

## ANÁLISE DA SÍNDROME DE *BURNOUT* EM BAILARINOS

### ANALYSIS OF BURNOUT SYNDROME IN BALLET DANCERS

Varley Teoldo da Costa\*  
Daniel Alvarez Pires\*\*  
Eloi Ferreira Filho\*\*\*  
Franco Noce†

#### RESUMO

Os objetivos deste estudo foram avaliar os indicadores de *burnout* em bailarinos dos sexos feminino e masculino e comparar as percepções das dimensões da síndrome de *burnout* entre os grupos. Os participantes foram 41 bailarinos de ambos os sexos (29 mulheres e 12 homens) vinculados a escolas de *ballet* e academias/clubes dos municípios de Belo Horizonte e Divinópolis, com idade média de  $18,67 \pm 5,63$  e com tempo médio de prática de  $10,1 \pm 2,86$  anos. O instrumento utilizado foi o Questionário de *Burnout* para Atletas (QBA). Os dados foram analisados através de estatística descritiva e dos testes de *Shapiro-Wilk*, U de *Mann-Whitney* e *Wilcoxon*. Os resultados mostraram que os bailarinos de ambos os sexos apresentaram índices baixos e moderados nas dimensões de *burnout* e no *burnout* total. Para ambos os sexos houve diferenças na percepção da dimensão reduzido senso de realização em relação às dimensões exaustão física e emocional e desvalorização esportiva.

**Palavras-chave:** Psicologia. Atividade motora. Esgotamento profissional.

#### INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, os estudos acerca da síndrome de *burnout* têm ganhado atenção e consideração na literatura referente à Psicologia em geral e especialmente na área da Psicologia do Esporte. No âmbito da Psicologia geral, foi Freudenberg (1974), um psiquiatra, que a definiu como a exaustão advinda do excesso de demandas de energia, força ou recursos.

Na década de 80, o conceito de *burnout* foi ampliado como uma síndrome de exaustão emocional e cinismo que ocorre frequentemente entre indivíduos que realizam algum tipo de trabalho para outras pessoas (MASLACH; JACKSON, 1981). Pires, Monteiro e Alencar (2012) comentam que o *burnout* pode ser considerado uma resposta ao estresse emocional crônico e interpessoal no ambiente laboral, ou

seja, uma experiência de estresse individual incorporado no contexto multidimensional das relações sociais, a qual acaba envolvendo as demais pessoas em seu ambiente de trabalho.

De acordo com Trigo, Teng e Hallak (2007), o *burnout* foi reconhecido como um risco ocupacional para profissões que envolvem cuidados com saúde, educação e serviços humanos. A síndrome de *burnout* está catalogada com o código Z 73.0 no grupo V da Classificação Internacional das Doenças – CID-10. No ambiente laboral, as investigações relacionadas ao *burnout* têm concentrado seus esforços no entendimento de como esta síndrome afeta a vida de profissionais ligados a área da saúde (FREUDENBERGER, 1974; TRIGO; TENG; HALLAK, 2007), a área educacional (SILVA; CARLOTTO, 2003). Entretanto são escassos os estudos que têm

\* Doutor. Professor Adjunto da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG), Belo Horizonte-MG, Brasil.

\*\* Doutor. Professor Adjunto da Universidade Federal do Pará (UFPA), Castanhal-PA, Brasil.

\*\*\* Mestre. Professor da Universidade de Itaúna (UI), Itaúna-MG, Brasil.

como objetivo de compreender os efeitos nocivos da síndrome do *burnout* dentro do ambiente esportivo (GOODGER et al., 2007; PIRES et al., 2012; BEMFICA et al., 2013).

As poucas evidências existentes na literatura procuraram investigar o *burnout* em modalidades esportivas coletivas (GUSTAFSSON et al., 2007; HILL, 2013; HODGE; LONSDALE; NG, 2008; PIRES; SOUZA; CRUZ, 2010), esportes individuais (RAEDEKE, 1997; RAEDEKE; SMITH, 2001) e em treinadores esportivos (CACCESE; MAYERBERG, 1984; CHIMINAZZO; MONTAGNER, 2009; COSTA et al., 2012). Dentro do ambiente da dança, constata-se novamente que as investigações relacionando o *burnout* a bailarinos e professores de dança também são reduzidas e as evidências sobre a manifestação da síndrome nestes indivíduos nesta área ainda necessita de um número maior de investigações objetivando elucidar as particularidades desta síndrome dentro de uma modalidade cujo perfeccionismo e exigência de rendimento são elevados (QUESTED; DUDA, 2011a e b).

