

Ciências da Saúde: Da Teoria à Prática 8

Benedito Rodrigues da Silva Neto
(Organizador)

Atena
Editora
Ano 2019



Benedito Rodrigues da Silva Neto
(Organizador)

Ciências da Saúde: Da Teoria à Prática 8

Atena Editora
2019

2019 by Atena Editora
Copyright © Atena Editora
Copyright do Texto © 2019 Os Autores
Copyright da Edição © 2019 Atena Editora
Editora Executiva: Prof^a Dr^a Antonella Carvalho de Oliveira
Diagramação: Natália Sandrini
Edição de Arte: Lorena Prestes
Revisão: Os Autores

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores. Permitido o download da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

Conselho Editorial

Ciências Humanas e Sociais Aplicadas

Prof. Dr. Álvaro Augusto de Borba Barreto – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília
Prof. Dr. Constantino Ribeiro de Oliveira Junior – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof^a Dr^a Cristina Gaio – Universidade de Lisboa
Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Prof^a Dr^a Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionele delle Figlie de Maria Ausiliatrice
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense
Prof^a Dr^a Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins
Prof^a Dr^a Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof^a Dr^a Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Prof^a Dr^a Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

Ciências Agrárias e Multidisciplinar

Prof. Dr. Alan Mario Zuffo – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano
Prof^a Dr^a Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná
Prof. Dr. Darllan Collins da Cunha e Silva – Universidade Estadual Paulista
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul
Prof^a Dr^a Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof. Dr. Jorge González Aguilera – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

Ciências Biológicas e da Saúde

Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás
Prof.^a Dr.^a Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará

Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande

Ciências Exatas e da Terra e Engenharias

Prof. Dr. Adélio Alcino Sampaio Castro Machado – Universidade do Porto
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

Conselho Técnico Científico

Prof. Msc. Abrãao Carvalho Nogueira – Universidade Federal do Espírito Santo
Prof. Dr. Adaylson Wagner Sousa de Vasconcelos – Ordem dos Advogados do Brasil/Seccional Paraíba
Prof. Msc. André Flávio Gonçalves Silva – Universidade Federal do Maranhão
Prof.ª Drª Andreza Lopes – Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento Acadêmico
Prof. Msc. Carlos Antônio dos Santos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Msc. Daniel da Silva Miranda – Universidade Federal do Pará
Prof. Msc. Eliel Constantino da Silva – Universidade Estadual Paulista
Prof.ª Msc. Jaqueline Oliveira Rezende – Universidade Federal de Uberlândia
Prof. Msc. Leonardo Tullio – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof.ª Msc. Renata Luciane Polsaque Young Blood – UniSecal
Prof. Dr. Welleson Feitosa Gazel – Universidade Paulista

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)	
C569	Ciências da saúde [recurso eletrônico] : da teoria à prática 8 / Organizador Benedito Rodrigues da Silva Neto. – Ponta Grossa, PR: Atena Editora, 2019. – (Ciências da Saúde. Da Teoria à Prática; v. 8) Formato: PDF Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader Modo de acesso: World Wide Web Inclui bibliografia ISBN 978-85-7247-400-9 DOI 10.22533/at.ed.009191306 1. Saúde – Aspectos sociais. 2. Saúde – Políticas públicas. 3. Saúde – Pesquisa – Brasil. I. Silva Neto, Benedito Rodrigues da. II.Série. CDD 362.10981
Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422	

Atena Editora
Ponta Grossa – Paraná - Brasil
www.atenaeditora.com.br
contato@atenaeditora.com.br

APRESENTAÇÃO

A coleção “Ciências da Saúde: da teoria à prática” é uma obra composta de onze volumes abordará de forma categorizada e interdisciplinar trabalhos, pesquisas, relatos de casos, revisões e inferências sobre esse amplo e vasto contexto do conhecimento relativo à saúde. Além disso, todo o conteúdo reúne atividades de ensino, pesquisa e extensão desenvolvidas em diversas regiões do país, que analisam a saúde em diversos dos seus aspectos, percorrendo o caminho que parte do conhecimento bibliográfico e alcança o conhecimento empírico e prático.

O oitavo volume apresentará para você leitor apresentar de forma categorizada e clara estudos desenvolvidos em diversas instituições de ensino e pesquisa do país. Em todos esses trabalhos a linha condutora foi o aspecto relacionado à fisioterapia e áreas correlatas. A área é muito rica e permite um leque extremamente variado de estudos que encaixam perfeitamente na temática deste livro que é caminho da teoria à prática.

Temas diversos e interessantes são, deste modo, discutidos aqui com a proposta de fundamentar o conhecimento de acadêmicos, mestres e todos aqueles que de alguma forma se interessam pela fisioterapia e suas temáticas tais como efeitos da hidroginástica, doenças crônicas, terapia assistida por animais, ginástica rítmica, facilitação neuromuscular, perfil lipídico, equilíbrio postural, treinamento, traqueostomia dentre muitos outros.

Portanto o oitavo volume apresenta uma teoria bem fundamentada exemplificada nos resultados práticos obtidos pelos diversos pesquisadores que arduamente desenvolveram seus trabalhos que aqui serão apresentados. Do mesmo modo é de fundamental importância uma estrutura como a Atena Editora capaz de oferecer uma plataforma consolidada e confiável para estes pesquisadores exporem seus resultados. Portanto, nosso profundo desejo é que este contexto possa ser transformado a cada dia, e o trabalho aqui presente pode ser um agente transformador por gerar conhecimento em uma área fundamental do desenvolvimento como a saúde.

Benedito Rodrigues da Silva Neto

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1	1
ALTERAÇÕES NEUROANATÔMICAS E FISIOPATOLÓGICAS NA DEPRESSÃO	
Ana Luiza Caldeira Lopes Amarildo Canevaroli Júnior Giovanna Silva Rodrigues Laís Lobo Pereira Paulo Ferreira Caixeta de Oliveira Claudio Herbert Nina-e-Silva	
DOI 10.22533/at.ed.0091913061	
CAPÍTULO 2	11
ANÁLISE DA ACELERAÇÃO E ROTAÇÃO ANGULAR EM MOVIMENTOS NO CAIAQUE E NO CAVALO	
Marcel Hubert Andrea Freire Monteiro Michelle Julieta Pereira Suzana Matheus Pereira Helio Roesler	
DOI 10.22533/at.ed.0091913062	
CAPÍTULO 3	35
ANÁLISE DA APLICAÇÃO DA TÉCNICA DE MASSOTERAPIA YOGA THAI NA MELHORA DA DOR EM MULHERES COM FIBROMIALGIA	
Lucy Cristina Schiffer Benhamou Maria Izabel Rodrigues Severiano Evelise Dias Antunes	
DOI 10.22533/at.ed.0091913063	
CAPÍTULO 4	47
ANÁLISE DA PREVALÊNCIA DE OBESIDADE EM ESCOLARES DA REDE DE ENSINO DE SANTO ÂNGELO	
Mayara dos Santos Vieira Carlos Augusto Fogliarini Lemos	
DOI 10.22533/at.ed.0091913064	
CAPÍTULO 5	59
ANÁLISE GRÁFICA DO EXCESSO DE PESO EM IDOSOS BRASILEIROS	
Thalita Costa Silva Andréa Suzana Vieira Costa Alécia Maria da Silva Jorge Henrique França dos Santos Emerson de Oliveira Dantas Bruno Luciano Carneiro Alves de Oliveira	
DOI 10.22533/at.ed.0091913065	

