

CORRIDA DE RUA: FATORES DE ADESÃO E PERMANÊNCIA DE ADULTOS JOVENS NESSA PRÁTICA

DOI: 10.48140/digitaleditora.2022.001.33




33

RESUMO

Objetivo: Relatar os fatores que influenciam a adesão e permanência de adultos jovens na prática da corrida de rua. **Metodologia:** A pesquisa foi realizada através de uma revisão integrativa, que consiste em identificar o que os estudos trazem a respeito da temática em publicações entre os anos de 2015 a 2021. A coleta de dados será feita a partir de: artigos, teses, monografias e livros que possam estar com o tema, objetivos, faixa temporal entre 2015 e 2021. Foram inclusos os artigos que estiverem de acordo com o tema, palavras-chave, faixa temporal de 6 anos e objetivos estabelecidos. Como critérios de exclusão serão excluídas todas as produções que estiverem fora dos critérios de inclusão, com duplicidade. **Resultados:** Aderir um hábito de praticar atividade física regular, em específico a corrida de rua, pode e deve ser usufruída por qualquer indivíduo, por se tratar de uma prática acessível a todos e simples. **Considerações Finais:** Os estudos evidenciam que a adesão e permanência ocorre respectivamente, pela saúde, estética, e o lazer, e pela competição. Tendo em vista o que foi apresentado, é lícito os vários benefícios que a corrida de rua pode trazer para seus praticantes em vários fatores: físicos, fisiológicos, psicológicos e sociais.


Ana Carolina de Sousa Ventura

Graduanda em Educação Física pela Universidade Paulista – UNIP - Teresina – Piauí

 <https://orcid.org/0000-0003-4216-1243>


Anacleia Morais de Oliveira Santos

Graduanda em Educação Física pela Universidade Paulista – UNIP - Teresina – Piauí

 <https://orcid.org/0000-0002-5035-1920>


Brenda Carvalho Rocha

Graduanda em Educação Física pela Universidade Paulista – UNIP - Teresina – Piauí

 <https://orcid.org/0000-0002-5080-4416>


Francisco Antônio Lopes dos Santos

Graduanda em Educação Física pela Universidade Paulista – UNIP - Teresina – Piauí

 <https://orcid.org/0000-0002-2155-9407>


Natanael Rodrigo Mendes de Sousa

Graduanda em Educação Física pela Universidade Paulista – UNIP - Teresina – Piauí

 <https://orcid.org/0000-0001-8311-1117>

Ana Marina Pacheco Probo

Profissional de Educação Física, Mestre e Professora da Universidade Paulista – UNIP - Teresina – Piauí

 <https://orcid.org/0000-0002-7471-8731>

PALAVRAS-CHAVES: Corrida de rua; Adesão; Permanência; Adultos Jovens.

TREET RACE: FACTORS OF ADHESION AND PERMANENCE OF YOUNG ADULTS IN THIS PRACTICE

DOI: 10.48140/digitaleditora.2022.001.33

33

ABSTRACT

Objective: To report the factors that influence the adherence and permanence of young adults in the practice of street running.

Methodology: The research was carried out through an integrative review, which consists of identifying what studies bring about the theme in publications between the years 2015 to 2021. Data collection will be based on: articles, theses, monographs and books that may have the theme, objectives, time span between 2015 and 2021. Articles that are in accordance with the theme, keywords, time span of 6 years and established objectives were included. As exclusion criteria, all productions that are outside the inclusion criteria, with duplication, will be excluded. Results: Adhering to a habit of regular physical activity, specifically street running, can and should be enjoyed by any individual, as it is a practice accessible to everyone and simple.

Final Considerations: Studies show that adhesion and permanence occur, respectively, for health, aesthetics, and leisure, and for competition. In view of what has been presented, the various benefits that street running can bring to its practitioners are permissible in several factors: physical, physiological, psychological and social.

Recebido em: 24/01/2022
Aprovado em: 15/09/2022
Conflito de Interesse: não houve
Suporte Financeiro: não houve

KEYWORD: Street racing; Accession; permanence; Young Adults.



INTRODUÇÃO

Devido às mudanças na qualidade de vida e o avanço da tecnologia, grande parte do esforço e trabalho dos indivíduos estão sendo realizados por máquinas, diminuindo cada vez mais a qualidade do seu movimento, ou seja, ocasionando o crescente número de sedentarismo agravando o estado de saúde da população. Entretanto, a busca e a informação sobre a importância e benefícios da prática de uma atividade física, tem sido cada vez mais explanada (DA SILVA, SILVA COSTA, 2019).

