

A síndrome de Burnout no esporte

Daniel Alvarez Pires ¹
Maria Regina Ferreira Brandão ¹
Afonso Antônio Machado ²

¹Universidade São Judas Tadeu - USJT

²Departamento de Educação Física -IB/UNESP Rio Claro

Resumo: A síndrome de burnout, considerada uma reação ao estresse crônico, foi descoberta em profissões caracterizadas como de “serviços humanos”, casos de médicos, enfermeiros e advogados, expandindo-se, posteriormente, aos profissionais do âmbito esportivo. Assim sendo, o objetivo dessa pesquisa consistiu em revisar conteúdos referentes à síndrome no ambiente esportivo a partir dos seus modelos representativos teóricos. Foram analisados os aspectos históricos, instrumentos psicométricos de avaliação e manifestações de burnout em atletas, treinadores, árbitros e diretores esportivos. Conclui-se, portanto, que, independentemente do modo com o qual o indivíduo se relaciona profissionalmente com o esporte, existe o risco latente de manifestação da síndrome..

Palavras-chave: Estafa Profissional. Estresse. Testes psicológicos.

The sport Burnout Syndrome

Abstract: The burnout syndrome, considered a reaction to chronic stress, was discovered in the “human services” professions, like doctors, nurses and lawyers, being later expanded to the sport environment professionals. The purpose of this study was to revise contents related to the syndrome from the burnout’s representative theoretical models in the sportive environment. Historic aspects, psychometrically instruments of evaluation and burnout manifestations in athletic directors, officials, coaches and athletes were analyzed. It was concluded that independently the way individual involves himself professionally with the sport, there is a latent risk of the syndrome’s manifestation

Key Words: Burnout Professional. Stress. Psychological Tests.

Introdução

Quando se aborda, na literatura científica, os métodos de treinamento que conduzem à performance esportiva, percebe-se a ênfase dada às áreas da Fisiologia do Exercício, Periodização do Treinamento e Preparação Técnico-Tática das modalidades. Tais conteúdos constituem-se, de fato, em elementos relevantes ao esporte de rendimento. No entanto, a fim de que possa ser alcançada a preparação esportiva global, mais um item deve ser acrescentado, com a mesma igualdade de importância frente aos demais já referidos: os fatores psicológicos do esporte.

Talvez em virtude do processo de nivelamento físico, técnico e tático que vem sendo obtido pelos atletas e equipes pertencentes à elite mundial, os fatores psicológicos, devido à sua complexidade, tornam-se ferramentas diferenciais que poderão decidir os resultados finais das competições, bem como interferir na longevidade de atletas e demais integrantes da comissão técnica no cenário esportivo.

A síndrome de burnout, de caráter psicofisiológico, cuja ocorrência é bem documentada no meio organizacional (escritórios, hospitais), possui pouca difusão no âmbito esportivo. Por se tratar de um conjunto de sintomas de ordem física e psicológica, muitas vezes o quadro de burnout não é reconhecido em curto prazo em atletas, técnicos, árbitros, e até mesmo em diretores esportivos de escolas. Isso pode propiciar, como conseqüência mais grave da síndrome, o abandono esportivo do profissional, fenômeno conhecido pelo termo “dropout”.

Com o intuito de colaborar na divulgação e reflexão do burnout entre aqueles que lidam com os esportes, o presente estudo teve como objetivo revisar conteúdos referentes à síndrome nos ambientes organizacional e, principalmente, esportivo. Serão analisados os aspectos históricos, modelos representativos teóricos, instrumentos psicométricos de avaliação e manifestações de Burnout em diferentes profissionais.

Burnout

Caracterização do Termo

O termo burnout consiste em uma conjunção entre “burn” e “out”, ambas palavras da língua inglesa, onde a primeira significa “arder”, “queimar”, enquanto a segunda se refere a “fora”, “para fora” (MICHAELIS, 1989). Portanto, o significado literal para burnout em português é “queimar para fora”. Porém, sua tradução é mais bem expressada pela palavra esgotamento. No entanto, devido ao fato de o burnout ter se firmado como um termo internacionalmente reconhecido na literatura científica, optou-se pela manutenção da nomenclatura original.

