



ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA E SINTOMAS DE BURNOUT EM ESCOLARES PRATICANTES DE ESPORTES

DOI: 10.22289/2446-922X.V8N1A19

Janine Alaíde Gonçalves Lima Feitosa **Moreira**¹
Gabriel Lucas Morais **Freire**
Dafne Thaynara Freitas **Nunes**
Laura Carvalho **Ribeiro**
Yara Lucy **Fidelix**
José Roberto de Andrade do **Nascimento Júnior**

RESUMO

Este estudo transversal teve como objetivo comparar a ansiedade pré-competitiva e os sintomas de *burnout* de adolescentes participantes dos Jogos Escolares de Arapiraca-AL de acordo com a faixa etária e tempo de prática. Participaram da pesquisa 120 jovens adolescentes (101 meninos e 19 meninas) participantes das modalidades de futsal (n=94) e handebol (n=26) nos Jogos Escolares de Arapiraca-AL no ano de 2020. Os instrumentos utilizados foram um questionário sociodemográfico, o *Competitive State Anxiety Inventory (CSAI-2R)* e o Questionário de Burnout para Atletas (ABQ). A análise dos dados foi conduzida por meio dos testes de *Kolmogorov-Smirnov* e “*U*” de *Mann-Whitney* ($p < 0,05$). Os resultados evidenciaram que os adolescentes apresentaram escore superior de autoconfiança (Md = 5,00), seguidos de ansiedade cognitiva (Md = 3,20) e ansiedade somática (Md = 2,83). Em relação ao *burnout*, observou-se escore superior na dimensão de reduzido senso de realização (Md = 2,83), seguido das dimensões de exaustão física e emocional (Md = 2,50) e desvalorização esportiva (Md = 2,14). Não foi encontrada diferença significativa ($p > 0,05$) na comparação das dimensões de ansiedade pré-competitiva e de *burnout* de acordo com o tempo de prática (Tabela 3). Concluiu-se que a idade e o tempo de prática não foram intervenientes nos sintomas de ansiedade pré-competitiva e de *burnout* dos adolescentes participantes dos Jogos Escolares.

333

Palavras-chave: Competição; Adolescentes; Psicologia do Esporte.

PRE-COMPETITIVE ANXIETY AND SYMPTOMS OF BURNOUT OF HIGH SCHOOLS PLAYING SPORTS

ABSTRACT

This cross-sectional study aimed to compare pre-competitive anxiety and burnout symptoms of adolescents participating in the Arapiraca-AL School Games according to age group and practice time. Participated in the research 120 young adolescents (101 boys and 19 girls) participating in the futsal (n = 94) and handball (n = 26) in the the Arapiraca-AL School Games in the year 2020. The

¹ Endereço eletrônico de contato: janinefeitosam@gmail.com

Recebido em 16/12/2021. Aprovado pelo conselho editorial para publicação em 07/04/2022.



instruments used were a sociodemographic questionnaire, the Competitive State Anxiety Inventory (CSAI-2R) and the Athletes Burnout Questionnaire (ABQ). Data analysis was conducted performed using the Kolmogorov-Smirnov and “U” Mann-Whitney tests ($p < 0.05$). The results showed that adolescents had a higher self-confidence score (Md = 5.00), followed by cognitive anxiety (Md = 3.20) and somatic anxiety (Md = 2.83). Regarding burnout, score a higher was observed in the reduced sense of dimension of accomplishment (Md = 2.83), followed by the dimensions of physical and emotional exhaustion (Md = 2.50) and sports devaluation (Md = 2.14). No significant difference was found ($p > 0.05$) found when comparing the dimensions of pre-competitive anxiety and burnout according to the time of practice (Table 3). It was concluded that age and time of practice were not involved in the symptoms of pre-competitive anxiety and burnout of adolescents participating in the School Games.

Keywords: Competition; Teenagers; Psychology of Sport.

