



**SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL  
UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ  
CAMPUS UNIVERSITÁRIO DE CASTANHAL  
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**DIEGO DOS REIS**

**PREVALÊNCIA DA SÍNDROME DE *BURNOUT* E O SIGNIFICADO DE  
ARBITRAR EM ÁRBITROS DE HANDEBOL**

**Castanhal  
2017**

DIEGO DOS REIS

**PREVALÊNCIA DA SÍNDROME DE *BURNOUT* E O SIGNIFICADO DE  
ARBITRAR EM ÁRBITROS DE HANDEBOL**

Trabalho de Conclusão de Curso submetido à  
Universidade Federal do Pará, Campus  
Universitário de Castanhal, como parte dos  
requisitos necessários para obtenção do título  
de Licenciatura em Educação Física.

Orientador: Professor Dr. Daniel Alvarez Pires

**CASTANHAL – PA**

**2017**

**DIEGO DOS REIS**

**PREVALÊNCIA DA SÍNDROME DE *BURNOUT* E O SIGNIFICADO DE  
ARBITRAR EM ÁRBITROS DE HANDEBOL**

Trabalho de Conclusão de Curso submetido à  
Universidade Federal do Pará, Campus  
Universitário de Castanhal, como parte dos  
requisitos necessários para obtenção do título  
de Licenciatura em Educação Física

Orientador: Professor Dr. Daniel Alvarez Pires

**Banca examinadora:**

---

Orientador: Prof<sup>o</sup>. Dr. Daniel Alvarez Pires  
Universidade Federal do Pará- UFPA

---

Membro: Prof<sup>o</sup>. Dr. Anselmo de Athayde Costa e Silva  
Universidade Federal do Pará- UFPA

---

Membro: Prof<sup>o</sup>. Dr. Victor Silveira Coswig  
Universidade Federal do Pará- UFPA

Apresentado em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Conceito: \_\_\_\_\_

## **DEDICATÓRIA**

Dedico este trabalho de conclusão de curso à minha saudosa vizinha, Maria Paixão dos Reis, que, infelizmente, não está mais entre nós para presenciar esse momento tão importante da minha vida, mas que trago comigo todos os dias em forma de um amor incondicional, que não se explica com palavras. Sem dúvidas é o exemplo de ser humano que me inspira, pessoa a qual, diariamente, busco ser igual. Sempre foi uma mulher guerreira que não mediu esforços para cuidar da família e, com toda certeza, cumpriu seu papel dignamente.

Não existe um dia que eu não lembre cada detalhe vivido ao seu lado, de cada expressão dos seus lindos olhos verdes, do seu lindo sorriso, de cada abraço apertado, de cada cafuné feito ao adormecer em seu colo, cada detalhe será eternamente lembrado com todo amor que tenho em mim. Você sempre foi e sempre será tudo para mim: meu apoio, meu colo, meu norte... Você continua sendo a minha luz na escuridão, o meu sorriso quando a lágrima quer cair dos olhos, a voz da razão quando me desvio do caminho.

## AGRADECIMENTOS

A minha mãe, Elizabetty dos Reis que, mesmo com todas as dificuldades impostas pela vida, seguiu firme na minha criação, sendo minha Mãe/Pai exercendo com excelência esse papel, sempre presente e nunca deixando faltar amor.

Ao meu amor, Roberta Carmo, por ter sido uma superparceira nessa árdua caminhada até aqui, com amor, companheirismo, lealdade e mesmo com todos os enjoos sempre esteve ao meu lado, e continuará para o resto da vida.

Ao meu Pai, José Reis, que sempre buscou me apoiar nos momentos em que mais precisei dele.

A toda minha família, que nos momentos certos soube como incentivar. Em especial a minha prima, Rafele Cardoso, que em um momento muito delicado me estendeu a mão e mesmo sem saber me ajudou muito.

Ao meu orientador, Professor Daniel Alvarez Pires, um agradecimento especial, por ter me dado a honra de ser seu bolsista de iniciação científica por 2 anos, e despertou em mim o prazer pela pesquisa. Sou grato a ele por todos os ensinamentos compartilhados e toda paciência nas orientações.

A melhor turma de Educação Física da Ufpa-Castanhal, turma 2014.1. Foram momentos difíceis, de muito cansaço, brigas e choros, de tristeza e de muita alegria. Valeu à pena? Digo com toda certeza que sim. Cada momento valeu muito à pena! Agora o que nos resta são saudades e a certeza de que levaremos a amizade para vida toda.

Aos irmãos que a Ufpa me deu, Éder e Márcio, por todas as aventuras no trajeto Belém-Castanhal-Belém, por todas as brocas divididas, pela correria dos seminários feitos na véspera da apresentação, pelos relatórios de estágio feitos aos 45' do segundo tempo. Acredito que soubemos viver a universidade, provando que irmandade nem sempre tem a ver com laços consanguíneos e sim com as pessoas que escolhemos para serem irmãs. Aquelas que caminharão o resto da vida comigo. E, não menos importante, agradeço ao brother Eládio que veio somar conosco.

A Superintendência de Assistência Estudantil (SAEst), por me proporcionar uma moradia digna no decorrer da minha graduação, que mesmo com todas as dificuldades sempre me deu o suporte necessário para que tivesse uma graduação com mais qualidade.

A todos os amigos que a CEUS-Castanhal me proporcionou conhecer, desde os que já não estão mais presentes até os que ainda aqui estão, que na falta de um arroz, feijão, frango, e até mesmo, de uma palavra de incentivo sempre estiveram presentes, ajudando uns aos outros.

A todos os Professores da Faculdade de Educação Física da Universidade Federal do Pará – *Campus Castanhal*, por todos os ensinamentos compartilhados, contribuindo grandemente com a minha formação, não somente profissional, mas como um ser humano melhor. Sem dúvida, esses ensinamentos despertaram em mim a vontade de buscar, com muito ímpeto, transformar e mudar a Educação Física.

A todos os demais prestadores de serviço da Ufpa-Castanhal, em especial a Tia Francisca e a Darci (Lora), que por incontáveis vezes ofereceram uma palavra de carinho, de incentivo e até mesmo um prato de comida frente à nossa correria do dia a dia, no campus.

Agradeço a federação paraense de handebol e aos árbitros que foram parte fundamental deste trabalho, sem a importante contribuição deles nada disso seria possível.