CAPÍTULO 6 70

ASSISTÊNCIA FISIOTERAPÊUTICA NA RECUPERAÇÃO DE PACIENTES VÍTIMAS DE FRATURA NO FÊMUR, TÍBIA OU FÍBULA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Ana Aline Silva Moura
Louirene Leal de Sousa
Anna Sofia Miranda Loiola Araújo
Jayro dos Santos Ferreira
Ailana Moura Costa
José Victor do Nascimento Lima
Alessandra Dias de Sousa
Maricélia Rabelo Cavalcante
Lauanda da Rocha Rodrigues
Cynthia Maria Carvalho Pereira
Stefany Guimarães Sousa
Diva de Aguiar Magalhães

DOI 10.22533/at.ed.0091913066

CAPÍTULO 7 82

ASSOCIAÇÃO ENTRE HÁBITOS ALIMENTARES E PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA DE ADULTOS USUÁRIOS DE ESPAÇOS PÚBLICOS DE ARAPIRACA

Paulo Henrique Rocha de Lima Oliveira
Aélio Moura de Jesus
Ingrid Kelly Alves dos Santos Pinheiro
Bráulio Patrick da Silva Lima
Leonardo Gomes de Oliveira Luz
Arnaldo Tenório da Cunha Júnior

DOI 10.22533/at.ed.0091913067

CAPÍTULO 8 88

AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA E NÍVEL MOTIVACIONAL DE MULHERES CORREDORAS E NÃO CORREDORAS

Gisélia Gonçalves de Castro
Luana Cristina dos Reis Amaral
Kelly Cristina Faria
Mônica Cecília Santana Pereira
Luciana Rocha Nunes Nogueira

DOI 10.22533/at.ed.0091913068

CAPÍTULO 9 101

BRINQUEDO TERAPÊUTICO: COMPREENDENDO O SIGNIFICADO DE REALIZAR A AUTOCATETERIZAÇÃO PELA TÉCNICA DE MITROFANOFF PARA O ESCOLAR

Fabiane de Amorim Almeida
Viviane de Fátima Oliveira Goto

DOI 10.22533/at.ed.0091913069

CAPÍTULO 10 115

CUIDADO DE SAÚDE À PESSOA IDOSA: FAMÍLIA COM DOENÇA DE ALZHEIMER NA PERSPECTIVA DOS FAMILIARES/CUIDADORES

Patrine Paz Soares
Silomar Iha
Elisângela Colpo
Rafaela Machado Pena de Matos
Carolina Calvo Pereira

DOI 10.22533/at.ed.00919130610

CAPÍTULO 11 126

DIETA E ACOMPANHAMENTO NUTRICIONAL DO PACIENTE COM DIABETES MELLITUS TIPO 2:
ADESÃO DE NOVOS HÁBITOS

Adiene Silva Araújo Melo
Laisy Sobral de Lima Trigueiro

DOI 10.22533/at.ed.00919130611

CAPÍTULO 12 132

DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS E HÁBITOS ALIMENTARES NA POPULAÇÃO
ADULTA ATENDIDA EM UNIDADES DE ESTRATÉGIA SAÚDE DA FAMÍLIA EM PELOTAS, RS

Camila Furtado Hood
Luana Preuss Schlabitx
Natália Franco Tissot
Clarissa Montagner Fernandes
Maria Carolina Mestieri Cazzarotto
Moema Nudilemon Chatkin

DOI 10.22533/at.ed.00919130612

CAPÍTULO 13 137

DOZE SEMANAS DE UM PROGRAMA DE *CROSS TRAINING* REDUZ O PERCENTUAL DE GORDURA
DE JOVENS E ADULTOS SAUDÁVEIS

Ezequias Pereira Neto
Leury Max da Silva Chaves
Leandro Henrique Albuquerque Brandão
Vanessa Marques Schmitzhaus
Jarlisson Francsuel Melo dos Santos
Ragami Chaves Alves
Marcos Bezerra de Almeida
Marzo Edir da Silva-Grigoletto

DOI 10.22533/at.ed.00919130613

CAPÍTULO 14 146

EFEITO DA HIDROGINÁSTICA NO EQUILÍBRIO CORPORAL DE IDOSAS

Jéssica da Silva e Souza Cornélio
Flávio de Souza Araújo
Valcir Braga Miranda
Rodrigo Novaes Feitoza
Nelson Lindolfo Gurgel Carvalho
Tatiana Braga Leite
Conrado Guerra de Sá
Francisco Jadson Pereira
Rodrigo Gustavo da Silva Carvalho

DOI 10.22533/at.ed.00919130614

CAPÍTULO 15 154

TERAPIA ASSISTIDA POR ANIMAIS À CRIANÇAS COM NECESSIDADES ESPECIAIS DE ATENÇÃO

Neila Santini de Souza
Marilei Ferrari Vieira
Andrea de Fátima de Carvalho
Juliana Sarubbi
João Carlos Ferrari Vieira
Aline Ennes

DOI 10.22533/at.ed.00919130615

CAPÍTULO 16 169

ESPAÇOS PÚBLICOS PARA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA PELA POPULAÇÃO IDOSA VINCULADA À ESTRATÉGIA SAÚDE DA FAMÍLIA

Rauana dos Santos Faustino
Jessica Lima de Oliveira
Laís Barreto de Brito Gonçalves
Lydia Maria Tavares
Maria Augusta Vasconcelos Palácio
Antonio Germane Alves Pinto

DOI 10.22533/at.ed.00919130616

CAPÍTULO 17 179

ESTUDO SOBRE O PAPEL DA INICIAÇÃO EM GINÁSTICA RÍTMICA NA MOTRICIDADE GLOBAL DE CRIANÇAS

Patrícia Dena Guimarães
Priscila Garcia Marques da Rocha
Fábio Ricardo Acencio
Paulo Vítor da Silva Romero
Vivian Rafaella Prestes

DOI 10.22533/at.ed.00919130617

CAPÍTULO 18 198

ESTÁGIO DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO PARA ATIVIDADE FÍSICA EM UNIVERSITÁRIOS DE RONDÔNIA

Poliana Espíndola de Matos
Iranira Geminiano de Melo
George Madson Dias Santos
Matheus Magalhães Paulino Cruz
Célio José Borges

