



**UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA**  
**FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA**  
**PROGRAMA DE GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

**ANÁLISE DOS PERFIS MOTIVACIONAIS DE CORREDORES  
DE RUA DO DISTRITO FEDERAL PARA INICIAÇÃO DA  
PRÁTICA DA CORRIDA**

**LAIZ LEAL RAMOS**

**ADRIANA PATRÍCIA OLIVEIRA ROSA E SOUSA**

**BRASÍLIA - DF**

**2017**

**LAIZ LEAL RAMOS**

**ADRIANA PATRÍCIA OLIVEIRA ROSA E SOUSA**

**ANÁLISE DOS PERFIS MOTIVACIONAIS DE CORREDORES  
DE RUA DO DISTRITO FEDERAL PARA INICIAÇÃO DA  
PRÁTICA DA CORRIDA**

Trabalho de conclusão de curso apresentado à Faculdade de Educação Física – FEF da Universidade de Brasília – UnB para obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

Orientador: Prof. Dr Tiago Guedes Russomanno

**BRASÍLIA - DF**

**2017**

## ÍNDICE

<b>RESUMO</b>	<b>4</b>
<b>INTRODUÇÃO</b>	<b>5</b>
<b>PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS</b>	<b>8</b>
Participantes do Estudo .....	<b>8</b>
Variáveis.....	<b>8</b>
Coleta de dados.....	<b>8</b>
Análise de dados.....	<b>9</b>
<b>RESULTADOS</b>	<b>10</b>
<b>DISCUSSÃO</b>	<b>19</b>
<b>CONCLUSÃO</b>	<b>22</b>
<b>REFERÊNCIAS</b>	<b>23</b>
<b>ANEXOS</b>	<b>24</b>

## RESUMO

O objetivo deste estudo foi traçar o perfil motivacional dos corredores do Distrito Federal para a iniciação da corrida de rua. Para que este perfil fosse traçado coletou-se os dados por meio do questionário online “Fatores Motivacionais e Perfil dos Corredores de Rua”. A amostra foi composta por 361 corredores de rua de ambos os sexos, sendo 187 homens e 174 mulheres de diferentes idades. Para uma análise quantitativa dos dados utilizou-se o Software IBM SPSS Statistics v20. Constatou-se que as três maiores motivações - em ordem decrescente - para a iniciação da corrida são: saúde, estilo/qualidade de vida e condicionamento físico. E que as três menores - também em ordem decrescente - são: influência da família, esportes praticados na escola e orientação médica.

Palavras chave: corredores, atletismo, motivação.

## ABSTRACT

The objective of this study was to outline the motivational profile of runner of the Federal District for a street racing initiative. In order for the profile to be drawn the data was obtained through an online survey "Motivational Factors and Profile of the Street Runners". The sample consisted of 361 runners of both sexes, 187 men and 174 women of different ages. For a quantitative analysis of the data, the IBM SPSS Statistics v20 software was used. It was found that as three major motivations - in downward order - for a race initiative are: health, style / quality of life and physical conditioning. And that as three minor - also in downward order - are: family influence, sports practiced at school and medical guidance.

Keywords: runners, athletics, motivation.

## INTRODUÇÃO

De acordo com a Confederação Brasileira de Atletismo<sup>1</sup> - responsável pelo Atletismo no Brasil - o Atletismo é considerado um esporte-base, uma vez que realiza movimentos naturais/funcionais para o dia-a-dia do homem, como: saltar, arremessar/lançar e correr. Além de ser o esporte mais antigo, também foi o primeiro a realizar competições.

As Corridas de Rua (também conhecidas como provas de pedestrianismo), surgiram, na Inglaterra, século XVIII. Essas corridas são caracterizadas como disputas em percursos de ruas, estradas, avenidas com distâncias que variam de 5.000m a 100.000m. Essas corridas se difundiram para os Estados Unidos e para o restante da Europa e, em meados dos anos 70, Kenneth Cooper (criador do teste de cooper) fez com que essa prática crescesse muito. Ainda nessa década, foi liberada a participação da população nas provas juntamente com os corredores profissionais<sup>2</sup>.

A corrida de rua tardou um pouco para chegar ao Brasil<sup>3</sup>. De acordo com a CBA<sup>1</sup>, no início do século 20 as corridas de rua já eram praticadas por parte da população brasileira. Em 1925 ocorreu a primeira maior prova dessa modalidade no Brasil, a São Silvestre, em que 60 atletas concluíram a prova. Já em 2013, essa mesma prova possuía mais de 20.000 atletas concluintes<sup>3</sup>.

Muitas corridas, ainda que não ligadas às federações de atletismo ocorrem nas ruas do Distrito Federal. E, segundo dados da própria Secretaria de Esportes do DF<sup>4</sup>, Brasília é uma das quatro cidades brasileiras que mais tem corredores de rua.

De acordo com o portal de notícias G1(2017)<sup>7</sup>, o número de corredores de rua cresceu 50% em 5 anos, esse crescente número de praticantes de corrida no Brasil chama a atenção para tentar entender que mecanismos foram utilizados para que estes corredores optassem pela prática dessa atividade. Correr pelo prazer de correr, pela busca da qualidade de vida, saúde, ou com fim competitivo são opções que circulam esses indivíduos. Mas cada uma dessas características pode ou não ter a mesma motivação. As maiores motivações para a prática regular da corrida de rua são: a saúde, o prazer e o controle do estresse - prioritariamente nessa ordem - já a sociabilidade e a competitividade têm grandes valores significativos em corredores com mais de um ano de prática<sup>6</sup>.

Com esse aumento do número de corredores no Distrito Federal, seja nos parques, nas quadras residenciais, nas ruas ou nos clubes, há sempre algum(uns) fator(es) motivador(es) que de alguma maneira influencia(m) o ser humano a praticar a corrida. O corredor do DF está, de alguma forma, inserido em um de dois grupos distintos, os corredores amadores e corredores de elite.

Identificar os fatores de contribuição para a prática da corrida, como as motivações geradas pela preocupação com a saúde, a estética e o rendimento em atividades físicas auxiliará, por meio do perfil dos corredores amadores, os programas de supervisão de corrida, as federações atléticas e aos profissionais da área na construção de treinamento físico de acordo com o objetivo e as necessidades dos corredores.

