

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE
PRÓ-REITORIA DE PÓS-GRADUAÇÃO E PESQUISA
MESTRADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

CARACTERÍSTICAS E FATORES ASSOCIADOS DOS
CORREDORES DE RUA DE ARACAJU.

EDUARDO TELES DE OLIVEIRA

São Cristóvão

2015

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE
PRÓ-REITORIA DE PÓS-GRADUAÇÃO E PESQUISA
MESTRADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

CARACTERÍSTICAS E FATORES ASSOCIADOS DOS
CORREDOES DE RUA DE ARACAJU.

EDUARDO TELES DE OLIVEIRA

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade Federal de Sergipe como requisito parcial para obtenção do grau de Mestre em Educação Física.

Orientador: Dr. Antônio César Cabral de Oliveira

São Cristóvão

2015

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	2
1.1- Justificativa.	3
2. OBJETIVOS:	6
2.1. Geral:	6
2.2. Específicos:.....	6
3. REVISÃO DE LITERATURA	7
3.1- A corrida e a evolução humana.	7
3.2. Histórico da corrida de rua.	10
3.3. Crescimento no número de provas de corrida de rua e dos participantes.	13
3.4. Motivação para a prática de corrida de rua.	19
4. MATERIAIS E MÉTODOS.....	22
4.1. Tipo de pesquisa.....	22
4.2. Amostra.....	22
4.3. Coleta de dados.	22
4.4. Critérios de inclusão e exclusão do estudo.....	24
4.5. Instrumento da coleta de dados.....	24
4.6. Variáveis da pesquisa.	26
4.7. Análise dos dados.....	27
5.RESULTADOS	29
5.1. Características sociodemográficas.	29
5.2. Características socioeconômicas.....	30
5.3- Características antropométricas.	30
5.4- Caracterização do perfil dos corredores de rua de Aracaju.	32
5.5. Análise dos fatores de treinamento associados aos perfis dos corredores de rua de Aracaju.....	32
5.6. Análise dos fatores motivacionais associados aos perfis dos corredores de rua de Aracaju.....	35
5.7. Análise dos fatores socioambientais associados aos perfis de corredores de rua de Aracaju.....	36
5.8. Análise dos fatores comportamentais associados aos corredores de rua de Aracaju.....	37
5.9. Análise dos fatores de treinamento associados ao sexo dos corredores de rua de Aracaju.....	38

5.10. Análise dos fatores motivacionais associados ao sexo dos corredores de rua de Aracaju.....	40
5.11. Análise dos fatores socioambientais associados ao sexo dos corredores de rua de Aracaju.....	41
5.12. Análise dos fatores comportamentais associados aos sexos dos corredores de rua de Aracaju.....	42
6. DISCUSSÃO	43
7. CONCLUSÃO.....	49
8. REFERÊNCIAS.....	50
9. APÊNDICES.....	57
9.1-Instrumento de coleta de dados.....	57
9.2- Termo de consentimento livre e esclarecido.....	58
10. Anexo.	59
10.1- Parecer consubstanciado com Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Federal de Sergipe.....	59

LISTA DE FIGURAS

FIGURA 1. Crescimento dos participantes em corridas de rua de São Paulo - 2004 a 2014.	14
FIGURA 2. Participação dos americanos em corridas de rua –1990 a 2013.	15
FIGURA 3. Evolução do número de inscritos na Volta de Aracaju.	17
FIGURA 4. Número de concluintes das corridas de rua de Aracaju - 2013.....	18
FIGURA 5. Número de concluintes nas corridas de rua em Aracaju - 2014.....	19
FIGURA 6. Número de corridas de rua em Aracaju em 2012.	22
FIGURA 7. Linha do tempo do estudo em 2013.....	23
FIGURA 8. Linha do tempo do estudo em 2014.....	23
FIGURA 9. Sistematização da coleta de dados.	24
FIGURA 10. Características antropométricas segundo o sexo dos corredores ...	31
FIGURA 11. Características antropométricas segundo o perfil de corredor de rua de Aracaju - 2013 - 2014.....	32

LISTA DE TABELAS

TABELA 1. Características sociodemográficas dos corredores de rua de Aracaju.	29
TABELA 2. Características socioeconômicas dos corredores de rua de Aracaju. 30	
TABELA 3. Caracterização do perfil dos corredores de rua de Aracaju – 2013-2014.	32
TABELA 4. Associação entre os fatores de treinamento e o perfil de corredores de rua de Aracaju- 2013-2014.....	34
TABELA 5. Associação entre os fatores motivacionais e o perfil de corredores de rua de Aracaju - 2013-2014.....	35
TABELA 6. Associação entre os fatores socioambientais e o perfil dos corredores de rua de Aracaju - 2013-2014.....	36
TABELA 7. Associação entre os fatores comportamentais e o perfil dos corredores de rua – 2013 – 2014.	37
TABELA 8. Associação entre os fatores de treinamento e os sexos dos corredores, 2013-2014.	39
TABELA 9. Associação entre os fatores motivacionais e os sexos dos corredores- 2013-2014.	40
TABELA 10. Associação entre fatores socioambientais e os sexos dos corredores, 2013-2014.	41
TABELA 11. Associação entre os fatores comportamentais e os sexos dos corredores, 2013-2014.	42

LISTA DOS QUADROS

QUADRO 1. Crescimento do número de provas em São Paulo.	13
QUADRO 2. Participação dos americanos nas provas de corridas de rua.....	15
QUADRO 3. Participantes de corrida nos Estados Unidos em 2013.....	16
QUADRO 4. Perfil dos corredores de rua Aracaju.	26
QUADRO 5. Fatores de treinamento e fatores associados dos corredores de rua.	27

1. INTRODUÇÃO

A Corrida de Rua no Brasil apresenta um crescimento significativo no número de praticantes e isso pode ser refletido no aumento da quantidade de provas realizadas em todo país¹. Observa-se que uma variedade de eventos tem atraído os mais diversos públicos para esse esporte².

Esse crescimento pode ser verificado pela quantidade de inscritos nas principais provas a exemplo da Corrida de São Silvestre, a mais tradicional corrida da América Latina, que no ano de 2014 contou com a presença aproximada de 30 mil inscritos envolvendo corredores profissionais, amadores e recreacionais. Entre os grandes eventos, destacam-se a Meia-Maratona Internacional do Rio de Janeiro e a Meia-Maratona Internacional de São Paulo, ambas com a quantidade de inscritos superior a 15 mil em 2014³.

As informações atuais sobre a corrida de rua no Brasil, na sua maioria, são dados divulgados pelas Federações, Confederação, entidades privadas, imprensa popular e páginas especializadas da internet. Porém, carecem de maior análise por se tratar de dados que em geral, não contemplam critérios científicos para um estudo mais aprofundado¹.

Um fato relevante de difícil acesso é a exatidão quanto ao mapeamento do número real de praticantes de corrida. Os dados referentes à modalidade no Brasil ainda são discordantes, sendo estimado em 2005, que havia quatro milhões de corredores, com 250 mil participantes de eventos⁴.

Frente a estes dados, percebe-se que a corrida de rua está presente na rotina de diversos indivíduos por vários motivos, principalmente em melhorar a saúde. De modo geral, observa-se que a tendência é maior nos grandes centros urbanos e isso tem ocasionado um surgimento de diversos eventos nesse esporte, o que caracteriza um mercado bastante atrativo para empresas interessadas em associar suas marcas à realidade desse fenômeno⁴.

Além disso, essa modalidade esportiva apresenta grande relevância social e nas formas de ocupação dos espaços públicos no cenário urbano. Sob

esse ponto de vista, como já foi dito, observa-se que “correr” tem sido um hábito comum na rotina das pessoas⁵.

Os praticantes têm optado pela corrida de rua como alternativa para mudar o estilo de vida. Tornou-se comum observar pessoas correndo por ruas, praças, parques e avenidas. As provas de corrida de rua são eventos populares e têm apresentado rápido crescimento em quantidade e qualidade⁵.

Atletas de elite também participam desses eventos mas constituem um número pequeno diante da massa de corredores amadores ou recreacionais, isto é, pessoas que encontram na corrida de rua uma forma saudável de lazer e integração social⁵. No entanto, esse fenômeno tem se manifestado mais como um comportamento participativo do que como esporte competitivo⁶.

Além disso, pode-se observar que outros fatores motivacionais têm contribuído com a prática da corrida de rua. Estudos mostram que é o esporte mais democrático que existe, pois um par de tênis e disposição já podem ajudar as pessoas a se tornarem corredores⁷.

1.1- Justificativa.

Em Aracaju, a perspectiva de crescimento da corrida de rua tem acompanhado a tendência no país e nota-se um maior desenvolvimento nos últimos anos. Percebe-se que as condições físicas da cidade são favoráveis à modalidade: geografia plana, faixa litorânea com mais de 20 km de extensão, variedade de parques, avenidas e calçadas para a prática da corrida e clima propício.

O crescimento do número de indivíduos inseridos na prática da corrida de rua carece de uma série de recomendações que devem ser ajustadas para que se possa ter segurança e eficácia. Com o aumento significativo das participações tem sido comum observar comportamentos inadequados por parte de um grande número de pessoas que se submetem aos treinamentos e competições.

Determinar as características e os fatores associados dos corredores de rua de Aracaju parece ser relevante. Ter um apanhado das informações referentes à situação permitirá uma análise mais detalhada e criteriosa da maneira pela qual a corrida tem se tornado comum no dia a dia das pessoas.

Com os dados obtidos com o presente estudo será possível ainda, um mapeamento da manifestação da corrida em Aracaju. Isso contribuirá com o conhecimento da realidade que o esporte apresenta, pois o que hoje se tem registrado e disponível é insuficiente.

Após a determinação das características e dos fatores associados dos corredores de rua de Aracaju, os profissionais da área terão mais subsídios para a condução das suas práticas diárias. Treinadores de corrida conhecerão mais a fundo seu mercado de trabalho, permitindo a criação de estratégias para captação de novos clientes e a reformulação de metodologias importantes para a fidelização dos mesmos.

Outros profissionais das áreas afins à corrida, como os médicos, fisioterapeutas, nutricionistas etc., terão informações para atender de forma mais especializada essa potencial clientela.

Após contextualizar a realidade desse esporte na cidade, também as empresas organizadoras de eventos e comercializadoras de produtos esportivos se beneficiarão com os resultados encontrados. Diante de todos esses dados em conhecimento, será possível a criação de provas e competições mais aprimoradas, buscando atingir ao máximo o número de participantes.

Além disso, o estudo será favorável também aos próprios corredores, uma vez que, diante desse conhecimento, eles poderão ampliar ainda mais a esfera de sociabilização entre os companheiros de treinos e provas, aumentando seus ciclos de amizade e convivência nos diversos meios.

Ademais, o estudo se justifica porque o conhecimento produzido contribuirá com o desenvolvimento de políticas públicas que estimulem cada vez mais as pessoas a praticar a corrida de rua nas mais diversas

comunidades. Com as informações obtidas por esta pesquisa será possível a criação de programas comunitários que trabalhem com esse esporte como ferramenta para melhorar o estilo de vida.

Mostra o estado da arte, o interesse do tema por parte da literatura. Acompanhado o desenvolvimento das tendências da corrida de rua, alguns trabalhos foram desenvolvidos em diferentes cidades no Brasil. No estudo com corredores de rua amadores de Santa Catarina foram identificadas as características demográficas, treinamento e prevalência de lesões². Foi analisado o crescimento do número de provas e praticantes do pedestrianismo no Estado de São Paulo e levantadas algumas implicações do fenômeno¹.

O perfil socioeconômico e os hábitos de consumo de material esportivo dos praticantes da Corrida de Rua em Belo Horizonte foram observados. Foi identificado o seguinte perfil de praticante: predominância do sexo masculino, na faixa etária de 30 a 44 anos, estado civil casado, renda entre 5 e 10 salários mínimos e alto nível de escolaridade⁹.

Numa amostra equilibrada entre homens e mulheres, foi traçado um perfil de 68 corredores, constatando que em ambos os sexos a maioria era casada, de cor branca e com nível de escolaridade predominante na pós-graduação¹⁰. Num estudo em Fortaleza também foi caracterizado um perfil de praticantes de corrida. A amostra foi composta por 153 corredores, com predominância do sexo masculino, sendo maior o número de solteiros e com nível superior de escolaridade¹¹.

Foi realizado em São Paulo um estudo sobre corrida de rua, que analisou o esporte como um fenômeno sociocultural contemporâneo¹². Outro estudo objetivou verificar as características associadas aos corredores da maratona do Rio de Janeiro¹³. Foram comparados os fatores motivacionais entre corredores de rua de equipes e individuais em Porto Alegre⁵. Mais um estudo realizado sobre adesão e permanência de corredores amadores em Porto Alegre, Rio Grande do Sul¹⁴. Também pode-se destacar o estudo sobre perfil de corredores e características de consumo de provas de corrida de rua em São Paulo¹⁵.

2. OBJETIVOS:

2.1. Geral:

- Determinar as características e os fatores associados dos corredores de rua de Aracaju.

2.2. Específicos:

- Determinar as características sociodemográficas e socioeconômicas dos corredores de rua de Aracaju.
- Mensurar as características antropométricas dos corredores de rua de Aracaju.
- Verificar os fatores de treinamentos dos corredores de rua de Aracaju.
- Identificar os fatores motivacionais dos corredores de rua de Aracaju.
- Determinar os fatores socioambientais dos corredores de rua de Aracaju.
- Identificar os fatores comportamentais dos corredores de rua de Aracaju.

3. REVISÃO DE LITERATURA

3.1- A corrida e a evolução humana.

A atual e relevante caracterização que a Corrida de Rua tem demonstrado como manifestação esportiva e fenômeno social contemporâneo nos instiga a investigar sobre os primeiros registros desse movimento natural na humanidade. Constatou-se num estudo baseado na fisiologia e no desempenho humano moderno, que correr longas distâncias para capturar as presas em situações de caça foi um importante aspecto na evolução dos homínídeos¹⁶.

A capacidade humana para correr longas distâncias foi um fator determinante na sobrevivência, isso colocava os homínídeos em situações de disputa pela comida com outros carnívoros. Por aproximadamente três milhões de anos da evolução humana, nossos antepassados foram caracterizados por uma anatomia peculiar da região posterior do crânio que refletia claramente de o “caminhar bípede”, mas ainda havia elementos que comprometiam a sua eficácia como locomoção terrestre¹⁷.

