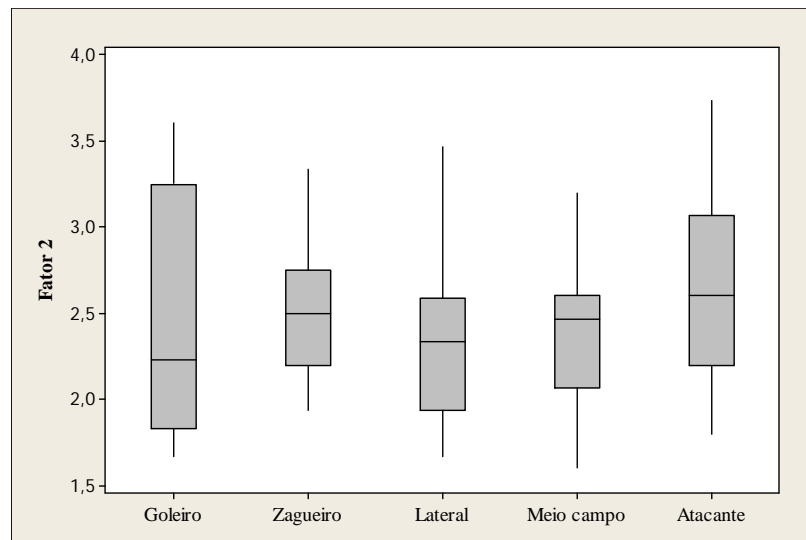


Figura 11. Box-plot do Fator 2 (Estratégias de Enfrentamento Focalizadas na Emoção) por posição de jogo dos jogadores amadores.

Na análise das Figuras 10 e 11, nota-se que a maior mediana na categoria profissional está na posição zagueiro, ao passo que, na categoria amadora, a maior mediana se encontra na posição atacante. A partir daí pode-se supor que os zagueiros profissionais e os atacantes amadores enfrentam situações problema, principalmente com estratégias focalizados na emoção. Desta forma, busca-se uma solução momentânea para o problema, que permite lidar com o estressor.

Verifica-se, também, que os valores das medianas ocupam um intervalo de 2 a 2,5 que, por sua vez, é inferior ao intervalo ocupado pelas medianas do Fator 1 (focalização no problema). Além disso, a dispersão dos dados é evidente nos jogadores que ocupam a posição de goleiro e meio campo. Os goleiros profissionais apresentam menor dispersão frente aos goleiros amadores, o que se poderia atribuir à experiência dos primeiros. Entretanto, os jogadores profissionais que atuam no meio campo apresentam maior dispersão que os amadores. Assim, mais estudos são necessários para compreender o impacto da experiência sobre a escolha da estratégia de enfrentamento e a posição de jogo.

As Figuras 12 e 13 mostram o comportamento dos dados do Fator 3 (Práticas Religiosas/Pensamento Fantasiado) em relação à posição de cada jogador em campo, divididos por categoria.

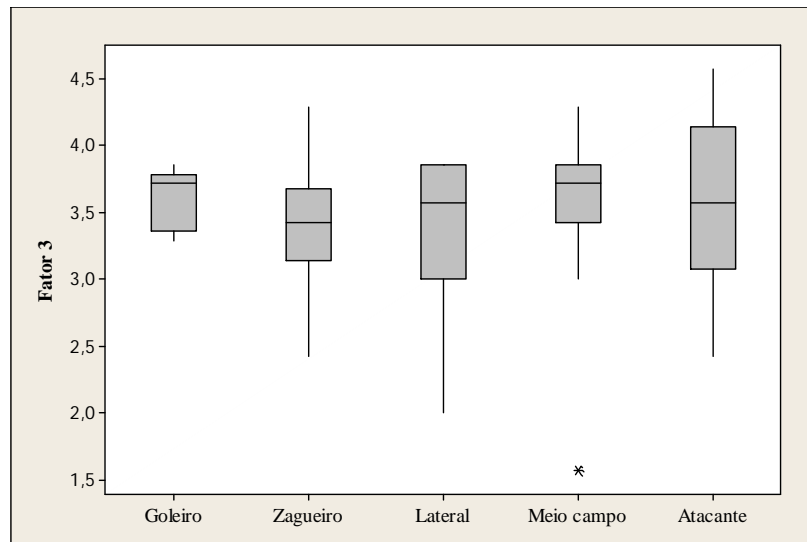


Figura 12. Box-plot do Fator 3 (Práticas Religiosas/Pensamento Fantasiado) por posição de jogo dos jogadores profissionais.

