



Ministério da Educação – Brasil
Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri – UFVJM
Minas Gerais – Brasil
Revista Vozes dos Vales: Publicações Acadêmicas
ISSN: 2238-6424
QUALIS/CAPEs – LATINDEX
Nº. 22 – Ano XI – 10/2022
<http://www.ufvjm.edu.br/vozes>

Modelo de Formatação para Artigos Submetidos VOZES

Revisão sistemática sobre corrida de rua

Claudiomar Rodrigues
Graduando em Bacharelado de Educação Física
Centro Universitário Internacional - UNINTER/SC - Brasil
<http://lattes.cnpq.br/4036217375691532>
E-mail: claudio.run35@gmail.com

Cassio Andrei Bortoluzzi
Graduado em Ciências Econômicas e graduando em Bacharelado de Educação Física
Centro Universitário Internacional - UNINTER/SC - Brasil
<http://lattes.cnpq.br/6083232359324079>
E-mail: cassio.a.bortoluzzi@gmail.com

Prof. Dr. Rafael Carvalho da Silva Mocarzel
Doutor em Ciências do Desporto pela Universidade do Porto - UP - Portugal
Docente da Universidade de Vassouras (Maricá / RJ) e da Universidade Federal do Rio de Janeiro (Rio de Janeiro / RJ) - Brasil
<https://lattes.cnpq.br/8186644176264481>
E-mail: professormocarzel@gmail.com

Resumo: A corrida de rua é um exercício físico que permeia o atletismo. Possui grande facilidade prática, pois pode ser executado em lugares urbanos, litorâneos e rurais, sem que haja grandes investimentos. Verificou-se como um problema que mesmo se tratando de um esporte crescente no Brasil e no mundo, estudos científicos sobre a modalidade ainda se fazem escassos. Assim, esta pesquisa sobre corrida de rua teve como objetivo realizar uma revisão sistemática dos artigos publicados em língua portuguesa, classificando-os conforme sua área temática

abordada. Metodologicamente, a pesquisa se deu fazendo uso do banco de dados SciELO – Brasil, tendo como palavras-chave “corrida de rua” em dezembro de 2022. A revisão encontrou dez artigos sobre a modalidade, que por sua vez foram categorizados tematicamente da seguinte forma: marketing esportivo, nutrição esportiva, patologias e prevenções, qualidade de vida sociologia esportiva e vestuário esportivo. Posteriormente, após análises e discussões de cada artigo, ficou evidenciado que a corrida de rua é praticada por pessoas de todas as faixas etárias em boa parte do território brasileiro, porém, mesmo com toda visibilidade que a modalidade possui, tem-se a clara impressão de que alguns estudos não são conclusivos ou mesmo pouco aprofundados, reforçando a carência de pesquisas científicas no campo. Assim, recomendam-se mais estudos que embasem cientificamente o desenvolvimento da modalidade em seus diferentes aspectos de possibilidades de atuação.

Palavras-chave: Atletismo. Corrida. Publicações Científicas e Técnicas.

Introdução

O Atletismo é uma das práticas desportivas mais antigas da história da humanidade, colaborando com diversas outras modalidades, sendo por tal motivo conhecido como esporte-base (CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE ATLETISMO – CBAT). Essa modalidade surgiu como esporte na Grécia antiga onde eram realizados os Jogos Olímpicos da Antiguidade. Suas práticas (como correr, saltar, lançar e afins) se apresentam como base para a maioria das modalidades esportivas existentes, tendo aprimoramento e domínio sobre seu próprio corpo e melhoria no desenvolvimento físico, motor e psíquico (RAMOS, 2011). Quando observado de maneira mais minuciosa, o atletismo é um esporte que inclui várias modalidades, como corrida de pista, salto, arremesso, corrida em trilha, corrida de rua em montanha, caminhada, dentre outras.

Hoje, uma das modalidades que vem ganhando cada vez mais visibilidade e adeptos é a corrida de rua. Certamente, por ser um esporte que não tem a necessidade de muitos recursos materiais e pode ser praticado em diversos locais comuns (como parques, orlas, ruas e estradas), propicia grande acessibilidade e baixo custo benefício. Nesse viés, a prática de corrida de rua pode se apresentar como uma aliada na busca de uma melhor qualidade de vida. É pontuado por Silva (2010) que quando superada a fase inicial, o exercício costuma ser uma atividade prazerosa que pode proporcionar aos praticantes benefícios, desde a melhora do perfil lipídico até o fortalecimento da autoestima. Nessa esteira, Salgado e

Chacon-Mikahil (2006) identificaram também que os motivos de prática se apresentam de forma variada, sendo elencados objetivos como a busca pela promoção da saúde, por uma estética cosmética, pela fuga do estresse da vida cotidiana, pelo combate aos problemas psíquico-emocionais, por atividades prazerosas ou ainda por práticas competitivas.

Segundo Salgado (2006), foi em meados do século XVIII que a modalidade Corrida de Rua começou a ganhar alguma popularidade. Em seguida, espalhou-se pelos continentes europeu e americano. No século XX, como um esporte competitivo já consolidado, teve ainda maior crescimento e difusão na década de 70, quando foi permitida a participação de atletas amadores junto aos de elite (mas com largadas separadas para cada pelotão). Posteriormente, já no século XXI, muitas corridas de rua surgiram, tendo aumento contínuo de participantes ao redor do mundo (DALLARI, 2009).