Sabe-se que a exigência física, psicológica e social em busca do melhor rendimento de bailarinos é alta e estes profissionais possuem uma rotina de treinamento árduo no seu dia-a-dia, pois a prática do *ballet* requer ensaios exaustivos e treinamento constante, promovendo um gasto energético considerável (KOUTEDAKIS; JAMURTAS, 2004). Estudos realizados no campo da dança colocam que o treinamento sistemático ou a prática da dança podem levar a lesões crônicas, que podem não só diminuir a competência, como comprometer o desempenho dos bailarinos (FINK; WOSCHNJAK, 2011; SOUZA; LAMP, 2007; TREVISAN; SCHWARTZ, 2012; WANKE et al., 2012), levando os mesmos a conviverem com altos níveis de cobrança e estresse que podem facilitar o aparecimento da síndrome de *burnout*. Observa-se na literatura uma associação forte entre lesões esportivas e a síndrome de *burnout*, pois a lesão pode levar o atleta a perder a motivação de continuar praticando sua modalidade, assim como processos prolongados de recuperação podem resultar em depressão e desejo de abandono (BREUNER, 2012).

Fink e Woschnjak (2011) investigaram dançarinos profissionais de *ballet*, dança moderna e contemporânea e *jazz*. Os principais resultados deste estudo apontam para uma alta demanda de capacidades cognitivas e de criatividade nos dançarinos. Estas capacidades são necessárias para cumprir as exigências nas sequências da coreografia, para realizar movimentos complexos e sincronizar as ações durante as apresentações. Este ambiente de extrema cobrança por rendimento atlético e artístico durante os ensaios/treinamentos associado às cobranças sociais entre os bailarinos de uma companhia durante as longas horas de ensaio, viagens e apresentações torna este ambiente propício para a manifestação da síndrome do *burnout*.

Quested e Duda (2011a) avaliaram a ocorrência da síndrome *burnout* em um estudo longitudinal com bailarinos. Em síntese os autores supracitados mencionam a necessidade de modificar e melhorar as condições ambientais de treinamento dos bailarinos objetivando minimizar os riscos de aparecimento da síndrome do *burnout*. A busca pelo perfeccionismo das técnicas pelos dançarinos aumenta os níveis de estresse e podem ocasionar a síndrome do *burnout* (CUMMING; DUDA, 2012). Dentro do contexto esportivo brasileiro, em especial, no ambiente do *ballet*, não foram encontradas evidências até o presente momento de estudos que mapearam os indicadores de *burnout* em bailarinos brasileiros, o que dificulta o diagnóstico preventivo desta síndrome nestes indivíduos.

A discussão a respeito das possíveis diferenças nas percepções de *burnout* entre bailarinos homens e mulheres apresenta uma lacuna na literatura. Os poucos registros encontrados se referem às modalidades esportivas coletivas, como no caso da investigação entre atletas brasileiros de basquetebol que não identificou diferenças significativas entre os sexos (PIRES; SOUZA; CRUZ, 2010).

A literatura tem apresentado evidências de que os contextos ambiental e cultural podem influenciar de forma positiva ou negativa no surgimento da síndrome e na forma como ela se comporta e se manifesta dentro ambiente esportivo (VERARDI et al., 2012). Ambientes

precários de infraestrutura e condições de treinamento inadequadas acabam por potencializar o estresse crônico e consequentemente aumentar a probabilidade de surgimento do *burnout* (FLETCHER; SCOTT, 2010). A literatura também tem apresentado evidências que determinados perfis de comportamento social e cobranças entre esportistas podem ser variáveis importantes no diagnóstico e surgimento da síndrome (VIEIRA et al., 2013). Também se constatou que indivíduos submetidos a tarefas repetitivas, às vezes monótonas e que exigem um alto grau de perfeccionismo também estão mais propensos a contrair a síndrome (HILL, 2013).

No âmbito das atividades físicas, esportivas e artísticas, o instrumento psicométrico mais empregado internacionalmente para a mensuração das dimensões de *burnout* é o *Athlete Burnout Questionnaire* (ABQ) (RAEDEKE; SMITH, 2001). O estudo de validação da versão portuguesa do *Athlete Burnout Questionnaire* foi realizado no Brasil (PIRES; BRANDÃO; SILVA, 2006). A análise fatorial do instrumento indicou o surgimento de três componentes que explicam a variância do QBA. Esses achados confirmam a existência das três dimensões ou subescalas da síndrome de *burnout*: a exaustão física e emocional, o reduzido senso de realização esportiva e a desvalorização esportiva.

