

UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO
CENTRO DE CIÊNCIAS SOCIAIS, SAÚDE E TECNOLOGIA
CURSO DE MEDICINA

CÍCERO EMERSON DE ARAÚJO SENA

**ANÁLISE DAS CONDIÇÕES CLÍNICAS, QUALIDADE DE VIDA E FATORES
MOTIVACIONAIS ENTRE PRATICANTES DE CORRIDA DE RUA**

IMPERATRIZ-MA
2019

CÍCERO EMERSON DE ARAÚJO SENA

**ANÁLISE DAS CONDIÇÕES CLÍNICAS, QUALIDADE DE VIDA E FATORES
MOTIVACIONAIS ENTRE PRATICANTES DE CORRIDA DE RUA**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Medicina da
Universidade Federal do Maranhão,
Campus Imperatriz, como parte dos
requisitos para a obtenção do título de
Bacharel em Medicina

Orientador: Prof^a Dr^a Rossana Vanessa Dantas de Almeida Marques

IMPERATRIZ-MA
2019

UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO
CENTRO DE CIÊNCIAS SOCIAIS, SAÚDE E TECNOLOGIA
CURSO DE MEDICINA

Candidato: Cícero Emerson De Araújo Sena

Título do TCC: ANÁLISE DAS CONDIÇÕES CLÍNICAS, QUALIDADE DE VIDA E FATORES MOTIVACIONAIS ENTRE PRATICANTES DE CORRIDA DE RUA

Orientador: Rossana Vanessa Dantas De Almeida Marques

A Banca Julgadora de trabalho de Defesa do Trabalho de Conclusão de Curso, em sessão pública realizada a/...../....., considerou

Aprovado

Reprovado

Examinador (a): Assinatura:

.....

Nome:

Instituição:

Examinador (a): Assinatura:

.....

Nome:

Instituição:

Presidente: Assinatura:

.....

Nome:

Instituição:

COMITÊ DE ÉTICA

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: ANÁLISE DAS CONDIÇÕES CLÍNICAS, QUALIDADE DE VIDA E FATORES MOTIVACIONAIS ENTRE PRATICANTES DE CORRIDA DE RUA.

Pesquisador: ROSSANA VANESSA DANTAS DE ALMEIDA MARQUES

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 04342518.2.0000.5087

Instituição Proponente: Universidade Federal do Maranhão

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 3.178.347

Apresentação do Projeto:

A corrida de rua, uma das práticas de atividades físicas mais populares da atualidade, não só pela sua força integrativa, mas também pela sua praticidade por bastar apenas um nível adequado de saúde e disposição para correr, é uma opção de exercício cada vez mais aderido e tem índice satisfatório na permanência pelas várias condições clínicas e sociais que essa atividade proporciona. O presente projeto de pesquisa tem como objetivo analisar as condições clínicas, a qualidade de vida e os fatores motivacionais entre praticantes de corrida de rua na cidade de Imperatriz/Maranhão, Brasil. Acredita-se que o trabalho é importante, uma vez que contribuirá com novos dados sobre o referido assunto na região, trazendo índices do perfil dos corredores de ruas que praticam essa modalidade em grupos específicos e aqueles corredores que não participam de grupos. Para tanto, 80 praticantes de ambos os sexos e maior de 18 anos que responderão ao formulário de caracterização para a identificação do perfil individual, depois serão mensurados duas variáveis clínicas: A pressão Arterial e o Índice de Massa Corporal – IMC. Para a avaliação da motivação dos corredores será aplicado o Inventário de Motivos para a Prática Regular de Atividades Físicas ou Esportivas - IMPRAFE-132, abordando seis dimensões associadas à motivação: Controle de Estresse, Saúde, Sociabilidade, Competitividade, Estética e Prazer (BALBINOTTI, 2009). Para a realização da

pesquisa de qualidade de vida, será usado o questionário WHOQOL – Bref (versão abreviada em português) que constará de 26 itens divididos em quatro domínios: físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente, com resposta seguindo a escala likert (FLECK et al, 2000). Espera-se saber identificar o perfil dos corredores de rua da cidade de Imperatriz

- MA quanto algumas variáveis clínicas descritas ao decorrer do escopo desse projeto, analisando também os principais fatores que motivam esses corredores para aderir a essa modalidade e o que os motivam a permanecer nessa prática esportiva. Por fim, espera-se avaliar o impacto dessa atividade na qualidade de vida desses corredores com o objetivo de obter dados que permitam estudos e projetos para desencadear ações voltadas à sociedade a fim da percepção sobre a importância da corrida de rua como medida de promoção à saúde, bem como de benefícios psicossociais.

Objetivo da Pesquisa:

Objetivo Primário:

O presente projeto de pesquisa tem como objetivo geral analisar as condições clínicas, a qualidade de vida e os fatores motivacionais entre praticantes de corrida de rua na cidade de Imperatriz/Maranhão, Brasil.

Objetivo Secundário:

Identificar as variáveis clínicas sobre Pressão Arterial e Índice de Massa Corpórea (IMC) dos praticantes de corrida de rua. Mensurar a qualidade de vida relacionada à prática desportiva.

Levantar os fatores motivacionais e estilos de vida impactados pela adesão à modalidade esportiva avaliada.

Relacionar as variáveis clínicas e os fatores motivacionais com a qualidade de vida, gênero e faixa etária.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos:

O Participante será elucidado quanto aos riscos e benefícios da pesquisa, na qual assinará um termo de consentimento livre e esclarecido, declarando está ciente de todos os procedimentos necessários para a realização da pesquisa. O risco inerente a participação nesta pesquisa é mínimo, porém pode haver ligeiro desconforto devido o tempo que terá para responder aos questionários e as medidas.

Benefícios:

O participante em estudo poderá em qualquer ocasião desistir da pesquisa, tendo seus dados resguardados de qualquer publicação ilegal. O participante que decidir se

submeter à pesquisa deverá assinar o termo de consentimento livre e esclarecido, declarando ser conhecedor dos riscos e benefícios que possam ocorrer. Os participantes serão beneficiados com o conhecimento de como está sua relação com o tema da pesquisa que poderá maximizar a sua permanência na atividade que está sendo pesquisada, além de posteriormente ter a possibilidade de uma pesquisa sobre corrida de rua na região.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

A pesquisa esta bem elaborada e com todos os elementos necessários ao seu pleno desenvolvimento.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Todos os termos de apresentação obrigatórios foram entregues e estão de acordo com a resolução 466/12 do CNS.

Recomendações:

Não existem recomendações.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Todas as pendências foram acatadas e corrigidas pela pesquisadora e estão de acordo com a resolução 466/12 do CNS.