Assim, com o crescimento progressivo desse esporte, foi possível notar um aumento significativo das assessorias e provas de ruas, visando uma oportunidade de empreender e com o objetivo de preparar os praticantes de uma forma mais segura, buscando ainda a melhora do condicionamento físico e da saúde dos praticantes. É possível afirmar que a maioria dos participantes são atletas amadores, que por sua vez, de acordo com Gratão (2016), almejam ali atingir suas metas, tais como alcançar marcas pessoais, adquirir perda de peso ou mesmo fazer novas amizades melhorando seu convívio social através da prática desse esporte.

Contudo, mesmo com o crescimento dessa modalidade e com divulgações nas mídias sociais, por qual motivo se encontram poucos estudos sobre esse tema? Entende-se que o meio acadêmico deve buscar compreender e atender as necessidades apresentadas pela sociedade. Nessa perspectiva, com o crescimento da prática e procura da modalidade, faz-se importante que sejam apresentadas pesquisas científicas sobre a mesma. Assim, o objetivo geral deste estudo foi de identificar as pesquisas científicas publicadas sobre a corrida de rua. Mais especificamente, almejou-se realizar uma revisão sistemática sobre o tema “corrida de rua”, para assim, coletar as informações publicadas no meio acadêmico sobre a referida modalidade.

Metodologia

No presente estudo foi realizada uma revisão sistemática de análise qualitativa (GOMES; CAMINHA, 2014) acerca dos estudos encontrados em língua portuguesa tendo como objetivo a classificação conforme a temática proposta. Segundo Sampaio e Mancini (2007), o objetivo da revisão sistemática consiste na busca, catalogação e utilização de outros estudos que existem na literatura relacionado ao mesmo tema. Dessa forma, é realizado um apanhado com as principais informações que nos permite uma visão mais ampla das evidências já pesquisadas, auxiliando, na comparação de resultados e na identificação de questões que ainda precisam ser estudadas, em futuras pesquisas. Ainda conforme Sampaio e Mancini (2007), o método de pesquisa se apresenta da seguinte forma: definição de uma pergunta científica; identificação da base de dados e de estratégias de busca, utilizada por palavras-chave; definição dos critérios para a seleção dos artigos e condução da busca; aplicação dos critérios na seleção dos artigos; justificativa das possíveis exclusões; análise crítica e avaliação de todos os estudos incluídos; realização de um resumo crítico; finalizando, com a elaboração da conclusão, informando a evidência sobre os efeitos da intervenção.

Como primeira etapa na elaboração da revisão sistemática, buscou-se responder ao seguinte questionamento: o que temos de publicações sobre o assunto corrida de rua? Em seguida definimos para a pesquisa a busca na plataforma SciELO – Brasil, que serve como base de dados ao tema proposto para discussão. A busca foi feita na data de 08 de dezembro de 2022, utilizando-se as seguintes palavras-chave “corrida de rua”. Como limitadores da pesquisa, definiu-se que seriam elencados apenas estudos em língua portuguesa, onde o termo “corrida de rua” estivesse incluso no título da publicação e que a mesma deveria estar disponível na íntegra. Como resultado, foram obtidos 10 artigos. Durante a triagem dos estudos encontrados se observou que não houve artigos duplicados. Após análise inicial através de leitura dos textos, ficou evidenciado que todos os artigos de fato contemplavam o tema da pesquisa, sendo assim, todos os 10 artigos elegíveis para avançar no estudo.

Ao final, foi realizada a leitura de todos os artigos e a análise do seu conteúdo (BARDIN, 2004), objetivando assim que os textos realmente se enquadrassem no tema almejado. Após análise e discussão, decidiu-se que os 10 artigos eram

elegíveis para o desenvolvimento do presente estudo, onde todos apresentam pesquisas satisfatórias e de relevância para o referido tema.

Resultados & Discussão

Após o desenvolvimento e aplicação da metodologia no processo de busca dos estudos sobre a temática em questão, os seguintes estudos, apresentados a seguir na tabela 1, foram definidos como elegíveis para esta pesquisa.

Tabela 1: estudos elegíveis após aplicação dos crivos da revisão

Autor(es)	Título	Local (ano)
Janaina Lavalli Goston Larissa Loures Mendes	Perfil Nutricional de Praticantes de Corrida de Rua de Um Clube esportivo da cidade de Belo Horizonte, MG, Brasil	Rev. Bras. Med. Esporte (2011)
Tiê Parma Yamato Bruno TirottiSaragiotto Alexandre Dias Lopes	Prevalência de dor musculoesquelética em corredores de rua no momento em que precede o início da corrida	Rev. Bras. Ciênc. Esporte (2011)
Jaqueline de Castro Ishida Bruna Camilo Turi Márcio Pereira-Da-Silva Sandra Lia do Amaral	Presença de fatores de risco de doenças cardiovasculares e de lesões em praticantes de corrida de rua	Rev. Bras. Educ. Fís. Esporte (2013)
Aurea Cristina Magalhães Niada Paulo De Paula Baptista	Hierarquia de metas do consumidor para diferentes níveis de autoconexão com a marca: um estudo sobre a relação dos corredores de rua com a marca de seu tênis de corrida	Rev. Adm. Mackenzie (2013)
Kátia Sheylla Malta Purim Ana Cláudia KappTitski Paulo César Barauce Bento Neiva Leite	Lesões Desportivas e Cutâneas em adeptos de Corrida de Rua	Rev. Bras. Med Esporte (2014)
Eliza Nogueira Paulo Cezar Motta	A Corrida de rua como experiência de lazer para pessoas de mais idade	Revista Portuguesa e Brasileira de Gestão (2014)
Ednei Costa Maia Herikson Araújo Costa Jurema Gonçalves Lopes de CastroFilha Mario Norberto Sevilio de Oliveira Junior	Estado de Hidratação de Atletas em Corrida de Rua de 15km sob Elevado Estresse Térmico	Rev. Bras. Med Esporte (2015)
Gabriel Mamoru Masuda Rangel Joni Márcio de Farias	Incidência de lesões em praticantes de corrida de rua no município de Criciúma, Brasil	Rev. Bras. Med. Esporte (2016)
Pedro Lucas Leite Parolini	Proposta de Modelo para	Rev. Bras. Ciência Esporte