Maslach e Jackson (1984, apud RAEDEKE 1997, p. 397) definiram burnout como “uma síndrome psicológica de exaustão emocional, despersonalização e reduzida realização profissional que pode ocorrer em indivíduos que trabalham com pessoas em alguma capacidade”.

De acordo com essa definição, o burnout é uma síndrome, ou seja, um conjunto de sintomas, e está fundamentado em três dimensões: a exaustão emocional (caracterizada por sentimentos de extrema fadiga); a despersonalização (sentimentos negativos com respeito aos clientes, sendo ilustrada por um comportamento impessoal, desligado e descuidado em relação aos mesmos) e, finalmente, a reduzida satisfação profissional (avaliações negativas sobre si mesmo, particularmente com referência à habilidade de obter sucesso no trabalho com clientes) (RAEDEKE 1997, p. 397).

O primeiro autor a descrever e conceituar a síndrome de burnout foi Freudenberg, em 1974 (GARCÍA UCHA, 2000; SOUZA e SILVA, 2002). Contudo, foram Maslach & Jackson que, ainda no final da década de 70 e início dos anos 80, elaboraram tanto um modelo teórico quanto um inventário para a mensuração da síndrome (SOUZA e SILVA, 2002).

Primeiros Estudos

Inicialmente, o burnout foi diagnosticado em indivíduos pertencentes às chamadas profissões de ajuda (“helping professions”). Advogados, professores, assistentes sociais, dentistas, enfermeiros e médicos são exemplos desse tipo de profissões, que se caracterizam por constantes relações interpessoais, bem como pela necessidade do profissional em promover avanços de ordem biológica, psicológica, social, intelectual e/ou financeira em seu cliente/paciente/aluno.

Estudos Contemporâneos

Os estudos mais recentes acerca da síndrome de burnout mantêm seu foco nas profissões de ajuda. Assim sendo, os

profissionais da área de saúde, de modo particular, constituem-se no grupo de indivíduos mais analisados em relação ao burnout sob o olhar da ciência psicológica.

Como se observou ao longo do levantamento de registros literários, a preocupação com o burnout no ambiente organizacional atinge proporções globalizadas. Na região de Guadalajara (México), MARTÍNEZ (1997) buscou traçar um perfil de risco para a incidência da síndrome entre os profissionais pertencentes a centros de atenção primária e especializada de saúde. De acordo com as variáveis abordadas, o perfil de risco epidemiológico obtido foi o seguinte: sexo feminino; idade acima de 44 anos; ausência de conjuge estável; mais de 19 anos de profissão e mais de 11 anos no referido local de trabalho; lotação em serviço especializado com mais de 21 pacientes sob sua responsabilidade; mais de 70% da carga horária diária dedicada a esses pacientes e, por último, jornada semanal de 36 a 40 horas.

No Brasil, SOUZA e SILVA (2002) elaboraram um estudo a respeito do burnout em profissionais de saúde, porém relacionando-o com fatores de personalidade e de organização no trabalho. Nesse estudo, concluiu-se que o padrão de personalidade tipo A (estilo de vida caracterizado, entre outros fatores, por extremo senso de urgência, raiva, irritação, ambição e agressividade) mostrou-se um preditor significativo do burnout total, bem como de suas dimensões exaustão emocional e despersonalização. As variáveis traço de ansiedade (preocupação referente à determinada situação específica) e suporte de chefia (percepção do sujeito quanto à orientação recebida para a realização das suas tarefas) também se apresentaram preditores significativos do burnout, exaustão emocional e despersonalização.

Conforme observado, o burnout na área organizacional pode ser considerado um campo de pesquisa em ampla expansão na comunidade científica em geral e entre os profissionais de psicologia do trabalho de modo específico.