## RESUMO

O estudo tem como objetivos verificar a incidência de *burnout* em árbitros de handebol, bem como investigar a percepção do árbitro acerca da sua profissão, identificando fatores que podem causar a síndrome de *burnout*. Participaram do estudo 27 árbitros de handebol, de ambos os sexos. Foi utilizado o questionário para mensuração de *burnout* em árbitros. Além do questionário, os árbitros responderam a uma pergunta de resposta aberta: “escreva o significado de arbitrar para você”. Tal pergunta objetiva investigar a percepção do árbitro acerca da sua profissão. Para avaliar o questionário de burnout em árbitros, os dados foram analisados no programa Bioestat versão 5.0. O teste de *Shapiro-Wilk* foi empregado para verificar a normalidade das dimensões. Não havendo normalidade nos dados, foi feita a análise inferencial com o emprego da Anova Kruskal Wallis com *post hoc* de Dunn para as comparações entre os escores de suas dimensões. Em seguida, foi utilizado o teste de Wilcoxon para a comparação entre as dimensões. Para avaliarmos a pergunta de resposta aberta, tratamos os dados a partir da técnica da análise de conteúdo. Os árbitros avaliados apresentaram baixos índices de *burnout* total, entretanto, a dimensão exaustão física e emocional se mostrou significativa quando comparada às dimensões reduzido senso de realização esportiva e desvalorização esportiva. A partir da análise do significado de arbitrar, foi possível identificar, principalmente, fatores motivacionais para a aderência e permanência dos mesmos na arbitragem, sendo emoção e prazer na arbitragem e motivação humana os principais fatores motivacionais, portanto, se mostrando pouco propensos a manifestar a síndrome de *burnout*.

**Palavras-Chave:** Psicologia do esporte; Árbitros; Handebol; *Burnout*.

## **ABSTRACT**

This study aims to verify the incidence of burnout in handball referees, as well as to investigate the referee's perception of his profession, and identifying factors that can cause burnout syndrome. Twenty-seven handball referees of both sexes participated in the study. The questionnaire was used to measure burnout in referees. In addition to the questionnaire, the referees responded to an open-ended question: "Write the meaning of refereeing for you." This question seeks to investigate the referee's perception of his profession. To evaluate the burnout questionnaire in referees, the data were analyzed in the program Bioestat version 5.0. The Shapiro-Wilk test was used to verify the normality of the dimensions. In the absence of normality in the data, the inferential analysis was done with the use of Anova Kruskal Wallis with post hoc of Dunn for the comparisons between the scores of its dimensions. The Wilcoxon test was then used to compare the dimensions. To evaluate the open-ended question, we treat the data from the content analysis technique. The evaluated referees presented low rates of total burnout, however, the physical and emotional exhaustion dimension showed to be significant when compared to the reduced dimensions of sports accomplishment and sports depreciation. Based on the analysis of the meaning of refereeing, it was possible to identify, mainly, motivational factors for the adherence and permanence of the same in the arbitration, being the emotion and pleasure in the arbitration and human motivation the main motivational factors, therefore, showing little propensity to manifest the burnout syndrome.

**Keywords:** Sports psychology; Referees; Handball; Burnout.

## INTRODUÇÃO

O esporte tem assumido um papel importante no Brasil e tem sido discutido através de diversas abordagens, principalmente no que se refere à apropriação que é feita do mesmo enquanto fenômeno social (RINALDI, 2000). Com a crescente profissionalização dos esportes em nosso país, as demandas de estresse destinadas aos profissionais que compõem esse ambiente são cada vez maiores. Entretanto, percebemos que, dentre os atores do espetáculo esportivo, o árbitro sofre uma grande carga de estresse, haja vista que este profissional possui a responsabilidade de conduzir o evento dentro das regras, não possuindo o direito de cometer erros. Silva, Rodriguez-Añez e Frómata (2002) citam que os erros cometidos pelos árbitros são imperdoáveis para algumas pessoas. A arbitragem é um dos aspectos mais polêmicos envolvidos na competição esportiva, sendo frequentemente citada por atletas e dirigentes como responsáveis por seus insucessos e fonte de estresse (DE ROSE JÚNIOR; PEREIRA; LEMOS, 2002).

Na arbitragem, o início do estresse vem antes do início dos jogos e não necessariamente acaba com o apito final da partida, ou seja, temos a presença de estresse sendo vivenciada antes – escalação para arbitrar partidas –, durante – iminência de erros – e após o jogo – confecção de súmula e julgamentos, quando necessário. (SAMULSKI; NOCE; CHAGAS, 2009). Percebemos que os árbitros são exigidos a tomar decisões precisas e eficientes, em pequenos intervalos de tempo, e, apresentam medo de fracassar, assim tomando qualquer decisão equivocada, maximizando a incidência do esgotamento (FERREIRA; BRANDÃO, 2012). Para Costa *et al.* (2010), os árbitros sofrem pela perfeição e os sujeitos ficam expostos a julgamentos dos técnicos, jogadores, torcidas e jornalistas, aumentando seus níveis de estresse.

A saúde psicológica desses profissionais acaba sendo muito exigida, podendo até mesmo desencadear uma série de problemas, e essa pressão psicológica recorrente que ele sofre na sua prática pode influenciar de forma negativa o seu desempenho ou, ainda, acarretar problemas pessoais, podendo levá-lo ao abandono da profissão. Tal realidade acumulada à ausência de intervenções psicológicas nas comissões de arbitragem, bem como, à forma como é cobrado dentro e fora do trabalho, à pressão pelos meios de comunicação – na qual os comentaristas rotulam os árbitros como responsáveis pelo mau resultado dos times, mesmo quando se alcança um ótimo desempenho em jogo – contribuem para o surgimento de um estresse crônico (PIRES *et al.*, 2012), produzindo uma carga negativa e que impacta a

capacidade de atenção e concentração. Quando os agentes estressores são prolongados podem acometer os árbitros a síndrome de *burnout*.

O *burnout* é definido como uma síndrome psicofisiológica que se desenvolve gradualmente, reconhecida por três dimensões: a) exaustão física e emocional, caracterizada por sentimentos de extrema fadiga associadas às intensas demandas de treino e competição; b) reduzido senso de realização esportiva, observado através das avaliações negativas sobre si mesmo, particularmente com referência à falta de habilidade em obter sucesso, falta de progresso no desempenho atlético e falta de talento; e c) desvalorização esportiva, representada por atitudes e sentimentos negativos com respeito aos companheiros, estafa psicológica e fuga psicológica como método de enfrentamento, observada quando o atleta não se preocupa com seu rendimento e envolvimento no meio esportivo (GUSTAFSSON *et al.*, 2011; RAEDEKE, 1997). Em essência, o *burnout* envolve uma fuga psicológica, emocional e algumas vezes física de atos que deveriam ser prazerosos, como treinamento e competição, em resposta a um excessivo nível de estresse ou insatisfação (RAEDEKE; SMITH, 2001).