Ary José Rocco Júnior Eduardo de oliveira Cruz Carlassara	captação de patrocinador em eventos de corrida de rua	(2019)
Jeferson Roberto Rojo Fernando Augusto Starepravo Fernando Marinho Mezzardri Eliza Lins Donha Marcelo Moraes e Silva	Políticas de estado ou políticas de governo? Uma análise sobre as políticas públicas de corrida de rua em Curitiba – PR	J. Phys. Educ. (2019)

Fonte: confeccionada pelos autores.

Após ler e analisar os artigos, havendo posteriormente exaustiva reflexão e debate sobre suas temáticas abordadas, deliberou-se um conjunto de categorizações, baseadas nas orientações de Bardin (2004) sobre análise de conteúdo. Nessa perspectiva, foram estruturadas seis categorias. O processo de categorização do conteúdo é graficamente descrito na tabela abaixo (tabela 2).

Tabela 2: passo a passo da triagem aplicada no cotejamento dos estudos da revisão e categorização onde os estudos foram alocados

Identificação	Estudos identificados na pesquisa avançada da base de dados do Scielo utilizando a palavra-chave: "corrida de rua". (n=10) Data: 08/12/2022
Triagem	Artigos removidos (n=0)
	Artigos selecionados (n=10)
Inclusão	Artigos selecionados para avaliação: - Marketing esportivo (n=1) - Nutrição esportiva (n=2) - Patologias e prevenções (n=4) - Qualidade de vida (n=1) - Sociologia esportiva (n=1) - Vestuário esportivo (n=1)

Fonte: confeccionada pelos autores.

O artigo “Proposta de modelo para captação de patrocinador em eventos de corrida de rua”, elaborado por Parolini, Rocco e Carlassara (2019), foi categorizado na linha **MARKETING ESPORTIVO** devido ao fato de que aborda questões financeiras, visando custear as despesas do evento através de patrocínios. No referido estudo foi utilizada metodologia de caráter exploratório e quantitativo, sendo realizado em 407 atletas inscritos em importantes corridas do Brasil (Volta Internacional da Pampulha, a Maratona da Cidade do Rio de Janeiro, a São Paulo Marathon City e a Meia Maratona de Floripa). O objetivo foi identificar o perfil de patrocinador na opinião dos atletas, onde elegeram o melhor patrocinador para o evento. Foi possível destacar os principais segmentos segundo os atletas de corrida

de rua são: esportivo, alimentício e calçados. Outro importante resultado com a pesquisa, foi o fato de que é necessário que os patrocinados tenham a “ativação” do seu produto, assim sendo, a empresa deve se preocupar e investir recursos onde os consumidores enxergam a relação com a modalidade, os benefícios na saúde, o lazer, a qualidade de vida e a socialização. É fundamental ainda que a empresa que busca o patrocinador entenda que é necessário que o corredor perceba valor agregado no evento e que dessa forma saia mais motivado, tendo boas experiências ainda em outros eventos esportivos. Tal incentivo ao consumo de eventos esportivos faz com que se gere uma satisfação elevada, estimulando a participação recorrente em diversos eventos, prosperando assim o mercado em questão.

Na categoria **NUTRIÇÃO ESPORTIVA** são apresentados os artigos intitulados “Estado de hidratação de atletas em corrida de rua de 15 km sob elevado estresse térmico”, estruturado por Maia *et al.* (2015) e “Perfil Nutricional de Praticantes de Corrida de Rua de Um Clube esportivo da cidade de Belo Horizonte, MG, Brasil” desenvolvido por Goston e Mendes (2011). No primeiro, Maia *et al.* (2015) abordaram a importância da hidratação na corrida de rua, tanto para melhor desempenho esportivo, quanto para prevenção dos distúrbios causados pelo calor. Foram avaliados 15 indivíduos do sexo masculino de diferentes faixas etárias, em uma prova de 15 km realizada às 11h da manhã. Pontua-se que em torno de 25% da energia química se transforma em energia mecânica, após transformada em energia térmica sendo que, 100% dessa energia é convertida em calor. O estresse causado pelo exercício físico é acentuado pela desidratação, aumentando assim a temperatura corporal, comprometendo a fisiologia, o desempenho físico e a saúde. A pesquisa teve como etapas: 1 – amostragem de urina; 2 – aferição da frequência cardíaca; 3 – aferição da estatura e peso corporal; 4 – avaliação da composição corporal. Como resultado, ficou evidente as dificuldades em relação ao estado de hidratação em condições reais para prática esportiva. A desidratação foi detectada apenas através da análise da variação do peso corporal e dos níveis de hemoglobina e hematócrito. Quanto às amostragens da coloração da urina não se teve uma resposta confiável. Outra questão observada foi o índice de abandono da prova (25 iniciaram e 15 concluíram, 40% de abandono), onde se acredita que uma das causas mais relevantes tenha sido a desidratação. Ficou clara a necessidade de

análises conjuntas oriundas de diferentes técnicas para determinar o estado de hidratação em corredores de rua.

