

**SÍNDROME DE BURNOUT EM ATLETAS UNIVERSITÁRIOS:  
UMA REVISÃO NARRATIVA**

**BURNOUT SYNDROME IN COLLEGE ATHLETES:  
A NARRATIVE REVIEW**

**SÍNDROME DE BURNOUT EN ATLETAS UNIVERSITARIOS:  
UNA REVISIÓN NARRATIVA**

**Jhonatan Wélington Pereira Gaia**

<https://orcid.org/0000-0003-0918-5542> 

<http://lattes.cnpq.br/7612434585656198> 

Universidade Federal do Pará (Belém, PA – Brasil)

[jhonatan.gaia@castanhal.ufpa.br](mailto:jhonatan.gaia@castanhal.ufpa.br)

**Renêe de Caldas Honorato**

<https://orcid.org/0000-0002-5396-1302> 

<http://lattes.cnpq.br/0313119307055284> 

Universidade Estadual do Pará (Belém, PA – Brasil)

[renee.caldas@uepa.br](mailto:renee.caldas@uepa.br)

**Higson Rodrigues Coelho**

<https://orcid.org/0000-0001-9585-2334> 

<http://lattes.cnpq.br/0799848135691062> 

Universidade Estadual do Pará (Belém, PA – Brasil)

[higson.coelho@uepa.br](mailto:higson.coelho@uepa.br)

**Joabe Ferreira Lima**

<https://orcid.org/0000-0003-2347-2310> 

<http://lattes.cnpq.br/7349833589774414> 

Universidade Federal do Pará (Belém, PA – Brasil)

[joabelima12@gmail.com](mailto:joabelima12@gmail.com)

**Daniel Alvarez Pires**

<https://orcid.org/0000-0003-2163-5606> 

<http://lattes.cnpq.br/4487383675643868> 

Universidade Federal do Pará (Castanhal, PA – Brasil)

[danielpires@ufpa.br](mailto:danielpires@ufpa.br)

**Resumo**

O objetivo dessa revisão narrativa foi investigar os fatores associados à síndrome de *burnout* em atletas universitários. Foram realizadas buscas em cinco bases de dados: PubMed, Scopus, Embase, PsycINFO e Web of Science. Foram incluídos somente estudos primários envolvendo a avaliação de fatores psicológicos e/ou fisiológicos associados ao *burnout*. Um total de 35 estudos incluindo um total de 11.243 atletas-universitários foram considerados elegíveis para inclusão. Com base na análise dos principais clusters gerados por um procedimento de rede de coocorrência, foram definidos dois tópicos com as principais variáveis associadas ao *burnout*: 1) *burnout*, motivação, necessidades psicológicas básicas e apoio social; e 2) *burnout*, perfeccionismo, *coping* e comportamento do treinador. Os estudos apresentados nessa revisão narrativa formam um corpo de evidências que consolida o *burnout* como um fator de preocupação no ambiente esportivo universitário, pois a síndrome pode afetar negativamente tanto o desempenho quanto a saúde mental dos atletas universitários.



**Palavras-chave:** Exaustão; Psicologia do Esporte; Saúde Mental.

### Abstract

This narrative review aimed to investigate the factors associated with burnout syndrome in college athletes. Five databases were searched: PubMed, Scopus, Embase, PsycINFO, and Web of Science. Only primary studies involving the assessment of psychological and/or physiological factors associated with burnout were included. A total of 35 studies, involving 11,243 college athletes, were considered eligible for inclusion. Based on the analysis of the main clusters generated by a co-occurrence network procedure, two topics with the key variables associated with burnout were defined: 1) burnout, motivation, basic psychological needs, and social support; and 2) burnout, perfectionism, coping, and coach behavior. The studies presented in this narrative review form a body of evidence that consolidates burnout as a concern in the college sports environment, as the syndrome can negatively impact both the performance and mental health of college athletes.

**Keywords:** Burnout; Sport Psychology; Mental Health.

### Resumen

El objetivo de esta revisión narrativa fue investigar los factores asociados al síndrome de *burnout* en atletas universitarios. Se realizaron búsquedas en cinco bases de datos: PubMed, Scopus, Embase, PsycINFO y Web of Science. Solo se incluyeron estudios primarios que involucraban la evaluación de factores psicológicos y/o fisiológicos asociados al *burnout*. Un total de 35 estudios, que abarcaban a 11,243 atletas universitarios, fueron considerados elegibles para su inclusión. Basándose en el análisis de los principales grupos generados por un procedimiento de red de coocurrencia, se definieron dos temas con las principales variables asociadas al *burnout*: 1) *burnout*, motivación, necesidades psicológicas básicas y apoyo social; y 2) *burnout*, perfeccionismo, afrontamiento y comportamiento del entrenador. Los estudios presentados en esta revisión narrativa conforman un cuerpo de evidencia que consolida el *burnout* como un factor de preocupación en el ambiente deportivo universitario, ya que el síndrome puede afectar negativamente tanto el rendimiento como la salud mental de los atletas universitarios.

**Palabras clave:** Agotamiento; Psicología del Deporte; Salud Mental.

## INTRODUÇÃO

O esporte universitário é considerado uma plataforma relevante para o desenvolvimento humano, pois proporciona à comunidade universitária o envolvimento na prática esportiva em paralelo à formação acadêmica. Entretanto, o papel duplo de estudante-atleta pode ser uma fonte de estresse devido às dificuldades em conciliar as demandas acadêmicas e esportivas. Nesse contexto, o atleta universitário é cobrado por desempenho de alto nível tanto na dimensão acadêmica quanto na esportiva. Diante disto, a percepção de estresse crônico devido às demandas acadêmicas e esportivas, somadas à ineficácia das estratégias de enfrentamento em atletas universitários pode resultar no desenvolvimento da síndrome de *burnout* (CHYI et al., 2018; DOBSON et al., 2020). De acordo com a Classificação Internacional de Doenças (CID-11) da Organização Mundial de Saúde (WHO, 2019), o *burnout* é definido como um fenômeno ocupacional, resultante do desequilíbrio do indivíduo em relação a sua atividade laboral.