DOI 10.22533/at.ed.00919130618

CAPÍTULO 19 214

FACILITAÇÃO NEUROMUSCULAR PROPRIOCEPTIVA EM CONDUTAS FISIOTERAPÊUTICAS: EFEITOS E POSSIBILIDADES

Gustavo Carrijo Barbosa
Ana Flávia Magalhães Carlos
Franciane Assis Moraes
Kassia Ferreira Santana
Maristela Lúcia Soares Campos
Rannielly Rodrigues da Silva Santos
Juliana Alves Ferreira
Renata Machado de Assis
Ana Lúcia Rezende Souza
Daisy de Araújo Vilela

DOI 10.22533/at.ed.00919130619

CAPÍTULO 20 220

FATORES ASSOCIADOS AO EXCESSO DE PESO NA POPULAÇÃO ADULTA DE CAMPO GRANDE: MONITORAMENTO POR MEIO DO INQUÉRITO TELEFÔNICO VIGITEL 2014

Bruna Teixeira Souza
Fabiana Maluf Rabacow

DOI 10.22533/at.ed.00919130620

CAPÍTULO 21 226

FITOTERAPIA, SUPLEMENTAÇÃO E ALIMENTOS FUNCIONAIS NA FORMAÇÃO DO NUTRICIONISTA: ANÁLISE DOS TRABALHOS DE CONCLUSÃO DE CURSO - NUTRIÇÃO DO UNIFOA

Paula Alves Leoni
Ivanete da Rosa Silva de Oliveira

DOI 10.22533/at.ed.00919130621

CAPÍTULO 22 237

INFLUÊNCIA DE UM PROGRAMA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS NO DESEMPENHO DAS ATIVIDADES BÁSICAS DA VIDA DIÁRIA E RISCO DE QUEDA EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS

Rafaela Tibola
Paulo Vítor de Souza
Camila Tomicki
Camila Pereira Leguisamo

DOI 10.22533/at.ed.00919130622

CAPÍTULO 23 247

INTERVENÇÃO FISIOTERAPÊUTICA APÓS RECONSTRUÇÃO DO LIGAMENTO CRUZADO ANTERIOR EM JOGADORES DE FUTEBOL: REVISÃO INTEGRATIVA

Louirene Leal de Sousa
Ana Aline Silva Moura
Jayro dos Santos Ferreira
Anna Sofia Miranda Loiola Araújo
Maria Joaquina do Carmo Neto
José Victor do Nascimento Lima
Laila de Miranda Chaves Oliveira
Jalles Arruda Batista
Maricélia Rabelo Cavalcante
Ieda Figueira de Albuquerque
Stefany Guimarães Sousa
Diva de Aguiar Magalhães

DOI 10.22533/at.ed.00919130623

CAPÍTULO 24 260

LAZERATIVO: PROGRAMA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS AQUÁTICOS QUE FAZ ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO EM PORTADORES DE DCNTs

Ramiro Doyenart
Welber Rodrigues dos Santos
João Felipe da Silva Lopes
Luciano Acordi da Silva

DOI 10.22533/at.ed.00919130624

CAPÍTULO 25 276

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E PERFIL LIPÍDICO DE ADULTOS ATENDIDOS EM NÚCLEO DE ATENDIMENTO E PRÁTICAS PROFISSIONALIZANTES DE MONTES CLAROS (MG)

Anamaria de Souza Cardoso
Amanda de Freitas Fróes
Fátima Neves Melo
Lorena Soares David
Marina Colares Moreira
Daniela Silveira Rodrigues

DOI 10.22533/at.ed.00919130625

CAPÍTULO 26	288
OS CUIDADOS COM A DOENÇA FALCIFORME NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: O CONHECIMENTO DOS PROFESSORES SOBRE O ASSUNTO	
Lea Barbetta Pereira da Silva Raiotelma Lopes Silva Evanilda Souza Santana Carvalho Ivanilde Guedes de Mattos Valter Abrantes Pereira da Silva Gabriela Silva Santos	
DOI 10.22533/at.ed.00919130626	
CAPÍTULO 27	299
POSSÍVEL ASSOCIAÇÃO ENTRE PERDA AUDITIVA E O EQUILÍBRIO POSTURAL NA POSIÇÃO SEMI-TANDEM	
Brenda Miyuki Santana Luciana Lozza de Moraes Marchiori	
DOI 10.22533/at.ed.00919130627	
CAPÍTULO 28	306
PREVALÊNCIA DE AMPUTAÇÕES DE MEMBROS INFERIORES NO ESTADO DO PIAUÍ ATENDIDOS PELO SUS ENTRE 2008 E 2018	
Lenise Brunna Ibiapino Sousa Mariana Bezerra Doudement Rodrigo Santos de Noroes Ramos	
DOI 10.22533/at.ed.00919130628	
CAPÍTULO 29	314
RELAÇÃO ENTRE CIRCUNFERÊNCIA CORPORAL E RISCOS CARDIOVASCULARES	
Adriane Carvalho Coelho Maria do Carmo Araujo Nathália Santos Colvero	
DOI 10.22533/at.ed.00919130629	
CAPÍTULO 30	323
RELATO DE EXPERIÊNCIA: OS 04 ANOS DO DIA NACIONAL DA REANIMAÇÃO CARDIOPULMONAR EM RIO GRANDE – RS	
Kevin Francisco Durigon Meneghini Ana Carolina Cimadon Filipe Geannichini Rodrigues	
DOI 10.22533/at.ed.00919130630	
CAPÍTULO 31	327
REPRESENTAÇÕES DA HIDROGINÁSTICA PARA O IDOSO: A MELHORIA DOS ESTADOS DE ÂNIMO	
Maria Heloise Silva dos Santos Leonéa Vitoria Santiago	
DOI 10.22533/at.ed.00919130631	

CAPÍTULO 32	333
RHABDOMYOLYSIS: CLINICAL ASPECTS AND RELEVANCE OF ITS STUDY FOR HEALTH PROFESSIONALS	
Ricardo Fornari	
Luiz Felipe Silveira Gehres	
DOI 10.22533/at.ed.00919130632	
CAPÍTULO 33	337
A PREVALÊNCIA DE CONSTIPAÇÃO INTESTINAL EM ESTUDANTES DE FISIOTERAPIA DE UMA UNIVERSIDADE DE MACEIÓ- AL	
Izabelle Quintiliano Montenegro Bomfim	
Tamyres Austrelino de Araújo	
DOI 10.22533/at.ed.00919130633	
CAPÍTULO 34	350
TRAQUEOSTOMIA: ATUAÇÃO FISIOTERAPÊUTICA NA DECANULAÇÃO	
Carolinne Maciel Pereira	
Robert Dias	
Viviane Cristine Ferreira	
Mônica Beatriz Ferreira	
DOI 10.22533/at.ed.00919130634	
CAPÍTULO 35	357
TREINAMENTO EM DANÇA E APTIDÃO AERÓBICA DE IDOSAS DO PROJETO DE EXTENSÃO ENVELHECER COM QUALIDADE UFPE/CAV	
Amanda Aparecida de Lima	
José Willamis do Nascimento Batista	
Adriano Florêncio da Silva	
Flávio Campos de Moraes	
DOI 10.22533/at.ed.00919130635	
CAPÍTULO 36	362
VERIFICAÇÃO DE MUDANÇAS NO EQUILÍBRIO POSTURAL APÓS REABILITAÇÃO VESTIBULAR	
Fernanda Prates Cordeiro	
Juliana Ribeiro Sakamoto Zuculin	
Caroline Luiz Meneses-Barrivieira	
Pricila Perini Rigotti Franco	
Luciana Lozza de Moraes Marchiori	
DOI 10.22533/at.ed.00919130636	
SOBRE O ORGANIZADOR	369

AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA E NÍVEL MOTIVACIONAL DE MULHERES CORREDORAS E NÃO CORREDORAS

Gisélia Gonçalves de Castro

Centro Universitário do Cerrado Patrocínio
Patrocínio-MG

Luana Cristina dos Reis Amaral

Centro Universitário do Cerrado Patrocínio
Patrocínio-MG

Kelly Cristina Faria

Centro Universitário de Patos de Minas
Patos de Minas- MG

Mônica Cecília Santana Pereira

Faculdade Alfa de Almenara
Almenara - MG

Luciana Rocha Nunes Nogueira

Centro Universitário do Cerrado Patrocínio
Patrocínio-MG

RESUMO: A saúde e o bem-estar possivelmente são os melhores atrativos concedidos pela corrida de rua atualmente. Objetivou-se avaliar a qualidade de vida e nível de motivação de mulheres corredoras e não corredoras. Trata-se de um estudo transversal descritivo, com abordagem quantitativa. A amostra foi constituída por 60 mulheres, divididas em dois grupos: mulheres corredoras e mulheres não corredoras, que responderam ao WHOQOL-BREF, para mensurar a qualidade de vida, e o IMPRAFE-132, visando analisar o nível motivacional para a prática de corrida de rua.

A maioria das corredoras, quando comparadas com as não corredoras, apresenta idade média maior de 40,10 ($\pm 10,48$) anos, são casadas (87,1%), com ensino superior completo e uma condição socioeconômica melhor (3 a 5 salários mínimos). Os dois grupos apresentaram boa qualidade de vida (QV), sendo que as corredoras tiveram melhores médias quando comparadas ao outro grupo, principalmente relacionados ao domínio físico (79,95%) e relação social (76,88%). Verificou-se também que as não corredoras apresentaram menores índices motivacionais para a prática de atividade física. Para as corredoras o mais importante para prática de corrida são a saúde, o prazer e a melhoria do estresse. Observou-se que quem pratica a corrida de rua como atividade física apresenta uma melhor QV. Ao identificar os principais motivos de motivação que levam as pessoas a realizarem atividade física como meta de adoção de hábitos de vida saudável, pode-se ter cada vez mais motivos para os programas de exercícios que se tornem imprescindíveis para uma melhor qualidade de vida e a saúde.

PALAVRAS-CHAVE: Exercícios. Qualidade de vida. Corrida. Saúde.

ABSTRACT: The health and well-being are the best attractive granted by the street racing today. Objective to evaluate the quality of life and level

of motivation of female runners and not runners. It is a descriptive cross-sectional study, with quantitative approach. The sample consisted of 60 women, divided into two groups: female runners and not runners, what responded to WHOQOL-BREF, for measure the quality of life and IMPRAFE-132 to analyze the motivational level for the practice of street running. Most runners, when compared with the not runners, features mean age greater than 40,10(\pm 10,48) years, are married (87,1%), with full tertiary education and an condition socioeconomic best (3 the 5 minimum wages). The two groups presented good quality of life (QOL), being that the runners had better average when compared to the other group, mainly related to the physical domain (79,95%) and social relation (76,88%). It was also verified that not runners presented minors indexes motivational for the practice of physical activity. For the most important runners to practice running are health, pleasure and the improvement of stress. It was observed that who practices the street race as physical activity presents a better QOL. By identifying the main grounds for motivation that lead people to perform physical activity as a goal of adopting healthy habits, there may be more and more reasons for exercise programs that become essential for a better quality of life and health.

KEYWORDS: Exercises. Quality of life. Running. Health.

1 | INTRODUÇÃO

A corrida é uma das práticas provenientes do ser humano que se mostra nos primeiros anos de vida. Os incentivos para correr quando crianças está relacionado ao progresso motor, principalmente no que se refere à investigação do ambiente em que vive. A corrida, em particular a corrida de rua, apresentou ser uma atividade com diversos significados entre os jovens e adultos nas últimas décadas no sentido de cuidar da saúde (SALGADO; CHACON-MIKAHIL, 2006; MIRANDA, 2007).

Conforme Salgado; Chacon-Mikahil (2006) a procura da realização da corrida de rua cria vários interesses, que propiciam desde a promoção e a realização do bem-estar, a beleza, a inclusão social, o alívio da exaustão da vida contemporânea, até a procura de exercícios competitivos e satisfatórios.

Outros estudos identificam os motivos para adesão à equipe de corrida. São eles o beneficiamento da saúde, a melhoria do aspecto físico e a autoestima, a redução da aflição, da ansiedade e, principalmente do stress (TRUCCOLO; MADURO; FEIJÓ, 2008).

Um dos fatores que tem sido associado à melhora da qualidade de vida é a prática de exercícios físicos, especialmente pela sua importância para a manutenção da independência nas atividades cotidianas, minimizando a degeneração provocada pelo envelhecimento (CHIPPERFIELD et al., 2008).

A maior dificuldade na realização de exercícios a médio ou em longo prazo é o indivíduo começar um programa de atividades de alguma maneira. Além disto, o resultado positivo da atividade física para a saúde está associado à continuação desta

prática, identificando uma escolha de vida ativa (ARONI; ZANETTI; MACHADO, 2012).

É importante conhecer a motivação que levam as pessoas a realizarem atividades físicas ou até mesmo uma academia de ginástica, com metas de superar suas expectativas e ter cada vez mais motivos para os programas de exercícios. Assim faz-se com que tais práticas de exercícios se tornem imprescindíveis para a qualidade de vida e a saúde (BALDO, 2015).

A motivação faz com que o sujeito exerça seus objetivos, sendo dividida em intrínseca (busca da atividade pessoal do indivíduo movido pelo bem-estar, prazer e a felicidade) ou extrínseca (relacionada a princípios ambientais, quando recebe estímulo por um amigo ou pelo profissional ou quando ganha uma retribuição). Às vezes, ambos os fatores motivacionais estão correlacionados, uma vez que a motivação geralmente é um efeito do convívio entre o indivíduo e o ambiente (BALBINOTTI; CAPOZZOLI, 2008).

A qualidade de vida (QV) tem se tornado, nos últimos tempos assunto de discussões e pesquisas em diversas áreas de conhecimento, inclusive na saúde. As mudanças nas condições de vida e bem-estar, em geral necessitam de diversos fatores. Entre eles ressaltam-se as medidas de precaução, a melhoria da saúde e atenção com a qualidade de vida dos indivíduos e grupos. As circunstâncias de vida interferem na saúde o que afeta vigorosamente a percepção do bem-estar (BUSS, 2000; CASTRO; FRACOLLI, 2013).