Enquanto que no segundo estudo, Goston e Mendes (2011) utilizaram o método de estudo transversal descritivo com objetivo de caracterizar o perfil nutricional de 19 indivíduos com idades entre 28 e 53 anos. Todos os praticantes foram avaliados por um Nutricionista. Sendo coletado os dados antropométricas e de composição corporal. A pesquisa conclui que todos os corredores mantêm estado nutricional adequado. Entretanto, foi constatado que a ingestão energética dos macronutrientes dos corredores estavam abaixo do que se considera ideal para a manutenção da prática. O indicado é que tenha um aumento de carboidratos para ter um bom estoque de glicogênio, que é considerado importante fonte de energia, conforme comenta Onywera *et al.* (2004), onde seu estudo mostra que os corredores quenianos tiveram alta ingestão de carboidratos em comparação com atletas de outros países mais industrializados (Estados Unidos da América, Austrália, Holanda, por exemplo), onde o consumo de carboidratos é menor, sabe-se ainda que este pode ser um fator importante à uma melhor performance dos corredores quenianos. Já na ingestão das proteínas foi sugerida a redução, pois o ser humano não tem compartilhamento de reserva proteica, o excesso implicaria na excreção ou a ser desviado para a produção de energia.

A categoria que contempla mais artigos foi **PATOLOGIAS E PREVENÇÕES**, sendo analisados quatro estudos. O primeiro artigo de Saragiotto e Lopes (2011), “Prevalência de dor musculoesquelética em corredores de rua no momento em que precede o início da corrida”, aponta que o número de participantes em corridas de rua, motivados pela busca de benefícios para a saúde, pela facilidade de local e hora para o treino, facilidade em realizar a atividade e baixo custo para seu início, vem motivando um grande número de adeptos, em contrapartida o aumento de lesões, também vem crescendo. O assunto de lesões na corrida, não é algo novo e já vem sendo estudado por outros autores. Por exemplo, Van Middelkoop *et al.* (2007) observou que antes e depois da Maratona de Rotterdam os atletas apresentaram algum tipo de queixa ou lesão musculoesquelética (independentemente se forma atletas que correram menos de 10 km ou os que contemplaram os 42 km. Já o estudo de Saragiotto e Lopes (2011) teve como objetivo analisar dores esqueléticas em corredores de rua antes do início da prova,

também discutir os fatores etiológicos relacionados à corrida de rua. Foram divididos em dois grupos, o primeiro pelos corredores com queixa de dor musculoesquelética e outro sem queixa. Os dados foram extraídos a partir de uma entrevista composta por questionário. Foram entrevistados 155 corredores no local das provas. As corridas escolhidas foram: Super 9K e Circuito das Estações da cidade de São Paulo no ano de 2009. Verificou-se que cada corredor possui um plano de treinos diferente dos demais. Concluiu-se que a prevalência de dor no momento em que precede o início da prova foi em torno de 25% do total de participantes. Entendeu-se que volume de treino semanal está associado a esse quadro algíco.

O artigo “Lesões Desportivas e Cutâneas em adeptos de Corrida de Rua” foi desenvolvido por Purim *et al.* (2014). O estudo teve a participação de 220 atletas de corrida de rua por meio de questionário e observação clínica. Do total, 75,4% dos praticantes eram homens e 24,6% eram mulheres. O treinamento teve como avaliação o tempo (anos) de prática na corrida de rua, duração e frequência dos treinos semanais, velocidade média e participação em competições. O volume semanal de treinos foi definido da seguinte maneira: baixo (aqueles que corriam até 24 km semanais), médio (de 24 a 49 km semanais) e alto (de 50 km semanais em diante). Cerca de 73,6% dos participantes corriam semanalmente 12 a 49 km e 26,4% mais de 50 km. Os treinos da maioria dos atletas duravam em média 45 a 60 minutos em uma frequência de 2 a 3 vezes semanais. Portanto, as lesões desportivas cutâneas podem dificultar no planejamento esportivo e na *performance* do atleta, podendo gerar quadro algíco, desconforto, limitação funcional e infecções. As lesões mais relatadas pelos atletas foram: distensão/estiramento muscular (16,7%), tendinites (10,1%), dor nos quadris (7,3%) e dor na coluna (7%). Por sua vez, o maior grau de dor relatado foi no joelho em 67 atletas (30,4%), sendo 54 (32,5%) homens e 13% mulheres, ou seja, sem diferença significativa ($p=0,242$). Foi constatado que em relação à distância percorrida não houve diferença significativas nas frequências de tendinopatias e lesões musculares e osteoarticulares.

As questões do estudo anterior são possíveis de serem comparadas com outro estudo dessa categoria, por sua vez estruturado por Rangel e Farias (2016), intitulado “Incidência de lesões em praticantes de corrida de rua no município de Criciúma, Brasil”. É possível afirmar que onde houve forte correlação na proporção de lesões com o tempo de prática, e distância diária de treino com volume maior.

