



## FATORES MOTIVACIONAIS E QUALIDADE DE VIDA DE DEFICIENTES PRATICANTES DE CORRIDA DE RUA

## Motivational factors and quality of life of disabled street runners

ISSN: 2178-7514

Vol. 16 | Nº. 1 | Ano 2024

Alenice Aliane Fonseca<sup>1</sup>; Maria Clara Brant Rocha<sup>2</sup>; João Gustavo Rocha Brant<sup>2</sup>; Ariade Gomes Freitas<sup>3</sup>  
Luiza Drumond Borges de Andrade<sup>3</sup>; Hérica Francine Pinto Meneses<sup>4</sup>; Josiane Santos Brant Rocha<sup>4</sup>

## RESUMO

O objetivo deste estudo é identificar os fatores motivacionais de adesão às competições de corrida de rua (CR) e sua influência na qualidade de vida (QV) de pessoas com deficiência. Trata-se de estudo descritivo de abordagem quantitativa e transversal, realizado com deficientes participantes de CR da cidade de Montes Claros/Minas Gerais. As características motivacionais foram avaliadas através do Sport Motivation Scale na versão portuguesa (SMS-BR), e a QV avaliada através da Abbreviated Version of the World Health Organization Quality of Life – WHOQOL-bref. A motivação intrínseca (MI) é maior significativamente do que a motivação extrínseca (ME) ( $p=0,000$ ), sendo a motivação para experiências empolgantes maior que todas as MI e ME. Observou-se que a dimensão regulação externa da ME apresentou uma correlação negativa com o domínio físico de QV ( $r=-0,42$ ;  $p=0,017$ ). Houve também uma correlação moderada entre a MI para conhecer a modalidade e a qualidade nas relações sociais ( $r=0,45$ ;  $p=0,027$ ). Atletas deficientes são motivados intrinsecamente para a prática da CR, sobretudo, acerca da motivação para experiências empolgantes. Além disso, os deficientes relatam satisfação com a QV, com ênfase aos domínios psicológicos e físicos, onde o seu bem-estar físico se sobressai as recompensas e prêmios das competições, sendo a CR uma modalidade atrativa para os deficientes e que possibilita interações sociais.

**Palavras-chave:** Motivação Intrínseca. Motivação Extrínseca. Deficiência. Esporte Adaptado.

## ABSTRACT

The aim of this study is to identify the motivational factors for adhering to street running competitions (SR) and their influence on the quality of life (QOL) of people with disabilities. This is a descriptive study with a quantitative and transversal approach, carried out with disabled SR participants from the city of Montes Claros / Minas Gerais. At motivational characteristics were assessed through the Sports Motivation Scale (SMS-BR), and a QOL assessed through the World Health Organization's Shortened Quality of Life - WHOQOL-bref. Intrinsic motivation (IM) is significantly higher than extrinsic motivation (EM) ( $p = 0.000$ ), with the motivation for exciting experiences greater than all IM and EM. Observed that the external dimension of the EM presented a negative correlation with the physical QOL domain ( $r = -0.42$ ;  $p = 0.017$ ). There was also a moderate correlation between the IM to know the modality and the quality in social relationships ( $r = 0.45$ ;  $p = 0.027$ ). Disabled athletes are intrinsically motivated to practice SR, mainly about the motivation to experience exciting. In addition, disabled people report satisfaction with QoL, with an emphasis on psychological and physical domains, where their physical well-being stands out from the rewards and prizes of competitions, with SR being an attractive modality for the disabled and allowing social interactions.

**Keywords:** Intrinsic Motivation. Extrinsic Motivation. Deficiency. Adapted Sports.

1 Núcleo do Grupo de Pesquisa em Inclusão, Movimento e Ensino a Distância (NGIME), Faculdade de Educação Física e Desporto, Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF), Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil.

2 Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais, Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil.

3 Faculdade de Medicina, Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais (Puc Minas), Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil.

4 Universidade Estadual de Montes Claros (Unimontes), Montes Claros, Minas Gerais, Brasil.

## Autor de correspondência

Alenice Aliane Fonseca- alenicelialane@gmail.com

## INTRODUÇÃO

Atualmente, a corrida de rua é uma modalidade esportiva que mais vem crescendo no Brasil e no mundo<sup>1,2</sup>, devido a facilidade de sua prática, amplos benefícios a saúde e o baixo custo envolvido<sup>3,4</sup>. Além disso, a corrida tem se destacado por uma modalidade democrática, permitindo a participação de corredores amadores ao lado aos atletas de maior rendimento esportivo<sup>1,5</sup>.

Dentro os diversos públicos encontrados nas corridas de rua, tem se destacado o crescente número de participantes com deficiência. No entanto, diante das diferentes deficiências e seus distintos graus de comprometimento, pode haver na modalidade desigualdades em relação ao desempenho dos participantes<sup>6</sup>. Para isto, a modalidade é regulada e dirigida por entidades específicas, e para cada competição é necessária à classificação funcional para equilibrar as competições e garantir a igualdade de condições competitivas. Desta forma, o competidor é agrupado em categorias ou classes, de acordo com o grau de comprometimento e regras da competição<sup>7,8</sup>.

