

MOTIVAÇÃO E PAIXÃO EM MULHERES PRATICANTES DE CORRIDA DE RUA DE MARINGÁ-PR

Camila Tenório Moreira (PIC/UEM), Gabriele Renata de Carvalho Ferreira Vieira, Marcelen Lopes Ribas, Andressa Ribeiro Contreira, Lenamar Fiorese (Orientadora)
e-mail: lenamarfiorese@gmail.com

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

Ciências da Saúde – Educação Física

Palavras-chave: motivação, paixão, corrida de rua.

Resumo:

Este estudo objetivou investigar a motivação e a paixão em mulheres praticantes de corrida de rua da cidade de Maringá-PR. Participaram 70 atletas da cidade de Maringá/PR, com média de idade $39,31 \pm 8,94$ anos. Foram utilizados a Escala da Motivação (SMS) e a Escala da Paixão. Para análise dos dados foi utilizada análise de conteúdo, os testes Kolmogorov Smirnov, “U de Mann-Whitney” e coeficiente de correlação de Spearman ($p < 0,05$). Os resultados revelaram que os principais motivos para o início da prática da corrida de rua estiveram associados à motivação extrínseca, como o emagrecimento, saúde e melhora do condicionamento físico. Na análise quantitativa, foram observados valores superiores para as dimensões motivação intrínseca ($Md=6,00$) e motivação identificada ($Md=5,33$), bem como para a paixão harmoniosa ($Md= 5,80$). A comparação da motivação em função da faixa etária revelou diferenças para a desmotivação ($p=0,009$) para as mulheres acima de 40 anos ($Md=2,33$). Foram observadas diferenças na paixão harmoniosa, com valores superiores sendo apresentados para as mulheres com menor tempo de prática (até 1 ano) ($Md=6,00$). Identificou-se correlações positivas da paixão harmoniosa ($p < 0,05$) com a motivação intrínseca ($r=0,53$), integrada ($r=0,53$), identificada ($r=0,51$) e introjetada ($r=0,34$). Para a paixão obsessiva foram encontradas correlações com todas as dimensões da motivação ($0,35 < r < 0,54$), exceto com a desmotivação ($p > 0,05$). Conclui-se que as mulheres praticantes de corrida de rua de Maringá-Pr foram motivadas extrinsecamente para iniciar na prática, mas permaneceram por motivação intrínseca e pela paixão pelo esporte, buscando a atividade por prazer, sem conflitar com as demais tarefas da sua rotina.

Introdução

A corrida de rua vem ganhando destaque por ser uma prática com caráter recreativo e competitivo, em que participam pessoas com diversas condições físicas. São distintos os motivos que levam os indivíduos ao envolvimento com tais práticas, e, segundo Balbinotti (2004), as dimensões que mais caracterizam tais motivos são o

controle de estresse, saúde, sociabilidade, competitividade, motivação, estética e prazer.

A motivação é caracterizada como um processo ativo, intencional e dirigido a uma meta, que depende da interação de fatores pessoais (intrínsecos) e ambientais (extrínsecos) (SAMULSKI, 2009). Já a paixão pode se associar a um comportamento tanto negativo e controlador, como positivo, sendo caracterizada no contexto esportivo como a energia que move a determinação e a persistência de um atleta em sua modalidade, podendo ser internalizada na identidade do indivíduo como harmoniosa (autônoma) ou obsessiva (controlada) (VALLERAND et al., 2003).

Ao consultar a literatura nacional, não foram observados estudos avaliando a paixão associada à motivação em praticantes de corrida de rua, o que pode decorrer da recente validação do instrumento para o contexto brasileiro (PRATES, 2015). Face ao exposto, este estudo teve como objetivo investigar a motivação e paixão em mulheres praticantes de corrida de rua de Maringá-PR.

Materiais e métodos

Foram sujeitos 70 mulheres praticantes de corrida de rua, com média de idade 39,31 anos ($\pm 8,94$), com tempo de experiência entre 2 meses e 7 anos, integrantes de dois clubes de corrida femininos da cidade de Maringá-PR. Para avaliar a motivação foi utilizada a Escala de Motivação para o Esporte (SMS II) (NASCIMENTO JUNIOR et al., 2014) e a paixão foi avaliada por meio da Escala da Paixão (PS) (PRATES, 2015). As análises foram realizadas no pacote estatístico SPSS versão 20.0, utilizando-se os testes Kolmogorov-Smirnov, “U de Mann-Whitney” e o Coeficiente de Correlação de Spearman ($p < 0,05$).

Resultados e Discussão

Quando as participantes foram questionadas sobre os motivos para o início da prática da corrida de rua, os principais motivos foram extrínsecos, como emagrecimento, qualidade de vida e melhora do condicionamento físico (Figura 1). Os fatores intrínsecos como o prazer pela prática e o gosto pela atividade foram relatados com menor ênfase.