Contudo, na comparação entre os sexos, a predominância de dores musculares se deu nos homens, provavelmente por ter maior participação em provas. Outro fator analisado foi o tamanho do tênis utilizado, esse foi de forma significativa, com presença de unha encravada e perda de unha em relação aos sexos. No caso feminino, a relação de tais lesões com o calçado maior que o habitual apresentou correlação direta e significativa com a unha encravada e perda de unha. Por sua vez, tais diferenças não foram percebidas nos homens. As lesões dermatológicas tiveram maior número de casos em membros inferiores. Conclui-se assim que os homens e mulheres apresentaram lesões distintas, sendo os homens com maior frequência de lesões musculares e mulheres as afecções cutâneas e ungueais. Ressaltando que a pesquisa identificou a maior taxa de lesões desportiva e cutâneas no público feminino. De maneira mais específica, o estudo de Rangel e Frias (2016) foi realizado um estudo descritivo transversal por meio de um questionário. Participaram 88 corredores (56 homens e 32 mulheres) com idade entre 18 a 70 anos. O objetivo desse estudo foi avaliar a incidência de lesões em corredores de rua do município de Criciúma, se havia acompanhamento profissional, sobre o perfil dos corredores, as principais lesões, locais de corrida, controle de cargas e outras variáveis do treinamento. Os participantes desse estudo do sexo masculino relataram que praticavam a corrida há mais de cinco anos, citando que a distância mais percorrida era de 10km. Já as mulheres praticavam entre 1 e 2 anos com distância de 5km. Grande parte dos praticantes evitavam correr em um único local. Os resultados identificaram que mais da metade tinham orientação de um profissional de educação física e que utilizava a musculação como prevenção ou prática de outro exercício físico. Ao contrário do que se esperava, a prevenção não interferiu diretamente na menor quantidade de lesões. A maioria dos homens tinha sobrepeso e as mulheres com o peso em normalidade. O maior indício de lesão que o artigo relata é o tempo que o corredor pratica a atividade, tecendo a relação de quanto maior distância diária de treino mais propício o praticante é a ter lesões. Também se relata que a maior idade reflete no aumento de lesões. Vale ressaltar que muitos dos praticantes continuavam treinando mesmo sentindo algumas dores, sendo elas na região lombar nos homens e na região do joelho em mulheres. Conclui-se que a maior frequência de lesão foi no joelho, tendo relação direta com distância percorrida e o tempo de prática. E que mesmo com auxílio de um

profissional não teve relevância na diminuição das lesões. Relatando que as lesões podem ser por causa da intensidade, volume, prescrição do treinamento ou executada de uma forma irregular, não respeitando seu condicionamento físico e individualidade biológica.

Já o artigo “Presença de fatores de risco de doenças cardiovasculares e de lesões em praticantes de corrida de rua” (ISHIDA *et al.*, 2013) avaliou 4 provas de corrida de rua que aconteceram na cidade de Bauru em 2011 com distância de 5km, 6km, 7km e 10km. Os participantes eram todos do sexo masculino com idade média de 39 anos. Dividiram o estudo em duas partes, avaliando 94 corredores e descrevendo as características antropométricas e presença de fatores de riscos cardiovasculares e a ocorrências de lesões. Os indivíduos responderam a perguntas sobre a condição socioeconômica familiar, Índice de massa corporal (IMC), pressão arterial (PA), circunferência abdominal (CA) e presença de lesões. Na primeira parte, o objetivo era descrever as características antropométricas e dos fatores de risco cardiovasculares. O estudo relata algo preocupante, onde os corredores que se consideravam sem nenhum problema de saúde apresentavam alterações na PA e CA aumentada, dentre outros com riscos cardiovasculares. Ainda nesse assunto FORJAZ *et al.* (2002), em seu estudo identificou que 33% dos praticantes de atividade física apresentavam algum problema de PA, porém, não tinham tal conhecimento. Foi observado que o IMC e FC tem uma forte correlação, quanto maior o índice de massa corporal, mais elevado será a frequência cardíaca, assim ocasionando um maior esforço cardiovascular, identificou-se que os corredores avaliados mesmo estando em sobrepeso seu IMC estava dentro da normalidade, concordando com Pazin *et al.* (2008). Muitos dos entrevistados iniciaram na corrida de rua com intuito de melhorar a sua qualidade de vida. Porém, a corrida de rua é uma atividade que realizada em alta intensidade no momento inapropriado pode ser perigosa, principalmente em indivíduos hipertensos e com risco cardiovasculares, pois eleva o aumento da frequência cardíaca e da pressão arterial, podendo acarretar sérios problemas, e até mesmo a morte súbita. Na parte dois desse estudo o objetivo era descrever a presença de lesões em corredores de rua. Os participantes responderam questões específicas sobre corrida e um questionário de lesões. A maioria dos corredores relataram que praticavam outras atividades além da corrida, sendo a mais citada a musculação. As lesões mais informadas foram nos

membros inferiores, principalmente no joelho. O estudo identificou que menos da metade dos avaliados tinham acompanhamento profissional, onde passa a ser um fator preocupante, por serem fatores de risco cardiovasculares. Encontrou-se também correlação entre lesões e o envelhecimento dos corredores. O volume de treino não foi determinante para as lesões e sim um possível acúmulo de atividades físicas, levando o corpo a uma sobrecarga excessiva. Ao concluir esse estudo foi ressaltado a importância de ter mais campanhas de conscientização sobre a condição de saúde deste público, visto que os atletas apresentaram uma condição física propícia ao comprometimento cardiovascular durante a corrida e no surgimento de lesões.