A prática da corrida, ou seja, o ato de correr, é uma atividade física bastante utilizada nos tempos atuais e com diversos significados em diferentes momentos da vida humana. As civilizações primitivas, registaram essa ação, demonstrando que a prática da corrida perpassa gerações seja por devida necessidade ou por mera expressão (SALGADO, 2018).

Segundo Machado (2011), os benefícios físicos e psicológicos que a corrida de rua proporciona aos seus praticantes carregam um extenso e considerável peso 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.

Para o público na faixa etária de 20 a 40 anos, a literatura apresenta que com a prática regular de atividade física, a saúde e qualidade de vida podem ser preservadas, e aprimoradas, principalmente se forem iniciadas nessa faixa etária, onde o indivíduo é classificado como um adulto jovem, podendo alcançar seu melhor nível físico, já que os tempos de reação e recuperação chegam ao seu ápice nessa fase e o corpo bombeia oxigênio para os músculos de forma mais rápida que nunca, e com a permanência da prática o corpo passa a ter a menor incidência de maiores doenças, além da prevenção de doenças cardíacas, osteoporose, benefícios estéticos e melhora do nível de aptidão física (SANFELICE et al., 2017).

Assim sendo, a iniciação na prática da corrida de rua acontece por vários interesses relacionados diretamente à sua adesão. Sendo esses interesses desde a promoção de saúde, a estética, a integração social, a fuga do estresse da vida moderna e a busca de atividades prazerosas ou competitivas (SALGADO; CHACON-MIKAHIL, 2006). Geralmente, o indivíduo entra com um determinado objetivo em uma determinada atividade física seja ela qual for, e conforme vai praticando e vivenciando, o seu interesse pode mudar. Como existem aqueles que iniciam a prática da corrida de rua por indicação médica tendo como objetivo a promoção de saúde e concluem tendo melhoras também no desempenho físico, e dessa forma permanecem na prática com o objetivo de buscar um melhor rendimento.

Outra análise importante que poderemos fazer pode ser referente a aderência na corrida de rua ocorre de forma gradual, podendo receber qualquer pessoa saudável e que busque uma atividade sem grandes limitações de espaço. A corrida pode ser realizada tanto ao ar livre, quanto na esteira. O praticante iniciante não precisa ter uma habilidade específica, basta apenas interesse em assumir um compromisso com a saúde e com o bem-estar. Vale ressaltar que hoje, cada vez mais que se observa pessoas correndo, mais espectadores aderem a essa prática. Não só por ser um esporte simples e de fácil acesso, pois todo mundo sabe correr, sem contar que é acessível, pode fazer em qualquer lugar e a qualquer hora. Devido a esse incentivo, é visível cada vez mais a maior prática da corrida de rua (PINTO, 2015).

Dado a explicação acima, elegemos como problema de pesquisa, quais fatores influenciam a adesão e permanência de adultos jovens na prática da corrida de rua? Com a justificativa que essa é uma atividade acessível com baixo custo de treinamento e participação, a corrida de rua vem sendo um dos esportes mais praticados pela população e iniciada nesta fase, destaca-se que essa modalidade em específico, fica atrás apenas do futebol nos esportes mais praticados no Brasil. Acredita-se que este fenômeno decorre por se caracterizar sendo uma atividade também relevante no aspecto do lazer, já que uma grande parcela da população pode ter acesso a essa prática em ambientes abertos e livres, como nas ruas, praças e parques .

Neste sentido o presente estudo teve como objetivo relatar os fatores que influenciam a adesão e permanência de adultos jovens na prática da corrida de rua.

METODOLOGIA

TIPO DE PESQUISA

Trata-se de uma revisão literária do tipo integrativa, um método que permite a síntese de conhecimento e a incorporação dos resultados afim que as reflexões obtidas alcance de novos estudos. Esta revisão integrativa foi ordenada em cinco etapas diversas e indispensáveis: a) definição da questão norteadora de pesquisa; b) busca na literatura científica nas bases de dados selecionadas; c) categorização das pesquisas; d) apresentação dos resultados; e) discussão e apresentação dos resultados da revisão integrativa.