Compreender o entendimento das mulheres a respeito de seus costumes de vida pode colaborar na formação de políticas de bem-estar que planejam a melhoria das situações de vida desta parte da população (RODRIGUES; QUINTELLA, 2017). Diante do exposto o presente trabalho tem como objetivo avaliar a qualidade de vida e nível de motivação de mulheres corredoras e não corredoras em uma cidade do interior de Minas Gerais.

2 | MATERIAL E MÉTODOS

2.1 Tipo e local do estudo

Trata-se de um estudo transversal de abordagem quantitativa. A pesquisa foi realizada em um Ambulatório de Saúde de uma Instituição Educacional Superior em uma cidade do interior de Minas Gerais.

2.2 População do estudo

No que se refere à amostra, o estudo foi realizado com 60 mulheres, divididas em dois grupos: mulheres corredoras (n=31) e mulheres não corredoras, sedentárias (n=29). O grupo das corredoras foi composto por mulheres que correm no mínimo 10 km/semana, quanto que o grupo controle foi composto por mulheres sedentárias

e selecionado aleatoriamente buscando uma homogeneidade da amostra quanto à idade.

Dentre os critérios de inclusão teve-se mulheres maiores de 18 anos e que correm no mínimo 10 km/semana. Excluíram-se gestantes, mulheres que tiveram parto nos últimos quatro meses, mulheres diabéticas, histórico de cirurgia pélvica ou abdominal no último ano.

2.3 Instrumentos para coleta de dados

Foram utilizados para a coleta dos dados três instrumentos visando conhecer o perfil da amostra, o nível de motivação para a prática regular de atividade física e a qualidade de vida de toda a amostra, de ambos os grupos.

Para a obtenção dos aspectos sócio demográficos das mulheres, bem como o perfil dos grupos foi utilizada uma ficha de avaliação específica e padronizada contendo dados referentes à idade, grau de escolaridade, renda individual, profissão, estado conjugal.

Para avaliação do nível de motivação das mulheres foi utilizado o instrumento “Inventário de Motivos para a Prática Regular de Atividades Físicas ou Esportivas” (IMPRAFE-132), validado por Balbinotti (2009).

O IMPRAFE-132 é um inventário que avalia seis dimensões associadas à motivação para realização de atividades físicas e esportivas regulares. Trata-se de 132 itens agrupados seis a seis, observando a seguinte sequência: o primeiro item do primeiro bloco de seis, apresenta uma questão relativa à dimensão motivacional “Controle de Estresse” (ex.: liberar tensões mentais); o segundo, “Saúde” (ex.: manter a forma física); o terceiro, “Sociabilidade” (ex.: estar com amigos); o quarto, “Competitividade” (ex.: vencer competições); o quinto, “Estética” (ex.: manter o corpo em forma); e o sexto, “Prazer” (ex.: meu próprio prazer).

Esse mesmo modelo se repete no segundo bloco de seis questões, até completar 22 blocos (em um total de 132 questões). As respostas aos itens do inventário são dadas conforme uma escala bidirecional, de tipo Likert, graduada em sete pontos, indo de “isto não me motiva” (1) a “isto me motiva completamente” (7). Os sujeitos levam, em média, quinze minutos para responder ao inventário. Cada dimensão é analisada individualmente. Um escore bruto elevado indica um alto grau de motivação para a prática de atividade física regular.

A avaliação da qualidade de vida foi realizada com os dois grupos, através do instrumento WHOQOL-BREF tendo como base as duas últimas semanas de vida. Este instrumento é uma versão abreviada do WHOQOL 100, composto por 26 questões, no qual as duas primeiras são genéricas. Esta versão abreviada é composta por quatro domínios: físico (dor e desconforto; energia e fadiga; sono e repouso; atividades da vida cotidiana; dependência de medicação ou tratamentos e capacidade de trabalho); psicológico (sentimentos positivos; pensar, aprender, memória e concentração; autoestima; imagem corporal e aparência; sentimentos negativos; espiritualidade,

religiosidade e crenças pessoais); relações sociais (relações pessoais; suporte social e atividade sexual); meio ambiente (segurança física e proteção; ambiente no lar, recursos financeiros; cuidados de saúde e sociais: disponibilidade e qualidade; oportunidade de adquirir novas informações e habilidades; participação e oportunidade de recreação/lazer; ambiente físico: poluição, ruído, trânsito, clima; transporte) (CHACHAMOVICH; FLECK, 2008).

2.4 Análise dos dados

Para a análise dos dados foi construída uma planilha eletrônica, através do programa Excel®. Em seguida, os dados foram transportados para o programa estatístico “*Statiscal Package for Social Sciences*” (SPSS) versão 18.0, para análise estatística. Foi realizada análise descritiva por meio de medidas de tendência central (média) e de variabilidade (desvio padrão) para as variáveis numéricas, e de distribuição de frequência para as nominais. Por se tratar de uma amostra homogênea foi utilizado testes paramétricos. Para a comparação das médias dos escores do IMPRAFE e do WHOQOL-Bref foi utilizado o teste *t Student* para amostras independentes, considerando o $p < 0,05$.

2.5 Aspectos éticos

A pesquisa foi realizada após aprovação do Comitê Científico de Iniciação à Pesquisa do Centro Universitário do Cerrado Patrocínio - UNICERP (nº 20171450FIS006) e da autorização das participantes após o esclarecimento referente aos objetivos da pesquisa e posterior assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) concordando em participarem da pesquisa.

O desenvolvimento do estudo atendeu às normas nacionais e internacionais de ética em pesquisa envolvendo seres humanos, estando de acordo com as determinações da Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (CNS), do Ministério de Saúde.

3 | RESULTADOS E DISCUSSÃO

Compuseram este estudo 60 mulheres. Estas foram divididas em dois grupos, sendo o grupo de corredoras (n=31) mulheres e o grupo de não corredoras (n=29).

O perfil das participantes foi delineado quanto à idade média da amostra: idade média de 40,10 ($\pm 10,48$) anos para as mulheres corredoras e idade média de 32,14 ($\pm 12,61$) anos para as mulheres não corredoras.

O indivíduo envelhece de maneira desigual entre si, em ritmos diferentes, ocorrendo as escolhas ao longo da idade, influenciando a qualidade de vida (GONÇALVES; MELO; PEREIRA, 2009). Segundo Silva et al. (2010) as razões notadas em mulheres de meia-vida, na execução de exercícios gerais, é a satisfação, o bem-estar e o convívio,

acompanhando a saúde. O perfil das corredoras deste presente estudo corrobora com os autores acima, pois apresenta um grupo de mulheres de idades maiores que os das não corredoras, identificando maior maturidade nas escolhas de vida, entre elas, a de praticar uma atividade física regular.

Ao verificar os resultados deste estudo, a Tabela 1 apresenta a distribuição da frequência das variáveis sócio-demográficas das corredoras e não corredoras, relacionadas ao estado conjugal, escolaridade e renda mensal.

