

REGULAÇÃO MOTIVACIONAL NA CORRIDA DE RUA: UMA ANÁLISE DESCRITIVA E COMPARATIVA ENTRE SEXOS

Luma Sabrina Da Silva Moraes¹; Andreza Do Socorro Dantas Oliveira²; Luis Gabriel Tavares Da Silva³; Hugo Enrico Machado⁴; Eduardo Penna⁵.

DOI: 10.47094/IIICOBRASAFIMES.2026/RS/3

RESUMO

Introdução: A motivação é um dos fatores associados à permanência e adesão à prática do exercício físico. Na corrida de rua, compreender os tipos motivacionais ajuda a explicar o início e a continuidade da prática. Ademais, evidências indicam que homens e mulheres podem apresentar perfis distintos de motivação. Porém, na corrida de rua, os achados ainda são inconsistentes, sendo necessário maior compreensão sobre essas diferenças. **Objetivo:** Analisar e comparar os tipos de motivação entre os sexos em corredores de rua. **Metodologia:** Estudo observacional, transversal, de caráter descritivo e inferencial, aprovado pelo Comitê de Ética sob parecer: 8.291.834. A coleta de dados ocorreu de forma online (Google Forms), incluindo TCLE, anamnese e o Sport Motivation Scale-II (SMS-II). Para análise estatística, utilizou-se o teste de Mann-Whitney independente, devido à não normalidade dos dados. Os dados foram analisados no software Jasp (versão 0.19.3), considerando as 6 dimensões do SMS-II. **Resultados:** Homens (H) apresentaram maiores valores médios em Regulação Integrada ($H = 5,53 \pm 1,50$; $M = 5,17 \pm 1,83$; $U = 167,00$; $p = 0,54$); Regulação Introjetada ($H = 5,19 \pm 1,46$; $M = 5,13 \pm 1,25$; $U = 187,00$; $p = 0,96$); Regulação Externa ($H = 3,30 \pm 2,48$; $M = 2,05 \pm 1,48$; $U = 137,00$; $p = 0,13$); Desmotivação ($H = 2,94 \pm 1,94$; $M = 2,13 \pm 1,16$; $U = 151,00$; $p = 0,28$). Esses resultados mostram que o perfil não possui padrão dominante, caracterizado pela presença de componentes autodeterminados e ausência de motivação. Em contrapartida, as mulheres apresentaram maiores valores médios na Regulação Intrínseca ($M = 6,11 \pm 1,09$; $H = 5,82 \pm 1,34$; $U = 201,00$; $p = 0,73$) e Regulação Identificada ($M = 6,03 \pm 1,27$; $H = 5,77 \pm 1,41$; $U = 206,00$; $p = 0,63$), indicando um perfil mais autodeterminado associado à prática por prazer e por valorização pessoal da atividade. Apesar de identificadas diferenças descritivas entre os grupos, não houve diferenças estatísticas. **Conclusão:** Embora haja tendências descritivas, homens apresentaram um perfil motivacional mais heterogêneo, enquanto as mulheres apresentaram um perfil mais autodeterminado. Não foram observadas diferenças na motivação entre os sexos.

PALAVRAS-CHAVE: Diferença de gênero. Exercício. Psicologia.