

FATORES MOTIVACIONAIS EM CORREDORES DE RUA AMADORES QUE TREINAM COM ASSESSORIAS ESPORTIVAS NA CIDADE DE JOÃO PESSOA

MOTIVATIONAL FACTORS IN AMATEUR STREET RUNNERS WHO TRAIN WITH SPORTS CONSULTANTS IN THE CITY OF JOÃO PESSOA

Renato Veloso da Silva¹

Taís Feitosa da Silva²

Samanta Gomes Lima de Andrade²

José Alex Almeida Borges²

Natália Maria Mesquita de Lima Quirino³

¹Educação Física – Faculdade Maurício de Nassau JP

²Educação Física - Universidade Estadual da Paraíba

³PAPGEF - Universidade Federal da Paraíba

RESUMO

A corrida de rua vem apresentando grande crescimento nos últimos anos no Brasil, e sua prática regular traz vários benefícios à saúde, melhorando o condicionamento físico. Portanto é de extrema relevância conhecer os fatores que levam indivíduos a procurarem assessorias esportivas para iniciarem e permanecerem no esporte. Sendo assim, o objetivo desse estudo foi identificar os fatores motivacionais e traçar um perfil dos corredores de rua amadores que treinam com assessorias esportivas na cidade de João Pessoa. Para a identificação dos fatores motivacionais foi utilizado o inventário de motivação para a prática regular de atividade física/esporte (IMPRAFE-54) e um questionário semiestruturado com informações sociodemográficas. A coleta de dados aconteceu durante sete dias nas três principais assessorias da cidade de João Pessoa. A amostra final resultou de 70 adultos de ambos os sexos, com idade variando entre 19 a 58 anos de idade. Os fatores motivacionais identificados como mais importantes foram (saúde, prazer, sociabilidade, controle do estresse, estética e competitividade), dando as mulheres mais importância às dimensões controle do estresse, saúde e estética. Quanto ao perfil dos corredores são de pessoas bem sucedidas, homens, com idade entre 30 a 49 anos, com renda e escolaridade elevadas, treinando três vezes por semana, com um volume de distância superior a 20 km e com um tempo de dois anos acompanhados de assessoria. Conclui-se que o conhecimento dos fatores motivacionais é de suma importância para profissionais de educação física e psicólogos do esporte, quando quiserem aperfeiçoar os treinamentos para corredores de rua amadores.

Palavras-chaves: Corrida de rua. Fatores Motivacionais. Assessorias Esportivas.

ABSTRACT

The street race has been showing great growth in recent years in Brazil, and its regular practice brings several health benefits, improving physical conditioning. Therefore, it is extremely important to know the factors that lead individuals to seek sports counseling to start and stay in sports. Therefore, the objective of this study was to identify the motivational factors and to draw a profile of the amateur street runners who train with sports advisories in the city of João Pessoa. For the identification of motivational factors, the motivation inventory for the regular practice of physical activity / sport (IMPRAFE-54) and a semi-structured questionnaire with socio-demographic information were used. The collection of the data happened during seven days in the three main advisories of the city of João Pessoa. The final sample resulted from 70 adults of both sexes, ranging in age from 19 to 58 years of age. The motivational factors identified as the most important were (health, pleasure, sociability, stress control, aesthetics and competitiveness), giving women more importance to the dimensions of stress, health and aesthetic control. As for the profile of the corridors are of successful people, men, aged between 30 and 49 years, with high income and education, training three times a week, with a volume of distance greater than 20 km and with a time of two years accompanied by advice. It is concluded that knowledge of motivational factors is of utmost importance for physical education professionals and sports psychologists when they want to improve the training for amateur street runners.

Keywords: Street racing. Motivational Factors. Sports Advisories.

INTRODUÇÃO

Mais do que um esporte, a corrida de rua pode ser considerada como um fenômeno sociocultural contemporâneo (DALLARI, 2009), que consegue unir diferentes perfis de participantes em um determinado evento. A corrida de rua é uma manifestação esportiva capaz de unir diferentes perfis de participantes em um determinado propósito. Inicialmente, a corrida de rua foi impulsionada pelas divulgações do médico Kenneth Cooper, na década de 70 nos Estados Unidos, no Brasil é um dos esportes que mais vem ganhando adeptos com um crescimento de 25% ao ano (BALBINOTTI *et al.*, 2015). Além disso, a corrida de rua vem sendo considerada também um fenômeno de mudança social das cidades, com os eventos de corrida de rua e a democratização da prática para públicos com diferentes perfis (FONSECA *et al.*, 2019).