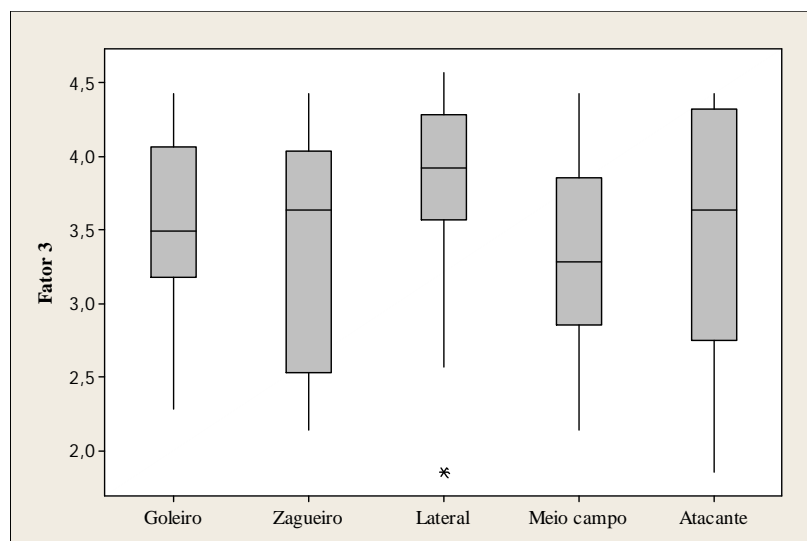


Figura 13. Box-plot do Fator 3 (Práticas Religiosas/Pensamento Fantasiado) por posição de jogo dos jogadores amadores.

Nota-se que os maiores valores de mediana estão evidenciados nos goleiros profissionais e nos laterais amadores. Pode-se pressupor que essas posições enfrentem situações problema que justificam a utilização de estratégias focalizadas em práticas religiosas/pensamento fantasioso. Exemplos deste tipo de pensamento são freqüentemente encontrados no discurso de jogadores mostrados pela mídia: “Se Deus quiser faremos um bom jogo...”, “Deus nos ajudou e ganhamos o jogo”.

Verifica-se maior dispersão de dados em atacantes profissionais e amadores. Além disso, os valores de mediana ocupam valores em intervalos de 3,0 a 4,0. Quanto à dispersão dos dados, nota-se que os jogadores profissionais apresentam menor dispersão frente aos amadores, em todas as posições analisadas, o que se pode atribuir à experiência dos mesmos. Destaca-se a alta dispersão para as posições goleiro, zagueiro e meio campo amadores. Outro fato importante a ser destacado é a presença de dois valores discrepantes (outliers) inferiores, representados, respectivamente, por um meio campo profissional e um lateral amador.

As Figuras 14 e 15 mostram o comportamento dos dados do Fator 4 (Busca de Suporte Social) em relação à posição de cada jogador em campo, divididos por categoria.

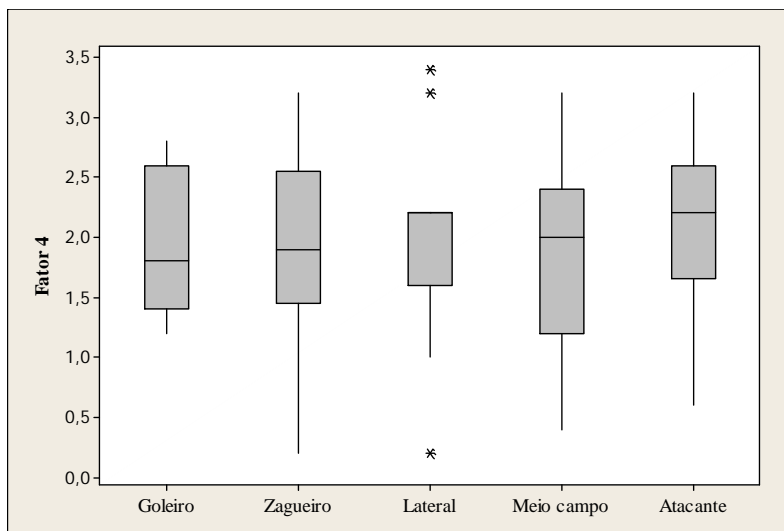


Figura 14. Box-plot do Fator 4 (Busca de Suporte Social) por posição de jogo dos jogadores profissionais.

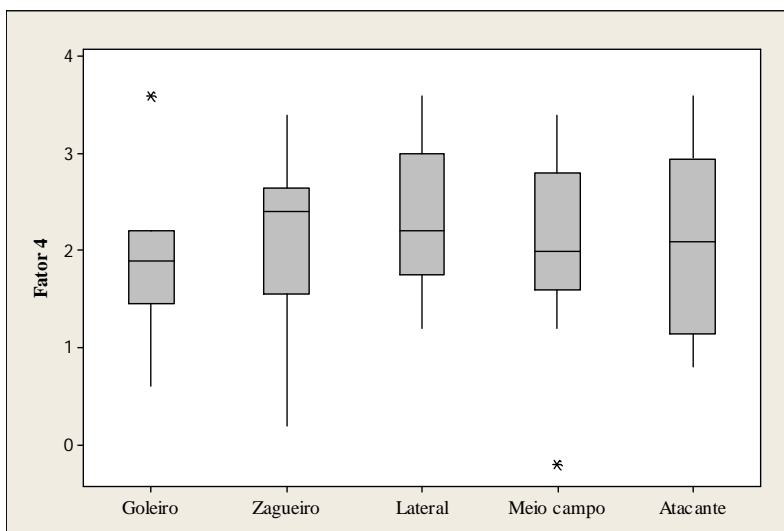


Figura 15. Box-plot do Fator 4 (Busca de Suporte Social) por posição de jogo dos jogadores amadores.