No contexto esportivo, a síndrome de *burnout* é compreendida a partir de um modelo teórico tridimensional proposto por Raedeke (1997). Este modelo considera a síndrome como um tripé formado pelas dimensões de exaustão física e emocional, reduzido senso de realização esportiva e desvalorização esportiva. A dimensão de exaustão física e





emocional é caracterizada pela sobrecarga resultante de treinamentos intensos, viagens frequentes e competições regulares. A dimensão de reduzido senso de realização esportiva se relaciona com a percepção do atleta de falta de talento e de insucesso em relação às suas expectativas e metas esportivas. Por fim, a dimensão de desvalorização esportiva surge quando o atleta não apresenta a mesma intensidade de dedicação e engajamento em sua carreira esportiva em comparação ao seu passado (RAEDEKE, 1997).

A síndrome de *burnout* pode desencadear diversas consequências negativas na vida do atleta, inclusive o abandono da carreira esportiva (GOODGER et al., 2007). No contexto do atleta universitário, essa desistência também pode estar associada ao abandono da carreira acadêmica, resultando em prejuízos em diferentes dimensões da vida (social, afetiva, acadêmica e esportiva). Atletas com sintomas elevados relacionados ao *burnout* também apresentam um maior risco de desenvolvimento de resultados negativos, tanto dentro do ambiente esportivo (por exemplo, diminuição do desempenho e aumento da vulnerabilidade a lesões) como no ambiente pessoal e social (por exemplo, maior predisposição aos sintomas depressivos e interações sociais negativas) (WOODS et al., 2022).

Além disto, determinados problemas relacionados à saúde mental (por exemplo, sintomas depressivos, distúrbios de sono e transtornos alimentares) podem ser mais prevalentes em atletas do que na população geral, devido às demandas específicas relacionadas ao esporte de alto rendimento (STRÖHLE, 2019). Sendo assim, identificar os principais fatores associados às dimensões de *burnout* em atletas universitários pode ajudar no desenvolvimento de uma compreensão mais abrangente da síndrome, possibilitando a construção de um modelo teórico mais integral (WOODS et al., 2022).

No contexto esportivo em geral, a prevalência de atletas com *burnout* está em torno de 1 a 10% (GUSTAFSSON et al., 2007). Entretanto, não há dados específicos de prevalência para a comunidade de atletas universitários. As principais estratégias de prevenção e controle do *burnout* consistem no treinamento das habilidades psicológicas de *coping* (YAMAGUCHI et al., 2022), bem como na utilização de estratégias de reforço do engajamento na carreira esportiva. A motivação autodeterminada também aparece como outra variável relevante no processo de proteção contra a manifestação do *burnout* (PIRES; UGRINOWITSCH, 2021). Portanto, é provável que exista uma relação positiva e moderada entre os níveis menos autodeterminados de motivação e os sintomas de *burnout* (DE FRANCISCO et al., 2020).





Ademais, evidências indicam que um número crescente de atletas correm o risco de desenvolver sintomas de *burnout* e suas consequências negativas (MADIGAN et al., 2022b; WOODS et al., 2022). Considerando que a participação no esporte competitivo envolve diversas demandas físicas e psicológicas que, quando gerenciadas de forma desadaptativa, podem contribuir para o comprometimento da saúde mental do atleta (MELLANO; HORN; MANN, 2022; TROUILLOUD; ISOARD-GAUTHEUR; ROUX, 2022), pesquisadores e entidades esportivas têm destacado a necessidade de uma abordagem integral visando a saúde psicológica dos atletas. Por exemplo, a principal liga esportiva universitária em âmbito mundial, a *National Collegiate Athletic Association* (NCAA), nos Estados Unidos, tem apresentado uma crescente preocupação com a saúde mental e com a manifestação dos sintomas de *burnout* em atletas universitários (MARTIN et al., 2022).

Diante dessas considerações, é relevante investigar as implicações da síndrome de *burnout* em atletas universitários, visto que essa população apresenta características distintas dos atletas pertencentes exclusivamente a clubes esportivos, além de apresentar exposição a duas dimensões (a esportiva e a acadêmica) que podem levar ao surgimento do *burnout*. Além disto, até o momento não foi realizada uma revisão abrangente que examine os principais fatores associados ao *burnout* em estudantes-atletas, o que implica em uma ausência de informações consolidadas para orientar os profissionais que atuam no ambiente esportivo universitário. Tais evidências também seriam relevantes para direcionar futuras pesquisas nessa área. Portanto, com o propósito de preencher essa lacuna na literatura científica, esta revisão tem como objetivo analisar as pesquisas que abordam a síndrome de *burnout* e seus fatores associados em atletas universitários.

## MÉTODO

Realizamos uma revisão narrativa para fornecer uma visão geral da literatura científica sobre a síndrome de *burnout* em atletas universitários, com o intuito de desenvolver uma melhor compreensão sobre o tema, destacando lacunas e apontando direções futuras para pesquisas. A revisão narrativa é descrita como um formato apropriado para a discussão e o desenvolvimento do “estado da arte” de um determinado fenômeno, seja do ponto de vista teórico ou contextual (ROTHER, 2007). Esse tipo de revisão se concentra em resumir os achados publicados anteriormente, contribuindo assim para a estruturação de um determinado campo





de pesquisa (FERRARI, 2015). Essa revisão narrativa foi conduzida e relatada de acordo com as recomendações de Ferrari (2015) e Green e colaboradores (2006).

## Estratégia de Busca e Critérios de Elegibilidade

Foram utilizados cinco bancos de dados (PubMed/MEDLINE, Embase, Scopus, PsylINFO e Web of Science) para recuperação dos estudos. A estratégia de busca foi elaborada considerando os termos relacionados aos principais desfechos de interesse. Inicialmente, a estratégia de pesquisa foi criada para uso no PubMed e, em seguida, modificada de acordo com a sintaxe e os cabeçalhos apropriados aos demais bancos de dados. Os termos deveriam estar presentes no título ou resumo ou palavras-chaves. Nenhuma restrição foi imposta em relação ao idioma ou ano de publicação. A busca foi realizada em 09 de janeiro de 2023. Detalhes completos da estratégia de busca podem ser encontrados no Material Suplementar (<https://osf.io/5dm7v/>). Os termos de pesquisa utilizados foram: (*university* OR *student* OR *college* OR *undergraduate*) AND (*burnout*) AND (*athlete* OR *sport*). Além disto, realizamos uma busca manual nas listas de referências dos estudos incluídos para identificar publicações adicionais. A estratégia de busca foi atualizada em 29 de julho de 2023.