A corrida de rua é um dos esportes que mais cresce no Brasil nos últimos anos, e apesar de não haver dados em pesquisas atuais que abranjam o número de participantes em todo território nacional (DOS SANTOS; MARQUES, 2017). O aumento da popularidade da corrida de rua promoveu um cenário em que as assessorias esportivas vêm se consolidando cada vez mais e atraindo um público que não se interessa pela profissionalização esportiva (TRUCOLLO; MADURO; FEIJÓ, 2008), mas, também por fatores como “melhoria do condicionamento e desempenho físico, perda de peso, saúde, bem-estar, divertimento ou até mesmo diversos aspectos sociais” (GRATÃO; ROCHA, 2016, p.92). Segundo Gratão e Rocha (2016), as cidades brasileiras contam com pontos propícios para a prática da corrida de rua, por exemplo: parques, praias, praças, universidades, onde os profissionais de educação física orientam suas aulas através dos serviços das assessorias esportivas, que vai muito além de treinos específicos para cada pessoa, mas também como fator primordial na motivação. Portanto, para Balbinotti *et al.* (2015), a motivação é uma das condições fundamentais para a adesão e manutenção em práticas esportivas.

A motivação, palavra com origem no latim *moveres* (mover), refere-se basicamente à condição interna do indivíduo que o leva a praticar determinada ação, e nas últimas décadas vem ganhando cada vez mais espaço quando tratamos da prática de algum esporte. Nesse sentido, a motivação tem se tornado parte inerente de uma boa qualidade de vida e por este motivo tem sido amplamente estudada por diversos ramos da Educação Física e também da Psicologia (TRUCOLLO; MADURO; FEIJÓ, 2008).

Levando em consideração que a motivação é um fator de extrema importância para imersão na prática da corrida de rua, o presente trabalho teve o cuidado e a intenção de investigar sobre essa questão. Segundo estudos de Balbinotti *et al.* (2015), ao conhecer a motivação de cada pessoa na prática de determinada modalidade, as chances de aumentar o fluxo de entrada e consolidar a permanência do praticante em tal esporte são maiores. Outro aspecto concernente à esta pauta é a realização dessa prática ligada à assessoria esportiva, tendo em vista que ela oferece benefícios como acompanhamento dos treinos e solicitação de exames, o que traz ao assessor conhecimento acerca das características e limitações do praticante, gerando maior segurança no quesito prevenção de lesões.

Como os fatores motivacionais em corredores de rua é um tema muito relevante, alguns autores já iniciaram suas pesquisas a fim de colaborar com a ciência, como é o caso do estudo de Sanfelice *et al.* (2017), que pesquisou a análise qualitativa dos fatores que levam à prática da corrida de rua, e não foi encontrado diferença entre os gêneros, indo contra os resultados do estudo de Trucollo; Maduro; Feijó (2008), Fatores motivacionais de adesão a grupo de corrida, que observou que homens tem no exercício físico uma ferramenta de melhora psicológica, bem mais que as mulheres.

Mesmo o sul e o sudeste, sendo o berço da corrida de rua no Brasil e consequentemente ter um número maior de praticantes e de assessorias (LIMA; DO AMARAL DURUGAN, 2018), os estudos seguem essa tendência e a maioria são realizados nesses locais, excluindo assim o nordeste, onde cada vez mais a corrida de rua vem ganhando seu espaço. Sendo um dos esportes mais democráticos da atualidade, isso por não exigir um auto investimento para começar a treinar, nem muito menos um perfil definido, não importando a classe social, idade ou gênero. Porém, existem outros motivos que influenciam na escolha da modalidade específica da corrida como, por exemplo: melhora do nível de aptidão física, prevenção de doenças cardíacas, prevenção da osteoporose e benefícios estéticos (SANTOS; BORGES, 2010).