Considerações Finais a critério do CEP:

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB INFORMACOES_BASICAS_DO_PROJETO_1176389.pdf	12/01/2019 13:27:48		Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	ProjetoTCC.pdf	12/01/2019 13:23:03	CICERO EMERSON DE ARAUJO SENA	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura	ProjetoTCC.doc	12/01/2019 13:22:2	CICERO EMERSON DE ARAUJO	Aceito

Investigador		4	SENA	
Declaração de Instituição e Infraestrutura	a.pdf	05/12/20 18 23:42:3 3	CICERO EMERSON DE ARAUJO SENA	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	termoLivreDeConsentimento.docx	05/12/20 18 23:33:1 1	CICERO EMERSON DE ARAUJO SENA	Aceito
Folha de Rosto	folhaderosto.pdf	17/09/20 18 18:51:4 8	CICERO EMERSON DE ARAUJO SENA	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

SAO LUIS, 28 de Fevereiro de 2019.

ASSINADO POR: FRANCISCO NAVARRO
(Coordenador(a))

**DECLARAÇÃO DE APROVAÇÃO OU ACEITE DO
COLEGIADO DO CURSO DE MEDICINA
IMPERATRIZ EM 2019**

Declara-se para os devidos fins que o projeto abaixo foi aprovado em reunião do colegiado:

CICERO EMERSON DE ARAÚJO SENA: TÍTULO DO PROJETO: ANÁLISE DAS CONDIÇÕES CLÍNICAS, QUALIDADE DE VIDA E FATORES MOTIVACIONAIS ENTRE PRATICANTES DE CORRIDA DE RUA.

Atenciosamente,



Professor Willian da Silva Lopes
Coordenador do Curso de Medicina
Universidade Federal do Maranhão Campus Imperatriz



AGRADECIMENTOS

Antes de tudo, sou grato ao meu Deus!

Ó Deus, quem eu poderia agradecer primeiramente senão a ti, colocando pessoas tão carinhosas em uma terra desconhecida para me ajudar. Sei que a famosa Dona Maria na verdade é um anjo enviado pelo Senhor. Sim, essa eu sei que não esquecerei jamais. Na verdade, nem mesmo em todos os livros do mundo poderiam conter os contos de bondade que ela fez por mim.

Jamais seria possível essa vitória sem a dedicação de meu pai e minha mãe de sempre batalhar para que eu e meus irmãos tivéssemos uma educação de qualidade. Aos meus pais, todo o meu amor e todo o meu agradecimento.

Aos meus irmãos, Everton e Vanessa, ainda que distantes, sempre estão ao meu lado, lutando junto comigo para a realização da minha formação.

Agradeço aos meus avós, tios e primos, pelas orações, e torcida. Especialmente, ao meu avô, José Duarte Sena (*in memoriam*), pois a ajuda dele me fez chegar até aqui, e a minha avó Creuza pereira (*in memoriam*), por cada vela acesa com a convicção que eu iria realizar o meu sonho.

Não posso deixar de agradecer a minha namorada Camila, pelo companheirismo nesse tempo em que estamos juntos, mesmo que muitas vezes por telefone, e pela compreensão com os momentos em que permaneço distante. Amo-te.

As amizades que conquistei nessa trajetória, amigos do cursinho e aos amigos dessa cidade de conflito entre “amor e ódio”. São tantos que tenho receio de mencionar nomes e esquecer alguém, mas cada um sabe a importância que teve ao longo desse percurso.

Ao quarteto do Ceará: Emanuel, Everton, Mayke e Rodrigo. Vocês são os melhores.

Ao casal mais legal que já convivi, Augusto e Rafael. Ajudaram sempre em tempos de puro estresse. Para mim, a união entre vocês é o exemplo de companheirismo entre duas pessoas.

Falta o desajeitado do Pedro. Contudo, como a gente sempre falou: “Aqui não tem disse me disse”. Deixarei as histórias e o tempo falar do que se trata a nossa amizade.

Por fim, agradeço aos professores pelos incentivos e por todos os conhecimentos compartilhados durante esses anos. A minha orientadora, Professora Dra. Rossana Vasques, que nunca negou uma ajuda para a conclusão desse trabalho. Sou grato não só aos professores, mas também a toda turma T4, em especial ao meu subgrupo G2.

Obrigado!

LISTA DE ABREVIATURAS, SIGLAS

CAAE- Certificado de Apresentação para Apreciação Ética

DV- Desvio Padrão

QV- Qualidade de Vida

IMC- Índice de Massa Corporal

SPSS- Software Statistical Package for the Social Sciences

RESUMO

Objetivo: O objetivo do presente estudo foi analisar as condições clínicas, a qualidade de vida e os fatores motivacionais entre praticantes de corrida de rua na cidade de Imperatriz/Maranhão, Brasil. **Metodologia:** Trata-se de um estudo transversal, descritivo e exploratório, com abordagem quantitativa, realizado na cidade de Imperatriz. A coleta de dados ocorreu através de três instrumentos. Para análise dos dados utilizou-se o *software Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS). **Resultados:** Os participantes do presente estudo possuíam idade entre 18 e 62 anos, com média de 36,71 anos. Média das variáveis clínica: pressão sistólica 126,1 mmHg; pressão diastólica 82,1 mmHg; peso 69,7 kg; altura 1,70 m. A maior parte dos corredores de rua realizam a corrida de rua por 4 a 5 dias (41,3%), com duração média de 30 a 45 minutos (48,8%), realizando essa atividade há pelo menos 2 anos (41,9%). Dimensões motivacionais e gêneros, mulheres com maior valor médio para a dimensão saúde (68,7) e para os homens para o prazer (73,4). As dimensões sociabilidade e competitividade, com maiores valores de diferença significativa para os que integram grupos de corrida. Dimensões motivacionais e a quantidade de dias em que os participantes da pesquisa correm, mostrou associação estatisticamente significativa em controle de stress, saúde, estética e prazer. **Conclusão:** Mostrou que as condições clínicas estavam, em sua maioria, com valores médios. Os indivíduos que correm de 4 a 5 dias apresentaram uma melhor qualidade de vida. As dimensões prazer e saúde foram as que mais impactaram nas respostas dos corredores.

Palavras-chave: Corrida de rua. Motivação. Qualidade de vida.

ABSTRACT

Objective: The objective of this study was to analyze the clinical conditions, quality of life and motivational factors among street joggers in the city of Imperatriz / Maranhão, Brazil. **Methodology:** This is a transversal, descriptive and exploratory study, with a quantitative approach, carried out in the city of Imperatriz. Data collection took place through three instruments. Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) software was used to analyze the data. **Results:** The participants of the present study were aged between 18 and 62 years, with a mean of 36.71 years. Clinical variables mean: systolic pressure 126.1 mmHg; diastolic pressure 82.1 mmHg; weight 69.7 kg; height 1.70 m. Most of the street corridors perform the street race for 4 to 5 days (41.3%), with an average duration of 30 to 45 minutes (48.8%), performing this activity for at least 2 years (41, 9%). Motivational dimensions and genders, women with higher mean value for the health dimension (68.7) and for men for pleasure (73.4). The dimensions sociability and competitiveness, with higher values of significant difference for those that integrate race groups. Motivational

dimensions and the number of days in which the participants of the study run, showed a statistically significant association in stress, health, aesthetic and pleasure control. Conclusion: It showed that the clinical conditions were, for the most part, with mean values. Individuals who are 4 to 5 days old have a better quality of life. The dimensions of pleasure and health were the ones that most impacted the responses of the runners.