Para Smith (1986), o *burnout* no esporte é uma reação ao estresse crônico e possui componentes físicos, mentais e comportamentais, apresentando como característica mais marcante a saturação psicológica, emocional e, por vezes, física de uma atividade anteriormente agradável e procurada. Chiminazzo e Montagner (2009) abordaram as implicações da síndrome no treinamento esportivo e apontam que a queda de rendimento pode ser um sintoma de *burnout*. No ambiente esportivo, a exposição ao estresse crônico por um longo período de tempo torna o indivíduo mais suscetível aos sintomas da síndrome de *burnout* que podem levar ao abandono da prática da modalidade esportiva (COSTA *et al.*, 2012; PIRES *et al.*, 2012).

O árbitro é sempre muito questionado sobre suas decisões, uma vez que a tomada de decisões de forma equivocada pode influenciar o resultado de uma partida ou até mesmo a decisão de um campeonato. Mesmo com tanta importância, os árbitros não têm sido protagonistas no que se refere a estudos científicos a respeito dos agentes causadores de estresse em suas atividades cotidianas relacionadas ao esporte, se comparados aos atletas e treinadores (DEBIEN *et al.*, 2014; PIRES; BRANDÃO; MACHADO, 2005). Mesmo em esportes que não tem o mesmo reconhecimento e abrangência do futebol, voleibol e basquetebol – como é o caso do handebol – os árbitros são expostos aos mais diversos sentimentos durante uma partida. As cobranças se tornam grandes, já que os árbitros de handebol conduzem as partidas na linha lateral da quadra, assim sofrendo uma grande pressão

dos atletas, comissão técnica, torcida. Devido essa sucessão de estresses o rendimento esportivo do árbitro tende a cair, podendo interferir no seu convívio familiar e social.

Devido a sua importância dentro do âmbito esportivo, os árbitros vêm assumindo um protagonismo no que diz respeito aos estudos sobre a psicologia esportiva (FERREIRA; BRANDÃO, 2012; SAMUEL, 2015; SARMENTO; MARQUES; PEREIRA, 2015), pois apresentam inúmeras situações que podem desencadear o *burnout* (COSTA *et al.*, 2010; FERREIRA; BRANDÃO, 2012; PEREIRA; ALADASHVILE; SILVA, 2006; SARMENTO; MARQUES; PEREIRA, 2015).

Tais aspectos nos levaram a questionar por que os árbitros realizam uma atividade que os deixam expostos ao *burnout*. Brandão *et al.* (2011) afirmam que o significado de uma atividade é constituído de diversos elementos que procedem de diferentes experiências, assim, mais do que estar relacionado ao contexto, está essencialmente ligado a ele, assim, havendo a necessidade de se investigar até que ponto diferentes significados podem determinar o valor agregado de uma atividade. Para Torregrosa e Lee (2000), o significado de uma atividade está relacionado a princípios ou crenças que ajudam a guiar o comportamento, a definir as metas e a estabelecer padrões de conduta. Em outras palavras, o significado de uma atividade é atribuído a partir de critérios que as pessoas usam para selecionar e justificar suas ações.

Estudos sobre a síndrome de *burnout* no esporte se justificam por dois motivos: a) o impacto da síndrome sobre o desempenho atlético; b) a necessidade da manutenção da saúde e qualidade de vida dos profissionais do contexto esportivo (PIRES *et al.*, 2012). Diante disso, o presente estudo tem como objetivos verificar a prevalência de *burnout* em árbitros de handebol, e investigar a percepção do árbitro de handebol acerca da sua profissão, identificando fatores que podem causar a síndrome de *burnout*.

## **MÉTODO**

### **Amostra e Cuidados Éticos**

Os sujeitos participantes deste estudo foram 27 árbitros de handebol, tanto do sexo masculino como do feminino, independente da sua categoria dentro das suas entidades estaduais, com idade média de  $35,59 \pm 8,76$  anos e um tempo médio na arbitragem de  $11,70 \pm 8,46$  anos. Todos assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Os procedimentos aqui adotados estão de acordo com a resolução N.º 466, de 12 de dezembro de 2012, do Conselho Nacional de Saúde, que trata dos procedimentos éticos que envolvem

estudos com seres humanos. Esta pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital Universitário João de Barros Barreto, sob o parecer 65796316.3.0000.0017.

### **Instrumentos**

Foi utilizado o questionário para mensuração de *burnout* em árbitros, validado por Brandão *et al.* (2014), composto por nove (9) itens que contemplam as três (3) dimensões da síndrome no contexto esportivo: Exaustão Física e Emocional; Reduzido Senso de Realização Esportiva e Desvalorização Esportiva. Os resultados são obtidos a partir da soma das respostas dadas aos três itens correspondentes a cada dimensão de *burnout*. Além do questionário, os árbitros responderam a uma pergunta de resposta aberta, que tem como objetivo investigar a percepção do árbitro acerca da sua profissão. A questão é: “escreva o significado de arbitrar para você”. Ressaltamos que não há limite de discurso para as respostas que podem variar de uma única palavra até um longo texto. Esse protocolo foi empregado por Brandão *et al.* (2011) em estudo com árbitros portugueses de futebol.

### **Procedimentos**

Primeiramente, foi feito o contato institucional junto ao Departamento de Arbitragem de Handebol – momento em que foram expostos os objetivos do estudo, seguidos da solicitação para a realização do mesmo junto aos árbitros. Em seguida, foi agendada a data da coleta de dados, que ocorreu de maneira presencial em local reservado, em ausência de barulho.

### **Análise de dados**

Para avaliar o questionário de *burnout* em árbitros, os dados foram tabulados e analisados no programa Aplicações Estatísticas nas Áreas das Ciências Bio-Médicas (Bioestat versão 5.0). O teste de *Shapiro-Wilk* foi empregado para verificar a normalidade das dimensões. Não havendo normalidade nos dados, foi feita a análise inferencial com o emprego da Anova Kruskal Wallis com *post hoc* de Dunn para as comparações entre os escores de suas dimensões.

Para avaliarmos a pergunta de resposta aberta, tratamos os dados a partir da técnica da análise de conteúdo (BARDIN, 2011), que vem sendo empregada em investigações

relacionadas ao contexto esportivo (NUNOMURA; OLIVEIRA, 2014; SANTIAGO *et al.*, 2016). A organização da análise se desenvolve em torno de três pólos cronológicos: (a) pré-análise (organização e sistematização das ideias iniciais); (b) fase de exploração do material (agregação sistemática dos dados em unidades) e (c) tratamento dos resultados obtidos, inferência e interpretação (conclusões a partir dos resultados significativos extraídos do conteúdo analisado). Foi realizada a codificação, garantindo, assim, o anonimato dos árbitros participantes, a partir da criação de um código alfanumérico formado pela letra (A) e um número (1 a 27), de acordo com a ordem das respostas.

