



ISSN 2318-5104 | e-ISSN 2318-5090

CADERNO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTE

Physical Education and Sport Journal

[v. 17 | n. 2 | p. 21-27 | 2019]

RECEBIDO: 10-12-2018

APROVADO: 24-07-2019

ARTIGO ORIGINAL

DOSSIÊ PSICOLOGIA DO ESPORTE

Motivação para a prática da corrida de rua: diferença entre atletas amadores de alta performance e atletas amadores

Motivation for the practice of the street race: difference between high performance amateur athletes and amateur athletes

DOI: <http://dx.doi.org/10.36453/2318-5104.2019.v17.n2.p21>

Pâmela Norrila da Silva¹, Bruna Solera¹, Taís Luiz de Almeida²,
Ana Luiza Barbosa Anversa^{1,3}, Francisco de Assis Manoel¹

¹Universidade Estadual de Maringá (UEM)

²Centro Universitário Leonardo da Vinci (Uniasselvi)

³Centro Universitário Metropolitano de Maringá (Unifamma)

RESUMO

Objetivo: Esse estudo investigou a motivação para a prática de corrida de rua em atletas amadores de alta performance e amadores da cidade de Maringá (PR). **Métodos:** Participaram 34 atletas de corrida de rua (16 amadores e 18 amadores de alta performance). Como instrumentos de coleta de dados foram aplicados um questionário sociodemográfico para caracterização da amostra e trajetória no esporte assim como a Escala de Motivação para o Esporte (SMS- II). Para análise dos dados, foi utilizado o pacote estatístico SPSS 20.0. As respostas sociodemográficas dos atletas foram expressas em estatística descritiva; os dados da escala de motivação foram expostos em média e desvio padrão, para verificar a normalidade dos dados foi adotado o teste Shapiro Wilk, a comparação da motivação para o esporte dos atletas foi utilizado o teste “t” de Student, adotado o nível de significância de $p < 0,05$. **Resultados:** Os resultados apontaram que a média de idade dos atletas foi de $34,3 \pm 8,1$ anos; 52,9% são do sexo masculino e 47,1 são do sexo feminino; o tempo de prática varia de 3 meses à 22 anos. Com relação à motivação para o esporte, foi predominante a motivação intrínseca tanto para o grupo de atletas amadores de alta performance ($6,2 \pm 1,1$) quanto para atletas amadores ($5,8 \pm 1,6$). Além do mais, não foram encontradas diferenças estatísticas na motivação entre os grupos. **Conclusão:** Não há diferença entre motivação para a prática de corrida de rua entre atletas amadores de alta performance e amadores da cidade de Maringá, além disso, para ambos os atletas as motivações para o esporte são predominantemente intrínsecas.

PALAVRAS-CHAVE: Incentivo; Treino Aeróbico; Praticantes.

ABSTRACT

Objective: This study investigated the motivation for the practice of street racing in high performance amateurs athletes and amateurs of the city of Maringá-PR. **Methods:** Thirty-four street-racing athletes participated (18 high performance and 16 amateurs). Sociodemographic questionnaires were used to characterize the athletes and trajectory in the sport, as well as the motivation scale for the sports (SMS-II). Data were analyzed using the Statistical Package for the Social Sciences 20.0 software (SPSS Inc., USA). **Results:** The sociodemographic responses of the athletes were expressed in descriptive statistics; data for the motivation scale are presented as means \pm standard deviations (SD), to verify the normality of the data the Shapiro Wilk test was used, the comparison of the motivation for athletes' sports, with a significance level of $p < 0.05$. The results indicated that the mean age of the athletes is 34.3 ± 8.1 years, and 52.9% are male and 47.1% are female, and the practice time varies from 3 months to 22 years. Regarding the motivation for the sport, the intrinsic motivation was predominant for both the high performance athlete group (6.0 ± 1.1) and for amateur athletes (5.8 ± 1.6). **Conclusion:** There is no difference between motivation for the practice of street racing between high performance amateurs athletes and amateurs of the city of Maringá, moreover, for both athletes the motivations for the sport are predominantly intrinsic.