Keywords: Street Racing. Motivation. Quality of life.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	155
METODOLOGIA.....	17
RESULTADOS	18
DISCUSSÃO	23
CONCLUSÃO.....	27
REFERÊNCIAS	28
NORMAS DA REVISTA	30

INTRODUÇÃO

Partindo do conceito vigente de saúde, que ignora a simples ausência de doença e valoriza os determinantes físico, social e mental, tem se posicionado em patamar de destaque a atividade física por impactar positivamente nos domínios da qualidade e satisfação com a vida. Dessa forma, a satisfação é um fenômeno complexo e difícil de definir ou analisar, pois diz respeito a um estado subjetivo e relaciona-se com a experiência de vida em relação às várias condições da existência do indivíduo (LUCAS et al, 2018).

Dessa forma, compreende-se que os hábitos de vida dos seres humanos tiveram uma considerável transformação nas últimas décadas, especialmente quanto à prática de atividade física. Na antiguidade, o ser humano percorria em média 20 a 40 km diários em busca da própria sobrevivência e, atualmente, estima-se que durante o dia nas atividades urbanas rotineiras, um adulto caminha por volta de 2 km (MEISSNER et al, 2017).

Diante desse cenário, várias são as patologias que têm acometido a população cujo agravamento ocorre devido ao estilo de vida e ao sedentarismo, tornando-os vítimas de várias complicações biológicas e sociais, prejudicando a qualidade de vida das pessoas. A inatividade de exercício físico tem sido analisada como elemento chave de risco para doenças metabólicas e psíquicas (FREIRE et al, 2014).

Diante disso, a corrida é uma modalidade muito utilizada para o controle de doenças cardiovasculares como hipertensão arterial, diabetes mellitus, obesidade e dislipidemias, entre outras, e tem sido bastante indicada, pois promove um aumento do fluxo sanguíneo no coração e nos músculos, bem como o consumo de oxigênio, gasto energético aumentado, perda de gorduras, principalmente gorduras localizadas favorecendo uma vida sem sedentarismo (CARDOSO; PEREIRA; SANTOS, 2018).

Portanto, buscar qualidade de vida é mais do que ter uma boa saúde física ou mental. É estar de bem com você mesmo, com a vida, com as pessoas queridas, enfim, estar em equilíbrio e isso pressupõe vários aspectos, tais como hábitos saudáveis, cuidados com o corpo, atenção para a qualidade

dos seus relacionamentos, balanço entre vida pessoal e profissional, tempo para lazer e saúde espiritual (IMAGAWA; MARTHA; FERREIRA, 2018).

Por outro lado, é notável que há uma busca crescente pela prática esportiva que proporcione uma motivação para fugir não só do sedentarismo, mas também da fuga do estresse e da rotina diária, além da busca da simples necessidade do ser humano de se relacionar com outras pessoas (ANDRADE; PINTO; ANDRADE, 2008).

Entre as atividades físicas mais praticadas no mundo, a corrida de rua destaca-se por sua ascendência e vem crescendo alarmantemente nos últimos anos no Brasil. Houve um aumento de 218%, nos últimos dez anos, no número de praticantes de corrida de rua e esse aumento é importante, pois dados epidemiológicos apontam que boa parte da população brasileira pode ser considerada insuficientemente ativa, fato que está atrelado a altos índices de obesidade e pode estar relacionado a 10% das mortes que ocorrem a cada ano (DE OLIVEIRA et al, 2012; RIOS et al, 2017; GONÇALVES et al, 2017).

Neste contexto, a corrida de rua é considerada uma das práticas de atividade física mais populares da atualidade, uma vez que não é necessário recurso material amplo para sua prática, tão pouco aptidão para se iniciar essa modalidade. Dados nacionais estimam que 6,5% da população brasileira praticam atividade física, totalizando cerca de 9,5 milhões de pessoas, reforçando que esta é uma opção de exercício com adesão e índice satisfatório na permanência pelas várias condições clínicas e sociais que proporciona. Albuquerque et al (2018) afirmam que inúmeros e diversos podem ser os motivos que geram a busca pela corrida de rua, os quais permeiam as duas vertentes, a motivação intrínseca e a motivação extrínseca. Estudos notificaram alguns dos principais motivos para adesão à corrida de rua, os quais definiram como: saúde, prazer e controle do estresse (BRASIL 2015).

O desenvolvimento da corrida de rua foi oportunizado pela ampliação de provas, acréscimo nas inscrições em eventos esportivos e aumento de adeptos para a simples prática dessa modalidade, seja por competidores atletas ou não atletas, denominados amadores, com finalidades que conciliam o desporto com a saúde e a qualidade de vida dos praticantes aderidos nessa atividade (ROJO, 2017).

Diante desta assertiva, o presente trabalho teve como objetivo analisar as condições clínicas, a qualidade de vida e os fatores motivacionais entre praticantes de corrida de rua na cidade de Imperatriz/Maranhão, Brasil.

METODOLOGIA

A presente pesquisa trata-se de um estudo transversal, descritivo e exploratório, com abordagem quantitativa, apreciado e aprovado pelo comitê de ética em pesquisa da Universidade Federal do Maranhão (CAAE 04342518.2.0000.5087). A população foi composta por corredores de rua residentes no município de Imperatriz/Maranhão, Brasil, e a amostragem ocorreu por conveniência, selecionado oitenta corredores (41=masculino; 39=feminino) que estavam em espaços públicos para a prática esportiva.

Os critérios de elegibilidade foram possuir pelo menos 18 anos de idade, praticar a corrida de rua de forma amadora (não atletas), residir na cidade de Imperatriz e praticar a corrida de rua há pelo menos seis meses.

Para a coleta dos dados foram utilizados três instrumentos. O primeiro foi um formulário estruturado, destinado a caracterizar o perfil dos corredores e os hábitos da prática de corrida de rua. Itens como idade, sexo, profissão, grau de escolaridade, número de treinos por semana e duração média semanal, tempo de prática de corrida, participação em grupo de corrida (inclusive por redes sociais), são exemplos de questões deste formulário. Adicionalmente, foram incluídas variáveis clínicas tais como, pressão arterial; peso; altura e índice de massa corpórea.

O segundo instrumento de pesquisa aferiu a motivação e tratou-se de questionário validado denominado “Inventário de motivos para a prática regular de atividades físicas ou esportivas; IMPRAFE-132” que aborda seis dimensões associadas à motivação para a prática regular de atividade física ou esportiva, sendo essas: controle de estresse, saúde, sociabilidade, competitividade, estética e prazer, totalizando 132 itens agrupados em 22 blocos de seis a seis para cada dimensão. Para aferir a qualidade de vida utilizou-se o questionário validado WHOQOL – Bref em sua versão abreviada para língua

portuguesa, que consta de 26 itens divididos nos domínios físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente.

Para ambos os questionários validados, as respostas foram emitidas em escala bidirecional do tipo likert, graduada em cinco pontos, partindo de “isto me motiva pouquíssimo” (1 ponto) até “isto me motiva muitíssimo” (5 pontos).