## RESULTADOS

Os árbitros apresentaram baixos valores, tanto para o *burnout* total quanto para as suas dimensões. O teste de Kruskal Wallis indicou  $H=13,75$ , com  $p=0,001$ . A Tabela 1 apresenta as medianas de incidência das dimensões do *burnout*, mostrando que os árbitros têm uma maior percepção da dimensão exaustão física e emocional ( $p \leq 0,05$ ) quando comparada com as dimensões reduzido senso de realização esportiva e desvalorização esportiva.

Tabela 1. Medianas e diferenças interquartis das dimensões de *burnout* em árbitros.

Dimensão	Md	Q1 - Q3
<b>Exaustão Física e Emocional</b>	<b>8.0*</b>	<b>6.0 – 12.0</b>
<b>Reduzido Senso de Realização Esportiva</b>	<b>5.0</b>	<b>4.0 – 7.0</b>
<b>Desvalorização Esportiva</b>	<b>5.0</b>	<b>3.0 – 8.0</b>

\* $p \leq 0,05$  (em relação à desvalorização esportiva e reduzido senso de realização esportiva)

Ao analisar a pergunta “o que é arbitrar para você”, foram reveladas 10 unidades de registro, conforme o quadro 1. No decorrer da análise destas unidades foi possível observar fatores motivacionais que influenciam de forma positiva a permanência dos árbitros na profissão, mas encontramos também fatores que podem influenciar diretamente em altas cargas de estresse, podendo até mesmo levar à síndrome de *burnout*.

**Quadro 1:** Unidades de registro e de contexto associado ao significado de arbitrar.

Unidade de registro	Unidade de contexto
<p><b>1. Emoção por arbitragem:</b> O arbitrar é uma prática que provoca uma emoção especial. Representa uma associação entre a satisfação e o prazer em arbitrar o Handebol.</p>	<p><b>A16</b> – [...] transfere a qualquer um várias emoções, arbitragem deve ser amada, fazer por gostar, por amor, comprometimento, respeito, pois há muito em jogo. Não se torna árbitro, se nasce árbitro, me sinto bem maravilhoso, orgulhoso pelo que faço.</p>
<p><b>2. Prazer na participação:</b> As afirmações indicam respostas positivas derivadas das atividades da arbitragem realizadas e que refletem sentimentos de diversão e alegria aos mesmos.</p>	<p><b>A1</b> - A arbitragem me traz conhecimento, me dar prazer, me realiza como profissional e ser humano. <b>A12</b> - Mais que uma profissão é um grande prazer arbitrar.</p>
<p><b>3. Desenvolvimento de capacidades:</b> Arbitrar é o desenvolvimento das capacidades pessoais e profissionais que permite o árbitro ter êxito em seu desempenho e muito provavelmente, é uma função de peso a quem trabalha com o Handebol e quando tem dificuldade.</p>	<p><b>A14</b> - Desenvolver um trabalho ético fundamentado nas regras oficiais de handebol com qualidade, comprometimento e valorização de todos envolvidos. <b>A26</b> - Arbitrar é uma tarefa que requer muita concentração, discernimento e tomada de decisão rápida. Além do conhecimento aprofundado sobre as regras da modalidade.</p>
<p><b>4. Desenvolvimento de competência:</b> As afirmações mostram que competências desenvolvidas derivadas da prática em si. Podem ser tanto comportamentais, psicológicas e/ou físicas, podendo indicar reconhecimento profissional por qualquer um dos personagens do esporte.</p>	<p><b>A3</b> – [...] Ser ativo fisicamente para atender as exigências, além de grande berço de conhecimentos técnicos e táticos relevantes à modalidade. <b>A27</b> - É fazer o jogo acontecer com imparcialidade, responsabilidade e respeito aos competidores.</p>
<p><b>5. Contribuição para o Handebol:</b> indicam uma possibilidade de engrandecimento da modalidade em qualquer aspecto, em virtude de uma competência do arbitro em particular.</p>	<p><b>A8</b> - [...] uma forma que encontrei para continuar contribuindo para o desenvolvimento do Handebol [...]. <b>A11</b> - É uma forma de contribuir para o esporte [...].</p>
<p><b>6. Participação no Handebol:</b> Indicam a possibilidade de participar na modalidade, bem por apreciar o esporte, ou por não ter a possibilidade de ser um jogador profissional.</p>	<p><b>A2</b> - Fui Atleta de Handebol, então uma forma de não me afastar da modalidade quando parei de jogar foi à arbitragem [...]. <b>A25</b> – [...], Depois de ser atleta fico dentro do esporte que amo. Assim continuo vivendo dentro do esporte e fico gratificado com o mesmo.</p>

**Quadro 2:** Unidades de registro e de contexto associado ao significado de arbitrar. (continuação).

<p><b>7. Custos da prática:</b> A carreira de árbitro trás não somente emoções positivas, mas perturbações e desgostos. Porém, a existência de eventos potencialmente estressores não significa que são percebidos dessa maneira pelos árbitros, os estressores podem ser percebidos como algo positivo.</p>	<p><b>A15</b> – [...] alguns momentos são desgastantes e compensador em algumas situações.</p> <p><b>A26</b> – [...] Devemos saber lidar com a pressão imposta pelas equipes, pela comissão técnica, pelo nível do evento e ainda pela exigência interna de realizar a melhor arbitragem possível. Em resumo devemos conciliar, as questões de conhecimento sobre as regras, as tomadas de decisões, assim como as fisiológicas e psicológicas, arbitrar não é uma tarefa fácil, no entanto traz certa realização quando conseguimos realizar o trabalho com a menor quantidade de erros possível.</p>
<p><b>8. Motivação para lidar com as dificuldades:</b> As afirmações indicam uma forma positiva para lidar com as perturbações devidas da prática.</p>	<p><b>A10</b> - Hoje a arbitragem ainda é um motivacional na minha vida [...].</p> <p><b>A13</b> - É saber da importância do mesmo, que posso interferir diretamente no resultado de uma partida. Por isso a arbitragem tem que estar bem fisicamente, com psicológico muito bom, pois exige muita concentração.</p>
<p><b>9. Meios de vida:</b> As afirmações mostram que para os árbitros a participação na arbitragem é uma forma de sustento da família, de si mesmo e uma recompensa em longo prazo (Futuro).</p>	<p><b>A15</b> - É uma profissão extra [...].</p> <p><b>A19</b> - A arbitragem pra mim é minha segunda profissão [...] É também uma forma de ganhar um dinheiro extra nas horas vagas.</p>
<p><b>10. Dificuldades:</b> As afirmações indicam o arbitrar como uma atividade geradora de emoções e expectativas negativas e/ou exposição a um número de potenciais perturbações.</p>	<p><b>A5</b> – [...] esta preparado para lidar com todas as situações possíveis que esse esporte proporciona [...].</p> <p><b>A21</b> - Atualmente não tenho tempo para me dedicar completamente para a arbitragem.</p>

## DISCUSSÃO

O presente estudo tem por objetivos verificar a prevalência de *burnout* em árbitros de handebol e, investigar a percepção do árbitro de handebol acerca da sua profissão, identificando fatores que podem causar a síndrome de *burnout*. Tendo como principais questões de partida que orientam a definição do problema, considerando o contexto dos árbitros de handebol, estando associadas a diversas condições que possam gerar o estresse

laboral, tais como: ameaças físicas, pressão das torcidas e imprensa, necessidade de manter o controle emocional de treinadores e atletas, magnitude do campeonato e pouco reconhecimento profissional, devido à baixa visibilidade que o esporte possui quando comparado a outros esportes, como o futebol, voleibol e basquetebol.