Para mais, os fatores motivacionais que levam o praticante a se interessar e ingressar na modalidade corrida de rua também são informações de conhecimento da assessoria esportiva, condição que confere um aperfeiçoamento da realização desse esporte. Isso é possível pois, uma vez que o assessor conhece os motivos que levaram a pessoa a querer correr, fica mais fácil alinhar o treinamento com os objetivos e metas

a serem alcançados. Por exemplo, os objetivos de uma pessoa que corre exclusivamente por saúde podem ser diferentes dos que têm a competitividade como motivação. Nesse ponto, a assessoria esportiva é um elemento de suma relevância. Além disso, o estudo de Balbinotti et al. (2015) também faz considerações acerca dos principais fatores para a prática regular de atividade física, podendo ser elencados: o controle do estresse; saúde; sociabilidade; competitividade; estética e prazer.

Definindo cada um deles, pode-se dizer que o “controle do estresse” é o fator pelo qual se identifica o nível que a pessoa utiliza da prática do exercício físico regular como forma de minimizar a ansiedade e o estresse da vida cotidiana. O nível que o praticante utiliza na prática do exercício físico regular como forma de manter a saúde geral e de prevenir doenças relacionadas ao sedentarismo é identificado pelo fator “saúde”. Já o nível que o indivíduo utiliza a prática do exercício físico regular como forma de sentir-se acolhido em algum grupo, equipe ou se relacionar com outras pessoas é identificado como fator “sociabilidade”. “Competitividade” é o fator pelo qual se identifica o nível que o indivíduo utiliza a prática do exercício físico regular como forma de manifestar aspectos associados ao vencer, surgindo uma sensação de superioridade e destaque em algum esporte. O fator que verifica o nível que o indivíduo se utiliza da prática do exercício físico regular como forma de manter ou adquirir um corpo bonito e que seja aceito pela sociedade em que vive chama-se “estética”. Por último, o fator “prazer” está associado ao bem-estar, de divertimento e satisfação que o exercício físico regular proporciona ao seu praticante (BALBINOTTI *et al.*, 2015).

Desse modo, o objetivo geral deste estudo foi identificar os fatores motivacionais em corredores de rua amadores que treinam com assessorias esportivas. Os objetivos específicos foram traçar o perfil dos corredores de rua amadores, em relação às informações demográficas (sexo, idade, escolaridade e renda), verificar a associação dos fatores motivacionais quanto à frequência, volume de km semanal e tempo de prática e comparar entre homens e mulheres os fatores motivacionais que levam a prática da corrida de rua em assessorias esportivas. Isso, através do inventário de motivação à prática de atividade física/esporte, que engloba seis fatores: controle de estresse, saúde, sociabilidade, competitividade, estética e prazer, os quais podem influenciar na busca de um grupo de corrida para iniciação e permanência no esporte.

METODOLOGIA

O presente estudo constitui-se do tipo descritivo, transversal com abordagem quantitativa e comparativa dos dados. A população do estudo foi de corredores de rua amadores da cidade de João Pessoa, capital do estado da Paraíba.

A amostra foi composta por 70 participantes, selecionada de maneira não probabilística por conveniência, sendo praticantes de corrida de rua de forma amadora de ambos os sexos, tendo como critério de inclusão: terem mais de 18 anos de idade, alunos de assessorias esportivas e que treinassem a mais de seis meses, e como critério de exclusão: o indivíduo recusar-se a preencher o inventário no ato da coleta ou preenchê-lo de maneira incompleta ou incorreta.

Para a realização desse estudo foi utilizado o inventário de motivação à prática de atividade física/esporte, o Inventário de Motivação à Prática Regular de Atividades Físicas e Esportivas (IMPRAFE-54) (BALBINOTTI *et al.*, 2015), que através dos seus 54 itens agrupados, tem como função verificar seis fatores motivacionais para a prática esportiva, sendo: controle de estresse, saúde, sociabilidade, competitividade, estética e prazer.