Modelos de Mensuração

A partir dos conhecimentos gerados através dos ensaios teóricos sobre a síndrome de burnout, surgiu a necessidade de construção de métodos de mensuração da mesma, a fim de que fosse possível detectá-la por meio de pesquisas aplicadas.

As pesquisadoras precursoras na elaboração de tais métodos indicadores foram Maslach e Jackson (1981). No ano de 1981, surgiu o Maslach Burnout Inventory (MBI), que continua sendo o instrumento mais utilizado para a mensuração da síndrome nos dias atuais (SOUZA; SILVA, 2002).

Motriz, Rio Claro, v.11, n.3, p.147-153, set./dez. 2005

Entretanto, uma pequena ressalva deve ser observada. Percebendo a diversidade de ambientes laborais e até mesmo extra-laborais (ex: donas-de-casa) passíveis de ocorrência de burnout existentes na sociedade, Maslach, Jackson e Leiter (GIL-MONTE, 2002) resolveram adotar três tipos de MBI, a serem aplicados em circunstâncias específicas, de acordo com o contexto em que os sujeitos estão inseridos: a) MBI-Human Services Survey (MBI-HSS), voltado aos profissionais de saúde e serviços, versão original do MBI; b) MBI-Educators Survey (MBI-ES), versão do MBI-HSS dirigida aos profissionais da educação, diferenciando-se do anterior por substituir, nos itens, a palavra paciente por aluno, e, por último, c) MBI-General Survey (MBI-GS), escala direcionada a qualquer tipo de trabalhador, onde os itens possuem um caráter mais genérico (GIL-MONTE, 2002).

O MBI-GS está constituído por 16 questões, contra 22 do MBI-SS. As 16 questões contemplam as três dimensões do burnout e estão assim distribuídas: 6 referentes à eficácia profissional, 5 a respeito de esgotamento e 5 sobre cinismo. Pôde-se perceber, entretanto, que a nomenclatura original das dimensões sofreu modificações do MBI-HSS para o MBI-GS: a realização pessoal foi substituída por eficácia profissional, esgotamento emocional ficou reduzido a apenas esgotamento, e despersonalização foi alterada para cinismo. Cada item é seguido por uma escala numérica que se refere à frequência percebida, variando de 0 (nunca) a 6 (todos os dias). Em uma pesquisa desenvolvida junto a policiais municipais de Tenerife (Espanha), a versão espanhola do MBI-GS foi considerada válida e confiável (GIL-MONTE, 2002).

Burnout no Esporte

Histórico

Após sua identificação nas profissões de ajuda, o burnout passou a ser percebido também no meio do esporte e da Educação Física. De acordo com Garcés de Los Fayos e Vives (2002), os estudos direcionados à área do esporte começaram há pouco mais de 20 anos.

A partir desse momento, foi observado que profissionais como os professores de Educação Física, treinadores, preparadores físicos, atletas e árbitros se constituíam em indivíduos propensos à aquisição dessa síndrome. Tal propensão se desenvolve à medida que os profissionais da área lidam com constantes relações interpessoais, sejam elas com os alunos, diretores de escola, membros de suas equipes técnicas, equipe de arbitragem, dirigentes, imprensa, amigos ou familiares. Juntamente com essas relações, são vivenciadas percepções de cobranças, críticas, cansaço e estresse. Devido a essa realidade, já é possível encontrar na literatura científica

estudos envolvendo grande parte das profissões citadas anteriormente.

Através dos modelos teóricos, foram desenvolvidas abordagens referentes ao burnout no âmbito esportivo. Três dos principais modelos descritos na literatura aparecerão descritos a seguir.

Modelos Teóricos

O modelo proposto por Smith (1986, p.37) é conhecido como Cognitivo-Afetivo. Para esse autor, o burnout “é uma reação ao estresse crônico”. Conforme seu ponto de vista, a síndrome possui componentes físicos, mentais e comportamentais, apresentando como característica mais marcante a saturação psicológica, emocional e, por vezes, física de uma atividade anteriormente agradável e procurada.