Inicialmente foi realizado a delimitação do conteúdo a ser pesquisado, buscando informações sobre os fatores que influenciam a adesão e permanência de adultos jovens na prática da corrida de rua, com a faixa temporal entre 2015 e 2021 e as palavras-chave alinhadas.

Foram inclusos os artigos que estiverem de acordo com o tema, palavras-chave, faixa temporal de 6 anos e objetivos estabelecidos. Como critérios de exclusão serão trabalhos científicos com apenas resumos disponíveis, publicações duplicadas, artigos incompletos, que não se enquadrem dentro da proposta oferecida pelo tema e/ou fora do recorte temporal, além da utilização de teses e dissertações

Ao que diz respeito à organização e análise dos dados, a seleção foi realizada após a leitura dos artigos, e a realização de uma distribuição das bases de dados, dos artigos encontrados, dos excluídos e selecionados para análise final, depois foi elaborada uma lista dos selecionados para análises, onde vão se encontrar os detalhes dos dados como nome dos autores, ano da publicação, objetivo e as conclusões. Após a seleção desses artigos e produções foi elencada em uma tabela onde serão destacados: autor, ano, periódicos, objetivos, metodologia e resultados.

MÉTODOS DE PESQUISA

A busca bibliográfica foi realizada nas bases de dados de Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Scientific Electronic Library Online (SCIELO). Trata-se de uma pesquisa bibliográfica na qual será conduzida com o objetivo de: Investigar os fatores que influenciam a adesão e permanência de adultos jovens na prática da corrida de rua.