Considerada a principal dimensão do *burnout*, a exaustão física e emocional está associada às intensas demandas dos treinos e competições (RAEDEKE; SMITH, 2001). Sabe-se que tais demandas advindas da rotina atlética interferem no bem-estar físico, psicológico e social. Portanto, reações como ansiedade, tensão e estresse, além de cansaço físico e psicológico, representam essa dimensão.

A dimensão reduzido senso de realização esportiva é interpretada fundamentalmente como a insatisfação relacionada à habilidade e destreza esportiva (RAEDEKE; SMITH, 2001). Exemplos dessa dimensão são a falta de progressos no desempenho atlético e percepções de falta de sucesso e falta de talento (PIRES et al., 2012).

Por fim, a dimensão desvalorização esportiva se manifesta quando o atleta para de se

preocupar com o seu rendimento e com o seu envolvimento dentro do meio esportivo. Entre as principais características dessa dimensão estão a falta de interesse, a falta de desejo e a falta de preocupação em relação ao esporte (RAEDEKE, 1997).

Mediante as poucas evidências a respeito da incidência da síndrome de *burnout* em bailarinos, as investigações científicas sobre o tema *ballet*, se tornam relevantes por três motivos: (1) o impacto da síndrome no desempenho atlético/artístico, podendo até levar ao abandono e a não produtividade nesta atividade; (2) a necessidade de manutenção da saúde e do controle da qualidade de vida dos profissionais bailarinos; e (3) a necessidade de um melhor entendimento da síndrome, suas possíveis consequências e suas formas de prevenção, especialmente em bailarinos brasileiros.

Em função dos argumentos expostos acima, e considerando os níveis das exigências apresentadas pelo *ballet*, o presente estudo tem como objetivos: (1) Avaliar os indicadores de *burnout* dos bailarinos do sexo feminino e masculino e (2) comparar se existem diferenças na percepção das dimensões da síndrome do *burnout* intragrupos.

## MATERIAIS E MÉTODOS

### Amostra e cuidados éticos

Participaram do estudo 41 bailarinos de ambos os sexos, sendo 29 indivíduos do sexo feminino e 12 indivíduos do sexo masculino, vinculados a escolas de *ballet* e academias/clubes de Belo Horizonte e Divinópolis, MG. As duas academias avaliadas possuem padrões de formação, volume de treinamento e exigências de desempenho muito semelhantes. A média de idade dos participantes foi de  $18,67 \pm 5,63$  anos e com idade de início da prática de  $7,36 \pm 4,27$  anos. O tempo médio de prática foi de  $10,10 \pm 2,86$  anos. A média de treinos semanais era de  $3,62 \pm 1,35$  dias e as horas de treino eram de  $2,45 \pm 1,54$ .

Esse estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Minas Gerais (CAAE – 0362.0.203.000-11), respeitando todas as normas estabelecidas pelo Conselho Nacional de Saúde para pesquisas com seres humanos. Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

### Instrumentos

Foi utilizado um questionário de dados demográficos para obtenção de informações referentes à idade, início da prática esportiva, média de treinos semanais e horas de treinos semanais. O outro instrumento utilizado foi o Questionário de *Burnout* para Atletas (QBA), validado para o português por Pires, Brandão e Silva (2006).

O QBA tem como objetivo mensurar o *burnout* total e as três dimensões de *burnout*: a) exaustão física e emocional; b) desvalorização esportiva; e c) reduzido senso de realização 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 obtidos a partir da média aritmética das respostas dadas aos cinco itens correspondentes a cada dimensão de *burnout*. O valor de *burnout* total é calculado pela média aritmética de todos os 15 itens do instrumento. A interpretação dos escores se deu 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 dimensão com frequência de raramente a algumas vezes.

O índice de consistência interna ( $\alpha$  de Cronbach) do QBA entre os participantes do presente estudo foi de 0,85, valor considerado adequado para garantir a confiabilidade do instrumento (DANCEY; REIDY, 2006).

A Tabela 1 apresenta as frequências de sentimentos e seus intervalos referentes aos escores das dimensões de *burnout* e do *burnout* total.

**Tabela 1** - Intervalos de frequência referentes às percepções das dimensões de *burnout* e do *burnout* total.

Valor obtido no QBA	Intervalo de frequência
1,00	Quase nunca
1,01 a 1,99	Quase nunca a raramente
2,00	Raramente
2,01 a 2,99	Raramente a algumas vezes
3,00	Algumas vezes
3,01 a 3,99	Algumas vezes a frequentemente
4,00	Frequentemente
4,01 a 4,99	Frequentemente a quase sempre
5,00	Quase sempre

Fonte: Pires, Brandão e Silva (2006).