Muitos estudos sobre a evolução da locomoção investigaram a caminhada. Há evidências que os primeiros homínídeos conhecidos foram bípedes^{18,19}. Muitos pesquisadores interpretaram evolução a partir das características do corpo humano moderno que foram vistas inicialmente no Homo Erectus. Essas adaptações ocorreram a partir da caminhada em habitats mais abertos em relação aos antigos meios de locomoção arborícola^{20,21}.

A capacidade excepcional para correr longas distâncias é uma característica diferencial dos humanos quando comparados aos primatas e outros mamíferos. Além disso, ela é derivada de um conjunto de recursos específicos que deixaram vestígios observáveis no esqueleto. As evidências fósseis destas características sugerem que a corrida de resistência é uma capacidade derivada do gênero Homo e pode ter sido fundamental para a evolução do corpo humano²².

Os primeiros ancestrais do gênero humano possuíam características inadequadas para situações de corrida em velocidade. Eles tinham a capacidade de sustentar uma velocidade máxima de corrida de 10,2 m/s em até 15 segundos de duração. Já outros mamíferos como os cavalos e antílopes podem atingir a velocidade máxima de 15 a 20m/s durante 11 minutos²³.

Por outro lado, os seres humanos têm a capacidade de correr longas distâncias utilizando o metabolismo aeróbico diferente dos demais mamíferos. Diversas evidências, ao considerar a velocidade sustentável em longas distâncias apontam que os seres humanos apresentam características ideais para esse tipo de atividade. Em atletas de elite a velocidade para de corrida varia de 2.3 a 6.5 m/s, já para corredores recreacionais a velocidade média oscila de 3.2 a 4.2 m/s²⁴.

Outro aspecto importante a considerar é que os seres humanos, quando comparados aos primatas, possuem excepcional capacidade de sustentar determinada velocidade em longas corridas. Os primatas podem até correr de maneira mais veloz para alcançar curtas distâncias, porém é muito difícil observar esse comportamento nesses animais²⁵.

Da mesma forma, os mamíferos quadrúpedes podem se deslocar facilmente em velocidades maiores que os humanos nas distâncias mais curtas, porém os humanos conseguem sustentar velocidades surpreendentes em corridas de longas distâncias. No aspecto biomecânico, a corrida dos humanos e o trote de alguns quadrúpedes são semelhantes, pois apresentam a mesma forma de deslocamento, com sincronização contralateral entre os membros, ciclo de passadas limitado em duas etapas (aterrissagem e impulsão) e deslocamento do centro de massa corporal no eixo vertical por meio de pequenos saltos²⁶.

Além disso, os seres humanos apresentam muitas especializações osteomusculares para a forma de locomoção bípede, uma delas é o tendão de Aquiles que funciona como uma mola muito eficiente que liga o calcanhar com

os principais flexores plantares do pé. Podem ser observados também outros longos tendões específicos da perna como o trato íliotibial²⁷.

Outra característica osteoarticular favorável à corrida é o arco longitudinal do pé, com suas estruturas elásticas funciona como uma mola permitindo o retorno de aproximadamente 17% da energia gerada durante cada fase de apoio da passada²⁸.

A força muscular favorece o desenvolvimento da corrida na medida em que o sistema musculoesquelético distribui as tensões provocadas pelo impacto quando o pé colide com o solo, produzindo uma onda de choque que passa do calcanhar para coluna e cabeça. Os picos de reação às forças verticais no solo com apoio do calcanhar são aproximadamente duas vezes maiores durante a corrida do que a caminhada, podendo aproximar-se de três a quatro vezes do peso corporal em corridas com maior velocidade²⁹.

Além das estruturas especializadas observadas no corpo dos humanos que favorecem a execução da corrida, podemos ainda citar a ação do músculo glúteo máximo e dos músculos extensores da coluna vertebral que executam contrações musculares eficientes para a estabilização do tronco²².

Por fim, a corrida de longa duração coloca o corpo humano em desafios mecânicos e de termorregulação extremos, para isso são necessárias várias especializações para dissipar o excesso de calor (sudorese, poucos pelos e sistemas de refrigeração cranianos), tanto para correr em ambientes quentes quanto para tolerar e ajustar as cargas de calor endógenas²².

Considerando tais informações, é razoável supor que o homem evoluiu para percorrer longas distâncias. Hoje, correr é uma forma de exercício e recreação, mas suas raízes podem ser tão antigas quanto à origem do gênero humano, sendo sua prática um fator importante para a manutenção das características naturais como também na transformação do corpo humano.

3.2. Histórico da corrida de rua.

Existem indícios que as pessoas correm há séculos, a evidência mais antiga da existência dessa atividade física está na representação esquemática de dois corredores em um vaso da civilização micênica do século 16 antes de Cristo³⁰. As corridas pedestres modernas têm origem nos mensageiros gregos e romanos, em seguida na Grã-Bretanha, por volta do ano 1000 e no restante da Europa e na Turquia a partir do século XVI³¹.

O surgimento das corridas pedestres ocorreu na Inglaterra, onde os primeiros corredores seriam os “footmen”, empregados que no século XVI, acompanhavam a condução das carruagens e dos cavalos. Eles evitavam quedas em grandes buracos e troncos caídos e davam apoio em caso de oscilações perigosas³².

Do homem pré-histórico ao homem atual, existem muitas diferenças no ato de praticar a corrida. Também muitas formas e padronizações foram estabelecidas. O “diaulo” é um exemplo: uma prova de corrida realizada nos tempos de Hércules com percurso de ida e volta. Este trajeto correspondia a 365 metros³³.

Podemos encontrar registros da corrida em antigos e variados materiais arqueológicos que indicam a presença da corrida em civilizações primitivas tanto como necessidade como por expressão cultural³⁴. Um dos maiores exemplos desses achados foi a legendária façanha que dá origem a maratona na cidade de Atenas, a qual descreve a experiência de um soldado grego, conhecido por Phedípedes³⁵.

Por volta de 490 a.C., Phedípedes, um homerodromo (mensageiro corredor), principal meio de comunicação na época, havia percorrido da planície de Maratona até a cidade de Atenas (mais de 35 quilômetros entre as cidades) para anunciar aos seus compatriotas a vitória dos gregos sobre os persas, após cumprir a missão o soldado cai exausto e morre³⁵.

Efetivamente eventos com corridas pedestres se desenvolveram na Grã-Bretanha e se consolidaram no século XVII, com distinção entre corredores amadores e profissionais. Registros apontam que os ingleses, dos 10 aos 14 anos, já treinavam corrida nas instituições de ensino na segunda metade do século XIX, onde se formou a nova classe dirigente inglesa¹².

No final do século XIX, as corridas ganharam impulso depois do grande sucesso da maratona olímpica na data de 10 de abril de 1896, na Cidade de Atenas, sendo um marco na história, e posteriormente a modalidade expandiu-se para o resto da Europa e Estados Unidos⁵.

Mas a Maratona não se limitou apenas aos Jogos Olímpicos, em outros países da Europa, Ásia, América e África também havia provas de corrida entre 40 e 42 quilômetros, inspiradas na antiga lenda. Importante destacar que o número de participantes era relativamente pequeno³⁵.

Ao longo do século XX as corridas sofreram algumas transformações, a principal delas ocorreu na prova da maratona que antes possuía a distância aproximada de 40 quilômetros e passou a ter a distância oficial de 42.195m. Esse fato ocorreu em função dos Jogos Olímpicos de Londres em 1908, onde a chegada deveria acontecer no White City Stadium, diante do camarote real³⁶.

A pedido da rainha, a largada da corrida foi transferida para um terraço ao lado leste do castelo, para que pudesse ser assistida pelas crianças da corte em seus aposentos. Essa mudança representou um acréscimo de 385 jardas, fazendo com que a maratona passasse a ter 42.195m, distância oficializada pela IAAF (International Association of Athletes Federations) desde 1921¹².

A maratona sempre gerava muita expectativa e foi marcada por grandes nomes, conquistas, superação e dramas a exemplo de atletas que desfaleciam com o esforço ao participar da prova³⁷. Nesse cenário, dois grandes atletas deixaram seus nomes na história do atletismo mundial: Emile Zatopeck, conhecido como “locomotiva humana”, que além de vencer as provas de 5 e 10 mil metros, venceu a maratona nos Jogos Olímpicos de 1952 em Helsinque. O outro destaque foi o maratonista Adebe Bikila que venceu a Maratona de Roma

em 1964 correndo descalços porque o tênis oferecido pelos patrocinadores apertavam seus pés, causando-lhe desconforto³⁷.

Na década de 70, com um grande incentivo do médico Kenneth Cooper, criador de teorias relacionadas à corrida e do famoso “teste de Cooper”, acontece o “*jogging boom*”. A prática da modalidade cresceu de forma extraordinária e na mesma década surgiram provas onde foi permitida a participação popular junto aos corredores de elite, porém com largadas separadas para os respectivos pelotões¹.

A ligação do correr com a superioridade física e especialmente com a saúde pode ter sido reforçada a partir da influência do médico Kenneth Cooper. Durante a década de 70, a própria “corrida despreocupada” passou a ser chamada de “Cooper”, sendo sinônimo das corridas de resistência aeróbica e tornando-se “grife” de condicionamento físico³⁴.

No Brasil existem relatos provas pedestres no início do século XX, realizada de forma esporádica. Casper Líbero, jornalista de A Gazeta, inspirado numa prova noturna francesa, instituiu a prova que se tornaria a mais tradicional do atletismo brasileiro, a Corrida de São Silvestre. Disputada a primeira vez em 31 de dezembro de 1925, com largada às 23:40h, que classificou 60 atletas. Inicialmente disputada por brasileiros, passou a ser denominada Corrida Internacional de São Silvestre em 1945, admitindo corredores de outras nacionalidades¹².

Por volta dos anos 80 as provas de corrida começaram a crescer em todo Brasil, influenciadas em grande parte pela Maratona do Rio de Janeiro e pelo destaque que algumas provas internacionais ganhavam no cenário nacional. Em 1982, um grupo de corredores fundou a Corpore (Corredores Paulistas Reunidos), inspirados principalmente pelo NYRR (New York Road Runner), tendo como objetivos a organização de provas na cidade e o apoio de atletas de elite que não possuíam estrutura¹².

A corrida de rua, entre jovens e adultos, passou a ser uma atividade com diferentes significados nos últimos 30 anos, com esse segmento etário praticando no sentido do cuidado com a saúde, sem conotação competitiva, em

especial nas grandes metrópoles¹. Com a popularização das Corridas de Rua e a busca de melhoria da qualidade de vida, na última década, houve um aumento significativo do número de praticantes em todo o mundo, assim como no Brasil, em especial no estado de São Paulo³⁸.

3.3. Crescimento no número de provas de corrida de rua e dos participantes.

O critério da Associação Internacional das Federações de Atletismo (IAAF) define as Corridas de Rua como aquelas disputadas em circuitos de rua, avenidas e estradas com distâncias oficiais variando entre 5 e 100 km¹. No cenário nacional o órgão que rege as normas para as corridas de rua é a Confederação Brasileira de Atletismo (CBAT). Ela é a entidade máxima de direção nacional do atletismo, em todas as suas modalidades, estabelecendo as diretrizes oficiais para a realização e regulamentação das provas.

A Federação Paulista de Atletismo³⁸ mostrou que em 2001 ocorreram 11 provas com alvará da Secretaria Municipal de Esporte e Lazer na cidade de São Paulo, e em 2005 esse número aumentou para 174 (Tabela 1). No seu balanço em 2008, foi verificado que o fenômeno das corridas de rua não parou de crescer no Estado de São Paulo, com 253 provas realizadas em 2007 e 282 provas realizadas no ano seguinte.

QUADRO 1. Crescimento do número de provas em São Paulo.

Ano	Número de Provas
2001	11
2002	17
2003	34
2004	107
2005	174
2006	178
2007	253
2008	282

Adaptada da Federação Paulista de Atletismo (2008).

Fonte: Webrun.

Segundo dados da Federação Paulista de Atletismo o número de concluintes em corridas de rua, no Estado de São Paulo manteve o crescimento dos últimos anos. Em 2014 foi contabilizado ao todo 653.140 concluintes em provas de rua contra 566.236 do em todo o ano de 2013, o que representou um crescimento de 6,1% (Figura 1)³⁹.

Foram realizadas 361 provas com alvará da Federação Paulista de Atletismo e 237 as sem alvará, totalizando 598, contra 502 em 2013, que significou um aumento de 19% ao ano³⁹.

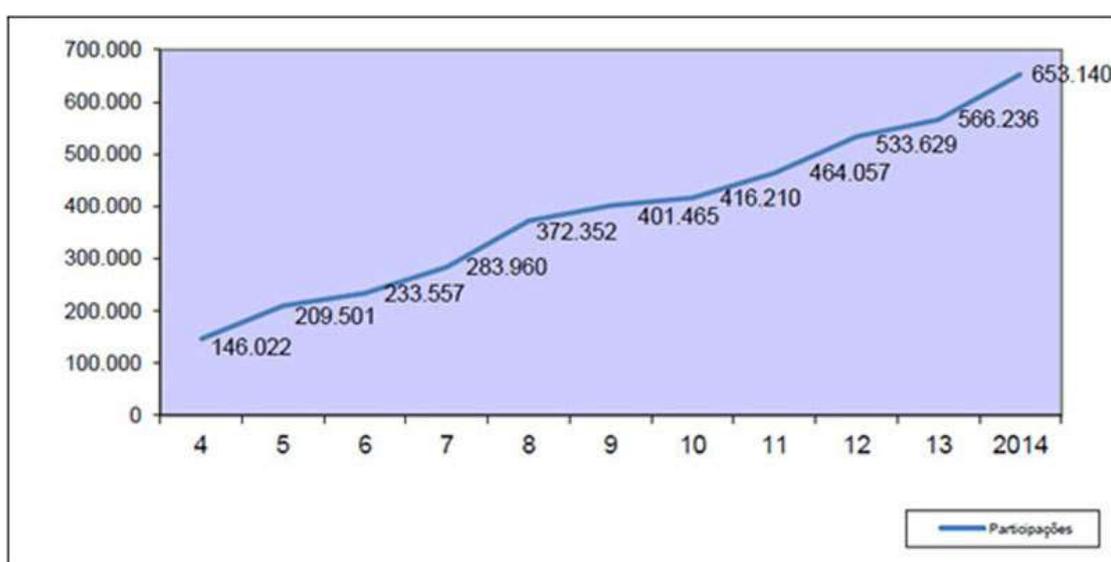


FIGURA 1. Crescimento dos participantes em corridas de rua de São Paulo - 2004 a 2014.
Fonte: Webrun.