Neste contexto, a corrida de rua tem se destacado por oportunizar aos indivíduos com deficiência a efetiva participação na modalidade, é por contribuir diretamente para o desenvolvimento psicomotor, bem estar físico e mental, redução do estresse, inclusão junto a sociedade, melhora da autoestima, além da repercutir positivamente na qualidade de vida<sup>9,10</sup>.

A busca pela melhor qualidade de vida é um dos fatores que tem motivado a prática da corrida de rua<sup>11</sup>, sobretudo em pessoas com deficiência. Um estudo realizado por Medeiros<sup>12</sup> mostrou que atletas deficientes praticantes de modalidades do atletismo como a corrida, apresentam um impacto positivo na qualidade de vida em comparação com deficientes sedentários. Mostrando que as práticas esportivas da corrida apresentam diversos benefícios, sobretudo na melhoria da qualidade de vida de pessoas com deficiência, independentemente do nível competitivo.

A motivação refere-se à condição interna do indivíduo que o leva a praticar determinada ação<sup>13</sup>, dando energia e regulando seu comportamento, dependendo de fatores internos e externos. A motivação Intrínseca (MI) se refere à atividade que é praticada simplesmente pelo prazer e pela satisfação gerada, onde o indivíduo participa sem esperar recompensas externas à atividade. Já a motivação extrínseca (ME) faz referência aos comportamentos para um meio, e não para a própria causa, por exemplo, atletas que participam de competições apenas para ganhar reconhecimento dos técnicos e familiares<sup>14</sup>.

Nesse sentido, a motivação, sobretudo, acerca da participação em corridas de rua tem se tornado parte inerente de uma boa qualidade de vida e por este motivo tem sido amplamente estudada<sup>11,13,15</sup>, no entanto, estudos acerca da motivação de pessoas com deficiência ainda é escassa na literatura. Neste contexto, o objetivo

do presente estudo foi identificar os fatores motivacionais de adesão às competições de corrida de rua e sua influência na qualidade de vida de pessoas com deficiência.

## MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de um estudo descritivo de abordagem quantitativa e transversal, realizado com deficientes participantes de corridas de rua da cidade de Montes Claros/MG, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos da Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF), sob o parecer número 3.898.241.

A amostragem foi não probabilística e intencional, obedecendo aos critérios de inclusão e exclusão do estudo. Para participarem da pesquisa, os voluntários devem ter entre 18 e 50 anos, de ambos os sexos, treinados em corrida de resistência do atletismo, com as seguintes deficiências: física, auditiva, visual e intelectual. Adicionalmente, deveriam estar treinados há pelo menos um ano, e terem realizado nos últimos três meses pelo menos duas sessões de treinamento por semana. Foram excluídos os voluntários lesionados, bem como aqueles que possuíssem deficiência intelectual que os impossibilitassem de compreender os instrumentos da pesquisa.

Após a identificação dos participantes de acordo com os critérios de inclusão, foi enviada aos coordenadores dos grupos uma carta convite contendo uma explicação sobre aos objetivos do estudo, onde será discutida a aplicação do estudo

na equipe. Com a anuência dos coordenadores o convite foi estendido aos atletas, é uma reunião realizada para esclarecer os objetivos e finalidades da pesquisa, e explicando a liberdade de participação ou não, e a garantia de sigilo e anonimato. Para aqueles atletas que aceitaram participar da pesquisa foi agendado um dia para a coleta dos dados de forma individual na respectiva escola em que o atleta está vinculado.

Inicialmente, os atletas foram convidados a assinarem do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e em seguida foram coletadas informações referentes aos dados pessoais dos atletas (idade, sexo), características da deficiência (congenita/adquirida, tipo de seqüela, tecnologia assistida, necessidade de acompanhante) e perfil na modalidade (tempo de prática, número de treinos por semana, duração média do treino, distância das provas que realiza e número de corridas por ano, nível de performance em treinos e competições).

Em seguida foram averiguadas a motivação e qualidade de vida dos atletas. Para investigar a motivação foi utilizado o Sport Motivation Scale (SMS) desenvolvido por Pelletier et al.<sup>16</sup> e validado para a língua portuguesa EME-28BR por Bara Filho et al.<sup>17</sup>, a qual é composta por 28 itens divididos em sete dimensões em que busca identificar os níveis MI, ME e desmotivação dos atletas nos esportes (Tabela 1). As questões foram respondidas por meio de uma escala Likert de sete pontos que varia de 1” não corresponde nada” a 7 “corresponde exatamente”.