### Procedimentos

Após a explicação dos pesquisadores sobre os objetivos do estudo, os bailarinos responderam de forma individualizada o questionário de dados demográficos e o QBA. Os dados foram coletados em uma sala apropriada, sem pressão de tempo. A duração média para preenchimento da ficha e dos itens do instrumento foi de aproximadamente 10 minutos.

### Análise Estatística

A obtenção das médias e desvios padrão foi realizada através da estatística descritiva. Os escores encontrados foram interpretados a partir da utilização dos intervalos de frequência de sentimentos. Em seguida, foi utilizado o teste de *Shapiro-Wilk* para verificar a normalidade dos dados. Uma vez que foi constatado que a distribuição amostral era não paramétrica, foi utilizado o teste U de *Mann-Whitney* para as comparações por sexo, enquanto que o teste de *Wilcoxon* foi utilizado para as comparações intragrupos. Tal análise se assemelha à empregada no estudo de Gould et al. (1996). Os dados foram tratados pelo software *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versão 19. O índice de significância adotado foi  $p < 0,05$ . Em conformidade com as recomendações

de Field (2009), foi realizado o cálculo do tamanho do efeito ( $d$ ) dos testes estatísticos no software Gpower 3.1.

## RESULTADOS

A Tabela 2 apresenta os resultados das comparações entre as dimensões de *burnout* para o sexo feminino. Na avaliação intragrupo, as mulheres tiveram uma maior percepção da dimensão reduzido senso de realização esportiva em relação às dimensões exaustão física e emocional e desvalorização esportiva ( $p=0,001$ ). A dimensão exaustão física e emocional foi mais percebida do que a dimensão desvalorização esportiva ( $p=0,034$ ).

**Tabela 2** – Comparações intragrupo das percepções das dimensões de *burnout* (sexo feminino).

Wilcoxon	EFE - RSR	EFE - DES	RSR - DES
Tabela Z	-3,627	-2,121	-4,302
Valor p	0,001*	0,034*	0,001*
$d$	1,286	2,143	1,944

Legenda: EFE – Exaustão física e emocional; RSR – Reduzido senso de realização esportiva; DES – Desvalorização esportiva. \* $p<0,05$ .

Fonte: Dados do estudo.

A Tabela 3 apresenta os resultados das comparações entre as dimensões de *burnout* para o sexo masculino. Assim como ocorreu no grupo feminino, foi encontrada uma maior percepção da dimensão reduzido senso de realização esportiva, quando comparada com as dimensões exaustão física e emocional ( $p=0,005$ ) e desvalorização esportiva ( $p=0,001$ ). A dimensão exaustão física e emocional não é percebida como diferente da dimensão desvalorização esportiva ( $p=0,125$ ).

Observou-se que tanto nos grupos masculino e feminino a dimensão reduzido senso de realização esportiva mostrou-se uma variável mais latente na percepção dos

bailarinos deste estudo, apresentando maiores escores.

**Tabela 3** – Comparações intragrupo das percepções das dimensões de *burnout* (sexo masculino).

Wilcoxon	EFE - RSR	EFE - DES	RSR - DES
Tabela Z	-2,807	-1,536	-3,072
Valor p	0,005*	0,125	0,001*
$d$	1,143	0,429	1,714

Legenda: EFE – Exaustão física e emocional; RSR – Reduzido senso de realização esportiva; DES – Desvalorização esportiva. \* $p<0,05$ .

Fonte: Dados do estudo.

Na comparação entre grupos, por sexo, a dimensão exaustão física e emocional obteve médias semelhantes, não apresentando diferenças entre grupos, com valor  $p=0,82$ . Na dimensão reduzido senso de realização esportiva os valores apresentados entre grupos também são semelhantes, não apresentando diferenças, com valor  $p=0,83$ . O valor referente à dimensão desvalorização esportiva também não apresentou diferenças, com  $p=0,80$ . Para o *burnout* total, os grupos se mostraram também semelhantes, com  $p=0,56$ .

A Tabela 4 apresenta as comparações por sexo entre os bailarinos. Não foram encontradas diferenças significativas na percepção dos dançarinos em nenhuma das dimensões nem no *burnout* total, o que demonstra a semelhança dos estados perceptivos de ambos os grupos. As médias apresentadas pelos avaliados nas dimensões exaustão física e emocional e desvalorização esportiva e no *burnout* total podem ser classificadas entre quase nunca e raramente, enquanto que na dimensão reduzido senso de realização esportiva foram obtidas médias correspondentes à frequência entre raramente e algumas vezes, o que demonstra uma baixa probabilidade de surgimento da síndrome do *burnout* nesta amostragem.