Outro fator relevante é a importância que pais e/ou familiares próximos têm sobre as crianças e adolescentes. A convivência familiar pode ter grande representatividade nesse sentido quando os pais já são praticantes de alguma atividade física. “Entende-se, assim, que as lideranças adultas poderiam influir decisivamente na formação esportiva em idade escolar”<sup>8</sup>. Teoricamente são eles que conduzem, ou deveriam conduzir, a educação dos filhos, também na área esportiva. Muitos atletas seguem o exemplo dos pais.

Acredita-se também, que além dos pais, a escola tem grande influência no desenvolvimento motor e psicológico de crianças e adolescentes, tornando-se uma grande estimuladora para a formação de futuros corredores. Se valoriza a aprendizagem esportista quando se concede um tempo maior a atividade física, especificamente no atletismo, se potencializa nos alunos uma maior autonomia na realização de tarefas, maior motivação e competitividade<sup>5</sup>.

Em outro contexto, os problemas de saúde, redução de estresse e a melhora na autoestima podem também contribuir para a busca da atividade física.

De acordo com Truccolo:

As razões mais importantes para as mulheres aderirem a um programa supervisionado são: melhora do condicionamento físico e saúde (88,2%), apreciarem estar ao ar livre (82,4%), aumento da autoestima (64,7%) e sentirem que a aparência física melhorou (58,5%) [...] que as principais razões para os homens aderirem à corrida de rua supervisionada são: sentirem-se menos ansiosos (67,7%), melhora do condicionamento físico e saúde (64,5%), forma de reduzir o estresse (58,1%), melhora da autoestima e apreciar estar ao ar livre sendo da mesma forma “extremamente importantes”<sup>9</sup>

É comum encontrarmos pessoas correndo nas calçadas, em parques e nas ruas tentando emagrecer. A Insatisfação com a estética do corpo tem levado muitas pessoas a buscar alternativas que facilitem a perda de peso. A corrida por ser um veículo barato de prática de atividade física e de fácil realização, ganhou muitos adeptos. As influências midiática e mercadológica nas competições de rua também estimulam novos e antigos corredores a competir.

Dentro desse panorama apresentado sobre a corrida de rua no DF, o objetivo desta pesquisa é traçar o perfil motivacional dos corredores do Distrito Federal para a iniciação da corrida de rua.

## PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

### PARTICIPANTES DO ESTUDO

A pesquisa foi realizada com 361 corredores do Distrito Federal de ambos os sexos, sendo 187 homens e 174 mulheres. 95,57% da amostra foi composta por corredores com faixa-etária entre 21 e 60 anos de idade, que possuem o hábito de correr e já participaram de alguma prova de corrida de rua, mesmo que não inscritos.

Foram excluídos da amostra os corredores de rua de fora do Distrito Federal.

### VARIÁVEIS

O estudo analisou as seguintes variáveis: Características demográficas e grau de motivação a iniciação à corrida (lazer, orientação médica, estética, competitividade, influência familiar).

### COLETA DE DADOS

Para a realização da pesquisa, foi utilizado um questionário online para avaliar “Fatores Motivacionais e Perfil dos Corredores de Rua”, formulado pelo Grupo de Pesquisa “Comportamento de consumo do corredor de rua: uma visão baseada na teoria da prática”, da Faculdade de Educação Física - FEF - da Universidade de Brasília, distribuído e coletado em documento físico e em redes sociais por meio do “Survey” do googledocs. A saber, a coleta foi realizada em um período de 24 dias. Alguns questionários em documento físico foram respondidos durante a retirada dos “kits” de corrida da *Corrida contra o Câncer* de 2017; grande parte da amostra foi abordada durante algumas corridas de rua de Brasília, realizadas no mês de outubro e novembro de 2017, onde os mesmos receberam o questionário via E-mail, pós-prova; outra parte da amostra, recebeu o questionário enviado aos grupos de corrida via WhatsApp e Facebook.

Por meio de algumas perguntas segmentadas pelas temáticas: Motivações e corrida de rua; Perfil de corredor; Corrida e consumo; e Perfil demográfico, o questionário buscou dados referentes aos corredores do DF.



## **ANÁLISE DOS DADOS**

Após coletados, os dados foram exportados e analisados por meio de estatística descritiva utilizando o Software IBM SPSS Statistics. As análises foram realizadas pelos métodos de distribuição de frequências e tabulações cruzadas. Para identificação de tendências entre as variáveis que foram comparadas, utilizou-se o teste de qui-quadrado que compara uma distribuição proporcional entre as variáveis categóricas e as frequências de cruzamento. Quando o teste apresentou diferenças significativas ( $p < 0,05$ ) entre as contagens, analisou-se então as tendências entre as variáveis motivacionais em grupos demográficos.

## RESULTADOS

As motivações para a iniciação da corrida de rua no Distrito Federal são representadas, de maneira decrescente, na tabela 1. Pode-se perceber que a saúde é a variável que mais motivou as pessoas a começarem a correr, seguida de estilo/qualidade de vida e condicionamento físico. Enquanto esportes praticados na escola e orientação médica foram as variáveis menos influenciadoras.

**Tabela 1.** Motivações para a iniciação da corrida de rua no Distrito Federal

	Moda	Mínimo	Máximo	Soma
Saúde	4	0	4	1282
Estilo/Qualidade de Vida	4	0	4	1252
Condicionamento Físico	4	0	4	1195
Lazer	4	0	4	1104
Aliviar o Estresse	4	0	4	1095
Simplicidade da prática da corrida	4	0	4	1046
Estética ou emagrecimento	4	0	4	1031
Influência de Amigos ou Colegas de Trabalho	4	0	4	797
Fazer amigos e se tornar integrante de um grupo social	0 e 4	0	4	717
Competição	0	0	4	603
Influência da família	0	0	4	514
Esportes praticados na escola	0	0	4	397
Orientação Médica	0	0	4	360

Para comparação e análise dos dados de maneira mais específica, cruzou-se primeiramente a variável mais influenciadora com a faixa-etária dos corredores, vide **tabela 2**, e percebeu-se que corredores motivados pela saúde, com idade entre 31 e 40 anos possuem maior tendência motivacional que o restante da amostra e que os menos motivados tendem a ser os jovens de até 20 anos.