ANSIEDAD PRE-COMPETITIVA Y SÍNTOMAS DE BURNOUT EN ESTUDIANTES QUE JUEGAN DEPORTES

RESUMEN

Este estudio transversal tuvo como objetivo comparar la ansiedad precompetitiva y los síntomas de burnout en adolescentes participantes de los Juegos Escolares Arapiraca-AL, según grupo de edad y tiempo de práctica. En la investigación participaron 120 jóvenes adolescentes (101 niños y 19 niñas) que participaron en las modalidades de fútbol sala ($n = 94$) y balonmano ($n = 26$) en los Juegos Escolares de Arapiraca-AL en 2020. Los instrumentos utilizados fueron un cuestionario sociodemográfico, el Competitive State Anxiety Inventory (CSAI-2R) y el Athlete Burnout Questionnaire (ABQ). El análisis de los datos se realizó mediante las pruebas “U” de Kolmogorov-Smirnov y Mann-Whitney ($p < 0,05$). Los resultados mostraron que los adolescentes tenían una puntuación más alta de autoconfianza (Md = 5,00), seguida de ansiedad cognitiva (Md = 3,20) y ansiedad somática (Md = 2,83). En cuanto al burnout, se observó mayor puntuación en la dimensión de sentido reducido de logro (Md = 2,83), seguida de las dimensiones de agotamiento físico y emocional (Md = 2,50) y devaluación deportiva (Md = 2,14). No hubo diferencia significativa ($p > 0,05$) al comparar las dimensiones de ansiedad precompetitiva y burnout según el tiempo de práctica (Tabla 3). Se concluyó que la edad y el tiempo de práctica no intervienen en los síntomas de ansiedad precompetitiva y burnout entre los adolescentes participantes de los Juegos Escolares.

334

Palabras clave: Competencia; Adolescentes; Psicología del Deporte.

1 INTRODUÇÃO

A prática e a iniciação esportiva de crianças e jovens propicia um crescimento e desenvolvimento em diferentes áreas, tais como: motora, capacidades físicas, cognitiva, habilidades coordenativas e psicossociais (Becker, 2012). Barroso (2019) afirma que o objetivo da Educação Física Escolar é “introduzir e integrar os alunos na esfera da Cultura Corporal de Movimento” e, para tal, as modalidades esportivas de maior relevância cultural representam um recurso recorrentemente utilizado pelos professores de Educação Física. Portanto, o público infante-juvenil inserido no contexto escolar é alvo de intensos estímulos à prática esportiva sob a alegação de conseqüente qualidade de vida.



Nesse sentido, dentre as possíveis manifestações do esporte, a competição é a mais frequentemente adotada, sobretudo por instituições especializadas no ensino e treinamento de modalidades esportivas, especialmente as disputadas de forma coletiva (Passos-Santos, 2017). No contexto do esporte competitivo, é fundamental que o processo de preparação destes atletas seja através de um plano de treinamento que vise promover adaptações positivas para que os atletas consigam ter um melhor desempenho durante as competições (Issurin, 2010). Assim, a prática do esporte competitivo requer do atleta um maior tempo de dedicação para uma maior demanda de treinamentos físicos e táticos, exigindo uma maior performance destes atletas, que por muitas vezes acaba gerando uma sobrecarga física, psicológica e social destes indivíduos (Brandão, 2000)

Essas altas cargas oriundas do treinamento podem desencadear um leque de ocorrências psíquicas no atleta, como o estresse pré-competitivo (Sousa, Freire, Granja, Moraes, Fortes & Nascimento Junior, 2011; Caputo, Rombaldi, & Silva, 2017). O estresse associado à competição esportiva é um aspecto relevante, relacionado principalmente ao desempenho de atletas, rigidez no treinamento e elevadas demandas competitivas (Hanton, Thomas, & Mellalieu, 2009), e no contexto esportivo, são várias as situações em que podemos identificar agentes estressores, como: pressão exercida pelos envolvidos no processo competitivo, metas irreais, expectativa exagerada em relação ao desempenho, treinamento e especialização precoce, bem como a complexidade da tarefa (Brenner, LaBella, Brookes, Diamond, Hennrikus, Kelly, & Pengel, 2016).