KEYWORDS: Incentive; Endurance Training; Athletes.

INTRODUÇÃO

Com o avanço das tecnologias, grande parte dos trabalhos vem sendo substituídos por máquinas, assim como ações cotidianas tem contado com recursos como carros, elevadores, computadores, celulares, entre outros (TOMAZINI; SILVA, 2014). Devido a isso, cresce o número de pessoas sedentárias agravando o estado de saúde da população. Por outro lado, a população tem sido informada cada vez mais sobre a importância e os benefícios que uma vida fisicamente ativa pode vir a proporcionar para o organismo, destacando, melhoras no sistema cardiorrespiratório, aumento da densidade mineral óssea e diminuição do risco de doenças crônico-degenerativas (ANTUNES et al., 2006). Além disso, o exercício físico pode auxiliar na prevenção e tratamento da hipertensão arterial, resistência à insulina, diabetes, dislipidemia e obesidade (CIOLAC; GUIMARÃES, 2004). Dentre os diversos exercícios praticados pela população em geral, destaca-se a corrida, em específico a corrida de rua.

Grande número de pessoas tem procurado a corrida de rua como exercício físico, devido a sua facilidade e o baixo custo para prática (BARRIOS, 2009; LIMA; VIEIRA; SILVA, 2017), além de uma busca de melhorar a qualidade de vida, integração social, promocional, negócios, responsabilidade social e para alguns é uma profissão (HAYEK, 2014; ALBUQUERQUER et al., 2018). Castro (2014) ressalta que a busca pela qualidade de vida e o bem-estar tem se colocado como os maiores atrativos para corrida de rua, que também compreende a relação entre corpo e movimento no contexto sociocultural. É visível que uma corrida orientada melhora os níveis de colesterol e diabetes, controla hipertensão arterial, previne osteoporose, doenças cardiovasculares, câncer e obesidade (NEITZ, 2010; ISHIDA et al., 2013; BALBINOTTI et al., 2015), controla e/ou auxilia na perda do peso corporal (TOMAZINI; SILVA, 2014; NEITZ, 2010), e auxilia na redução dos índices de estresse e ansiedade, proporcionando sentimentos de prazer, bem-estar e realização pessoal (NEITZ, 2010; GONÇALVES, 2011).

Os praticantes da corrida podem ser considerados corredores amadores, amadores de performance e elite, uma vez que, conforme Rojo (2017), a corrida de rua é o único esporte capaz de unir atletas amadores e de elite em um mesmo evento. No entanto, nota-se que muitos não sabem a diferença entre essas três categorias, apenas considera elite os que “largam a frente”. Segundo Ruivo (2018), atleta de elite profissional faz do esporte sua renda e vive dele, ou seja, se dedica exclusivamente a corrida. De acordo com os parâmetros usados pelas federações estaduais e a Comissão Brasileira de Atletismo (CBAt), um atleta de elite tem o tempo igual ou inferior a 31 min para homens e 36 min para mulheres (ritmo por km 3’06” e 3’36”, respectivamente) na prova dos 10k; tempo igual ou inferior a 48 min para homens e 57 para mulheres (ritmo por km 3’12” e 3’48”, respectivamente) na prova dos 15k; tempo igual ou inferior a 01h08 min para homens e 01h20 min para mulheres (ritmo por km de 3’13” e 3’47”, respectivamente) para a Meia-Maratona; tempo igual ou inferior de 02h20 min para homens e 02h48 min para mulheres (ritmo por km de 3’19” e 3’58”, respectivamente) na Maratona (RUIVO, 2018).

Os atletas amadores são aqueles que praticam eventualmente a modalidade por prazer ou vaidade, sem intenção de lucro e inexistência de qualquer incentivo material ou remuneração (ROMERO, 2018). Por outro lado, há os amadores que buscam performance, ou seja, aqueles que praticam o esporte sem receber remuneração, porém recebem incentivos materiais e/ou patrocínios (ROMERO, 2018).