**Tabela 2** Saúde X Faixa Etária

			Qual sua faixa etária?						
			De 31						
			Até 20 anos	De 21 a 30 anos	a 40 anos	De 41 a 50 anos	De 51 a 60 anos	Mais de 60 anos	Total
Saúde	Não motivou	Contagem	2	0	1	1	1	0	5
		Contagem Esperada	,1	1,2	1,8	1,3	,4	,1	5,0
		Residual	1,9	-1,2	-,8	-,3	,6	-,1	
Motivou pouco	Contagem	1	3	3	2	2	0	11	
	Contagem Esperada	,2	2,7	4,0	2,9	,9	,3	11,0	
	Residual	,8	,3	-1,0	-,9	1,1	-,3		
Motivou razoavelmente	Contagem	0	7	5	4	1	0	17	
	Contagem Esperada	,3	4,1	6,2	4,5	1,5	,4	17,0	
	Residual	-,3	2,9	-1,2	-,5	-,5	-,4		
Motivou bem	Contagem	0	18	32	19	5	1	75	
	Contagem Esperada	1,5	18,1	27,4	19,7	6,4	1,9	75,0	
	Residual	-1,5	-,1	4,6	-,7	-1,4	-,9		
Motivou muito	Contagem	4	59	91	69	22	8	253	
	Contagem Esperada	4,9	61,0	92,5	66,6	21,7	6,3	253,0	
	Residual	-,9	-2,0	-1,5	2,4	,3	1,7		
Total	Contagem	7	87	132	95	31	9	361	
	Contagem Esperada	7,0	87,0	132,0	95,0	31,0	9,0	361,0	

p<0,05

Quando cruzados os dados referentes à saúde com a escolaridade dos corredores, vide **tabela 3**, percebeu-se que o grupo com maior motivação para a iniciação da corrida de rua pela saúde é o das pessoas que possuem nível superior completo com especialização. O grupo menos motivado por essa questão (a saúde) é o de superior completo.

**Tabela 3** Saúde X Escolaridade

			Escolaridade							
			Ensino Fundamental Completo	Ensino Médio Incompleto	Ensino Médio Completo	Superior Incompleto	Superior Completo	Superior com Especialização (lato senso)	Pós-graduação (mestrado ou doutorado)	Total
Saúde	Não motivou	Contagem	0	0	1	1	3	0	0	5
		Contagem Esperada	,0	,1	,4	,6	1,6	1,7	,6	5,0
		Residual	,0	-,1	,6	,4	1,4	-1,7	-,6	
	Motivou pouco	Contagem	1	1	1	2	4	1	1	11
		Contagem Esperada	,0	,1	,8	1,4	3,6	3,7	1,3	11,0
		Residual	1,0	,9	,2	,6	,4	-2,7	-,3	
	Motivou razoavelmente	Contagem	0	0	0	5	6	4	2	17
		Contagem Esperada	,0	,2	1,2	2,2	5,6	5,7	2,0	17,0
		Residual	,0	-,2	-1,2	2,8	,4	-1,7	,0	
	Motivou bem	Contagem	0	0	3	7	22	32	11	75
		Contagem Esperada	,2	,8	5,4	9,6	24,7	25,3	8,9	75,0
		Residual	-,2	-,8	-2,4	-2,6	-2,7	6,7	2,1	
	Motivou muito	Contagem	0	3	21	31	84	85	29	253
		Contagem Esperada	,7	2,8	18,2	32,2	83,4	85,5	30,1	253,0
		Residual	-,7	,2	2,8	-1,2	,6	-,5	-1,1	
	Total	Contagem	1	4	26	46	119	122	43	361
		Contagem Esperada	1,0	4,0	26,0	46,0	119,0	122,0	43,0	361,0

p<0,05

A segunda variável mais influenciadora é a do estilo/qualidade de vida. Quando associada com a faixa-etária (**tabela 4**) percebeu-se que o maior número de corredores motivados por esse quesito possui entre 31 e 40 anos.

Não há tendência motivacional entre os jovens de até 20 anos e pouca motivação para adultos entre 51 e 60 anos.

**Tabela 4** Estilo e Qualidade de Vida X Faixa Etária

			Qual sua faixa etária?						
			Até 20 anos	De 21 a 30 anos	De 31 a 40 anos	De 41 a 50 anos	De 51 a 60 anos	Mais de 60 anos	Total
Estilo / Qualidade de Vida	Não motivou	Contagem	2	1	2	1	2	0	8
		Contagem	,2	1,9	2,9	2,1	,7	,2	8,0
		Residual	1,8	-,9	-,9	-,1,1	1,3	-,2	
	Motivou pouco	Contagem	0	3	5	3	3	0	14
		Contagem	,3	3,4	5,1	3,7	1,2	,3	14,0
		Residual	-,3	-,4	-,1	-,7	1,8	-,3	
	Motivou razoável mente	Contagem	1	4	5	4	3	0	17
		Contagem	,3	4,1	6,2	4,5	1,5	,4	17,0
		Residual	,7	-,1	-,1,2	-,5	1,5	-,4	
	Motivou bem	Contagem	0	21	36	21	4	2	84
		Contagem	1,6	20,2	30,7	22,1	7,2	2,1	84,0
		Residual	-,6	,8	5,3	-,1,1	-,3,2	-,1	
	Motivou muito	Contagem	4	58	84	66	19	7	238
		Contagem	4,6	57,4	87,0	62,6	20,4	5,9	238,0
		Residual	-,6	,6	-,3,0	3,4	-,1,4	1,1	
	Total	Contagem	7	87	132	95	31	9	361
		Contagem	7,0	87,0	132,0	95,0	31,0	9,0	361,0

p<0,05

Ao cruzarmos os dados de estilo de vida e escolaridade, **tabela 5**, encontramos uma tendência de que os corredores mais motivados, por esse quesito, são os corredores com nível superior completo e com nível superior completo com especialização. Enquanto o grupo com menor tendência motivacional é superior incompleto.

