A idade e o tempo de prática estão associados aos sintomas de *burnout* de adolescentes praticantes de esportes?

Autores: Kauany Maria Araújo VERAS[1], Gabriel Lucas Morais FREIRE[2], Cassia Sirene Soares de BRITO[1], Yara Lucy FIDELIX[1], Daniel Oliveira VICENTINI[2], José Roberto Andrade do NASCIMENTO JÚNIOR[1]

[1]Universidade Federal do Vale do São Francisco (UNIVASF), Campus Centro, Petrolina, Pernambuco, CEP: 56304-917, Brasil.
[2] Universidade Estadual de Maringá, Paraná, Brasil.

Introdução: A infância e a adolescência são fases da vida em que ocorrem diversas mudanças cognitivas, físicas, psicológicas e emocionais, que podem afetar a saúde e o bem-estar. A prática esportiva neste período da vida promove um estilo de vida ativo na vida adulta. Vale ressaltar que o envolvimento desses indivíduos na prática esportiva pode promover benefícios físicos, psicológicos e sociais, mas também pode provocar consequências negativas, como a síndrome de *burnout*. O *burnout* é um distúrbio psíquico caracterizado pelo esgotamento físico e mental, desenvolvido pelo acúmulo de estresse. Este conjunto multidimensional psicofisiológico de saúde que forma a síndrome é dividida em três dimensões: exaustão física e emocional, reduzido senso de realização esportiva e desvalorização da modalidade esportiva. **Objetivo:** Este estudo teve como objetivo analisar se a idade e o tempo de prática estão associados aos sintomas de *burnout* de adolescentes participantes dos Jogos Escolares de Arapiraca-AL. **Método:** Participaram deste estudo transversal 120 adolescentes (101 meninos e 19 meninas), com média de idade 17 anos (DP=3,26) e média de tempo de prática 37 meses (DP=44,17), 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 e o Questionário de *Burnout* para Atletas (ABQ). A análise dos dados foi conduzida por meio dos testes de *Kolmogorov-Smirnov* e a Correlação de *Pearson* ($p < 0,05$). **Resultados:** Os resultados evidenciaram que os adolescentes apresentaram maior indicativo de *burnout* na dimensão de reduzido senso de realização ($M = 2,94$), seguido das dimensões de exaustão física e emocional ($M = 2,66$) e desvalorização esportiva ($M = 2,13$). Observou-se que somente a dimensão de exaustão física e emocional se associou de forma significativa ($p < 0,05$) e positiva com a idade ($r= 0,20$) e tempo de prática ($r= 0,18$). Todas as outras associações entre as subescalas de *burnout* e a idade e tempo de prática não foram significativas ($p > 0,05$). **Conclusão:** A idade e o tempo de prática são fatores intervenientes na exaustão física e emocional dos adolescentes participantes dos Jogos Escolares.

Palavras-chave: Escolares; Emoções; Exercício.

Agradecimentos: A todos os autores que muito contribuíram para a realização deste trabalho.