O Fator 4 (busca de suporte social) evidencia enfrentamento de situações problemas focalizando na busca de suporte social. Ao adotar essa estratégia, os jogadores manifestam comportamento de buscar apoio externo para

enfrentar o problema. Para a categoria profissional, os jogadores das posições atacante e lateral obtiveram a maior mediana. Para a categoria amadora, os zagueiros obtiveram mediana expressiva frente às outras posições. As medianas assumem valores de 1,8 a 2,4.

Para ambas as categorias, existem valores discrepantes a serem destacados. Para a categoria profissional, existem três *outliers*, sendo dois deles superiores e um inferior – representados por três laterais. Já, para a categoria amadora, existem dois *outliers*, sendo um deles superior - representado por um goleiro - e outro inferior - representado por um meio campo.

Ao analisar todas as distribuições abordadas anteriormente, nota-se que, para os Fatores 2 e 3, a categoria amadora apresenta maior dispersão dos dados frente à profissional. Para os Fatores 1 e 4, a dispersão deve ser analisada de forma separada, ou seja, de acordo com a posição de cada jogador. A maior dispersão é um reflexo da maior heterogeneidade de opiniões dentro do subgrupo.

3.4. Análise da Estratégia de Enfrentamento Predominante

A análise de fatores predominantes consistiu em verificar, entre todos os valores calculados, qual Fator apresentava maior média aritmética frente aos outros fatores de enfrentamento. Assim, a maior média aritmética atesta o Fator predominante utilizado para enfrentar situações problema. Além disso, a análise dos fatores predominantes será suportada por um teste estatístico – o teste de homogeneidade.

Os valores observados na Tabela 6 mostram que todas as posições, de ambas as categorias, utilizam predominantemente o Fator 1 (Estratégias de Enfrentamento Focalizadas no Problema) para enfrentar situações geradoras de estresse. Quanto à posição atacante, houve igualdade de valores percentuais (50%), atestando igual proporcionalidade entre os fatores 1 (focalização no problema) e 3 (práticas religiosas/pensamento fantasioso) para as duas categorias.

A Tabela 13 também mostra o valor P relativo ao teste de homogeneidade quando comparadas as duas categorias segundo a distribuição de freqüências quantificada para os fatores predominantes em cada posição de atuação de cada jogador.

Tabela 13. Valores nominais e percentuais distribuídos de acordo com seus respectivos fatores predominantes, quanto à posição e divididos por categoria. Valores de P referentes ao Teste de Homogeneidade.

Posição *	Categoria	Fator 1	Fator 3	Valor P
Goleiro	Amador	6 (75%)	2 (25%)	0,859
	Profissional	4 (80%)	1 (20%)	
Zagueiro	Amador	10 (71,4%)	4 (28,6%)	0,670
	Profissional	15 (93,8%)	1 (6,3%)	
Lateral	Amador	8 (57,1%)	6 (42,9%)	0,360
	Profissional	11 (100%)	0 (0,0%)	
Meio Campo	Amador	14 (93,3%)	1 (6,7%)	0,775
	Profissional	16 (84,2%)	3 (15,8%)	
Atacante	Amador	5 (50%)	5 (50%)	0,801
	Profissional	10 (50%)	10 (50%)	

* 02 jogadores amadores não declararam a posição de jogo e foram excluídos desta análise.

Os resultados do teste de homogeneidade evidenciam que não há diferença estatisticamente significativa entre as categorias em todas as posições ($P > 0,05$). Isto sugere que tanto os jogadores amadores como profissionais utilizam, independente da posição, as mesmas estratégias de enfrentamento do problema, sendo na maioria dos casos o enfrentamento focalizado no problema. Este é um resultado esperado, uma vez que o treinamento dos jogadores visa habilitá-los a resolver problemas que surgem no decorrer de uma partida.