**Tabela 5** Estilo e Qualidade de Vida X Escolaridade

			Escolaridade						Total	
			Ensino Fundamental Completo	Ensino Médio Incompleto	Ensino Médio Completo	Superior Incompleto	Superior Completo	Superior com Especialização (lato senso)	Pós-graduação (mestrado ou doutorado)	
Estilo / Qualidade de Vida	Não motivou	Contagem	0	0	1	1	4	2	0	8
		Contagem Esperada	,0	,1	,6	1,0	2,6	2,7	1,0	8,0
		Residual	,0	-,1	,4	,0	1,4	-,7	-,1,0	
	Motivou pouco	Contagem	1	1	0	3	4	4	1	14
		Contagem Esperada	,0	,2	1,0	1,8	4,6	4,7	1,7	14,0
		Residual	1,0	,8	-,1,0	1,2	-,6	-,7	-,7	
	Motivou razoavelmente	Contagem	0	0	2	3	6	5	1	17
		Contagem Esperada	,0	,2	1,2	2,2	5,6	5,7	2,0	17,0
		Residual	,0	-,2	,8	,8	,4	-,7	-,1,0	
	Motivou bem	Contagem	0	0	3	8	35	25	13	84
		Contagem Esperada	,2	,9	6,0	10,7	27,7	28,4	10,0	84,0
		Residual	-,2	-,9	-,3,0	-,2,7	7,3	-,3,4	3,0	
	Motivou muito	Contagem	0	3	20	31	70	86	28	238
		Contagem Esperada	,7	2,6	17,1	30,3	78,5	80,4	28,3	238,0
		Residual	-,7	,4	2,9	,7	-,8,5	5,6	-,3	
	Total	Contagem	1	4	26	46	119	122	43	361
		Contagem Esperada	1,0	4,0	26,0	46,0	119,0	122,0	43,0	361,0

p<0,05

Ao analisarmos o condicionamento físico com faixa-etária (**Tabela 6**), percebemos que os corredores com uma maior tendência motivacional estão entre 41 e 50 anos de idade e os que possuem uma menor tendência, nesse quesito, são os que têm até 20 anos de idade e os que têm entre 51 e 60 anos de idade.

**Tabela 6** Condicionamento Físico X Faixa Etária

			Qual sua faixa etária?					Total	
			Até 20 anos	De 21 a 30 anos	De 31 a 40 anos	De 41 a 50 anos	De 51 a 60 anos		Mais de 60 anos
Condição Físico	Não motivou	Contagem	2	1	2	1	2	0	8
		Contagem Esperada	,2	1,9	2,9	2,1	,7	,2	8,0
		Residual	1,8	-,9	-,9	-1,1	1,3	-,2	
	Motivou pouco	Contagem	0	1	7	5	3	0	16
		Contagem Esperada	,3	3,9	5,9	4,2	1,4	,4	16,0
		Residual	-,3	-2,9	1,1	,8	1,6	-,4	
	Motivou razoavelmente	Contagem	1	9	13	6	3	1	33
		Contagem Esperada	,6	8,0	12,1	8,7	2,8	,8	33,0
		Residual	,4	1,0	,9	-2,7	,2	,2	
	Motivou bem	Contagem	0	24	38	33	7	1	103
		Contagem Esperada	2,0	24,8	37,7	27,1	8,8	2,6	103,0
		Residual	-2,0	-,8	,3	5,9	-1,8	-1,6	
	Motivou muito	Contagem	4	52	72	50	16	7	201
		Contagem Esperada	3,9	48,4	73,5	52,9	17,3	5,0	201,0
		Residual	,1	3,6	-,5	-2,9	-1,3	2,0	
	Total	Contagem	7	87	132	95	31	9	361
		Contagem Esperada	7,0	87,0	132,0	95,0	31,0	9,0	361,0

p<0,05

Relacionado o condicionamento físico com a escolaridade (**Tabela 7**), encontramos o seguinte resultados: as pessoas com ensino superior completo possuem uma menor tendência motivacional que as pessoas com Ensino médio e Superior incompleto. Essas possuem as maiores tendências das categorias de escolaridade presentes.

**Tabela 7** Condicionamento Físico X Escolaridade

			Escolaridade							
			Ensino Fundamental Completo	Ensino Médio Incompleto	Ensino Médio Completo	Superior Incompleto	Superior Completo	Superior com Especialização (lato sensu)	Pós-graduação (mestrado ou doutorado)	Total
Condicionamento Físico	Não motivou	Contagem	0	0	1	1	4	2	0	8
		Contagem Esperada	,0	,1	,6	1,0	2,6	2,7	1,0	8,0
		Residual	,0	-,1	,4	,0	1,4	-,7	-1,0	
	Motivou pouco	Contagem	1	1	1	2	8	3	0	16
		Contagem Esperada	,0	,2	1,2	2,0	5,3	5,4	1,9	16,0
		Residual	1,0	,8	-,2	,0	2,7	-2,4	-1,9	
	Motivou razoavelmente	Contagem	0	0	1	6	13	11	2	33
		Contagem Esperada	,1	,4	2,4	4,2	10,9	11,2	3,9	33,0
		Residual	-,1	-,4	-1,4	1,8	2,1	-,2	-1,9	
	Motivou bem	Contagem	0	0	7	10	28	40	18	103
		Contagem Esperada	,3	1,1	7,4	13,1	34,0	34,8	12,3	103,0
		Residual	-,3	-1,1	-,4	-3,1	-6,0	5,2	5,7	
	Motivou muito	Contagem	0	3	16	27	66	66	23	201
		Contagem Esperada	,6	2,2	14,5	25,6	66,3	67,9	23,9	201,0
		Residual	-,6	,8	1,5	1,4	-,3	-1,9	-,9	
	Total	Contagem	1	4	26	46	119	122	43	361
		Contagem Esperada	1,0	4,0	26,0	46,0	119,0	122,0	43,0	361,0

p<0,05



Quando comparamos o sexo (masculino, feminino) com a influência familiar, **tabela 8**, percebemos que as mulheres têm uma tendência maior de serem influenciadas por seus familiares que os homens.