Nesse sentido, questionamos: O que motiva a prática da corrida de rua por atletas amadores? A partir disso, realizou-se uma revisão da literatura sobre corrida de rua e motivação, e foi encontrado que a motivação vem sendo abordada em estudos pela Teoria da Autodeterminação (DECY; RYAN, 1985; DECY; RYAN, 2009), e que fundamenta o plano de fundo deste estudo. Esta teoria aborda que a motivação do indivíduo deve ser considerada pela satisfação das necessidades psicológicas básicas de competência, autonomia e relacionamento (DECY; RYAN, 2009). De acordo com Coimbra et al. (2013) a necessidade de competência é o se sentir capaz de fazer algo; a autonomia parte do desejo de se sentir na origem das suas ações, enquanto a necessidade de relacionamento se fundamenta no esforço de constituir relações afetivas com o meio em que vive. Assim, para tentar satisfazer suas necessidades e atingir a autodeterminação, o sujeito pode ser motivado intrínseca ou extrinsecamente (DECI; RYAN, 1985).

Quando voltamos o olhar para os estudos que tratam da motivação no esporte, poucos são os estudos que tratam da temática corredores amadores de performance, porém muitos são os achados com atletas amadores em diversas modalidades, como praticantes de escalada e *skate downhill* (VIEIRA et al., 2011), nadadores (NAZARIO et al., 2013), jogadores de futebol (BORGES et al., 2015), e golfistas (MANSOR et al., 2019) e ambas pesquisas relatam uma maior nível de motivação intrínseca dos atletas para atingir seus objetivos. Já o estudo de Mizoguchi et al. (2014) com corredores de rua, foi encontrado que os atletas apresentaram maiores motivações intrínsecas, mas quando comparado com outros fatores de influência na prática, foi possível observar que atletas mais jovens expressam níveis de motivação mais extrinsecamente.

Assim, surge a seguinte inquietude: Há diferença entre os motivos para a prática de corrida de rua entre atletas amadores de alta performance e amadores? A motivação intrínseca é o principal fator para manutenção nos treinamentos

de corrida de rua? Dessa forma, o estudo teve por objetivo identificar a motivação para a prática de corrida de rua entre atletas amadores de alta performance e amadores do município de Maringá (PR). Nossa hipótese é que a motivação dos atletas seja intrínseca, ou seja, a prática da corrida de rua é por condições internas do sujeito, sem objetivo de receber algo por isso. Com esse estudo, espera-se contribuir com a ampliação da produção do conhecimento já existente sobre corrida de rua e motivação, assim como, auxiliar, aos treinadores deste esporte, de forma que consigam reconhecer e identificar qual a motivação do seu grupo, para o aperfeiçoamento do rendimento de seus atletas e compreender os motivos que levam atletas a ingressar em um dos esportes mais populares no Brasil.

MÉTODOS

Participaram da pesquisa 34 atletas (sendo classificados como 16 amadores e 18 classificados como de alta performance) de corrida de rua do município de Maringá (PR), cujo os critérios de inclusão foram: a) aceitar a participação na pesquisa mediante a assinatura do Termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE); b) estar treinando regularmente; e c) responder de forma correta os questionários. Para coleta de dados, vários grupos de corrida foram contatados para explicar sobre os objetivos da pesquisa. A partir disso, foram entregues 60 TCLE, tendo o retorno de 34 deles, respondidos corretamente. A participação no estudo foi voluntária e isenta de qualquer bônus ou ônus. Os procedimentos utilizados nesta pesquisa seguiram as regulamentações exigidas na Resolução n. 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde sobre pesquisa envolvendo seres humanos e foi aprovada pelo comitê de ética sob Parecer n° 1.022.468/2015.

Como instrumentos de coleta de dados foram utilizados questionários sobre os dados sociodemográficos (identificação do atleta e tempo de prática), de modo a levantar informações básicas sobre os atletas como sexo, idade, tempo de prática. E a Escala de Motivação para o Esporte (SMS- II), proposta por Pelletier et al. (2013), validada para a população brasileira por Nascimento Junior et al. (2014), para mensurar a motivação para o esporte dos atletas de corrida de rua. O instrumento é constituído por 18 questões divididas em seis subescalas (Quadro 1): regulação intrínseca, regulação integrada, regulação identificada, regulação introjetada, regulação externa e desmotivação, e ainda as respostas são em escala Likert, com os itens variando de 1 (não corresponde totalmente) até 7 (corresponde completamente).