Observa-se na Tabela 1 o estado conjugal mais mencionado foram a de casada ou que mora com companheiro para os dois grupos. Com relação à escolaridade ambos os grupos concluíram o ensino superior, porém o grupo das mulheres não corredoras apresenta uma menor escolaridade quando comparado ao grupo das corredoras. No que se refere à renda (em salários mínimos) mensal das participantes houve diferença, sendo que 29% das corredoras recebem de 3 a 5 salários mínimos, já as não corredoras 31,0% ganham 1 salário mínimo.

Variáveis	Categorias	Corredoras	Não corredoras
Estado conjugal	Casada ou mora com companheiro	87,1	55,2
	Separada/ Desquitada/ Divorciada	3,2	10,3
	Viúva	3,2	0
	Solteira	6,5	34,5
Escolaridade (em anos)	1º grau	9,7	17,2
	2º grau	25,8	37,9
	Ensino superior	45,2	41,4
	Pós-graduação	19,4	3,4
Renda (em salários mínimos)	Sem renda	19,4	27,6
	Menor que 1 salário mínimo	3,2	6,9
	1 salário mínimo	19,4	31,0
	1 a 3 salários mínimos	25,8	24,1
	3 a 5 salários mínimos	29	10,3
	Mais de 5 salários mínimos	3,2	0

Tabela 1 - Distribuição de frequência (%) das variáveis sócio-demográficas das corredoras e não corredoras

Fonte: Dados da pesquisa.

Segundo Proni (2011), observa-se que o esporte pós-século XX se transformou

em produto de uma sociedade de massa, aonde sucede um gasto extremamente excessivo, havendo uma mercantilização do esporte. Contudo, a corrida de rua que antes era um exercício gratuito tornou-se onerosa, mercantilizada e capturada pelas lógicas de uma população marcada no consumo de alguns produtos industriais. Dessa maneira, no ambiente das corridas de rua as tensões são pertinentes ao novo perfil de corredor, devido especialmente ao seu status social (ROJO et al., 2017). O grupo das corredoras deste estudo está de acordo com os estudos acima em relação à corrida de rua tornar-se um esporte mercantilizado e com um novo perfil de corredores, pois identifica-se que as corredoras apresentam uma renda financeira maior, com maior número de mulheres casadas, indicando condição socioeconômica melhor, pois provavelmente tanto esposo quanto a corredora somam nos rendimentos familiares.

Este estudo também corrobora com Truccolo, Maduro e Feijó (2008) quando identificam que a corrida vem sendo uma das atividades físicas escolhidas pelas pessoas que não interessam pela profissionalização, e que possuem poder aquisitivo maior.

Ao analisar a qualidade de vida das participantes do estudo (Tabela 2) observamos que em todos os domínios avaliados houve uma diferença entre os dois grupos, sendo que o das não corredoras apresentou um menor valor em cada domínio. Nota-se que em todos os itens apresentados na Tabela 2, as corredoras tiveram melhores médias da QV quando comparadas ao outro grupo. A maior média dos escores da qualidade de vida foi no domínio físico seguido de relação social para as corredoras. Já para as não corredoras os domínios mais elevados foram relações sociais e físico.

WHOQOL-BREF	Corredoras		Não corredoras		P
	Média	DP	Média	DP	
Físico	79,95	11,39	72,52	11,88	0,016*
Psicológico	74,60	11,25	70,26	13,76	0,185
Relações Sociais	76,88	14,39	75,00	13,73	0,607
Meio Ambiente	73,39	10,75	67,90	13,12	0,081
Total	76,20	9,56	71,41	9,71	0,059

p<0,05 – Teste t de Student.

Tabela 2 - Qualidade de vida das mulheres corredoras e não corredoras no WHOQOL-BREF

Fonte: Dados da pesquisa.

Conforme os resultados apresentados, o domínio relações sociais é o que apresenta uma menor diferença quando comparado os dois grupos. E quando analisado cada grupo individualmente destaca-se nas corredoras e não corredoras os mesmos domínios - meio ambiente e psicológico, como sendo os que apresentaram uma menor média entre os domínios avaliados.

Neste estudo destacaram-se os resultados mostrando que a prevalência da

melhor QV está no grupo das corredoras. Em relação a percepção geral da QV, o grupo das corredoras de rua tiveram um escore total de 76,20 e as não corredoras de 71,4. Levando em consideração a classificação de Castro; Fracolli (2013), que apontam como muito boa a QV quando a média dos escores está acima de 81, boa entre 61 e 80, nem boa nem ruim entre 41 e 60, ruim entre 21 e 40 e muito ruim escores menores que 20. Tanto as mulheres corredoras quanto as não corredoras do presente estudo foram classificadas como indicando uma boa qualidade de vida geral. Os achados do trabalho de Rodrigues; Quintella (2017) são semelhantes a este estudo, onde a média de QV geral das mulheres também foi classificada como em boa qualidade de vida.

Os itens Físico e Meio Ambiente tiveram diferença de escores médios mais elevados nos grupos comparados entre os níveis de QV. Observa-se uma discrepância maior entre os itens da qualidade de vida foram o Físico, pois segundo Kawakame e Miyadahira (2005) mulheres que praticam atividades diárias tem mais disposição, melhor condicionamento, melhora nos níveis de colesterol (aumento do HDL e diminuição do LDL), prevenção de osteoporose, diminuição dos riscos de doenças cardiovasculares e controle da hipertensão arterial.

Segundo Lucas et al. (2018) a atividade física além de ocasionar benefícios ao nível da saúde física, possibilita também vantagens a nível psicológico. Por associação com condições de bem-estar com a vida, torna-se possível argumentar que os níveis de autoconfiança e autoestima gerem repercussão, colaborando melhoras nas relações de convívio com os outros, reduzindo os níveis de stress e, em consequência, melhorando a saúde mental, aumentando a satisfação com a própria vida. No grupo das mulheres não corredoras o maior escore foi visto no item relações sociais (75,0) e o menor para o item meio ambiente (67,90). Os resultados são semelhantes à de outros estudos realizados, como o de Meissner et al (2017) que o mesmo foi observado com escore maior no domínio relações sociais (77,1) e o menor para o domínio meio ambiente (59,7).

Tedesco (2006) analisou a percepção da qualidade de vida em mulheres que estiveram na corrida de São Silvestre (São Paulo). Percebeu-se que o item com média de escore maior foi no item físico e escore menor de QV foi o meio ambiente. Rodrigues; Quintella (2017) ao averiguarem a QV das participantes apontaram também o domínio ambiental como o pior. Os achados corroboraram com o presente estudo em relação ao grupo de mulheres corredoras de rua, onde a maior média de escore foi no domínio físico e a menor sendo também no meio ambiente.

De acordo com Júnior; Mosquer (2011) o sedentarismo reúne um conjunto de eventualidades fisiológicas que interrompem a capacidade aeróbica, a prática funcional total e as respostas motoras. Essas atitudes acabam por ocasionar uma baixa disposição para os afazeres diários, influenciado assim na qualidade de vida das pessoas. O presente estudo identifica que o grupo das não corredoras apresentou um nível menor de qualidade de vida.