Para a categoria **QUALIDADE DE VIDA** temos artigo “A corrida de rua como experiência de lazer para pessoas de mais idade - Um estudo qualitativo no Rio de Janeiro” (NOGUEIRA; MOTA, 2014) teve como objetivo entender o que motiva pessoas com idade acima de 50 anos a se desafiar em maratonas. A pesquisa seguiu a linha epistemológica interpretativa e adotou um método de pesquisa qualitativa, onde para a coleta de dados se realizou uma entrevista com alto grau de profundidade no assunto. O texto pontua que a prova de maratona é uma experiência única onde o desafio se apresenta em proporções homéricas. Contudo, curiosamente, tal desafio desenlaça uma geração de sensações que são remetidas pelos praticantes como algo oriundo do sentimento de prazer e diversão, mesmo que em diversos momentos tais sensações se abstenham pelas dificuldades penosas características da referida prova. Poder-se-ia dizer aqui que existe certa dicotomia onde então se apresenta a estética da dor (LESSA; CAPRARO; SILVA, 2017). Não obstante, é dito ainda que a experiência de se preparar para uma prova de maratona produz um efeito social fundamental para a população de mais idade, pois exige um alto grau de envolvimento e dedicação, onde a amizade dos companheiros de treino é fundamental. Enfim, um claro exemplo do conceito de esporte-participação e seus profundos vieses sociais coletivos (TUBINO, 2001). Durante a realização das entrevistas, identificou-se que a idade média dos participantes era de 59 anos. Como resultado, houve unanimidade com afirmação de que a prova de maratona recai sobre o princípio da superação, autoconhecimento e aventura. Ficou evidenciado também que, para tal faixa etária, o fundamental não é a competitividade, mas sim o desafio na conclusão.

Observando agora o trabalho “Políticas de estado ou políticas de governo? Uma análise sobre as políticas públicas de corrida de rua em Curitiba–PR” de Rojo *et al.* (2019), foi classificado como **SOCIOLOGIA ESPORTIVA**, é possível notar dados que apontam o crescimento do quantitativo de adeptos à corrida de rua em tempos hodiernos. Em contrapartida, com tal aumento no número de praticantes foi ali então questionado sobre a existência de políticas públicas para corridas de rua em Curitiba/PR. Diante disso, verificou-se algumas ações indiretas, que por sua vez não influenciaram diretamente a estrutura da prática, mas auxiliam na promoção da entrada de novos atletas através da regulamentação das empresas organizadoras dos eventos. Já de forma direta, se destacam ações objetivas à prática, como a criação de evento de corrida de rua infantil, o circuito de corridas de rua para o público adulto; a prova de maratona em Curitiba (hoje uma das principais do Brasil); dentre outras provas. O artigo ainda ressalta uma proposta de planos de treinamentos prático por meio de assessorias públicas. Mesmo destacando tais ponderações, os autores ainda não acreditam que as movimentações existentes não se fazem suficientes e que a discussão sobre o tema é necessária e premente.

Por fim, o trabalho incluído na categoria **VESTUÁRIO ESPORTIVO**, intitulado “Hierarquia de metas do consumidor para diferentes níveis de autoconexão com a marca: um estudo sobre a relação dos corredores de rua com a marca de seu tênis de corrida”, foi feito por Niada e Baptista (2013). O referido artigo aborda a relação entre os praticantes da corrida e autoconexão com as marcas fornecedoras de materiais esportivos ou relacionadas ao mesmo universo. Sabe-se que as estratégias de *marketing* das grandes empresas, conforme cita Lawson (1997), buscam criar identidades únicas para atingir o consumidor. Busca-se assim alimentar uma espécie de dependência. Nessa guisa, entender os desejos almejados pelo cliente se faz fulcral, incluindo aí os seus critérios de compra de um produto. A pesquisa se deu em duas etapas, sendo a primeira com entrevistas em profundidade através da técnica de *laddering*, visando identificar as principais metas dos praticantes de corrida de rua ao escolherem um tênis. Já a segunda etapa foi um estudo descritivo pela *internet* com 352 corredores, utilizando-se a Técnica Padrão de Associação. Foram identificadas diferentes conexões com a marca, o grupo com maior autoconexão com a marca teve ligações de cunho mais social e simbólica, buscando muitas vezes a integração social com o grupo de corrida, ou

seja, um desejo de integração estimulado por um desejo prévio de pertencimento (ESCALAS; BETTMAN, 2005). Pode-se apontar que até mesmo a imagem da marca se torna importante afim de estabelecer laços sociais. Já o grupo com baixos níveis de autoconexão com a marca faz uso do material esportivo em uma visão utilitarista recaída à funcionalidade, ou seja, buscando objetivamente atender a necessidade para uma prática otimizada, afastando-se assim de uma ligação simbólica e sim pragmática.

Na presente revisão é possível perceber que, embora a corrida de rua uma modalidade do atletismo em claro crescimento atualmente, não se têm muitos estudos que envolvam a referida modalidade. Tais carências podem ser identificadas, por exemplo, na categoria de Patologias e Prevenções, onde foram encontrados quatro artigos, sendo que fatores como biomecânica surgiram apenas de maneira superficial. Outro exemplo recai sobre os principais pontos de lesão, porém, não são apontados claramente os fatores causadores de tais lesões. Esse *déficit* de informações foi visto também nas categorias de Marketing e Vestuário Esportivo, onde há estudos que são mais inclinados à área de administração/comercial, colocando de certa forma a educação física à parte.

Com relação aos cuidados com a saúde, as categorias Qualidade de vida e Nutrição esportiva mostram a importância de outras áreas como Nutrição, medicina e psicologia atuando em conjunto com a educação física em prol de um equilíbrio na vida das pessoas. Andando em conjunto, viu-se ainda que no campo Sociologia Esportiva, fazem-se necessários maiores incentivos governamentais, não apenas na corrida de rua, mas como em todas as áreas da educação física, investindo mais em saúde preventiva e reduzindo custos com tratamentos.