Quadro 1. Dimensões teóricas e respectivos itens da SMS-II.

Dimensão	Itens	Descrição
Regulação Intrínseca	3, 9, 7	A motivação para realizar determinada atividade deriva da satisfação encontrada no próprio comportamento.
Regulação Integrada	4, 11, 14	É a forma mais autônoma de motivação extrínseca; ocorre quando o comportamento não é somente visto como algo de valor, mas também é considerado coerente com os outros objetivos, metas e necessidades de vida.
Regulação Identificada	6, 12, 18	O comportamento é interpretado como pessoalmente importante e que vale a pena.
Regulação Introjetada	1, 7, 16	Ações dirigidas por uma tentativa de evitar sentimentos de pena e/ou culpa e vergonha.
Regulação Externa	5, 8, 15	Reflete situações nas quais o comportamento é controlado externamente por prêmios ou punições.
Desmotivação	2, 10, 13	Consiste na falta de intenção de praticar determinada atividade.

Fonte: Pelletier et al. (2013) apud Nascimento Junior et al. (2014)

A coleta de dados foi realizada no mês de março de 2018 e o local de aplicação do questionário foi nas dependências de treino dos atletas em dia e horário marcado com os treinadores, para que o pesquisador estivesse presente para sanar qualquer dúvida de interpretação das perguntas. Para a análise dos dados foi utilizado o pacote estatístico SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*), versão 20.0. As respostas obtidas com o questionário sociodemográfico de identificação dos atletas foi expresso em estatística descritiva. Os dados foram expostos em média e desvio padrão. Para verificar a normalidade dos dados foi adotado o teste Shapiro Wilk, como os dados apresentaram distribuição paramétrica, os resultados são apresentados em média e desvio padrão, e o teste “t” de Student foi utilizado para comparar a motivação entre atletas amadores de alta performance e amadores. Para todas as análises foi adotado o nível de significância de $p < 0,05$.

RESULTADOS

Os resultados referentes às características dos 34 atletas de corrida de rua investigados apontaram que, a média de idade é de $34,3 \pm 8,1$ anos, sendo que 52,9% são do sexo masculino e 47,1 são do sexo feminino. Na literatura encontramos estudos diversos, ora com maior participação de mulheres, ora de homens, como é o caso dos achados de Brandão e Silva (2012), no qual houve maior participação de pessoas do sexo feminino (68,4%) do que masculino (31,6%), enquanto o estudo de Goston e Mendes (2011) 68,4% dos sujeitos eram homens e 31,6% mulheres, sendo a média de idade de $40,5 \pm 8,9$ anos. Balbinotti et al. (2015) também investigaram corredores de rua e verificaram a dominância de atletas masculinos em comparação aos do sexo feminino em sua mostra, com idade média de $35,4 \pm 11,1$ anos. O que pode ser observado em comum entre o presente estudo e a literatura, é que a modalidade corrida de rua é praticada por ambos os sexos e há uma proximidade entre a média de idade dos atletas, assim como é apontado pelo Globo esporte (2017) que o público praticante de corrida de rua no Brasil atualmente tem idade entre 25 a 35 anos.