Os artigos identificados foram lidos e avaliados quanto à relevância e adequação ao tema investigado. Os critérios de elegibilidade foram: I) Amostra composta por atletas universitários; II) Utilização de um método validado para a avaliação dos níveis de *burnout*; e III) Estudo envolvendo a avaliação de fatores psicológicos e/ou fisiológicos como desfecho primário ou secundário relacionados ao *burnout*. Foram considerados apenas estudos primários publicados em periódicos científicos revisados por pares. Relatórios de manuscritos não publicados, protocolos de estudos, resumos de conferências/congressos, relatos de casos e artigos de opinião foram considerados inelegíveis.

## Extração, Análise e Síntese dos Estudos Incluídos

As informações extraídas dos estudos incluem detalhes da publicação (autor, data de publicação, desenho do estudo, país e período do estudo), população (indivíduos, tamanho da amostra), medidas de resultado (desfechos avaliados, instrumentos de medição) e as principais conclusões encontradas. Considerando que o principal objetivo da revisão narrativa é fornecer uma visão geral das evidências (FERRARI, 2015; GREEN; JOHNSON; ADAMS, 2006), a análise e descrição dos principais resultados encontrados na presente revisão foram





abordadas por uma discussão narrativa com uma exploração abrangente das associações entre a síndrome de *burnout* e diferentes medidas de resultados.

Utilizamos o software *VOSviewer* (VAN ECK; WALTMAN, 2010) para conduzir uma análise de rede de concorrência baseada em clusters, a fim de identificar os principais objetos e tópicos investigados entre os estudos incluídos. A análise de rede foi realizada com base em uma estratégia de contagem completa, definindo o número mínimo de ocorrências de uma palavra-chave em quatro. Os grupos de clusters e o mapa de coocorrência obtidos foram analisados individualmente para definição dos principais temas abordados. Uma síntese narrativa dos achados é fornecida a partir do processo de extração dos dados com informações apresentadas em tópicos, para resumir e explicar os principais resultados e associações dos estudos incluídos.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Inicialmente foram identificados 1759 estudos nas bases de dados pesquisadas. Após a remoção das duplicatas, 777 estudos foram examinados com base nos títulos e resumos, resultando em 50 estudos selecionados para a leitura do texto completo. Destes, 17 estudos foram excluídos. Posteriormente, após a atualização da estratégia de busca, dois estudos foram incluídos. Por fim, 35 estudos incluindo um total de 11.243 atletas-universitários foram considerados elegíveis para inclusão. Uma visão geral do processo de seleção dos artigos e detalhes completos das características dos estudos incluídos podem ser encontrados no Material Suplementar (<https://osf.io/5dm7v/>).

Diversos fatores foram associados aos sintomas de *burnout* em atletas, que compreendem tanto características individuais de percepção de estresse e perfis de motivação, como também fatores mais amplos relacionados ao ambiente organizacional e social do esporte (por exemplo, comportamento do treinador e percepção de apoio social). Com base na análise dos principais clusters gerados na rede de coocorrência, foram definidos dois tópicos a partir das principais variáveis associadas ao *burnout* no contexto do esporte universitário: 1) *burnout*, motivação, necessidades psicológicas básicas e apoio social; e 2) *burnout*, perfeccionismo,  *coping*  e comportamento do treinador. A Figura 1 apresenta o mapa de coocorrência dos principais termos de pesquisa dos estudos incluídos.







Considerando que a Teoria da Autodeterminação (DECI; RYAN, 2000) tem sido empregada com frequência para o estudo da motivação no contexto esportivo, evidências originadas a partir de dados de atletas universitários dos Estados Unidos reforçaram que a amotivação (ausência de motivação) e as dimensões de motivação extrínseca (aquelas caracterizadas como de regulação externa) estão positivamente relacionadas com as dimensões de *burnout* (HOLMBERG; SHERIDAN, 2013). Além disto, atletas com níveis altos de amotivação ou afeto negativo possuem uma maior predisposição de experimentar os sintomas de *burnout* (WOODS et al., 2022). De modo oposto, as dimensões de motivação intrínseca (consideradas como autodeterminadas, de regulação interna) podem agir como fatores de proteção contra a manifestação da síndrome.

As evidências também demonstram que as variáveis motivacionais são preditoras das três dimensões do *burnout*, em especial da dimensão de desvalorização esportiva, que tem um poder preditivo de 44,5% (HOLMBERG; SHERIDAN, 2013). Por se tratar de uma variável eminentemente cognitiva, associada à avaliação individual do atleta quanto ao estado atual de sua carreira esportiva, a desvalorização esportiva parece estar mais sujeita aos fatores motivacionais, em especial à percepção das dimensões menos autodeterminadas (amotivação e motivação extrínseca).

A Teoria da Autodeterminação sugere que o contexto socioambiental é um dos principais determinantes do comportamento motivado, e pode ser alcançado a partir da satisfação de três necessidades psicológicas básicas: autonomia, relacionamento e competência (MADIGAN et al., 2022b; RYAN; DECI, 2017). Essa teoria postula que as características do ambiente social são críticas para o grau de satisfação (ou frustração) das necessidades psicológicas básicas experimentadas pelos atletas (MADIGAN et al., 2022b; RYAN; DECI, 2017). Evidências sugerem que a satisfação das necessidades psicológicas básicas tem um efeito negativo direto nos sintomas de *burnout* em jovens atletas (DE FRANCISCO et al., 2020; LIU; ZHAO; LIU, 2022; MELLANO; HORN; MANN, 2022; WOODS et al., 2022). Por exemplo, quando os atletas se sentem mais autônomos e competentes, eles acreditam de forma mais convicta que podem alcançar um melhor desempenho (DE FRANCISCO et al., 2020). Esse comportamento autônomo é contrário aos efeitos do *burnout*, no qual os atletas se sentem mais incapazes de atingir seus objetivos por causa de uma sensação reduzida de realização (DE FRANCISCO et al., 2020).





Um modelo no qual a satisfação das necessidades psicológicas básicas é mediada pela motivação autodeterminada é capaz de explicar 37% da variação do *burnout* (DE FRANCISCO et al., 2020). Evidências meta-analíticas indicam que a satisfação das necessidades psicológicas básicas está associada negativamente com a síndrome de *burnout* (WOODS et al., 2022). Em outras palavras, quanto maior a satisfação dessas necessidades, menor é a probabilidade de os atletas desenvolverem a síndrome de *burnout*. Por outro lado, a frustração das necessidades psicológicas ao longo do tempo pode resultar em uma diminuição da motivação intrínseca e aumento da amotivação, contribuindo para o desenvolvimento do *burnout* (MADIGAN et al., 2022b).

