International Physical And Sport Education Federation
FIEP Bulletin On-line
ISSN-0256-6419 - Impresso
ISSN 2412-2688 - Eletrônico
www.fiepbulletin.net

SOCIODEMOGRAPHIC AND SAFETY PROFILE: RUNNERS AROUND THE MARACANÃ

TIBÉRIO COSTA JOSÉ MACHADO, Ms.[1,2,4]
MAURO MORAES MACÊDO, Dr.[1,2,3]

OPPEL- Observatório de Políticas Públicas, Esporte e Lazer[1]
FIEPS- Federação Internacional de Educação Física e Esportiva[2]
Unigenesys University[3]
Instituto Crescer com Meta[4]
maurommacedo@gmail.com

Abstract

The study investigates the sociodemographic profile and the perception of safety of street runners in the surroundings of the Maracanã Sports Complex, in Rio de Janeiro, based on the premise that the conditions of the built environment and the feeling of safety determine adherence to bodily practices in public spaces. This is a descriptive-exploratory case study with 404 runners, using a semi-structured questionnaire of thirty-three questions validated by five PhDs and analysed through descriptive statistics. The results revealed a predominantly female public (74.54%), concentrated between thirty and sixty years of age, running five to ten kilometres per session, three to four days a week; 51.13% have been practising for more than three years. Most arrive on foot or running and live within a two-kilometre radius, which confirms the role of the space as a proximity facility and favours active mobility. The perception of safety proved paradoxical: 90.45% feel safer in the presence of other runners, although 68.63% train alone and 85.23% do so in the morning. The absence of policing, insufficient lighting and low pedestrian circulation were the strongest factors of insecurity, added to infrastructure gaps. It is concluded that the vitality of the site depends less on the existence of the large facility itself and more on the perceived quality of the surrounding public space, which supports policies of urban qualification and of broader adherence to bodily practices in the open air.

Keywords: street running; perception of safety; public leisure spaces.

PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO Y DE SEGURIDAD: CORREDORES ALREDEDOR DEL MARACANÃ

Resumen

El estudio investiga el perfil sociodemográfico y la percepción de seguridad de los practicantes de carrera de calle en los alrededores del Complejo Deportivo del Maracanã, en Río de Janeiro, partiendo de la premisa de que las condiciones del entorno construido y la sensación de seguridad determinan la adhesión a las prácticas corporales en espacios públicos. Se trata de un estudio de caso descriptivo-exploratorio con 404 corredores, mediante un cuestionario semiestructurado de treinta y tres preguntas validado por cinco doctores y analizado con estadística descriptiva. Los resultados revelaron un público mayoritariamente femenino

(74,54%), concentrado entre treinta y sesenta años, con cinco a diez kilómetros por entrenamiento y una frecuencia de tres a cuatro días semanales; el 51,13% practica desde hace más de tres años. La mayoría llega al lugar a pie o corriendo y reside en un radio de hasta dos kilómetros, lo que confirma la función del espacio como equipamiento de proximidad y favorece la movilidad activa. La percepción de seguridad se mostró paradójica: el 90,45% se siente más seguro en presencia de otros corredores, aunque el 68,63% entrena solo y el 85,23% lo hace por la mañana. La ausencia de vigilancia policial, la iluminación insuficiente y la escasa circulación de personas fueron los factores de mayor inseguridad, sumados a carencias de infraestructura. Se concluye que la vitalidad del lugar depende menos de la existencia del equipamiento de gran porte y más de la calidad percibida del espacio público que lo rodea, lo que respalda políticas de cualificación urbana y de ampliación de la adhesión a las prácticas corporales al aire libre.

Palabras clave: carrera de calle; percepción de seguridad; espacios públicos de ocio.

PROFIL SOCIODÉMOGRAPHIQUE ET DE SÉCURITÉ : LES COUREURS AUTOUR DU MARACANÃ

Résumé

L'étude examine le profil sociodémographique et la perception de sécurité des pratiquants de course de rue aux abords du Complexe Sportif du Maracanã, à Rio de Janeiro, en partant du postulat que les conditions de l'environnement bâti et le sentiment de sécurité déterminent l'adhésion aux pratiques corporelles dans les espaces publics. Il s'agit d'une étude de cas descriptive et exploratoire menée auprès de 404 coureurs, au moyen d'un questionnaire semi-structuré de trente-trois questions validé par cinq docteurs et analysé par statistique descriptive. Les résultats ont révélé un public majoritairement féminin (74,54 %), concentré entre trente et soixante ans, parcourant cinq à dix kilomètres par entraînement avec une fréquence de trois à quatre jours par semaine ; 51,13 % pratiquent depuis plus de trois ans. La majorité arrive sur place à pied ou en courant et réside dans un rayon de deux kilomètres, ce qui confirme la fonction de l'espace comme équipement de proximité et favorise la mobilité active. La perception de sécurité s'est révélée paradoxale : 90,45 % se sentent plus en sécurité en présence d'autres coureurs, bien que 68,63 % s'entraînent seuls et que 85,23 % le fassent le matin. L'absence de présence policière, l'éclairage insuffisant et la faible circulation de personnes ont été les facteurs d'insécurité les plus marquants, auxquels s'ajoutent des lacunes d'infrastructure. On conclut que la vitalité du lieu dépend moins de l'existence de l'équipement de grande envergure que de la qualité perçue de l'espace public qui l'entoure, ce qui appuie les politiques de qualification urbaine et d'élargissement de l'adhésion aux pratiques corporelles en plein air.