**Tabela 4** – Comparação por sexo das dimensões de *burnout* e *burnout* total.

Dimensão	Sexo feminino		Sexo masculino		Valor U	Valor p	d
	Média	Desvio Padrão	Média	Desvio padrão			
EFE	1,993	0,803	2,033	0,728	171,500	0,942	0,306
RSR	2,669	0,704	2,917	0,788	135,500	0,267	1,197
DES	1,710	0,728	1,733	0,797	172,500	0,965	0,266
BT	2,124	0,607	2,228	0,670	159,000	0,666	0,571

Legenda: EFE – Exaustão física e emocional; RSR – Reduzido senso de realização esportiva; DES – Desvalorização esportiva; BT – *Burnout* total; DP – Desvio padrão.

Fonte: Dados do estudo.

## DISCUSSÃO

Os objetivos deste estudo foram avaliar os indicadores de *burnout* em bailarinos do sexo feminino e masculino e comparar se existem diferenças na percepção das dimensões da síndrome entre os grupos. Para a melhor compreensão da síndrome, cada dimensão de *burnout* será discutida individualmente, pois apesar de serem componentes do mesmo constructo psicológico, possuem características particulares que se diferenciam entre si.

Os valores percebidos na dimensão exaustão física e emocional foram baixos para ambos os sexos, sendo que os grupos são classificados na frequência compreendida entre quase nunca a raramente. Considerando que essa dimensão está associada a altas demandas dos treinos e competições (VERARDI et al., 2012), aumentando os níveis de estresse e, como consequência, podendo levar ao *burnout* (QUESTED; DUDA, 2011a), uma possível explicação para o resultado pode estar relacionada ao fato de que os bailarinos brasileiros investigados não apresentam as elevadas exigências de treinos e competições quando comparamos as suas atividades com a de bailarinos profissionais de outros países como Rússia, Letônia, Ucrânia e França, que apresentam uma tradição no *ballet*. Nesses países os bailarinos profissionais se dedicam exclusivamente ao *ballet*, com períodos de treinos mais extensos e poucos intervalos entre suas apresentações ou temporadas (FINK; WOSCHNJAK, 2011).

Para a dimensão reduzido senso de realização esportiva, os resultados também se mostraram semelhantes tanto para os indivíduos

do sexo feminino quanto para os do sexo masculino, sendo que para esta dimensão, ambos os grupos se percebiam com frequência de raramente a algumas vezes. Esta dimensão de *burnout* foi a que obteve maior pontuação entre todas as dimensões, o que pode ser um indicativo de que os bailarinos da amostra não estão plenamente satisfeitos em relação às suas habilidades, destrezas e realizações na modalidade (RAEDEKE; SMITH, 2001).

Quested e Duda (2011a) realizaram um estudo longitudinal com bailarinos do Reino Unido com o objetivo de identificar e mapear os fatores de risco para o surgimento de *burnout*. Um dos fatores mais latentes levantados no estudo supracitado se refere ao alto grau de exigência e de perfeccionismo exigido dos bailarinos em relação às habilidades e técnicas, que acabam originando escores mais altos na percepção desta dimensão. Entretanto estes resultados são controversos aos apresentados pela amostragem brasileira. Apesar desta discrepância nos resultados entre as duas amostras é possível inferir muito pouco sobre estas diferenças devido ao fato de que ambos os estudos não controlaram através de uma planilha de registros dos treinamentos o grau de complexidade dos exercícios e movimentos bem como o grau de eficiência dos bailarinos para realizarem os movimentos. O que ambos os estudos registraram foi a percepção subjetiva dos bailarinos acerca de suas habilidades e também da percepção dos mesmos sobre o seu desempenho técnico na execução dos movimentos.

A dimensão desvalorização esportiva foi a que apresentou os menores índices de percepção subjetiva sobre a síndrome de *burnout* para

ambos os grupos, sendo que estes foram classificados para esta dimensão na percepção de quase nunca a raramente. Hipotetiza-se que este fato pode ser um indicativo de que o grupo de bailarinos investigado demonstra compromisso e envolvimento em relação à prática do *ballet*, visto que tal dimensão se refere à falta de desejo, à despreocupação e à falta de interesse em relação ao esporte (RAEDEKE, 1997). Quested e Duda (2011a) sugerem que para dançarinos, em especial bailarinos, os coreógrafos e professores devem buscar estratégias para minimizar os fatores de estresse que levam à desvalorização esportiva no dia a dia de ensaios e apresentações, objetivando minimizar a probabilidade de surgimento da síndrome de *burnout*.