4. CONCLUSÕES

4. CONCLUSÕES

- Não houve diferença significativa entre níveis de *burnout* apresentados por jogadores de futebol amadores e profissionais, isto é, os sintomas de *burnout* não se mostraram associados com menor experiência.
- Os atletas, durante a fase pré-competitiva, não apresentaram escores indicativos de *burnout*. A vulnerabilidade para *burnout* foi identificada em parcela dos jogadores.
- A comparação entre jogadores profissionais e amadores em relação à posição de jogo não evidenciou diferença significativa quanto aos escores de *burnout* em suas três dimensões: reduzido senso de realização esportiva, exaustão física e emocional e desvalorização da modalidade esportiva.
- Não houve diferença significativa em termos das estratégias de enfrentamento utilizadas pelos atletas amadores e profissionais (enfrentamento focalizado no problema; focalizado na emoção; práticas religiosas/pensamento fantasioso; busca de suporte social).
- A estratégia de enfrentamento focalizada no problema foi a mais utilizada por todos os jogadores (profissionais e amadores), independente da posição de jogo.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Giulianotti R. Sociologia do futebol: dimensões históricas e socioculturais do esporte das multidões. São Paulo: Nova Alexandria; 2002.
2. Barbosa AMS. O futebol e a sociedade global: uma reavaliação da identidade sociocultural brasileira. *Sociedade e cultura*, 2007; 10: 173-186.
3. Freitas CMSM. As classes sociais na sociedade do espetáculo: o olhar dos torcedores de futebol. *Rev Port Cien Desp*, 2003; V: 329-334.
4. Wilbert-Lampen U, Leistner D, Greven S, Pohl T, Sper S, Volker C, et al. Cardiovascular events during World Cup Soccer. *The New England Journal of Medicine*, 2008; 358: 475-483.
5. Rubio K. O imaginário da derrota no esporte contemporâneo. *Psicologia e Sociedade*, 2006; 18: p. 86-91.
6. Rodrigues FXF. Modernidade, disciplina e futebol: uma análise sociológica da produção social do jogador de futebol no Brasil. *Sociologias*, 2004; 6: 260-299.
7. Verardi CEL, De Marco A. Emoção e esporte: as relações entre pais e filhos numa experiência com o futebol. *Revista da Educação Física/UEM*, 2007; 18 Supl: 435-438.

8. Valter W, Barros T. Preparação Física no Futebol. In: Barros TL, Guerra I, editores. *Ciência do Futebol*. Barueri: Manole; 2004; p. 21-38.

9. Balikian P, Lourenção A, Ribeiro LFP, Festuccia WTL, Neiva CM. Consumo máximo de oxigênio e limiar anaeróbio de jogadores de futebol: comparação entre as diferentes posições. *Rev. Bras. Med. Esporte*, 2002; 8: 32 – 36.

10. Orlick T. *In pursuit of excellence*. 4th ed. Human Kinetics:Champaign,IL; 2008.

11. Brandão MRF. O lado mental do futebol. In: Barros TL, Guerra I, editores. *Ciência o Futebol*. Barueri: Manole; 2004. p. 203 – 205.

12. Chiminazzo JGC, Montagner PC. Treinamento esportivo e burnout: reflexões teóricas 2004. *Revista Electrónica Lecturas en Educación Física y Deportes*. [citado 2008 jun 15] Disponível em: URL: <http://www.efdeportes.com/>

13. De Rose Junior D. A competição como fonte de estresse no esporte. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, 2002; 10: 19-26.

14. Gonçalves MP, Belo RP. Ansiedade-traço competitiva: diferenças quanto ao gênero, faixa etária, experiência em competições e modalidade esportiva em jovens atletas. *Psico-USF*, 2007; 12: 301-307.

15. Miyazaki MCOS. *Psicologia na formação médica: subsídios para prevenção e trabalho clínico com universitários*. [Tese]. São Paulo: USP, 1997.

16. Staal MA. Stress, cognition, and human performance: a literature review and conceptual framework. The NASA STI Program Office. [citado 2008 out 10].

Disponível em: URL:
<http://humanfactors.arc.nasa.gov/web/library/publications/publications.php>

17. Taylor SE. Health Psychology. 5th Ed. Boston:McGraw-Hill; 2003.

18. Lipp MEN. Mecanismos neuropsicofisiológicos do stress: teoria e aplicações clínicas. São Paulo: Casa do Psicólogo; 2003.

19. Sarafino EP. Health Psychology. Biopsychosocial interactions. New York: John Wiley & Sons; 1994.

20. Marques ACP, Rosado AFB. Situações estressantes nos atletas de basquetebol de alta competição. Rev Bras Educ Fís, 2005; 19:71-87.

21. Kavanagh J. Stress and performance. A review of the literature and its applicability to the military. RAND Corporation; 2005. [citado 2008 maio 10].

Disponível em: URL: www.rand.org

22. Domingos NAM. Estratégias para redução de stress em pacientes candidatos a transplante de fígado. [Tese]. Campinas: PUC; 2005. 71p.

23. Guido LA. Stress e coping em enfermeiros de centro cirúrgico e recuperação anestésica. [Dissertação]. São Paulo: Escola de Enfermagem da UNIFESP; 2003. 182p.
24. Firth-Cozens J. New stressors, new remedies. *Occupational Medicine* 2000; 50:199-201.
25. Taylor SE, Stanton AL. Coping resources, coping processes, and mental health. *Annu Rev Clin Psychol*, 2007; 3: 377-401.
26. Velloso LMA, Carmo DLMS, Meis C. The growing competition in Brazilian Science: rites of passage, stress and burnout. *Brazilian Journal of Medical and Biological Research*, 2003; 36:1135-1141.
27. Suinn RM. Behavioral interventions for stress management in sports. *International Journal of Stress Management*, 2005; 12:343-362.
28. Ivarsson A. Psychological predictors of Sport injuries among soccer players. [Dissertation]. Halmstad University, Halmstad, Suécia; 2008.
29. Steffen K, Pensgaard AM, Bahr R. Self-reported psychological characteristics as risk factors for injuries in female youth football. *Scand J Med Sci Sports*. No prelo 2008.