Os participantes do presente estudo foram questionados sobre a média de treino semanal de prática de corrida de rua, considerando que 52,9% são considerados amadores de alta performance, 47,1% amadores, a média de treinos semanal variou entre $4,3 \pm 1,3$ dias. Quando questionados há quanto tempo praticam esta modalidade, as respostas variaram entre 3 meses até 22 anos, sendo que os atletas amadores expressam um tempo de prática de $4,3 \pm 4,1$ anos, enquanto os amadores de alta performance foram de $8,6 \pm 5,5$ anos. Nesse sentido, o estudo de Balbinotti et al. (2015) trabalhou com grupos específicos de treinamento, tendo grupo 'adesão' com 31 participantes, que são aqueles corredores com menos de um ano de prática e frequência semanal de treino de 3 a 4 dias na semana; e o grupo 'permanência' com 31 participantes, classificados com mais de um ano de prática e 5 dias na semana de treino. Ressalta-se que não foram encontrados muitos estudos comparando o tempo de prática entre atletas amadores e de atletas amadores de alta performance, porém os achados afirmam que o tempo de prática dos atletas amadores é de aproximadamente de 5 anos (HESPANHOL JUNIOR, 2012; FERREIRA et al., 2012). Assim, nota-se que devido a corrida ser um novo fenômeno esportivo, são encontrados grande quantidade de atletas amadores na cidade de Maringá, e pelo pouco investimento no esporte, poucos são os atletas amadores de alta performance e de elite.

Para descobrir como os atletas de corrida de rua iniciaram a prática esportiva, foram questionados o que os levou a adesão desse esporte. A partir disso, foi identificado que são diversos os motivos, entre eles reabilitação, à trabalho, para perder peso, melhorar o condicionamento físico e manter a saúde, por influência da família, amigos ou professores, devido ao alistamento militar, ou para fugir da depressão por decepções amorosas. Outros atletas ainda contam que se desafiaram a realizar uma corrida de rua e partir de então, permanecem no esporte até os dias atuais. O estudo de Herther (2016) também buscou verificar os fatores de adesão e permanência de corredores em provas de corrida de rua na cidade de Ijuí (RS), e foram questionados 15 corredores por meio de um questionário que aponta seis dimensões dos fatores de permanência no esporte, sendo elas: competitividade, prazer, estética, controle do estresse, sociabilidade e saúde.

O autor encontrou que a competitividade, o prazer e a saúde se sobressaem nos resultados obtidos, mas não há um único fator de adesão e permanência na prática de corrida de rua e estes podem se alterar conforme a idade, gênero e tempo de prática. Nesse sentido a Teoria da Autodeterminação, auxilia na verificação dos motivos que envolvem os atletas na prática esportiva, num *continuum* de níveis de motivação, desde o menos autodeterminado (desmotivação e motivação extrínseca) ao mais autodeterminado (motivação intrínseca) (BORGES et al., 2015), assim, satisfazendo as necessidades psicológicas básicas (competência, autonomia e relacionamento).

Com relação aos resultados do questionário de motivação para o esporte utilizado com o objetivo de descobrir se a prática de corrida de rua se dá por motivos internos ou externos, foi encontrado um alto nível de motivação intrínseca ($6,2 \pm 1,1$), ou seja, os atletas continuam na prática pela satisfação encontrada em seu próprio comportamento. Cassettari e Graça (2014) corroboram esta afirmação ao citar que a motivação para participação em treinamentos esportivos advém da motivação intrínseca. De acordo com os estudos de Legal e Delvan (2011) estar motivado implica em ter alguma necessidade que move a pessoa na direção da satisfação desta, sendo a motivação intrínseca, aquela que a pessoa faz por prazer, para ganhar habilidade, para demonstrar suas habilidades.

Outro destaque é que a regulação identificada ($5,6 \pm 1,2$), que é a motivação pelo comportamento importante e que vale a pena, seguida da regulação integrada ($5,1 \pm 1,3$) e regulação introjetada ($4,9 \pm 1,1$) também expressam alto nível de motivação para a prática. A regulação externa ($2,0 \pm 1,2$), ou seja, motivação extrínseca, aquela que se busca fazer algo para obter uma recompensa, ou seja, um reforço externo e desmotivação ($1,5 \pm 0,9$) foram as motivações que pouco se mostraram presentes entre os atletas de corrida de rua.