Mots-clés: course de rue ; perception de sécurité ; espaces publics de loisirs.

PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO E DE SEGURANÇA: CORREDORES EM TORNO DO MARACANÃ

Resumo

O estudo investiga o perfil sociodemográfico e a percepção de segurança dos praticantes de corrida de rua do entorno do Complexo Esportivo do Maracanã, no Rio de Janeiro, partindo da premissa de que as condições do ambiente construído e a sensação de segurança determinam a adesão às práticas corporais em espaços públicos. Trata-se de estudo de caso descritivo-exploratório com 404 corredores, mediante questionário semiestruturado de trinta e três perguntas validado por cinco doutores e analisado por estatística descritiva. Os resultados revelaram público majoritariamente feminino (74,54%), concentrado entre trinta e

sessenta anos, com cinco a dez quilômetros por treino e frequência de três a quatro dias semanais; 51,13% praticam há mais de três anos. A maioria chega ao local a pé ou correndo e reside em um raio de até dois quilômetros, o que confirma a função do espaço como equipamento de proximidade e favorece a mobilidade ativa. A percepção de segurança mostrou-se paradoxal: 90,45% se sentem mais seguros na presença de outros corredores, embora 68,63% treinem sozinhos e 85,23% o façam pela manhã. A ausência de policiamento, a iluminação insuficiente e a pouca circulação de pessoas foram os fatores de maior insegurança, somados a lacunas de infraestrutura. Conclui-se que a vitalidade do local depende menos da existência do equipamento de grande porte e mais da qualidade percebida do espaço público que o circunda, o que subsidia políticas de qualificação urbana e de ampliação da adesão às práticas corporais ao ar livre.

Palavras-chave: corrida de rua; percepção de segurança; espaços públicos de lazer.

Introdução

O Homem enquanto ser bípede, desenvolveu o deslocamento a partir da movimentação dos membros inferiores como uma peculiaridade primordial de sua locomoção, traço este morfofuncional que distinguiu o gênero Homo no panorama evolutivo dos primatas (Morris, 1969). A partir dessa matriz locomotora emergiram duas modalidades distintas e fundamentais, sendo elas a caminhada e a corrida, as quais embora partilhem o mesmo substrato anatômico, apresentam significativa diferenciação quanto a mecânica, velocidade de translação e ao dispêndio energético, assim como apresentaram Santos e Nascimento (2022).

Na sociedade hodierna, a corrida de rua consolidou-se como uma das modalidades esportivas de maior adesão e aceitação, registrando um crescimento expressivo no número de praticantes em escala global (Fonseca et. al., 2019). Tal crescimento pode ser explicado ou justificado por duas condições estruturantes: a acessibilidade da prática, que prescinde de infraestrutura especializada e de equipamentos robustos e sofisticados, juntamente com baixo custo de adesão, que tornou o respectivo esporte viável (Souza, et. al., 2023).

Não é demais lembrar que a cidade do Rio de Janeiro, assim como registraram Barroso e Fernandes (2018) apresenta invulgar e inconteste predestinação para realização de atividades físicas e desportivas ao ar livre, sendo tais práticas favorecidas por sua geografia peculiar e por uma tradição consolidada de práticas corporais em espaços abertos. Não obstante, vale lembrar que locais abertos apresentam singularidades não controladas, que transcendem o domínio do praticante e carecem de forma inequívoca da intervenção estatal, com o propósito de aprimorar tais condições e, assim, proporcionar maior segurança e comodidade.

Contudo, respeitante a corrida de rua, a despeito da existência de distintas áreas destinadas a pratica da modalidade na cidade, é necessário trazer à baila que parcela significativa dos locais existentes não atendem de forma plena aos anseios e carências dos praticantes. A percepção de segurança e a ausência de infraestrutura adequada configuram-

se como barreiras fidedignas à fruição do espaço urbano, comprometendo a adesão e a permanência das práticas corporais. Ainda sobre a segurança percebida, o respectivo fator emergiu como fator inibidor da atividade física em ambientes abertos, com impacto diferenciado conforme o gênero, faixa etária e horário de prática, além de evidências que associam a iluminação deficiente e o assédio urbano à percepção de vulnerabilidade entre corredores (Mendes, et. al., 2014).