30. Mann BJ, Grana, WA, Indelicato PA, O'Neill DF, George SZ. A survey of sports medicine physicians regarding psychological issues in patient-athletes. *American Journal of Sports Medicine*, 2007; 35:2140-2147.
31. Vicenzi F. Qualidade de vida, estresse e supertreinamento em atletas jogadores de futebol. [Dissertação]. Universidade Federa de Santa Catarina. SC. 2002.
32. Lazarus RS, Folkman S. *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer; 1984.
33. Gimenez MGG. A teoria do enfrentamento e suas implicações para sucessos e insucessos em psiconcologia. In: MGG Gimenez (Org.), *A mulher e o câncer* (pp.111-147). Campinas: Psy II; 1997.
34. Noblet AJ, Gifford S. The Sources of Stress Experienced by Professional Australian Footballers. *Journal Applied Sport Psychology*, 14: 113, 2002.
35. Marchione K. Problem solving training. In: A. S. Bellack, M. Hersen editores, *Dictionary of Behavior Therapy Techniques*. New York: Pergamon; 1985. p. 167-169.
36. Meichenbaum D. *Manual de inoculación de estrés*. Barcelona: Martínez-Roca; 1987.

37. Cresswell SL, Eklund RC. Motivation and burnout among top amateur rugby players. *Med Sci Sports Exerc*, 2005; 37: 469-477.
38. Cresswell SL, Eklund RC. Changes in athlete burnout and motivation over a 12-Week League Tournament. *Med Sci Sports Exerc*, 2005; 37: 1957-1966
39. Junge A. The influence of psychological factors on sports injuries. Review of the literature. *American Journal of Sports Medicine*, 2000; 28:S-10-S15 (supl 5)
40. Codo W, Menezes-Vasques, I. O que é *burnout*? In: Codo, W, editor. *Educação: carinho e trabalho*. 3. ed. Petrópolis: Vozes; 2002. p. 237-254.
41. Seidl EMF, Tróccoli BT, Zannon CMLC. Análise fatorial de uma medida de estratégias de enfrentamento. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 2001; 17:.225-234.
42. Maslach, C, Schaufeli, W.B, Leiter, M.P. Job. *Annu Rev Psychol*, 2001; 52: 397-422.
43. Maslach C, Jackson, SE. The measurement of experienced burnout *Journal of occupational behaviour*, 1981; 2: 99-113.
44. Gould D, Udry E, Tuffey S, Loehr J. Burnout in Competitive Junior Tennis Players: I. A Quantitative Psychological Assessment. *The Sport Psychologist*, 1996; 10: 322-340

45. Raedeke TD. Is athlete burnout more than just stress? A sport commitment perspective. *J Sport Exerc Psychol*, 1997; 19: 396-417.

46. Raedeke TD, Smith AL. Development and preliminary validation of an athlete burnout measure. *J Sport Exerc Psychol*, 2001; 23: 238-306.

47. Pires DA, Brandão MRF, Machado AA. A síndrome de Burnout no esporte. *Motriz*, 2005; 11: 147-153.

48. Samulski DM. *Psicologia do esporte*. São Paulo: Manole; 2002.

49. Garcés De Los Fayos EJ, Vives Benedicto, L. Variables motivacionales y emocionales implicadas en el síndrome de burnout en el contexto deportivo. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción* 2002; 5. [citado 2007 out 18]. Disponível em: URL: <http://reme.uji.es>

50. Cresswell SL, Eklund RC. The athlete burnout syndrome: possible early signs. *J Sci Med Sport*, 2004; 7: 481-487.

51. Goodger K, Gorely T, Lavalley D, Harwood C. Burnout in Sport: A systematic review. *The Sport Psychologist*, 2007; 21: 127-151.

52. Cresswell SL, Eklund RC. The convergent and discriminant validity of burnout measures in sport: A multi-trait/multi-method analysis. *Journal of Sports Sciences*, 2006; 24: 209-220.

53. Pires DA, Brandão MRF, Silva CB. Validação do questionário de burnout para atletas. *Revista da Educação Física/UEM*, 2006; 17: 27-36.

54. Cervo AL, Bervan PA, Da Silva R. *Metodologia científica*. 6ª. ed. São Paulo: Pearson Prentice Hall; 2007.

55. Gil AC. *Como elaborar projetos de pesquisa*. 4ª. ed. São Paulo: Editora Atlas; 2007.

56. Thomas JR, Nelson JK. *Métodos de pesquisa em atividade física*. Porto Alegre: Artmed; 2002.

57. Gimenes, MGG, Queiroz B. As diferentes fases de enfrentamento durante o primeiro ano após a mastectomia. In: Gimenes MGG, Fávero MH, editores. *A mulher e o câncer*. Campinas: Editorial Psy; 1997. p. 171-195.