Nota-se que na literatura, pesquisas com objetivo de verificar a motivação para a prática esportiva em diferentes modalidades, como é o caso do estudo de Borges et al. (2015) que objetivou analisar as relações entre os níveis motivacionais e de desempenho tático de jogadores de futebol de campo, e os resultados corroboram com os achados

do presente, no qual a motivação intrínseca foi a mais evidenciada entre os atletas. Estudos com atletas de natação (NAZARIO et al., 2013), esportes de aventura (VIEIRA et al., 2011) e golfistas (MANSOR et al., 2019) com a escala de motivação para o esporte também foi evidenciada uma alta média na motivação intrínseca. Já com a mesma modalidade, a corrida de rua, foi encontrado no estudo de Mizoguchi et al. (2014) que os corredores também apresentaram maiores motivações intrínsecas. Para melhor entendimento e visualização da motivação presente entre os atletas amadores de alta performance e amadores, foi realizada uma comparação entre os grupos (Tabela 1).

Tabela 1. Comparação entre atletas amadores de alta performance e amadores na motivação para o esporte.

Tipo de Motivação	Amador (N=16)	Amador AP ¹ (N=18)	p
Intrínseca	5,7±1,4	6,1±0,7	0,328
Integrada	4,9±1,3	5,3±1,4	0,459
Identificada	5,6±1,3	5,7±1,1	0,929
Introjetada	4,8±1,3	5,0±0,9	0,556
Externa	1,8±1,5	2,1±1,0	0,472
Desmotivação	1,3±0,8	1,7±1,0	0,281

¹AP - Alta Performance
Fonte: os autores.

Nota-se que não houve diferença significativa entre a motivação esportiva dos atletas amadores de alta performance e os amadores no presente estudo. Por outro lado, Cassettari e Graça (2014) salientam que a motivação de atletas amadores e profissionais será diferente, pois os atletas amadores não recebem apoio financeiro para à prática e a motivação acaba sendo motivação intrínseca, ao contrário dos profissionais, que acaba recebendo patrocínios e recompensas e, assim a motivação externa se alia a motivação intrínseca em momentos da carreira, e quando a motivação externa é maior no atleta, esta acaba prejudicando o seu desempenho e o esporte não é prazeroso para si.

Diante dos resultados apresentados, identifica-se que não há diferenças entre a motivação para a prática de corrida de rua entre atletas amadores de alta performance e amadores do município de Maringá, ou seja, para ambos atletas a motivação para o esporte é predominantemente intrínseca. Há uma limitação no estudo quanto ao número de atletas de elite participantes, no qual foram agrupados ao grupo amadores de alta performance pelo 'n' reduzido (n=2) e prejudicaria a estatística do estudo, bem como o retorno dos questionários, pois muitos não foram entregues. Desta forma, sugere-se que para o estudo futuros tenha um número maior de atletas de elite, assim como, para ampliar as discussões e reflexões, estender a investigação a treinadores, pois este conta muito para o envolvimento e motivação no esporte.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após análise dos dados obtidos nessa pesquisa, conclui-se que não há diferença entre a motivação de atletas alta performance e amadores de corrida de rua do estudo e a motivação predominante em ambos os grupos de atletas é a motivação intrínseca. Salienta-se que os motivos que iniciaram a carreira são diversos, mas quando analisados são motivos intrínsecos, que se auto desafiam e também pela saúde, visto que na atualidade com todas as transformações tecnológicas cresce o número de pessoas sedentárias e obesas.

REFERÊNCIAS

- ALBUQUERQUE, D. B.; SILVA, M. L.; MIRANDA, Y. H. B.; FREITAS, C. M. S. M. Corrida de rua: uma análise qualitativa dos aspectos que motivam sua prática. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, Brasília, v. 26, n. 3, p. 88-95, 2018.
- ANTUNES, H. K. M.; SANTOS, R. F.; CASSILHAS, R.; SANTOS, R. V. T.; BUENO, O. F. A.; MELLO, M. T. Exercício físico e função cognitiva: uma revisão. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, São Paulo, v. 12, n. 2, p. 108-14, 2006.
- BALBINOTTI, M.A.A.; GONÇALVES, G.H.T.; KLERING, R.T.; WIETHAEUPER, D.; BALBINOTTI, C.A.A. Perfis

motivacionais de corredores de rua com diferentes tempos de prática. **Revista Brasileira de Ciência do Esporte**, Brasília, v. 37, n. 1, p. 65-73, 2015.