No estudo obtivemos valores para as três dimensões do *burnout*, sendo que os valores, na dimensão exaustão física e emocional, obtiveram uma diferença significativa maior quando comparados às dimensões reduzido senso de realização esportiva e desvalorização esportiva. Assim, esse resultado se mostra convergente com diversos estudos sobre a síndrome de *burnout*, que apresenta escores mais altos para a dimensão exaustão física e emocional (AL-HALIQ, ALTAHAYNEH, OUDAT, 2014; APPLETON *et al.*, 2009; CRESSWELL; EKLUND, 2006; HILL *et al.*, 2010; LONSDALE *et al.*, 2009).

Tal fato pode ainda ser explicado pelo fato de que todos os árbitros do estudo possuem outras atividades laborais, e essa jornada dupla pode ser a causadora da exaustão física e emocional. Para Hernandez e Melo (2003), a qualidade de vida no trabalho também expressa satisfação com o trabalho realizado, atingindo o seu ápice quando o trabalho se torna a sua primeira necessidade vital, na qual a motivação humana é o puro prazer da realização da atividade, é intrinsecamente gratificante, ou em que sua consciência se funde com suas ações e perde a noção do tempo e espaço.

Os árbitros apresentaram valores reduzidos tanto para o *burnout* total quanto para as suas dimensões, sendo estes fatores indicativos de que os mesmos não apresentam manifestações significativas da síndrome. Os mesmos resultados foram encontrados em estudos com atletas, (PIRES; SOUZA; CRUZ, 2010; SOBRAL *et al.*, 2014; VERARDI *et al.*, 2015; VIEIRA; NASCIMENTO JUNIOR; VIEIRA, 2013). Apesar dos reduzidos valores observados, os árbitros, em muitos casos, não percebem que estão esgotados física e emocionalmente. Porém, evidenciam-se sintomas que podem incomodar ao longo da sua atividade laboral, tornando-se imprescindível o papel dos integrantes das comissões de arbitragem (Psicólogo ou Psicólogo do esporte) no reconhecimento e tratamento desse estado psicofisiológico prejudicial, prevenindo assim o abandono esportivo (CHIMINAZZO; MONTAGNER, 2009).

Esse baixo escore na dimensão reduzido senso de realização desportiva pode ser explicado pelo fato de que o árbitro se sente realizado desportivamente, haja vista que muitos dos árbitros foram atletas e eles vislumbram na arbitragem uma maneira de continuar no esporte, o que está de acordo com os resultados do estudo de (RAEDEKE; SMITH, 2001). A reduzida frequência de sentimentos referentes à dimensão reduzido senso de realização

esportiva pode ser um indicativo de que os atletas profissionais estão satisfeitos em relação às suas habilidades, destrezas e realizações no esporte.

Por fim, a dimensão desvalorização esportiva, apresentou um reduzido escore, o que pode ser um indicativo de que os árbitros investigados não apresentam aspectos negativos à profissão e demonstram compromisso e envolvimento com a arbitragem. Tais indicadores de baixa percepção de desvalorização esportiva indicam que o grupo demonstra envolvimento e compromisso em relação à modalidade (PIRES; SOUZA; CRUZ, 2010). Esses resultados evidenciam a motivação e satisfação que os atletas possuem em relação à modalidade, tornando-se importantes elementos na prevenção da síndrome (PIRES *et al.*, 2012).

Ao analisar a pergunta “o que é arbitrar para você?”, foi possível identificar fatores motivacionais que influenciam de forma positiva a permanência dos árbitros na profissão, mas encontramos, também, fatores que podem influenciar diretamente altas cargas de estresse, podendo, até mesmo, levar à síndrome de *burnout*. Sirin e Dosiylmaz (2017) concluem que, pelo fato de estarem sempre em agenda pública, a grandeza das suas responsabilidades faz com que os árbitros atinjam mais atenção. Assim, fatores como: as dificuldades ocupacionais, o estresse, as falhas e as várias condições negativas que eles possam encontrar neste trabalho, fazem parte de suas próprias ocupações. Além disso, a diminuição de sua energia física e mental podem ter como resultado o *burnout*.

Os árbitros evidenciaram emoções positivas advindas da arbitragem como principais fatores motivacionais para sua permanência na profissão. Esta realidade corrobora com os resultados encontrados em estudos feitos com árbitros de futebol (ALONSO-ARBIOL; ARRATIBEL; GOMEZ, 2008; BRANDÃO *et al.*, 2011; MARRERO; GUTIÉRREZ, 2002). Assim, podemos identificar a emoção por arbitragem e prazer na participação, a saber que tais resultados evidenciam a importância do prazer na atividade laboral exercida pelos árbitros. Para Vallerand *et al.* (2006), indivíduos apaixonados pelo que fazem se sentem vivos, têm um alto grau de excitação e prazer na sua vida. Em outras palavras, a avaliação da atividade, tempo e energia liberada, estão relacionados ao fornecimento de uma força motivacional que leva o indivíduo a participar de uma atividade que produz desejo e aceitação pessoal. Sendo assim, o arbitrar constitui o aspecto central da identidade do árbitro, de forma que tal prática, mais que uma profissão é uma parte de quem o árbitro é (FERRERIRA; BRANDÃO, 2012).

Ainda como fator motivacional, identificamos as unidades de registro desenvolvimento de capacidades e desenvolvimento de competências – uma forma de reconhecimento profissional. Esse “reconhecimento”, citado pelos árbitros, pode ser compreendido pela interpretação das regras do jogo, em que o árbitro é o responsável por todas as decisões da

partida, e isso lhe proporciona sempre estar em evidência (FERREIRA; BRANDÃO, 2012). Tais resultados estão em concordância com os postulados de Sirin e Dosyilmaz (2017) ao evidenciar que os níveis de satisfação dos árbitros, no trabalho, foram elevados e resultantes das oportunidades oferecidas, condições de trabalho e da boa relação com os colegas de trabalho. Salientam, também, que os árbitros tomam suas próprias decisões enquanto exercem sua profissão.