Quanto ao *burnout* total, o reduzido escore médio, correspondente ao intervalo de frequência entre quase nunca e raramente, é um indicativo de que os bailarinos investigados não perceberam indícios de manifestação da síndrome, apontando para um equilíbrio entre o estresse e a recuperação, aliado ao senso de realização dos mesmos dentro do *ballet*. O resultado também pode estar associado ao planejamento equilibrado da formação destes bailarinos, ou seja, tanto o controle das cargas físicas e psicológicas quanto as cobranças por parte dos professores de *ballet* aparentam estar adequadas às capacidades dos bailarinos.

Em uma avaliação geral dos indicadores de *burnout*, que corresponde ao primeiro objetivo do presente estudo, os bailarinos apresentaram valores moderadamente reduzidos tanto para o *burnout* total quanto para as suas dimensões. Estes resultados são indicativos de que os mesmos não apresentavam manifestações significativas da síndrome de *burnout*, fator que pode ser considerado positivo para a prática de bailarinos profissionais, pois suas carreiras podem ser prolongadas quando são aplicados corretamente os princípios do treinamento esportivo (TREVISAN; SCHWARTZ, 2012).

Em relação à comparação entre os sexos, que corresponde ao segundo objetivo do presente estudo, a ausência de diferença significativa na percepção de exaustão física e emocional diverge da perspectiva de que as mulheres possuem percepções mais frequentes dessa dimensão. Hipotetiza-se que, por serem

mais emotivas, mais envolvidas com o cuidado, alimentação e preocupação com o bem estar do próximo, as mulheres se encontram mais propensas ao desenvolvimento da exaustão física e emocional (SILVA; CARLOTTO, 2003). Assim como na dimensão exaustão física e emocional, não houve diferença significativa entre os sexos nas percepções das dimensões: reduzido senso de realização esportiva e desvalorização esportiva. Em relação ao *burnout* total, não foram encontradas diferenças significativas por sexo. Este resultado somente reforça os achados em cada uma das três dimensões da síndrome. Não foram encontradas evidências na literatura a respeito de comparações das dimensões de *burnout* entre os sexos na população de bailarinos. Sendo assim, estas informações tornam-se marcos para uma discussão *a posteriori* dentro do ambiente científico. Torna-se necessário investigar de forma mais contundente as semelhanças e diferenças na percepção do *burnout* entre os sexos não só no *ballet*, mas também em outras modalidades relacionadas às danças e atividades artísticas com o objetivo de traçar programas de prevenção que respeitem estas individualidades.

Nas modalidades esportivas coletivas a ausência de diferença entre os sexos foi observada em atletas de basquetebol (PIRES; SOUZA; CRUZ, 2010) e de vôlei de praia (VIEIRA et al., 2013) e converge com os achados de Goodger et al. (2007), que avaliaram 27 estudos sobre *burnout* em atletas de modalidades esportivas individuais e coletivas e não consideraram a variável sexo como interveniente na percepção da síndrome. Em relação a este ponto da discussão é possível inferir com base nos argumentos expostos acima que na maioria dos estudos envolvendo modalidades esportivas coletivas e individuais estas diferenças entre sexos na avaliação da síndrome do *burnout* não se manifestaram. Entretanto, pouco se sabe sobre a manifestação destas diferenças em modalidades artísticas e de danças como o *ballet*, o que implica na necessidade de novas investigações objetivando dirimir estas dúvidas e apontar direções para a investigação do *burnout* dentro destes contextos.

Ressalta-se, como limitação, o processo de corte transversal desta avaliação em que os bailarinos foram submetidos, sendo que para

uma análise mais minuciosa torna-se importante avaliar o *burnout* e suas dimensões numa perspectiva longitudinal que contemple também outras técnicas de diagnóstico tais como entrevistas qualitativas, autoconfrontação de imagens, monitoramento das cargas de treinamento e análise do grau de dificuldade dos movimentos versus o grau de eficiência dos bailarinos para realizar os movimentos. Costa et al. (2012) reforçam que a avaliação do *burnout* através de diferentes técnicas permite um diagnóstico mais preciso e exato sobre a síndrome.