Neste cenário, o entorno do Complexo do Maracanã, situado na Zona Norte da cidade do Rio de Janeiro, emergiu como lócus de significativa afluência de praticantes de corrida de rua, modalidade cujo fenômeno aflora de forma acentuada no território. A despeito da relevância social e urbana de equipamentos esportivos desta magnitude, De Assis et. al. (2025) evidenciou que a percepção de segurança e as condições do ambiente construído constituem determinantes centrais da adesão e da permanência das práticas corporais em espaços públicos abertos, sendo necessária ações fidedignas para compreensão destes locais e o impacto que eles promovem na vida dos beneficiários. Sendo assim, o estudo em tela investigou o perfil sociodemográfico e a percepção de segurança dos praticantes de corrida de rua que frequentam o entorno do Complexo Esportivo do Estádio Jornalista Mário Filho, popularmente conhecido como Maracanã, na cidade do Rio de Janeiro.

Metodologia

Para realização do estudo optou-se pela utilização do recurso metodológico Estudo de Caso, que de acordo com Marconi e Lakatos (2007) surgiu como modalidade de investigação científica que apresenta caráter descritivo e se notabilizou por investigar fenômenos contemporâneos inseridos em seu contexto de ocorrência, concomitante ao levantamento aprofundado de dados e informações que apresentam relação indubitável com o fenômeno investigado. Thomas, Nelson e Silverman (2012) discorreram que a respectiva técnica metodológica possui caráter descritivo exploratório, sendo aquela onde as problemáticas investigadas podem ser respondidas ou resolvidas através de ações como a observação, análise e descrição.

A população do estudo foi formada por quatrocentos e quatro praticantes de corrida de rua, maiores de dezoito anos e de ambos os sexos que praticam a respectiva modalidade esportiva no entorno do Complexo do Maracanã e que aquiesceram ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. O instrumento utilizado foi um questionário semiestruturado composto por trinta e três perguntas, que foi valido por um júri de experts formado por cinco Doutores atuantes no universo do Esporte, da Prática de Atividade Física e da Sociologia do Esporte, sendo por este júri aprovado e tendo as sugestões acolhidas e incorporadas integralmente ao instrumento.

Para o tratamento estatístico dos resultados, empregou-se a estatística do tipo descritiva que consiste em um conjunto de procedimentos e técnicas que visam resumir,

organizar, sintetizar e apresentar os dados coletados de forma clara e compreensível, permitindo uma visão global do fenômeno estudado sem a intenção de realizar generalizações (Crespo, 2009; Triola, 2014). Foram utilizadas tabelas com percentuais e distribuição de frequências.

Resultados

Os resultados encontrados no estudo, os achados concernentes ao perfil sociodemográfico e à estrutura etária revelaram indicadores de relevância substantiva e inconteste, os quais corroboraram a compreensão de ambos os eixos investigados. A amostra foi composta por um público majoritariamente feminino, correspondente a 74,54% ou 328 participantes, em contraposição a 25,45% ou 112 participantes do gênero masculino. Em que pese à faixa etária do grupo, a Tabela 1 sistematizou os achados obtidos, com a finalidade de proporcionar uma compreensão aprofundada do perfil investigado.

Tabela 1: Estrutura Etária do Grupo Amostral

Faixa Etária	Percentual (%)	Frequência Absoluta
18 a 29 anos	12,95%	57
30 a 45 anos	43,63%	192
46 a 60 anos	34,54%	152
Acima de 60 anos	8,86%	39

Sobre a distância percorrida pelos participantes do estudo, a Tabela/Quadro 2 apresentou a caracterização deste indicador em duas perspectivas distintas, isto é, apresentando a distância média percorrida nos treinos diário, além da distância total aproximada dos treinos semanais.

Quadro 1: Distância Média Percorrida por Sessão de Treinamento e Estimativa de Distância Semanal

Distância por Treino		**Percentual (%)**		**Distribuição de Frequência**	
5 Km		27,5%		121	
5 – 10 KM		59,54%		262	
10 – 15 Km		11,59%		51	
15 – 20 KM		1,36%		6	
Distância Semanal	**Percentual (%)**	**Distribuição de Frequência**	**Distância Semanal**	**Percentual (%)**	**Distribuição de Frequência**
Até 5 km	0,90	4	20 – 25 km	29,54	130
5 – 10 km	3,86	17	25 – 30 km	8,18	36
10 – 15 km	21,36	94	30 - 40 km	1,81	8
15 – 20 km	33,63	148	> 40 km	0,68	3

Respeitante a assiduidade de realização dos treinos, em outras palavras, a frequência da prática de atividade física, quantificada em dias por semana, a Tabela 2 evidenciou que o

público, de forma majoritária e preponderante, frequenta o espaço com significativa regularidade, conforme se depreende da distribuição apresentada a seguir.

Tabela 2: Indicadores de Frequência e de Intensidade da Prática de Atividade Física

Frequência Semanal	Percentual (%)	Distribuição de Frequência
1 a 2 dias	21,81%	96
3 a 4 dias	66,13%	291
5 a 7 dias	12,04%	53

Acerca da capilaridade exercida pelo entorno do Complexo do Maracanã, os resultados indicaram que o referido espaço detém expressiva representatividade, alcançando uma parcela importante de usuários em um raio de até 2 km, mas sem deixar de atrair usuários de outras distâncias maiores. Esse dado corroborou pra consolidação da importância do local enquanto equipamento público de lazer e prática esportiva de proximidade, favorecendo de sobremaneira a mobilidade ativa, por intermédio da caminhada ou da própria corrida, assim como apresentado na Tabela 3.