Segundo o estudo realizado pela Corpore³⁸, uma multidão de quatro milhões de corredores pratica regularmente esse esporte. Em 2011, o calendário brasileiro foi recheado e registrou 730 corridas de rua, dez maratonas e trinta meias maratonas.

A Running USA, organização americana sem fins lucrativos que acompanha anualmente a indústria da corrida de rua, divulgou os dados da corrida no país em 2013. Foram 19.025 milhões de corredores concluintes de provas em todo país, contra 15.534 milhões em 2012. O crescimento foi de 3.491 milhões de concluintes, 22,47% em relação ao ano anterior (Figura 2). O número de concluintes homens cresceu 1.345.800 milhões (19,68%) e o número de concluintes mulheres cresceu 2.145 milhões (24,66%)⁴⁰.

Interessante notar que o percentual de mulheres concluintes passou para 57% do total, ao passo que em 2012 era de 56%. Além de dominarem, se distanciam cada vez mais dos homens em número de concluintes. Esse número de 19.025 milhões é o número de concluintes, porém não significa que seja o número total de corredores nos Estados Unidos no ano de 2013⁴⁰.



FIGURA 2. Participação dos americanos em corridas de rua –1990 a 2013.
Fonte: Running Usa.

Outro dado estatística interessante sobre a corrida de rua nos Estados Unidos é que desde 1990 apresentam a distribuição por sexo, também para cada distância. Há anos as mulheres são maioria em provas de cinco quilômetros a meia maratona (Quadro 2). São 58% dos concluintes nos cinco quilômetros, 57% nos dez quilômetros e 61% nas provas de meia maratona. Somente nas provas de 42.195 metros (maratona) elas não são maioria, com 43% dos concluintes⁴⁰.

QUADRO 2. Participação dos americanos nas provas de corridas de rua.

DISTÂNCIA	MULHERES	HOMENS
-----------	----------	--------

5Km	58%	42%
10 Km	56%	44%
½ Maratona	61%	39%
Maratona	43%	57%

FONTE: Adaptado de Running Usa (2013).

Em 2013, as provas de 5 Km mantiveram o número 1º no ranking de quantidades de concluintes, atingindo o quantitativo de 8,3 milhões, o que representou 43% de todos os concluintes nos Estados Unidos (Tabela 3). As provas de meia-maratona ocuparam a segunda posição com aproximadamente 10% dos concluintes (19,6 milhões), seguido das provas de 10 Km com 7,9% dos concluintes (14,9 milhões)⁴⁰.

QUADRO 3. Participantes de corrida nos Estados Unidos em 2013.

Distâncias	Participantes em 2013	%
5K	8.300.000	43,6%
½ Maratona	1.960.000	10,3%
10Km	1.480.000	7,9%
Maratona	541.000	2,8%
Outros	6.744.000	35,4%
TOTAL	19.025.000	100%

Fonte: Adaptado de Running Usa (2013).

No município de Aracaju-SE, essa perspectiva de crescimento do número de adeptos também obedeceu à tendência global desse esporte, num ritmo peculiar, mas que vem se desenvolvendo no decorrer dos anos. O fato do acompanhamento dessa tendência foi possibilitado também em virtude das condições físicas da cidade.

Aracaju é uma cidade que apresenta, na sua maior parte uma geografia plana, com uma faixa litorânea com mais de 20 km de extensão e possui ainda uma boa variedade de parques, praças, ruas, calçadões para a prática da

corrida. Além disso, ainda apresenta condições climáticas favoráveis na maior parte do ano.

Nos últimos seis anos a prova de maior destaque é a Volta de Aracaju. Este evento é realizado desde 2008 por uma emissora de televisão local que favoreceu profundamente o crescimento da corrida de rua na cidade, incentivando cada vez mais as pessoas a adotarem esse esporte como estilo de vida (Figura 3). Sua repercussão atraiu desde corredores iniciantes, amadores até atletas de elite em nível nacional que passaram a participar anualmente dessa corrida⁴¹.

Ao analisar a listagem geral dos resultados dos últimos quatro anos da Volta de Aracaju, prova de maior destaque regional, verifica-se que o evento apresentou um incrível aumento de mais de 100% na quantidade de inscritos nas quatro últimas edições^{41, 42}.

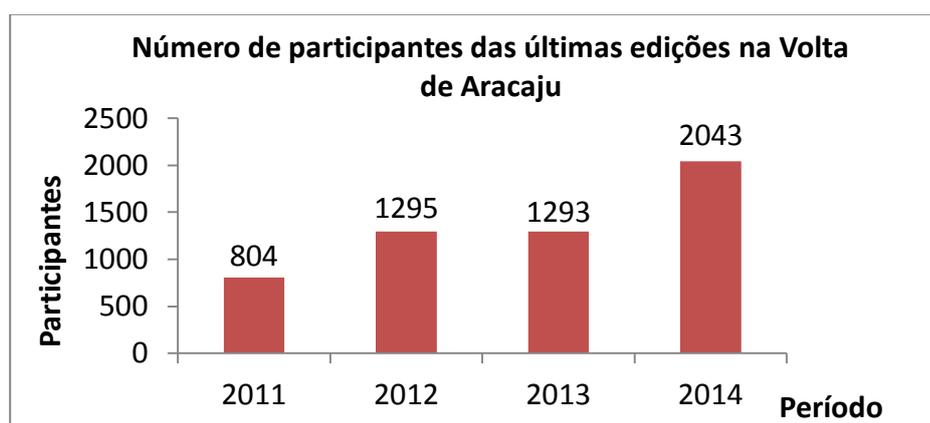


FIGURA 3. Evolução do número de inscritos na Volta de Aracaju.
Fontes: Chiptiming; Zona Alvo Consultoria Esportiva (2011 a 2014).

Ao observar a distribuição dos gêneros dos participantes da Volta de Aracaju, identifica-se que em 2011, 140 mulheres e 664 homens concluíram a prova. Já em 2014 esse número surpreendentemente passou para 549 mulheres e 1594 homens concluintes^{41,42}. Tais dados demonstram o enorme potencial de crescimento que a corrida de rua representa em Aracaju.

Nesse período observou-se um expressivo aumento no número tanto de provas como no quantitativo de participantes. Entre 2008 e 2011, surgiram

assessorias esportivas, empresas organizadores de eventos, e consequentemente um maior número de corredores de rua.

Pela consulta em sites de organizadores de eventos de corrida de rua e de arbitragem eletrônica, encontrou-se uma série de dados que comprovam o crescimento desse esporte na capital sergipana. O número de provas anuais chegou a atingir uma média de 10 eventos e o número de inscritos nessas provas alcançou 700 atletas participantes.

Em 2013, aconteceram 12 provas de corrida de rua em Aracaju e uma fora da região metropolitana, a maioria delas apresentou números expressivos de concluintes para a região (Figura 4). O quantitativo de indivíduos participantes nestes eventos foi maior do que o observado nos anos anteriores, o que comprova o crescimento considerável que esse esporte vem apresentando na cidade de Aracaju⁴.

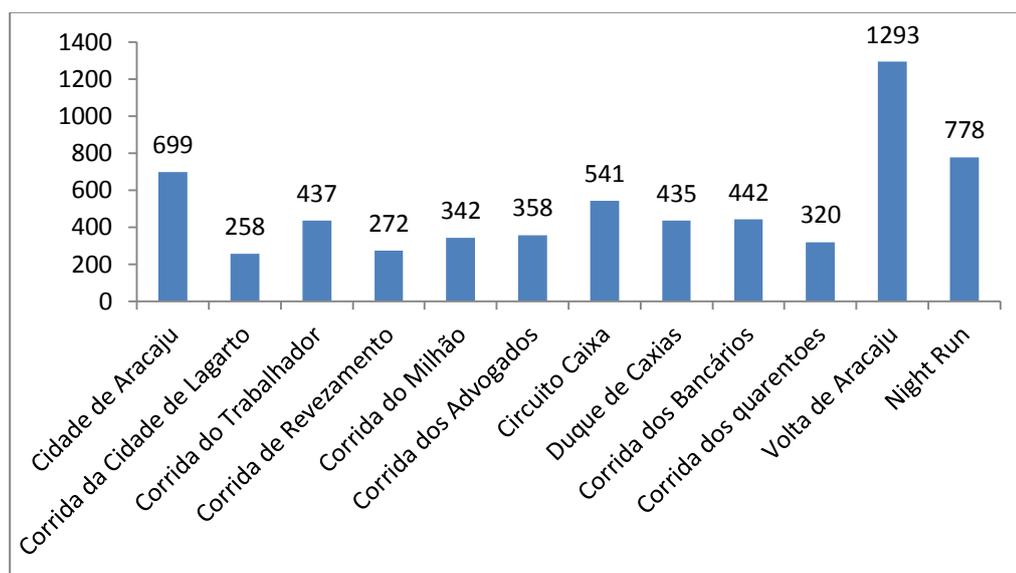


FIGURA 4. Número de concluintes das corridas de rua de Aracaju - 2013.

Fontes: Chiptiming; Consultoria Esportiva.

No ano seguinte, em 2014, foi observada a perspectiva de crescimento que a modalidade manteve conforme o observado na Figura 5. Nesse período o aumento foi tanto no número de provas quanto no número de concluintes. O fato que mais chamou a atenção foi a quantidade de corredores que finalizaram a maior corrida da cidade, que ultrapassou consideravelmente os números das edições anteriores⁴².

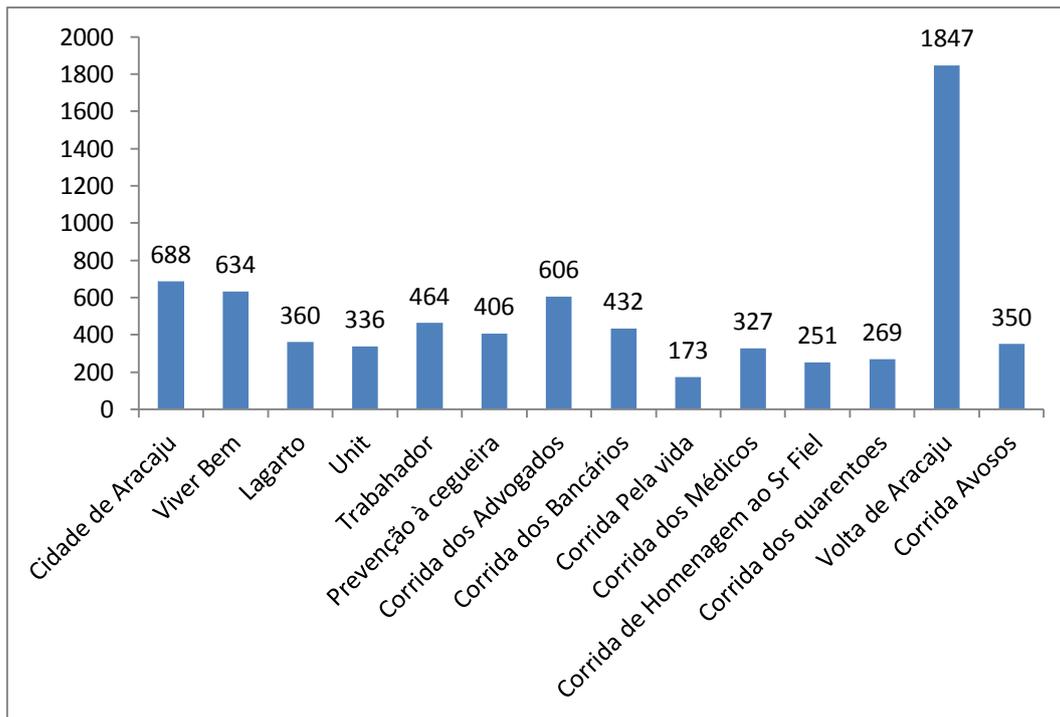


FIGURA 5. Número de concluintes nas corridas de rua em Aracaju - 2014.
 Fontes: Chiptiming; Zona Alvo Consultoria Esportiva.

3.4. Motivação para a prática de corrida de rua.

Nota-se que a participação popular em corridas de rua tem crescido significativamente nos últimos anos. Trata-se de uma atividade física que exige disciplina e determinação dos seus praticantes, bem como permite desenvolver uma capacidade de resistir física e emocionalmente aos desafios impostos pela sua prática permanente.

Nesse sentido, os praticantes de corrida de buscam as motivações mais variadas para aderir e permanecer na corrida. Portanto, os benefícios alcançados com a prática desse esporte (melhora da saúde física e mental) não devem ser os únicos para justificar as reais dimensões. Sendo assim, investigar os fatores que contribuem e influenciam na motivação para a prática da corrida é necessário para uma melhor compreensão a respeito desse fenômeno.

Os motivos referentes à prática esportiva têm sido objeto de interesse na comunidade científica e são de grande importância para compreender as manifestações referentes à adesão e permanência dos praticantes dessa

modalidade. Nessa matéria, o campo que investiga a motivação no âmbito esportivo é a Psicologia do Esporte, disciplina que estuda cientificamente as pessoas e seus comportamentos nas atividades físicas⁴³.

Uma das teorias da Psicologia Esportiva que estuda a motivação e a personalidade humana é a Teoria da Autodeterminação⁴⁴. Apesar do fato de pessoas apresentarem um comportamento motivado de forma natural, as evidências demonstram que determinadas condições são necessárias para a manutenção deste comportamento, a Teoria da Autodeterminação procura responder de que forma o comportamento dos sujeitos motivados se mantém ou diminui, assim como, quais os fatores que contribuem para este fenômeno⁴³.

Nessa linha de pensamento e de acordo com os princípios teóricos básicos, grande parte dos indivíduos é ativa e curiosa e demonstra prontidão para aprender e explorar e, de maneira geral, não necessitam incentivos extras para apresentarem tais comportamentos⁴⁴.

A Teoria da Autodeterminação postula que três distintas forças motivacionais podem influenciar o comportamento humano: a motivação intrínseca, motivação extrínseca e amotivação⁴³.

A motivação caracteriza-se como um processo ativo, intencional e dirigido para uma meta que depende da interação entre os fatores pessoais (motivação intrínseca) e ambientais (motivação extrínseca)⁴⁴. Manter-se motivado em determinada prática esportiva dependerá da relação entre a personalidade e meio ambiente que poderá mudar em função da importância desses fatores e das necessidades e oportunidades atuais.