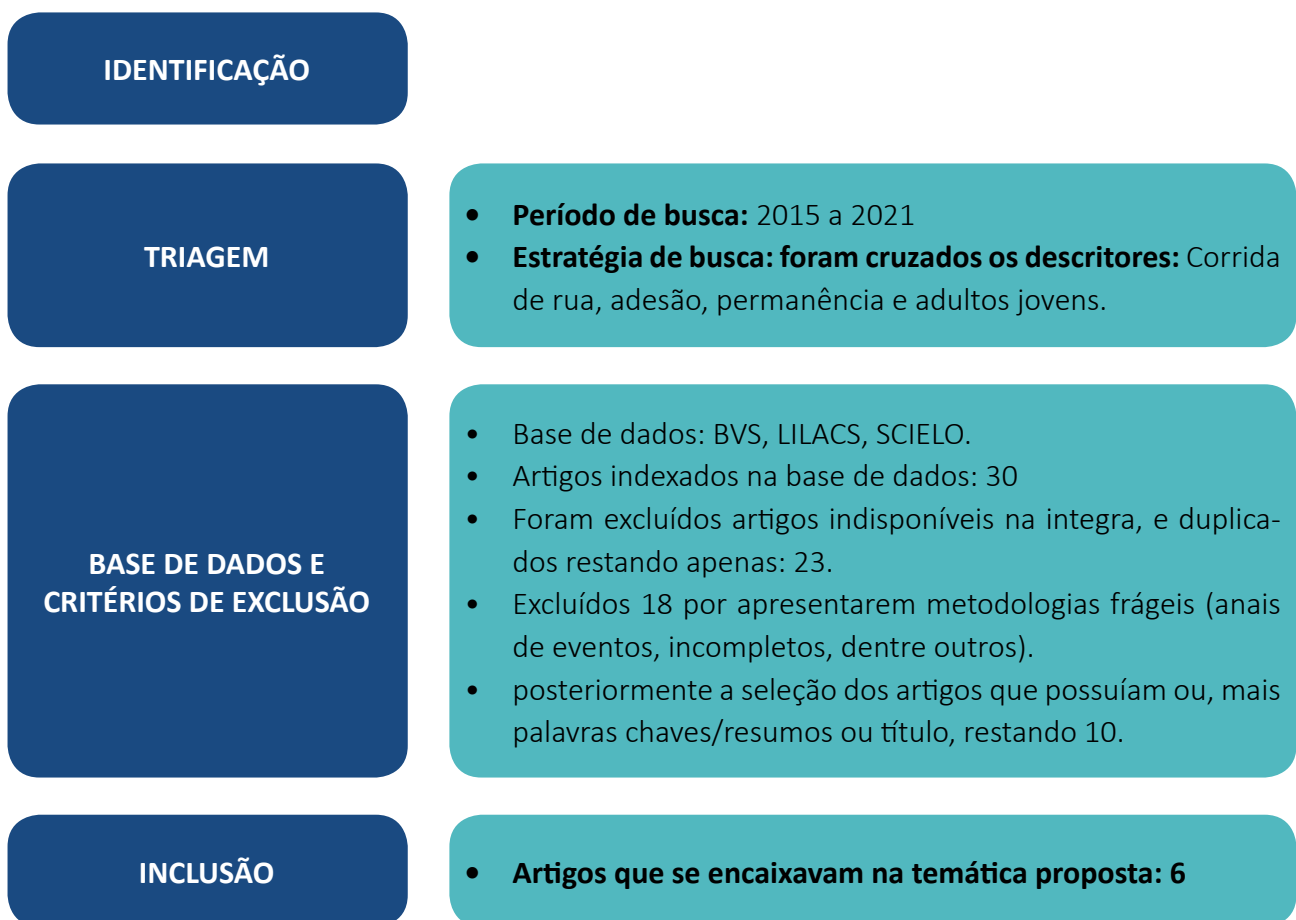
COLETA DE DADOS

A busca dos estudos aconteceu no período de agosto a novembro de 2021 a partir dos seguintes descritores: Corrida de rua, adesão, permanência e adultos jovens. As bases de dados eletrônicas utilizadas serão: Literatura Latino-americana e do caribe em ciências de saúde (LILACS) e Scientific Electronic Librere Online –(SCIELO).

Os critérios de inclusões estabelecidos serão artigos, publicados no idioma português, associados com o tema, terem sido redigidos na forma de artigos publicados no ano de 2015 a 2021, contendo artigos completos na base de dados.

Desta maneira, ao consultar a base de dados BVS, os cruzamentos dos descritores resultaram em 368 artigos no Lilacs, no SciELO com os mesmos descritores foram encontrados 65 artigos, dentre os artigos encontrados, foram selecionados 2 no lilacs, 4 na sci-elo e nos como está descrito na figura 1.

Figura 1: Fluxograma dos critérios de inclusão e exclusão dos estudos encontrados.



ID Fonte: Elaboração própria, 2021.

ANÁLISE DOS DADOS

Neste estudo serão utilizados dados devidamente analisados, após a leitura dos artigos e distribuição das bases de dados, dos artigos encontrados, dos excluídos e selecionados para análise final, sendo elaborada uma lista dos selecionados para análises, onde vão se encontrar os detalhes dos dados como nome dos autores, ano da publicação, base de dados, objetivo e as conclusões..

RESULTADOS

Quadro 01. Artigos selecionados para discussão da pesquisa apresentando o autor e ano de publicação, base de dados, objetivo alcançado, e os principais resultados.

AUTORES/ ANO	BASE DE DADOS	OBJETIVO DE ESTUDO	RESULTADOS
BALBINOTTI, et al. 2015.	Scielo	O objetivo desta pesquisa é testar se existem diferenças no perfil motivacional de dois grupos de corredores de rua, com diferentes tempos de prática: grupo Adesão (até um ano de prática) e grupo Permanência.	As dimensões encontradas como motivadoras são: saúde, prazer e Controle de Estresse, independente do tempo de prática, respectivamente. A conclusão principal é que essas são as dimensões que melhor representam os motivos de adesão e permanência à corrida de rua. As dimensões Sociabilidade e Competitividade são significativamente mais importantes para o grupo Permanência.
Rangel, Farias, 2016.	Scielo	Verificar a incidência de lesões em praticantes de corrida de rua do município de Criciúma, SC, assim como outros fatores associados, como perfil dos praticantes, características do treinamento e existência de acompanhamento profissional.	A orientação de profissionais não apresenta influência significativa na redução das lesões, ou seja, muitas lesões podem ser decorrentes de volumes e intensidade de treinos prescritos ou executados de maneira equivocada, não respeitando condicionamento físico atual e a individualidade biológica, na perspectiva de superar seus próprios limites de qualquer modo.
GRATÃO, ROCHA 2016.	Scielo	Comparar corredores que têm optado por correr com uma orientação profissional (corredores orientados) e aqueles que correm sem orientação (corredores autônomos) em suas motivações para correr e para participar de eventos de corrida de rua	No contexto atual os corredores orientados apresentaram maiores níveis em relação aos corredores autônomos nas suas motivações de competência e de interações sociais.