Conclusão

Este estudo teve por objetivo identificar as pesquisas científicas publicadas e realizar uma revisão sistemática sobre corrida de rua. Nessa expectativa, entende-se que é uma modalidade crescente no Brasil e que precisa ser mais explorada cientificamente, para além da área da educação física, como por exemplo, saúde pública, políticas públicas, fisioterapia, nutrição, dentre outras. Dessa forma, contribuindo para difusão dos benefícios proporcionados pela corrida de rua em

suas mais abrangentes esferas.

Não obstante, observou-se a existência de margem para futuros estudos que possam abordar mais a fundo tais relações. Trazem-se e se recomendam aqui possíveis exemplos, como: “qual o estado físico e emocional de um praticante de corrida de rua, antes e depois de alguns meses da prática da modalidade?”, “qual o impacto fisiológico causado pela prática da corrida de rua?”, “como o Estado pode se beneficiar na área social ao incentivar a prática da corrida de rua?”, dentre outros. Recomendam-se fortemente mais pesquisas sobre o assunto, sendo vistas como valiosas as ideias de realizar novas buscas em outros bancos de dados e ainda fazendo uso de outros idiomas, almejando robustecer assim o arcabouço teórico, científico e informativo sobre o tema.

Referências

BALBINOTTI, Marcos Alencar Abaide *et al.* Perfis motivacionais de corredores de rua com diferentes tempos de prática. **Revista brasileira de ciências do esporte**, v. 37, p. 65-73, 2015. <https://doi.org/10.1016/j.rbce.2013.08.001>. Acesso em: 16 fev. 2023.

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. Tradução Luis Antero Reto e Augusto Pinheiro. 3.ed. Lisboa: Edições 70, 2004.

BARROS FILHO, Marcos Antonio *et al.* Motivos para a prática da corrida de rua e sua influência na satisfação com a vida. **Educación Física y Ciencia**, v. 24, n. 2, p. 215-215, 2022. <https://doi.org/10.24215/23142561e215>. Acesso em: 21 dez. 2022.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE ATLETISMO. **O Atletismo – Origens**. Disponível em <https://www.cbat.org.br/acbat/historico.asp#:~:text=Ali%C3%A1s%2C%20h%C3%A1%20ind%C3%ADcios%20da%20pr%C3%A1tica,provas%20realizadas%20fossem%20as%20atl%C3%A9ticas>. Aceso em: 23 dez. 2022.

DALLARI, Martha Maria. **Corrida de rua: um fenômeno sociocultural contemporâneo**. 2009. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo. » <https://doi.org/10.11606/T.48.2009.tde-02092009-145957>. Acesso em: 23 dez. 2022.

ESCALAS, J. E.; BETTMAN, J. R. Self-construal, reference groups, and brand meaning. *Journal of Consumer Research*, v. 32, n. 3, p. 378-389, 2005. <https://doi.org/10.1086/497549> . Acesso em: 09 mar. 2023.

FORJAZ, Cláudia L. M. *et al.* Assessment of the cardiovascular risk and physical activity of individuals exercising at a public park in the city of São Paulo. **Arquivos brasileiros de cardiologia**, v. 79, p. 43-50, 2002. <https://doi.org/10.1590/S0066-782X2002001000005>. Acesso em: 09 mar. 2023.

GOMES, Isabelle Sena; DE OLIVEIRA CAMINHA, Iraquitan. Guia para estudos de revisão sistemática: uma opção metodológica para as Ciências do Movimento Humano. **Movimento**, p. 395-411, 2014. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.41542>. Acesso em: 01 fev. 2023.

GOSTON, Janaina Lavalli; MENDES, Larissa Loures. 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**, v. 17, p. 13-17, 2011. <https://doi.org/10.1590/S1517-86922011000100002>. Acesso em: 21 dez. 2022.

GRATÃO, Otavio; ROCHA, Claudio M. Dimensões da motivação para correr e para participar de eventos de corrida. **Brazilian Journal of Science and Movement**, v. 24, n. 3, p. 90-102, 2016. <https://doi.org/10.18511/rbcm.v24i3.5987>. Acesso em: 22 dez. 2022.

ISHIDA, Jaqueline de Castro *et al.* Presença de fatores de risco de doenças cardiovasculares e de lesões em praticantes de corrida de rua. **Revista brasileira de educação física e esporte**, v. 27, p. 55-65, 2013. <https://doi.org/10.1590/S1807-55092013000100006>. Acesso em: 21 dez. 2022.

LAWSON, Robert. Consumer decision making within a goal-driven framework. **Psychology & Marketing**, v. 14, n. 5, p. 427-449, 1997. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1520-6793\(199708\)14:5%3C427::AID-MAR1%3E3.0.CO;2-A](https://doi.org/10.1002/(SICI)1520-6793(199708)14:5%3C427::AID-MAR1%3E3.0.CO;2-A). Acesso em: 09 mar. 2023.

LESSA, Priscila Requião; CAPRARO, André Mendes; SILVA, Marcelo Moraes e. Estética da dor: O fascínio pelo sofrimento dos atletas no Tour de France. In: **12º Congresso Argentino de Educación Física y Ciencias 13 al 17 de noviembre 2017 Ensenada, Argentina. Educación Física: construyendo nuevos espacios**. Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Departamento de Educación Física, 2017. Disponível em: <https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/library?a=d&c=eventos&d=Jev10241>. Acesso em: 23 fev. 2023.