A motivação manifestada no comportamento pode ser avaliada a partir de um grupo de motivos que formam as seis dimensões distintas: controle do estresse, saúde, sociabilidade, competitividade, estética e lazer⁴⁵. Para isso, foi desenvolvido o IMPRAFE 126, instrumento desenvolvido para a realidade brasileira afim de as seis dimensões motivacionais⁴⁶.

A motivação foi estudada em 1377 sujeitos com idade entre 13 e 83 anos e foram encontradas diferenças significativas entre faixas etárias nas

dimensões motivacionais: Saúde, Competitividade, Sociabilidade e Estética, e entre os sexos nas dimensões Controle do Estresse, Saúde e Competitividade⁴⁶.

Em um estudo realizado com 300 praticantes de atividade física em academia com idades entre 18 e 65 anos, foram encontradas diferenças significativas nas dimensões motivacionais Controle do Estresse, Competitividade, Sociabilidade e Prazer, quando as faixas etárias foram comparadas, e nas dimensões motivacionais Competitividade e Sociabilidade, quando a comparação foi realizada entre os sexos⁴⁵.

Na literatura temos alguns trabalhos que estudam alguns elementos que contribuem com a adesão à prática da corrida. Dentre eles destaca-se o estudo sobre os fatores motivacionais de adesão a grupos de corrida¹⁰ em que foi destacado o aspecto da saúde como um dos principais fatores motivacionais entre homens e mulheres. Outro estudo comparou as possíveis diferenças motivacionais entre praticantes de corrida individuais e praticantes que correm em grupo⁵.

Verifica-se nesses estudos que a corrida pode ser considerada pelos homens como uma maneira de combater o estresse, a ansiedade e melhorar a autoestima. Já nas mulheres, os aspectos referentes à estética são bastante valorizados¹⁰. Curiosamente, a dimensão da superação de limites como aspecto motivador para a prática da corrida não é verificada como um fator determinante nesse esporte que exige além da resistência física uma grande resistência emocional para superar as dificuldades⁴⁸.

4. MATERIAIS E MÉTODOS

4.1. Tipo de pesquisa.

O presente estudo se caracteriza como levantamento (*survey*) descritivo um com delineamento transversal.

4.2. Amostra.

A amostra foi composta por 496 praticantes de Corridas de Rua no Município de Aracaju. Participaram do estudo tanto indivíduos do sexo masculino (392) quanto do feminino (104). A amostra foi do tipo não probabilística, por conveniência e selecionada no momento da coleta dos dados.

Para definição do tamanho da amostra, foi observada a quantidade de corridas de rua que aconteceram em 2012 em Aracaju. Dessa maneira, foi registrado um total de nove provas com uma participação média de 500 indivíduos concluintes.

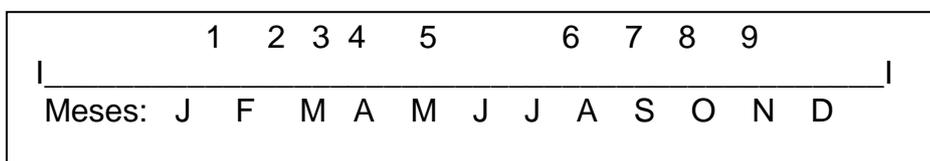


FIGURA 6. Número de corridas de rua em Aracaju em 2012.

4.3. Coleta de dados.

A coleta ocorreu durante a realização do circuito de corridas de rua em Aracaju, entre agosto de 2013 e novembro de 2014, conforme as Figuras 7 e 8. No período do estudo, houve a coleta de dados em (11) onze provas do calendário local. Os dados foram coletados na ocasião da entrega dos kits (número de peito, chip eletrônico, camisas, bonés, etc.) aos participantes, na véspera dos eventos, em virtude de ser o momento mais adequado e disponível para acessar a maior quantidade dos indivíduos.

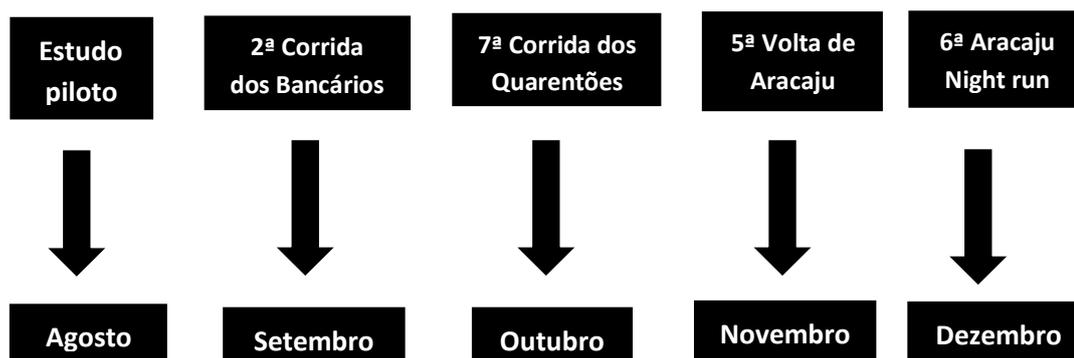


FIGURA 7. Linha do tempo do estudo em 2013.

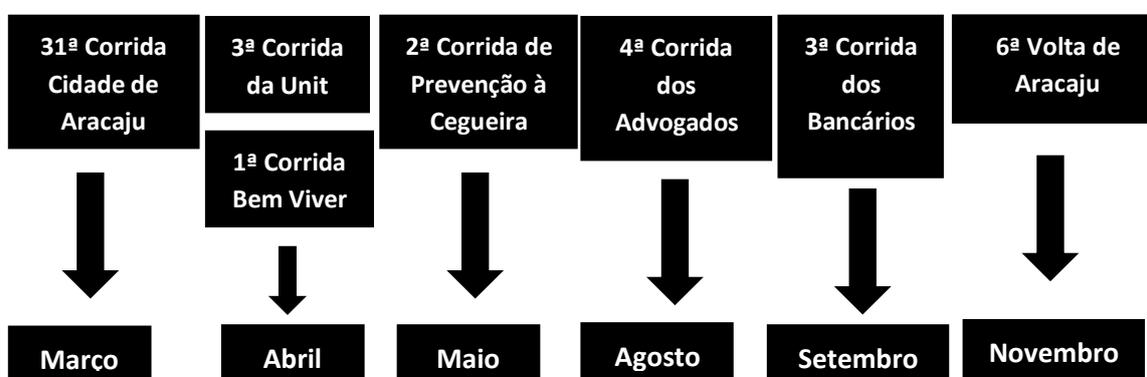


FIGURA 8. Linha do tempo do estudo em 2014.

Para a realização da coleta de dados, o estudo contou com a participação de uma equipe de pesquisadores composta por dois alunos bolsistas do PIBIC e dois coordenadores do estudo. Antes de efetuar o procedimento da coleta, a equipe de pesquisadores foi devidamente treinada para atingir o maior número de indivíduos e atuar de maneira rápida e eficiente.

A sistemática de aplicação do instrumento da coleta de dados obedeceu a seguinte sequência:

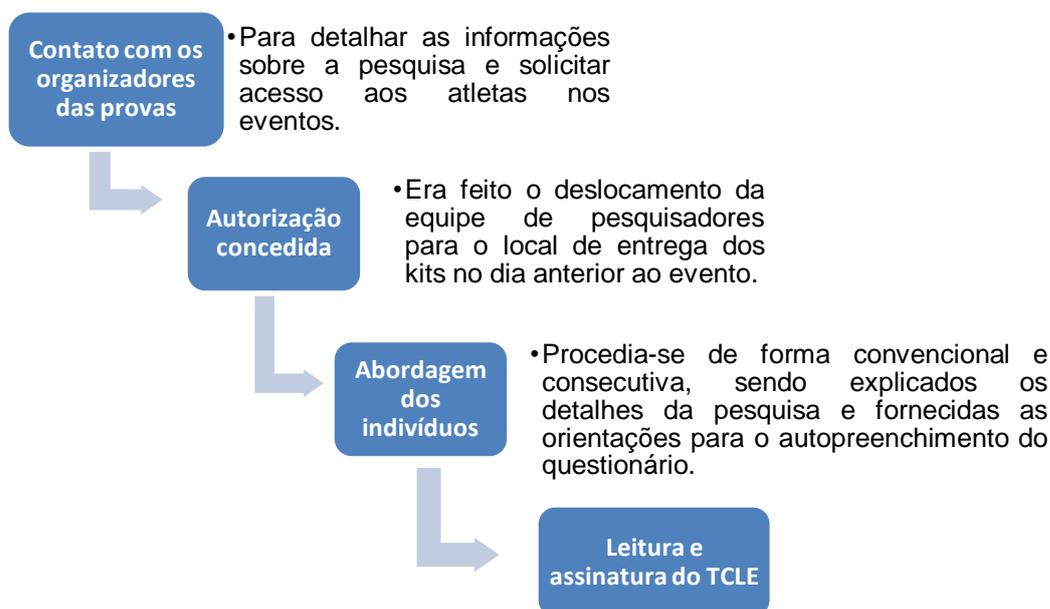


FIGURA 9. Sistematização da coleta de dados.

4.4. Critérios de inclusão e exclusão do estudo.

Para fazer parte do estudo, os indivíduos deveriam atender aos seguintes critérios de inclusão: ter participado de alguma das provas do circuito de corridas de rua que aconteceram em Aracaju entre agosto de 2013 e julho de 2014; idade mínima de 18 anos e concordar com as condições do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Foram devidamente excluídos aqueles indivíduos que apresentaram duplicidade de preenchimento dos questionários, observadas posteriormente, durante a tabulação dos dados através dos códigos de identificação, nomes e registro geral.

4.5. Instrumento da coleta de dados.

Foi utilizado um questionário, com questões abertas e fechadas, para coletar as informações sobre os praticantes de corrida de rua de Aracaju,

sempre aplicados no momento anterior aos eventos. O instrumento foi dividido em: características sociodemográficas, socioeconômicas e dados antropométricos auto-referidos, além dos fatores de treinamento e fatores associados aos corredores de rua de Aracaju (Apêndice 1).

Realizou-se um estudo piloto em Agosto de 2013 (Figura 7) para avaliar a aplicabilidade do questionário em trinta praticantes de corrida de rua. Após o piloto, encontrou-se a necessidade de excluir algumas variáveis e inserir outras mais específicas de acordo com os objetivos do estudo. Também verificou-se que algumas perguntas precisavam ser reescritas para se ter uma melhor objetividade no instrumento. Diante disso, foram realizadas algumas correções.

O instrumento foi submetido à validação de face, via e-mail, para cinco (5) renomados pesquisadores no assunto, solicitando uma análise minuciosa com o intuito de verificar possíveis alterações. Após o retorno de cada pesquisador foram avaliadas as considerações e realizados os devidos ajustes. Esse procedimento contribuiu de forma significativa com a finalização do instrumento da coleta de dados.

Optou-se pela criação do instrumento de pesquisa tendo em vista a possibilidade de investigação específica para a determinação das características e fatores associados aos corredores de rua contida no questionário.

4.6. Variáveis da pesquisa.

Com o objetivo de melhor agrupar os diversos perfis dos corredores de rua pertencentes à amostra do estudo, segundo os níveis de participação, regularidade e exigência em treinamentos e competições, os mesmos foram categorizados em: recreacionais, amadores e profissionais. Tal classificação foi assumida e baseada na longa experiência que possui o pesquisador no exercício profissional vinculado à gestão, treinamento e prática de corrida de rua, sendo assim descrita:

QUADRO 4. Perfil dos corredores de rua Aracaju.

Perfil	Nível de participação nos treinamentos e competições.	Nível de regularidade nos treinamentos e competições.	Nível de exigência quanto aos resultados obtidos nos treinamentos e competições.
Recreacional	Baixo	Baixo	Baixo
Amador	Médio	Médio/Alto	Médio/Alto
Profissional	Alto	Alto	Alto

Para efeito de associação entre as variáveis decidiu-se agrupar os participantes da pesquisa em relação ao sexo. As características sociodemográficas foram agrupadas em: idade, sexo, cor, estado civil e residência. Já as características socioeconômicas foram reunidas em escolaridade, profissão e renda familiar.

Nas características antropométricas foram utilizadas medidas auto-referidas para a massa corporal e estatura. Através dessas medidas obteve-se o cálculo para a mensuração do Índice de Massa Corporal. A literatura evidencia que o uso dessas medidas auto-referidas representam validade e aproximação com os valores mensurados, podendo ser utilizadas em estudos epidemiológicos⁶⁸.

Os fatores de treinamento e fatores associados dos corredores de rua de Aracaju foram dicotomizadas para permitir maior rapidez, facilidade de aplicação, análise dos dados e obedeceram o seguinte agrupamento:

QUADRO 5. Fatores de treinamento e fatores associados dos corredores de rua.

Fatores de treinamento:	Fatores motivacionais:	Fatores socioambientais:	Fatores comportamentais:
Tempo de prática; Frequência semanal de treinos; Distância preferida; Horas de treino por semana; Turno de treinamento; Volume semanal; Ritmo médio; Provas por ano; Planejamento de calendário.	Saúde; Condicionamento físico; Alto rendimento esportivo; Influência de terceiros; Grupos de corrida; Avaliação física prévia.	Escolaridade; Rotina pessoal; Adeptos na família; Condições climáticas; Geografia da cidade.	Uso de tênis adequado, Uso de acessórios de corrida; Uso de suplementos alimentares; Prática de outra atividade física.

Cabe ressaltar que para algumas variáveis do estudo não foi utilizado o “n” total uma vez que alguns indivíduos deixaram de responder no questionário alguns itens.

4.7. Análise dos dados.

As variáveis contínuas foram descritas como média e desvio padrão. Quanto às variáveis categóricas utilizou-se para sumarizá-las frequências simples e relativas (porcentagem) e intervalo de confiança para 95% quando pertinente.

Utilizou-se o teste de Shapiro-Wilk para avaliar o pressuposto de normalidade, sendo justificado pelo tamanho da amostra relativo ao grupo de corredores profissionais, que contemplou apenas vinte e um (21) indivíduos. Para o teste de hipóteses relativas às variáveis categóricas utilizou-se o teste do Qui-quadrado de Pearson ou exato de Fisher quando mais adequado.

