

VALIDAÇÃO DO QUESTIONÁRIO DE BURNOUT PARA ATLETAS

VALIDATION OF THE “QUESTIONÁRIO DE BURNOUT PARA ATLETAS”

Daniel Alvarez Pires*
Maria Regina Ferreira Brandão**
Cláudia Borim da Silva***

RESUMO

O burnout pode ser definido como uma reação ao estresse crônico. O objetivo desta pesquisa consistiu em validar um questionário de burnout para atletas de língua portuguesa. Foram aplicados os seguintes métodos: tradução para a língua portuguesa do “Athlete Burnout Questionnaire”, originando o Questionário de Burnout para Atletas (QBA); validação do QBA, através da validade de construto, e, por último, verificação da confiabilidade. Os resultados confirmaram tanto a validade de construto (o instrumento representa com exatidão o conceito de interesse) quanto a confiabilidade (o instrumento mede efetivamente o que se propõe a medir) do QBA. De acordo com os achados, o QBA é um instrumento adequado para a mensuração do burnout em atletas brasileiros de alto rendimento.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout. Atletas. Validação de Instrumento.

INTRODUÇÃO

O termo burnout consiste de uma conjunção entre “burn” e “out”, ambas palavras da língua inglesa. A primeira significa “arder”, “queimar”, enquanto a segunda se refere a “fora”, “para fora” (MICHAELIS, 1989). Assim o significado literal para burnout em português é “queimar para fora”, expressão que pode ser traduzida com mais clareza pela palavra esgotamento. No entanto, devido ao fato de *burnout* ter se firmado como um termo internacionalmente reconhecido na literatura científica, optou-se pela manutenção da nomenclatura original.

O primeiro autor a descrever e conceituar a síndrome de *burnout* foi Freudenberg, em 1974 (GARCÍA UCHA, 2000; SOUZA; SILVA, 2002). Esse pesquisador definiu *burnout* como um estado de fadiga e exaustão, ou perda de energia física e mental, resultante de aspirações exageradas a alcançar objetivos não realistas traçados pelo indivíduo ou pelos

valores da sociedade (FEJGIN, TALMOR; ERLICH, 2005).

Outra hipótese para a descoberta e denominação desse fenômeno surgiu de uma história interessante. De acordo com Chiminazzo e Montagner (2004), Christina Maslach, uma psicóloga social, estava desenvolvendo, em um período não informado pelos autores, estudos sobre as relações de trabalho existentes entre os profissionais da área médica e seus pacientes, especialmente sobre as questões de comprometimento afetivo e humanitário em relação às pessoas enfermas. Ao expor seu objeto de estudo para um advogado, este relatou que os juristas que trabalhavam em processos envolvendo pessoas das camadas sociais menos favorecidas também sofriam a mesma realidade dos médicos, e chamavam tal processo de “esgotamento”. A partir daquele momento, “Christina Maslach não só descobriu que a situação que ela estava estudando tinha um nome como também acontecia em outras áreas

Mestre em Educação Física, Professor de Educação Básica II da Secretaria de Educação do Estado de São Paulo.

* * Doutora em Educação Física, Professora do Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Educação Física da Universidade São Judas Tadeu.

* ** Doutoranda em Estatística, Professora do Regime de Iniciação Científica da Universidade São Judas Tadeu.

do conhecimento” (CHIMINAZZO; MONTAGNER, 2004).

De acordo com as abordagens históricas do burnout, foram Christina Maslach e Susan 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; SILVA, 2002).

Maslach e Jackson (1981) definiram burnout como uma síndrome psicológica de exaustão emocional, despersonalização e reduzida realização profissional que pode ocorrer em indivíduos que se envolvem com pessoas dependentes, de algum modo, de sua ação profissional.

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

Em outras palavras, o burnout é causado por desejos e expectativas frustradas, sentimentos de controle inadequado do próprio trabalho e sentimentos de perda do sentido da vida. Dentre as principais conseqüências da síndrome, encontra-se a perda progressiva de idealismo, que está associada a um fraco desempenho no trabalho e ao comprometimento da saúde, incluindo-se o aparecimento de dores de cabeça, hipertensão, ansiedade e depressão. Alguns autores relatam que, em última instância, o burnout pode levar ao alcoolismo, uso de drogas e deterioração de relacionamentos familiares e sociais (DE MEIS et al., 2003).