O IMPRAFE-54 trata-se de um instrumento que avalia as seis dimensões possíveis associadas à prática regular de atividade física. Este instrumento é composto por 54 itens agrupados seis a seis, observando a seguinte sequência: o primeiro item do primeiro bloco de seis apresenta uma questão relativa ao fator motivacional Controle de Estresse (ex.: liberar tensões mentais), a segunda Saúde (ex.: manter a forma física), a terceira Sociabilidade (ex.: estar com amigos), a quarta Competitividade (ex.: vencer competições), a quinta Estética (ex.: manter o corpo em forma) e a sexta Prazer (ex.: meu próprio prazer). Esse mesmo modelo se repete no segundo bloco de seis questões, até completar oito blocos (perfazendo um total de 54 questões). O bloco de número 9 é composto de seis questões repetidas (escala de verificação). Seu objetivo é verificar o grau de concordância acordada entre a primeira e a segunda resposta ao mesmo item. As respostas aos itens do inventário são dadas conforme uma escala bidirecional, de tipo *Likert*, graduada em cinco pontos, indo de “isto me motiva pouquíssimo” (1) a “isto me motiva muitíssimo” (5). Cada fator foi analisado individualmente.

Para as informações sociodemográficas foi utilizado um questionário semiestruturado para traçar o perfil dos corredores de rua que treinam com assessorias esportivas, onde foram analisados os seguintes itens: sexo, idade, renda seguindo como base o salário mínimo do ano de 2018 (R\$ 954,00) estabelecido e

atualizado pelo Governo Federal Brasileiro, escolaridade de acordo com a classificação da (ABEP) Associação Brasileira de Empresas de Pesquisas. Além das informações sobre a prática da corrida como a frequência de treino semanal, volume de quilômetros (km) semanal e tempo de prática de corrida de rua em assessoria esportiva.

A coleta de dados foi realizada nas três principais assessorias esportivas da cidade de João Pessoa/PB: assessoria (1) *Zksport*; assessoria (2) Tarso Matos e assessoria (3) *Fit running*. Inicialmente foi feito o primeiro contato com os treinadores para explicar a proposta do trabalho e em seguida foi solicitado à assinatura da carta de anuência, autorizando assim seus alunos a participarem da pesquisa. Após a aprovação pelo comitê de ética, foram iniciadas as coletas que duraram sete dias, sendo realizadas duas visitas pela manhã em dias de treinos alternados em cada assessoria para a exposição e aplicação do questionário, apresentação dos objetivos da pesquisa e retirada de dúvidas, assim com a assinatura de duas vias Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

O procedimento de coleta dos dados foi iniciado pela assessoria (1), no dia 13/10/2018 foram feitas 24 coletas e no dia 15/10/2018 mais 16 coletas, na assessoria (3), no dia 16/10/2018 foram feitas 7 coletas e no dia 18/10/2018 mais 5 coletas, na assessoria (2), no dia 17/10/2018 foram feitas 10 coletas e no dia 19/10/2018 mais 8 coletas, totalizando assim uma amostra de 70 pessoas avaliadas. O tempo de preenchimento do instrumento levou em média entre 5 a 10 minutos de forma individual.

ANÁLISE DE DADOS

As informações obtidas com a aplicação do instrumento de pesquisa foram organizadas em uma planilha *Excel* e convertidas em um arquivo para o pacote estatístico SPSS 20.0. O inventário de motivação à prática regular de atividade, aplicado apresentou medida de fidedignidade *Alpha de Cronbach* (que se situa de 0 a 1 e quanto mais perto de 1 mais fidedigno é o inventário) igual a 0,938 com intervalo a 95% de confiança compreendido entre 0,915 a 0,957, valor este excelente para garantir que esta pesquisa possui validade de construto (PEDHAZUR; SCHMELKIN, 1991). Foi aplicado o teste de Kolmogorov-Smirnov para avaliar se a distribuição de probabilidade dos escores seguia uma curva normal. As dimensões com valor-p menor que 0,05 negam a curva normal e apenas os escores estéticos do inventário seguiam esta curva. Desta forma todos os testes comparativos que envolveram dois grupos foram aplicados o teste não paramétrico de Mann-Whitney e apenas no caso dos escores estéticos foi aplicado o teste t-Student.

