

MOTIVAÇÃO EM PRATICANTES DE CORRIDA DE RUA

Isabela de Paulo Sousa (PIBIC/CNPq/FA/UEM), Luciane Cristina Arantes da Costa (Orientador), e-mail: isabela.depaulosousa18@gmail.com

Universidade Estadual de Maringá / Centro de Ciências da Saúde/Maringá, PR.

Educação Física/Saúde Coletiva

Palavras-chave: Motivação, praticantes, corrida

Resumo:

Para verificar o nível de motivação dos praticantes, foi utilizado o questionário *Exercise Motivation Inventory* (EMI-2). Participaram do estudo 74 corredores de rua do município de Maringá-PR. O objetivo do estudo foi analisar o nível de motivação em praticantes de corrida de Maringá-PR. Resultados: Não houve diferença significativa na comparação entre os sexos. Na comparação entre idades, verificou-se que acima de 50 anos, os participantes buscam a prática da corrida pelo bem-estar, que acaba proporcionando o gosto na participação de competições. Conclusão: Pode-se concluir que diversas semelhanças foram encontradas nos motivos que levam homens e mulheres na prática da corrida; estudos com outros tipos de análise e intervenção poderiam proporcionar novos resultados.

Introdução

O número de indivíduos que procuram a prática da corrida de rua vem aumentando na atualidade. Acredita-se que isto ocorre por ser de baixo custo e também por ser caracterizada como uma atividade física popular. (SALGADO & CHACON-MIKAHIL, 2006).

Os estudos centrados na motivação tentam responder questionamentos sobre o interesse pela prática esportiva dos indivíduos na atualidade. Samulsky (2002) apresenta em um de seus estudos, que os aspectos motivadores que levam os adultos ao exercício é a busca por boa forma física, condicionamento físico, bem-estar corporal e psicológico, além da melhoria do estado de saúde. Dessa forma, o objetivo do estudo foi analisar o nível de motivação em praticantes de corrida no município de Maringá-PR.

Materiais e métodos

População e Amostra

Participaram do estudo 74 corredores de rua do município de Maringá-PR e 15 grupos de corridas convidados.

Instrumentos de medida

Para verificar o nível de motivação dos praticantes, foi utilizado o questionário *Exercise Motivation Inventory* (EMI-2), validado para a língua portuguesa (GUEDES, LEGNANI, LEGNANI, 2012).

Procedimentos da coleta de dados

Participaram do estudo os sujeitos que entregaram os Termos de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) devidamente assinados.

Análise estatística

Os dados foram analisados por meio da estatística descritiva e inferencial. Para a análise da normalidade dos dados foi utilizado o teste de Kolmogorov Smirnov. Foi utilizado o teste t *student* para comparação entre os sexos, e anova para comparação entre grupos. A significância adotada foi de $p < 0,05$.

Resultados e Discussão

Na Tabela 1, verificou-se que não houve diferença significativa entre corredores do sexo masculino e feminino, demonstrando que nesta investigação os resultados vão de encontro com esses estudos.

Tabela 1 - Comparação das dimensões motivacionais entre corredores de rua do sexo masculino e feminino.

Dimensões	Sexo Masculino	Sexo Feminino	p valor
	Média (DP)	Média (DP)	
Prevenção de Doenças	3,70 (1,063)	3,86 (0,795)	0,155
Condição Física	3,79 (1,033)	3,79 (0,995)	0,776
Controle do peso corporal	2,97 (1,456)	2,44 (1,101)	0,107
Aparência física	2,84 (1,330)	2,99 (1,198)	0,664
Controle de estresse	3,60 (0,935)	3,76 (1,192)	0,182
Diversão/Bem-estar	4,03 (0,821)	4,26 (0,747)	0,403
Afiliação	2,80 (1,152)	2,96 (1,252)	0,383
Reabilitação da saúde	2,50 (1,137)	2,32 (0,870)	0,084
Competição	3,36 (1,345)	2,71 (1,426)	0,634
Reconhecimento social	1,82 (1,452)	1,00 (1,173)	0,095

Estudos mostraram que houve diferenças significativas entre homens e mulheres. Apesar de ambos os sexos apreciarem a corrida de rua pela reabilitação da saúde, as mulheres estão mais voltadas à melhora da

aparência e os homens a redução do estresse (TRUCOLLO, MADURO, FEIJÓ, 2008; TOMAZONI, 2012).