BURNOUT NO ESPORTE

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 Benedicto (2002), estudos direcionados à área

do esporte começaram há pouco mais de 20 anos. Nesse período, o burnout no âmbito esportivo não despertava tanto interesse dos investigadores, se comparado ao contexto organizacional, especialmente, por duas razões: primeiro, porque os autores da época não consideravam a prática esportiva como um trabalho repleto de pressão, cujas demandas pudessem ocasionar situações tão aversivas a ponto de provocar burnout nessa espécie de “trabalhadores”; e segundo, porque a atividade esportiva não era considerada uma área de desempenho laboral, que se caracterizasse pela existência de uma certa “produção” advinda do trabalho (GARCÉS DE LOS FAYOS, 1999).

Entretanto, a partir das definições conceituais da síndrome (MASLACH; JACKSON, 1981; RAEDEKE, 1997), nas quais o burnout é descrito em termos de esgotamento emocional, físico e mental, despersonalização e reduzida realização pessoal, percebeu-se que tais elementos não eram específicos apenas dos contextos organizacionais, mas também do sistema esportivo, pois a realidade esportiva exige diferentes estratégias de enfrentamento do forte componente emocional característico da síndrome (GARCÉS DE LOS FAYOS, 1999).

Desse modo, profissionais como os professores de Educação Física, treinadores, preparadores físicos, atletas e árbitros tornaram-se 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 e familiares, e são vivenciados sentimentos de cobranças, críticas, cansaço e estresse.

OBJETIVOS

Objetivo Geral

Validar um instrumento psicométrico de burnout para atletas brasileiros.

Objetivos Específicos

Traduzir o Athlete Burnout Questionnaire (ABQ) para a língua portuguesa, originando o Questionário de Burnout para Atletas (QBA);

Verificar a validade de construto e a confiabilidade da nova versão do instrumento.

MATERIAIS E MÉTODOS

Pelo fato do instrumento psicométrico utilizado proceder de outro idioma, o inglês, tornou-se importante realizar o processo de adaptação cultural da versão do questionário para o português. Pretendeu-se, com isso, respeitar a realidade sócio-cultural dos atletas brasileiros ao utilizar um questionário compreensível e condizente com o ambiente esportivo nacional.

Amostra

Participaram da pesquisa 200 atletas, de ambos os sexos, 123 homens e 77 mulheres. Por se tratar de um estudo envolvendo atletas brasileiros de alto rendimento, ficou definido que os esportistas avaliados tivessem nacionalidade brasileira, bem como competissem em eventos de nível nacional e internacional. Os sujeitos avaliados pertenciam a 12 modalidades esportivas, sendo cinco coletivas (futebol, futsal, voleibol, handebol e basquetebol) e sete individuais (boxe, tae kwon do, judô, natação, triatlo, ginástica olímpica e atletismo). A média de idade do grupo foi de $22,63 \pm 4,87$ anos. O início na prática esportiva se deu, em média, aos $10,81 \pm 3,72$ anos, e o tempo médio como atletas federados(as) ou profissionais foi de $8,88 \pm 5,09$ anos (no futebol, foi coletado o tempo como jogador profissional, ao invés do tempo como atleta federado). É importante ressaltar que todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), concordando com sua participação na pesquisa, e tiveram seus nomes mantidos sob rigoroso sigilo ao longo de todos os procedimentos do estudo.

A escolha por atletas nacionais de alto rendimento como sujeitos participantes da amostra da pesquisa se fundamentou em dois motivos principais: primeiro, a nacionalidade brasileira foi importante, tendo-se em conta que o objetivo geral do presente estudo consistiu em validar um instrumento psicométrico, o QBA, para a língua

portuguesa. Atletas de outras nacionalidades que atuavam, momentaneamente, no Brasil não representavam adequadamente a realidade esportiva nacional, pois são esportistas oriundos de contextos sócio-culturais e esportivos diferentes dos encontrados na sociedade brasileira; em segundo lugar, os indivíduos que competiam em nível nacional e internacional se encontravam expostos a altas demandas competitivas, lesões, e aparecimento constante na mídia, situações que podem se constituir em elementos precursores de burnout. Portanto, sujeitos de alto rendimento esportivo lidam com mais intensamente com fatores que podem causar a síndrome, em comparação com seus pares de nível competitivo local ou estadual.