Também foi avaliado o nível de motivação das corredoras e não corredoras,

conforme demonstra a Tabela 3. Verificamos que as não corredoras apresentaram menores índices em todas as dimensões motivacionais (estresse, saúde, social, competição, estética e prazer).

Os resultados mostraram existir diferenças consideráveis entre os índices médios de motivação em realizar atividade física regular. Assim, por meio da verificação dos dados da Tabela 3, percebe-se que as três dimensões mais indicadas como motivacionais para a prática da corrida de rua foram saúde, seguido de prazer e estresse, para os grupos das corredoras. Já para as não corredoras, as três dimensões mais indicadas foram saúde, prazer e estética.

A dimensão que menos apresentou diferenças entre os grupos analisados foi a da saúde. Observa-se que a dimensão Saúde, com escores médios mais elevados, nos dois grupos, apresenta-se como sendo o índice que mais motiva para a prática regular de atividade física.

Nota-se que os três itens com maior discrepância entre as médias de mulheres corredoras e as não corredoras foram os níveis de prazer, estresse e social, no qual o grupo das mulheres corredoras julgam mais importantes, depois da saúde, para a prática de atividade física.

IMPRAFE	Corredoras		Não corredoras		P
	Média	DP	Média	DP	
Estresse	49,74	8,09	38,55	14,48	0,000*
Saúde	54,65	5,05	47,14	14,30	0,009*
Social	43,42	13,35	31,52	16,46	0,003*
Competição	36,90	9,86	28,79	12,29	0,006*
Estética	47,29	10,43	39,52	12,61	0,012*
Prazer	54,23	5,77	41,86	14,13	0,000*

* $p < 0,05$ – Teste t de Student.

Tabela 3 - Nível de motivação à prática de atividade física das corredoras e não corredoras segundo o IMPRAFE-132

Fonte: Dados da pesquisa.

Conforme o estudo de Tomazoni (2012), o resultado encontrado ao perfil das dimensões indica que a Saúde é a que atingiu maior média geral corroborando com os achados desta pesquisa. Quando analisada a ordem das principais dimensões entre a presente pesquisa e o estudo de Tomazoni (2012), as dimensões se diferenciam em nível de importância motivacional. De acordo com Tomazoni (2012) para as mulheres vinculadas a grupos de corrida a ordem como fator motivacional é: saúde, prazer, estética, controle de estresse, sociabilidade e competitividade. Já nas mulheres não vinculadas a grupo de corrida, a sequência das dimensões é: saúde, prazer, controle de estresse, estética, competitividade e sociabilidade.

O estudo atual apresentou para o grupo das corredoras os fatores motivacionais

na seguinte sequência: saúde, prazer, estresse, estética, social e competição. Diferente apenas na inversão de prioridades onde nesta pesquisa o controle do estresse é mais importante que o item estético. E o grupo das não corredoras está de acordo com o estudo de Tomazoni (2012) nos dois primeiros itens – saúde e prazer.

No estudo de Balbinotti et al. (2015), de acordo com os resultados apontados, a saúde é a dimensão motivacional que melhor retrata os motivos de adesão à corrida de rua. Nota-se que as mulheres do presente estudo, que praticam corrida e as que não correm tem o mesmo fator motivacional, corroborando com os resultados de Balbinotti et al.(2015). As mulheres que não praticam atividade física provavelmente devido à falta de tempo, disposição, à dupla jornada do dia a dia, demonstraram que o fator que mais as motivariam a iniciar uma atividade física seriam os benefícios relacionados à saúde.

Para Castro (2014), a corrida não é somente uma atividade física, pois antes de tudo, o indivíduo que executa a corrida percebe uma ligação prazerosa entre o movimento do correr e o contato com o ambiente, corroborando com o estudo, pois o item motivacional prazer foi o segundo motivo para a realização da corrida de rua tanto para as corredoras quanto para as não corredoras. A motivação quanto à prática da corrida visando melhorar o estresse do dia a dia foi a terceira maior escolha do grupo das corredoras, sendo justificado por Castro (2014) como os benefícios da atividade, onde o correr contribui para elevar a autoestima, aumenta disposição, melhora o mal-estar, reduz a ansiedade, dentre outros.

Pode-se observar que o item competição foi o que indica menor motivação à prática da corrida de rua para os dois grupos desta pesquisa estando de acordo com Miranda (2007) e Salgado e Chacon-Mikahl (2006) quando relatam que a corrida tem como sentido o cuidar da saúde, sem significação competitiva em específico. Além do que o exercício competitivo não é sinônimo de bem-estar devido a uma sequência de eventos como o estresse exagerado, riscos de lesões, que frequentemente são efeitos dos treinamentos com cargas excessivas (PAZZIN et al., 2008).

Observa-se que a maior importância relacionada à qualidade de vida e ao item que mais motiva e estimula a prática da atividade física, que neste caso é a corrida de rua, estão ligados à questão de saúde e ao bem-estar físico, que foram os itens de maior relevância para os dois grupos participantes deste estudo (corredoras e não corredoras).

4 | CONCLUSÃO

O presente estudo verificou que quanto ao perfil sócio demográfico, a maioria das praticantes de corrida de rua apresenta idade média maior, são casadas, com ensino superior completo e uma condição socioeconômica maior em relação ao grupo comparativo.

Apesar de os dois grupos de mulheres apresentarem uma boa qualidade de vida geral, observou-se no grupo das corredoras que todos os itens relacionados à qualidade de vida (físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente) apresentaram um nível maior, identificando-se assim, os benefícios da prática regular da atividade física, tendo a corrida de rua como modalidade escolhida. Foi possível identificar que a melhora na saúde física é o que mais comprova a importância da atividade física praticada regularmente.

Quanto à motivação para a prática da corrida de rua, observou-se que a questão da melhora da saúde foi o principal motivo para a realização da atividade física para os dois grupos. Nas mulheres que realizam a corrida de rua regularmente, além da saúde, outros benefícios considerados importantes foram os ganhos relacionados ao prazer em realizar a corrida e a melhoria do estresse. A motivação competitiva é o menos importante para a prática da atividade física mostrando que as mulheres realizam a corrida objetivando uma melhoria da qualidade de vida global e não por questão profissionalizante ou competitiva.

Ao identificar as principais motivações que levam as pessoas a realizarem atividade física como meta de adoção de hábitos de vida saudável, percebeu-se que os programas de exercícios são imprescindíveis para uma melhor qualidade de vida e a saúde.

REFERÊNCIAS

ARONI, A. N.; ZANETTI, M. C.; MACHADO, A. A. **Motivos e dificuldades para a prática de atividade física em academias de ginástica**. Coleção Pesquisa em Educação Física, Campinas, v. 11, n. 4, p. 143-150, 2012.

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.

BALBINOTTI, M. A. A. **Inventário de Motivação à Prática Regular de Atividade Física e/ou Esporte (IMPRAFE-132)**. Porto Alegre: Laboratório de Psicologia do Esporte, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2009. Disponível em: <http://www.cefid.udesc.br/arquivos/id_submenu/1173/inventario_de_motivacao_a_pratica_regular_de_atividade_fisica.pdf> Acesso em: 10 set. 2018.