Na Tabela 2 verificou-se que houve diferença significativa na dimensão diversão/bem estar (0,041) e na dimensão competição (0,043). No índice diversão/bem-estar os valores encontrados para idade até 30 anos foram de 4,15, de 31 a 40 anos 3,88, de 41 a 50 anos 4,44, e acima de 50 anos 4,52. E no índice competição a média para a idade até 30 anos 3,40, de 31 a 40 anos 2,51, de 41 a 50 anos 2,94, acima de 50 anos 3,83.

Tabela 2 - Comparação das dimensões motivacionais entre corredores de rua em função da faixa etária dos corredores.

Dimensões	Até 30 anos	31 a 40 anos	41 a 50 anos	+ de 50 anos	p valor
	Média (DP)	Média (DP)	Média (DP)	Média (DP)	
Prevenção de doenças	3,72 (1,211)	3,75 (0,749)	3,82 (0,876)	4,00 (1,072)	0,919
Condição Física	3,80 (1,096)	3,62 (1,047)	3,86 (0,954)	4,22 (0,784)	0,506
Controle do Peso corporal	2,95 (1,177)	3,14 (1,194)	3,38 (1,435)	3,81 (1,301)	0,419
Aparência física	3,05 (1,552)	2,79 (1,150)	2,87 (0,980)	3,34 (1,658)	0,710
Controle do Estresse	3,69 (1,374)	3,53 (1,021)	3,75 (1,031)	4,13 (0,866)	0,594
Diversão/bem-estar	4,15 (0,882)	3,88 (0,792)	4,44 (0,609)	4,52 (0,663)	0,041*
Afiliação	2,78 (1,232)	2,69 (1,208)	3,01 (1,174)	3,53 (1,183)	0,340
Reabilitação da Saúde	2,40 (1,142)	2,34 (1,052)	2,17 (0,638)	3,13 (1,007)	0,136
Competição	3,48 (0,949)	2,51 (1,534)	2,94 (1,370)	3,83 (1,428)	0,043*
Reconhecimento Social	1,94 (1,445)	1,19 (1,297)	0,90 (1,056)	1,88 (1,685)	0,071

O estudo demonstrou que corredores com idades acima de 50 anos procuram a corrida pelo intuito de bem/estar e competição. Esse estudo vai ao encontro do estudo de Castro (2014), que mostrou que com idade mais elevada, os índices de bem-estar nas práticas de corrida de rua são maiores se comparados com idades mais baixas. Por outro lado, esse estudo vai de encontro com o estudo Herther (2016), que aponta que as idades mais baixas procuram a corrida de rua com intuito de competição se comparado com as idades mais elevadas.

Conclusões

Pode-se concluir que ao realizar a comparação entre sexos não houve diferença significativa, e que em corredores de rua com mais idade, pratica-se a modalidade pelo prazer e bem-estar, além do gosto pela competição.

Assim, conclui-se também que diversas semelhanças foram encontradas nos motivos que levam homens e mulheres para a prática da corrida; estudos com outros tipos de análise e intervenção poderiam proporcionar novos resultados.

Agradecimentos

Ao Conselho de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) e Fundação Araucária.

Referências

GUEDES, D. LEGNANI, R. LEGNANI, E. Propriedades psicométricas da versão brasileira do Exercise Motivations Inventory (EMI-2). **Motriz**, Rio Claro, v.18 n.4, p.667-677, out./dez. 2012.

CASTRO, G.A. A percepção de bem-estar em praticantes de corrida de rua. **Trabalho apresentado como pré-requisito para a graduação no curso de Educação física**, UFRGS- Porto Alegre, 2014.

SAMULSKY, D. **Psicologia do Esporte**. Editora Manole LTDA, 2002. 1ª edição brasileira.

SALGADO, J.V; CHACON-MIKAHIL, M.P. Corrida de rua: análise do crescimento do número de provas e de praticantes. **Conexões, Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP**, Campinas, v. 4, n. 1, 2006 – ISSN 1983 – 9030;

TOMAZONI, F. Fatores motivacionais que levam as pessoas à prática e participação competitivas em corridas de rua. **Trabalho de conclusão de curso como pré-requisito para obtenção do grau de Licenciado em Educação Física**, UFRGS - Porto Alegre, 2012.

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