ALBUQUERQUE, 2018	LILACS	Objetivou-se identificar e compreender os motivos que levam os indivíduos a buscarem a prática da corrida de rua	Os motivos para a prática da corrida de rua foram classificados em: motivações intrínsecas e motivações extrínsecas, revelando a importância que esta atividade física possui socialmente, pois muitas vezes as pessoas são atraídas pelo sentimento de aceitação, o fazer parte de um grupo ou simplesmente estar correndo com alguém ao lado.
ROJO, 2019	SciELO	analisar como corredores de rua experientes compreendem o discurso da prática da corrida como busca pela saúde.	o discurso da saúde colaborou para o aumento no número de praticantes, fato que acarretou numa alteração do perfil dos corredores, além de que o principal elemento motivador dos participantes passou de uma vertente competitiva para uma busca de uma vida saudável. Conclui-se que o discurso está disseminado no pensamento dos corredores, ele é apresentado em alguns momentos com elementos positivos e em outros com negativos.
FONSECA, 2019.	LILACS	Analisar o perfil sociodemográfico, os motivos de adesão, a rotina de treinamento e acompanhamento profissional de corredores de rua.	Os resultados evidenciaram que a maioria dos praticantes de corrida de rua são do sexo masculino com faixa etária predominante entre 20 e 40 anos, elevado nível de escolaridade e que buscam essa atividade especialmente por motivos de saúde e prazer e consideram importante ou muito importante a supervisão profissional durante a prática. Os achados indicam que, em geral, os adeptos da corrida de rua optam pela prática devido a busca pela melhora da qualidade de vida e a socialização, bem como a redução do estresse.

DISCUSSÃO

Embora o estudo realizado neste trabalho, e as referências feitas pelos autores no mesmo, pode-se constatar a escassez de pesquisas dentro do recorte de tempo do estudo, que tratassem sobre os fatores que influenciam a adesão e permanência de adultos jovens na prática da corrida de rua. E isso pode ser constatado por muitas vezes a rotina do indivíduo na fase adulto jovem é cheia de compromissos e responsabilidades, o que acabava levando a maioria das vezes a não praticar um exercício físico logo, o sedentarismo ainda atinge um grande número de indivíduos nesta faixa etária e consequentemente se torna um problema de saúde pública devido às complicações de saúde causadas por esse estilo de vida.

Atualmente o sedentarismo é um dos causadores de doenças no mundo, ocorrendo em todas as faixas etárias, inclusive a dos 20 a 40 anos. A Organização Mundial da Saúde (OMS, 2020), considera a faixa etária citada acima respectivamente, adultos jovens. Geralmente é nessa faixa etária que ocorre a iniciação na prática da corrida de rua, acontecendo por vários interesses relacionados diretamente à sua adesão. Sendo esses interesses desde a promoção de saúde, a estética, a integração social, a fuga do estresse da vida moderna e a busca de atividades prazerosas ou competitivas. É fato que o exercício físico é fator de prevenção, e também auxílio no tratamento, de diversas doenças provenientes do sedentarismo (GRATÃO, 2016).

A corrida de rua é uma excelente opção para seu público praticante, pois além da praticidade, muitas das vezes só é preciso um bom par de tênis e os resultados podem ser percebidos em um curto prazo: diminuição e controle de estresse, percentual de gordura corporal, melhora da qualidade do sono, eficácia no controle do diabetes, dentre outros benéficos (FONSECA, 2019).

Como esporte a corrida de rua teve início e popularização na Inglaterra, ganhando destaque mundial em 1896, após a primeira Maratona Olímpica, logo, a mesma se difundiu em 1970, com a participação de grande massa da população, após a publicação do livro "Aerobics", escrito por Kenneth Cooper. Geralmente, o indivíduo entra com um determinado objetivo em uma determinada atividade física seja ela qual for, e conforme vai praticando e vivenciando, o seu interesse pode mudar. Como existem aqueles que iniciam a prática da corrida de rua por indicação médica tendo como objetivo a promoção de saúde e concluem tendo melhoras também no desempenho físico, e dessa forma permanecem na prática com o objetivo de buscar um melhor rendimento (ROJO, 2019).