MAIA, Ednei Costa *et al.* Estado de hidratação de atletas em corrida de rua de 15 km sob elevado estresse térmico. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 21, p. 187-191, 2015. <https://doi.org/10.1590/1517-86922015210302035>. Acesso em: 21 dez. 2022.

NIADA, Aurea Cristina Magalhães; BAPTISTA, Paulo de Paula. Hierarquia de metas do consumidor para diferentes níveis de autoconexão com a marca: um estudo sobre a relação dos corredores de rua com a marca de seu tênis de corrida. **RAM. Revista de Administração Mackenzie**, v. 14, p. 140-176, 2013. <https://doi.org/10.1590/S1678-69712013000500006>. Acesso em: 21 dez. 2022.

NOGUEIRA, Elisa; MOTTA, Paulo Cesar. A corrida de rua como experiência de lazer para pessoas de mais idade. Um estudo qualitativo no Rio de Janeiro. **Revista Portuguesa e Brasileira de Gestão**, v. 13, n. 3, p. 2-11, 2014. <https://bibliotecadigital.fgv.br/ojs/index.php/rbpg/article/view/78703>. Acesso em: 21 dez. 2022.

ONYWERA, V. O. *et al.* Food and macronutrient intake of elite Kenyan distance runners. **International journal of sport nutrition and exercise metabolism**, v. 14, n. 6, p. 709-719, 2004. <https://doi.org/10.1123/ijsnem.14.6.709>. Acesso em: 09 mar. 2023.

PAROLINI, Pedro Lucas Leite; ROCCO, Ary José; CARLASSARA, Eduardo de Oliveira Cruz. Proposta de modelo para captação de patrocinador em eventos de corrida de rua. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 41, p. 405-411, 2019. <https://doi.org/10.1016/j.rbce.2018.06.003>. Acesso em: 21 dez. 2022.

PAZIN, Joris *et al.* Recreational Road runners: injuries, training, demographics and physical characteristics. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v. 10, n. 3, p. 277-282, 2008. <https://doi.org/10.1590/1980-0037.2008v10n3p277>. Acesso em: 09 mar. 2023.

PURIM, Kátia Sheylla Malta *et al.* Lesões desportivas e cutâneas em adeptos de corrida de rua. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 20, p. 299-303, 2014. <https://doi.org/10.1590/1517-86922014200401795>. Acesso em: 21 dez. 2022.

RAMOS, Shirley. **Benefícios promovidos pelo atletismo para os atletas da Associação JUDECRI de Criciúma**. 2011. 51 f. TCC (Bacharelado em Educação Física) - Universidade do Extremo Sul Catarinense - UNESC, Criciúma, 2011. <https://core.ac.uk/download/pdf/297692937.pdf>. Acesso em: 23 dez. 2022.

RANGEL, Gabriel Mamoru Masuda; FARIAS, Joni Márcio de. Incidência de lesões em praticantes de corrida de rua no município de Criciúma, Brasil. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 22, p. 496-500, 2016. <https://doi.org/10.1590/1517-869220162206128114>. Acesso em: 21 dez. 2022.

ROJO, Jeferson Roberto *et al.* Políticas de estado ou políticas de governo? Uma análise sobre as políticas públicas de corrida de rua em Curitiba-PR. **Journal of Physical Education**, v. 30, n. 1, 2019. <https://doi.org/10.4025/jphyseduc.v30i13062>. Acesso em: 21 dez. 2022.

SALGADO, José Vítor Vieira; MIKAIL, Mara Patraicia Traina Chacon. Corrida de rua: análise do crescimento do número de provas e de praticantes. *Conexões*, v. 4, n. 1, p. 90-98, 2006. <https://doi.org/10.20396/conex.v4i1.8637965>. Acesso em: 22 dez. 2022.

SAMPAIO, Rosana Ferreira; MANCINI, Marisa Cotta. Estudos de revisão sistemática: um guia para síntese criteriosa da evidência científica. **Brazilian**

Journal of Physical Therapy, v. 11, p. 83-89, 2007. <https://doi.org/10.1590/S1413-35552007000100013>. Acesso em: 01 fev. 2023.

SILVA, Rodrigo Sinnott *et al.* Atividade física e qualidade de vida. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 15, p. 115-120, 2010. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232010000100017>. Acesso em: 22 dez. 2022.

TUBINO, Manoel José Gomes. **Dimensões sociais do esporte**. 2 ed. Revisada. São Paulo: Cortez, 2001.

VAN MIDDELKOOP, Marienke *et al.* Course and predicting factors of lower-extremity injuries after running a marathon. **Clinical Journal of Sport Medicine**, v. 17, n. 1, p. 25-30, 2007. <https://doi.org/10.1097/JSM.0b013e3180305e4d>. Acesso em: 09 mar. 2023.

YAMATO, Tiê Parma; SARAGIOTTO, Bruno Tirotti; LOPES, Alexandre Dias. Prevalência de dor musculoesquelética em corredores de rua no momento em que precede o início da corrida. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 33, p. 475-482, 2011. <https://doi.org/10.1590/S0101-32892011000200013>. Acesso em: 21dez. 2022.

Processo de Avaliação por Pares: (*Blind Review* - Análise do Texto Anônimo)

Revista Científica Vozes dos Vales - UFVJM - Minas Gerais - Brasil

www.ufvjm.edu.br/vozes

QUALIS/CAPES - LATINDEX: 22524

ISSN: 2238-6424