58. Vitaliano PP, Russo J, Carr JE, Maiuro, RD, Becker, J. The Ways of Coping Checklist: Revision and psychometric properties. *Multivariate Behavioral Research*, 1985; 20: 3-26.

59. Zar JH. Biostatistical analysis. 4th Ed. New Jersey: Prentice Hall, 1999.
60. Cresswell SL, Eklund RC. Changes in athlete burnout over a thirty-week “rugby year”. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 2006; 9: 125-134.
61. Lemyre PN, Hall HK, Roberts GC. A social cognitive approach to burnout in elite athletes. *Scand J Med Sci Sports*, 2008; 18: 221-234.
62. Mahl AC, Raposo JV. Perfil psicológico de prestação de jogadores profissionais de futebol do Brasil. *Rev Port Cien Desp*, 2007; 1: 80-91.
63. Peres L, Lovisolo H. Formação esportiva: Teoria e visões do atleta de elite no Brasil. *Revista da Educação Física/UEM*, 2006; 17: 211-218.
64. Cremades JG, Wiggins MS. Direction and Intensity of Trait Anxiety as Predictors of Burnout among Collegiate Athletes. *Athletic Insight* 2008; 10. [citado 2008 abr 23]. Disponível em: URL: www.athleticinsight.com/
65. Borges LO, Argolo JCT, Pereira ALS, Machado EAP, Silva SW. A síndrome de burnout e os valores organizacionais: Um estudo comparativo em hospitais universitários. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 2002; 15: 189-200.

66. Borges LO, Argolo JCT, Baker MCS. Os valores organizacionais e a síndrome de burnout: Dois momentos em uma maternidade pública. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 2006; 19: 34-43.

67. Lemos MF, Mariano PHC. A percepção de técnicos, atletas e ex-atletas de alto rendimento acerca da eficácia da preparação psicológica no futebol. *Práxis*, 2006; 8: 5-14.

68. Brandão MRF. Fatores de stress em jogadores de futebol profissional. [Tese]. Unicamp, Faculdade de Educação Física, Campinas. SP: 2000.

69. Cresswell SL. Possible early signs of athlete burnout: A prospective study. *Journal of Science and Medicine in Sport*. No prelo 2008.

70. Holt NL. Coping in Professional Sport: A Case Study of an Experienced Cricket Player. *Athletic Insight*, 2003; 5: 1-11.

71. Holt NL, Dunn JGH. Longitudinal idiographic analyses of appraisal and coping responses in sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 2004; 5: 213-222.

72. Bell RJ, Thompson. Solution-Focused Guided Imagery for a Golfer Experiencing the Yips: A Case Study. *Athletic Insight*, 2007; 9: 52-66.

73. Straub, RS. *Psicologia da Saúde* Porto Alegre: Artmed; 2005.

74. Spasojevic J, Alloy LB. Rumination as a Common Mechanism Relating Depressive Risk Factors to Depression. *Emotion*, 2001; 1: 25-37.

75. Nicholls AR, Polman RCJ. Coping in sport: A systematic review. *Journal of Sports Sciences*, 2007; 25: 11-31.

76. Thelwell RC, Weston NJV, Greenlees IA. Batting on a sticky wicket: Identifying sources of stress and associated coping strategies for professional cricket batsmen. *Psychology of Sport and Exercise*, 2007; 8: 219-232.

77. Nicholls AR, Polman R, Levy AR, Taylor J, Cobley S. Stressors, coping, and coping effectiveness: Gender, type of sport, and skill differences. *Journal of Sports Sciences*, 2007; 25: 1521-1531.

6. APÊNDICES

6. APÊNDICES

Apêndice 1. Modelo do Termo de Consentimento Livre e Pós-Esclarecido.

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E PÓS-ESCLARECIDO
(Obrigatório para Pesquisa Científicas em Seres Humanos – Resolução n.º
196/96 – CNS)

Eu,.....,RG....., declaro que aceito fazer parte, por livre e espontânea vontade, do estudo “Burnout em jogadores de futebol de alto nível”, a ser realizado durante o Campeonato Paulista de 2007. Informo que compreendi todas as informações que me foram dadas pelo pesquisador Carlos Eduardo Lopes Verardi e/ou auxiliares de pesquisa sob sua responsabilidade, de acordo com o seguinte texto:

No futebol de alto nível, observa-se que as habilidades esportivas de diversos jogadores muitas vezes se igualam. Sendo assim, se faz necessário que, além do desenvolvimento dos aspectos físicos, técnicos e táticos, estes precisam estar bem preparados psicologicamente. Jogadores de futebol estão expostos a um número potencial de estressores, tendo que sobreviver às pressões do esporte de alta performance, que interferem na sua carreira, no seu desempenho atlético e vida pessoal.