Dentre os avaliados, há esportistas que competiram nos Jogos Olímpicos de Atenas (Grécia) em 2004, sendo que alguns dos participantes alcançaram posições de destaque no evento, aparecendo entre os 10 melhores de suas modalidades. Além dos mencionados anteriormente, outros atletas já tiveram passagens pela seleção nacional de seus respectivos esportes, o que os credenciava a participar de campeonatos sul-americanos, pan-americanos e mundiais, obtendo diversos êxitos nas disputas.

Na Tabela 1 aparece o número de atletas de cada modalidade esportiva separados por gênero. A Tabela 2 representa a média e o desvio padrão da idade, idade de início no esporte em que pratica e tempo como atleta federado(a) ou profissional.

Tabela 1 - Distribuição de frequência de atletas por modalidade esportiva e gênero.

Modalidade Esportiva	Masculino	Feminino	Total
Atletismo	0	1	1
Basquetebol	10	6	16
Boxe	2	0	2
Futebol	37	0	37
Futsal	18	0	18
Ginástica Olímpica	7	0	7
Handebol	17	10	27
Judô	7	0	7
Natação	9	12	21
Tae Kwon Do	2	0	2
Triatlo	2	0	2
Voleibol	12	48	60
Total	123	77	200

Tabela 2 - Média e desvio padrão, em anos, da idade, idade de iniciação no esporte em que pratica e tempo como atleta federado(a) ou profissional.

N=200	Idade	Idade de iniciação no esporte que pratica	Tempo como atleta federado(a) ou profissional
Média	22,63	10,81	8,88
DP	4,87	3,72	5,09

Instrumento

O instrumento original utilizado foi o “Athlete Burnout Questionnaire” (ABQ) (RAEDEKE; SMITH, 2001). Tal questionário é composto por 15 itens que avaliam a frequência de sentimentos relativos ao burnout. Cada item se refere a uma subescala ou construto da manifestação de burnout em atletas (RAEDEKE, 1997): exaustão física e emocional; reduzido senso de realização esportiva e desvalorização da modalidade esportiva. As respostas são dadas em uma escala do tipo Likert que varia de “Quase nunca” (1) a “Quase sempre” (5), sendo as frequências intermediárias as seguintes: “Raramente” (2), “Algumas vezes” (3) e “Frequentemente” (4). Os resultados são atribuídos a cada subescala, obtidos a partir da média aritmética das respostas dadas aos cinco itens correspondentes a cada dimensão de burnout, e a um valor de burnout total calculado pela média aritmética de todos os 15 itens do instrumento. A interpretação dos escores se dá através da utilização da variação de frequência de sentimentos. Isso significa que, caso um atleta obtenha uma média de 2,5 para a dimensão exaustão física e emocional, considera-se que esse indivíduo apresenta sentimentos relacionados a tal subescala com frequência de raramente a algumas vezes. Tanto o método de obtenção dos resultados através das médias dos itens como a interpretação de tais valores foram propostos pelos autores do instrumento psicométrico (RAEDEKE; SMITH, 2001).

Em virtude de apresentar uma consistência interna aceitável (coeficientes α de Cronbach para as subescalas de burnout variando entre 0,85 e 0,91), confiabilidade teste-reteste e validade de construto (RAEDEKE; SMITH, 2001), o ABQ vem sendo reconhecido como o instrumento mais adequado para a avaliação da

síndrome de burnout em atletas, além de ter sido o questionário utilizado nas mais atuais e relevantes pesquisas na área, como as investigações de Raedeke e Smith (2001) em atletas universitários norte-americanos pertencentes a sete modalidades esportivas e em nadadores de nível nacional do mesmo país. Mais recentemente, Creswell e Eklund (2005a, 2005b, 2005c) aplicaram o ABQ em jogadores amadores e profissionais de rúgbi da Nova Zelândia.