335

Em alguns casos, os agentes estressores podem levar ao desencadeamento da Síndrome de *Burnout*, que tem origem na incompatibilidade dos atletas em lidar com as demandas estressantes dentro do contexto esportivo. O *burnout* no contexto esportivo diz respeito ao esgotamento físico e mental (Weinberg & Gould, 2008). Este conjunto multidimensional psicofisiológico de saúde que forma a síndrome é dividido em três dimensões: exaustão física e emocional, reduzido senso de realização esportiva e desvalorização da modalidade esportiva. A dimensão exaustão física e emocional associa-se às intensas demandas dos treinamentos e competições. Já a dimensão de reduzido senso de realização esportiva relaciona-se, fundamentalmente, com a insatisfação relacionada à habilidade e destreza esportiva. E, por fim, a dimensão desvalorização esportiva associa-se a uma atitude negativa e indiferente diante do desempenho esportivo (Raedeke & Smith, 2001). Como consequência, atletas com alta magnitude de sintomas de *burnout* podem ter o seu desempenho esportivo prejudicado e maiores níveis de ansiedade, desmotivação, baixa percepção de competência, coesão de grupo (Weinberg & Gould, 2008).

Diante desse contexto, a ansiedade é interpretada como um estado emocional negativo com sentimento de nervosismo, preocupação e apreensão associados com ativação do corpo (Weinberg & Gould, 2017). No contexto esportivo, a literatura vem utilizando como base a teoria multidimensional da ansiedade competitiva como base teórica para o estudo da ansiedade



(Martens, Vealey, & Burton, 1990). A teoria proposta compreende a ansiedade em três componentes principais: o primeiro componente é cognitivo, que envolve pensamentos e dúvidas sobre o seu próprio desempenho e a ocasião competitiva, bem como um julgamento de si mesmo. O segundo componente consiste em uma desordem somática, que é caracterizada por sensações fisiológicas de excitação, tais como aumento da sudorese, batimentos cardíacos e tensão muscular, respiração alterada, e frio no estômago. Por fim, a terceira dimensão é chamada de autoconfiança, que é a crença por parte do indivíduo em suas habilidades para alcançar um desempenho positivo (Martens et al., 1990).

Diante desse contexto, estudos vêm evidenciando que a relação da ansiedade com o *burnout* é um processo multidimensional entre um sistema de variáveis e processos, de natureza cognitiva e motivacional. Isto é capaz de melhorar, piorar ou não interferir no desempenho esportivo, dependendo das características como sexo, idade e tempo de prática dos atletas (Pires, Santiago, Samulski, & Costa, 2012). Estudos recentes têm investigado a ansiedade pré-competitiva e o *burnout* em esportes de modalidades individuais e modalidades coletivas (Gustafsson, DeFreese, & Madigan, 2007). Deste modo, a presente investigação se torna relevante na medida que poderá agregar conhecimento e direcionar profissionais que trabalham com o esporte no contexto escolar. Assim, os achados aqui encontrados podem servir de estratégias para diminuição de aspectos psicológicos negativos dentro do contexto esportivo escolar.

336

Face às considerações, a literatura demonstra uma grande possibilidade de mudanças emocionais na ansiedade competitiva e *burnout*, evidenciando possíveis diferenças entre, sexo, idade e experiência competitiva. Diante disso, este estudo teve como objetivo comparar a ansiedade pré-competitiva e os sintomas de *burnout* de adolescentes participantes dos Jogos Escolares de Arapiraca-AL de acordo com a faixa etária e tempo de prática.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Delineamento do estudo

Este estudo apresenta características de delineamento transversal, de caráter descritivo e de natureza quantitativa (Thomas, Nelson, & Silverman, 2012). O estudo objetiva, a partir de uma coleta de dados, descrever as características de determinado grupo de sujeitos, investigando as relações entre as variáveis independentes e dependentes.

Participantes

Participaram deste estudo transversal 120 jovens adolescentes (101 meninos e 19 meninas)



praticantes das modalidades de futsal (n=94) e handebol (n=26) nos Jogos Escolares de Arapiraca-AL no ano de 2020. Os participantes foram selecionados de forma não probabilística e por conveniência. Os critérios de inclusão foram os seguintes: 1) Praticar a modalidade há no mínimo seis meses; e 2) Fazer parte da equipe/escola há no mínimo três meses. Somente participaram da pesquisa os adolescentes que tiveram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido assinado pelos pais/responsáveis e que assinaram o Termo de Assentimento.