**Tabela 8** Influência da Família X Sexo

			Qual o seu sexo?		
			Feminino	Masculino	Total
Influência da família	Não motivou	Contagem	66	69	135
		Contagem Esperada	65,1	69,9	135,0
		Residual	,9	-,9	
	Motivou pouco	Contagem	38	38	76
		Contagem Esperada	36,6	39,4	76,0
		Residual	1,4	-1,4	
	Motivou razoavelmente	Contagem	18	36	54
		Contagem Esperada	26,0	28,0	54,0
		Residual	-8,0	8,0	
	Motivou bem	Contagem	24	30	54
		Contagem Esperada	26,0	28,0	54,0
		Residual	-2,0	2,0	
	Motivou muito	Contagem	28	14	42
		Contagem Esperada	20,2	21,8	42,0
		Residual	7,8	-7,8	
	Total	Contagem	174	187	361
		Contagem Esperada	174,0	187,0	361,0

p<0,05

Embora a orientação médica tenha sido o fator de menor influência, quando comparada aos demais fatores (**Tabela 9**), percebe-se que os profissionais militares possuem uma tendência a serem mais motivados que os servidores públicos e que os empregados da iniciativa privada.

**Tabela 9** Orientação Médica X Profissão

		Profissão										
		Servidor		Empregado				Desempregado				Total
		Público	Militar	Profissional Liberal	da Iniciativa Privada	Aposentado / Pensionista	Estudante	/ Não trabalha	Outro			
Orientação Médica	Não motivou	Contagem	78	20	21	35	4	14	4	15	191	
		Contagem Esperada	72,0	23,8	20,1	37,0	3,2	12,2	4,8	18,0	191,0	
		Residual	6,0	-3,8	,9	-2,0	,8	1,8	-,8	-3,0		
	Motivou pouco	Contagem	22	5	9	18	0	2	3	5	64	
		Contagem Esperada	24,1	8,0	6,7	12,4	1,1	4,1	1,6	6,0	64,0	
		Residual	-2,1	-3,0	2,3	5,6	-1,1	-2,1	1,4	-1,0		
	Motivou razoavelmente	Contagem	24	8	0	4	0	5	1	5	47	
		Contagem Esperada	17,7	5,9	4,9	9,1	,8	3,0	1,2	4,4	47,0	
		Residual	6,3	2,1	-4,9	-5,1	-,8	2,0	-,2	,6		
	Motivou bem	Contagem	7	5	7	7	1	0	0	7	34	
		Contagem Esperada	12,8	4,2	3,6	6,6	,6	2,2	,8	3,2	34,0	
		Residual	-5,8	,8	3,4	,4	,4	-2,2	-,8	3,8		
	Motivou muito	Contagem	5	7	1	6	1	2	1	2	25	
		Contagem Esperada	9,4	3,1	2,6	4,8	,4	1,6	,6	2,4	25,0	
		Residual	-4,4	3,9	-1,6	1,2	,6	,4	,4	-,4		
	Total	Contagem	136	45	38	70	6	23	9	34	361	
		Contagem Esperada	136,0	45,0	38,0	70,0	6,0	23,0	9,0	34,0	361,0	

p<0,05

## DISCUSSÃO

Quando comparados os resultados deste estudo aos encontrados no estudo sobre as motivações dos corredores de rua em diferentes tempos de prática<sup>6</sup>, que mostra que as maiores motivações desses corredores são: saúde, prazer e controle do estresse - respectivamente, 1º, 2º e 3º lugares, em ordem de prioridades, confirma-se que a maior motivação entre os corredores de rua é, de fato, a saúde.

Pode-se notar que a maior motivação nos dois estudos é igual, porém as segundas e terceiras motivações são distintas. Visto que no Distrito Federal, são elas: a melhora do estilo/qualidade de vida e a melhora no condicionamento físico, respectivamente. Isso é mais determinante em adultos com faixa-etária entre 31 e 50 anos, com nível superior completo com especialização, de acordo com o cruzamento de dados das tabelas 2, 3, 4 e 5.

Pode haver um viés na pesquisa quanto aos grupos que provavelmente interpretaram saúde e estilo/qualidade de vida como um mesmo conceito, pois o questionário apontou semelhanças e proximidades no resultado das perguntas relacionados a estas duas variáveis.

Outra característica importante encontrada foi que em relação à família e seu caráter influente<sup>8</sup>, por meio da tabela 8, é que há uma maior tendência de influência da família em mulheres que nos homens. Para as mulheres é um fator muito importante, enquanto que para os homens, é apenas razoável. Esperava-se ser um fator de maior ênfase motivacional, no entanto, este estudo mostrou ser apenas a terceira variável com menor relevância para a iniciação desta prática.

Observou-se também que os corredores do DF não possuem grandes influências da prática de esportes na escola, na iniciação da corrida, como era esperado quando comparado aos estudos realizados no período escolar<sup>5</sup>. Constatou-se isso com os dados da tabela 1, que mostram que “esportes praticados na escola” está acima apenas de “orientação médica” que é o que menos motiva, dentre as categorias analisadas.

O resultado desta pesquisa indica então que, se a escola não tem influência significativa no indivíduo para a iniciação da prática na atividade física, mais especificamente na corrida, é preciso repensar o papel da escola dentro deste contexto. Contrapondo assim, o que Balbinotti<sup>5</sup> indicou em sua pesquisa. É possível

quando comparado as duas pesquisas, Balbinotti e esta, perceber que a escola utilizada por ele para pesquisa sofreu uma mudança pontual nas atividades, com preparação do docente, e nas aulas ministradas por meio de um método particular de ensino de atletismo, o que não ocorreu nas escolas do Distrito Federal.

Ao analisarmos os dados referentes à iniciação da corrida por orientação médica foi encontrado apenas valor significativo no cruzamento de dados desta variável com a variável “profissão”, tabela 9, embora o questionário limite-se em mostrar apenas que as pessoas menos motivadas eram servidores públicos e os mais motivados eram os militares. O resultado não permite ter uma conclusão direta sobre o que esta acontecendo. Esses dados precisariam ser mais explorados e por isso, essa pesquisa indica a necessidade de novos estudos para esclarecer melhor o perfil destas populações.