No contexto do esporte universitário, Daniels e colaboradores (2021) observaram uma relação negativa entre as necessidades psicológicas de competência e autonomia com o *burnout*, sugerindo que um ambiente esportivo que satisfaz essas necessidades pode diminuir os sintomas de *burnout*. Além disso, a satisfação das necessidades psicológicas básicas tem impacto direto em aspectos motivacionais, sendo relacionada positivamente com o aumento da motivação autodeterminada e explicando a sua variação em aproximadamente 38% (DE FRANCISCO et al., 2020). Esses achados destacam a relevância da criação de um ambiente esportivo que reconheça a importância das necessidades psicológicas dos atletas, com o intuito de promover tanto a saúde mental quanto a motivação intrínseca desses indivíduos em relação à prática esportiva.

Reduzir os sintomas de *burnout* e promover um maior engajamento com base na satisfação das necessidades psicológicas básicas é fundamental para aumentar a motivação autodeterminada e o comprometimento com a prática esportiva (DE FRANCISCO et al., 2020). Portanto, considerando que as necessidades psicológicas básicas podem atuar como mediadoras da relação entre sofrimento psicológico e sintomas de *burnout* (LIU; ZHAO; LIU, 2022), torna-se oportuno focar no desenvolvimento das habilidades de competência e autonomia como medidas de prevenção e controle dos sintomas de *burnout* em atletas universitários. Sendo assim, propõe-se a implementação de medidas que fomentem a construção de um ambiente propício ao desenvolvimento das habilidades atléticas dos universitários, bem como à cultura de tomadas de decisão em grupo, com o objetivo de aprimorar essas competências esportivas (DE FRANCISCO et al., 2020). Essa abordagem pode contribuir significativamente para a promoção de uma cultura esportiva mais saudável e





sustentável, que valorize tanto o desempenho esportivo quanto o bem-estar dos atletas envolvidos.

Além da motivação, outra variável psicológica associada ao *burnout* no contexto do esporte universitário é o suporte social. Atletas universitários apresentaram uma relação inversa entre a percepção de disponibilidade de suporte social e a manifestação de *burnout*. De modo geral, as percepções dos atletas sobre o ambiente social podem prever os perfis de *burnout* ao longo do tempo (DEFREESE; SMITH, 2021; 2013). É provável que exista uma associação negativa entre o suporte social e os sintomas de *burnout* em atletas universitários, sendo que as interações sociais negativas podem contribuir no desenvolvimento da síndrome (DEFREESE; SMITH, 2021). Além disto, a percepção do suporte disponível dos companheiros de equipe, independentemente do suporte recebido, foi um fator importante relacionado ao *burnout* e à motivação autodeterminada (DEFREESE; SMITH, 2013). Essas associações destacam as contribuições individuais do suporte social e das interações sociais negativas para as experiências psicossociais dos atletas ao longo do tempo (DEFREESE; SMITH, 2014).

Esses resultados reforçam a relevância do ambiente esportivo para a percepção de *burnout*, pois a disponibilidade de suporte social, em especial por parte dos companheiros de equipe nos esportes coletivos, pode ser determinante para a construção de ambientes saudáveis que favoreçam o bem-estar e a saúde mental dos atletas universitários (DEFREESE; SMITH, 2013; LU et al., 2016). O apoio social pode ser refletido na visão que os atletas possuem sobre pessoas consideradas significantes para o seu desenvolvimento (por exemplo, pais e treinadores), justamente pelo fato dessas pessoas serem consideradas fontes importantes de avaliação sobre a sua competência esportiva (TROUILLOUD; ISOARD-GAUTHEUR; ROUX, 2022). Além disto, favorecer aspectos psicológicos positivos (por exemplo, gratidão e esperança) pode contribuir para a melhoria da percepção de suporte social e conseqüentemente contribuir para uma melhor saúde mental de atletas universitários (GABANA et al., 2017; RUSER et al., 2021; ZHAO; LIU; ZHANG, 2022).

Com base nesses achados, é importante que as instituições de ensino superior e as equipes esportivas adotem medidas para promover a disponibilidade de suporte social e fortalecer as interações positivas entre os atletas (DEFREESE; SMITH, 2014; GABANA et al., 2017; ZHAO; LIU; ZHANG, 2022). É fundamental que treinadores e pais estejam atentos ao papel que desempenham na vida dos atletas, pois eles podem ser importantes fontes de suporte social e de avaliação da competência esportiva (TROUILLOUD; ISOARD-GAUTHEUR; ROUX, 2022). Além





disto, os comportamentos parentais possuem um papel importante na percepção de perfeccionismo (GOTWALS, 2011) e saúde mental (HOWARD et al., 2022) dos estudantes-atletas. Considerando o contexto universitário brasileiro, as equipes universitárias e as agremiações estudantis (por exemplo, as associações atléticas universitárias) podem ser agentes importantes para o aumento do suporte social, uma vez que o ambiente esportivo universitário pode oferecer oportunidades para o desenvolvimento de interações sociais positivas entre os atletas, o que pode consequentemente promover a saúde mental e o bem-estar dos mesmos.

### ***Burnout, Perfeccionismo, Coping e Comportamento do Treinador***

O perfeccionismo no contexto esportivo é um construto psicológico que se refere à tendência de um atleta em buscar a perfeição em seu desempenho esportivo, estabelecendo altos padrões de excelência e tendo uma forte autoexigência para alcançá-los (CROWELL; MADIGAN, 2022). De modo geral, esse construto tem sido descrito com base em uma construção multidimensional que pode ter tanto uma dimensão adaptativa quanto uma dimensão desadaptativa (CHEN et al., 2008; VALDEZ; JUAN, 2020). A dimensão adaptativa do perfeccionismo se refere a comportamentos que são benéficos para o desempenho esportivo, como o estabelecimento de metas desafiadoras, busca por *feedback* e aprimoramento contínuo. Por outro lado, a dimensão desadaptativa do perfeccionismo se refere a comportamentos que são prejudiciais para o desempenho esportivo, como a preocupação excessiva com erros e a autocrítica excessiva.