Para comparação entre os grupos do sexo masculino e feminino foi utilizado o teste “t” de Student para dados independentes. Quando a comparação ocorreu entre três grupos de corredores de rua (recreacional, amador e profissional), utilizou-se o teste de análise de variância com um fator.

O nível de significância adotado foi de $p < 0,05$. Utilizou-se para realizar os cálculos estatísticos o programa SPSS (Statistical Package for Social Sciences) versão 21.0.

A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Sergipe sob o parecer consubstanciado de número 387.765. (Anexo 1).

5.RESULTADOS

5.1. Características sociodemográficas.

As características sociodemográficas da amostra estão apresentadas na Tabela 1. A amostra da pesquisa foi composta por 496 praticantes de Corrida de Rua em Aracaju. Na distribuição entre os sexos, foi observada uma predominância dos indivíduos do gênero masculino (79%), sobre o gênero feminino (21%). A média de idade encontrada foi de 39,7±12 anos, com o valor mínimo de 19 anos e valor máximo de 78 anos.

Para a cor da pele auto-referida encontrou-se que maior parte (54,7%) relatou pertencer ao grupo de cor não branca. A cor referida branca teve um percentual de 45,3% das respostas. O estado civil predominante foi pertencente à categoria dos casados, noivos ou união estável (58,7%).

Foi verificado que a maioria (76,7%) dos corredores de rua de Aracaju apresentaram o tempo de residência de mais de dez anos. Observou-se que a maior parte dos indivíduos (73,4%) prevaleceu na Zona Sul da cidade.

TABELA 1. Características sociodemográficas dos corredores de rua de Aracaju.

Características Sociodemográficas	n	%	Média± DP
Idade¹	443		39,7±12
Gênero			
Masculino	392	79	
Feminino	104	21	
Cor			
Branca	220	45,3	
Não branca	266	54,7	
Estado civil			
Casados, noivos ou união estável	283	58,7	
Solteiros	199	41,3	
Tempo de residência em Aracaju			
Até dez anos	100	23,3	
Mais de dez anos	330	76,7	
Região da residência			
Zona Sul	365	73,4	
Outras	131	26,6	

1- Valores expressos em média e desvio padrão.
Demais valores sumarizados em contagem e porcentagem.

5.2. Características socioeconômicas.

A Tabela 2 mostra que a escolaridade predominante nos indivíduos da pesquisa foi o nível superior completo (60,5%). No que se refere ao tipo de profissão ocorreu a seguinte distribuição: profissionais da saúde, comércio e educação (29,3%), servidores públicos (28,6%) e profissionais das ciências, artes, estudantes e aposentados (26,8%).

Para a renda familiar, foi destacado que um maior contingente de praticantes de corrida de rua (34,2%) teve renda familiar superior a dez salários mínimos. Muito próximo dessa faixa de renda familiar outro grande quantitativo (29,3%) apresentou renda familiar entre cinco e dez salários mínimos.

TABELA 2. Características socioeconômicas dos corredores de rua de Aracaju.

Variáveis	n	%
Escolaridade		
Nível Fundamental e médio	115	24
Nível Superior	289	60,5
Pós-graduação	74	15,5
Profissão		
Saúde, educação e comércio	141	29,3
Servidores públicos	138	28,6
Ciências, artes, estudantes e aposentados	129	26,8
Empresários e prestadores de serviços	74	15,4
Renda Familiar		
Até três salários mínimos	92	20,2
De três a cinco salários mínimos	80	16,3
De cinco a dez salários mínimos	144	29,3
Mais de dez salários mínimos	168	34,2

Valores sumarizados em contagem e porcentagem

5.3- Características antropométricas.

As características antropométricas dos corredores de rua de Aracaju estão apresentadas nas Figuras 10 e 11. Foram identificadas as médias para a massa corporal de $72,7 \pm 12,3$ kg, 171 ± 1 cm de estatura e $24,7 \pm 3,1$ kg/cm² para o Índice de Massa Corporal. Os indivíduos do sexo masculino apresentaram diferenças significativas em relação aos indivíduos do sexo feminino nas três variáveis. Eles apresentaram as maiores médias para a massa corporal

(75,7±11,1kg), estatura (173±0,7cm) e índice de massa corporal (25,1±2,9 kg/cm²).

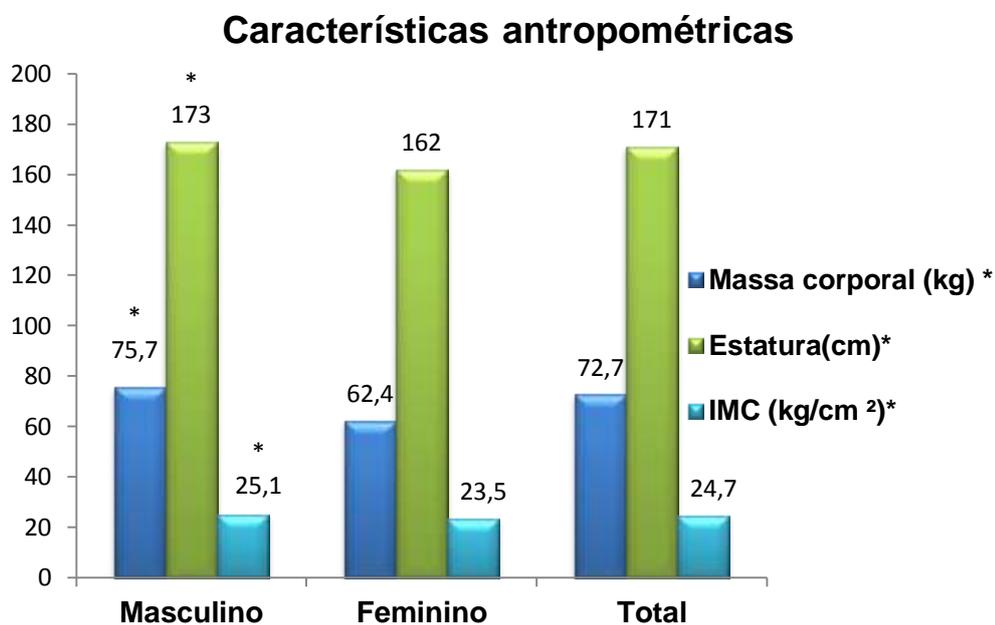


FIGURA 10. Características antropométricas segundo o sexo dos corredores de rua de Aracaju - 2013-2014. Teste t de Student, *p<0,01.

As características antropométricas em relação aos perfis dos corredores de rua de Aracaju estão destacadas na Figura 8. Nela, foi identificado que a determinação da massa corporal dos corredores de rua do perfil profissional (62,4±0,8kg) apresentou diferenças significativas em relação à massa corporal dos outros dois tipos de perfis de corredores de rua.

Do mesmo modo, o índice de massa corporal dos corredores de rua de Aracaju do perfil profissional (21,8 ±2,7kg/cm²) também mostrou diferença significativa em relação ao índice de massa corporal dos demais perfis, apresentando os menores valores observados.

Características antropométricas

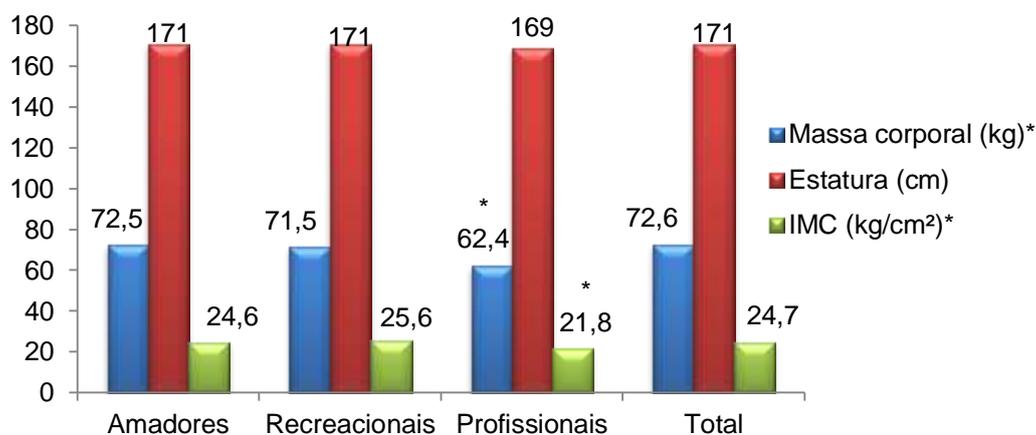


FIGURA 11. Características antropométricas segundo o perfil de corredor de rua de Aracaju - 2013 - 2014. Anova one way, *p<0,01.

5.4- Caracterização do perfil dos corredores de rua de Aracaju.

Foram identificados na Tabela 3 os tipos de praticantes de corrida de rua. Constatou-se que a maioria dos corredores de rua considera-se como amador alcançando 73,7% (IC95%: 69,5; 77,5) dos participantes do estudo. Já 21,8% (IC95%: 18,2; 25,6) da amostra classificaram-se como corredores recreacionais e 4,5% (IC95%: 2,8; 6,4) como corredores profissionais.

TABELA 3. Caracterização do perfil dos corredores de rua de Aracaju – 2013- 2014.

Tipo de praticante	n	%	Intervalo de Confiança
Recreacional	103	21,8	18,2-25,6
Amador	348	73,7	69,5-77,5
Profissional	21	4,5	2,8-6,4

5.5. Análise dos fatores de treinamento associados aos perfis dos corredores de rua de Aracaju.

Os fatores de treinamentos estão apresentados na Tabela 4. Foi verificada uma associação existente da variável tempo de prática de corrida de rua os perfis de corredores ($p=0,019$). Encontrou-se que em todos os perfis prevaleceu uma maioria de indivíduos com um tempo de prática de corrida de até três anos.

Para a frequência semanal de treinos e os tipos de praticantes de corrida foi constatada uma associação ($p=0,002$). Destacou-se que uma a frequência de três treinos por semana foi predominante nos recreacionais (79,8%) e amadores (66,6%), enquanto que a frequência semanal com mais de 3 treinos por semana foi maior para os corredores profissionais (64,3%).

Foi observada associação ($p<0,001$) entre as variáveis distâncias preferidas e os perfis de corredores de rua. As distâncias até 10 quilômetros foram predominantes entre os indivíduos, em destaque para os recreacionais (97%). Além disso, na relação entre horas de treinamento de corrida por semana e os corredores de rua foi verificada associação ($p<0,001$). O treinamento realizado de 1 a 5 horas por semana prevaleceu para grande parte dos praticantes de corrida.

Foi verificada associação ($p=0,009$), para o turno de treinamento de corrida e os tipos de praticantes de corrida. Constatou-se que a preferência em treinar no período noturno foi maior para os amadores (42,1%) e recreacionais (49,5%). Entretanto, para os profissionais (33,3%) predominou a preferência pelos treinamentos em diferentes turnos.

Foi possível destacar que a maioria dos recreacionais (66,7%) e amadores (57,1%) treinava num volume semanal de até 20 km, enquanto que nos profissionais observou-se que metade dos indivíduos treina até vinte quilômetros por semana (50%) e a outra metade para mais de vinte quilômetros por semana (50%).

Existiu associação ($p<0,001$) para o ritmo médio (minutos/quilômetros) e os diferentes perfis de corredores de rua de Aracaju. Constatou-se que para os profissionais (81,3%) o ritmo médio abaixo de 5 min/km foi predominante e que para a maior parte dos corredores recreacionais (78,3%) e amadores (53,8%) o ritmo médio acima de 5min/km também prevaleceu.

Também ocorreu associação ($p<0,001$) para a quantidade de provas realizadas por ano pelos corredores de rua de Aracaju e os tipos de corredores. Observou-se que para a maioria dos corredores recreacionais (99%),

amadores (93,1%) e nos profissionais (61,9%), predominou o fato de participar de até dez provas de corrida por ano.

O planejamento do calendário anual de provas de corrida foi associado aos tipos de praticantes de corrida de rua ($p < 0,001$). Os dados permitem constatar que na maioria dos corredores profissionais (75%) prevaleceu o planejamento do calendário anual de provas. Já para grande parte dos recreacionais (82,4%) e amadores (64,8%), planejar o calendário de corridas não foi um fator de treinamento predominante.

TABELA 4. Associação entre os fatores de treinamento e o perfil de corredores de rua de Aracaju- 2013-2014.

Variáveis	Perfil dos corredores de rua			Total n (%)	p
	Recreacional n (%)	Amador n (%)	Profissional n (%)		
Tempo de prática					
Até 3 anos	69(71,1)	183(55,3)	12(63,2)	264(59,1)	0,019*
Mais de 3 anos	28(28,9)	148(44,7)	7 (36,8)	183(40,9)	
Frequência semanal					
Até 3x	67(79,8)	201(66,6)	5(35,7)	273(68,2)	0,002*
Mais de 3	17(20,2)	101(33,4)	9(64,3)	127(31,8)	
Distância preferida					
Até 10 km	97(97)	290(84,3)	13(65)	400(86,2)	<0,0001*
Acima de 10 km	3(3)	54(15,7)	7(35)	64(13,8)	
Horas semanais					
De 1 a 5 horas	98(91,6)	292(84,9)	13(61,9)	403(86,3)	<0,0001*
Mais de 5 horas	4(8,4)	52(15,1)	8(38,1)	64(13,7)	
Turno de treino					
Manhã	30(29,2)	118(34)	7(33,3)	155(32,9)	0,009*
Tarde	16(15,5)	48(13,8)	1(4,8)	65(13,8)	
Noite	51(49,5)	146(42,1)	6(28,6)	203(43,1)	
Diferentes turnos	6(5,8)	35(10,1)	7(33,3)	48(10,2)	
Volume semanal (km)					
Até 20 km	60(66,7)	172(57,1)	8(50)	240(59)	0,207
Mais de 20 km	30(33,3)	129(42,9)	8(50)	167(41)	
Ritmo médio (min/Km)					
Até 5 min/km	15(21,7)	117(46,2)	13(81,2)	145(42,9)	<0,0001*
Acima de 5 min/km	54(78,3)	136(53,8)	3(18,8)	193(57,1)	
Provas por ano					
Até 10	96(99)	311(93,1)	13(61,9)	420(92,9)	<0,0001*
Mais de 10	1(1)	23(6,9)	8(38,1)	32(7,1)	
Calendário					
Sim	18(17,6)	120(35,2)	15(75)	153(33)	<0,0001*
Não	84(82,4)	221(64,8)	5(25)	310(67)	

Os dados são apresentados em frequência simples (n), percentual (%);
Teste de Qui-quadrado; *Significância estatística ($p \leq 0,05$).