De acordo com a tabela 7, que aponta a busca da corrida para ganho de condicionamento físico X escolaridade, pode-se deduzir que estes são indivíduos jovens adultos e adultos com mais idade já que o índice é alto para motivação em pessoas com ensino médio completo e pós-graduação (mestrado ou doutorado). Percebe-se isto quando são comparados esses dados com os da tabela 6 que reforça a hipótese de haver uma tendência entre os corredores do Distrito Federal, na busca pelo ganho de condicionamento físico, por meio da corrida, começando apenas aos 21 anos de idade e seguindo até os 50.

Vale destacar que a utilização do questionário on-line, Survey Eletrônico, conseguiu atingir um público muito grande, 361 pessoas, em um curto período de tempo, 24 dias. Esta metodologia é mais objetiva e prática que ir atrás do público pessoalmente, e gera ainda, ganho econômico de papel. Além dos resultados encontrados com o questionário, a aplicação desta forma de questionário torna-se uma boa estratégia de contribuição positiva e efetiva em pesquisas de opinião.

Tabela Resumo

Cruzamento das Variáveis	Menor Tendência Motivacional	Maior Tendência Motivacional
Saúde X Faixa-Etária	<de 20 anos e entre 51 e 60 anos	31 a 50 anos
Saúde X Escolaridade	Superior Completo e Ensino Fundamental Completo	Superior Completo com Especialização e Ensino Médio Completo
Estilo e Qualidade de Vida X Faixa-Etária	<de 20 anos e entre 51 e 60 anos	31 a 50 anos
Estilo e Qualidade de Vida X Escolaridade	Superior Completo e Superior Incompleto	Superior Completo com Especialização
Condicionamento Físico X Faixa-Etária	<de 20 anos e entre 51 e 60 anos	41 a 50 anos e 21 a 30 anos
Condicionamento Físico X Escolaridade	Superior Completo	Pós-Graduação (Mestrado ou Doutorado) e Ensino Médio Completo
Influência da Família X Sexo	Masculino	Feminino
Orientação Médica X Profissão	Servidores Públicos e Empregados da Iniciativa Privada	Militares

Os cruzamentos dos dados: Competição X Região Administrativa, Simplicidade da Prática da Corrida X Faixa-Etária, Simplicidade da Prática da Corrida X Escolaridade, Simplicidade da Prática da Corrida X Estado Civil, Simplicidade da Prática da Corrida X Região Administrativa, Estética ou Emagrecimento X Sexo, Aliviar o Estresse X Sexo, Aliviar o Estresse X Faixa-Etária, Fazer Amigos e se Tornar Integrante de um Grupo Social X Sexo, Fazer Amigos e se Tornar Integrante de um Grupo Social X Estado Civil, e Esportes Praticados na Escola X Região Administrativa, tiveram valores significativos,  $P < 0,05$ , mas não foram explorados nesta pesquisa. É sugerido que outros estudos sejam realizados com o cruzamento de variáveis demográficas X variáveis demográficas, tais como Escolaridade X Faixa-Etária.

## CONCLUSÃO

Concluimos que o principal motivo para iniciação esportiva da corrida de rua no DF é a saúde, seguido da melhora do estilo/qualidade de vida e da melhora no condicionamento físico, principalmente na meia idade - faixa-etária entre 31 e 50 anos - com nível superior com especialização.

Variáveis como orientação médica, família e esportes praticados na escola não têm tanta influência motivacional na iniciação da corrida de rua.

Há pouca tendência na procura pela corrida de rua para melhora no condicionamento físico entre jovens menores de 20 anos e adultos entre 50 e 60 anos. No entanto, destaca-se essa variável entre os indivíduos.

Destaca-se que os resultados encontrados neste estudo contribuem para que treinadores, médicos, professores e familiares atentem-se aos indivíduos que os cercam, a fim de proporcionarem um aperfeiçoamento motivacional para a prática da corrida de rua já que se mostraram, nesta pesquisa, pouco influentes nesta área.

Novos estudos, de outra natureza, que analisem os motivos das diferenças entre as variáveis e que possibilitem a produção de conhecimentos mais específicos deverão levar em consideração a permanência dessas pessoas nas corridas de rua e mostrar quais índices de saúde serão alcançados ou não durante essa prática.

## REFERÊNCIAS

1. CBAAt. Confederação Brasileira de Atletismo/corrída de rua. Disponível em:<<http://www.cbat.org.br/acbat/historico.asp>>. Acesso em 14 de abr. de 2017.
2. SALGADO, J.V.V.; CHACON-MIKAHIL, M.P.T. Corrida de rua: análise do crescimento do número de provas e de praticantes. Revista Conexões, Campinas, v.4, n.1, p. 100-109, 2006
3. ROJO, J. R.. Corridas de rua, sua história e transformações. In: CONGRESSO SULBRASILEIRO DE CIÊNCIAS DO ESPORTE, 7,2014. Matinhos. Anais... Matinhos, 2014.
4. NOTÍCIAS R7. Com cerca de 10 mil atletas, Brasília está entre as cidades com o maior número de corredores do País. Disponível em:<<http://noticias.r7.com/distrito-federal/noticias/com-cerca-de-10-mil-atletas-brasilia-esta-entre-as-cidades-com-o-maior-numero-de-corredores-do-pais-20120714.html>>. Acesso em: 14 de abr. de 2017.
5. MESQUITA, I.; PEREIRA, J.A.R.; ARAÚJO, R.; et al. Representação dos alunos e professora acerca do valor educativo do Modelo de Educação Desportiva numa unidade didática de Atletismo. Motricidade, vol. 12, n. 1, pp. 26-42, 2015.
6. BALBINOTTI, M. A. A.; GONÇALVES, G. H.T.; KLERING, R. T.; et al. Perfis motivacionais de corredores de rua com diferentes tempos de prática. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, Porto Alegre, v.37, n.1, jan/mar. 2015.
7. PORTAL DE NOTÍCIAS G1. Disponível em: <<http://g1.globo.com/economia/pme/pequenas-empresas-grandes-negocios/noticia/2016/12/numero-de-corredores-de-rua-cresce-50-em-5-anos-e-movimenta-mercado.html>>. Acesso em: 14 de abr. de 2017.
8. SIMÕES, A. C.; BÖHME, M. T. S.; LUCATO, S. A participação dos pais na vida esportiva dos filhos. Rev. paul. Educ. Fís., São Paulo, 13(1): 34-45, jan./jun. 1999.
9. TRUCCOLO, A. B.; MADURO, P. A.; FEIJÓ, E. A. Fatores motivacionais de adesão a grupos de corrida. Motriz, Rio Claro, v.14 n.2 p.108-114, abr./jun. 2008.

