

## **Verificação de incidência da síndrome de *Burnout* em atletas de futsal do IFF *campus* Campos Centro**

Rômulo de Freitas Sousa Santos  
*Instituto Federal Fluminense campus Campos Centro*  
*romulofss@hotmail.com*

Mayara Schettino Oliveira de Jesus  
*Instituto Federal Fluminense campus Campos Centro*  
*may\_schettino@hotmail.com*

Érica Pereira Neto  
*Instituto Federal Fluminense campus Campos Centro*  
*ericaneto@gmail.com*

Laís Mello de Oliveira  
*Instituto Federal Fluminense campus Campos Centro*  
*eniclais@hotmail.com*

### **Resumo**

Para um atleta, jogar uma competição é o ponto mais importante após uma longa preparação. Porém, às vésperas da competição, os atletas são submetidos a grande sobrecarga emocional e a responsabilidades esportivas pelo treinador, demais jogadores e pela própria torcida, além da própria cobrança pessoal por um alto desempenho. Estes fatores podem contribuir para o surgimento da síndrome de Burnout, caracterizada como um estado de esgotamento físico e mental, uma grande exaustão emocional, um forte estresse psicológico que pode reduzir o desempenho de um atleta na competição, dentre outras consequências. Por isso, esse presente estudo tem por objetivo verificar a prevalência da síndrome de Burnout em atletas amadores de futsal em período de pré-competição. O tema é de grande relevância para a atuação do professor de educação física, no que se refere à formação de equipes de desporto escolar. A metodologia utilizada foi o questionário validado Questionário de Burnout para Atletas (QBA), aplicado 1 hora antes do primeiro jogo, consistindo em 15 perguntas objetivas que avaliam de acordo com o somatório das respostas obtidas a incidência ou não da síndrome. A pesquisa avaliou 22 atletas amadores de futsal dos times masculino e feminino do



"Formação inicial e continuada: Onde se aprende a profissão docente?"

14 a 16 de agosto de 2018

Instituto Federal Fluminense *campus* Campos Centro que disputaram o campeonato Jogos das Instituições Federais de Ensino Tecnológico da Região Sudeste (JIFETS) nos dias 6 a 9 de julho de 2018. Os resultados mostraram que 59,1% dos atletas apresentam pequeno sinal da síndrome e 40,9% com risco de Burnout. Devido alguns índices muito altos, espera-se que este estudo contribua para verificar o estado de tensão psicológica, o estresse físico e mental, e outras questões que atrapalham o rendimento esportivo e acadêmico desses atletas. Concluindo, também a necessidade de ações capazes de prevenir e amenizar os sintomas da síndrome em estudantes, incluindo outros estudos sobre o assunto.

**Palavras-Chave:** Síndrome de Burnout. Futsal. Atletas.