## CONCLUSÃO

A partir da avaliação de *burnout* na amostragem de bailarinos brasileiros investigados, conclui-se que os indicadores de *burnout* total e suas dimensões são baixos, o que indica uma baixa probabilidade destes bailarinos serem acometidos por esta síndrome. Em relação à comparação entre os sexos, não foram identificadas diferenças entre os bailarinos investigados o que aponta para uma percepção sobre a síndrome de *burnout* muito semelhante em homens e mulheres.

---

## ANALYSIS OF BURNOUT SYNDROME IN BALLET DANCERS

### ABSTRACT

The objectives of this study were to evaluate burnout indicators in female and male dancers and compare the perceptions of the dimensions of burnout syndrome between groups. Participants were 41 dancers of both sexes (29 females and 12 males) linked to ballet schools and academies/clubs in the cities of Belo Horizonte and Divinópolis, mean age  $18,67 \pm 5,63$ , and average practice time of  $10,1 \pm 2,86$  years. The instrument used was the Burnout Questionnaire for Athletes (QBA). Data were analyzed by descriptive statistics and by Shapiro-Wilk, Mann-Whitney and Wilcoxon tests. Results showed that dancers of both sexes showed low to moderate levels in burnout, which consequently resulted in a low level of total burnout. For both sexes, there were significant differences in the perception of the dimension reduced sense of accomplishment regarding the dimensions physical and emotional exhaustion and sport devaluation.

**Keywords:** Psychology. Motor activity. Burnout professional.

---

## REFERÊNCIAS

- BEMFICA, T.; FAGUNDES, L. H. S.; PIRES, D. A.; COSTA, V. T. Efeito da temporada sobre a percepção de Síndrome de *Burnout* por atletas de futebol profissional. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, Brasília, v. 21, n. 4, p. 142-150, 2013.
- BREUNER, C. Avoidance of burnout in the young athlete. *Pediatric Annals*, Thorofare, v. 41, n. 8, p. 335-339, 2012.
- CACCESE, T. M.; MAYERBERG, C. K. Gender differences in perceived burnout of college coaches. *Journal of Sport Psychology*, Champaign, v. 6, n. 3, p. 279-288, 1984.
- CHIMINAZZO, J. G. C.; MONTAGNER, P. C. Síndrome de *Burnout* e esporte: a visão dos técnicos de tênis de campo. *Revista da Educação Física*, Maringá, v. 20, n. 2, p. 217-223, 2009.
- COSTA, V. T.; FERREIRA, R. M.; PENNA, E. M.; SAMULSKI, D. M.; MORAES, L. C. C. A. Comparação dos níveis de estresse, recuperação e *burnout* em treinadores de futsal e futebol brasileiros através do RESTQ-COACH. *Motricidade*, Santa Maria de Feira, v. 8, n. S2, p. 937-945, 2012.
- CUMMING, J.; DUDA, J. Profiles of perfectionism body-related concerns and indicator of psychological health in vocational dance students: an investigation of 2x2 model of perfectionism. *Psychology of Sport and Exercise*, Birmirgham, v. 13, n. 6, p. 729-738, 2012.
- DANCEY, C.; REIDY, J. *Estatística sem Matemática para Psicologia*: usando SPSS para Windows. Porto Alegre: Artmed, 2006.
- FIELD, A. *Discovering statistics using SPSS*. London: SAGE, 2009.
- FINK, A.; WOSCHNJAK, S. Creativity and personality in professional dancers. *Personality and Individual Differences*, Amsterdam, v. 51, n. 6, p. 754-758, 2011.
- FLETCHER, D.; SCOTT, M. Psychological stress in sport coaches: a review of concepts, research, and practice. *Journal of Sport Sciences*, Abingdon, v. 28, n. 2, p. 127-137, 2010.
- FREUDENBERGER, H. J. Staff burn-out. *Journal of Social Issues*, Washington, D.C., v. 30, n. 1, p. 159-165, 1974.
- GOODGER, K.; GORELY, T.; LAVALLE, D.; HARWOOD, C. Burnout in sport: a systematic review. *The Sport Psychologist*, Champaign, v. 21, n. 2, p. 127-151, 2007.
- GOULD, D.; TUFFEY, S.; UDRY, E.; LOEHR, J. Burnout in competitive junior tennis players: A quantitative psychological assessment. *The Sport Psychologist*, Champaign, v. 10, n. 4, p. 322-340, 1996.
- GUSTAFSSON, H.; KENTTA, G.; HASSMÉN, P.; LUNDQVIST, C. Prevalence of burnout in competitive adolescent athletes. A qualitative analysis of burnout in elite Swedish athletes. *The Sport Psychologist*, Washington, v. 21, n. 1, p. 21-37, 2007.