Diante deste contexto, acreditamos que se faz necessário investigar os diversos estressores que limitam o desenvolvimento esportivo dos jogadores de futebol de alto nível, mais especificamente o estresse excessivo ou síndrome de “burnout”. Com a atenção voltada para as várias etapas da formação dos atletas profissionais, a presente pesquisa tem como objetivo Identificar níveis de estresse, “burnout” e estratégias de enfrentamento entre jogadores de futebol profissional em diferentes fases da competição esportiva.

Os riscos para os participantes são mínimos e incluem possibilidade de experimentar sentimentos de ansiedade ao discutir aspectos emocionais que podem causar preocupação pelo impacto negativo que podem ter sobre a carreira

Fui esclarecido que minha identidade será preservada. Serão apresentados em eventos científicos e publicados apenas os dados obtidos pelo grupo como um todo. Compreendi que responderei a questionários sobre estresse, “burnout”, e estratégias de enfrentamento e que posso, a qualquer momento, interromper minha participação ou solicitar esclarecimentos. Confirmando que, após entender todas as informações sobre o estudo, aceito participar como voluntário e autorizo a publicação dos resultados e sua apresentação em eventos científicos, aulas, sem que meu nome venha a público.

São José do Rio Preto,..... de de 200....

Assinatura do (a) participante

Assinatura do pesquisador

Carlos Eduardo Lopes Verardi - Telefone para contato: 3216-1842/9736-2524

Apêndice 2. Modelo de Ficha de Avaliação Demográfica.

FICHA DE AVALIAÇÃO DEMOGRÁFICA

DATA DA PARTICIPAÇÃO DA PESQUISA: ____/____/____.

NOME: _____.

EQUIPE ATUAL: _____ IDADE: _____.

ESCOLARIDADE: _____.

ESTADO CIVÍL: Casado (); Solteiro (); Divorciado (); Viúvo ();
() União Consensual; () Outros.

TEM FILHOS? Sim (); Não (). QUANTOS? _____.

IDADE DE INICIAÇÃO NO FUTEBOL: _____.

TEMPO COMO ATLETA FEDERADO (neste caso responder apenas os atletas que ainda não assinaram contrato como profissional): _____.

TEMPO COMO ATLETA PROFISSIONAL (neste caso responder apenas os atletas que já assinaram contrato como profissional): _____.

POSIÇÃO EM QUE JOGA:

Goleiro (); Lateral (); Zagueiro (); Meio-Campo (); Atacante ().

JÁ FEZ ALGUM TIPO DE TRATAMENTO OU PROCUROU AJUDA PARA PROBLEMAS DE ORDEM EMOCIONAL?

() Sim () Não

CASO A RESPOSTA FOR SIM:

QUE TIPO DE PROBLEMA: _____.

QUAL O TIPO DE TRATAMENTO: _____.

QUAL AJUDA VOCÊ PROCUROU: _____.

_____.

OBS: PREENCHA OS QUESTIONÁRIOS NÃO DEIXANDO NENHUMA RESPOSTA EM BRANCO, ASSINALANDO APENAS UMA ALTERNATIVA EM CADA RESPOSTA, E ASSINE O TERMO DE CONSENTIMENTO DE PARTICIPAÇÃO NA PESQUISA. AGRADEÇO A ATENÇÃO E COLABORAÇÃO PELA PARTICIPAÇÃO DA MINHA PESQUISA, E COLOQUE À DISPOSIÇÃO PARA QUAISQUER ESCLARECIMENTOS, PELOS TELEFONES: PROFº. CARLOS VERARDI FONES: RES: (17) 3216-1842 – CEL: (17) 9736-2524.

7. ANEXOS

Anexo 1. Aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da FAMERP.



FACULDADE DE MEDICINA DE SÃO JOSÉ DO RIO PRETO

Autarquia Estadual - Lei n.º 8899 de 27/09/94
(Reconhecida pelo Decreto Federal n.º 74.179 de 14/06/74)


Parecer n.º 370/2006

COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA

O Protocolo n.º 6109/2006 sob a responsabilidade de **Carlos Eduardo Lopes Verardi** com o título "Burnout e estratégias de enfrentamento em jogadores de futebol de alto nível", está de acordo com a Resolução CNS 196/96 e foi aprovado por esse CEP. Sugerimos a mudança do título: substituir a palavra Burnout e retirar a frase "de alto nível". A casuística refere-se a jogadores profissionais e aspirantes ao profissionalismo, podendo ser dividido em dois grupos de acordo com o nível de profissionalismo.

Lembramos ao senhor(a) pesquisador(a) que, no cumprimento da Resolução 251/97, o Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CEP) **deverá receber relatórios semestrais sobre o andamento do Estudo**, bem como a qualquer tempo e a critério do pesquisador nos casos de relevância, além do envio dos relatos de eventos adversos, para conhecimento deste Comitê. **Salientamos ainda, a necessidade de relatório completo ao final do Estudo.**

São José do Rio Preto, 11 de dezembro de 2006.