CONSIDERAÇÕES ÉTICAS

A pesquisa foi desenvolvida seguindo os princípios éticos da resolução nº466/2012 do Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde, que regulamenta as pesquisas envolvendo seres humanos e foi aprovada pelo Comitê de ética em pesquisa da Universidade Federal da Paraíba - UFPB. Todos os participantes foram incluídos no estudo mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE).

RESULTADOS

Os resultados do presente estudo são de uma amostra final de 70 indivíduos de ambos os sexos, sendo a maioria do sexo masculino (55,7%), com faixa etária de 30 a 39 anos de idade (40%), seguido da faixa etária de 40 a 49 anos de idade em que se encontra (28,6%) dos indivíduos. Estas duas faixas etárias compreendem quase 70% dos participantes da amostra, podendo-se dizer que aproximadamente 7 a cada 10 participantes se encontravam na faixa etária de 30 a 49 anos de idade. No que diz respeito à renda, a maioria (31,5%) possuem renda mensal de seis a quinze salários-mínimos e a maior parte (87,2%) dos entrevistados possuem escolaridade acima da escolaridade superior completa.

A maioria absoluta dos participantes possui frequência de treino semanal de duas a cinco vezes (94,3%), no tocante ao volume de km (82,9%) dos participantes treinam mais de 20km por semana. E em relação ao tempo de prática de corrida em assessorias esportivas (47,2%) dos participantes têm entre seis meses a dois anos de atividade.

É possível perceber em ordem de importância decrescente atribuída pelos praticantes de corrida de rua às dimensões do inventário IMPRAFE-54 de motivação à prática regular de atividade: saúde, prazer, sociabilidade, controle do estresse, estética e competitividade (Figura 1).

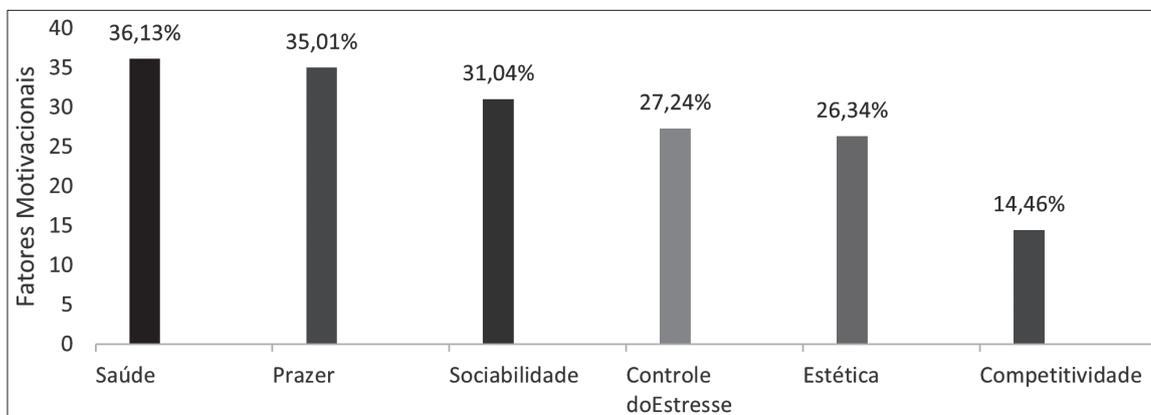


Figura 1 - Gráfico das dimensões do inventário de motivação à prática regular de atividade física dos corredores de assessorias esportivas da cidade de João Pessoa (PB).

Fonte: elaborado pelos autores.

A associação dos fatores motivacionais em relação à frequência, volume (km) semanal e tempo de prática não apresentou diferença significativa, com exceção da frequência semanal quando comparada com controle do estresse. Os participantes que treinam até três vezes atribuem mais importância a essa dimensão (Tabela 1).

Tabela 1 - Análise da comparação dos escores do inventário de motivação à prática regular de atividade física em relação à frequência, volume de (km) semanal e tempo de prática dos corredores de assessorias esportivas da cidade de João Pessoa (PB), 2018.