O instrumento traduzido para o português, intitulado “Questionário de Burnout para Atletas”, é representado pela sigla QBA. A fim de que o instrumento fosse adaptado, de forma a se tornar adequado para a aplicação na população brasileira, fez-se uso do método de tradução denominado “Back Translation”. Esse procedimento foi executado em três momentos distintos. Primeiramente, houve a tradução do inglês para o português do ABQ, realizada por um indivíduo com conhecimento aprofundado nos dois idiomas, gerando o instrumento QBA. Posteriormente, efetuou-se a tradução inversa do QBA, do português para o inglês, por um outro tradutor com notório saber nos idiomas empregados e em tradução de textos. No terceiro e último momento, foram comparadas a versão traduzida do português para a língua inglesa com o texto original em inglês, com o intuito de se fazer os ajustes necessários para a elaboração da versão final do instrumento em português. Para Deliza, Rosenthal e Costa (2003, p. 44), “esta técnica garante tradução mais precisa e confiável do instrumento”. Os cálculos dos escores relacionados a cada dimensão de burnout e ao burnout total, assim como a interpretação dos resultados do QBA, são idênticos aos procedimentos detalhados para o ABQ.

Vale ressaltar que a aplicação do QBA apresentou risco mínimo à integridade biopsicossocial dos atletas, assim como os dados obtidos a partir das respostas dadas ao QBA foram confidenciais, de uso restrito dos pesquisadores, e utilizados, somente, para fins de pesquisa científica. A versão final do QBA está no Anexo 1.

Juntamente com o QBA, foi utilizada uma ficha de avaliação demográfica, que continha o nome, gênero e idade do sujeito, esporte que

prática, idade com que iniciou sua prática esportiva na referida modalidade, tempo como atleta federado ou profissional, principais conquistas no esporte e data de participação na pesquisa.

A pesquisa obteve a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade São Judas Tadeu (protocolo 063/2004 do COEP-USJT). Portanto, a mesma se encontra enquadrada nas normas de pesquisa envolvendo seres humanos. Os informantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), concordando com sua participação na pesquisa.

Procedimentos

O primeiro procedimento para a aplicação da bateria de instrumentos consistiu na elaboração, por parte do pesquisador, de uma listagem dos atletas que competiam em nível nacional e/ou internacional. Posteriormente, o pesquisador entrou em contato com esses atletas e suas comissões técnicas, com o objetivo de solicitar a participação e colaboração dos mesmos na pesquisa. Nos casos de resposta afirmativa, foram marcados encontros para a aplicação dos instrumentos. Os locais desses encontros sofreram variações conforme a disponibilidade dos atletas, e dos clubes, academias e centros de treinamento. Quando se tratou de esportes coletivos ou esportes individuais com número elevado de atletas avaliados em um só dia, os mesmos foram divididos em grupos com não mais do que 20 integrantes.

Análise Estatística

Tal processo foi desenvolvido em dois momentos, a saber:

Primeiro Momento

Determinação da validade do instrumento, que se caracteriza pelo nível em que uma escala ou conjunto de medições representam com exatidão o conceito de interesse (HAIR, 1998).

O método empregado foi o de “Validação de Construto”. Esse tipo de validação é definido por Thomas e Nelson (2002, p. 198) como “o grau no qual um teste mede um construto hipotético”. No presente estudo, os construtos mensurados foram o burnout e suas três dimensões ou subescalas. Foi utilizada a técnica

estatística denominada análise fatorial, utilizada para “reduzir um conjunto de dados pelo agrupamento de variáveis similares em componentes (fatores) básicos” (THOMAS; NELSON, 2002, p. 172). A análise fatorial exploratória, um dos tipos de análise fatorial, foi usada em virtude de proporcionar a identificação dos construtos ou fatores básicos referentes a determinado grupo de medidas (THOMAS; NELSON, 2002).

Segundo Momento

Determinação da confiabilidade do instrumento, a qual se refere à estimação do grau de consistência entre as múltiplas medidas de uma variável (HAIR et al., 1998).

Em relação à análise da confiabilidade do QBA, foi utilizado o coeficiente alfa de Cronbach (α), pois o mesmo “mede a homogeneidade dos componentes da escala, ou seja, a consistência interna dos itens” (CAZORLA et al., 1999), considerado o meio mais utilizado para estimar a consistência de uma escala inteira (HAIR et al., 1998).

Com a utilização desse coeficiente, tornou-se possível avaliar se todos os 15 itens do QBA tinham importâncias similares para o conjunto do questionário. Em outras palavras, poder-se-ia aferir se um determinado item contribui para uma maior ou menor confiabilidade do mesmo. O valor de α varia entre 0 (mínimo) e 1 (máximo), sendo 0,60 ou 0,70 os valores mínimos de aceitação recomendados. Para o presente estudo, foi adotado o índice de 0,70 como limite mínimo. Assim, caso o valor de um determinado item fosse menor do que 0,70, seria sugerida sua exclusão do instrumento.