Para análise dos dados utilizou-se o *software Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), efetuando comparações através dos Testes U de Mann-Whitney e Kruskal-Wallis, seguido de teste *post-hoc* de Dunn, com nível de confiança de 95% e a significância ao nível de 5%.

RESULTADOS

Os participantes do presente estudo possuíam idade entre 18 e 62 anos, com média de 36,71 anos. As informações relativas a caracterização sociodemográfica, hábitos e condições clínicas encontram-se detalhadas na tabela 1. Verificou-se que a maior parte dos praticantes de corrida possuíam ensino médio completo, etnia branca, estado civil solteiro, renda mensal de quatro a seis salários mínimos, não tabagistas e não etilistas. As variáveis clínicas apontaram os seguintes valores médios: pressão sistólica 126,1 mmHg; pressão diastólica 82,1 mmHg; peso 69,7 kg; altura 1,70 m.

Tabela 1. Caracterização sociodemográfica dos corredores de rua de Imperatriz/Maranhão, Brasil.

VARIÁVEIS	n	%
Gênero		
Masculino	41	51,2
Feminino	39	48,8
Faixa etária		
18 a 34 anos	31	38,7
35 a 44 anos	27	33,8
45 a 62 anos	22	27,5
Escolaridade		
Ensino fundamental	10	12,6
Ensino médio	37	46,3
Ensino superior	22	27,4
Pós-graduação, mestrado ou doutorado	11	13,7
Etnia		

Branca	33	41,3
Parda	28	35,0
Preta	15	18,7
Amarela	4	5,0
Estado Civil		
Solteiro	36	45,0
Casado	30	37,5
Viúvo	6	7,5
Separação legal	8	10,0
Renda mensal		
Menos de um salário mínimo	2	2,5
1 a 3 salários mínimos	32	40,0
4 a 6 salários mínimos	34	42,5
7 a 9 salários mínimos	8	10,0
10 ou mais salários mínimos	4	5,0
Fuma		
Não	67	83,7
Sim	13	16,3
Ingestão de bebida alcoólica		
Não	48	60,0
Sim	32	40,0
Classificação Pressão Arterial		
Normal	35	43,8
Pré-hipertensão	35	43,8
Hipertensão estágio 1	10	12,4
Classificação IMC		
Abaixo do peso	2	2,5
Normal	52	65,0
Sobrepeso	26	32,5

O detalhamento da prática esportiva está descrito na tabela 2, em valores absolutos e relativos, cujo perfil da maior parte dos corredores de rua caracteriza-se por realizar a corrida de rua por 4 a 5 dias (41,3%), com duração média de 30 a 45 minutos (48,8%), realizando essa atividade há pelo menos 2 anos (41,9%), com os objetivos de sentir-se melhor (20,6%), melhorar a condição muscular (18,1%) e cardiovascular (14,3%).

Tabela 2. Caracterização das práticas desportivas dos corredores de rua do Município de Imperatriz, MA, Brasil, 2018.

Variáveis	n	%
Quantos dias você corre por semana?		
1 a 2 dias	18	22,5

3 dias	29	36,3
4 a 5 dias	33	41,3
Qual a duração média treino por corrida?		
Menos de 30 minutos	5	6,3
De 30 até 45 minutos	39	48,8
Mais de 45 minutos até 1 hora	26	32,5
Mais de 1 hora	10	12,5
Duração da atividade aeróbicas ou anaeróbicas por semana		
91-150 minutos/semana	25	61,0
Mais de 150 minutos/semana	16	39,0
O que influenciou você a participar deste tipo de evento?		
Performance/concorrer com outras pessoas	10	12,5
Estar com o grupo que participo	8	10,0
Atingir metas individuais	11	13,8
Manter a saúde	4	5,0
Não informado	47	58,8
Há quanto tempo você está participando do grupo?		
Menos de 1 ano	4	12,9
De 1 a 2 anos	13	41,9
De 3 a 4 anos	9	29,0
5 anos ou mais	5	16,1
Quais são os seus objetivos para aderir a essa modalidade?		
Manutenção do peso	34	12,3
Melhorar a condição muscular	50	18,1
Competição	19	6,9
Melhorar a condição cardiovascular	40	14,3
Reduzir dores musculares	13	4,7
Reduzir o stress	31	11,2
Melhorar aspectos nutricionais	9	3,2
Sentir-se melhor	57	20,6
Diminuir colesterol	24	8,7

Em análise comparativa das dimensões motivacionais relacionada aos gêneros, notou-se para as mulheres maior valor médio para a dimensão saúde (68,7) e para os homens a dimensão prazer (73,4). Nesta comparação, a análise estatística inferencial apontou significância estatística somente para a dimensão motivacional prazer ($p=0,001$), conforme detalhamento da tabela 3.

Tabela 3. Valores médios, desvio padrão e p-Valor das dimensões motivacionais conforme o gênero em corredores de rua do município de Imperatriz/Maranhão, Brasil, 2018.

Dimensões Motivacionais	Gênero	Média	DP	p-Valor*
Controle de Stress	Masculino	44,7	23,9	0,677
	Feminino	40,1	18,9	
Saúde	Masculino	65,5	21,4	0,419
	Feminino	68,7	20,1	
Sociabilidade	Masculino	41,5	20,0	0,386
	Feminino	50,3	27,7	
Competitividade	Masculino	28,7	15,4	0,777
	Feminino	31,6	20,1	
Estética	Masculino	46,0	18,8	0,113
	Feminino	52,6	18,8	
Prazer	Masculino	73,4	10,4	0,001
	Feminino	62,3	15,2	

*Teste U de Mann-Whitney
DP = Desvio padrão

As dimensões motivacionais também foram analisadas comparativamente a participação em grupos de corrida (tabela 4) e a quantidade de dias que corre (tabela 5). Os resultados apontaram diferenças estatisticamente significante para as dimensões sociabilidade ($p=0,001$) e competitividade ($p=0,0001$) relacionada a participação em grupos de corrida, com maiores valores médios para aquele que integram grupos de corrida. Já a comparação entre as dimensões motivacionais e a quantidade de dias em que os participantes da pesquisa correm, mostrou associação estatisticamente significativa em controle de stress ($p=0,001$), saúde ($p=0,0001$), estética ($p=0,014$) e prazer ($p=0,023$).

Tabela 4. Valores médios, desvio padrão (DP) e p-Valor das dimensões motivacionais, conforme a participação em grupos de corrida entre os corredores de rua do município de Imperatriz/Maranhão, Brasil, 2018.

Dimensões Motivacionais	Grupo de Corrida	Média	DP	p-Valor*
Controle de Stress	Não	42,4	20,7	0,860
	Sim	42,5	23,4	
Saúde	Não	70,5	19,6	0,089
	Sim	61,6	21,5	
Sociabilidade	Não	36,8	15,0	0,001
	Sim	60,0	29,3	
Competitividade	Não	23,4	4,9	0,0001

	Sim	40,7	24,5	
Estética	Não	48,9	18,4	0,854
	Sim	49,7	20,2	
Prazer	Não	69,9	14,1	0,201
	Sim	64,9	13,6	

*Teste U de Mann-Whitney

DP = Desvio padrão

Tabela 5. Valores médios, desvio padrão (DP) e p-Valor das dimensões motivacionais, conforme a quantidade de dias que corre por semana entre os corredores de rua do município de Imperatriz/Maranhão, Brasil, 2018.