Frequência	Até 3 vezes	Mais de 3 vezes	Valor p[‡]
Controle do Estresse	29,63 ± 6,14	24,86 ± 7,91	0,007
Saúde	36,57 ± 3,61	35,69 ± 4,58	0,509
Sociabilidade	31,09 ± 6,64	31,00 ± 6,33	0,883
Competitividade	13,43 ± 5,95	15,49 ± 7,94	0,383
Estética*	26,97 ± 6,40	25,71 ± 6,84	0,354
Prazer	35,00 ± 4,04	35,03 ± 6,05	0,456
Volume km semanal	Até 30 km	Mais de 30 km	Valor p[‡]
Controle do Estresse	28,49 ± 7,60	26,00 ± 7,14	0,080
Saúde	36,49 ± 4,15	35,77 ± 4,11	0,365
Sociabilidade	30,11 ± 7,18	31,97 ± 5,55	0,416
Competitividade	13,71 ± 6,30	15,20 ± 7,74	0,573
Estética*	27,00 ± 7,24	25,69 ± 5,93	0,459
Prazer	34,46 ± 5,86	35,57 ± 4,24	0,457
Tempo de prática	Até 2 anos	Mais de 2 anos	Valor p[‡]
Controle do Estresse	27,79 ± 7,12	26,76 ± 7,76	0,588
Saúde	36,55 ± 3,73	35,76 ± 4,45	0,527
Sociabilidade	29,82 ± 7,16	32,14 ± 5,60	0,252
Competitividade	14,27 ± 6,63	14,62 ± 7,48	0,896
Estética*	26,97 ± 6,67	25,78 ± 6,49	0,374
Prazer	35,27 ± 4,31	34,78 ± 5,78	0,976

‡: Valor p teste de Mann-Whitney; *Teste T-Student.

Fonte: elaborada pelo autor.

Quando comparado por sexo, o feminino atribuiu mais importância às dimensões controle do estresse, saúde e estética do que o masculino, nas demais dimensões não houve diferenças significativas (Tabela 2).

Tabela 2 - Análise de comparação dos escores do inventário de motivação à prática regular de atividade física em relação ao sexo dos corredores de assessorias esportivas da cidade de João Pessoa (PB), 2018.

Dimensão	Feminino	Masculino	Valor p \ddagger
Controle do Estresse	29,10 \pm 7,47	25,77 \pm 7,15	0,050
Saúde	37,48 \pm 3,30	35,05 \pm 4,41	0,009
Sociabilidade	30,84 \pm 6,97	31,21 \pm 6,08	0,896
Competitividade	14,03 \pm 6,54	14,79 \pm 7,49	0,707
Estética*	28,06 \pm 7,17	24,97 \pm 5,85	0,032
Prazer	35,71 \pm 3,96	34,46 \pm 5,86	0,528

\ddagger : Valor p teste de Mann-Whitney; *Teste T-Student.

Fonte: elaborada pelo autor.

DISCUSSÃO

Através dos resultados desse estudo foi possível traçar o perfil dos corredores que treinam com assessorias esportivas, que na sua maioria são do sexo masculino, com idade acima de 30 anos, renda mensal entre 6 e 15 salários mínimos, sendo este, um perfil semelhante a outros estudos existentes na literatura atual.

No que se diz respeito à frequência, metade dos participantes treinam de 2 a 3 vezes por semana, com um volume semanal superior a 20 km, e com um tempo de prática em assessorias esportivas de 6 meses a 2 anos, revelando um perfil consistente de alunos no tempo de prática.

Com relação ao perfil dos corredores de assessorias de corrida (sexo, idade, renda, escolaridade, frequência semanal, km semanal e tempo de prática), houve algumas convergências e divergências, o que pode ser atribuído ao ano dos estudos e região aplicada as pesquisas. Em um estudo realizado em São José do Rio Preto – SP, a maioria dos participantes era do sexo feminino, com idade entre 31 a 49 anos de idade, que treinavam três vezes por semana, com um volume de km semanal de 30 km (LIMA; DO AMARAL DURUGAN, 2018). Nesse caso o sexo discordou e os outros itens concordaram.