O autor recorre ao Modelo da Permuta Social de Thibaut e Kelley (1959, apud SMITH, 1986) com o intuito de diferenciar o abandono das modalidades esportivas pelos atletas devido ao burnout daqueles motivados por outros aspectos. De acordo com esse modelo, nos casos em que o atleta abandona sua modalidade em virtude de interesses por outras atividades sociais ou, até mesmo, por outro esporte, tal abandono não se constitui a partir do burnout. Já no caso da síndrome, há uma elevação do estresse gerado através dos treinos e competições. Como as recompensas (satisfação, alcance de metas, prestígio social, ganhos financeiros) proporcionadas pelo esporte permanecem no mesmo patamar, o atleta comumente faz a opção pela interrupção da carreira esportiva competitiva (SMITH, 1986).

O modelo teórico de Coakley (1992) possui uma perspectiva claramente social. O burnout, conforme esse modelo, surge como consequência de uma estrutura social que associa a identidade e a dimensão do “eu” do atleta exclusivamente à modalidade esportiva que ele pratica. Portanto, somente com a aquisição de novas vivências o esportista tem a possibilidade de prevenção ou reversão do quadro de burnout. Para que isso aconteça, faz-se necessária uma transformação do cenário social do esporte atual.

O terceiro e último modelo tem a autoria de Silva (1990, apud GOULD et al., 1996a), recebendo a denominação de Modelo de Resposta Negativa ao Estresse de Treinamento (SILVA 1990, apud GOULD et al., 1996a). Nesse referencial teórico, é dada mais ênfase à valência física do treinamento, seguindo um contínuo de adaptações negativas que se inicia

com o “staleness”¹, passando pelo “overtraining”² e se encerrando com o burnout (GOULD et al., 1996a, p. 325).

Burnout em Diretores Esportivos de Escolas

Apesar de não atuarem diretamente no palco das competições esportistas, como acontece com os atletas, treinadores e árbitros, os diretores esportivos escolares podem apresentar quadro característico da síndrome de burnout. O principal estudo publicado na literatura a esse respeito consistiu em uma análise de estresse e burnout em 249 diretores esportivos de “high schools” (escolas equivalentes ao ensino médio no Brasil) pertencentes a um Estado do meio-oeste norte-americano (MARTIN et al., 1999). Através da aplicação do MBI-ES, com pequenas alterações em alguns itens, procurando-se melhor contextualização dos mesmos, verificou-se que 70,6% dos participantes apresentaram índices moderados ou elevados em relação à subescala exaustão emocional, ao passo que os mesmos escores referentes às subescalas despersonalização e reduzida realização pessoal foram de 49,5% e 49,8%, respectivamente. Os autores concluíram, portanto, que “as percepções de burnout em diretores atléticos parecem residir predominantemente em sentimentos de exaustão emocional” (MARTIN et al., 1999, p.292). Outro achado da pesquisa revelou que, tanto os fatores pessoais, como a persistência e o vigor, quanto os fatores situacionais, como as responsabilidades inerentes à profissão, influenciaram na ocorrência de burnout entre os diretores esportivos escolares.

Burnout em Árbitros

Os árbitros consistiram na amostra objeto de estudo de Weinberg e Richardson (1990). Os autores argumentam que a empolgação inicial dos árbitros com o esporte cede lugar, com o passar do tempo, às percepções de estresse oriundas da profissão. Como vítimas desse processo, são listados famosos oficiais da arbitragem mundial. A conclusão do texto é a de que um percentual significativo dos árbitros que sofrem de estresse físico ou psicológico foram afetados pelo burnout.

Discorrendo sobre a investigação do burnout em árbitros, Silvério e Silva (1996, p.514), após revisarem duas pesquisas da área, concluíram que “o medo de falhar é o preditor mais forte do esgotamento e que os conflitos interpessoais aumentam a percepção de esgotamento”.