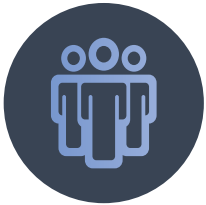
Mas apesar disso, a principal causa da iniciação e permanência na prática de uma atividade física se dá pela motivação, ter conhecimento dos motivos que levam o indivíduo a praticar o esporte, levam a maiores benefícios através da prática esportiva escolhida. A motivação pode ser classificada em dois tipos, intrínseca e extrínseca (BALBINOT-TI, 2015).

Uma vez que as motivações pessoais não são obtidas, trazem ao indivíduo um sentimento de fracasso, podendo influenciar na motivação e na probabilidade do sucesso do praticante. Logo, é possível observar que a maioria das dificuldades encontradas são relacionadas às características pessoais dos participantes/praticantes de corrida de rua, relacionando com as motivações intrínsecas (GRATÃO, 2016).

A aderência, pode ser entendida como ápice de uma evolução constante, rumo a prática do exercício físico compreendemos que a adesão a essa prática deve ser estimulada por variados motivos, entretanto raramente os adeptos conseguem aderir e incorporar efetivamente no seu cotidiano. Outro fator que marca a adesão significativa a essa prática historicamente, são as transformações médicas e farmacêuticas, que se destacaram pelo ritmo de doenças classificadas como "doenças não transmissíveis".

veis” ou “doenças de-generativas”, tais como hipertensão, diabetes ou cardiopatias, que seriam todas associadas aos hábitos e estilos de vida modernos, notadamente o sedentarismo e a alimentação industrializada (ALBUQUERQUE, 2018).

Diversos fatores dificultam a permanência e melhora do desempenho de seus praticantes, como a inexperiência, falta de orientação causando lesões ou sobre treinamento. Outro fator está na nutrição, já que a corrida de rua requer grande esforço físico, que induz ao organismo a um desgaste físico progressivo e a exposição ao estresse aos quais alguns praticantes podem não estar preparados para suportar. Reforçando os supracitados, autores ratificam que dentre as contribuições que a atividade traz para a saúde seja para melhorias das condições físicas do praticante a corrida de rua, tem se tornado um esporte atrativo, visto que se associam o grande número de competições, a premiações, dos mais variados valores, em dinheiro, bens e até patrocínio (RANGEL, FARIAS, 2016).



CONCLUSÃO

De uma maneira geral, os estudos trazem evidências que a adesão e permanência a corrida de rua se dar respectivamente, pela saúde, em seguida, estética, e o lazer, por fim pela competição. Os resultados obtidos, mostram que aderir um hábito de praticar atividade física regular, em específico a corrida de rua, pode e deve ser usufruída por qual-quer indivíduo, por se tratar de uma prática acessível a todos e simples. Tendo em vista o que foi apresentado na pesquisa, é lícito os vários benefícios que a corrida de rua pode trazer para seus praticantes, melhorias na qualidade de vida em vários fatores: físicos, fisiológicos, psicológicos e sociais.

Portanto, cabe aos profissionais de Educação Física procurar se instruírem afim de estabelecer uma variedade na sua prática educacional aliando a técnica a prática respeitando o desenvolvimento individual de cada aluno, sendo importante também que a corrida de rua seja orientada por um profissional de Educação Física, dando as devidas orientações a esses praticantes.

Conclui-se que essa revisão literária do tipo integrativa, é um tema importante e deve ser pesquisado amiudadamente, uma vez que a limitação em relação ao material literário publicado ocasiona a dificuldade para quem trabalha e pesquisa a corrida de rua.