É possível, ainda, identificar nas unidades de registro, contribuição para o handebol e participação nele – fatores motivacionais a permanência na arbitragem. Tais resultados estão em conformidade com estudos que observaram que uma das principais razões para árbitros permanecerem como tal, apesar das críticas de seu desempenho, é a má educação e reclamação dos treinadores e jogadores, independentemente da atividade de arbitrar em particular, e a possibilidade de contribuir para a cultura do esporte (ALONSO-ARBIOL; ARRATIBEL; GOMEZ, 2008; CARLSSON, 2006; FRIMAN; NYBERG; NORLANDER, 2004).

As unidades de registro custos da prática e motivação para lidar com as dificuldades, se revelam como fatores motivacionais. Por mais que se mostrem como eventos potencialmente estressores não são percebidas desta maneira pelos árbitros. A arbitragem em competições esportivas exige não só a posse de habilidades físicas e conhecimento sobre as regras do jogo, mas também a necessidade de uma exibição de eficiência psicológica para a condução de um desempenho bem sucedido durante o jogo (KARADEMIR, 2012). Os árbitros buscam inspiração para desenvolver uma boa arbitragem, sempre objetivando serem reconhecidos pelo bom trabalho desenvolvido, de forma a buscar minimizar os seus erros, para que não venham a interferir no resultado de um jogo. Aparentemente, as interpretações subjetivas que as exigências de arbitrar permeiam sua prática resultam em um baixo grau de estresse (BRANDÃO *et al.*, 2011).

É importante ressaltarmos que a unidade de registro meios de vida mesmo não é reconhecida como profissão, e que a arbitragem acaba sendo uma das principais atividades laborais do árbitro ou mesmo uma das suas principais fontes de renda, de seu sustento e do de sua família, fato que pode ser identificado nos discursos encontrados no estudo. Os resultados encontrados aqui divergem dos de Marrero e Gutierrez (2002), no qual as razões mais importantes para os árbitros estão relacionadas ao fato de alcançar determinadas metas na arbitragem e conhecer melhor o esporte (regras e participação), e não aos aspectos financeiros.

Destacamos à unidade de registro dificuldades devido à atividade exercida gerar expectativas negativas e/ou exposição a um número de potenciais perturbações que podem atingir efeitos sobre o desempenho e qualidade do trabalho dos árbitros. Esses agentes estressores podem causar alterações psicológicas e fisiológicas, promovendo diminuição do rendimento esportivo (JAMALI, JABARI, 2014). Para Moradi *et al.* (2012), os árbitros devem tomar decisões, ao mesmo tempo em que negligenciam comportamentos verbais ou visuais irritantes dos fãs, treinadores e jogadores. Além disso, os problemas, os protestos e as câmeras de TV devem ser adicionados às intervenções que levam ao estresse entre os árbitros.

A ausência de resultados positivos e a falta de habilidade em lidar com o estresse crônico das competições podem levar à saturação desencadeadora da síndrome de *burnout*, que possui como uma de suas principais consequências a desistência da atividade competitiva, isto é, podendo levar ao abandono do esporte em virtude da falta de prazer, de recompensas estáveis ou reduzidas, de custos elevados, de pouca satisfação e do baixo investimento em relação à carreira (SCHMIDT; STEIN, 1991).

Ressaltamos que a limitação deste estudo se corporificou na análise dos dados a partir do corte transversal, sendo necessária uma investigação em diferentes momentos da temporada, de caráter longitudinal, possibilitando, assim, ações mais precisas na prevenção e controle da síndrome da *burnout*.

## CONCLUSÃO

Este trabalho teve como objetivo investigar a possível incidência da síndrome de *burnout* em árbitros de handebol, o qual possibilitou inferir que, embora os referidos árbitros tenham mostrado um escore alto para a dimensão exaustão física e emocional, quando comparado com as dimensões reduzido senso de realização esportiva e desvalorização esportiva, apresentaram baixos índices de *burnout* total, portanto se mostrando pouco propensos a manifestar tal síndrome.

Quanto à análise do significado de arbitrar, foi possível identificar fatores que podem influenciar diretamente no aparecimento dessa síndrome, principalmente pelas dificuldades advindas da prática, como expectativas negativas e exposição a potenciais perturbações, podendo assim gerar altas cargas de estresse. Por outro lado, a emoção e o prazer na arbitragem foram os principais fatores motivacionais para a aderência e permanência dos mesmos na atividade, sendo a motivação humana uma característica importante para a aquisição/ampliação de competências e capacidades para o desenvolvimento desta função.

A partir de tais dados, as comissões de arbitragem de handebol podem desenvolver trabalhos psicológicos específicos com o intuito de prevenir a referida síndrome e melhorar o desempenho psicológico dos mesmos.

## REFERÊNCIAS

- ALONSO-ARBIOL, I.; ARRATIBEL, N.; GOMEZ, E. La Motivación del Colectivo Arbitral en Fútbol: Um Estudio Cualitativo. **Revista Psicología Del Deporte**, Palma, v. 17, n. 2, p. 187-203, 2008.
- AL-HALIQ, M.; ALTAHAYNEH, Z. L.; OUDAT, M. Levels of burnout among sports referees in Jordan, **Journal of Physical Education and Sport**, v. 14, n. 8, p. 47-51, 2014.
- APPLETON, P.R., *et al.* Relations Between Multidimensional Perfectionism and Burnout in Junior-elite Male Athletes. **Psychology of Sport and Exercise**, v. 10, n. 4, p. 457-465, 2009.
- ARRUDA, *et al.* Monitoramento do Nível de Estresse de Atletas da Seleção Brasileira de Basquetebol Feminino durante a Preparação da copa América 2009. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, São Paulo, v. 19, n. 1, p. 44-7, 2013.
- BARDIN, Lawrence. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011.
- BRANDÃO, *et al.* El Significado de Arbitrar: Percepción de Jueces de Fútbol Profesional. **Revista de Psicología del Deporte**. v. 20, n. 2, p. 275-286, 2011.
- BRANDÃO, M. R. F. *et al.* Psychometric Properties of the Burnout Inventory for Referees. **Motriz**, Rio Claro, v. 20, n. 4, p. 374-383, 2014.
- CARLSSON, B. Blowing the Whistle? A Quantitative and Qualitative Analysis of Formal and Discretionary Powers of Referees in Swedish Football. **Entrainment and Sports Law Jornal**, v. 4, n. 2, 2006.
- CHIMINAZZO J, MONTAGNER P. Síndrome de *Burnout* e Esporte: A Visão dos Técnicos de Tênis de Campo. **Revista da Educação Física/UEM**, v. 2, n. 20, p. 217-223, 2009.
- COSTA, V. T.; FERREIRA, R. M.; PENNA, E. M.; SAMULSKI, D.M.; MORAES, L. C. Comparação dos Níveis de Estresse, Recuperação e *Burnout* em Treinadores de Futsal e Futebol Brasileiros Através do RESTQ-COACH. **Motricidade**, v. 2, n. 8, p. 937-945, 2012.
- COSTA, V. T. *et al.* Análise do Estresse Psíquico dos Árbitros de Futebol. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**. São Paulo, v.3, n. 2, p. 2-16, 2010.
- CRESSWELL, S., EKLUND, R. Changes in Athlete *Burnout* Over a 30-Week “Rugby Year”. **Journal of Science and Medicine in Sports and Exercise**, v. 9, p.125-134, 2006.
- DE ROSE JUNIOR, D.; PEREIRA, F. P.; LEMOS, R. F. Situações Específicas de Jogo Causadoras de “Stress” em Árbitros de Basquetebol. **Revista Paulista de Educação Física**. v. 16, n. 2, p. 160-173, 2002.