Dimensões Motivacionais	Quantos dias corre	Média	DP	p-Valor*
Controle de Stress	1 a 2 dias	45,4	22,2	0,001
	3 dias	31,8	15,6	
	4 a 5 dias	50,2	22,7	
Saúde	1 a 2 dias	81,3	14,1	0,0001
	3 dias	54,9	14,8	
	4 a 5 dias	70,0	22,4	
Sociabilidade	1 a 2 dias	45,5	25,2	0,523
	3 dias	47,1	20,4	
	4 a 5 dias	44,8	27,4	
Competitividade	1 a 2 dias	22,0	0,0	0,052
	3 dias	33,8	21,6	
	4 a 5 dias	31,3	17,8	
Estética	1 a 2 dias	59,3	13,4	0,014
	3 dias	47,7	16,9	
	4 a 5 dias	45,1	21,6	
Prazer	1 a 2 dias	63,2	13,4	0,023
	3 dias	73,0	15,8	
	4 a 5 dias	66,2	11,5	

*Teste Kruskal-Wallis seguido de teste *post-hoc* de Dunn.

DP = Desvio padrão

Também foi mensurada a variável qualidade de vida dos participantes, e analisado a associação com as variáveis, sexo, idade, índice de massa corporal (IMC), quantidade de dias que corre por semana e a participação em grupos de corrida. Não houve diferença estatisticamente significativa no cruzamento das variáveis sexo, idade e IMC. Verificou-se melhor qualidade de vida para os corredores que realizam essa atividade mais de 3 dias por semana ($p=0,0001$) e que participam de grupos de corrida ($p=0,009$).

Tabela 6. Cruzamento das variáveis sexo, idade, IMC, dias que corre e grupos de corrida com qualidade de vida (QV) de corredores de rua do município de Imperatriz, MA, Brasil.

Variáveis	Categorias	n	%	Média QV	DP QV	p-Valor
Sexo	Masculino	41	51,3	3,4	0,6	0,928
	Feminino	39	48,7	3,4	0,7	
Idade	18 a 34 anos	31	38,7	3,5	0,7	0,077
	35 a 44 anos	27	33,7	3,3	0,4	
	45 a 62 anos	22	27,6	3,5	0,7	
IMC	Baixo	2	2,5	3,0	0,0	0,352
	Normal	52	65,0	3,4	0,6	
Quantos dias corre	Sobrepeso	26	32,5	3,5	0,7	0,0001 ^a
	1 a 2 dias	18	22,5	3,1	0,6	
	3 dias	29	36,2	3,2	0,6	
Grupo de corrida	4 a 5 dias	33	41,3	3,8	0,4	0,009 ^b
	Não	49	61,2	3,3	0,6	
	Sim	31	38,8	3,6	0,6	

^a Teste Kruskal-Wallis seguido de teste *post-hoc* de Dunn.

^b Teste U de Mann-Whitney

DP = Desvio padrão

QV = Qualidade de vida

DISCUSSÃO

Além do incremento no número de praticantes, a corrida de rua tem sido amplamente estudada como um modelo de exercício aeróbio, frente aos benefícios cardiovasculares, metabólicos e psicossociais promovidos pela prática regular. Dessa forma, a corrida de rua é mais do que um exercício físico, tornou-se também um meio de inclusão social, pois além do bem-estar físico, as pessoas buscam na corrida de rua a qualidade de vida e o prazer de realizar um exercício físico desfrutando da natureza e das belas paisagens ao seu redor sem se prender as tradicionais pistas de corrida, e tal prática é feita pelos mais diversos públicos (SOUZA et al, 2017).

No que diz respeito ao público analisado, o perfil sociodemográfico dos praticantes de corrida, a variável gênero demonstrou distribuição equilibrada entre homens (51,2%) e mulheres (48,8%) e está de acordo com Cardoso, Ferreira e Santos (2018) e Scheer, Conde e Pastore (2015) que obtiveram para o gênero masculino valores de 56% e 55,3%, respectivamente. Por outro lado,

Lima e Durigan (2018) afirmam que atualmente, vem ocorrendo um aumento gradativo da participação de mulheres em corridas de rua, o que tem levado o surgimento de corridas exclusivas para o público feminino.

A faixa etária dos corredores foram predominantemente constituída por adultos jovens, representada pelo intervalo de 18 e 34 anos, com 38,7%, à semelhança do resultado encontrado por Scheer, Conde e Pastore (2015), que encontraram em sua pesquisa uma média de idade de 33,5 anos e a mínima de 19 anos.

Os resultados obtidos quanto ao nível de instrução denotam que a maioria possuía um bom nível de escolaridade (40,1%), representado pelo ensino superior ou pós graduação. Sendo assim, nota-se que uma pequena quantidade de participantes possui baixo nível de escolaridade (6,3%). Tais resultados se assemelham ao estudo de Bernardes, Lucia e Faria (2016), que 30% dos participantes possuíam ensino superior completo, a metade dos indivíduos (50%) estava cursando ensino superior e uma minoria ensino médio completo (16,6%) e ensino fundamental completo (3,34%). Em relação a renda, 42,5% afirmaram ter de quatro a seis salários mínimos, o que divergiu do estudo de Cardoso, Ferreira e Santos (2018), onde foi verificado que a maioria dos entrevistados apresentaram renda entre cinco e dez salários mínimos (28%).

Quanto ao estado nutricional, 65,0% foram classificados dentro do padrão de normalidade, porém no estudo de Lima e Durigan (2018) em relação ao IMC chama atenção para o gênero masculino, onde 52,4% classificados com sobrepeso, contra 59,5% das mulheres com o peso normal. Os hábitos de vida levantados no estudo em questão mostraram que 40,0% dos participantes ingerem bebida alcoólica e 83,7% nega tabagismo, cujos percentuais foram inferiores aos achados de Lima e Durigan (2018), em que 61,9% ingerem álcool e 95,2% negam tabagismo. Sobre a quantidade de dias para a corrida, o presente estudo mostrou que os participantes apresentam um n correm 4 a 5 dias até três vezes por semana por semana, o que se divergiu ao de Alves et al (2018), em que a maioria dos corredores (88,3%) relataram treinar três vezes por semana.

Sobre a participação em grupos de corrida, Franco (2010) ressalta em seu estudo que a socialização, é sem dúvidas o principal fator para o grande

aumento de pessoas associadas a corridas de rua. Em relação às dimensões motivacionais Ribeiro et al (2014), em seu estudo realizado em Porto Alegre demonstram que os fatores que causam motivação em corredores de rua para a prática de exercícios seguem a seguinte ordem: 1 - prazer; 2 - saúde; 3 - controle de estresse; 4 - estética; 5 - sensibilidade e 6 - competitividade. O presente estudo pode comprovar que o prazer e a saúde são dimensões consideradas mais expressivas para a prática de corredores de rua, assim como a competitividade foi a dimensão que exerce menor influência, convergindo com os resultados da análise das médias da população geral estudada e mencionada.