5.6. Análise dos fatores motivacionais associados aos perfis dos corredores de rua de Aracaju.

A Tabela 5 destaca a relação entre os fatores motivacionais e os perfis dos corredores de rua. Os resultados mostram que existiu associação ($p < 0,01$). A variável saúde foi predominante nos amadores (48,4%) enquanto que a variável condicionamento físico prevaleceu para os recreacionais (47,6%). Por outro lado, os profissionais apresentaram a variável o alto rendimento esportivo (61,9%) como predominante.

Houve associação entre a variável influência de terceiros para correr e os perfis de corredores. Constatou-se que receber influência de terceiro para correr foi predominante nos recreacionais (56,9%) e profissionais (76,2%).

No entanto, ao relacionar a participação em grupos de corrida e os perfis de corredores foi destacada uma associação ($p = 0,026$). Observou-se que a maioria dos corredores recreacionais (71,8%) e amadores (70%) não participavam de grupos de corrida. Porém, foi constatado que a maior parte dos corredores profissionais (57,1%), participa de grupos de corrida.

Foi possível observar que em todos os perfis de corredores de rua prevaleceu o hábito de fazer avaliação antes de começar a correr, apesar de não ser observada diferença significativa.

TABELA 5. Associação entre os fatores motivacionais e o perfil de corredores de rua de Aracaju - 2013-2014.

Variáveis	PERFIL DOS CORREDORES DE RUA				p
	Recreacional n (%)	Amador n (%)	Profissional n (%)	Total n (%)	
Saúde	42(40,8)	168(48,4)	3(14,3)	213(45,2)	0,01*
Condicionamento físico	49(47,6)	140(40,3)	5(23,8)	194(41,2)	
Alto rendimento	12(11,6)	39(11,3)	13(61,9)	64(13,6)	
Influência para correr					0,008*
Sim	58(56,9)	160(46,1)	16(76,2)	234(49,8)	
Não	44(43,1)	187(53,9)	5(23,8)	236(50,2)	
Grupos de corrida					0,026*
Sim	29(28,2)	104(30)	12(57,1)	145(30,8)	
Não	74(71,8)	243(70)	9(42,9)	326(69,2)	
Avaliação física prévia					0,291
Sim	72(69,9)	236(68,4)	17(85)	325(69,4)	

Os dados são apresentados em frequência simples (n), percentual (%);
Teste de Qui-quadrado; *Significância estatística ($p \leq 0,05$).

5.7. Análise dos fatores socioambientais associados aos perfis de corredores de rua de Aracaju.

Na Tabela 6 foram apresentados os fatores socioambientais em relação ao perfil de corredor. Observou-se que em todos eles a rotina pessoal foi favorável à prática desse esporte, porém não teve associação significativa ($p=0,428$). Foi observada associação ($p=0,01$) entre a escolaridade e os perfis de corredores.

Constatou-se que para os recreacionais e amadores o grau de escolaridade do nível superior foi predominante. Já para os profissionais, prevaleceu o nível médio (76,5%).

Na relação entre possuir adeptos de corrida de rua na família e os perfis de corredores de rua de Aracaju, não foi identificada associação. Observou-se ainda que a maior parte dos corredores relatou não ter adeptos da corrida de rua na família.

Ficou observado, sem associação estatística, que grande parte dos corredores relatou que as condições climáticas da cidade normalmente interferem na rotina dos treinamentos de corrida. Porém, a maioria apontou que as condições físicas da cidade de Aracaju favorecem à prática da corrida de rua.

TABELA 6. Associação entre os fatores socioambientais e o perfil dos corredores de rua de Aracaju - 2013-2014.

Variáveis	PERFIL DOS CORREDORES DE RUA			Total n (%)	p
	Recreacional n (%)	Amador n (%)	Profissional n (%)		
Rotina pessoal					
Sim	95(92,2)	321(92,8)	21(100)	437(93)	0,428
Escolaridade					
Nível fundamental e médio	11(10,6)	86(25,7)	13(76,5)	110(24,2)	0,01*
Nível superior	70(68)	202(60,5)	4(23,5)	276(60,8)	
Pós-graduação	22(21,4)	46(13,8)	0	68(15)	
Adeptos na família					
Não	59(57,8)	194(56,1)	14(66,7)	267(56,9)	0,62
Condições climáticas					
Sim	55(53,4)	210(61,0)	14(66,7)	279(59,6)	0,304
Geografia da cidade					
Sim	97(94,2)	319(92,2)	20(95,2)	436(92,8)	0,718

Os dados são apresentados em frequência simples (n), percentual (%);
Teste de Qui-quadrado; *Significância estatística ($p \leq 0,05$).

5.8. Análise dos fatores comportamentais associados aos corredores de rua de Aracaju.

A Tabela 7 mostra a relação entre os fatores comportamentais e o perfil dos corredores de rua de Aracaju. Percebe-se que houve associação ($p=0,021$) entre o uso de tênis adequado à pisada com os perfis de corredores. Nesse aspecto, constatou-se que o uso de tênis adequado à pisada foi predominante para todos os tipos de corredores.

Os resultados mostraram associação ($p=0,047$) para a utilização de acessórios de corrida relacionados aos perfis dos corredores. Foi observado que na maioria dos recreacionais (55,9%) e profissionais (57,1%) esse hábito prevaleceu. Também ocorreu associação ($p<0,001$) para a utilização de suplementos alimentares e os tipos de praticantes. Na maioria dos corredores profissionais (61,9%) a utilização de suplementos alimentares para correr foi predominante.

TABELA 7. Associação entre os fatores comportamentais e o perfil dos corredores de rua – 2013 – 2014.

Variáveis	PERFIL DOS CORREDORES DE RUA				<i>p</i>
	Recreacional n (%)	Amador n (%)	Profissional n (%)	Total n (%)	
Tênis adequado					
Sim	54(53,5)	222(68,1)	13(72,2)	289(64,9)	0,021*
Acessórios de corrida					
Sim	43(42,2)	194(55,9)	12(57,1)	249(53)	0,047*
Não	59(57,8)	153(44,1)	9(42,9)	221(47)	
Suplementos alimentares					
Sim	13(12,6)	114(32,9)	13(61,9)	140(29,7)	<0,0001*
Não	90(87,4)	233(67,1)	8(38,1)	331(70,3)	
Atividade física paralela					
Sim	79(78,2)	247(71,6)	12(57,1)	338(72,4)	0,118

Os dados são apresentados em frequência simples (n), percentual (%).
Teste de *Qui*-quadrado; *Significância estatística ($p \leq 0,05$).

5.9. Análise dos fatores de treinamento associados ao sexo dos corredores de rua de Aracaju.

Na tabela 8 foram analisados os fatores de treinamento em relação ao sexo dos corredores de rua. Na relação entre o tempo de prática de corrida de rua e o sexo os dados mostraram associação ($p=0,001$). Foi encontrado que o tempo de prática de até três anos foi predominante para os praticantes de corrida de rua do sexo masculino (57,5%) e feminino (75,3%). Percebeu-se uma predominância da frequência semanal de treinos de até três treinos por semana.

Quando foram relacionadas as distâncias preferidas e os sexos dos corredores ficou evidenciada associação ($p=0,010$). Para os indivíduos masculinos e femininos distâncias de até 10 quilômetros predominantes, sendo melhor observada no sexo feminino que apresentou um percentual de 94,1%.

Verificou-se que para a quantidade de horas de treinamento por semana, os indivíduos treinam de uma a cinco horas por semana. Além disso, foi evidenciado que o turno de treinamento noturno foi o período de maior preferência.

Para o volume semanal de treinos em função do sexo foram verificadas associações entre ($p<0,001$), assim também como para o ritmo médio ($p<0,001$). Prevaleceu um volume semanal de treinos de até vinte quilômetros por semana.

O ritmo médio que prevaleceu entre os sexos foi de acima de cinco minutos por quilômetro nos masculino (51,6%) e feminino (82,8%). Participar de até dez provas de corrida por ano mostrou-se como elemento predominante entre os corredores de rua.

Foi encontrada associação ($p=0,007$) para o planejamento de calendário de corridas em relação aos sexos dos corredores. Chamou atenção para o fato de que planejar o calendário de provas de corrida não foi considerado um determinante de aderência entre os gêneros, principalmente no gênero feminino (74,4%).

TABELA 8. Associação entre os fatores de treinamento e os sexos dos corredores, 2013-2014.

Variáveis	SEXO		Total n (%)	p
	Masculino n (%)	Feminino n (%)		
Tempo de prática				
Até 3 anos	215(57,5)	73(75,3)	288(61,1)	0,001*
Mais de 3 anos	159(42,5)	24(24,7)	183(38,9)	
Frequência semanal				
Até 3x	218(66,7)	66(68)	284(67)	0,800
Mais de 3	109(33,3)	31(32)	140(33)	
Distância preferida				
Até 10 km	325(84,2)	96(94,1)	421(86,3)	0,010*
Acima de 10 km	61(15,8)	6(5,9)	67(13,7)	
Horas de treinos				
De 1 a 5 horas	327(84,3)	95(92,2)	422(85,9)	0,039*
Mais de 5 horas	61(15,7)	8(7,8)	69(14,1)	
Turno de treino				
Manhã	126(32,3)	36(34,6)	162(32,7)	0,110
Tarde	51(13)	16(15,4)	67(13,5)	
Noite	167(42,7)	48(46,2)	215(43,4)	
Diferentes turnos	47(12)	4(3,8)	51(10,4)	
Volume semanal (km)				
Até 20 km	178(53,9)	68(79,1)	246(59,1)	<0,0001*
Mais de 20 km	152(46,1)	18(20,9)	170(40,9)	
Ritmo médio (min/Km)				
Até 5 min/km	137(48,4)	10(17,2)	147(46,1)	<0,0001*
Acima de 5 min/km	146(51,6)	48(82,8)	194(53,9)	
Provas por ano				
Até 10 anos	349(91,8)	92(95,8)	441(92,6)	0,181
Mais de 10 anos	31(8,2)	4(4,2)	35(7,4)	
Calendário				
Não	247(68,3)	80(74,4)	327(67,3)	0,007*
Alongamento prévio				
Sim	307(84,1)	79(85,9)	386(84,5)	0,677

Os dados são apresentados em frequência simples (n), percentual (%);
 Teste do Qui-quadrado; *Significância estatística ($p \leq 0,05$).

5.10. Análise dos fatores motivacionais associados ao sexo dos corredores de rua de Aracaju.

Na Tabela 9 estão destacados fatores motivacionais associados aos corredores de rua de Aracaju. Percebeu-se que tanto nos indivíduos do sexo masculino quanto no feminino, praticar corrida de rua para obter saúde foi uma característica comum na prática desse esporte, no entanto sem haver associação.

Percebeu-se associação ($p=0,008$) entre a influência de terceiro para praticar a corrida de rua e os sexos dos corredores. Na maior parte dos indivíduos do sexo feminino (62,1%) observou-se como predominante influência de terceiros para correr.

Foi encontrada associação ($p=0,006$) para a participação em grupos de corrida relacionada aos sexos dos corredores. Nesse sentido, percebeu-se para o sexo masculino (72,6%) e o sexo feminino (58,7%) a participação em grupos de corrida não prevaleceu.

Foi observada uma associação ($p=0,018$) entre fazer avaliação física previamente à aderência na corrida e os sexos dos praticantes. Nesse sentido, verificou-se que em ambos os sexos o comportamento de se submeter a avaliação física prévia foi visto como aspecto predominante

TABELA 9. Associação entre os fatores motivacionais e os sexos dos corredores- 2013-2014.

Variáveis	SEXO			p
	Masculino n (%)	Feminino n (%)	Total n (%)	
Saúde	172(44)	49(47,1)	221(44,7)	0,764
Condicionamento Físico	166(42,5)	40(38,5)	206(41,6)	
Alto rendimento	53(13,5)	15(14,4)	68(13,7)	
Influência para correr				
Sim	185(47,4)	64(62,1)	249(50,5)	0,008*
Grupos de corrida				
Não	284(72,6)	61(58,7)	345(69,7)	0,006*
Avaliação física prévia				
Sim	259(66,8)	82(78,8)	341(69,3)	0,018*

Os dados são apresentados em frequência simples (n), percentual (%);
Teste do qui-quadrado; *Significância estatística ($p \leq 0,05$).

5.11. Análise dos fatores socioambientais associados ao sexo dos corredores de rua de Aracaju.

Na tabela 10 estão apresentados os fatores e os corredores de rua de Aracaju. Ao relacionar a presença de adeptos da corrida na família com sexos dos corredores foi percebida uma associação ($p=0,026$). Notou-se o fato de possuir adeptos da corrida na família foi predominante para os indivíduos do sexo feminino (52,9%).

Mesmo sem haver associação estatística, observou-se que o clima de Aracaju foi pontuado como fator de interferência na prática da corrida, e que a geografia da cidade foi considerada como favorável.

TABELA 10. Associação entre fatores socioambientais e os sexos dos corredores, 2013-2014.

Variáveis	SEXO		Total n (%)	p
	Masculino n (%)	Feminino n (%)		
Rotina pessoal				
Sim	362(92,8)	98(94,2)	460(93,1)	0,614
Adeptos na família				
Sim	158(40,7)	55(52,9)	213(43,3)	0,026*
Condições climáticas				
Sim	226(58,1)	67(65)	293(59,6)	0,201
Geografia da cidade				
Sim	361(92,3)	96(93,2)	457(92,5)	0,764

Os dados são apresentados em frequência simples (n), percentual (%).
Teste do qui-quadrado; *Significância estatística ($p \leq 0,05$).

5.12. Análise dos fatores comportamentais associados aos sexos dos corredores de rua de Aracaju.

Na tabela 11 foram analisados os fatores comportamentais em função dos sexos dos praticantes. A maioria dos corredores, tanto masculino (63,5%) como feminino (70,7%) afirmou usar tênis adequado ao tipo de pisada. Também foi observado que predomina na maioria dos indivíduos masculinos e femininos o hábito de usar algum acessório de corrida. Foi verificado também que nesses indivíduos o uso de suplementos para correr não foi comum. Também não foi verificada associação entre a variável atividade física paralela em relação aos sexos dos praticantes de corrida de rua de Aracaju.

TABELA 11. Associação entre os fatores comportamentais e os sexos dos corredores, 2013-2014.