Em geral, apesar do perfeccionismo possuir tanto a dimensão desadaptativa quanto a adaptativa, os seus efeitos são mais prejudiciais aos atletas universitários, causando consequências negativas como o aparecimento do *burnout* devido ao estresse (GARINGER; CHOW; LUZZERI, 2018; VALDEZ; JUAN, 2020). Por exemplo, embora as evidências indiquem que o perfeccionismo possa ter efeitos positivos, como o aumento da motivação e do desempenho, uma personalidade perfeccionista pode levar a consequências negativas se gerenciada de forma desadaptativa, causando ansiedade, estresse e até mesmo o abandono do esporte (CHEN et al., 2008; CROWELL; MADIGAN, 2022; GOTWALS, 2011; VALDEZ; JUAN, 2020). Além disso, a literatura da psicologia do esporte tem evidenciado que o perfeccionismo pode estar diretamente relacionado aos sintomas de *burnout* em atletas (WALERIÁNCZYK; HILL; STOLARSKI, 2022).





No contexto do esporte universitário, as cognições do perfeccionismo predizem o surgimento do *burnout*. Por exemplo, quando os atletas experimentam pensamentos de preocupações perfeccionistas com frequência, maiores são as chances de desenvolvimento dos sintomas de *burnout* (CROWELL; MADIGAN, 2022). Por outro lado, os esforços perfeccionistas parecem estar negativamente relacionados ao *burnout* (CROWELL; MADIGAN, 2022). Atletas universitários com alto perfeccionismo desadaptativo tendem a apresentar níveis mais elevados de *burnout* em comparação com os atletas com alto perfeccionismo adaptativo (CHEN et al., 2008). Portanto, intervenções com o objetivo de reduzir ou prevenir os sintomas de *burnout* em atletas universitários ao longo de uma temporada (por exemplo, usando a teoria cognitiva comportamental ou o treinamento de habilidades psicológicas) podem se beneficiar com a inclusão de estratégias que promovam uma redução das preocupações perfeccionistas (CROWELL; MADIGAN, 2022).

Além disto, atletas universitários com idade entre 19 e 22 anos apresentam uma associação mais forte entre estresse e sintomas de *burnout* do que atletas mais novos (entre 13 e 18 anos) (LIN et al., 2022), indicando uma maior susceptibilidade dos atletas universitários em desenvolver a síndrome de *burnout*. Sendo assim, é provável que idade e a dupla carreira de estudante-atleta atuem como moderadores da relação entre estresse e *burnout*. Considerando que o *burnout* é uma reação ao estresse crônico, as estratégias de enfrentamento do estresse (estratégias de *coping*) podem ser utilizadas como forma de prevenção e gerenciamento do estresse e conseqüentemente do *burnout* (MADIGAN et al., 2020; SCHELLENBERG; GAUDREAU; CROCKER, 2013).

Há evidências consistentes de que quanto maior a percepção de estresse ou utilização de estratégias ineficazes de enfrentamento, maior o risco de desenvolvimento do *burnout* (LIN et al., 2022; MADIGAN et al., 2020; WOODS et al., 2022). Atletas de voleibol universitário apresentaram uma relação direta entre a paixão obsessiva, focada no perfeccionismo, e as estratégias de *coping* orientadas ao desengajamento, que por sua vez estavam diretamente relacionadas às mudanças na percepção de *burnout* (SCHELLENBERG; GAUDREAU; CROCKER, 2013). Esses resultados sugerem que o tipo de estratégia de *coping* empregada pode ser determinante para a manifestação do *burnout*, pois estratégias de *coping* focadas no problema estão associadas como fator de proteção ao *burnout*, enquanto estratégias focadas na emoção ou na fuga podem favorecer os sintomas da síndrome (REEVES; NICHOLLS; MCKENNA, 2011).





Além disto, os comportamentos do treinador e a relação treinador-atleta também são considerados fatores importantes e preditivos do *burnout* (CHO; CHOI; KIM, 2019; CHOI; JEONG; KIM, 2020; TROUILLOUD; ISOARD-GAUTHEUR; ROUX, 2022). A percepção que o atleta tem sobre a avaliação refletida do seu treinador pode afetar diretamente o seu comportamento e conseqüentemente o desempenho no esporte. Por exemplo, dependendo da relação treinador-atleta e do *feedback* fornecido, os atletas podem acreditar que seu treinador o percebe como tendo alta (ou baixa) competência, e essa avaliação influencia diretamente na percepção que o atleta tem sobre suas próprias habilidades esportivas, pois atletas que acreditam que o treinador os subestima possuem um maior risco de desenvolvimento do *burnout* (TROUILLOUD; ISOARD-GAUTHEUR; ROUX, 2022).

É provável que exista uma associação indireta dos comportamentos controladores do treinador e sintomas de *burnout* (CHO; CHOI; KIM, 2019; CHOI; JEONG; KIM, 2020), sendo que uma relação saudável entre o treinador e atleta pode estar negativamente relacionada ao *burnout* (CHO; CHOI; KIM, 2019). Além disto, a implementação de ambiente que favoreça o apoio à autonomia pode contribuir para uma melhor relação entre treinador-atleta e favorecer a comunicação entre a equipe, contribuindo para a diminuição do *burnout* (CHO; CHOI; KIM, 2019).

Estudo longitudinal de seis semanas realizado com nadadores de ambos os sexos da NCAA identificou os seguintes preditores de *burnout*: técnicos controladores, identidade atlética e identidade acadêmica (MARTIN et al., 2022). Além disto, o estilo e o padrão de comportamento dos treinadores estão relacionados às variáveis psicossociais dos atletas (MELLANO; HORN; MANN, 2022). Portanto, um comportamento controlador por parte dos treinadores em relação aos atletas pode se tornar uma demanda estressora e conseqüentemente contribuir para sintomas negativos relacionados ao *burnout* (MADIGAN et al., 2022b). No caso dos técnicos, os autores recomendam que seja fornecida mais liberdade para os atletas expressarem seus sentimentos e opiniões sobre os treinamentos (MARTIN et al., 2022). Quanto às identidades atlética e acadêmica, os resultados dos estudos incluídos reforçam a preocupação com as conseqüências do acúmulo de papéis do estudante-atleta para o eventual surgimento dos sintomas de *burnout* (MARTIN et al., 2022), devido à associação entre identidade atlética (CHANG et al., 2018).