Foi utilizado o pacote estatístico “Statistical Package for Social Science” (SPSS), versão 12.0, para o processamento dos dados. O nível de significância adotado em todos os procedimentos estatísticos desse estudo foi de $p \leq 0,05$.

RESULTADOS

Análise de Variância

A Tabela 3 a seguir apresenta o total de variância explicado a partir da análise fatorial dos componentes do QBA.

Tabela 3 - Total de variância explicado.

Componentes	Autovalores Iniciais		
	Total	% de Variância	% Cumulativo
1	4,388	29,256	29,256
2	1,939	12,925	42,181
3	1,187	7,911	50,092
4	0,898	5,984	56,076
5	0,852	5,678	61,753
6	0,823	5,487	67,240
7	0,739	4,924	72,164
8	0,683	4,555	76,720
9	0,653	4,355	81,075
10	0,604	4,028	85,103
11	0,552	3,681	88,785
12	0,491	3,276	92,061
13	0,470	3,135	95,195
14	0,407	2,716	97,912
15	0,313	2,088	100,000

De acordo com os dados da Tabela 3, três componentes obtiveram autovalores maiores que a unidade, índice que determina a significância do componente para a explicação da variância do instrumento. Esses três componentes são responsáveis por 50,01% da variância do QBA, sendo que um dos componentes responde,

isoladamente, por 29,26% dessa variância total, com os dois demais apresentando índices de 12,92% e 7,91%, respectivamente.

O surgimento de três componentes que explicam a variância do QBA confirma o que estava proposto na elaboração do instrumento, ou seja, a existência de três dimensões ou subescalas da síndrome de burnout, que são: *a exaustão física e emocional, o reduzido senso de realização esportiva e a desvalorização esportiva*. Dentre as três dimensões, a exaustão física e emocional foi a responsável pela maior porcentagem de explicação da variância do instrumento. Tal constatação veio ao encontro do pressuposto de Garcés de Los Fayos (1999), que, após avaliar dezenas de estudos sobre o burnout, observou que a exaustão emocional se encontra presente em todas as abordagens teóricas desenvolvidas para o entendimento da síndrome, havendo divergências em relação às outras duas dimensões ou subescalas.

Na Tabela 4, os 15 itens do QBA estão classificados de acordo com os três componentes extraídos da análise de variância, através da rotação Varimax.

Tabela 4 - Rotação Varimax da matriz dos componentes do QBA.

Item	Componentes (Dimensões)		
	Exaustão Física e Emocional	Reduzido Senso de Realização	Desvalorização Esportiva
10- Eu me sinto fisicamente exausto pelo esporte	0,780	0,100	0,147
12- Eu estou exausto pelas demandas mentais e físicas do esporte	0,751	0,107	0,153
2- Eu me sinto tão cansado dos meus treinamentos que eu tenho problemas para encontrar energia para fazer outras coisas	0,695	-0,042	-0,127
4- Eu me sinto extremamente cansado com a minha participação no esporte	0,693	0,076	0,032
8- Eu me sinto “destruído” pelo esporte	0,518	0,410	0,173
3- O esforço que eu gasto praticando esporte poderia ser mais bem gasto fazendo outras coisas	0,490	0,075	0,423
15- Eu tenho sentimentos negativos em relação ao esporte	0,480	0,303	0,025
14- Eu me sinto bem-sucedido no esporte	0,074	0,736	-0,241
13- Parece que, não importa o que eu faça, eu não me desempenho tão bem quanto eu poderia	0,214	0,689	0,045
1- Eu estou realizando muitas coisas que valem a pena no esporte	-0,053	0,608	0,274
7- Eu não estou desempenhando todo meu potencial no esporte	0,137	0,550	0,319
9- Eu não estou tão interessado no esporte como eu costumava estar	0,334	0,530	0,330
5- Eu não estou alcançando muito no esporte	0,052	0,471	0,319
11- Eu me sinto menos preocupado em ser bem-sucedido no esporte do que antes	0,193	0,033	0,783
6- Eu não me preocupo tanto em relação à minha performance esportiva quanto antes	-0,091	0,345	0,685

A partir do agrupamento dos itens conforme a dimensão a qual foram associados, o que pode ser observado através dos escores sombreados em cinza, observa-se que a subescala exaustão física e emocional foi expressa por sete itens do questionário, enquanto que reduzido senso de realização foi representada por seis itens e desvalorização esportiva por apenas dois itens. Esses achados divergem dos encontrados ao longo do processo de validação do instrumento precursor do QBA, o ABQ, no qual cada subescala ficou composta por cinco itens.