Tabela 3 - Padrões de Deslocamento e Modais de Acesso dos Usuários

Tipo de Deslocamento			**Distância Média**		
Categoria	Percentual (%)	Distribuição de Frequência	Categoria	Percentual (%)	Distribuição de Frequência
Caminhada/ Corrida	85,68	377	< 2 km	62,5	275
Carro/Moto	5,68	25	2 - 5 km	33,18	146
Transporte Público	8,63	38	5 - 10 km	1,36	6
			> 10 km	2,95	13

Sobre o tempo de prática da modalidade corrida de rua, os resultados permitiram inferir que uma parcela relevante do grupo investigado pratica a modalidade por um período superior a três anos, conforme apresentado na Tabela 4. Ainda sobre o achado, tornou-se pertinente registrar que tal fato evidenciou a relação estabelecida entre a prática esportiva e à contexto axiológico dos investigados.

Tabela 4 - Tempo de Adesão à Prática da Corrida de Rua

Tempo de Prática	Percentual (%)	Distribuição de Frequência
6 meses	9,31%	41
6 meses a 1 ano	19,77%	87
1 a 2 anos	5,45%	24
2 a 3 anos	14,31%	63

Mais de 3 anos	51,13%	225

Nas questões concernentes à realização de outras atividades físicas e esportivas, para além da corrida de rua, os achados indicaram que 97,72%, ou seja, 430 indivíduos relataram realizar outras atividades, com maior incidência para musculação, como disposto na tabela 5.

Tabela 5 - Prática Concomitante de Outras Atividades Físicas e Esportivas

Modalidade	Percentual (%)	Distribuição de Frequência	Modalidade	Percentual (%)	Distribuição de Frequência
Musculação	63,63	280	Natação	7,27	32
Funcional	27,27	120	Hidroginástica	6,81	30
Ciclismo	14,77	65	CrossFit	2,5	11
Localizada	7,5	33	Natação	2,5	11

Prosseguindo e adentrando no universo do horário de utilização do espaço e a percepção de segurança dos usuários, os dados indicaram que a presença de outros corredores no local proporcionou maior sensação de segurança, percepção manifestada por 90,45% ou 398 participantes. No entanto, 68,63% ou 302 indivíduos costumam correr majoritariamente sozinhos, isto é, sem companhia. Ademais, a Tabela 6 apresentou os resultados do turno de treino do grupo amostral, bem como ao período do dia em que os participantes consideram o espaço mais seguro.

Tabela 6 – Turno de Treino e Período do Dia de Maior Segurança Percebida

	Turno de Treino			Sensação de Segurança	
Modalidade	Percentual (%)	Distribuição de Frequência	Modalidade	Percentual (%)	Distribuição de Frequência
Manhã	85,23	375	Manhã	90	396
Tarde	11,14	49	Tarde	8,41	37
Noite	3,41	15	Noite	1,14	5
Variável	0,23	1	Variável	0,45	2

Prosseguindo na exposição dos resultados, imprescindível compreender os principais fatores motivacionais que conduzem os usuários à prática da corrida de rua no entorno do Complexo Esportivo do Maracanã. A proximidade do local emergiu como ponto de maior destaque, indicado por 65,68% ou 289 participantes, ao passo que a presença de outros corredores no ambiente figurou como segundo motivo de maior incidência, com 28,86% ou 127 indivíduos. Nesta esteira, ainda sobre a temática da motivação para à prática da corrida de rua, a Tabela 7 sistematizou os indicadores que registraram incidência.

Tabela 7 – Fatores Motivacionais Determinantes para a Prática da Corrida de Rua no Entorno do Complexo Esportivo do Maracanã

Motivação	Frequência (n)	Percentual (%)	Motivação	Frequência (n)	Percentual (%)
Cuidar da saúde	74,77%	329	Aliviar o estresse e relaxar	29,09%	128
Condicionamento físico	67,95%	299	Recomendação médica	23,41%	103
Atividade ao ar livre	64,09%	282	Treinamento sem custo	19,77%	87
Gosto de correr	62,50%	275	Participar de provas e desafios	17,95%	79
Perder peso	55,68%	245	Socializar e fazer amizade	15,23%	67
Incentivo de amigos/ familiares	43,86%	193	Praticidade para se exercitar	12,73%	56

Na perspectiva de compreender a percepção dos participantes da pesquisa acerca da sensação de segurança, a Tabela 8 apresentou os resultados relativos a seis questões, nas quais os respondentes puderam atribuir notas entre 1 e 5, sendo a maior nota associada a um maior grau de eficiência ou satisfação.