DEBIEN, P. B. *et al.* O Estresse na Arbitragem de Ginástica Rítmica: Uma Revisão Sistemática. **Revista de Educação Física/UEM**, Maringá, v. 25, n. 3, p. 489-500, 3. Trim. 2014.

FERREIRA, R. D.; BRANDÃO, M. R. F. Árbitro Brasileiro de Futebol Profissional: Percepção do Significado de Arbitrar. **Revista Brasileira de Educação Física/UEM**, Maringá, v. 23, n. 2, p. 229-238, 2012.

FRIMAN, M., NYBERG, C. Y., NORLANDER, T. Threats and Aggression Directed at Soccer Referees: An Empirical Phenomenological Psychological Study. **The Qualitative Report**, v. 9, n. 4, p. 652-672, 2004.

GUSTAFSSON, H. *et al.* Athlete Burnout: An Integrated Model and Future Research Directions. **The Qualitative Report**, v. 4, n. 1, p. 3-24, 2011.

HERNANDEZ, J. A. F.; MELO, F. M. O Clima Organizacional e a Satisfação dos Funcionários de um Centro Médico Integrado. **Revista Psicologia: Organizações e Trabalho**, Brasília, v. 3, n. 1, p. 11-26, 2003.

HILL, A.P. *et al.*, Perfectionism and Athlete *Burnout* in Junior Elite Athletes: The Mediating Role of Coping Tendencies. **Anxiety, Stress and Coping**, v. 3, n. 4, p. 415-430, 2010.

JAMALI, M.; JABARI, N. Stress and Job Burnout of Iranian Football Referees, **International Journal of Sport Studies**. v. 4 n. 10, p. 1295-1299, 2014.

KARADEMIR, T. The Factors That Influence the Burn-out Condition of City Football Referees, **Journal of Physical Education and Sports Management**, v. 3, n. 2, p. 27-34, 2012.

LOSDALE, C., *et al.*, Athlete *Burnout* in Elite Sport: A Self-determination Perspective. **Journal of Sports Science**, v. 27, n. 8, p. 785-795, 2009.

MARRERO, G.; GUTIERREZ, C. Las Motivaciones de Los Árbitros de Fútbol. **Revista de Psicología del Deporte**, Palma, v. 11, n. 1, p. 69-82, 2002.

MORADI, C. J.; JAMALI, G. M.; MORADI, M. R.; NOROOZIAN, G. S. Job *Burnout* and Organizational Commitment in Iranian Handball Referees. **2 Ed National Conference on Science and Handball University**, Tehran, Iran. 2012.

NUNOMURA, M.; OLIVEIRA, M. S. A participação dos Pais na Carreira das Atletas Femininas de Ginástica Artística: A perspectiva dos Técnicos. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**. São Paulo, v. 28, n. 1, p. 125-34, 2014.

PEREIRA, A. J.; ALADASVILE, G. A.; SILVA, A. I. Causas que Levam Alguns Árbitros a Desistirem da Carreira de Árbitros Profissional. **Revista de Educação Física/UEM**, Maringá, v. 17, n. 2, p. 185-192, 2006.

PIRES, D. A. *et al.* A síndrome de *Burnout* no Esporte Brasileiro. **Revista de Educação Física/UEM**, Maringá, v. 23, n. 1, p. 131-139, 1. Trim. 2012.

PIRES, D. A.; BRANDÃO, M. R.; MACHADO, A. A. A síndrome de *burnout* no esporte. **Motriz**, Rio Claro, v. 11, n. 3, p. 147-153, 2005.

PIRES, D. A.; SOUZA, I. N.; CRUZ, H. R. 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.

RAEDEKE, T. Is Athlete Burnout More Than Just Stress? A Sport Commitment Perspective. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, v. 4, n. 19, p. 396-417, 1997.

RAEDEKE, T.; SMITH, A. Development and Preliminary Validation of an Athlete Burnout Measure. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, v. 4, n. 23, p. 281-306, 2001.

RINALDI, W. Futebol: Manifestação Cultural e Ideologização. **Revista de Educação Física/UEM**. Maringá, v. 11, n. 1, p. 167-172, 2000.

SAMUEL, R. D. A psychological Preparation Framework for Elite Soccer Referees: A Practitioner's Perspective. **Journal of Sport Psychology in Action**, v. 6, n. 3, p. 170-187, Abingdon, 2015.

SAMULSKI, D.; NOCE, F.; CHAGAS, M. H. Estresse. In: SAMULSKI, D. (Org). **Psicologia do esporte: conceitos e novas perspectivas**. 2 ed. Barueri. Manole, cap. 11, p. 231-264, 2009.

SANTIAGO, M. L. M. *et al.* Síndrome de *Burnout* em Treinadores Brasileiros de Voleibol de Alto Rendimento. **Revista de Psicología del Deporte**, v. 25, n. 1, p. 281-288, 2016.

SARMENTO, H. M.; MARQUES, A.; PEREIRA, A. Representações, Estímulos e Constrangimentos do Árbitro de Futebol de 11. **Motricidade**, v. 11, n. 4, p. 15-25, 2015.

SCHMIDT, G. W.; STEIN, G. L. Sport Commitment: A Model Integrating Enjoyment, Dropout and Burnout. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, v. 8, n. 3, p. 254-265, 1991.