REFERÊNCIAS

- ALBUQUERQUE DB, SILVA ML, MIRANDA YHB, FREITAS CMSM. Corrida de rua: uma análise qualitativa dos aspectos que motivam sua prática. R. bras. Ci. E Mov 2018;26(3):88-95.
- BALBINOTTI, M. A. A.; GONÇALVES, G. H. T.; KLERING, R.T.; IETHAEUPER, D.; BALBI-NOTTI, C.A.A. Perfis motivacionais de corredores de rua com diferentes tempos de prática. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, Florianópolis, SC, v. 37, n. 1, jan. 2015. ISSN 2179-3255. Disponível em: Acesso em: 06 abr. 2015.
- BRASIL. Vigitel Brasil 2013. Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.
- DA SILVA, Pâmela Norraila et al. Motivação para a prática da corrida de rua: diferença entre atletas de performance e atletas amadores. Caderno de Educação Física e Esporte, Marechal Cândido Rondon, v. 17, n. 2, p. 21-27, jul. 2019. ISSN 2318-5090. Disponível em: <<http://e-revista.unioeste.br/index.php/cadernoedfísica/article/view/21288/14977>>. Acesso em: 07 maio 2021. doi:<https://doi.org/10.36453/2318-5104.2019.v17.n2.p21>.
- DE BARROS, Mariana Bennaton. Adesão e permanência na prática da corrida de rua por atletas amadores de Pindamonhangaba/SP, 2016.
- GRATÃO AO, ROCHA CM. Dimensões da motivação para correr e para participar de eventos de corrida. R. bras. Ci. e Mov 2016;24(3):90-102
- HARTHER, A.C. Fatores de adesão e permanência em corridas de rua no município de Ijuí. Universidade Regional do Noroeste do estado do Rio Grande do Sul, fev. 2016.
- HINO, A. A. F. et al. Prevalência de lesões em corredores de rua e fatores associados. Rev Bras Med Esporte, Niterói, v. 15, n. 1, p. 36-39, fev. 2015. Disponível em: Acesso em: 4 maio de 2021.
- MACHADO, A. F. Corrida: bases científicas do treinamento. 1 ed. São Paulo: Ícone, 2011.
- MATTOS, Paulo de Carvalho. Tipos de revisão de literatura. Universidade de São Paulo - Instituto de Psicologia, Botucatu, 2015. Disponível em: [https://HYPERLINK \"http://www.fca.unesp.br/Home/Biblioteca/tipos-de-evisao-de-literatura.pdf\"www.fca.unesp.br/Home/Biblioteca/tipos-de-evisao-de-literatura.pdf](https://HYPERLINK \).HYPERLINK \"http://www.fca.unesp.br/Home/Biblioteca/tipos-de-evisao-de-literatura.pdf\" Acesso em 12 de março de 2021.
- PINTO, Samuel Gonsalves. Corrida de rua, esporte e qualidade de vida: um estudo bibliográfico. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 20, Nº 207, Agosto de 2015. <http://www.efdeportes.com>
- Rangel, Gabriel Mamoru Masuda e Farias, Joni Márcio de INCIDÊNCIA DE LESÕES EM PRATICANTES DE CORRIDA DE RUA NO MUNICÍPIO DE CRICIÚMA, BRASIL. Revista Brasileira de Medicina do Esporte [online]. 2016, v. 22, n. 06 [Acessado 19 Dezembro 2021] , pp. 496-500. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1517-869220162206128114>>. ISSN 1806-9940. <https://doi.org/10.1590/1517-869220162206128114>.

Rojo, Jeferson Roberto, Starepravo, Fernando Augusto e Silva, Marcelo Moraes e O dis-curso da saúde entre corredores: um estudo com participantes experientes da Prova Tira-dentes. Revista Brasileira de Ciências do Esporte [online]. 2019, v. 41, n. 1 [Acessado 19 Dezembro 2021] , pp. 66-72. Disponível em: <<https://doi.org/10.1016/j.rbce.2018.03.025>>. ISSN 2179-3255. <https://doi.org/10.1016/j.rbce.2018.03.025>

SALGADO, José Vitor Vieira. Análise do perfil de corredores de rua. 2016. 1 recurso onli-ne (89 p.). Tese (doutorado)- Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educa-ção Física, Campinas, SP. Disponível em: <<http://www.repositorio.unicamp.br/handle/REPOSIP/330394>>. Acesso em: 21 maio. 2021.

SANFELICE R, et al. Análise qualitativa dos fatores que levam à prática da corrida de rua. Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício, v.11, n.64. p.83-88, 2017.

Tobias, Cláudia de Sousa. Fatores motivacionais de adesão e permanência na prática de corrida de rua em mulheres de assessoria esportiva / Cláudia de Sousa Tobias.- João Pessoa, 2018.

TRUCCOLO, A., MADURO, P., FEIJÓ, E. Fatores motivacionais de adesão a grupos de corrida. Motriz. Revista de Educação Física. UNESP, Brasil, v.14, n. 2, p. 108-114, set. 2008. Disponível em: <http://www.periodicos.rc.biblioteca.unesp.br/index.php/motrizarticle/view/1162>. Acesso em: 21 maio de 2018