BALBINOTTI, M. A. A.; CAPOZZOLI, C. J. **Motivação à prática regular de atividade física: um estudo exploratório com praticantes em academias de ginástica**. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, São Paulo, v. 22, n. 1, p. 63-80, 2008.

BALDO, M. **Estudo da motivação à prática de atividades físicas em academias de ginástica**. Revista Educação Física UNIFAFIBE, Bebedouro, v. 4, n. 3, p.98-106, 2015.

BUSS, P. M. **Promoção da saúde e qualidade de vida**. Ciência & saúde coletiva, v. 5, n. 1, p. 163-177, 2000.

CASTRO, D. F. A.; FRACOLLI, L. A. **Qualidade de vida e promoção da saúde: em foco as gestantes**. Mundo Saúde, São Paulo, v. 37, n. 2, p. 159-165, 2013.

CASTRO, G. A. **A percepção de bem-estar em praticante de corrida de rua**. 2014. 71 f. Trabalho

de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2014.

CHACHAMOVICH, E.; FLECK, M. P. A. Desenvolvimento do WOQOL-Bref. In: FLECK, M. P. A. (Org.). **Avaliação de qualidade de vida: guia para profissionais de saúde**. Porto Alegre: Artmed, 2008.

CHIPPERFIELD, J. G. et al. **Differential Determinants of Men's and Women's Everyday Physical Activity in Later Life**. J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci, v. 63, n. 4, p. S211–S218, 2008.

GONÇALVES, K. S. M.; MELO, S. L. P.; PEREIRA, E. G. B. **Análise da qualidade de vida de praticantes de voleibol de praça na zona oeste do município do Rio de Janeiro**. Revista Digital, Buenos Aires, v. 14, n. 132, p. 1, 2009.

JUNIOR, A. P.; MOSQUER, B. A. S. **Comparação da qualidade de vida em mulheres praticantes e não praticantes de exercícios físicos regulares**. Pleiade, Foz do Iguaçu, v. 9, n. 9, p. 7-32, 2011.

KAWAKAME, P. M. G.; MIYADAHIRA, A. M. K. **Qualidade de vida de estudantes de graduação em enfermagem**. Revista da Escola de Enfermagem da USP, v. 39, n. 2, p. 164-72, 2005.

LUCAS, C. et al. **Exercício físico e satisfação com a vida**. PsychTech & Health Journal, v. 1, n. 2, p. 38-47, 2018.

MEISSNER, G. R. et al. **Percepção de qualidade de vida e variáveis sociodemográficas em mulheres praticantes de corrida de rua**. Revista Brasileira de Qualidade de Vida, Ponta Grossa, v. 9, n. 2, p. 114-124, 2017.

MIRANDA, C. F. **Como se vive de atletismo: um estudo sobre profissionalismo e amadorismo no esporte, com olhar para as configurações esportivas**. 2007. 140 f. Dissertação (Mestrado em Ciências do Movimento Humano) - Escola de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2007.

PAZZIN, J. et al. **Corredores de rua: característica demográfica, treinamento e prevalência de lesões**. Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano, Florianópolis, v. 10, n. 3, p. 277-282, 2008.

PRONI, M. W. **Proposições para o estudo do esporte contemporâneo**. The Journal of the Latin American Socio-cultural Studies of Sport (ALESDE), v. 1, n. 1, p. 166-182, 2011.

RODRIGUES, M.M.; QUINTELLA, F. R.A. **Qualidade de Vida e morbidade referida de mulheres produtivamente ativas**. Enfermería Global, n. 46, p. 258-269, 2017.

ROJO, J. R. et al. **Transformações no modelo de corridas de rua no Brasil: um estudo na Prova Rústica Tiradentes**. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, v. 25, n. 1, p. 19-28, 2017.

SALGADO, J. V. V.; CHACON-MIKAIL, M. P. T. **Corrida de rua: análise do crescimento do número de provas e de praticantes**. Conexões, Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP, Campinas, v. 4, n. 1, p. 90-99, 2006.

SILVA, W. F. et al. **Os benefícios da atividade física para a qualidade de vida dos idosos em clube de terceira idade na cidade de Porteirinha, Minas Gerais**. Revista digital, Buenos Aires, v. 15, n. 149, 2010.

TEDESCO, J. **Avaliação da qualidade de vida em participantes da prova de São Silvestre**. 2006. 199 f. Tese (Doutorado em Medicina) - Universidade de São Paulo, São Paulo, 2006.

TOMAZONI, F. **Fatores motivacionais que levam pessoas a prática e participação competitiva**

de corrida de rua. 2012. 52 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2012.

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

SOBRE O ORGANIZADOR

BENEDITO RODRIGUES DA SILVA NETO Possui graduação em Ciências Biológicas pela Universidade do Estado de Mato Grosso (2005), com especialização na modalidade médica em Análises Clínicas e Microbiologia. Em 2006 se especializou em Educação no Instituto Araguaia de Pós graduação Pesquisa e Extensão. Obteve seu Mestrado em Biologia Celular e Molecular pelo Instituto de Ciências Biológicas (2009) e o Doutorado em Medicina Tropical e Saúde Pública pelo Instituto de Patologia Tropical e Saúde Pública (2013) da Universidade Federal de Goiás. Pós-Doutorado em Genética Molecular com concentração em Proteômica e Bioinformática. Também possui seu segundo Pós doutoramento pelo Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Ciências Aplicadas a Produtos para a Saúde da Universidade Estadual de Goiás (2015), trabalhando com Análise Global da Genômica Funcional e aperfeiçoamento no Institute of Transfusion Medicine at the Hospital Universitätsklinikum Essen, Germany. Palestrante internacional nas áreas de inovações em saúde com experiência nas áreas de Microbiologia, Micologia Médica, Biotecnologia aplicada a Genômica, Engenharia Genética e Proteômica, Bioinformática Funcional, Biologia Molecular, Genética de microrganismos. É Sócio fundador da “Sociedade Brasileira de Ciências aplicadas à Saúde” (SBCSaúde) onde exerce o cargo de Diretor Executivo, e idealizador do projeto “Congresso Nacional Multidisciplinar da Saúde” (CoNMSaúde) realizado anualmente no centro-oeste do país. Atua como Pesquisador consultor da Fundação de Amparo e Pesquisa do Estado de Goiás - FAPEG. Coordenador do curso de Especialização em Medicina Genômica e do curso de Biotecnologia e Inovações em Saúde no Instituto Nacional de Cursos. Como pesquisador, ligado ao Instituto de Patologia Tropical e Saúde Pública da Universidade Federal de Goiás (IPTSP-UFG), o autor tem se dedicado à medicina tropical desenvolvendo estudos na área da micologia médica com publicações relevantes em periódicos nacionais e internacionais.

Agência Brasileira do ISBN
ISBN 978-85-7247-400-9