No trabalho em questão, a dimensão prazer foi a que obteve maior significância, dessa forma Ribeiro (2014) afirma que tal resultado evidencia que a população que respondeu a pesquisa é motivada intrinsecamente e é mais auto determinada no treinamento, pois esses indivíduos executam um comportamento de modo voluntário, sem necessitar de significações materiais. Albuquerque et al (2018) afirmam que essa prática causa uma maior socialização dos envolvidos, especialmente quando praticada em grupos, proporcionando melhorias no âmbito psicológico, tais como sentimento de prazer, sensação de bem-estar, realização própria, controle do estresse, superação de limites e socialização.

A segunda dimensão mais expressiva com a média significativa no estudo em questão foi a saúde, porém alguns estudos mostram que essa dimensão é a melhor classificada (RIBEIRO, 2014). No estudo de Tomazoni (2012), a dimensão saúde apresentou maior média geral. Ribeiro (2014) ressalta que em outros esportes a preocupação com a saúde também é destaque. Dentro desse cenário, Albuquerque et al (2018) relatam que a adesão à prática de atividade física pode ser o pontapé inicial deste processo, objetivando a prevenção dessas doenças e a mudança de hábitos, sendo primordial que o indivíduo inicie em uma atividade que gere prazer para ele, fazendo-o manter uma regularidade, proporcionando os benefícios físicos, sociais e psíquicos que a atividade física pode oferecer. A melhora da saúde é vinculada com a busca da aptidão física por parte dos jovens e aumento da expectativa de vida por parte dos sujeitos de meia idade.

Outra dimensão expressiva, no sexo masculino foi a dimensão estresse, enquanto no sexo feminino foi a dimensão saúde, fato que divergiu da literatura, uma vez que de acordo com de Andrade (2010) a dimensão estresse foi a mais expressiva, pois sabe-se que uma alternativa para se fugir do estresse é através da prática de exercícios físicos. Muitos estudos apontam que a prática de exercícios físicos é eficaz na redução do estresse em populações com diversas características (BALBINOTTI et al, 2015).

Sobre a competitividade, apesar de apresentar a menor média geral, merece um destaque especial pela diferença significativa apresentada quando feita a comparação entre os grupos. O ato de comparar o rendimento com outras pessoas, ou consigo mesmo, pode levar os indivíduos a se manterem em atividade (BALBINOTTI et al, 2007), e conseqüentemente se tornarem mais saudáveis pelo propósito da competição.

Quanto ao tempo de prática Lima et al (2007) relata em sua pesquisa composta de 43 corredores amadores, na cidade do Rio de Janeiro, que os mesmos treinavam em média de 1-2 anos (30,2%). Ainda Purim et al (2014) relataram que dos 220 praticantes de corrida avaliados, em Curitiba-PR, 29,5% destes praticavam a modalidade de 1-3 anos, 40% há 4-9 anos e 19,6% há mais de 10 anos. Resultados que corroboram com os achados da presente pesquisa em que 41,9% correm de 1 a 2 anos e 29,0% de 3 a 4 anos.

Assim como nas demais variáveis, as dimensões com significância foram controle de estresse, saúde, estética e prazer, quando associadas à quantidade de dias na semana em que há a prática esportiva da corrida de rua (Tabela 5). Dessa forma, um estudo avaliou que fatores como saúde, autoestima e realizar exercícios ao ar livre são os principais motivos apontados como extremamente importantes para a adesão na corrida de rua (TRUCCOLO, MADURO, FEIJÓ, 2008).

No tocante à qualidade de vida, entende-se que qualidade de vida (QV) pode ser conceituada um constructo que difere de pessoa para pessoa e tende a mudar ao longo da vida. São múltiplos os fatores que determinam a QV das pessoas ou comunidades. De forma ampla, as combinações desses fatores podem moldar e diferenciar o dia a dia das pessoas. Em geral, associam-se QV aos parâmetros socioambientais e individuais. Os parâmetros socioambientais referem-se à moradia, ao transporte, à segurança, à assistência médica, às

condições de trabalho e à remuneração, à educação, às opções de lazer, ao meio ambiente e à cultura. Os parâmetros individuais estão ligados à hereditariedade, ao estilo de vida, aos hábitos alimentares, ao controle de estresse, à atividade física habitual, aos relacionamentos e ao comportamento preventivo (NAHAS, 2013).

Dessa forma, Leite et al (2016) afirmam que entre os vários tipos de exercício físico, a corrida de rua vem atraindo cada vez mais adeptos e se tornando uma modalidade esportiva popular principalmente porque promove bem-estar geral e melhora a QV.

No estudo em questão, obteve-se maior significância nas variáveis quantos dias que corre ($p < 0,0001$) e grupos de corrida ($p = 0,009$), quando analisados a qualidade de vida, constatou-se que os participantes que correm de 4 a 5 dias, apresentaram uma melhor média para a qualidade de vida (41,3%). Dessa forma, percebe-se que a adesão à corrida de rua de forma frequente desencadeia em uma melhor qualidade de vida, uma vez que um grande número de evidências científicas tem mostrado que o hábito de prática de atividade física se constitui não apenas como instrumentos voltados à promoção da saúde, mas também na reabilitação de determinadas patologias, que atualmente contribuem para a diminuição da morbidade e mortalidade.

CONCLUSÃO

O estudo mostrou que os corredores de rua estão com média de 36,71 anos de idade. Apresentam as variáveis clínicas: pressão arterial, índice de massa corpórea, em sua maioria, dentro dos valores médios. Sobre a qualidade de vida, constatou-se que as pessoas que correm de 4 a 5 dias apresentaram uma melhor qualidade de vida. Quanto aos fatores motivacionais, as evidências apontaram que as dimensões prazer e saúde foram as que mais impactaram nas respostas dos corredores, podendo-se dizer que a satisfação de correr e a preocupação com a sua saúde foram as mais valorizadas por esses indivíduos. Finalmente, novos estudos podem ser realizados, o que possibilita a produção de conhecimentos mais específicos, já que pesquisa sobre esse tema ainda é escasso na região.

REFERÊNCIAS

ALVES, Robson Silva. Perfil e frequência de lesões osteomioarticulares de um grupo de Corredores de rua de santa cruz do sul. **Rev. Bras. de Iniciação Científica (RBIC)**, Itapetininga, v. 5, n.3, p. 159-173, abr./jun., 2018.

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. Inventário de Motivação à Prática Regular de Atividade Física e/ou Esporte (IMPRAFE-132). **Laboratório de Psicologia do Esporte**. Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul; 2009.

BALBINOTTI, M. A. A. et al. Perfis motivacionais de corredores de rua com diferentes tempos de prática. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 37, n. 1, p. 65–73, 2015.

BERNARDES, Andressa Ladeira; LUCIA, Ceres Mattos Della; FARIA, Eliane Rodrigues de. Consumo alimentar, composição corporal e uso de suplementos nutricionais Por praticantes de musculação. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva, São Paulo**. v. 10. n. 57. p.306-318. Maio/Jun. 2016. ISSN 1981-9927.