## **ANEXOS**

### **INSTRUÇÕES AOS AUTORES**

Escopo e política

Forma e preparação de manuscritos

Envio de manuscritos

Escopo e política

A Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano é uma revista de Educação Física, Esporte e áreas afins, cujo foco é movimento humano, sendo revisada por um painel internacional de pares, com ênfase na mensuração do homem nas suas vertentes morfológica e funcional, bem como os fatores condicionantes da performance física. Dado o caráter multidisciplinar da revista, estas áreas de estudo são abordadas em vários contextos, com interações com aspectos sociais, comportamentais, de saúde e ambientais.

A revista publica artigos originais, bem como, relevantes artigos de Revisão/Atualização e Pontos de Vista.

#### **Julgamento dos artigos**

##### **Análise Prévia.**

O manuscrito somente será enviado aos revisores após aprovado em uma análise prévia, na qual serão observados: a adequação aos objetivos e à política editorial da RBCDH; o formato de apresentação de artigos; e o potencial de publicação.



### **Avaliação pelos Pares (peer review)**

Os critérios da RBCDH para aceitar artigos incluem: originalidade, validade dos dados, clareza da escrita, repercussões das conclusões e contribuição científica para a Educação Física, Esportes e áreas afins. Cada manuscrito é avaliado por dois Revisores, sendo garantido o anonimato durante o seu julgamento.

Os Revisores farão comentários pontuais e gerais quanto ao mérito científico do trabalho e decidirão se o mesmo deve ser aprovado, recusado ou aprovado com correções (esta indicação não garante a publicação). O artigo com as correções passará por novo processo de avaliação.

Os Revisores enviam seus pareceres ao Editor Científico, o qual encaminhará resposta ao autor responsável, via correio eletrônico. Os Editores, de posse das análises dos Revisores, tomarão a decisão final. Em caso de discrepâncias entre os revisores, poderá ser solicitado um parecer de um terceiro Revisor.

**Redação/Estilo** - As revisões ortográficas, de normas e de estilo da RBCDH completam o processo de avaliação.

A Revista adota o sistema Ithenticate para identificação de plágio.

Os artigos aceitos para a publicação se tornam propriedade da revista.

Forma e preparação de manuscritos

## **Seções de Artigos Publicados**

São aceitos artigos nas seguintes categorias: Artigos Científicos Originais; Artigos de Revisão/Atualização e Pontos de Vista, desde que se enquadrem no objetivo e política editorial da RBCDH.

**Artigos Originais:** esta seção destina-se a divulgar pesquisas originais que apresentem resultados relevantes, que possam ser reproduzidos e/ou generalizados. O artigo deve ser estruturado em: resumo, abstract, introdução, procedimentos metodológicos, resultados, discussão, conclusões e referências bibliográficas.

### Informações adicionais:

- Devem ter até 4.000 palavras, excluindo o resumo e o abstract.
- As tabelas e figuras, limitadas a 5 no conjunto, devem incluir apenas os dados imprescindíveis, evitando-se tabelas muito longas.
- Resumo e abstract devem ter até 250 palavras.
- Nas referências bibliográficas, que devem ser limitadas a 30, incluir apenas as referências estritamente pertinentes e relevantes ao tema abordado. Deve-se evitar a inclusão de número excessivo de referências numa mesma citação. Citações de documentos não publicados e não indexados na literatura científica (teses, relatórios e outros) devem ser evitadas e no conjunto, não podem ultrapassar a 15% do total de referências.
- Limita-se a oito o número máximo de autores.

**Artigos de Revisão/Atualização:** destinados à avaliação crítica e sistematizada da literatura, devem conter: resumo, abstract, introdução (incluir procedimentos adotados, delimitação e limitação do tema), desenvolvimento, considerações finais e referências bibliográficas.

Informações adicionais:

- Devem ter até 5.000 palavras, excluindo o resumo e o abstract.
- As tabelas e figuras, limitadas a 4 no conjunto, devem conter apenas os dados imprescindíveis, evitando-se tabelas muito longas.
- Resumo e abstract devem ter até 250 palavras.
- Nas referências bibliográficas, que devem ser limitadas a 40, incluir apenas as referências estritamente pertinentes e relevantes ao tema abordado. Deve-se evitar a inclusão de número excessivo de referências numa mesma citação. Citações de documentos não publicados e não indexados na literatura científica (teses, relatórios e outros) devem ser evitadas, mas se forem utilizadas, no conjunto, não podem ultrapassar a 15% do total de referências.
- Limita-se a quatro o número máximo de autores.

**Pontos de vista:** destinados a expressar opinião sobre assuntos, que ilustrem situações pouco frequentes ou contraditórias, as quais mereçam maior compreensão e atenção por parte dos profissionais da Educação Física, Esportes e áreas afins. Deve conter: resumo, abstract, introdução, tópicos de discussão, considerações finais e referências bibliográficas.

Informações adicionais:

- Devem ter até 2.000 palavras, excluindo o resumo e o abstract.
- As tabelas e figuras, limitadas a 2 no conjunto, devem conter apenas os dados imprescindíveis, evitando-se tabelas muito longas.
- Resumo e abstract devem ter até 200 palavras.
- Nas referências bibliográficas, que devem ser limitadas a 15, incluir apenas as referências estritamente pertinentes e relevantes ao tema abordado. Deve-se evitar a inclusão de número excessivo de referências numa mesma citação. Citações de documentos não publicados e não indexados na literatura científica (teses, relatórios e outros) devem ser evitadas e no conjunto, mas se forem utilizadas, não podem ultrapassar a 15% do total de referências.
- Limita-se a três o número máximo de autores.