Tabela 8 - Percepção de Segurança dos Praticantes de Corrida de Rua no Entorno do Complexo Esportivo do Maracanã

Indicadores	1		2		3		4		5	
	%	D.F	%	D.F	%	D.F	%	D.F	%	D.F
correr sozinho(a) durante o dia.	8,41	37	11,59	51	20,23	89	25,91	114	33,86	149
correr sozinho(a) durante a noite	52,05	229	24,09	106	12,95	57	10,00	44	0,91	4
Iluminação pública	27,05	119	12,50	55	14,77	65	24,77	109	20,91	92
Presença de outros corredores	5,91	26	11,14	49	21,59	95	22,27	98	39,09	172
Policiamento	41,14	181	22,27	98	18,86	83	13,18	58	4,55	20
Evitei treinar por medo da violência	3,41	15	8,41	37	60,91	268	9,55	42	17,73	78

Ainda no âmbito da sensação de segurança, no entanto sob a perspectiva da confiança em portar aparelhos eletrônicos ou objetos de valor durante a prática da corrida de rua, a Tabela 9 apresentou a percepção do público participante do estudo, tendo como indicador a escala de valores de 1 a 5, como na tabela anterior.

Tabela 9 - Percepção de Segurança quanto ao Porte de Aparelhos Eletrônicos e Objetos de Valor durante a Prática da Corrida de Rua no Entorno do Complexo Esportivo do Maracanã

	1		2		3		4		5	
	%	D.F	%	D.F	%	D.F	%	D.F	%	D.F
Smartphone	28,41	125	30,23	133	18,64	82	12,05	53	10,91	48
Relógio GPS/Smartwatch	10,23	45	18,41	81	24,09	106	17,95	79	29,32	129
Cartão Crédito/Débito	21,14	93	25,23	111	27,05	119	16,59	73	10,00	44
Fone de Ouvido	0,23	1	1,36	6	9,77	43	32,50	143	56,14	247
Dinheiro	2,73	12	8,86	39	37,95	167	29,09	128	21,36	94
Documentos Pessoais	7,50	33	19,55	86	28,86	127	20,68	91	23,41	103
Chaves de casa ou carro	7,73	34	24,32	107	20,23	89	21,82	96	25,91	114
Joias ou acessórios de valor	53,41	235	27,95	123	10,68	47	5,23	23	2,73	12

Entre os fatores que apresentaram maior influência na sensação de segurança dos usuários do entorno do Complexo Esportivo do Maracanã, a ausência de policiamento alcançou maior incidência com 74,77% ou 329 indivíduos apontando a respectiva alternativa, seguida pela insuficiência da iluminação pública com 67,95% ou 299 indivíduos, além da pouca movimentação de pessoas e existência de comércios na região com 63,86% ou 281indivíduos e por fim o piso irregular ou em más condições do espaço que foi apontada por 49,09% ou 216 indivíduos. Sendo assim, tais resultados denotam que neste ponto a sensação de segurança deixou de atuar no aspecto da segurança física e chegou ao universo da segurança física dos usuários.

Prosseguindo, é mister apresentar que 48,4% ou 213 indivíduos reconheceram a existência de sinalização adequada no espaço, ao passo que 45,90 % ou 202 indivíduos não

apresentaram a mesma percepção apontando a inexistência de sinalização, juntamente com a ausência de sombras e arborização, bebedouros e áreas de apoio.

Concernente ao acompanhamento ou indicação dos treinos sob a supervisão de um Profissional de Educação Física, ao suporte interdisciplinar prestado por outros Profissionais, a exemplo do Nutricionista e do fisioterapeuta, bem como à prática de exercícios específicos e com vistas à prevenção de lesões provenientes da prática da corrida de rua, a Tabela 10 elucidou os indicadores aferidos, lançando luz sobre tais dimensões.

Tabela 10 - Acompanhamento multiprofissional dos treinos e prática de exercícios com vistas à prevenção de lesões

Profissionais de Educação Física			
Sim		Não	
%	D.F	%	D.F
51,81	228	48,18	212
Profissionais Multidisciplinares			
Sim		Não	
%	D.F	%	D.F
45,22	199	54,77	241
Assessorias ou Grupos de Corrida			
Sim		Não	
%	D.F	%	D.F
44,31	195	55,68	245
Prevenção de Lesões			
Sim		Não	
%	D.F	%	D.F
76,36	336	23,63	104

Em que pese a utilização de banheiros no espaço do entorno do Complexo Esportivo do Maracanã, a Tabela 11 apresentou as informações pertinentes a respectiva questão.

Tabela 11 – Utilização de banheiros no entorno do Maracanã

Utilização de Banheiros			
Sim		Não	
%	D.F	%	D.F
46,36	204	53,63	236

Não obstante, dentre os participantes que informaram utilizar os banheiros durante seus treinos na região, 92,64% ou 189 indivíduos relataram que tais instalações apresentam ter origem privada. Em que pese a conservação dos locais, a limpeza, a manutenção e a disponibilidade emergiram como alternativa de maiores dificuldades encontradas para utilização plena alcançando incidência de 88,72% ou 181 indivíduos.