Instrumentos

Dados de identificação. Foi elaborado pelos próprios pesquisadores um questionário com questões sobre a idade, sexo, modalidade praticada e tempo de prática.

Ansiedade pré-competitiva. Foi utilizada a versão reduzida do *Competitive State Anxiety Inventory* (CSAI-2R), que foi validada para o contexto brasileiro por Fernandes, Nunes, Raposo, Fernandes e Brustad (2013). Este instrumento é composto por 16 itens que medem três dimensões: ansiedade cognitiva (itens 1, 4, 6, 8 e 12), ansiedade somática (itens 2, 5, 9, 11, 13 e 15) e autoconfiança (itens 3, 7, 10, 14 e 16). O questionário avalia três dimensões da ansiedade: direção, frequência e intensidade. A dimensão utilizada no presente estudo foi de frequência, na qual as respostas são dadas em uma escala *likert* de 7 pontos, variando de 1 (nada) a 7 (muito). O alfa das dimensões variou de $\alpha = 0,79$ a $\alpha = 0,91$, indicando forte confiabilidade dos dados (Murtagh & Heck, 2012).

Burnout. Para a análise dos sintomas de *burnout* foi utilizado o Questionário de *Burnout* para Atletas (ABQ), elaborado por Raedeke e Smith (2001) e validado para jovens por Sousa et al. (2021). O ABQ é composto por 15 itens distribuídos por três dimensões: a) a exaustão física e emocional; b) a desvalorização esportiva; e c) o reduzido senso de realização esportiva. Os itens são respondidos por meio de uma escala *Likert* de cinco pontos em um continuum de “Quase Nunca” (1) a “Quase Sempre” (5). Os resultados são obtidos a partir da média aritmética das respostas dadas aos cinco itens correspondentes a cada dimensão de *burnout*. O alfa variou de $\alpha = 0,75$ a $\alpha = 0,80$, indicando forte confiabilidade dos dados (Murtagh & Heck, 2012).

Análise de Dados

A análise de dados foi realizada através de estatísticas descritivas e inferenciais. A análise preliminar dos dados foi realizada por meio do teste de normalidade de *Kolmogorov-Smirnov*. Dada a distribuição não-paramétrica, foi utilizada a mediana (Md) e o intervalo interquartil (Q1-Q3) como medidas de tendência central e dispersão. O teste “U” de *Mann-Whitney* foi utilizado para comparar as dimensões de ansiedade e *burnout* em função da idade e tempo de prática. Para a



comparação das variáveis do estudo em função da faixa etária e do tempo de prática, os praticantes foram divididos em dois grupos de acordo com o processo de “*Median Split*” conforme a classificação a seguir: 1) Faixa etária: até 15 anos (n=70) e mais de 15 anos (n=50); e 2) Tempo de prática: até 9 meses (n=60) e mais de 9 meses (n=60). Todas as análises foram conduzidas no software SPSS 22.0, adotando-se o nível de significância de $p < 0,05$.

Procedimentos

Os procedimentos adotados nesta pesquisa obedeceram aos critérios da Ética em Pesquisa com Seres Humanos conforme Resolução no. 466/12 do Conselho Nacional de Saúde. Inicialmente os pesquisadores realizaram contato com a Secretaria Municipal de Educação e Esportes (SMEE) da cidade de Arapiraca, Alagoas, com o intuito de obter anuência para realizar a pesquisa com os atletas participantes dos jogos escolares no ano de 2020. Em seguida, o projeto de pesquisa foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal do Vale do São Francisco, com parecer de número 3.576.805. Em seguida, foi realizado contato com os professores/treinadores responsáveis pelas escolas para o agendamento das coletas de dados com os adolescentes. As coletas foram realizadas nos locais de treinamento das equipes nas respectivas escolas. A aplicação dos questionários foi realizada de forma coletiva, em uma sala privativa, com aproximadamente 15 praticantes de cada vez, com a ausência dos treinadores/professores. Durante o preenchimento dos questionários os avaliadores ficaram presentes na sala e tiraram as possíveis dúvidas dos participantes a respeito dos itens dos questionários e não foi permitida a conversa entre os participantes durante o preenchimento. O preenchimento dos questionários teve duração de aproximadamente 30 minutos.

