

CONSEQUÊNCIAS DA SÍNDROME DE BURNOUT EM ATLETAS ADOLESCENTES

INTRODUÇÃO: A síndrome de Burnout pode ser definida como o esgotamento físico, psíquico e emocional, decorrente de sobrecarga e estresse no ambiente de trabalho (MASLASH e JACKSON, 1981). Frequentemente, atletas passam por momentos de cobrança e cansaço nos treinos e competições, vivenciando situações extremamente desgastantes (GUSTAFSSON; SAGAR; STENLING, 2017). Nesse contexto, o atleta pode desenvolver a síndrome de Burnout, quadro especialmente preocupante na adolescência, período em que o indivíduo vivencia uma série de mudanças físicas, emocionais e cognitivas (SILVA; ENUMO; AFONSO, 2016). **OBJETIVO:** Revisar os conhecimentos recentes da literatura acerca da síndrome de Burnout em atletas adolescentes, visando esclarecer as principais consequências decorrentes do desenvolvimento desse quadro. **MÉTODO:** Para a realização desta revisão, buscou-se artigos científicos acerca da área temática abordada nas bases de dados SciELO e PubMed, utilizando-se palavras-chave, como síndrome de Burnout em atletas adolescentes e síndrome de Burnout no esporte. **RESULTADOS:** Observou-se que uma das principais consequências da síndrome de Burnout é a queda de rendimento no esporte, o que compromete o desempenho do atleta e sua saúde em geral, uma vez que há uma diminuição do seu senso de realização. Além disso, esse quadro pode levar à desistência ou *dropout*, especialmente nos atletas adolescentes, que optam por parar suas atividades devido à pressão e estresse aos quais estão submetidos (PIRES et al, 2012). Ademais, o Burnout pode implicar em consequências não somente durante a adolescência do atleta, como também durante sua vida adulta, tais quais ansiedade, depressão e prejuízos sociais (GUSTAFSSON; SAGAR; STENLING, 2017). **CONCLUSÃO:** O desenvolvimento da síndrome de Burnout implica em diversas consequências para os atletas adolescentes, as quais podem perdurar por toda a vida. A ansiedade, o reduzido senso de realização e o desgaste físico e psíquico são os principais achados, que podem levar até mesmo ao abandono do esporte.

PALAVRAS-CHAVE: Síndrome de Burnout. Medicina do Esporte. Adolescência.