BRASIL. Ministério do Esporte. Diagnóstico nacional do esporte. Brasília, DF, 2015. Disponível em: <http://www.esporte.gov.br/diesporte/>. Acesso em 14 dez. 2017.

CARDOSO, Andreia Ferreira; FERREIRA, Elane de Sena; SANTOS, Lindinalva Vieira Dos. Perfil Socioeconômico De Praticantes De Corrida De Rua Da Cidade De Teresina-PI. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva, São Paulo**. v. 12. n. 75. Suplementar 1. p.862-866. Jan./Dez. 2018. ISSN 1981-9927.

FERTONANI, HosannaPatrig. Modelo assistencial em saúde: conceitos e desafios para a atenção básica brasileira. **Ciência & Saúde Coletiva**, Brasília, v. 6, n. 20, p.869-878, out. 2015.

FLECK, M. P. et al. Application of the Portuguese version of the abbreviated instrument of quality life WHOQOL-bref. **Revista de saude publica**, v. 34, n. 2, p. 178–183, 2000.

FRANCO V. **Comparação de fatores motivacionais entre corredores de rua de equipes e individuais**. Universidade Federal do Rio Grande do Sul - Escola Superior de Educação Física. Porto Alegre; 2010.

IBGE – Instituto Brasileiro de GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA, 2017. Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios: síntese de indicadores 2017.

Imperatriz/MA.

LAKATOS, Eva Maria. Fundamentos de metodologia. 5. ed. - São Paulo : Atlas 2003.

LEMOS EC, GOUVEIA GC, LUNA CF, SILVA GB. Programa academia da cidade: descrição de fatores de adesão e não adesão. **R. bras. Ci. eMov** 2016;24(4):75-84.

MEISSNER, Guilherme Ramos et al. Percepção de qualidade de vida e variáveis sociodemográficas em mulheres praticantes de corrida de rua. **R. Bras. Qual. Vida**, Ponta Grossa, v. 2, n. 9, p.114-124, jun. 2017.

MCCLELLAND DC, BURHAM DH. **O Poder é o grande motivador**. In: Vroom VH. (Org.). Gestão de pessoas, não de pessoal. Rio de Janeiro: Campus; 1997.

NAHAS MV. Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 2. ed. Londrina: **Midiograf**; 2001.

RIBEIRO, David Aguiar. **Fatores motivacionais de pessoas praticantes de corrida de rua em Porto Alegre**. 2014. 64 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2014.

RODRIGUES, Jorge Pereira ; TRIANI, Felipe da Silva; TELLES, Silvio de Cassio Costa . A Teoria das Necessidades e a Busca da Excitação: o que Leva os Corredores às Ruas. **J Health Sci** 2018;20(3):205-11.

ROJO, J.R., FERREIRA DA ROCHA, F., Y NAZARIO, P. K. Características dos corredores de rua: um mapeamento dos participantes da 41ª Prova Rústica Tiradentes. **Educación Física y Ciencia**, 18(1), e008.2016.

ROBBINS SP. **Comportamento organizacional**. São Paulo: Prentice Hall; 2002.

SANFELICE, Rúbia et al. Análise qualitativa dos fatores que levam à prática da corrida de rua. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, São Paulo. v.11. n.64. p.83-88. Jan./Fev. 2017. ISSN 1981-9900.

SANTOS ML, BORGES GF. Exercício Físico no tratamento e prevenção de idoso com osteoporose: uma revisão sistemática. **Fisioterapia em Movimento**. 2010: p. 289-299.

SCHEER, Betânia Boeira; CONDE, Camila Soares; PASTORE, Carla Alberici. Avaliação da alimentação pré-treino e da ingestão de líquidos em adultos praticantes de atividade física. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo. v.9. n.50. p.67-73. Mar./Abril. 2015. ISSN 1981-9919

SILVA, Edson Medeiros da et al. Motivos de prática e abandono em corredores recreacionais sob o ponto de vista da psicologia social cognitiva. **Revista Diálogo em Saúde**. Volume 1 - Número 1 - jan/jun de 2018.

TOMAZONI, Fabiano. **Fatores motivacionais que levam as pessoas à prática e participação competitiva em corridas de rua**. 2012. 52 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2012.

TRUCCOLO AB, MADURO PA, FEIJÓ EA. Fatores motivacionais de adesão a grupos de corrida. **Motriz**. 2008; 14(2): 108- 114.

SALGADO, José Vítor Vieira. **ANÁLISE DO PERFIL DE CORREDORES DE RUA**. 2016. 89 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2016.

NORMAS DA REVISTA

FORMATAÇÃO GERAL

Os originais devem ser redigidos na ortografia oficial e digitados em folhas de papel tamanho A4. Os trabalhos deverão conter entre 3.000 e 6.000 palavras. O artigo deve ser escrito no programa *Word for Windows*, em versão 6.0 ou superior. Se você está lendo este documento, significa que você possui a versão correta do programa. Os artigos devem ser enviados em formato .doc ou .docx. Não serão aceitos para avaliação artigos em formato .pdf ou .odt. Sugere-se a utilização deste arquivo para digitar o trabalho.

Título e subtítulo (se houver): Manter apenas a inicial da primeira palavra e de nomes próprios em letra maiúscula. Artigos em português devem ter título e subtítulo (se houver) em português e inglês; artigos em inglês devem ter título e subtítulo (se houver) em inglês e português; artigos em espanhol devem ter título e subtítulo (se houver) em espanhol e inglês.

Dados dos autores: a primeira letra de cada nome em maiúscula e o restante em minúsculo. Abaixo do nome do autor deve constar o e-mail, o número ORCID (elemento obrigatório) e o vínculo institucional, contendo nome da instituição, sigla, cidade, estado e país, separados por vírgula. Não devem ser utilizadas abreviaturas nos nomes dos autores.

RESUMO: deve ser na própria língua do trabalho, com no máximo 250 palavras e apresentado no formato estruturado, contendo os itens: OBJETIVO, MÉTODOS, RESULTADOS e CONCLUSÕES.

PALAVRAS-CHAVE: deve conter entre três e cinco palavras-chave, no mesmo idioma do trabalho, separadas entre si por ponto e finalizadas também por ponto. As palavras devem ser extraídas do Vocabulário Controlado USP disponível no endereço: <http://143.107.154.62/Vocab/Sibix652.dll/> ou dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) disponível no endereço: <http://decs.bvs.br/>.

ABSTRACT: *abstract* deve ser uma tradução fiel do resumo.

KEYWORDS: as *keywords* devem ser uma tradução fiel das palavras-chaves, mantendo a formatação destas. O *abstracte keywords* deste documento inclui a formatação correta dos mesmos.

Títulos das sessões: os títulos das sessões devem ser posicionados à esquerda, em negrito e caixa alta. Não coloque ponto final nos títulos.

Corpo do texto: o texto deve iniciar uma linha abaixo do título das seções.

Aspas devem ser utilizadas somente em citações diretas. Negrito deve ser utilizado para **dar ênfase** a termos, frases ou símbolos. Itálico deverá ser utilizado apenas para palavras em língua estrangeira (*for exemple*).