Os itens componentes de cada subescala de burnout obtidos a partir da rotação Varimax para os instrumentos QBA e ABQ estão dispostos na Tabela 5, sendo que os dados referentes ao ABQ foram extraídos do estudo de Raedeke e Smith (2001).

Tabela 5 - Classificação dos itens em relação às subescalas de burnout a partir da rotação Varimax para os instrumentos QBA e ABQ (EFE= Exaustão física e emocional; RSR= Reduzido senso de realização; e DES= Desvalorização esportiva).

Item	Subescala de Burnout	
	Questionário de Burnout para Atletas (QBA)	Athlete Burnout Questionnaire (ABQ)
1	RSR	RSR
2	EFE	EFE
3	EFE	DES
4	EFE	EFE
5	RSR	RSR
6	DES	DES
7	RSR	RSR
8	EFE	EFE
9	RSR	DES
10	EFE	EFE
11	DES	DES
12	EFE	EFE
13	RSR	RSR
14	RSR	RSR
15	EFE	DES

Conforme pode ser visto na tabela 5, os itens 3, 9 e 15, que se referiam à subescala desvalorização esportiva no ABQ, sofreram modificações em relação ao QBA. Os itens 3 e 15 foram associados à subescala exaustão física e emocional, enquanto que o item 9 foi atribuído à dimensão reduzido senso de realização. Tais divergências se constituíram como surpreendentes, e não há explicações concretas acerca das mesmas.

Pode-se sugerir, em virtude da experiência presencial com os atletas que responderam ao QBA, que havia um determinado número de esportistas que estavam no início do planejamento da aposentadoria esportiva, ou seja, já haviam obtido resultados vitoriosos ao longo da carreira atlética e, no momento em que participaram da pesquisa, pretendiam começar um processo de destreinamento, competindo em um ritmo de rendimento um pouco abaixo do praticado anteriormente. Entretanto, esses indivíduos não relatavam qualquer desânimo ou ausência de motivação em razão da escolha que fizeram, considerando-a como um acontecimento natural do ciclo esportivo. Essas ocorrências, portanto, podem ter servido de base para as alterações encontradas entre os itens que, originalmente (no ABQ), estavam empregados no contexto da desvalorização esportiva.

Apesar das alterações observadas, optou-se pela manutenção dos itens de acordo com as subescalas do instrumento original (o ABQ). Desse modo, preserva-se os cálculos dos índices relativos a cada dimensão, tais como estão descritos no sub-item "Instrumento", o que possibilita a compatibilidade entre os valores obtidos através do ABQ e do QBA, fato que permitirá, entre outras investigações, eventuais avaliações *cross-culturais* ou *inter-culturais* da síndrome em esportistas de diferentes nacionalidades.

Análise da Consistência Interna

O índice de consistência interna geral do QBA foi 0,82. Em virtude do limite mínimo aceito como satisfatório ser de 0,70, considera-se satisfatório o α de Cronbach obtido pelo instrumento. A Tabela 6 apresenta os valores de consistência interna de cada um dos 15 itens do QBA.

Tabela 6 - Consistência interna dos itens do QBA.

Item	Coefficiente α de Cronbach
1	0,80
2	0,81
3	0,80
4	0,80
5	0,81
6	0,81
7	0,80
8	0,79
9	0,79
10	0,79

11	0,81
12	0,80
13	0,80
14	0,81
15	0,80

Conforme observado na tabela 6, todos os 15 itens do QBA atingiram os escores necessários para a validação da consistência interna. Além disso, verificou-se que os valores de α obtidos por cada um dos itens foram menores que o coeficiente geral do instrumento (0,82). Isso significa que, caso algum item fosse retirado do questionário, o índice de confiabilidade do instrumento sofreria uma redução, o que confirma a relevância de todos os 15 itens para que se mantenha um valor elevado de confiabilidade. Conclui-se, portanto, que o QBA é um instrumento psicométrico confiável e de consistência interna satisfatória, ou seja, há uma homogeneidade entre os seus componentes.