¹ “Falha inicial dos mecanismos de adaptação corporal ao enfrentar o estresse psicofisiológico” (SILVA 1990, apud GOULD et al., 1996a, p. 325).

² “Treinamento excessivo, caracterizado por fadiga de longa duração e piora da performance competitiva, com diversas tentativas de melhora da condição física” (GLEESON, 2002, p. 32).

Apesar da pouca quantidade de estudos existentes envolvendo a psicologia da arbitragem, é visível o padecimento dessa classe com os sintomas do burnout, pois quando os árbitros falham, transformam-se em vilões, culpados pelo mau resultado de um atleta ou equipe. Contraditoriamente, mesmo quando desenvolvem bom trabalho, dificilmente acabam sendo reconhecidos a contento.

Burnout em Treinadores

Até o presente momento, a classe profissional pertencente ao meio esportivo mais avaliada em relação ao burnout é a dos treinadores. Existe uma gama de artigos científicos que objetivaram relacionar variáveis demográficas (especialmente o gênero), cognitivas e comportamentais com a ocorrência da síndrome.

Quanto às diferenças entre os gêneros, os resultados de Dale e Weinberg (1989) indicaram níveis significativamente mais elevados da dimensão despersonalização entre os indivíduos do sexo masculino. Complementando essa informação, Vealey et al. (1992) afirmaram que as treinadoras, por sua vez, mostraram maiores índices de exaustão emocional do que seus pares do sexo masculino.

Abordando os fatores cognitivos, observou-se em um estudo (VEALEY et al., 1992) que existem oito variáveis cognitivas preditoras de burnout, a saber: recompensas percebidas, valor da função percebida, excitação, sobrecarga, controle, suporte e sucesso percebidos. Na avaliação geral, tais itens estavam atrás apenas da ansiedade-traço, preditora maior da síndrome em treinadores.

Em relação aos laços existentes entre estilos de liderança do treinador e burnout, Dale e Weinberg (1989) estudaram profissionais pertencentes a escolas de ensino médio dos Estados Unidos, percebendo que os líderes mais humanistas, aqueles que valorizavam, entre outros aspectos, a amizade, o respeito e a confiança, apresentaram altas pontuações no MBI para as dimensões exaustão emocional e despersonalização.

Para que haja prevenção e redução dos quadros de burnout, García Ucha (2000) recomenda um controle sistemático do estado de saúde dos treinadores, bem como o melhoramento do estilo de enfrentamento da percepção de estresse, o treinamento de técnicas de suavização do estresse, a comunicação efetiva entre treinadores e seus supervisores e, finalmente, o aprofundamento dos estudos relacionados às características de personalidade.

Burnout em Atletas

Na literatura científica internacional, desportistas de variadas modalidades já foram analisados em relação às

manifestações de burnout. No golfe, Cohn (1990) entrevistou 10 escolares competitivos. Após classificar em temas as respostas dos mesmos, verificou que as causas de burnout citadas com maior frequência foram o excesso de treinos e jogos, a ausência de alegria e satisfação e, por último, o excesso de cobrança de bom desempenho oriunda de si próprio, do treinador e dos pais.

No tênis de quadra, Gould et al. (1996a) compararam 30 atletas da categoria júnior vitimados pela síndrome com 32 tenistas-controle. Alguns dos resultados com diferenças significativas apontaram, para os tenistas com burnout, menores índices de foco no treino, motivação externa, interpretação positiva e estratégias de “coping” (enfrentamento), além de maiores índices de desmotivação e desejo de abandono esportivo. Em outra pesquisa complementar, os mesmos autores (GOULD et al., 1996b) diagnosticaram sintomas mentais e físicos em 10 tenistas. Encontravam-se entre os sintomas psicológicos os seguintes itens: baixa motivação/energia, sentimentos e afetividade negativos, sentimento de isolamento, problemas de concentração, instabilidade emocional e, contraditoriamente, motivação para competir, porém não necessariamente para treinar. Quanto aos sintomas físicos, foram mencionadas lesões, doenças, fadiga e cansaço.