338

3 RESULTADOS

A Tabela 1 apresenta os escores mínimos, máximos, média e desvio-padrão da idade, tempo de prática e das dimensões de *burnout*. Destaca-se que os adolescentes apresentaram escore superior de autoconfiança (Md = 5,00), seguidos da ansiedade cognitiva (Md = 3,20) e ansiedade somática (Md = 2,83). Em relação ao *burnout*, observou-se escore superior na dimensão de reduzido senso de realização (Md = 2,83), seguido das dimensões de exaustão física e emocional (M = 2,50) e desvalorização esportiva (Md = 2,14).



Tabela 1 - Análise descritiva das dimensões de ansiedade pré-competitiva e de *burnout* dos adolescentes participantes dos Jogos Escolares de Arapiraca-AL.

Variáveis	Mínimo	Máximo	Md (Q1; Q3)
Ansiedade pré-competitiva			
Ansiedade Cognitiva	1,00	7,00	3,20 (2,50; 4,25)
Ansiedade Somática	1,00	7,00	2,83 (2,00; 3,67)
Autoconfiança	1,00	7,00	5,00 (3,80; 6,00)
Burnout			
Desvalorização esportiva	1,00	4,00	2,14 (1,29; 2,86)
Reduzido senso de realização	1,00	4,00	2,83 (2,33; 3,33)
Exaustão física e emocional	0,00	5,00	2,50 (2,00; 3,50)

Nota: Md = Mediana; Q1 = Quartil 1; Q3 = Quartil 3.

Não foi encontrada diferença significativa ($p > 0,05$) na comparação das dimensões de ansiedade pré-competitiva e de *burnout* de acordo com a faixa etária (Tabela 2), evidenciando que a idade não parece interferir nas variáveis em jovens praticantes de modalidades coletivas. Destaca-se que ambos os grupos apresentaram escore superior de autoconfiança em detrimento das dimensões de ansiedade cognitiva e somática.

339

Tabela 2 – Comparação das dimensões de ansiedade pré-competitiva e de *burnout* dos participantes dos Jogos Escolares de Arapiraca-AL em função da faixa etária.

VARIÁVEIS	Faixa Etária		p
	Até 15 anos	Mais de 15 anos	
	(n=70)	(n=50)	
	Md (Q1:Q3)	Md (Q1:Q3)	
Ansiedade pré-competitiva			
Ansiedade Cognitiva	3,60 (2,55; 4,50)	3,00 (2,40; 4,00)	0,311
Ansiedade Somática	2,83 (2,08; 3,91)	2,67 (2,00; 3,60)	0,409
Autoconfiança	4,77 (3,70; 5,70)	5,40 (4,20; 6,00)	0,089
Burnout			
Desvalorização esportiva	2,00 (1,29; 2,64)	2,29 (1,29; 3,29)	0,550
Reduzido senso de realização	2,91 (2,50; 3,33)	2,83 (2,33; 3,33)	0,913
Exaustão física e emocional	2,50 (2,00; 3,00)	3,00 (2,00; 3,50)	0,381

*Diferença significativa - $p < 0,05$ – Teste “U” de *Mann-Whitney*.



Não foi encontrada diferença significativa ($p > 0,05$) na comparação das dimensões de ansiedade pré-competitiva e de *burnout* dos adolescentes em função do tempo de prática (Tabela 3), evidenciando que o tempo de prática não parece interferir nas variáveis em jovens praticantes de modalidades coletivas. Ressalta-se que ambos os grupos apresentaram escore superior de autoconfiança em detrimento às dimensões de ansiedade cognitiva e somática. Em relação ao *burnout*, nota-se que ambos os grupos apresentaram escores superiores nas dimensões de reduzido senso de realização e exaustão física e emocional.

Tabela 3 – Comparação das dimensões de ansiedade pré-competitiva e de *burnout* dos participantes dos Jogos Escolares de Arapiraca-AL em função do tempo de prática.