CONCLUSÃO

O objetivo do presente estudo consistiu em validar um questionário para a língua portuguesa de identificação e mensuração da síndrome de burnout em atletas. Os resultados encontrados confirmam tanto a validade de construto (o instrumento representa com exatidão o conceito de interesse) quanto a confiabilidade (o instrumento mede efetivamente o que se propõe a medir) do Questionário de Burnout para Atletas (QBA).

Uma consideração importante deve ser feita em relação aos participantes do estudo. Os mesmos representavam um número considerável de esportistas brasileiros de alto rendimento, pertencentes a diversas modalidades. Isso mostra que a amostra avaliada representou, de modo consistente, a população alvo da pesquisa.

Apesar da opção pela não alteração das subescalas quanto aos itens que foram classificados de modo diferente à classificação do ABQ original, outros estudos devem ser realizados com maior número de participantes. Outra sugestão possível seria a alteração do enunciado do QBA, trocando-se o termo “essa temporada” para “no dia de hoje”. Acredita-se que o número de participantes e o período de tempo de avaliação dos itens podem influenciar no comportamento da análise fatorial. Com as alterações sugeridas, seria possível verificar se existe uma tendência à manutenção dos itens do QBA ou à aproximação dos mesmos em relação à classificação encontrada no ABQ original.

Sugere-se, ainda, a utilização do QBA no monitoramento e prevenção da síndrome em esportistas. Recomenda-se, também, novas abordagens acerca das eventuais manifestações temporais da síndrome de burnout.

Os achados dessa investigação permitem concluir que o QBA é considerado um instrumento adequado para a identificação e mensuração da síndrome de burnout em atletas brasileiros de alto rendimento.

VALIDATION OF THE “QUESTIONÁRIO DE BURNOUT PARA ATLETAS”

ABSTRACT

The burnout syndrome can be defined as a reaction to chronic stress. This study aimed to validate a burnout questionnaire for athletes of Portuguese language. Four methodologically steps were followed: Back Translation of the Athlete Burnout Questionnaire to the Portuguese language, what led to the “Questionário de Burnout para Atletas” (QBA); QBA’s validation, through construct validation (factor analysis), and, finally, the QBA’s reliability. The data found confirmed both the QBA’s construct validity (the instrument represents exactly the interest concept) and reliability (the instrument measures effectively what it purposes to measure). The findings of this investigation let us conclude that QBA is considered an appropriate instrument for the burnout measurement in high level Brazilian athletes.

Key words: Burnout Syndrome. Athletes. Instrument Validation.

REFERÊNCIAS

CAZORLA, I. M.; SILVA, C. B. da; VENDRAMINI, C.; BRITO, M. R. F. de. Adaptação e Validação de uma Escala de Atitudes em Relação à Estatística. In: CONFERÊNCIA INTERNACIONAL “EXPERIÊNCIAS E EXPECTATIVAS DO ENSINO DE ESTATÍSTICA: DESAFIOS PARA O SÉCULO XXI”, 1999, Florianópolis. *Atas...* Florianópolis:

UFSC, 1999. Disponível em: <<http://www.inf.ufsc.br/cee/pasta1/art5.html>>. Acesso em: 13 set. 2004.

CHIMINAZZO, J. G. C.; MONTAGNER, P. C. Treinamento esportivo e Burnout: reflexões teóricas. *Revista Electrónica Lecturas en Educación Física y Deportes*, Buenos Aires, v. 10, n. 78, 2004. Disponível em:

<<http://www.efdeportes.com/efd78/burnout.htm>> Acesso em: 24 ago. 2005.

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, no. 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, no. 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, no. 3, p. 370-376, 2005c.

DE MEIS, L.; VELLOSO, A.; LANNES, D.; CARMO, M. S.; DE MEIS, C. The Growing Competition in Brazilian Science: Rites of Passage, Stress and Burnout. **Brazilian Journal of Medical and Biological Research**, Ribeirão Preto, v. 36, p. 1135-1141, 2003.