Percebendo o burnout como um fenômeno atual e pertinente entre os esportistas, Garcés de Los Fayos e Medina (2002) elaboraram princípios básicos a serem aplicados em programas de prevenção e intervenção. Na prevenção, são necessárias medidas como estruturação racional do treinamento, aplicação de treinamento psicológico e aumento da idade mínima para participação em competições profissionais. No âmbito da intervenção, os autores julgam relevante avaliar os impactos da síndrome na vida pessoal, esportiva e familiar-social dos atletas, assim como sincronizar o relacionamento do psicólogo do esporte com os esportistas afetados.

Causas e Conseqüências do Burnout em Atletas

As causas do burnout estão relacionadas principalmente às dificuldades de relacionamento com o treinador, altas demandas competitivas, monotonia dos treinamentos, falta de habilidades esportivas, decepção das expectativas iniciais com os resultados finais obtidos, interesses financeiros dos pais, ausência ou reduzida vida pessoal fora do esporte, falta de apoio de familiares e amigos, excessivas demandas de energia e tempo, sentimento de isolamento frente à equipe técnica e, finalmente, carência de reforços positivos pelos resultados conseguidos (GARCÉS DE LOS FAYOS; VIVES, 2002).

Motriz, Rio Claro, v.11, n.3, p.147-153, set./dez. 2005

Por outro lado, as conseqüências da síndrome atingem a dimensão física, gerando redução dos níveis de energia e aumento da suscetibilidade tanto a doenças quanto a distúrbios do sono; a dimensão comportamental, originando sentimentos de depressão, abandono e raiva (SMITH, 1986); e a dimensão cognitiva, provocando percepções de sobrecarga, abandono e baixa realização, juntamente com o tédio (FENDER, 1989).

Concluindo, o burnout em atletas origina-se de modo mais marcante a partir da incompatibilidade dos planos e metas iniciais dos mesmos na modalidade esportiva com as demandas crônicas de cunho sócio-psico-físico do próprio esporte, podendo ocasionar, como uma das características mais relevantes, o abandono precoce da modalidade pelo esportista.

Modelos de Mensuração no Esporte

Assim como acontece com as pesquisas envolvendo as demais profissões, o meio esportivo também se utiliza quase que exclusivamente do MBI e de outros inventários generalistas como instrumentos de identificação e mensuração de burnout em indivíduos. Ao estudar a síndrome em treinadores, García Ucha (2000), por exemplo, trabalhou com o Inventário de Potencial de Burnout de Potter, um modelo genérico de mensuração.

Buscando a evolução nesse sentido, um teste que procurou respeitar as características do contexto esportivo foi o Inventário de Burnout para Árbitros, desenvolvido por Weinberg e Richardson (1990). Tal instrumento, entretanto, configura-se como uma adaptação do MBI, sendo que os termos genéricos foram substituídos por palavras inerentes à profissão de árbitro. Garcés de Los Fayos (1999, apud GARCÉS DE LOS FAYOS; MEDINA, 2002) também realizou uma adaptação do MBI, porém para aplicação em esportistas, considerando-o como o principal método de avaliação dessa síndrome em atletas.

Um instrumento de identificação e mensuração da síndrome de burnout que contempla a validação ecológica³ para o ambiente esportivo, mais especificamente para a realidade dos atletas, intitula-se “Athlete Burnout Questionnaire” (ABQ) (RAEDEKE; SMITH, 2001), cuja tradução apropriada para a língua portuguesa significa “Questionário de Burnout para Atletas” (QBA). A versão definitiva do ABQ contempla três dimensões ou construtos de burnout: reduzido senso de realização, exaustão

³ A validação ecológica dos questionários “torna possível analisar os indivíduos em seu mundo real e dá a devida atenção à importância da

física/emocional e desvalorização da modalidade esportiva. Tais construtos foram definidos por Raedeke (1997), ao considerá-los relevantes para o âmbito esportivo, substituindo, portanto, a despersonalização, reconhecidamente importante para o meio das profissões de ajuda, pela desvalorização.