VARIÁVEIS	Tempo de Prática		p
	Até 9 meses	Mais de 9 meses	
	(n=60)	(n=60)	
	Md (Q1:Q3)	Md (Q1:Q3)	
Ansiedade pré-competitiva			
Ansiedade Cognitiva	3,20 (2,33; 4,00)	3,70 (2,60; 4,50)	0,243
Ansiedade Somática	2,83 (2,00; 3,83)	2,83 (2,45; 3,58)	0,892
Autoconfiança	4,80 (3,80; 6,00)	5,00 (3,80; 5,80)	0,990
Burnout			
Desvalorização esportiva	1,86 (1,14; 2,86)	2,15 (1,57; 2,71)	0,676
Reduzido senso de realização	2,83 (2,33; 3,17)	2,91 (2,45; 3,50)	0,689
Exaustão física e emocional	2,50 (2,00; 3,00)	3,00 (2,00; 3,50)	0,088

340

*Diferença significativa - $p < 0,05$ – Teste “U” de *Mann-Whitney*.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo da presente investigação foi comparar a ansiedade pré-competitiva e *burnout* dos jovens atletas escolares de acordo com a faixa etária e tempo de prática. Os principais achados desta investigação é que a idade (Tabela 2) e o tempo de prática (Tabela 3) não parecem interferir sobre os sintomas de ansiedade e *burnout*.

Ao comparar a ansiedade pré-competitiva dos atletas escolares de acordo com a faixa etária (Tabela 2), foram reveladas semelhanças na percepção dos atletas escolares mais jovens e mais velhos. Além disso, observou-se para ambos os grupos valores inferiores para a dimensão de ansiedade cognitiva e somática, demonstrando que os jovens atletas escolares, independentemente da idade, são mais autoconfiantes para suas práticas esportivas. A autoconfiança dentro do ambiente esportivo, está relacionada com maiores habilidades e uma



capacidade maior para lidar com a ocorrência de pensamentos negativos, fracassos e adversidades, devido seus níveis de autoconfiança serem superiores aos índices de ansiedade (Martens et al., 1990). Dessa forma, é possível observar que, no geral, os atletas escolares percebem a prática esportiva como uma atividade que lhes proporciona bem-estar, prazer e favorável ao aumento da autoconfiança, além de corresponder às suas expectativas dentro do contexto esportivo.

Resultados semelhantes foram encontrados por Bernardt e Sehnem (2017) que analisaram os níveis de ansiedade pré-competitiva e autoconfiança de jovens atletas praticantes de modalidades coletivas. Os resultados demonstraram, que os atletas apresentam níveis baixos de ansiedade somática e cognitiva e maiores escores de autoconfiança. Abellini, Moura, Miguel e Campos (2017) analisaram os níveis de ansiedade de jovens atletas de futsal. Os achados demonstram que a autoconfiança obteve escores significativamente superiores à ansiedade cognitiva e ansiedade somática. Esses achados corroboram com a atual literatura que demonstra que atletas mais autoconfiantes apresentam um maior comportamento para satisfação interna ao realizar determinada tarefa proposta, enquanto que conseguem enfrentar as adversidades para prática da atividade de forma mais efetiva.

Na avaliação do *burnout* em função da faixa etária, também não foram observadas diferenças entre os grupos de atletas (Tabela 2). Os achados de que atletas escolares apresentam baixos indicadores para as dimensões de *burnout* podem ser indicativos de uma adaptação adequada às demandas psicofisiológicas de treinos e competições (Giacomoni & Fonseca, 2014). Observou-se que a dimensão de reduzido senso de realização teve escore um pouco mais relevante em comparação às outras dimensões. Gould, Tuffey, Udry e Loehr (1996) em seu estudo, identificaram que demandas situacionais como o pouco apoio social para prática esportiva e o feedback restritivo de pais e familiares contribuem para queda no desempenho dos jovens atletas e, conseqüentemente, para a maior percepção da dimensão reduzido senso de realização esportiva.