### **Formato de Apresentação dos Artigos**

Os artigos devem ter a seguinte formatação: folhas de tamanho A4 (210 x 297 mm), em uma coluna, com margens de 2,0 cm, espaçamento 1,5 entre as linhas, fonte Arial 12. Todas as páginas devem ser numeradas na borda superior direita a partir da primeira página.

### **Tabelas, Figuras e Quadros**

As tabelas devem estar inseridas no texto em seu devido lugar e com a respectiva legenda, sendo que as mesmas devem ser planejadas para serem apresentadas em 8 cm ou 17 cm de largura. O título das figuras deverá ser colocado sob as mesmas e os títulos das tabelas e quadros sobre os mesmos, devendo seguir a padronização abaixo.

As figuras devem ser enviadas nos formatos: power point, excel ou word - evitando o envio de ilustrações e gráficos no formato jpg, gif, png, etc.

Se não for possível, enviar as ilustrações e gráficos no formato PDF e EPS.

**Tabela 1.** Características cineantropométricas de homens e mulheres nadadores de elite.

### **Estruturação do artigo**

O texto deve ser digitado; utilizar o verbo na forma impessoal, ou seja, 3ª pessoa do singular ou 3ª pessoa do plural; respeitar o número de palavras da seção correspondente, bem como as normas da RBCDH (Tabela, padrões, limites de texto, contidas nas instruções aos autores). O título do artigo deve ser conciso e informativo, evitando termos supérfluos e abreviaturas. Recomenda-se começar pelo termo mais representativo do trabalho, evitando a indicação do local e da cidade onde o estudo foi realizado.

### **Primeira Página**

- 1) categoria do artigo;
- 2) título em Português, Inglês, e Espanhol quando for o caso;
- 3) título resumido (para ser usado nas demais páginas);
- 4) nome completo dos autores, suas afiliações institucionais, indicando estado e país;
- 5) informar o Comitê de Ética, a Instituição a qual está vinculado e o número do processo;

- 6) nome e endereço completo, incluindo e-mail do autor responsável pelo artigo;
- 7) se foi subvencionado, indicar o tipo de auxílio e o nome da agência financiadora;
- 8) contagem eletrônica do total de palavras (esta deve incluir o resumo em Português e Inglês, texto, incluindo tabelas, figuras e referências bibliográficas);
- 9) opcional - os autores podem indicar até três membros do Conselho de Revisores, por quem gostariam que o artigo fosse analisado e, também, três membros que não gostariam.

## **Segunda Página**

**Resumo e abstract:** deve conter os títulos em português e inglês, centralizados, fonte Arial 12 em negrito. Os resumos, em português e em inglês, para artigos originais devem ser estruturados, contendo: introdução, objetivo, métodos, resultados, e conclusões. Para os artigos de revisão/atualização, o resumo é descritivo. Citações bibliográficas não devem ser incluídas. As palavras-chave (3 a 5) devem ser indicadas logo abaixo do resumo e do abstract, extraídas do vocabulário, "Descritores em Ciências da Saúde" (<http://decs.bvs.br/>).

## **Referências Bibliográficas**

As referências devem ser numeradas e apresentadas, seguindo a ordem de inclusão no texto, segundo o estilo Vancouver (<http://www.icmje.org>). As abreviações das revistas devem estar em conformidade com o Index Medicus/Medline - na publicação List of Journals Indexed in Index Medicus, ou através do site <http://www.nlm.nih.gov/>. Somente utilizar

revistas indexadas. Todas as referências devem ser digitadas, separadas por vírgula, sem espaço e sobrescritas (Ex.: Estudos<sup>2,8,26</sup> indicam...). Se forem citadas mais de duas referências em sequência, apenas a primeira e a última devem ser digitadas, sendo separadas por um traço (Exemplo:5-8). As citações de livros, resumos e home page, devem ser evitadas, mas se forem utilizadas, juntas não devem ultrapassar a 15% do total das referências.

Seguem exemplos dos tipos mais comuns de referências.

### **Livro utilizado no todo**

Malina RM, Bouchard C. Growth, maturation and physical activity. Champaign: Human Kinetics; 1991.

### **Capítulo de Livro**

Petroski EL. Cineantropometria: caminhos metodológicos no Brasil. In: Ferreira Neto A, Goellner SV, Bracht V, organizadores. As ciências do esporte no Brasil. Campinas: Ed. Autores Associados; 1995. p. 81-101.

### **Dissertação/Tese**

Yonamine RS. Desenvolvimento e validação de modelos matemáticos para estimar a massa corporal de meninos de 12 a 14 anos, por densitometria e impedância bioelétrica. [Tese de Doutorado - Programa de Pós-Graduação em Ciência do Movimento Humano]. Santa Maria (RS): Universidade Federal de Santa Maria; 2000.

**Artigos de Revista (até seis autores)**

Silva SP, Maia JAR. Classificação morfológica de voleibolistas do sexo feminino em escalões de formação. Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum 2003;5(2):61-68.

**Artigos de Revista (mais de seis autores)**

Maia JAR, Silva CARA, Freitas DL, Beunen G, Lefevre J, Claessens A, et al. Modelação da estabilidade do somatotipo em crianças e jovens dos 10 aos 16 anos de idade do estudo de crescimento de Madeira - Portugal. Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum 2004;6(1):36-45.

**Artigos e Resumos em Anais**

Glaner MF, Silva RAS. Feasible mistakes in the increase or maintenance of the bone mineral density (Abstract). XI Annual Congress of the European College of Sport Science. Lausanne: 2006, p.532.

**Documentos eletrônicos**

Centers for Disease Control and Prevention and National Center for Health Statistics/CDC. CDC growth charts: United States. 2002; Available from:<http://www.cdc.gov.br/growthcharts> [2007 jul 03].



## **Agradecimentos**

Os agradecimentos às pessoas que contribuíram de alguma forma, mas que não preenchem os requisitos para participar da autoria, devem ser colocados após as referências bibliográficas, contanto que haja permissão das mesmas. Apoio econômico, de material e outros, também podem constar neste tópico.

## **Envio de manuscritos**

### **Processo de submissão**

O manuscrito deve ser submetido via on line

<http://www.periodicos.ufsc.br/index.php/rbcdh/login>

Não há taxas para submissão e avaliação de artigos.