Considerações Finais

O presente estudo teve como principal objetivo revisar conteúdos referentes à síndrome de burnout nas mais variadas profissões inerentes ao meio esportivo. A partir da abordagem desenvolvida a respeito dos aspectos históricos, modelos representativos teóricos, causas, conseqüências, atitudes de prevenção e instrumentos psicométricos de mensuração da síndrome, pretendeu-se divulgar e conscientizar a sociedade esportiva em geral com a relação à ameaça do burnout.

Os devidos reconhecimento e tratamento, aliados à prevenção do quadro sintomático de burnout, promovem benefícios não somente de ordem profissional, com a redução dos índices de abandono ou desistência esportiva, mas também de ordem biopsicossocial, cooperando para a aquisição de ganhos na qualidade de vida do profissional esportivo quando o mesmo se encontra fora de seu ambiente de trabalho.

Faz-se importante ressaltar a ocorrência de burnout em árbitros e, até mesmo, em diretores esportivos, profissionais pouco estudados no campo da psicologia do esporte, quando comparados a treinadores e atletas. Portanto, percebe-se que, independentemente do modo com o qual o indivíduo se relaciona profissionalmente com o esporte, existe o risco latente de manifestação da síndrome.

Dentre os três modelos teóricos representativos da síndrome, sugere-se o *Modelo Cognitivo-Afetivo* (SMITH, 1986) como o mais adequado para o entendimento do burnout, pois parte do pressuposto do estresse crônico como elemento precursor do fenômeno, além de se referir ao componente cognitivo associado à saturação proveniente das manifestações da síndrome.

No âmbito dos modelos de mensuração de burnout no esporte, o Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) (RAEDEKE; SMITH, 2001) se apresenta como o mais apropriado para a avaliação da incidência da síndrome, fato confirmado pela sua aplicação em estudos recentes com atletas (CRESSWELL; EKLUND, 2005a, 2005b e 2005c).

Finalmente, é possível afirmar que a síndrome de burnout no meio esportivo constitui-se em um tema tanto abrangente quanto inesgotável.

Referências

BRANDÃO, M. R. F. **Fatores de stress em jogadores de futebol profissional**. Tese (Doutorado em Ciências do Desporto) - Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, UNICAMP, Campinas, 2000. 189 p.

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

COHN, P. J. An exploratory study on sources of stress and athlete burnout in youth golf. **The Sport Psychologist**, Champaign, v.4, n.2, p.95-106, 1990.

CRESSWELL, S. L.; EKLUND, R. C. Changes in athlete burnout and motivation over a 12-week league tournament. **Medicine and Science in Sports and Exercise**, Indianapolis, v.37, n.11, p.1957-1966, 2005a.

CRESSWELL, S. L.; EKLUND, R. C. Motivation and burnout among top amateur rugby players. **Medicine and Science in Sports and Exercise**. Indianapolis, v.37, n.3, p.469-477, 2005b.

CRESSWELL, S. L.; EKLUND, R. C. Motivation and burnout in professional rugby players. **Research Quarterly for Exercise and Sport**, Reston, v.76, n.3, p.370-376, 2005c.

DALE, J.; WEINBERG, R. S. The relationship between coaches' leadership Style and Burnout. **The Sport Psychologist**, Champaign, v.3, n.1, p.01-13, 1989.

FENDER, L. K. Athlete Burnout: potential for research and intervention strategies. **The Sport Psychologist**, Champaign, v.3, n.1, p.63-71, 1989.

GARCÉS DE LOS FAYOS, E. J.; MEDINA, G. Principios básicos a aplicar en el desarrollo de programas de intervención y prevención en deportistas con el síndrome de Burnout. Propuestas desde una perspectiva transnacional. **Revista de Psicología del Deporte**, Illes Balears, v.11, n.2, p.259-267, 2002.