A dificuldade em equilibrar as demandas acadêmicas e esportivas pode aumentar a percepção de sintomas psicológicos negativos (MELLANO; HORN; MANN, 2022). Nesse





sentido, a utilização de uma abordagem interpessoal de apoio à autonomia e o fornecimento de *feedback* positivo em relação ao desempenho dos atletas são dois dos principais comportamentos do treinador que podem ser gerenciados para diminuir os sintomas de *burnout* (MELLANO; HORN; MANN, 2022). Essa relação interpessoal positiva entre o treinador e o atleta é fundamentada na Teoria da Autodeterminação, que propõe que o bem-estar pessoal e psicológico em qualquer ambiente é aprimorado quando os indivíduos percebem que suas necessidades psicológicas básicas estão sendo atendidas (MELLANO; HORN; MANN, 2022).

### Principais Questões e Implicações Para a Prática e Pesquisa

As evidências em relação às mudanças que podem ocorrer nos níveis de *burnout* em atletas universitários ao longo do tempo ainda permanecem inconclusivas, devido à variabilidade nas relações entre determinados fatores psicológicos e as diferentes dimensões de *burnout* (MELLANO; HORN; MANN, 2022), sendo que diversos fatores podem contribuir para a heterogeneidade na percepção desses sintomas. Por exemplo, é provável que determinados fatores psicológicos e ambientais (motivação intrínseca, relacionamento e comportamento do treinador) podem ter um impacto diferencial nas dimensões de *burnout*, indicando a importância de uma abordagem multidimensional no gerenciamento dos sintomas da síndrome (WOODS et al., 2022).

Aspectos físicos do esporte competitivo (por exemplo, *overtraining* e lesões) e características psicológicas ou pessoais (por exemplo, perfeccionismo, orientação motivacional, identidade atlética, ansiedade competitiva e *coping*) dos atletas também podem influenciar nos níveis de estresse e *burnout* (MELLANO; HORN; MANN, 2022). Alguns componentes interpessoais, como a percepção de que o treinador possui um comportamento controlador ou egocêntrico ou que existe uma baixa qualidade de relacionamento interpessoal com o treinador, também estão relacionadas ao *burnout* em atletas (TROUILLOU; ISOARD-GAUTHEUR; ROUX, 2022). É importante ressaltar que o entendimento desses fatores é fundamental para o desenvolvimento de intervenções preventivas eficazes para atletas em risco de *burnout*.

Além disto, há evidências consistentes de uma associação negativa entre a satisfação das necessidades psicológicas básicas (autonomia, competência e relacionamento), motivação autodeterminada, perfeccionismo auto-orientado e suporte social com os sintomas





de *burnout* (WOODS et al., 2022). Dessa forma, a adoção de um estilo de treinamento que promova o suporte à autonomia dos atletas universitários pode favorecer os níveis de motivação autodeterminada, além de aumentar a satisfação de necessidades psicológicas básicas e o bem-estar psicossocial (MELLANO; HORN; MANN, 2022).

Os resultados dessa revisão narrativa conduzem a algumas aplicações práticas. Em virtude do crescente reconhecimento da importância da saúde mental dos atletas, evidenciado nos Jogos Olímpicos de Tóquio em 2021, é pertinente que ocorra uma preocupação semelhante com a saúde mental dos atletas universitários. Nesse contexto, as comissões técnicas e os dirigentes universitários podem observar que a síndrome de *burnout* compromete tanto o bem-estar dos atletas universitários quanto o desempenho esportivo. Os estudos sintetizados nessa revisão sugerem que determinadas ações podem atuar na proteção contra a manifestação do *burnout*. Estratégias de *coping* focadas no problema, motivação autodeterminada e suporte social são fenômenos psicológicos que podem ser objetos da intervenção de psicólogos do esporte junto aos atletas, assim como o gerenciamento do comportamento perfeccionista.

Diante disto, treinadores e atletas devem compreender o *burnout* com base em uma perspectiva multidimensional, levando em consideração o monitoramento dos sintomas e a progressão do *burnout* ao longo do tempo (MELLANO; HORN; MANN, 2022). Além disto, os treinadores, pais, comissão técnica e demais sujeitos envolvidos no ambiente esportivo universitário, podem ser orientados para fornecer um ambiente mais saudável (por exemplo, com um maior suporte à autonomia, valorizando o *feedback* positivo e suporte social) e com menos fatores de risco para o desenvolvimento do *burnout* (por exemplo, comportamentos controladores e altas demandas de estresse) (MADIGAN et al., 2022b).

O fenômeno da síndrome de *burnout* em atletas universitários ainda apresenta margem para futuras investigações. Uma das possíveis linhas de pesquisa compreende o estudo dos processos de recuperação no esporte universitário. Considerando que o *burnout* é uma reação ao estresse crônico, as estratégias de recuperação física, mental e social podem desempenhar um papel importante enquanto fatores de proteção. Dentre as estratégias de recuperação, a melhora da qualidade do sono tem sido investigada como uma medida eficaz no contexto esportivo (MADIGAN et al., 2022a). Outro campo de investigação está relacionado aos efeitos de intervenções de terapias psicológicas (por exemplo, a terapia cognitivo-





comportamental) na promoção da saúde mental do atleta universitário e, conseqüentemente, na prevenção e controle do *burnout* (MADIGAN et al., 2022a).

### **Pontos Fortes e Limitações**

Apesar do avanço dos estudos sobre a síndrome de *burnout* em atletas universitários apresentados nessa revisão narrativa, uma limitação relevante está associada à discrepância entre os estudos realizados nos Estados Unidos em comparação com os estudos desenvolvidos nos demais países. A singularidade do sistema esportivo universitário dos Estados Unidos, com as competições promovidas pela NCAA, pode limitar a generalização dos resultados para outros contextos universitários ao redor do mundo. Além disso, a produção científica sobre a síndrome de *burnout* em atletas universitários ainda permanece incipiente em muitos países e apresenta algumas preocupações em relação à qualidade metodológica. Isso reforça a necessidade de se fomentar pesquisas com maior rigor metodológico em outras regiões do mundo, especialmente no ambiente esportivo e universitário brasileiro. Além disto, as revisões narrativas podem apresentar uma fragilidade relacionada à subjetividade na avaliação dos estudos, o que pode levar a vieses de seleção. No entanto, as revisões narrativas da literatura são consideradas um componente fundamental dos estudos empíricos em todos os campos de pesquisa (FERRARI, 2015).