Já no estudo de Pazin *et al.* (2008), discordou na renda (45,2%) recebiam entre 1.000 a 2.900 reais e (31,3%) recebiam mais de 3.000 reais, renda bem inferior ao presente estudo, e nem na escolaridade onde apenas (40%) tinha o nível superior completo contra (87,2%) do referido estudo. Já na pesquisa de Hespanhol Junior *et al.* (2012), o item escolaridade teve um percentual de (85,5%) de participantes com o nível superior completo, corroborando fielmente ao presente estudo. Em relação ao tempo de prática em assessoria esportiva (60%) dos participantes de um estudo que traçou o perfil dos corredores de rua em Brasília tinham um tempo de prática entre 1 a 5 anos (DE MOURA *et al.*, 2017), indo de acordo com os achados deste estudo.

Os fatores motivacionais mais relevantes para a permanência em assessorias esportivas em ordem decrescente foram: saúde, prazer, sociabilidade, controle do estresse, estética e competitividade. Nesse sentido, as dimensões controle do estresse, saúde e estética foram consideradas mais importantes para o sexo feminino do que para o sexo masculino. Tal achado fica em discordância com o estudo realizado por Sanfelice *et al.* (2017), que analisou os fatores que levam à prática da corrida de rua e que não identificou diferença entre os sexos. No entanto, o estudo realizado por Trucollo; Maduro; Feijó (2008), verificou que o sexo feminino considerou como de maior importância a melhora do condicionamento físico e saúde (88,2%), aumento da autoestima (64,7%) e percepção de melhoria da aparência física (58,5%), corroborando com o presente estudo.

Não foi surpresa que a dimensão saúde elencasse como a de maior importância, pois alguns estudos anteriores realizados por Balbinotti *et al.* (2015), Gratão e Rocha (2016), concluíram que o fator saúde é o principal motivo que faz com que as pessoas pratiquem a corrida de rua. Até quando comparado com outras modalidades nos estudos realizados com praticantes de musculação e judô, a saúde é identificada como prioritária entre os principais fatores motivacionais (OLIVEIRA, 2018).

A quantidade de pessoas que praticam a corrida de rua por prazer também foi considerável no presente estudo, ficando em segundo lugar indo de acordo com o estudo de Balbinotti *et al.* (2015), já em outra pesquisa o prazer ficou com um dos fatores de menor importância para a prática de exercício físico (GUEDES; LEGNANI; LEGNANI, 2012). A dimensão competitividade foi a de menor importância, isso poderia sugerir que as pessoas não procuram na corrida a competição com o próximo e sim consigo mesmo, reafirmando o estudo de Balbinotti *et al.* (2015), que teve a competição em último lugar entre os fatores motivacionais em corredores de rua.

O presente estudo traz algumas limitações que podem ser aperfeiçoadas para futuras pesquisas, tanto em relação a um tamanho amostral maior para maior alcance populacional, incluir uma amostra probabilística e não realizar seleção por conveniência, e que incluam outras variáveis para a análise de associação como percepção de saúde e autoeficácia, para que o alcance e a análise social dos dados possam ser mais amplos.

CONCLUSÃO

As evidências encontradas nesse estudo apontam que os principais fatores motivacionais para a prática da corrida de rua em assessorias esportivas são saúde, prazer, sociabilidade, controle do estresse, estética e competitividade. Também se comprova que existe uma discordância quando são comparadas as dimensões entre sexo feminino e masculino, uma vez que os fatores motivacionais em mulheres estão mais relacionados ao controle do estresse, saúde e estética, sendo estes os fatores de mais relevância para elas. Contudo, no presente trabalho e em comparação com trabalhos anteriores, consegue-se notar que o fator saúde é verdadeiramente muito importante, pois o mesmo é a principal motivação para os corredores de rua, até mesmo quando comparado com outras modalidades esportivas.

Deste modo, os resultados obtidos a partir dessa pesquisa são de fundamental importância não só para os profissionais de educação física, mas também para os psicólogos do esporte e até mesmo para os próprios atletas, pois fornecem informações capazes de estimular o aperfeiçoamento dos treinamentos para corredores de rua. Tornando assim, uma prática mais segura, e, ao longo do tempo, mais praticada e com maior número de visibilidade. Assim, é esperado que a partir dessa crescente imersão de praticantes novos pesquisadores surjam procurando entender sobre o assunto e se especializando para que tal prática esteja sempre em constante estado de evolução.