Variáveis	SEXO		Total n (%)	p
	Masculino n (%)	Feminino n (%)		
Atividade paralela				
Sim	273(70,4)	82(79,6)	355(72,3)	0,062
Tênis adequado				
Sim	226(63,5)	65(70,7)	291(65)	0,199
Acessórios de corrida				
Sim	208(53,2)	54(52,4)	262(53)	0,889
Suplementos para alimentares				
Não	273(69,6)	74(71,8)	347(70,1)	0,664

Os dados são apresentados em frequência simples (n), percentual (%);
Teste do qui-quadrado; *Significância estatística ($p \leq 0,05$).

6. DISCUSSÃO

Os corredores de Aracaju foram distribuídos em relação aos perfis como: recreacionais (21,8%), amadores (73,7%) e profissionais (4,4%). A categorização dos indivíduos em amadores, recreacionais e profissionais parece ser ideal para descrevê-los de acordo com suas peculiaridades. Nesse sentido, O National Runner Survey de 2013, um estudo que investiga anualmente os corredores americanos, dividiu seus participantes em corredor recreacional, corredor frequente e corredor competitivo⁴⁰.

Foi investigado o perfil dos corredores num circuito de corridas de rua em Anápolis⁶¹, sendo encontrado que 59% dos participantes foram classificados como amadores, 29% como iniciantes e 12% de atletas profissionais. Outro estudo envolvendo corredores de rua verificou que 84% dos entrevistados tinham uma percepção de si mesmo como corredor “ativo”, enquanto que 13% se reconheceram como “pouco ativos” e 2% como “sedentários”⁹. Tanto os achados do presente estudo como outros trabalhos publicados, mostram que a grande maioria dos corredores de rua se concentra nas categoria não profissionais, o que aponta para uma aceitação populacional dessa modalidade esportiva.

Quanto a distribuição dos sexos dos corredores de rua foi identificado que 79% eram masculinos e 21% femininos. Dados semelhantes foram encontrados num estudo sobre o perfil dos corredores que treinavam na Universidade de São Paulo¹⁵.

Apesar de ser maior a participação masculina nas corridas de rua, percebe-se nitidamente que vem ocorrendo um aumento gradativo do público feminino. Esse fato pode ser comprovado pela quantidade de mulheres inscritas nas provas de rua, o que tem levado inclusive ao surgimento de corridas exclusivas para o público feminino.

Segundo os dados da Federação Paulista de Atletismo, em 2013, 379.393 homens (67%) e 186.842 mulheres (33%) foram concluintes nas corridas de rua. No ano de 2014 subiu 429.796 homens (66%) e para 223.344 mulheres (34%). Enquanto o número de homens concluintes cresceu 13%, o

número de mulheres concluintes cresceu 20%, comprovando mais uma vez o visível aumento da participação feminina³⁹.

Os resultados deste estudo mostram que os fatores motivacionais como a saúde e o condicionamento físico parecem ser os principais determinantes pessoais para a aderência na corrida de rua. Esses achados eram esperados e corroboram os encontrados em outro estudo que identificou a saúde sendo considerada como um dos principais fatores motivacionais em corredores de longas distâncias¹⁴.

Associar saúde à prática da corrida foi um resultado observado nos corredores amadores, enquanto que para os recreacionais o condicionamento físico foi visto como o principal motivo para os determinantes pessoais da aderência. Nesse sentido, foi verificado num estudo sobre os fatores motivacionais de adesão a grupos de corrida, que o objetivo de ter um bom condicionamento físico foi um dos principais fatores predominantes para a prática da corrida de rua¹⁰.

Acredita-se que os benefícios físicos e psicológicos que a corrida de rua proporciona aos seus praticantes têm um peso considerável na motivação desse esporte. Portanto, a corrida se estabelece como uma ferramenta eficiente para melhorar a saúde, consolidando-se como mais uma opção dentre as mais variadas formas de atividade física.

A influência de pessoas que treinam corrida pode ser considerada como um fator motivacional importante para a corrida de rua. Sob esse ponto de vista, se observou que os corredores profissionais assim como os indivíduos do sexo feminino foram os mais influenciados nesse sentido.

A participação em grupos de corrida foi destacada no estudo como outro fator motivacional relevante para os corredores profissionais. Acredita-se que isso esteja relacionado a qualquer tipo de apoio que esses atletas possuem dentro do seu grupo. Habitualmente é difícil observar um corredor profissional que não faça parte de algum grupo ou equipe de corrida.

Em relação aos adeptos da corrida na família como fator socioambiental, a maioria das mulheres afirmou ter parentesco com algum corredor de rua. Nesse sentido, a literatura observou que um dos principais motivos de engajamento na corrida de rua foi a influência de alguém com vínculo afetivo (pai, irmãos, namorado ou amigos) que treinava corrida anteriormente⁶. Da mesma forma, outro estudo identificou que 81,1% dos participantes de um programa social de corrida de rua treinavam acompanhados por familiares, amigos, colegas de trabalho e namorado^{6,2}

O nível de escolaridade dos corredores de rua de Aracaju é considerado elevado pois, a maioria deles tem o nível superior completo e apresenta profissões pertencentes às áreas da saúde, comércio e educação. Esse dado se assemelha aos achados no estudo sobre corredores de rua de Santa Catarina², que predominou nos corredores a classe média e nível de escolaridade médio ou superior.

Pela distribuição dos dados verificou-se que os praticantes da corrida de rua em Aracaju podem ser considerados como novatos em relação ao tempo que praticam esse esporte. No estudo predominou uma maioria de indivíduos com um tempo de prática de corrida de até três anos. Essa informação caracteriza os corredores como um público ainda emergente no cenário local, associado ao fato de que o fenômeno corrida de rua em Aracaju, ainda é bastante recente.

Apesar do crescimento de praticantes de corrida de rua em todo o país nos últimos anos, podemos considerar que a maioria desses indivíduos tem uma pequena experiência de corrida. Parece que a evolução desse esporte nos últimos anos tenha trazido muitos adeptos à modalidade, mas ainda de maneira muito incipiente, sugerindo um monitoramento longitudinal para uma melhor caracterização.

Entretanto, na associação entre as características de treinamento com as distâncias preferidas pelos corredores de rua constatamos um tempo de prática de corrida em até 3 anos para quem corre provas até 10 km. Já os

indivíduos que treinam para distâncias maiores que 10 km possuem um histórico de treinamento maior que 3 anos.

Frequência semanal com 3 dias de treinamento, preferência por menores distâncias, e pequena quantidade de horas de corrida por semana foram associadas aos corredores de rua de Aracaju. Além disso, o ritmo médio observado, a participação anual em provas e o volume semanal desses indivíduos permitem uma comparação aproximada com corredores de outras cidade⁶⁴.

As características de treinamento de 200 corredores recreacionais em São Paulo estão descritas na literatura⁶³. Foi traçado um perfil dos corredores: grande maioria de homens, com 40 anos de idade média, IMC classificado como saudável, os quais praticam corrida há aproximadamente cinco anos, treinam quatro vezes por semana, com uma quilometragem semanal de 35 km e têm a corrida de 10 km como prova favorita.

Neste estudo, o turno de treinamento preferido pelos praticantes de corrida de rua de Aracaju foi noturno, exceto para os corredores profissionais. Para o ritmo médio, destacou-se entre os corredores uma faixa predominante acima dos cinco minutos por quilômetro. Entretanto para os corredores profissionais, bem como para aqueles de longas distâncias, o ritmo médio verificado foi abaixo dos cinco minutos por quilômetros (<5min/km).

Num estudo de coorte prospectivo sobre a incidência e fatores de riscos para lesões osteomioarticulares em corredores amadores, mostrou-se que o ritmo médio dos grupos com lesões e sem lesões foi abaixo dos 5 min/km. Importante destacar que esses atletas treinavam 5 vezes por semana e tinham um volume semanal de 50 km⁶⁵. Portanto, essas características de treinamento explicam as diferenças dos dados observados no presente estudo.

Participar de até dez provas de corrida por ano foi uma característica comum a ser observada nos corredores investigados. Nesse sentido, os achados tiveram semelhança com os dados do National Runner Survey de 2013, que indicaram a média de participação dos corredores americanos de 7,5 eventos de corrida ao ano⁴⁰.

O fato de planejar o calendário anual de provas mostrou um resultado interessante: a maioria dos indivíduos não planeja o calendário anual de corridas de rua, com exceção dos corredores profissionais. É provável que isso se deva ao fato de que os profissionais possuem uma preparação mais diferenciada em relação aos outros praticantes. Do mesmo modo, quem corre distâncias maiores costuma realizar tal planejamento.

Ao se observar de uma maneira global das características de treinamento analisadas dos corredores de rua de Aracaju, é possível dizer que essa prática esportiva vem se desenvolvendo ainda de maneira discreta em nosso estado, porém seguindo as tendências observadas em outras regiões.

As características antropométricas indicaram o seguinte perfil nos praticantes de corrida: massa corporal de 72,7 kg, estatura de 171 cm e IMC de 24,76 kg/cm². Esses valores foram semelhantes a alguns dados disponíveis na literatura⁶⁵, os quais apresentaram valores de 75,3±12,4 kg para massa corporal, 170±0,1cm para estatura e IMC de 25,1±2,9 kg/m².

No entanto os dados divergem dos observados por outro estudo² em relação à massa corporal, que identificou valores com menores médias para corredores de maratona. Essa diferença pode ser explicada em função da especificidade da preparação desses atletas e das adaptações ocorridas para as provas de longas distâncias.

Este estudo mostrou que os corredores de rua apresentaram uma média de idade de 39,7 anos, tendo semelhança com o observado na literatura⁶⁶, que verificou um maior número de participantes de corrida de rua entre 30 e 45 anos.

As características associadas aos corredores da Maratona do Rio de Janeiro foram analisadas e um dos seus resultados foi o maior interesse de pessoas consideradas de meia-idade (40-44 anos) em correr provas de longa duração¹³. Uma possível explicação para essa característica é o fato de que praticar corrida de rua exige disciplina, persistência e continuidade, fatores ainda não observados frequentemente nos indivíduos de faixas etárias menores.

Os corredores de rua de Aracaju são residentes na capital, há mais de 10 anos, distribuídos principalmente na Zona Sul. Possuem nível superior completo e renda familiar acima dos 10 salários mínimos. Em outros estudos, foram encontrados indivíduos com uma faixa de 40% a 47% da amostra no nível superior completo^{2,15}.

Quanto a cor referida, os indivíduos deste estudo manifestaram-se predominantemente não brancos. Esses dados se contrapõem aos achados no estudo sobre os fatores motivacionais dos corredores de rua no Rio Grande do Sul, que apresentaram a cor branca como predominante¹⁰. Tal diferença pode ser explicada em função das diferenças de cor e raça existentes entre o Nordeste e o Sul do país.

No tocante ao estado civil dos envolvidos no estudo, a maioria foi de casados ou com união estável. A predominância de indivíduos casados praticantes de corrida de rua também foi identificada na literatura, com valores entre 44% e 58,5% do total de indivíduos analisados^{15, 65}.

7. CONCLUSÃO

Diante dos achados é possível concluir que os corredores de rua de Aracaju se caracterizam como predominantemente do sexo masculino, adultos jovens, casados, urbanos e elevado nível socioeconômico.

Se pode afirmar ainda que os motivos para a prática da corrida são distintos a depender dos perfis de corredores.

Ademais, se conclui que existe diferença entre os fatores de treinamento quando se analisa sob o aspecto do perfil de corredores.

8. REFERÊNCIAS

1. Salgado, J. V. V.; Chacon-Micahil, M. P. T. Corrida de rua: análise do crescimento do número de provas e praticantes. *Conexões* (impr.). 2006, 4(1), 90-99.
2. Pazin, J.; Duarte, M.F.S.; Poeta, L.S.; Gomes, M.A. Corredores de rua: características demográficas, treinamento e prevalência de lesões. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano* 2008, 10 (3), 277-82.
3. São Silvestre [Homepage na internet]. Confira os resultados da 90ª edição da corrida internacional de São Silvestre. [Atualizada em 31 de dezembro de 2014, acesso em 25 de fevereiro de 2015]. Disponível em: <http://www.saosilvestre.com.br/confira-os-resultados-da-90a-edicao-da-corrida-internacional-de-sao-silvestre/>
4. REDE BAHIA DE TELEVISÃO [Homepage na internet]. Corridas de Rua: um fenômeno que está virando moda no Brasil. [Atualizada em Novembro de 2005, acesso em 22 de janeiro de 2013]. Disponível em: http://www.ibahia.globo.com/tvbahia/comercial/pdf/corridas_de_rua.pdf
5. Massarella, F. L.; Winterstein, P. J. Motivação intrínseca e estado de *flow* em Corredores de Rua. *Movimento*, 2009. 15, (2), 45 – 68.
6. Association of International Marathons and Distance Runners [Homepage na internet]. *Distance Running*. 3ª ed. 2015. 85, 46-49. [Acesso em 03 de julho de 2015]. Disponível em: <http://aimsworldrunning.org/index.php>
7. Franco, K. N.; Roessler, M. Comparação de fatores motivacionais entre corredores de rua de equipes e individuais. 2010. [Monografia]. Rio Grande do Sul: Universidade Federal de Porto Alegre. Curso de Educação Física. Departamento de Educação Física.
8. Barbanti, V. J., *Dicionário de Educação Física e Esporte*. 3ª ed. São Paulo: Manole, 1994.

9. Albuquerque, R. C. Comportamento do consumidor de materiais esportivos para a prática da corrida de rua na Região Metropolitana de Belo Horizonte. 2007. [Dissertação de mestrado]. Minas Gerais: Fundação Cultural Dr. Pedro Leopoldo.
10. Truccolo, A. B.; Maduro, P. A.; Feijó, E. A. Fatores motivacionais de adesão a grupos de corrida. *Revista Motriz*, 2008. 14 (2), p.108-114.
11. Ribeiro, A. T. Eventos de corrida de rua em Fortaleza-CE como comunicação de marca. 2009. [Dissertação de Mestrado Profissionalizante]. Ceará: Universidade Federal do Ceará. Mestrado em Administração e Controladoria.
12. Dallari, M. M. Corrida de Rua: um fenômeno sociocultural contemporâneo. 2009. [Tese de Doutorado em Educação]. São Paulo: Faculdade de Educação da Universidade de São Paulo.
13. Moura, C. A. Palma, A.; Costa Filho, N.; Almeida, M. N.: Características associadas aos corredores da maratona do Rio de Janeiro. *Fitness & Performance Journal*. 2010. 9(1),106-112.
14. Balbinotti, M. A. A.; Gonçalves, G. H. T. Corrida de Rua: um estudo sobre os motivos de adesão e permanência de corredores amadores de Porto Alegre. 2011. [Monografia]. Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Departamento de Educação Física.
15. Bastos, F. C.; Pedro, M. A. D.; Palhares, J. M. Corrida de Rua: análise da produção científica em universidades paulistas. *Revista Mineira de Educação Física*, 2009. 17 (2), 76-86.
16. Carrier, D.R. The energetic paradox of human running and hominid evolution. 1984. *Current Anthropology*. 24, 483–495.
17. Ward, C. Interpreting the posture and locomotion of *Australopithecus afarensis*: where do we stand? *American Journal of Physical Anthropology*. 2002. 45, 185–215.