A despeito das limitações, os resultados resumidos nesta revisão narrativa estendem o conhecimento atual dos fatores relacionados ao *burnout* em atletas universitários e apresentam pontos fortes a serem considerados. Até onde sabemos, esta é a primeira revisão abrangente que examinou os principais fatores associados ao *burnout* em atletas universitários. Adotamos uma abordagem ampla com uma discussão crítica das evidências disponíveis baseada em uma análise de cluster dos principais termos relacionados ao *burnout* em atletas universitários para minimizar uma possível visão tendenciosa da literatura. Prezamos pela qualidade metodológica na condução desta revisão, aderindo às principais recomendações de condução e relatório para revisões narrativas (FERRARI, 2015; GREEN; JOHNSON; ADAMS, 2006). Dessa forma, fornecemos evidências preliminares sobre a síndrome de *burnout* em atletas universitários que podem ser utilizadas para otimizar as recomendações de saúde mental para essa população.





## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente revisão narrativa fornece evidências indicando que a síndrome de *burnout* é um fator de preocupação no ambiente esportivo universitário, devido a sua influência negativa tanto no desempenho quanto no bem-estar e saúde mental dos estudantes-atletas. As evidências analisadas apontam para a associação entre motivação autodeterminada, necessidades psicológicas básicas e suporte social com a percepção de *burnout* entre os atletas universitários. Esses fatores podem desempenhar um papel significativo na prevenção e manejo dos sintomas relacionados ao *burnout*, o que reforça a importância de desenvolver estratégias de intervenção e suporte adequadas.

Em síntese, esta revisão destaca a relevância de medidas preventivas e de apoio que visem mitigar o impacto negativo do *burnout* em atletas universitários. A implementação de estratégias adequadas visando os fatores relacionados ao *burnout* identificados nessa revisão podem contribuir para a promoção do bem-estar e desempenho dessa população, beneficiando não apenas os indivíduos diretamente envolvidos, mas também a comunidade esportiva e universitária em geral.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CHANG, Wen Hsing e colaboradores. The role of athletic identity in the development of athlete burnout: The moderating role of psychological flexibility. **Psychology of sport and exercise**, v. 39, p. 45-51, 2018.

CHEN, Lung Hung e colaboradores. Relation of Perfectionism with athletes' burnout: further examination. **Perceptual and motor skills**, v. 106, n. 3, p. 811-820, 2008.

CHO, Seongkwan; CHOI, Hunhyuk; KIM, Youngsook. The relationship between perceived coaching behaviors, competitive trait anxiety, and athlete burnout: a cross-sectional study. **International journal of environmental research and public health**, v. 16, n. 8, p. 1-11, 2019.

CHOI, Hunhyuk; JEONG, Yunduk; KIM, Suk-Kyu. The relationship between coaching behavior and athlete burnout: mediating effects of communication and the coach-athlete relationship. **International journal of environmental research and public health**, v. 17, n. 22, p. 1-11, 2020.

CHYI, Theresa e colaboradores. Prediction of life stress on athletes' burnout: the dual role of perceived stress. **PeerJ**, v. 6, n. 1, p. 1-14, 2018.

CROWELL, Doug; MADIGAN, Daniel J. Perfectionistic concerns cognitions predict burnout in college athletes: a three-month longitudinal study. **International Journal of sport and**





**exercise psychology**, v. 20, n. 2, p. 532-550, 2022.

DANIELS, Rachel e colaboradores. The impact of need satisfaction on college athlete burnout. **The sport journal**, p. 1-7, 2021.

DE FRANCISCO, Cristina. e colaboradores. Basic psychological needs, burnout and engagement in sport: The mediating role of motivation regulation. **International journal of environmental research and public health**, v. 17, n. 14, p. 1-14, 2020.

DECI, Edward L.; RYAN, Richard M. The " what" and " why" of goal pursuits: human needs and the self-determination of behavior. **Psychological inquiry**, v. 11, n. 4, p. 227-268, 2000.

DEFREESE, John David; SMITH, Alan L. A person-centered exploration of athlete burnout across a competitive season. **Journal of clinical sport psychology**, v. 15, n. 2, p. 89-104, 1 jun. 2021.

\_\_\_\_\_. Teammate social support, burnout, and self-determined motivation in collegiate athletes. **Psychology of Sport and Exercise**, v. 14, n. 2, p. 258-265, 2013.

\_\_\_\_\_. A. L. Athlete social support, negative social interactions, and psychological health across a competitive sport season. **Journal of sport and exercise psychology**, v. 36, n. 6, p. 619-630, 2014.

DOBSON, John e colaboradores. Selected cardiovascular and psychological changes throughout a competitive season in collegiate female swimmers. **Journal of strength and conditioning research**, v. 34, n. 11, p. 3062-3069, 2020.

FERRARI, Rossella. Writing narrative style literature reviews. **Medical writing**, v. 24, n. 4, p. 230-235, 2015.

GABANA, Nicole T. e colaboradores. Gratitude, burnout, and sport satisfaction among college student-athletes: the mediating role of perceived social support. **Journal of clinical sport psychology**, v. 11, n. 1, p. 14-33, 2017.

GARINGER, Lindsay M.; CHOW, Graig M.; LUZZERI, Matteo. The effect of perceived stress and specialization on the relationship between perfectionism and burnout in collegiate athletes. **Anxiety, stress, & coping**, v. 31, n. 6, p. 714-727, 2018.

GOODGER, Kate e colaboradores. Burnout in sport: a systematic review. **The sport psychologist**, v. 21, n. 2, p. 127-151, 2007.

GOTWALS, John K. Perfectionism and burnout within intercollegiate sport: a person-oriented approach. **The sport psychologist**, v. 25, n. 4, p. 489-510, 2011.

GREEN, Bart N.; JOHNSON, Claire D.; ADAMS, Alan. Writing narrative literature reviews for peer-reviewed journals: secrets of the trade. **Journal of chiropractic medicine**, v. 5, n. 3, p. 101-117, 2006.





GUSTAFSSON, Henrick. e colaboradores. Prevalence of burnout in competitive adolescent athletes. **The sport psychologist**, v. 21, n. 1, p. 21-37, 2007.

HOLMBERG, Patrick Michael; SHERIDAN, Dennis A. Self-Determined motivation as a predictor of burnout among college athletes. **The sport psychologist**, v. 27, n. 2, p. 177-187, 2013.

HOWARD, Jackson M. e colaboradores. Exploring student-athlete grit as a mediator in the relationships between parenting, academic success, and mental health outcomes. **Journal of clinical sport psychology**, v. 16, n. 2, p. 109-129, 2022.

LIN, Chien-Hsun e colaboradores. Relationship between athlete stress and burnout: a systematic review and meta-analysis. **International journal of sport and exercise psychology**, v. 20, n. 5, p. 1295-1315, 2022.