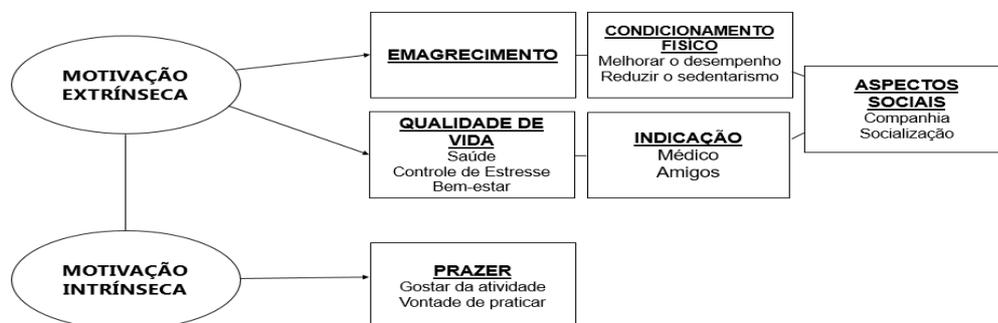


Figura 1 – Motivos para o início da prática da corrida de rua na perspectiva de mulheres da cidade de Maringá-PR.

Quanto aos aspectos quantitativos, observou-se que as mulheres apresentaram valores mais elevados para a motivação intrínseca (Md=6,00), motivação identificada (Md=5,33) e motivação introjetada (Md=5,00) e mostraram-se apaixonadas harmoniosamente pela prática (Md=5,80). Atletas movidos harmoniosamente, promovem sua energia e suas metas com foco na melhora de suas capacidades, buscando altos níveis de performance, sem interferir nas outras atividades do seu cotidiano (VALLERAND et al., 2003).

As comparações da motivação e paixão em função da faixa etária apontaram diferenças significativas para a desmotivação ($p=0,009$), em que as praticantes acima de 40 anos apresentaram valores mais elevados (Md=2,33) do que as praticantes de até 40 anos (Md=1,00). A desmotivação pode decorrer, segundo Balbinotti (2004), devido às mudanças e o declínio da performance física e cognitiva com o passar da idade, o que pode justificar os resultados do presente estudo. As comparações da motivação e paixão em função do tempo de experiência das mulheres na corrida de rua apontaram diferenças significativas na dimensão paixão harmoniosa ($p=0,026$), de modo que as mulheres com até 1 ano de prática apresentaram valores superiores (Md=6,00) às que praticam acima de 1 ano (Md=5,20).

Os resultados da correlação entre motivação e a paixão (Tabela 1) revelaram correlações significativas positivas de moderadas a fracas ($p<0,05$) entre a paixão harmoniosa e as dimensões motivação intrínseca ($r=0,53$), motivação integrada ($r=0,53$), motivação identificada ($r=0,51$) e motivação introjetada ($r=0,34$).

Tabela 1 – Correlação e paixão em mulheres praticantes de corrida de rua de Maringá-Pr.

Variáveis	Paixão Harmoniosa	Paixão Obsessiva
Motiv. Intrínseca	0,53*	0,35*
Motiv. Integrada	0,53*	0,51*
Motiv. Identificada	0,51*	0,47*
Motiv. Introjetada	0,34*	0,54*
Motiv. Externa	0,19	0,45*
Desmotivação	- 0,05	0,17

*Nível de significância $p<0,05$

Já a paixão obsessiva apresentou correlações significativas positivas de moderadas a fracas ($p<0,05$) com todas as dimensões da motivação ($0,35<r<0,54$), exceto com a desmotivação ($p>0,05$). Estes resultados indicam que, na medida em que se aumenta a motivação e o prazer pela atividade, simultaneamente aumenta-se a paixão pela prática (VALLERAND et al., 2003).

Conclusões

As mulheres praticantes de corrida de rua de Maringá-PR iniciaram a prática da atividade por motivos extrínsecos, no entanto se mantiveram na prática por fatores intrínsecos e prazer pela atividade. Além disso, apresentaram-se harmoniosamente

apaixonadas por sua modalidade, realizando de forma autônoma e integrada com as outras atividades da sua rotina.

Referências

BALBINOTTI, M. A. A. Inventário de Motivação à Prática Regular de Atividade Física e/ou Esporte. **Montréal, QC: Service d'Intervention et de Recherche en Orientation et Psychologie**, Universidade Federal do Rio Grande do Sul - Laboratório de Psicologia do Esporte, 2004.

NASCIMENTO JUNIOR, J. R. A. et al. Adaptação transcultural e análise das propriedades psicométricas da Sport Motivation Scale-II no contexto brasileiro. **Journal of Physical Education**, v. 25, n. 3, p. 441-458, 2014.

PRATES, M. E. F. **A paixão pela atividade docente de professores universitários de Educação Física**. (Tese). Universidade Estadual de Maringá, Programa de Pós-Graduação Associado em Educação Física UEM/UEL, 2015.

SAMULSKI, D. M. **Psicologia do esporte: conceitos e novas perspectivas**. Barueri: Manole, 2009.

VALLERAND, R. J. et al. Les passions de l'ame: on obsessive and harmonious passion. **Journal of Personality and Social Psychology**, v. 85, n. 4, p. 756, 2003.