DELIZA, R.; ROSENTHAL, A.; COSTA, M. C. da. Tradução e Validação para a língua portuguesa de questionário utilizado em estudos de consumidor. **Ciência e Tecnologia de Alimentos**, Campinas, SP, v. 23, n. 1, p. 43-48, 2003.

FEJGIN, N.; TALMOR, R.; ERLICH, I. Inclusion and Burnout in Physical Education. **European Physical Education Review**, London, v. 11, n. 1, p. 29-50, 2005.

GARCÉS DE LOS FAYOS, E. J. **Un estudio de la influencia de variables de personalidad, sociodemográficas y deportivas en el síndrome de Burnout**. 1999. Tese (Doutorado)-Universidad de Murcia, Murcia, 1999.

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

GARCÍA UCHA, F. Entrenadores y burnout. **Revista Electrónica Lecturas en Educación Física y Deportes**, Buenos Aires, v. 5, n. 28, 2000. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd28/burnout.htm>> Acesso em: 17 mar. 2004.

HAIR, J. F.; ANDERSON, R. E.; TATHAM, R. L.; BLACK, W. C. **Multivariate data analysis**. 5th ed. New Jersey: Prentice Hall, 1998.

MASLACH, C.; JACKSON, S. E. The measurement of experienced Burnout. **Journal of Occupational Behavior**, Ann Arbor, v. 2, no. 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, no. 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, no. 4, p. 281-306, 2001.

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

THOMAS, J. R.; NELSON, J. K. **Métodos de pesquisa em atividade física**. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2002.

ANEXO A

Questionário de Burnout para Atletas (QBA)

Por favor, leia cada frase cuidadosamente e decida se você já se sentiu dessa maneira em relação à sua participação esportiva atual. A sua participação esportiva atual inclui todos os treinamentos que você completou durante essa temporada. Por favor, indique quantas vezes você tem tido esse sentimento ou pensamento nessa temporada circulando um número de 1 a 5, onde 1 significa “eu quase nunca me sinto assim” e 5 significa “eu me sinto assim a maior parte do tempo”. Não há respostas certas ou erradas, então, por favor, responda cada questão da forma mais honesta possível. Por gentileza, certifique-se de que tenha respondido todos os itens. Caso você tenha alguma dúvida, sinta-se à vontade para perguntar.

	Quase nunca	Raramente	Algu mas vezes	Frequentemente	Quase sempre
Quantas vezes você se sente assim?					
1. Eu estou realizando muitas coisas que valem a pena no esporte	1	2	3	4	5
2. Eu me sinto tão cansado dos meus treinamentos que eu tenho problemas para encontrar energia para fazer outras coisas	1	2	3	4	5
3. O esforço que eu gasto praticando esporte poderia ser mais bem gasto fazendo outras coisas	1	2	3	4	5
4. Eu me sinto extremamente cansado com a minha participação no esporte	1	2	3	4	5
5. Eu não estou alcançando muito no esporte	1	2	3	4	5

6	Eu não me preocupo tanto em relação à minha performance esportiva quanto antes	1	2	3	4	5
---	--	---	---	---	---	---

Continua.../

		Quase nunca	Raramente	Algu mas vezes	Frequentemente	Quase sempre
7.	Eu não estou desempenhando todo meu potencial no esporte	1	2	3	4	5
8.	Eu me sinto “destruído” pelo esporte	1	2	3	4	5
9.	Eu não estou tão interessado no esporte como eu costumava estar	1	2	3	4	5
10.	Eu me sinto fisicamente exausto pelo esporte	1	2	3	4	5
Quantas vezes você se sente assim?						
11.	Eu me sinto menos preocupado em ser bem-sucedido no esporte do que antes	1	2	3	4	5
12.	Eu estou exausto pelas demandas mentais e físicas do esporte	1	2	3	4	5
13.	Parece que, não importa o que eu faça, eu não me desempenho tão bem quanto eu poderia	1	2	3	4	5
14.	Eu me sinto bem-sucedido no esporte	1	2	3	4	5
15.	Eu tenho sentimentos negativos em relação ao esporte	1	2	3	4	5

Recebido em 30/1/06

Revisado em 10/5/06

Aceito em 15/5/06

Endereço para correspondência: Daniel Alvarez Pires. Rua Presidente Pernambuco, 231, Batista Campos, CEP 66015-200, Belém-PA. E-mail: danalp@ibest.com.br