LIU, Minhang; ZHAO, Xiuhan; LIU, Zongyu. Relationship between psychological distress, basic psychological needs, anxiety, mental pressure, and athletic burnout of chinese college football athletes during the Covid-19 pandemic. **Sustainability**, v. 14, n. 12, p. 1-13, 2022.

LU, Frank Jing-Horng e colaboradores. Interaction of athletes' resilience and coaches' social support on the stress-burnout relationship: a conjunctive moderation perspective. **Psychology of sport and exercise**, v. 22, p. 202-209, 2016.

MADIGAN, Daniel J. e colaboradores. Coping tendencies and changes in athlete burnout over time. **Psychology of sport and exercise**, v. 48, p. 1-6, 2020.

MADIGAN, Daniel J. e colaboradores. Perspectives on the future of burnout in sport. **Journal of clinical sport psychology**, v. 16, n. 1, p. 75-88, 2022a.

MADIGAN, Daniel J. e colaboradores. Athlete burnout symptoms are increasing: a cross-temporal meta-analysis of average levels from 1997 to 2019. **Journal of sport & exercise psychology**, v. 44, n. 3, p. 153-168, 2022b.

MARTIN, Jeffrey e colaboradores. A longitudinal study on the psychological and physiological predictors of burnout in NCAA collegiate swimmers. **Journal of applied sport psychology**, v. 34, n. 6, p. 1295-1311, 2022.

MELLANO, Kathlen T.; HORN, Telma S.; MANN, Mallory. Examining links between coaching behaviors and collegiate athletes' burnout levels using a longitudinal approach. **Psychology of sport and exercise**, v. 61, p. 1-9, 2022.

PIRES, Daniel Alvarez; UGRINOWITSCH, Herbert. Burnout and Coping Perceptions of Volleyball Players Throughout an Annual Sport Season. **Journal of human kinetics**, v. 79, n. 1, p. 249-257, 2021.

RAEDEKE, Thomas Dean. Is athlete burnout more than just stress? a sport commitment perspective. **Journal of sport and exercise psychology**, v. 19, n. 4, p. 396-417, 1997.





REEVES, Clive W.; NICHOLLS, Adam R.; MCKENNA, Jim. The effects of a coping intervention on coping self-efficacy, coping effectiveness, and subjective performance among adolescent soccer players. **International journal of sport and exercise psychology**, v. 9, n. 2, p. 126-142, 2011.

ROTHER, Edna Terezinha. Revisão sistemática X revisão narrativa. **Acta paulista de enfermagem**, v. 20, n. 2, p. v-vi, 2007.

RUSER, Jeffrey B. e colaboradores. Gratitude, coach-athlete relationships, and burnout in collegiate student-athletes. **Journal of clinical sport psychology**, v. 15, n. 1, p. 37-53, 2021.

RYAN, Richard M.; DECI, Edward L. **Self-determination theory: basic psychological needs in motivation, development, and wellness**. New York, USA: Guilford Publications, 2017.

SCHELLENBERG, Benjamin J. I.; GAUDREAU, Patrick; CROCKER, Peter R. E. Passion and coping: relationships with changes in burnout and goal attainment in collegiate volleyball players. **Journal of sport and exercise psychology**, v. 35, n. 3, p. 270-280, 2013.

STRÖHLE, Andreas. Sports psychiatry: mental health and mental disorders in athletes and exercise treatment of mental disorders. **European archives of psychiatry and clinical neuroscience**, v. 269, n. 5, p. 485-498, 2019.

TROUILLOUD, David; ISOARD-GAUTHEUR, Sandrine; ROUX, Valentin. "Mirror, mirror, am i as my coach sees me?": discrepancy between athlete self-appraisals and reflected appraisals of their coach, and relations with athlete burnout. **Journal of clinical sport psychology**, p. 1-19, 2022.

VALDEZ, Roderick; JUAN, Victoria. Levels of perfectionism and sports burnout among student-athletes. **International journal of scientific and technology research**, v. 9, n. 4, p. 271-279, 2020.

VAN ECK, Nees Jan; WALTMAN, Ludo. Software survey: VOSviewer, a computer program for bibliometric mapping. **Scientometrics**, v. 84, n. 2, p. 523-538, 2010.

WALERIAŃCZYK, Wojciech; HILL, André P.; STOLARSKI, Maciej. A re-examination of the 2x2 model of perfectionism, burnout, and engagement in sports. **Psychology of sport and exercise**, v. 61, p. 1-7, 2022.

WHO, World Health Organization. **ICD-11 implementation or transition guide**. Disponível em: <[https://icd.who.int/docs/ICD-11 Implementation or Transition Guide\\_v105.pdf](https://icd.who.int/docs/ICD-11%20Implementation%20or%20Transition%20Guide_v105.pdf)>. Acesso em: 14 jul. 2022.

WOODS, Siobhán e colaboradores. A systematic review of the factors associated with athlete burnout in team sports. **International review of sport and exercise psychology**, v. 40, n. 1, p. 1-41, 2022.

YAMAGUCHI, Shinji e colaboradores. Psychological vulnerability associated with stress coping





strategies in japanese university athletes. **Journal of Clinical sport psychology**, v. 1, p. 1-15, 2022.

ZHAO, Liangyu; LIU, Zongyu; ZHANG, Ligo. The effect of the perceived social support on mental health of chinese college soccer players during the Covid-19 lockdown: the chain mediating role of athlete burnout and hopelessness. **Frontiers in psychology**, v. 13, p. 1-11, 2022.

**Dados do primeiro autor:**

Email: [jhonatan.gaia@castanhal.ufpa.br](mailto:jhonatan.gaia@castanhal.ufpa.br)

Endereço: Travessa Magalhães Barata, n. 1250, Quinta Travessa, Santo Antônio do Tauá, Pará, CEP: 68786-000, Brasil.

Recebido em: 28/02/2023

Aprovado em: 14/08/20223

**Como citar este artigo:**

GAIA, Jhonatan Wélington Pereira e colaboradores. Síndrome de burnout em atletas universitários: uma revisão narrativa. **Corpoconsciência**, v. 27, e.15063, p. 1-21, 2023.

**Financiamento:**

Este estudo teve apoio financeiro da Secretaria de Ciência, Tecnologia e Educação Superior, Profissional e Tecnológica do Estado do Pará - SECTET/PA.