Discussão dos Resultados

Os achados do estudo indicaram o predomínio expressivo do público feminino, constitui o primeiro indicador de relevância substantiva. Tal configuração, longe de representar mera particularidade amostral, dialoga intrinsecamente com as distintas desigualdades de gênero existentes no que respeita ao acesso a atividade física e ao lazer no Brasil. Wendt et al. (2021) e Oliveira et al. (2023) discorreram através de seus estudos acerca da prevalência sistematicamente inferior de atividade física no tempo livre do público feminino quando comparadas ao público masculino, desigualdade que segundo os autores citados é crescente, porém contrastou com os resultados obtidos e emergiu como uma peculiaridade relevante. O reconhecimento e a crescente notoriedade da corrida de rua enquanto uma modalidade esportiva de inconteste acessibilidade prática, por prescindir de infraestrutura complexa e horários rígidos, constituiu-se fator relevante e decisivo para sua aceitação e expansão na sociedade hodierna, conforme asseveraram Santos e Borges (2023).

Respeitante a distribuição etária tornou-se possível apresentar que a concentração majoritária na faixa de 30 a 60 anos, o que simbolizou a heterogeneidade da amostra. Contudo, Sousa (2023) apresentou que a prática regular de atividade física é importante em todas as idades, podendo ser adaptada as distintas faixas etárias existentes. Montenegro (2025) inferiu que a corrida de rua em particular tem sido associada a distintos benefícios no âmbito biopsicossocial, devendo a respectiva prática ser fomentada, porém com a devida orientação técnica.

O volume semanal de prática de atividade física identificado no estudo, majoritariamente entre 10 e 25 quilômetros, encontrou respaldo e amparo nas recomendações internacionais de atividade física, no que respeita a evidência de dose-resposta sobre corrida e mortalidade. De acordo com a literatura os volumes moderados de corrida semanal, assim como os identificados neste estudo, estão intrinsecamente associados a reduções substanciais do risco de mortalidade por todas as causas, sem que volume superiores de exercícios acrescentem benefícios proporcionais significantes, o que alcançou outro achado importante do estudo em que pese a motivação para prática da corrida de rua. (WHO, 2020). Já tratando do indicador frequência semanal, onde o fator majoritário de incidência registrado foi de 3 a 4 dias de prática de corrida de rua, Oliveira et al. (2023) registrou que a população brasileira majoritariamente apresenta quadro de inatividade, contrastando com os achados do estudo.

Os achados concernentes à orientação profissional revelam um panorama ambivalente. Observou-se que pouco mais da metade dos praticantes declararam receber acompanhamento de Profissional de Educação Física, ao passo que parcela considerável permanece destituída de tal supervisão. No entanto, de modo análogo, menos da metade conta com o suporte de Profissionais Multidisciplinares, como Nutricionista e Fisioterapeuta

e proporção semelhante integra Assessorias ou Grupos de Corrida, configurando, em todos os estratos, considerável parcela de praticantes desprovida de acompanhamento qualificado. Tal realidade é particularmente inquietante à luz da literatura, assim como depreenderam Sandi, Portela & Vidal (2026) que ao investigarem corredores amadores brasileiros, constataram prevalência global numa parcela superior a 1/3 do grupo amostral, ressaltando que a orientação profissional, embora associada a maiores volumes e intensidades de treino, não reduz isoladamente a ocorrência de lesões, sendo imprescindível sua articulação com estratégias preventivas e progressão gradual, assim como encontrados no estudo onde a maioria asseverou realizar ações preventivas.

O predomínio expressivo do deslocamento a pé ou em corrida até a região do entorno do Complexo Esportivo do Maracanã e a concentração de usuários em raio de até 2 km evidenciou a função do equipamento como espaço de proximidade, favorecendo a mobilidade ativa. Tal achado convergiu com a literatura sobre o ambiente construído e a atividade física, que assinala a associação entre a proximidade de espaços públicos de lazer e esporte e a maior prática de deslocamento ativo (Kretschmer & Dumith, 2020). A mobilidade ativa, ao integrar a caminhada e a corrida ao cotidiano, configura-se como estratégia de saúde pública de relevância inconteste e imensurável, na medida em que amplia o volume de atividade física sem custos adicionais de deslocamento, em consonância com as diretrizes da Organização Mundial da Saúde (WHO, 2020). A capilaridade observada, portanto, não apenas consolida o entorno do Complexo Esportivo do Maracanã como equipamento esportivo de proximidade, mas também sinalizou seu potencial na promoção de estilos de vida ativos em escala local.

A constatação de que a maioria dos participantes praticam corrida de rua há mais de três anos, somada à parcela que acumula entre dois e três anos de prática, revelou elevada adesão e permanência na modalidade. A literatura sobre perfis motivacionais de corredores de rua indica que a permanência na prática está associada a fatores intrínsecos, como o prazer pela atividade e a busca por condicionamento físico, os quais se consolidam com o tempo de prática (Balbinotti et al., 2015). Nesse sentido, a elevada taxa de adesão observada sugeriu a existência de um vínculo estável entre os usuários e o espaço investigado.

