

BURNOUT E VOLEIBOL FEMININO: REFLEXÕES SOBRE O PROCESSO DE PREPARAÇÃO COMPETITIVA

Ademir De Marco¹, Maria Cristina de O. S. Miyazaki², Vinicius Barroso Hirota³, Barbára Isabela Bordinhão⁴, Ricardo Paiva⁵, Wilson L. Borges Junior⁶, Carlos Eduardo Lopes Verardi⁷.

¹ Professor Associado – Faculdade de Educação Física – UNICAMP

²⁻⁷ Grupo de Pesquisa em Psicologia da Saúde – FAMERP

³ Universidade Presbiteriana Mackenzie – CCBS – Curso de Educação Física/ IESA

⁴⁻⁵ Discente UNIFEV

⁶⁻⁷ Docente UNIFEV

e-mail: demarco@fef.unicamp.br

Introdução: no esporte de alto nível os atletas de sucesso serão, certamente, aqueles que melhores capacidades demonstram na gestão e no controle das situações potencialmente estressantes. A competição é uma fonte causadora de estresse para atletas de qualquer idade, influenciando, portanto, o seu desempenho. Diante deste cenário, é também altamente relevante, elaborar programas preventivos para identificar precocemente os sinais de risco para *burnout* em atletas. Estes sinais incluem, por exemplo, persistência de sentimentos de decepção e mudanças de humor, como precursores da exaustão emocional. **Objetivo:** identificar níveis de *burnout* em jogadoras de voleibol durante a fase de preparação competitiva para os Jogos Abertos do Interior/2009. **Metodologia:** a amostra foi constituída por oito atletas (idade=17,18±0,84 anos) integrantes da equipe de voleibol feminino que representou a cidade de Votuporanga – SP. As jogadoras responderam individualmente ao Questionário de *Burnout* para Atletas; versão do *Athlete Burnout Questionnaire* (ABQ), instrumento original desenvolvido especialmente para avaliar *burnout* em atletas por Raedeke e Smith (2001), sendo validado para o idioma português por Pires, Brandão e Silva (2006). O tratamento utilizado consistiu na estatística descritiva, valor de média e desvio padrão das três subescalas que avaliam a frequência de sentimentos relativos ao *burnout*: Exaustão Física e Emocional; Reduzido Senso de Realização Esportiva e Desvalorização da Modalidade Esportiva. **Resultados:** revelam a natureza dinâmica sobre a evolução da síndrome de *burnout*. Embora neste estudo a análise tenha sido focada na fase de preparação competitiva, algumas observações foram realizadas. Os valores da média e desvio padrão referentes as três subescalas, permite pensar que o processo inicia-se com o desenvolvimento de Reduzido Senso de Realização Esportiva de 2,61(±0,49), paralelamente a Exaustão Física e Emocional de 2,37(±0,49) e, finalmente instala-se o Sentimento de Desvalorização da Modalidade Esportiva de 2,33(±0,60). Observou-se que, as jogadoras apresentaram escore médio e desvio padrão para *burnout* total de 2,44(±0,52). **Conclusão:** os valores médios relacionados à evolução das três subescalas de *burnout*, encontrados nesta pesquisa são semelhantes aos resultados de outros estudos que avaliaram *burnout* em diferentes modalidades. Sugere-se a elaboração de outros estudos, devido ao número restrito de publicações que descrevem valores médios de *burnout*, especialmente em jogadoras de voleibol durante a fase pré-competitiva e competitiva.

Palavras chave: Estresse , Burnout; Voleibol.