No caso do uso de alíneas obedecer às seguintes indicações:

- a) cada item de alínea deve ser ordenado alfabeticamente por letras minúsculas seguidas de parênteses;
- b) os itens de alínea são separados entre si por ponto-e-vírgula;
- c) o último item de alínea termina com ponto;
- d) o estilo de alínea constante deste documento pode ser usado para a aplicação automática da formatação correta de alíneas.

A estrutura dos artigos originais de pesquisa é a convencional: Introdução, Métodos, Resultados e Discussão, embora outros formatos possam ser aceitos. Trabalhos de pesquisa qualitativa podem juntar as partes Resultados e Discussão, ou mesmo ter diferenças na nomeação das partes, mas respeitando a lógica da estrutura de artigos científicos. A RBQV recomenda a disponibilização, em repositórios de acesso aberto dos dados das pesquisas utilizadas nos artigos

Em pesquisas relacionadas a seres humanos deverá constar, no último parágrafo da seção Métodos, o número do protocolo e data de aprovação do Comitê de Ética.

Notas: As notas devem ser evitadas. Se forem imprescindíveis, utilizar notas de fim. As notas não devem ser utilizadas para referenciar documentos.

FORMATAÇÃO DE ILUSTRAÇÕES E TABELAS

Qualquer que seja o tipo de ilustração (desenho, esquema, fluxograma, fotografia, gráfico, mapa, organograma, planta, quadro, retrato, figura, imagem, entre outros) ou tabela, sua identificação aparece na parte superior, precedida da palavra designativa, seguida de seu número de ordem de ocorrência no texto, em algarismos arábicos, travessão e do respectivo título. Após a ilustração ou tabela, na parte inferior, indicar a fonte consultada (elemento obrigatório, mesmo que seja produção do próprio autor), legenda, notas e outras informações necessárias à sua compreensão (se houver).

A ilustração deve ser citada no texto e inserida o mais próximo possível do trecho a que se refere. Ver, por exemplo, a Figura 1.

Figura 1 – Exemplo de figura



Fonte: UTFPR (2014).

No caso de quadros, deve ser seguida a estrutura demonstrada no Quadro 1:

Quadro 1 - Evolução do conceito da variável X

Autor	Conceito
Fulano (2007)	A variável X era interpretada como algo irrelevante.
Beltrano (2008)	A variável X era interpretada como algo relevante.
Sicrano (2009)	A variável X era interpretada como algo bastante relevante.

Fonte: Adaptado de Fulano (2007), Beltrano (2008) e Sicrano (2009).

Tabelas e quadros devem estar centralizados e conter apenas dados imprescindíveis, evitando-se que sejam muito extensos. Outro item importante, é que não devem repetir dados já inseridos no texto, ou vice-versa.

Tabela 1 – Exemplo de tabela

Idade	Percentual
Até 20 anos	0%
Entre 21 e 30 anos	10%
Entre 31 e 40 anos	20%
Entre 41 e 50 anos	30%
Acima de 51 anos	40%

Fonte: Beltrano (2014).

Caso os dados sejam inéditos e provenientes de uma pesquisa de campo realizada pelos próprios autores do artigo, essa especificação deve constar na fonte, juntamente com o ano da pesquisa de campo. Nesse caso a fonte deve ser: Autoria própria (2016).

CITAÇÕES E REFERÊNCIAS

As citações devem obedecer ao sistema autor-data e estar de acordo com a norma NBR 10520 da Associação Brasileira de Normas Técnicas (ABNT).

Citações diretas de até três linhas acompanham o corpo do texto e se destacam com aspas duplas. Caso o texto original já contenha aspas, estas devem ser substituídas por aspa simples. Exemplos:

Fulano (2008, p. 10) afirma que “[...] é importante a utilização das citações corretamente”.

"Citar trechos de 'outros autores' sem referenciá-los, pode ser caracterizado plágio" (FULANO; BELTRANO, 2009, p. 20).

Para as citações com mais de três linhas, estas devem ser transcritas em parágrafo distinto. Exemplo:

Toda citação direta com mais de 03 linhas é considerada uma citação direta longa. A citação com mais de 03 linhas deve ser escrita sem aspas, em parágrafo distinto, com fonte menor e com recuo de 8,0 cm da margem esquerda,

terminando na margem direita, conforme ilustrado neste exemplo (FULANO, 2009, p. 150).

A exatidão das referências é de responsabilidade dos autores e devem ser elaboradas de acordo com a NBR 6023 da ABNT.

Todas as referências citadas no texto, e apenas estas, devem ser incluídas ao final, na seção Referências.

As referências devem incluir apenas aquelas centrais e pertinentes à problemática abordada. E devem, obrigatoriamente:

- a) 50% terem sido publicadas nos últimos cinco anos;
- b) 50% serem oriundas de periódicos científicos.

Todas as obras consultadas que estiverem disponíveis na internet devem ser referenciadas com o endereço eletrônico e data de acesso.

AGRADECIMENTOS

Os agradecimentos, se houver, deverão ser alocados antes das referências.

REFERÊNCIAS

ALENCAR, L. H.; ALMEIDA, A. T.; MOTA, C. M. M. Sistemática proposta para seleção de fornecedores em gestão de projetos. **Gestão & Produção**, São Carlos, v. 14, n. 3, p. 477-487, set./dez.2007. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-530X2007000300005&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 23 jul. 2016.

ANDUJAR, A. M. **Modelo de qualidade de vida dentro dos domínios bio-psico-social para aposentados**. 2006. 206 f. Tese (Doutorado em Engenharia de Produção) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2006. Disponível em: <<https://repositorio.ufsc.br/bitstream/handle/123456789/88517/229433.pdf?sequence=1&isAllowed=y>>. Acesso em: 23 jul. 2016.

CARVALHO, V. R. Qualidade de vida no trabalho. In: OLIVEIRA, O. J. (Org.). **Gestão da qualidade: tópicos avançados**. São Paulo: Thomson, 2004.

KALAKOTA, R.; ROBINSON, M. **E-business: estratégias para alcançar o sucesso no mundo digital**. 2. ed. Porto Alegre: Bookman, 2002.

PURCIDONIO, P. M. **Práticas de gestão do conhecimento em arranjo produtivo local: o setor moveleiro de Arapongas – PR**. 2008. 153 f. Dissertação (Mestrado em Engenharia de Produção) – Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Ponta Grossa, 2008.

RAMOS, A. S. M.; MIRANDA, A. L. B. Processos de adoção de um sistema integrado de gestão: uma pesquisa qualitativa com gestores da Unimed/Natal. In: ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA DE PRODUÇÃO, 23., 2003, Porto Alegre. **Anais...** Porto Alegre: ABEPRO, 2003.

SOUZA, C. A.; ZWICKER, R. Implementação de sistemas ERP: um estudo de casos comparados. In: ENCONTRO DA ASSOCIAÇÃO DOS PROGRAMAS DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ADMINISTRAÇÃO, 24., 2000, Rio de Janeiro. **Anais...** Rio de Janeiro: ANPAD, 2000.