Prof. Dr. José Paulo Cipullo
Vice-Coordenador do CEP/FAMERP

Anexo 2. Questionário de Burnout para Atletas (ABQ).

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

		Quase nunca	Raramente	Algumas vezes	Frequente mente	Quase sempre
	<i>Quantas vezes você se sente assim?</i>					
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 treinos 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 despenho 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 3. Escala Modos de Enfrentamento de Problemas (EMEP).

Escala Modos de Enfrentamento de Problemas (EMEP)

ESCALA MODOS DE ENFRENTAMENTO DE PROBLEMA

Seidl, E. M. F., Tróccoli, B. T. & Zannon, C. M. L. C.

I – Identificação**Data:**

____/____/____

Nome: _____ **Prontuário n. :** _____

1 = Eu nunca faço isso 2 = Eu faço isso um pouco 3 = Eu faço isso às vezes
 4 = Eu faço isso muito 5 = Eu faço isso sempre

1 – Eu levo em conta o lado positivo das coisas	1	2	3	4	5
2 – Eu me culpo	1	2	3	4	5
3 – Eu me concentro nas coisas boas da minha vida	1	2	3	4	5
4 – Eu tento guardar meus sentimentos para mim mesmo	1	2	3	4	5
5 – Procuro um culpado para a situação	1	2	3	4	5
6 – Espero que um milagre aconteça	1	2	3	4	5
7 – Peço conselho a um parente ou a um amigo que eu respeite	1	2	3	4	5
8- Eu rezo/oro	1	2	3	4	5
9 – Converso com alguém sobre como estou me sentindo	1	2	3	4	5
10- Eu insisto e luto pelo que eu quero	1	2	3	4	5
11- Eu me recuso a acreditar que isto esteja acontecendo	1	2	3	4	5
12- Eu brigo comigo mesmo; eu fico falando comigo mesmo o que devo fazer	1	2	3	4	5
13- Desconto em outras pessoas					

14- Encontro diferentes soluções para o meu problema	1	2	3	4	5
15- Tento ser uma pessoa mais forte e otimista	1	2	3	4	5
16- Eu tento evitar que os meus sentimentos atrapalhem em outras coisas na minha vida	1	2	3	4	5
17- Eu me concentro em uma coisa boa que pode vir desta situação	1	2	3	4	5
18- E desejaria mudar o modo como eu me sinto	1	2	3	4	5
19- Aceito a simpatia e a compreensão de alguém	1	2	3	4	5
20 – Demonstro raiva para as pessoas que causaram o problema	1	2	3	4	5
21- Pratico mais a religião desde que tenho este problema	1	2	3	4	5
22- Eu percebo que eu mesmo trouxe o problema para mim	1	2	3	4	5
23- Eu me sinto mal por não ter podido evitar o problema	1	2	3	4	5
24- Eu sei o que deve ser feito e estou aumentando meus esforços para ser bem sucedido	1	2	3	4	5
25- Eu acho que as pessoas foram injustas comigo	1	2	3	4	5
26- Eu sonho e imagino um tempo melhor do que aquele em que eu estou	1	2	3	4	5
27- Tento esquecer o problema todo	1	2	3	4	5
28- Estou mudando me tornando uma pessoa mais experiente	1	2	3	4	5
29- Eu culpo os outros	1	2	3	4	5
30- Eu fico me lembrando que as coisas poderiam ser piores	1	2	3	4	5
31- Converso com alguém que possa fazer alguma coisa para resolver o meu problema	1	2	3	4	5
32- Eu tento não agir tão precipitadamente ou seguir minha primeira idéia	1	2	3	4	5

33- Mudo alguma coisa para que as coisas acabem dando certo	1	2	3	4	5
34- Procuro me afastar das pessoas em geral	1	2	3	4	5
35- Eu imagino e tenho desejos sobre como as coisas poderiam acontecer	1	2	3	4	5
36- Encaro a situação por etapas, fazendo uma coisa de cada vez	1	2	3	4	5
37- Descubro quem mais é ou foi responsável	1	2	3	4	
38- Penso em coisas fantásticas ou irreais (como uma vingança perfeita ou achar muito dinheiro) que me fazem sentir melhor	1	2	3	4	5
39- Eu sairei dessa experiência melhor do que entrei nela	1	2	3	4	5
40- Eu digo a mim mesmo o quanto já consegui	1	2	3	4	5
41- Eu desejaria poder mudar o que aconteceu comigo	1	2	3	4	5
42- Eu fiz um plano de ação para resolver o meu problema e o estou cumprindo	1	2	3	4	5
43- Converso com alguém para obter informações sobre a situação	1	2	3	4	5
44- Eu me apego à minha fé para superar esta situação	1	2	3	4	5
45- Eu tento não fechar portas atrás de mim, tento deixar em aberto várias saídas para o problema	1	2	3	4	5