BARRIOS, D. S. **Guia completo para corrida em trilha**: tudo que você precisa saber para aproveitar ao máximo a sua corrida. São Paulo: Gente, 2009, p. 205.

BORGES, P. H.; SILVA, D. O.; CIQUEIRA, E. F. L.; RINALDI, I. P. B.; RINALDI, W.; VIEIRA, L. F. Motivação e desempenho tático em jovens jogadores de futebol: uma análise a partir da teoria da autodeterminação. **Cinergis**, Santa Cruz do Sul, v. 16, n. 2, p. 120-4, 2015.

BRANDÃO, D. C.; SILVA, C. A. B. Investigação do perfil antropométrico dos praticantes de caminhada/corrida. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, São Paulo, v. 6, n. 36, p. 552-9, 2012.

CASSETTARI, R. M.; GRAÇA, R. L. Fatores motivacionais dos atletas amadores de jiu-jitsu brasileiro na cidade de Criciúma. **Lectures, Educación Física y Deportes**, Revista Digital, Buenos Ayres, v. 19, n. 193, 2014. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd193/fatores-motivacionais-de-jiu-jitsu-brasileiro.htm>>. Acessado em: 22 de março de 2018.

CASTRO, G. A. **A percepção de bem-estar em praticantes de corrida de rua**. 2014. 72f. Monografia (Graduação em Educação Física) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2014.

CIOLAC, E. G.; GUIMARÃES, G. V. Exercício físico e síndrome metabólica. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Niterói, v. 10, n. 4, p. 319-24, 2004.

COIMBRA, D. R.; GOMES, S. S.; OLIVEIRA, H. Z.; REZENDE, R. A.; CASTRO, D.; MIRANDA, R.; BARA FILHO, M. G. Características motivacionais de atletas brasileiros. **Motricidade**, Ribeira de Pena, v. 9, n. 4, p. 64-72, 2013.

DECI, E. L.; RYAN, R. M. **Intrinsic motivation and self-determination in human behavior**. New York: Plenum, 1985.

DECI, E. L.; RYAN, R. M. The “whats” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self determination. **Psychological Inquiry**, Filadélfia, v. 11, n. 4, p. 227-68, 2009

FERREIRA, A. C.; DIAS, J. M. C.; FERNANDES, R. M.; SABINO, G. S.; ANJOS, M. T. S.; FELÍCIO, D. C. Prevalência e fatores associados a lesões em corredores amadores de rua do município de belo horizonte, MG. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, São Paulo, v. 18, n. 4, p. 252-55, 2012.

GLOBO ESPORTE. **Você sabe qual o perfil do nosso corredor?** 2017. Disponível em <<http://globoesporte.globo.com/ce/noticia/2017/01/voce-sabe-qual-o-perfil-do-nosso-corredor-pesquisa-recente-responde.html>>. Acessado em: 22 de março de 2018.

GONÇALVES, G. H. T. **Corrida de rua**: um estudo sobre os motivos de adesão e permanência de corredores amadores em Porto Alegre. 2011. 52f. Monografia (Graduação em Educação Física) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2011.

GOSTON, J. L.; MENDES, L. L. Perfil nutricional de praticantes de corrida de rua de um clube esportivo da cidade de belo horizonte, MG, Brasil. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, São Paulo, v. 17, n. 1, p. 13-7, 2011.

HAYECK, F. B. A. Gestão do trânsito para atividades esportivas na via-corridas de rua na cidade de São Paulo. **PODIUM - Sport, Leisure and Tourism Review**, São Paulo, v. 3, n. 3, p. 45-6, 2014.

HERTHER, A. C. **Fatores de adesão e permanência em corridas de rua no município de Ijuí- RS**. 2016. 36f. Monografia (Graduação em Educação Física) - Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, Ijuí, 2016

HESPANHOL JUNIOR, L. C.; COSTA, L. O. P.; CARVALHO, A. C. A.; LOPES, A. D. Perfil das características do treinamento e associação com lesões musculoesqueléticas prévias em corredores recreacionais: um estudo transversal. **Revista Brasileira de Fisioterapia**, São Carlos, v. 16, n. 1, p. 46-53, 2012.