GARCÉS DE LOS FAYOS, E. J.; VIVES, L. Variables motivacionales y emocionales implicadas en el síndrome de Burnout en el contexto deportivo. **Revista Electrónica de Motivación y Emoción**, Castellón, v.5, n.11-12, 2002. Disponível em: <URL:<http://reme.uji.es>>. Acesso em: 31 mai. 2004.

GARCÍA UCHA, F. Entrenadores y burnout. **Lecturas: Educación Física y Deportes**, Buenos Aires, n.28, 2000.

Motriz, Rio Claro, v.11, n.3, p.147-153, set./dez. 2005

relação e inter-relação entre o ambiente e as competências psicológicas das pessoas que dele participam" (BRANDÃO, 2000, p. 06).

Disponível em:
<URL:<http://www.efdeportes.com/efd28/burnout.htm>>.
Acesso em: 17 mar. 2004.

GIL-MONTE, P. R. Validez factorial de la adaptación al español del Maslach Burnout Inventory: general survey. **Salud Pública de México**, Cuernavaca, v.44, n.1, p.33-40, 2002.

GLEESON, M. Biochemical and immunological markers of overtraining. **Journal of Sports Science and Medicine**, Bursa, v.1, n.2, p.31-41, 2002. Disponível em:
<URL:http://www.jssm.org/vol1/n2/1/2_1.htm>. Acesso em:
30 mar. 2005.

GOULD, D.; TUFFEY, S.; UDRY, E.; LOEHR, J. Burnout in competitive junior tennis players: i. a quantitative psychological assessment. **The Sport Psychologist**, Champaign, v.10, n.4, p.322-340, 1996a.

GOULD, D.; TUFFEY, S.; UDRY, E.; LOEHR, J. Burnout in competitive junior tennis players: ii. qualitative content analysis and case studies. **The Sport Psychologist**, Champaign, v.10, n.4, p.341-366, 1996b.

MARTIN, J.; KELLEY, B.; EKLUND, R. A Model of stress and Burnout in male high school athletic directors. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, Champaign, v.21, n.3, p.280-294, 1999.

MARTÍNEZ, J. C. A. Aspectos epidemiológicos del síndrome de burnout en personal sanitario. **Revista Española de Salud Pública**, Madrid, v. 71, n. 3, p. 293-303, 1997.

MASLACH, C.; JACKSON, S. The Measurement of Experienced Burnout. **Journal of Occupational Behavior**, Ann Arbor, v.2, n.2, p.99-113, 1981.

MICHAELIS. **Mini-dicionário inglês-português e português-inglês**. São Paulo: Melhoramentos, 1989.

RAEDEKE, T. Is athlete burnout more than just stress? A sport commitment perspective. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, Champaign, v.19, n.4, p.396-417, 1997.

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

SILVÉRIO, J. M.; SILVA, C. F. O Esgotamento ("Burnout") no desporto. In: CRUZ, F. A. (Org). **Manual de psicologia do desporto**. Braga: S. H. O., 1996. p. 503-520.

SMITH, R. E. Toward a cognitive-affective model of athletic burnout. **Journal of Sport Psychology**, Champaign, v.8, p.36-50, 1986.

SOUZA, W. C.; SILVA, A. M. M. A influência de fatores de personalidade e de organização do trabalho no burnout em profissionais de saúde. **Revista Estudos de Psicologia**, Campinas, v.19, n.1, p.37-48, 2002.

VEALEY, R. S.; UDRY, E. M.; ZIMMERMAN, V.; SOLIDAY, J. Intrapersonal and situational predictors of coaching Burnout. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, Champaign, v.14, n.1, p.40-58, 1992.

WEINBERG, R. S.; RICHARDSON, P. A. **Psychology of officiating**. Champaign: Leisure Press, 1990.

Endereço:
Daniel Alvarez Pires
Rua Itabaiana, 311. Casa 01. Belenzinho
São Paulo SP
03171-010
e-mail: danalp@ibest.com.br

*Manuscrito recebido em 04 de maio de 2005.
Manuscrito aceito em 17 de dezembro de 2005.*