A realização de outras atividades físicas por quase totalidade do grupo investigado, com destaque para a musculação e o treinamento funcional, indicou a adoção de um modelo de treinamento combinado. A evidência científica contemporânea sustenta que a associação entre treinamento de força e exercício aeróbico produz benefícios complementares, incluindo melhora do condicionamento cardiovascular, aumento da massa muscular e prevenção de lesões (Mouad et al., 2025). Tal configuração alinhou-se às recomendações vigentes, que preconizaram a inclusão de exercícios de fortalecimento muscular em dois ou mais dias por

semana, para além da atividade aeróbica (WHO, 2020), o que conferiu robustez ao padrão de prática identificado.

A concentração majoritária da prática no turno da manhã e a percepção de maior segurança nesse período evidenciaram a influência do ambiente e da luminosidade na sensação de segurança dos usuários. Nessa esteira a percepção de segurança em espaços públicos demonstraram que a iluminação adequada e a presença de outros usuários emergiram como preditores centrais da sensação de segurança, sobretudo no período noturno (PASSAMANI; RAMOS; JESUS, 2025; SENNA; VASCONCELOS; IGLESIAS, 2021). Além do mais, a preferência pelo turno diurno, portanto, pode ser interpretada como estratégia de mitigação do medo da violência, fenômeno amplamente documentado e debatido sobre o uso de espaços públicos de lazer (SILVA et al., 2023).

Prosseguindo, os resultados relativos à sensação de segurança revelaram um quadro paradoxal: embora a quase totalidade dos participantes afirme que a presença de outros corredores proporciona maior sensação de segurança, a ausência de policiamento, a insuficiência da iluminação pública e a pouca movimentação de pessoas e comércios emergiram como os principais fatores de insegurança. A literatura sobre percepção de segurança em espaços públicos assinalou que a vigilância natural, decorrente da presença de outros usuários e a manutenção adequada do ambiente são determinantes para sensação de segurança (Senna, Vasconcelos & Iglesias, 2021). A percepção negativa quanto à iluminação e ao policiamento, ademais, converge com estudos que demonstraram a associação entre a qualidade do ambiente e o medo da criminalidade, o que pode restringir a utilização dos espaços públicos, sobretudo no período noturno (Passamani, Ramos & Jesus, 2025).

A insegurança quanto ao porte de objetos de valor, notabilizou-se pela elevada percepção de risco em relação a joias e acessórios, contrastando com a maior confiança no porte de fones de ouvido e relógios GPS. O respectivo achado sugeriu uma avaliação seletiva do risco, possivelmente associada ao valor percebido dos objetos e à vigilância natural do ambiente. No que concerne à infraestrutura, a ausência de sinalização adequada, a inexistência de sombras, arborização, bebedouros e áreas de apoio, bem como a utilização predominantemente de banheiros de estabelecimentos privados, favoreceram ao entendimento da existência de lacunas infraestruturais que podem compromete a plena utilização do espaço e por conseguinte dificultando a efetivação dos direitos sociais ao esporte e ao lazer, como apontaram Ungheri e Isayama (2021).

Conclusão

Os resultados do estudo permitiram caracterizar o perfil sociodemográfico dos praticantes de corrida de rua que frequentam o entorno do Complexo Esportivo do Estádio

Mario Filho, o Maracanã, além de compreender as percepções de segurança que condicionam a utilização e permanência nesse espaço público. Sobre o perfil, é possível inferir que o respectivo espaço emergiu como um local propício para realização da corrida de rua, recebendo um público majoritariamente feminino e que reside nas proximidades. No que tange à segurança, a percepção dos corredores mostrou-se diretamente vinculada às condições do ambiente construído, tais como iluminação, manutenção dos espaços, presença de circulação de pessoas e ordenamento urbano, dimensões que, quando precarizadas, podem atuar como dificultadores ou inibidores à prática regular de exercício físico e ocupação do espaço, reduzindo consideravelmente a sensação de acolhimento e de pertencimento ao lugar.

Diante do exposto, tornou-se possível concluir que o entorno do Complexo Esportivo do Maracanã consolidou-se como lócus de relevante representatividade esportiva, cuja vitalidade depende menos da mera existência do equipamento de grande porte e mais da qualidade percebida do espaço público que o circunda. A articulação entre perfil dos usuários e percepção de segurança ofereceu subsídios fidedignos para o planejamento urbano e para o desenvolvimento de políticas públicas de esporte e lazer no espaço, indicando que intervenções voltadas à qualificação do ambiente construído e à mitigação dos fatores geradores de insegurança podem ampliar a adesão e a continuidade das práticas corporais ao ar livre. Tal compreensão asseverou a importância de se tratar os espaços públicos como infraestruturas promotoras de saúde, qualidade de vida e de bem estar, cuja manutenção e aprimoramento devem ser incorporados de modo permanente à agenda de gestão da cidade.

Referências

Balbinotti, M. A. A.; Gonçalves, G. H. T; Klering, R. T.; Wiethaeuper, D.; Balbinotti, C. A. A. (2015). Perfis motivacionais de corredores de rua com diferentes tempos de prática. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, v. 37, n. 1.

Barroso, F. M.; Fernandes, C. S. (2018) Os limites da rua: uma discussão sobre regulação, tensão e dissidência das atividades culturais nos espaços públicos do Rio de Janeiro. Políticas Culturais em Revista, 11(1). 100-121.