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**, São Paulo, v. 27, n. 1, p. 55-65, 2013.

LEGAL, J. E.; DELVAN, J. S. **Psicologia do desenvolvimento e aprendizagem**. Indaial: Uniasselvi, 2011.

LIMA, A. P. C.; VIEIRA, D. F. S.; SILVA, F. S. Incidência de lesões musculoesqueléticas em praticantes de corrida de rua de Teresina, PI. **Revista Saúde em Foco**, Teresina, v. 4, n. 2, p. 15-39, 2017.

MANSOR S. H.; MD JAPILUS S. J.; AHMAD RADZI, J.; OTHMAN N.; MUHAMAD, S. N. N. Mental

toughness and motivation among amateur golfers in malaysia. In: MAT NOOR, A.; MOHD ZAKUAN, Z.; MUHAMAD NOOR S. (Eds.) **Proceedings of the second international conference on the future of ASEAN (ICoFA)**. Volume 1. Springer: Singapore: 2017. p 255-262.

MIZOGUCHI, M. V.; GARCIA, W. F.; NAZARIO, P. F.; LARA, B. M. Análise dos níveis motivacionais dos corredores de rua de Bragança Paulista. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, São Paulo, v. 7, n. 1, p. 2-12, 2014.

NASCIMENTO JUNIOR, J. R. A.; VISSOCI, J. R. N.; BALBIM, G. M.; MOREIRA, C. R.; PELLETIER, L.; VIEIRA, L. F. Adaptação transcultural e análise das propriedades psicométricas da Sport Motivation Scale - II no contexto brasileiro. **Revista da Educação Física**, Maringá, v. 25, p. 441-58, 2014.

NAZARIO, P. F.; CARUZZO, N. M.; LIMA, F. E. B.; SANTOS, V. A. P.; VIEIRA, J. L. L.; CONTREIRA, A. R. Níveis de motivação em nadadores: uma comparação em relação a autoeficácia, sexo e categorias da modalidade. **Revista Biomotriz**, Cruz Alta, v. 7, n. 1, p. 29-41, 2013.

NEITZ, K. M. **Guia Runner's World de corrida de rua**: como treinar para provas de 5 km, 10 km, meia maratona e maratona. São Paulo: Gente, 2010, p.247.

PELLETIER, L. G.; ROCCHI, M. A.; VALLERAND, R. J.; DECI, E. L.; RYAN, R. M. Validation of the revised Sport Motivation Scale (SMS-II). **Psychology of Sport and Exercise**, Amsterdam v. 14, n. 3, p. 329-41, 2013.

ROJO, J. R. **Corrida de rua e política pública**: um estudo a partir das ações do poder público municipal de Curitiba - PR. 2017. 137f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2017.

ROMERO, J. **Atleta profissional, não profissional e amador**. 2018. Disponível em: <<http://www.futgestao.com.br/2014/11/atleta-profissional-nao-profissional-e.html>>. Acessado em: 18 de março de 2018.

RUIVO, R. **Definindo elite**. 2018. Disponível em: <<https://corrakoruivo.com/2018/02/16/definindo-elite/>>. Acessado em: 22 de março de 2018.

TOMAZINI, F.; SILVA, E. V. M. Perfil dos praticantes de corrida de uma assessoria esportiva da cidade de São Paulo: motivos para adesão. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, Várzea Paulista, v. 13, n. 2, p. 135-42, 2014.

VIEIRA, L. F.; BALBIM, G. M.; PIMENTEL, G. G. A.; HASSUMI, M. Y. S. S.; GARCIA, W. F. Estado de fluxo em praticantes de escalada e skate downhill. **Motriz**, Rio Claro, v. 17, n. 4, p. 591-9, 2011.

Autor correspondente: **Pâmela Norraila da Silva**

E-mail: pamelanorraila@gmail.com

Recebido: **10 de dezembro de 2018**.

Aceito: **24 de julho de 2019**.