Propõe-se que novos estudos devem ser realizados comparando corredores que treinam com assessorias e que treinam de forma individual. Também entre corredores que tenham materiais que facilitem a sua prática e aqueles que não têm ou que ainda não possuem muito conhecimento sobre. Sobretudo, são necessárias novas pesquisas de outra natureza pertinentes a esse tema, a fim de aumentar o conhecimento específico e o leque de dados e informações sobre a área. Concluindo assim, que este estudo é muito relevante, merecendo uma maior visibilidade, atraindo mais pesquisadores que se aprofundem no assunto e tragam sempre avanços científicos para a modalidade.

REFERÊNCIAS

- BALBINOTTI, M.A.A. et al. Perfis motivacionais de corredores de rua com diferentes tempos de prática. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v.37, n.1, p.65-73, fev. 2015.
- DALLARI, M.M. **Corrida de rua: um fenômeno sociocultural contemporâneo**. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo. p. 1-124, nov. 2009.
- DOS SANTOS, M.C.; MARQUES, J.C. Corrida de Rua: Esporte, Diversão e Consumo. Análise da Campanha Publicitária "Vem Junto" da Marca Nike. **Anais...40º CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DA COMUNICAÇÃO**. Curitiba/PR. p.1-15, set. 2017.
- FONSECA, F. de S. et al. Análise do perfil sociodemográfico, motivos de adesão, rotina de treinamento e acompanhamento profissional de praticantes de corrida de rua. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v.27, n.4, p.189-198, 2019.
- GUEDES, D.P.; LEGNANI, R.F.S.; LEGNANI, E. Motivos para a prática de exercício físico em universitários e fatores associados. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v.26, n.4, p.679-89, out./dez. 2012.

GRATÃO, A.O.; ROCHA, C.M. Dimensões da motivação para correr e para participar de eventos de corridas. **Revista Brasileira Ciência e Movimento**, v.24, n.3, p.90-102, mai.2016.

HESPAHOL JUNIOR, L.C. et al. Perfil das características do treinamento e associação com lesões musculoesqueléticas prévias em corredores recreacionais: um estudo transversal. **Brazilian Journal of Physical Therapy**, v.16, p.46-53, 2012.

LIMA, F.S.C.; DO AMARAL DURIGAN, A.N. Perfil e características de treinamento dos praticantes de corrida de rua no município de São José do Rio Preto/SP. **RBPFEEX-Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, v.12, n.77, p.675-685, 2018.

DE MOURA, L.B. et al. Perfil dos corredores de Brasília: independentes x Assessorias Esportivas. **Revista Interdisciplinar Ciências Médicas**, v.1, n.1, p.110-122, 2017.

OLIVEIRA, A.J. Aspectos motivacionais de praticantes de judô do sexo masculino. **Revista Brasileira de Ciências do esporte**, Rio de Janeiro, v.40, n 2, p.156-162, 2018.

PAZIN, J. et al. Corredores de rua: características demográficas, treinamento e prevalência de lesões. **Rev bras cineantropom desempenho hum**, v.10, n.3, p.277-82, 2008.

PEDHAZUR, E.; SCHMELKIN, L. **Measurement, design, and analysis: An integrated approach**. New York: Lawrence Erlbaum Associates, 1991.

SANFELICE, R. et al. Análise qualitativa dos fatores que levam à prática da corrida de rua. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, v.11, n.64, p.83-88, jan./fev. 2017.

SANTOS, M.L. dos; BORGES, G.F. Exercício físico no tratamento e prevenção de idosos com osteoporose: uma revisão sistemática. **Fisioterapia em movimento**, v.23, p.289-299, 2010.

TRUCOLLO, A.B.; MADURO, P.A.; FEIJÓ, E.A. Fatores motivacionais de adesão a grupos de corrida. **Motriz**, v.14, n.2, p.108-114, abr./jun. 2008.

Educação Física - Universidade Estadual da Paraíba
R. Baraúnas, 351 - Universitário,
Campina Grande - PB,
58429-500