- HILL, A. P. Perfectionism and Burnout in junior soccer players: a test of the 2 x 2 model of dispositional perfectionism. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, Champaign, v. 35, n. 1, p. 18-29, 2013.
- HODGE, K.; LONSDALE, C.; NG, J. Y. Burnout in elite rugby: relationships with basic psychological needs fulfillment. **Journal of Sport Sciences**, Abingdon, v. 26, n. 8, p. 835-844, 2008.
- KOUTEDAKIS, Y.; JAMURTAS, A. The dancer as a performing athlete: physiological considerations. **Sports Medicine**, New York, v. 34, n. 10, p. 651-661, 2004.
- MASLACH, C.; JACKSON, S. The measurement of experienced burnout. **Journal of Occupational Behaviour**, Malden, v. 2, n. 2, p. 99-113, 1981.
- PIRES, D.; BRANDÃO, M.; SILVA, C. Validação do questionário de burnout para atletas. **Revista da Educação Física/UEM**, Maringá, v. 17, n. 1, p. 27-36, 2006.
- PIRES, D.; MONTEIRO, P.; ALENCAR, D. Síndrome de Burnout em professores de Educação Física da região Nordeste do Pará. **Pensar a Prática**, Goiânia, v. 15, n. 4, p. 948-965, 2012.
- PIRES, D.; SOUZA, I.; CRUZ, H. Indicadores da síndrome de burnout e suas subescalas em atletas de basquetebol dos sexos masculino e feminino da seleção municipal de Castanhal-PA. **Corpoconsciência**, Santo André, v. 14, n. 1, p. 35-48, 2010.
- PIRES, D. A.; SANTIAGO, M. L.; SAMULSKI, D. M.; COSTA, V. T. A síndrome do Burnout no Esporte Brasileiro. **Revista da Educação Física/UEM**, Maringá, v. 23, n. 1, p. 131-139, 2012.
- QUESTED, E.; DUDA, J. Antecedents of burnout among elite dancers: the longitudinal test of basic needs theory. **Sports and Exercises Sciences**, Chester, v. 12, n. 2, p. 159-167, 2011a.
- QUESTED, E.; DUDA, J. Perceived autonomy support motivation regulations and the self-evaluative tendencies of student dancer. **Journal of Dance, Medicine and Science**, Eugene, v. 15, n. 1, p. 3-13, 2011b.
- RAEDEKE, T. Is athlete burnout more than just stress? A sport commitment perspective. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, Champaign, v. 19, n. 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, n. 4, p. 238-306, 2001.
- SILVA, G. N.; CARLOTTO, M. S. Síndrome de Burnout: um estudo com professores da rede pública. **Psicologia Escolar e Educacional**, Maringá, v. 7, n. 2, p. 145-153, 2003.
- SOUZA, E. P.; LAMP, C. R. Equilibrium level in the practice of classical ballet. **Frontiers in Psychology**, Champaign, v. 21, n. 1, p. 21-27, 2007.
- TREVISAN, P.; SCHWARTZ, G. Análise da produção científica sobre capacidades físicas e habilidades motoras na dança. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 20, n. 1, p. 97-110, 2012.
- TRIGO, T.; TENG, C.; HALLAK, J. Síndrome de burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. **Revista de Psiquiatria Clínica**, Ribeirão Preto, v. 34, n. 5, p. 223-233, 2007.
- VERARDI, C. E.; MIYAZAKI, M. C.; NAGAMINE, K. K.; LOBO, A. P.; DOMINGOS, N. A. Esporte, stress e burnout. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 29, n. 3, p. 305-313, 2012.
- VIEIRA, L.; CARRUZO, N.; AIZAVA, P.; RIGONI, P. Análise da síndrome de burnout e das estratégias de coping em atletas brasileiros de vôlei de praia. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 27, n. 2, p. 269-276, 2013.
- WANKE, E.; MILL, H.; WANKE, A.; DAVENPORT, J.; KOCH, F.; GRONEBERG, D. Dance floors as injury risk: Analysis and evaluation of acute injuries caused by dance floors in professional dance with regard to preventive aspects. **Medical problems of performing artists**, Narberth, v. 27, n. 3, p. 127-142, 2012.

Recebido em 14/03/2014

Revisado em 14/06/2014

Aceito em 17/07/2014

---

**Endereço para correspondência:** Varley Teoldo da Costa. Laboratório de Psicologia do Esporte (LAPES/UFMG). Av. Presidente Carlos Luz, 4664, Campus Pampulha, CEP: 31310-250, Belo Horizonte-MG. E-mail: vtcosta@hotmail.com