De acordo com Raedeke e Smith (2001), o senso de realização está relacionado com a percepção da habilidade suficiente para a prática. Neste estudo, o pouco tempo de prática na modalidade e a possibilidade do excesso de cobranças internas e externas podem gerar sensações de falta de habilidade e de competência esportiva. Assim, esses fatores podem ter contribuído para que essa dimensão apresentasse frequência um pouco maior quando comparada às outras. De forma geral, é possível observar que, os atletas escolares participantes do estudo geralmente não estão em risco para a síndrome e não pode ser classificado como tendo esgotamento severo de acordo com a classificação de Raedeke (1997), onde classificou uma média de aproximadamente 3 como uma pontuação alta de *burnout*, enfatizando que para um atleta ser classificado como tendo esgotamento severo, altas pontuações nas três dimensões são necessárias, uma vez que a



síndrome é multidimensional.

Na análise comparativa sobre a ansiedade pré-competitiva (Tabela 3), percebe-se que de acordo com o tempo da prática não houve diferença entre os grupos, mas percebeu-se uma maior autoconfiança. Corroborando com nossos achados, Barbacena e Grisi (2008) observaram em duas competições diferentes jovens atletas de natação, e evidenciaram que maiores níveis de autoconfiança em comparação com a ansiedade relacionados ao tempo de prática. A literatura tem verificado que atletas autoconfiantes tendem a se sentir à vontade diante de situações competitivas, concentrar-se melhor nos seus pontos fortes, bem como nas tarefas que os levam a alcançar melhores performances (Bandura, 1977; Vealey, 1986, 2003; Martin, 2001; Kara-Georghis & Terry, 2011; Weinberg & Gould, 2017).

Em relação ao *burnout* em função do tempo da prática (Tabela 3), não existe variação nos escores das três dimensões dos jovens escolares. É perceptível uma maior pontuação para reduzido senso de realização, como para exaustão física e emocional. Entre as três dimensões, as que apresentaram maiores valores e, conseqüentemente, maior frequência de sentimentos foi a reduzido senso de realização esportiva. De acordo com Raedeke e Smith (2001), essa dimensão está relacionada com a percepção da habilidade suficiente para a prática.

Apesar das contribuições para literatura, o presente estudo apresenta algumas limitações que valem a pena ser consideradas. Primeiro, destaca-se o delineamento transversal, uma vez que os adolescentes foram avaliados em apenas um momento, impossibilitando análises das relações de causa e efeito entre as variáveis. Além disso, não foram avaliados outros possíveis fatores (por exemplo, nível socioeconômico, prática de esportes fora da escola, praticantes de outras modalidades esportivas) que poderiam influenciar nos sintomas de ansiedade e *burnout*. Com isso, sugere-se que futuras pesquisas sejam realizadas também com adolescentes praticantes de outras modalidades esportivas, a fim de comparar os grupos (coletivos ou individuais), como também o envolvimento de outras variáveis. Além disso, ressalta-se a importância de futuras pesquisas com delineamento longitudinal para verificar as possíveis alterações nos sintomas de ansiedade e *burnout* ao longo do tempo.

342

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir dos resultados obtidos, pode-se concluir que a idade e o tempo de prática não foram intervenientes nos sintomas de ansiedade pré-competitiva e de *burnout* dos adolescentes participantes dos Jogos Escolares. Ressalta-se que independentemente da idade e tempo de prática, os adolescentes apresentaram escore superior de autoconfiança em detrimento às dimensões de ansiedade cognitiva e somática, além de escores superiores nas dimensões de *burnout* de reduzido senso de realização e exaustão física e emocional.