18. Haile-Selassie, Y. Late. Miocene hominids from the Middle Awash, Ethiopia. *Nature*. 2001. 412, 178–181.
19. Galik, Y. et al. External and internal morphology of the BAR 10020 00 Orrorin tugenensis femur. *Science*. 2004. 305, 1450–53.
20. Rose, M. D. Origine(s) de la Bipedie chez les Hominides. Centre National de la Recherche Scientifique. 1991. 37–49.
21. Wood, B. & Collard, M. The human genus. *Science*. 1999. 284, 65–71.
22. Bramble, D. M. & Lieberman, D. E. Endurance running and the evolution of homo. *Nature*. 2004. 432. 160-173.
23. Garland, T. JR. The relation between maximal running speed and body-mass in terrestrial mammals. *Journal of Zoology*. 1983. 199, 157–170.
24. Cavanagh, P. R. & Kram, R. Stride length in distance running: velocity, body dimensions, and added mass effects. *Medicine & Science in Sports & Exercise* 1989. 21, 467–479.
25. Hunt, K. D. Mechanical implications of chimpanzee positional behavior. *American Journal of Physical Anthropology*. 1991. 86, 521–536.
26. Alexander RM. The gaits of bipedal and quadrupedal animals. *The International Journal of Robotics Research*. 1984. 3, 49-59.
27. Swindler, D. R. & Wood, C. D. *An Atlas of Primate Gross Anatomy: Baboon, Chimpanzee and Man*. 1973. Univ. Washington Press, Seattle.
28. Ker, R. F. et al. The spring in the arch of the human foot. *Nature*. 1987. 325, 147–9.
29. Yang, N. et al. ACTN3 genotype is associated with human elite athletic performance. *American Journal of Human Genetic*. 2003. 73, 627–631.

30. Yalouris, N. Os jogos olímpicos na Grécia antiga: Olímpia Antiga e os jogos olímpicos. 1ª ed. São Paulo: Odysseus Editora. 2004.
31. Noakes, T. Lore of running. 3ª ed. Champaign: Leisure Press. 1991.
32. Mandell, R. Sport: a cultural history. Surrey: Columbia University Press. 1999.
33. Da Silva, J. F.; Camargo, R.J. Atletismo: corridas. Rio de Janeiro: Tecnoprint S.A, 1978.
34. Oliveira, S. N. Lazer sério e envelhecimento: Loucos por corrida. 2010. [Dissertação de Mestrado]. Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Departamento de Educação.
35. Ferreira, A. Maratona. Salvador: Bureau. 1984.
36. Pinheiro, J. P. C. A história da maratona de Porto Alegre e sua contribuição com a popularização das corridas de rua na cidade. 2012. [Trabalho de conclusão de curso]. Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul.
37. Melo, V. A. Rio de Janeiro: uma cidade que corre. Rio de Janeiro. Sesc, 2003.
38. CORPORE. Corredores Paulistas Reunidos [Homepage na internet]. FPA. Federação Paulista de Atletismo: departamento de corrida de rua. Banco de dados. [Acesso em: 27 Abr. 2014]. Disponível em: http://www.corpore.org.br/cor_estatisticas.asp
39. Webrun. [Homepage na internet]. Participantes em corridas de rua em SP cresceu 15,35% em 2014. [Acesso em 13 de março de 2014]. Disponível em: <http://www.webrun.com.br/h/noticias>
40. Running Usa. [Homepage na internet]. 2013 National Runner Survey. [Acesso em 19 de setembro de 2014]. Disponível em <http://www.runningusa.com/>

41. Chiptiming Cronometragem [Homepage na internet]. Resultados de eventos. Acesso em 24 de agosto de 2014. Disponível em: <http://www.chiptiming.com.br/resultados/aracaju/sergipe/2012>.
42. Zona Alvo Consultoria Esportiva. [Homepage na internet]. Resultados. Acesso em 24 de agosto de 2014. Disponível em: <http://www.zonaalvo.com.br/resultado-de-corridas.html>.
43. Weinberg, R. & Gould, D. Fundamentos da Psicologia do Esporte e do Exercício Físico. 2ª ed. Porto Alegre: Artmed. 2001.
44. Ryan, R.; Deci, E. Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychologist*. 2000. 55 (1), 68-78.
45. Samulski, D. Psicologia do Esporte. São Paulo: Manole Ltda, 2002.
46. Balbinotti, M. A. A., & Capozzoli, C. J. Motivação à prática regular de atividade física: um estudo exploratório com praticantes em academias de ginástica. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*. 2008. 22(1), 63-80.
47. Balbinotti, M. A. A., & Barbosa, M. L. L. Análise da consistência interna e fatorial confirmatória do IMPRAFE-126 com praticantes de atividades físicas gaúchos. *Psico-USF*. 2008. 13(1), 1-12.
48. Barbosa, M. L. L. Propriedades métricas do Inventário de Motivação para a Prática Regular de Atividade Física (IMPRAF-126). 2006. [Dissertação de mestrado no prelo]. Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul.
49. Rolim, R. Contributo para o treino de meio-fundo\funfo de atletas jovens em Portugal. 1998. [Dissertação de Doutorado]. Porto: Faculdade de Ciências do Deporto e de Educação Física.
50. Rojas, P. N. C. Aderência aos Programas de Exercícios Físicos em Academias de Ginástica na Cidade de Curitiba – PR. 2003. [Dissertação de Mestrado em Educação Física]. Florianópolis: Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.

51. Boyller, M.H. et al. Physical activity behavior change: issues in adoption and maintenance. *Health Psychology*. 2000. 19 (1), 32-41.
52. Malavasi, L.; Both, J. Motivação: uma breve revisão de conceitos e aplicações. *Lecturas Educación Física e Deportes, Revista Digital*, Buenos Aires. 2005. 89. [Acesso em 18 de novembro de 2014]. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd89/motivac.htm>
53. Nascimento, G. Y.; Soriano, J. B.; Fávaro, P. E. A perspectiva do erro e a avaliação das consequências da intervenção profissional em Educação Física: uma análise de conteúdo. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*. 2007. 9, (4), 393-400.
54. Dishman, R. K. *Advances in exercise adherence*. Champaign: Human Kinetics, 1994.
55. Buckworth, J. & Dishman, R. T. *Exercise and Physiology*. Champaign Illinois: Human Knetics. 2002.
56. Saba, F. K.F. Determinantes da prática de exercício físico em academias de ginástica. 1999. [Dissertação de Mestrado em Educação Física]. São Paulo: EEFE, Escola de Educação Física e Esporte.
57. Nunomura, M. Motivos de adesão à atividade física em função das variáveis idade, sexo, grau de instrução e tempo de permanência. *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde*. 1998. 3 (3), 45-58.
58. laochite, R. T. Aderência ao exercício e crenças de auto-eficácia. In R. G. Azzi, & S. A. Polydoro (Eds.). *Auto-eficácia em diferentes contextos*. 2006. Campinas: Alínea, 127-147.
59. Prochaska, J. O. & DiClemente, C. C. The Transtheoretical Approach. *Handbook of psychotherapy integration*. 1992. New York: Basic Books, 300-334.
60. Pitanga, F. J. G. *Epidemiologia da atividade física, exercício físico e saúde*. 2ª ed. São Paulo: Phorte, 2004.

61. Sallis, J.F.; Owen, N. Physical activity and behavioral medicine. Thousand Oaks: Sage Publications, 1999.
62. Tristão et al. Avaliação do perfil dos atletas participantes de um circuito de corrida de rua: uma atividade de ensino, pesquisa e extensão. II Jornada de Ensino, Pesquisa e Extensão da Universidade Evangélica. Anais do V Seminário de Extensão. Anápolis-Go, 1, 2011.
63. Lopes, M. S. Corrida novas oportunidades por que participar? [Dissertação de mestrado em gestão]. 2009. Lisboa: Instituto Superior de Ciências do Trabalho e da Empresa.
64. Júnior, L. C. H., Costa, L. O. P., Carvalho, A. C. A., D. Lopes, A. D. Perfil das características do treinamento e associação com lesões musculoesqueléticas prévias em corredores recreacionais: um estudo transversal. Revista Brasileira de Fisioterapia. 2012. 16 (1), 46-53.
65. Pileggi, P., Gualano, P., Souza, M., Caparbo, V., Pereira, R. M. R., Pinto, A. N. S., Lima, F. R. Incidência e fatores de risco de lesões osteomioarticulares em corredores: um estudo de coorte prospectivo. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte. 2010. 24, (4), 453-62.
66. Ishida, J. C., Turi, B. C., Pereira-Da-Silva, M., Amaral, S. L. Presença de fatores de risco de doenças cardiovasculares e de lesões em praticantes de corrida de rua. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte. 27 (1), 55-65.
67. Hino, A. A. F., Reis, R. S., Rodriguez-Añez, C. R., Fermino, R. C. Prevalência de lesões em corredores de rua e fatores associados. Revista Brasileira de Medicina do Esporte, 15 (1), 23-29.
68. Farias, J. J. C. Validade das medidas auto-referidas de peso e estatura para o diagnóstico do estado nutricional de adolescentes. Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil. 2007. 7(2), 167-174.

9.2- Termo de consentimento livre e esclarecido.

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado a participar de uma pesquisa científica, cujo título é **Características e Fatores associados dos Corredores de Rua de Aracaju**. O estudo objetiva identificar as características e fatores associados da prática dessa modalidade esportiva em Aracaju-SE. Os resultados obtidos nessa pesquisa servirão para contextualizar a realidade do processo de desenvolvimento do esporte na cidade.

As informações coletadas serão utilizadas para a realização da Dissertação de Mestrado do Curso de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade Federal de Sergipe, feito sob a responsabilidade do Professor Graduado Eduardo Teles de Oliveira, orientado pelo Professor Doutor Antônio Cesar Cabral de Oliveira.

Serão garantidos a todos os participantes desse estudo o sigilo das identidades e das informações obtidas com as entrevistas, todos os esclarecimentos necessários para o procedimento da pesquisa, o direito de deixar de participar do estudo a qualquer tempo e a ausência de quaisquer riscos em participar como voluntários.

Declaro que, após convenientemente esclarecido e ter entendido o que me foi explicado, consinto em participar da presente Pesquisa.

Aracaju, ___ de _____, de 20__.

R.G.:

Assinatura do participante ou responsável.

Responsáveis:

Eduardo Teles de Oliveira (79)8818-6604

Dr. Antônio César Cabral de Oliveira (79)8802-5376

10. Anexo.

10.1- Parecer consubstanciado com Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Federal de Sergipe.

HOSPITAL UNIVERSITÁRIO DE
ARACAJÚ/ UNIVERSIDADE
FEDERAL DE SERGIPE/ HU-



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: PERFIL DOS CORREDORES DE RUA DO MUNICÍPIO DE ARACAJU-SE.

Pesquisador: EDUARDO TELES DE OLIVEIRA

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 19827213.9.0000.5546

Instituição Proponente: Departamento de Educação Física

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 387.765

Data da Relatoria: 05/09/2013

Apresentação do Projeto:

O estudo pretende avaliar as características dos corredores de rua no Município de Aracaju. A amostra será composta por indivíduos, de ambos os sexos, com idade entre 16 e 80 anos que treinam semanalmente e participam de provas organizadas, no decorrer do período de um ano. Será utilizado um questionário que será respondido pelos atletas em dias de treinamento e nas vésperas das provas.

Objetivo da Pesquisa:

OBJETIVOS:

Geral: Caracterizar o perfil dos corredores de rua no Município de Aracaju-SE.

Específicos:

Fazer um levantamento sócio-demográfico e sócio-econômico dos praticantes de corrida em Aracaju.

Identificar o perfil antropométrico dos corredores.

Realizar uma detalhada análise acerca dos fatores que contribuem com a aderência à Corrida de Rua.

Identificar os principais elementos que possibilitam uma prática permanente à prática desse esporte.

Endereço: Rua Cláudio Batista s/nº

Bairro: Sãoatório

CEP: 49.090-110

UF: SE

Município: ARACAJU

Telefone: (79)2105-1805

E-mail: cepfu@ufse.br

Continuação do Parecer: 387.765

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

O potencial benefício será o de ter informações sobre essas pessoas permitiria elaborar de forma detalhada o seu treino e verificar a forma como estão conduzindo seus exercícios físicos. Além disso com os dados obtidos será possível um mapeamento dessas corridas em Aracaju. Isso contribuirá com informações sobre o que o esporte representa para os seus praticantes e permitirá um maior conhecimento dos aspectos que estão envolvidos nesse contexto.

Como será um survey sem intervenção, terá poucos riscos.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

O projeto apresentado apresenta uma introdução bem escrita e que deixa claro a relevância para a prática. Os objetivos são claros e compatíveis com a metodologia e esta está detalhada. Porém deixa dúvidas apenas em dois itens: os critérios de exclusão não estão claros e a amostra relatada foi de 1.000 corredores, porém não foi descrito o cálculo do volume da amostra.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Embora o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido esteja bastante resumido, o pesquisador garante neste a confidencialidade e o direito à autonomia do sujeito da pesquisa.

Recomendações:

Sugiro apenas relatar o cálculo do volume da amostra, descrever os critérios de exclusão na metodologia e incluir os benefícios e os riscos no termo de consentimento livre e esclarecido.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

O projeto está de acordo com a resolução 196 e tem relevância para a prática do educador físico.

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

Considerações Finais a critério do CEP:

Sugiro as adequações relatadas no item recomendações.

Endereço: Rua Cláudio Baísta s/nº

Bairro: Sãoatório

CEP: 49.090-110

UF: SE

Município: ARACAJU

Telefone: (79)2105-1805

E-mail: cephu@ufs.br