

# SÍNDROME DE BURNOUT E SUAS DIMENSÕES EM ATLETAS DE HANDEBOL FEMININO DA UFC

IX Encontro de Experiências Estudantis

Isabelle Cristina Sampaio Ribeiro, Nívea Morais Araújo, Débora Ramos Batista, Mariama Drame, Brena Kelly Viana, Jose Clovandi Costa Filho

**Resumo:** A síndrome de Burnout pode ser considerada uma reação ao estresse crônico. 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). Por ser considerada como sintomas que envolvem o caráter físico e psicológico dos atletas, a síndrome pode não ser reconhecida em curto prazo, por vezes agravando o quadro. O abandono à vida esportiva (dropout) e a desmotivação aos treinos, podem ser citados como consequência. **Objetivo:** Este trabalho tem teve o objetivo de avaliar as dimensões da Síndrome de Burnout, em atletas de handebol feminino da Universidade Federal do Ceará. **Metodologia:** Foram analisadas 13 atletas, com idades que variam de 18 a 28 anos. O questionário utilizado foi o Questionário de Burnout para atletas (QBA), validado para o idioma português a partir do instrumento de idioma inglês intitulado Athlete Burnout Questionnaire (ABQ). **Resultados:** Das 13 atletas que responderam o questionário, 46% (6) das atletas ficaram com a pontuação entre 19-32, e 54% (7) das atletas ficaram entre 33-49. **Conclusão:** Através dos resultados analisados, concluímos que 46% possuem pequeno sinal de burnout e 54% possuem risco de burnout, tendo assim indícios de manifestação da síndrome. Sugerimos acompanhamento com o psicólogo do esporte, dando suporte ao time. sugerimos também a verificação nos outros times pertencentes ao desporto da UFC, e caso necessário, que esse acompanhamento possa ser englobado ao Desporto Universitário em 2017, visando melhores resultados.

**Palavras-chave:** Burnout. Estafa Esportivo. Atletas handebol.