SILVA, A. I.; RODRIGUEZ-AÑEZ, C. R., FRÓMETA, E. D. O Árbitro de Futebol: Uma Abordagem Histórico-Crítica. **Revista da Educação Física/ UEM**. Maringá, v. 13, n. 1, p. 39-45, 2002.

SIRIN, Y; DOSYILMAS, E. Investigation of Job Satisfaction and Burnout Levels of Turkish Super League Football Referees. **Physical Education and Sport Sciences Kahramanmaraş**, Turkey, n.1, 2017.

SMITH, R. Toward a Cognitive-Affective Model of Athletic Burnout. **Journal of Sport Psychology**, Champaign, v. 8, n. 1, p. 36-50, 1986.

SOBRAL, A. S. C.; OLIVEIRA, L.; OLIVEIRA, L. S.; SANTOS, R. M. L.; BRITO, A. F. Associação entre as Cargas de Treino Impostas a Jogadores Amadores de Rugby Sevens e a Síndrome de *Burnout*. **Motricidade**, Ribeiro de Pena, v. 10, n. 2, p. 25-35, 2014.

TORREGROSA M.; LEE, M. El Estudio de Los Valores en Psicología Del deporte. **Revista Psicología del Deporte**, Palma, v. 9, n. 1, p. 71-83, 2000.

VALLERAND, R. J. *et al.* Passion in sport: A look at determinants and affective experiences. **Journal of Sport & Exercise Psychology**, v. 28, n. 4, p. 454-478, 2006.

VERARDI C. E. L.; NAGAMINE, K. K.; DOMINGOS, N. A. M.; DE MARCO, A.; MIYAZAKI, M. C. O. S. Burnout and Pre-competition: A Study of its Occurrence in Brazilian Soccer Players. **Revista de Psicología del Deporte**, Illes Balears, v. 24, n. 2, p. 259-64, 2015.

VIEIRA, L. F.; NASCIMENTO JUNIOR, J. R. A.; VIEIRA, J. L. L. O estado da arte da pesquisa em Psicologia do Esporte no Brasil. **Revista de Psicología del Deporte**, Maringá, v. 22, n. 2, p. 501-507, 2013.

## APÊNDICE

### BURNOUT EM ÁRBITROS (Brandão *et al.*, 2014)

Nome: \_\_\_\_\_

Idade: \_\_\_\_\_ Data do teste: \_\_\_\_\_

Por favor, leia atentamente cada uma das afirmações a seguir e decida se já se sentiu desta maneira alguma vez.

Escolha o número que melhor descreve a intensidade deste sentimento quando você o experimenta e selecione o número apropriado de acordo com a escala de intensidade (de 1 a 7) que aparece abaixo.

Não existem respostas certas ou erradas. Por favor, assegure-se de que respondeu a todas as afirmações.

INTENSIDADE	1	2	3	4	5	6	7
DE							
	Nada						Muito
	intenso						intenso

	INTENSIDADE 1-7	
1		Sinto-me esgotado depois de arbitrar.
2		Sinto-me cansado ao levantar de manhã e ter de encarar uma tarefa que se relacione com a arbitragem.
3		Fico completamente exausto depois de arbitrar um jogo.
4		Me preocupa o fato da arbitragem estar me tornando mais frio emocionalmente.
5		Trabalhar com técnicos e atletas é um fardo para mim.

6		Tornei-me mais insensível com as pessoas depois de iniciar a arbitragem.
7		Sinto-me frustrado com a arbitragem.
8		Sinto-me cansado da arbitragem.
9		Sinto que estou chegando ao meu limite.

**IMPORTANTE RESPONDER A ESTA QUESTÃO: “O QUE É ARBITRAR PARA MIM?”**

## ANEXO

### Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Você está sendo convidado (a) a participar do estudo intitulado: “**PREVALÊNCIA DA SÍNDROME DE *BURNOUT* E O SIGNIFICADO DE ARBITRAR EM ÁRBITROS DE HANDEBOL**”.

#### **Objetivos do Estudo:**

Analisar a percepção de *burnout* e identificar o significado de arbitrar para os árbitros de handebol.

#### **Coleta de Dados:**

Será realizada através da aplicação presencial de um questionário sociodemográfico e outro sobre a percepção de *burnout* após uma breve explicativa sobre os objetivos da pesquisa e os métodos a serem utilizados. O questionário de *burnout* é constituído por perguntas fechadas e uma questão aberta, e tem como finalidade recolher informações sobre a percepção de *burnout* em árbitros de handebol, bem como sobre o significado de arbitrar.

#### **Possíveis benefícios e riscos:**

**Benefícios:** O estudo sobre as percepções de *burnout* poderá encorajar novas discussões no cenário da psicologia do esporte aplicada aos árbitros, bem como poderá servir de embasamento para as comissões de arbitragem na prevenção e no controle dessa síndrome.

**Riscos:** A aplicação dos questionários oferece risco mínimo à integridade física e psicológica dos voluntários. Destaca-se que não há despesas pessoais aos participantes, nem compensação financeira relacionada à participação.

#### **Informações adicionais:**

Caso você concorde em ser voluntário desse estudo, é importante salientar que você dispõe de total liberdade para esclarecer quaisquer dúvidas que possam surgir antes, durante e

depois da pesquisa, procurando o pesquisador, graduando **Diego dos Reis**, no endereço eletrônico **dyego\_reys\_@hotmail.com**, pelo telefone **(91) 98087-3114**; ou o orientador e pesquisador responsável, o **Prof. Dr. Daniel Alvarez Pires**, no endereço eletrônico **danielpires@ufpa.br**. Todos estão livres para recusar a participação na pesquisa, sem penalidades ou constrangimento. Todos os dados e a identidade dos voluntários serão mantidos em sigilo. Somente o pesquisador responsável terá acesso às informações, que serão utilizadas apenas para fins acadêmicos e publicação científica.

**Não haverá qualquer forma de remuneração financeira para os voluntários (as). Todas as despesas relacionadas com este estudo serão de responsabilidade dos pesquisadores.**

***TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO***

Eu, \_\_\_\_\_,  
voluntariamente, aceito participar do estudo intitulado, “**PREVALÊNCIA DA SÍNDROME DE BURNOUT E O SIGNIFICADO DE ARBITRAR EM ÁRBITROS DE HANDEBOL**”, a ser realizado pelo discente Diego dos Reis, graduando do Curso de Licenciatura em Educação Física, da Universidade Federal do Pará (UFPA), Campus Castanhal. Estou ciente das informações contidas no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Portanto, concordo com o que foi acima citado e dou o meu consentimento.

\_\_\_\_\_  
Assinatura do (a) Voluntário(a)

\_\_\_\_\_  
Assinatura do Pesquisador Responsável (Orientador)

Prof. Dr. Daniel Alvarez Pires

\_\_\_\_\_  
Local e data