6 REFERÊNCIAS

- Abelini, H. G., Moura, F., Miguel, H., Campos, M. V. (2017). Análise dos Níveis de Ansiedade Pré-Competitivo no Futsal nas Categorias Sub -17 do Município de São Jose do Rio Pardo – SP. *Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento*. 9(2), 85-90.
- Barroso, A.L, Darido, S. (2019). Compreensão e avaliação de um modelo de classificação do esporte na educação física escolar: visão de professores. *Conexões*, 17(1), 10-35. <https://doi.org/10.20396/conex.v17i0.8654139>.
- Barbacena, M. M., de Figueiredo Grisi, R. N. (2008). Nível de ansiedade pré-competitiva em atletas de natação. *Conexões*, 6(1), 31-39. <https://doi.org/10.20396/conex.v6i1.8637869>.
- Becker, F. (2012). Atletismo: um esporte da escola nas séries finais do ensino fundamental.
- Bernardt, A. M., Sehnem, S. B. (2017). Ansiedade Pré-Competitiva e autoconfiança em modalidade de esporte coletivo. *Pesquisa em Psicologia-anais eletrônicos*, 10(2), 37-44.
- Brandão, M. R. F. (2000). *Fatores de stress em jogadores de futebol profissional*. Dissertação de doutorado, Centro de Pesquisa em Ciências do Esporte, Universidade Estadual de Campinas. Campinas, Brasil.
- Brenner, J. S., LaBella, C. R., Brookes, M. A., Diamond, A., Hennrikus, W., Kelly, A. K. W., Pengel, B. (2016). Sports specialization and intensive training in young athletes. *Pediatrics*, 138(3), 50-62.
- Cardozo, D. C., Dias, M. R. (2012). Resposta da pressão arterial em diferentes intensidades de exercício resistido uni e multiarticular. *RBPFEEX-Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício*, 6(31), 110-123.
- Caputo, E. L., Rombaldi, A. J., Silva, M. C. D. (2017). Sintomas de estresse pré-competitivo em atletas adolescentes de handebol. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 39, 68-72. <https://doi.org/10.1016/j.rbce.2016.01.006>
- Fernandes, M. G., Nunes, S. A., Raposo, J. V., Fernandes, H. M., Brustad, R. (2013). The CSAI-2: An examination of the instrument's factorial validity and reliability of the intensity, direction and frequency dimensions with Brazilian athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 25(4), 377-391. <https://doi.org/10.1080/10413200.2012.744780>
- Giacomoni, C., Fonseca, G. M. M. (2014). Principais indicadores de burnout em jovens atletas de futebol. *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte*, 13(2), 50-78.
- Gould, D., Tuffey, S., Udry, E., Loehr, J. (1996). Burnout in competitive junior tennis players: I. A quantitative psychological assessment. *The sport psychologist*, 10(4), 322-340. <https://doi.org/10.1123/tsp.10.4.322>
- Gustafsson, H., DeFreese, J. D., Madigan, D. J. (2017). Athlete burnout: Review and recommendations. *Current opinion in psychology*, 16, 109-113. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.05.002>
- Hanton, S., Thomas, O., Mellalieu, S. D. (2009). Management of competitive stress in elite sport. *International Olympic Committee sport psychology handbook*, 30-42.
- Issurin, V. B. (2010). New horizons for the methodology and physiology of training periodization. *Rev. Psicol Saúde e Debate*. Abr., 2022:8(1): 333-344.



Sports medicine, 40(3), 189-206. <https://doi.org/10.2165/11319770-000000000-00000>

Martens, R., Vealey, R. S., Burton, D. (1990). Competitive anxiety in sport.

Murtagh, F., Heck, A. (2012). *Multivariate data analysis* (Vol. 131). Springer Science & Business Media.

dos Passos-Santos, J. P., Rech, C. R. (2017). Motivos à prática no esporte escolar em adolescentes. *Horizontes-Revista de Educação*, 5(10), 101-113.

Pires, D. A., Santiago, M. L. D. M., Samulski, D. M., Costa, V. T. D. (2012). A síndrome de burnout no esporte brasileiro. *Revista da Educação Física/UEM*, 23, 131-139. <https://doi.org/10.4025/reveducfis.v23i1.14566>

Raedeke, T. D., Smith, A. L. (2001). Development and preliminary validation of an athlete burnout measure. *Journal of sport and exercise psychology*, 23(4), 281-306.

Raedeke, T. D. (1997). Is athlete burnout more than just stress? A sport commitment perspective. *Journal of sport and exercise psychology*, 19(4), 396-417.

Sousa, V. D. C., Freire, G. L. M., Granja, C. T. L., Moraes, J. F. V. N. D., Fortes, L. D. S., Nascimento Júnior, J. R. A. (2021). Psychometric properties of the Brazilian version of the Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) in a sample of young and adult athletes. *Motriz: Revista de Educação Física*, 27(4), 40-70. <https://doi.org/10.1590/S1980-657420210000149>

Thomas, J. R., Nelson, J. K., Silverman, S. J. (2009). *Métodos de pesquisa em atividade física*. Artmed.

Weinberg, R. S., Gould, D. (2016). *Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício*. Artmed.