Crespo, A.A. (2009). Estatística Fácil. São Paulo: Saraiva.

De Assis, F. E. S.; Tavares, G. C.; Germano, M. N.; Carvalho, C. R. D. (2025). Distribuição de equipamentos públicos e o acesso à prática de educação física em Baturité – CE. Revista Conexão Educação: Diálogos e Práticas, 2(1).

Fonseca, F. S.; Cavalcante, J. A. M; Almeida, L. S. C.; Fialho, J. V. A. P. (2019). Análise do perfil sociodemográfico, motivos da adesão, rotina de treinamento e acompanhamento profissional de praticantes de corrida de rua. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, 27(4): 189-198.

Kretschmer, A C; Dumith, S. C. (2020). Prática de atividade física no lazer e ambiente percebido: um estudo de base populacional com adultos e idosos do Sul do Brasil. Revista Brasileira de Epidemiologia, v. 23.

Marconi, M. A.; Lakatos, E. M. (2007). Fundamentos de metodología científica. 6ª ed. São Paulo: Atlas.

Mendes, M. A.; Da Silva, I. C. M.; Hallal, P. C.; Tomasi, E. (2014). Physical activity and perceived insecurity from crime in adults: A population-based study. PLoS ONE, 9(9).

Morris, D. (1969). O macaco nu: um estudo do animal humano. Rio de Janeiro: Record.

Montenegro, Y. E. A. (2025). Os benefícios da atividade física como prevenção de psicopatologias como ansiedade, depressão e estresse em praticantes de corrida de rua no Município de Patos -PB. Repositório institucional do UNIFIP, 10(1).

Mouad, M., Vaz Junior, A., Grubertt, G. A., Cavazzotto, T. G., & Serassuelo Junior, H. (2025). Efeitos do treinamento combinado na composição corporal, força muscular e potência aeróbia de mulheres: Uma revisão sistemática e meta-análise. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte, 31*(1), e2022_0389. https://rbme.org/detalhes/3632

Oliveira, A. B.; Katzmarzyk, P; Santas, W S; Benseñor, I J M; Goulart, A C; Ekelund, U. (2023). Profile of leisure-time physical activity and sedentary behavior in adults in Brazil: a nationwide survey, 2019. Epidemiologia e Serviços de Saúde, v. 32, n. 2.

Passamani, A. J.; Ramos, L. L. A.; Jesus, L. A. N. (2025). Iluminação pública e seus efeitos na sensação de segurança: o caso da Praça Agenor Moreira, Vila Velha (ES). Paisagem e Ambiente.

Sandi, J.; Portela, A.; Vidal, R. G. (2026). Lesões musculoesqueléticas na corrida de rua: influência da orientação profissional e do volume semanal. *Derecho y Cambio Social*, v. 23, n. 88. Disponível em: https://doi.org/10.54899/dcs.v23i88.4800

Santos, A. A.; Nascimento, F. W. A. (2022). Biomecânica da corrida e lesões decorrentes aos erros dos movimentos: uma revisão bibliográfica. Revista Ibero Americana de Humanidades, Ciências e Educação, 8(7).

Santos, W. B.; Borges, G. C. (2023). Fatores de adesão à prática de corrida de rua. Revista Mineira de Ciências da Saúde. V. 10.

Senna, I.; Vasconcelos, A. M. N.; Iglesias, F. (2021). Parque público e criminalidade: preditores ambientais da percepção de (in)segurança. Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia, v. 13.

Silva, A. B.; Felden, E. P. G; Beltrame, T. S.; Andrade, R. D.; Teixeira, C. S.; Meneguetti, A.; Brust, C. Percepções sobre os espaços públicos de lazer, segurança e qualidade de vida dos brasileiros. LICERE, 26 (1), 2023.

Sousa, R. R. A. (2023). As diferenças na prática de atividade física entre jovens , adultos e idosos na promoção da saúde. Revista Interseção, 5(1), set.

Souza, G. O.; Silva, U. N.; De Oliveira, C. A.; Ribeiro, D. S. S. (2023). Corrida de rua: uma perspectiva à saúde e lazer. Remunom,2(1).

Thomas, J. R.; Nelson, J. K.; Silverman, S. J. (2012). Métodos de Pesquisa em Atividade Física. Porto Alegre: Artmed.

Triola, M.F. (2014). Introdução a Estatística. Rio de Janeiro: LTC Editora.

Ungheri, B. O.; Isayama, H. F. (2021). Equipamentos públicos de lazer e esporte: o cenário institucional de municípios que implementaram o Programa Esporte e Lazer da Cidade. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, v. 43.

Wendt , A., Ricardo, L.I.C., Costa C. S. , Knuth, A. G. , Tenório, Maria C.M. , Wendt, A. (2021). Socioeconomic and gender inequalities in leisure-time physical activity and access to public policies in Brazil from 2013 to 2019. Journal of Physical Activity and Health, v. 18, n. 12, p. 1478-1486.

World Health Organization. (2020). *WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. World Health Organization. https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128