**Tabela 1-** Definição das subescalas de motivação, intrínseca, extrínseca e desmotivação propostas pelo SMS-28BR.

Nome da dimensão	Definição conceitual	Itens
"Motivação intrínseca para conhecer" (MI-C)	Relacionada a fatores pessoais ligados a curiosidade e a busca de compreensão que o atleta deseja obter sobre a modalidade praticada.	2, 4, 23 e 27
"Motivação intrínseca para atingirem objetivos" (MI-AO)	Relacionada a fatores pessoais onde o atleta sente prazer na busca de novas habilidades e movimentos dentro da modalidade esportiva	8, 12, 15 e 20
"Motivação intrínseca para experiências estimulantes" (MI-EE)	Relacionada a fatores pessoais que fazem o atleta buscar experiências estimulantes no esporte que podem causar excitação, prazer e divertimento.	1, 13, 18 e 25
"Motivação extrínseca de regulação externa" (ME-RE)	Relacionada a fatores ambientais externos ligados a recompensas oriundas de um bom desempenho, como por exemplo, a conquista de troféus, recompensas financeiras ou mesmo status perante o treinador e o grupo.	6, 10, 16 e 22
"Motivação extrínseca de introjeção" (ME-I)	Pressões internas que o atleta pode colocar em si mesmo. Constrangimento ou vergonha de estar envolvido em situações onde falham ou não conseguem o seu melhor desempenho.	9, 14 21 e 26
"Motivação extrínseca de identificação" (ME-ID)	Associada aos atletas que participam ativamente de esportes porque sentem que isto os ajuda a crescer pessoalmente, consideram o esporte e a vida em geral.	7, 11, 17 e 24
"Desmotivação" (DES)	Caracteriza-se pelo sentimento de desesperança onde a motivações extrínsecas ou intrínsecas não afetam o desempenho do atleta que não sente razão para continuar praticando o esporte.	3, 5, 19 e 28

Fonte: Adaptado de Pelletier *et al.*<sup>16</sup> e Bara Filho *et al.*<sup>17</sup>.

Para a avaliação da qualidade de vida foi utilizado o Abbreviated Version of the World Health Organization Quality of Life–WHOQOL-bref, elaborado pela Organização Mundial da Saúde (OMS)<sup>18</sup>, e validado para a população brasileira por Fleck *et al.*<sup>19</sup>. O WHOQOL-bref é composto por com 26 questões, sendo duas a respeito da qualidade de vida em geral (QV geral) e as demais representam cada uma das 24 facetas que compõem o instrumento original e estão divididas em quatro domínios: físico, psicológico, relações sociais e ambiente.

As questões são formuladas para respostas em escalas tipo Likert, incluindo intensidade (“nada” a “extremamente”), capacidade (“nada” a “completamente”), frequência (“nunca” a “sempre”) e avaliação (“muito insatisfeito” a “muito satisfeito”; “muito ruim” a “muito bom”).

Os escores dos domínios são multiplicados por quatro e transformados em uma escala de zero a 100, onde maiores escores indicam melhor QV.

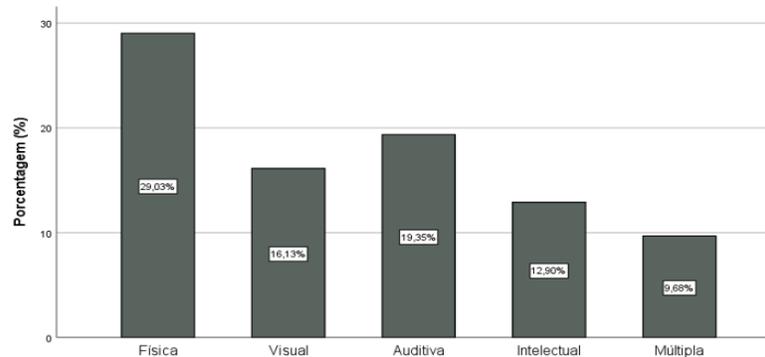
Para a análise dos dados foi utilizado o programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) for Windows versão 21.0. Os resultados são apresentados como média e desvio padrão, e o nível de significância foi estabelecido em  $p < 0,05$ . Inicialmente foi testada a normalidade dos dados, em seguida foi utilizado o teste anova de medidas repetidas para comparar os tipos de motivação, o teste t para comparar as motivações intrínsecas e extrínsecas. Feito isso foi feita uma análise de correlação de person entre a qualidade de vida e fatores motivacionais.

## RESULTADOS

Participaram do estudo 27 atletas deficientes, sendo 19 (61,3%) do sexo masculino e 08 (25,8%) do sexo feminino, com média de

idade de  $29.67 \pm 6,20$  anos. A maioria dos atletas possuem deficiência congênita (77,4%), e apenas 02 (06,5%) utilizam de tecnologias assistidas durante os treinos e competições. A figura 1 apresenta os tipos de deficiências presentes na amostra.

**Figura 1.** Tipos de deficiências (n=27)



Os dados referentes a prática da corrida de rua, bem como as informações das sessões de

treino realizadas pelos atletas, estão apresentados na tabela 1.

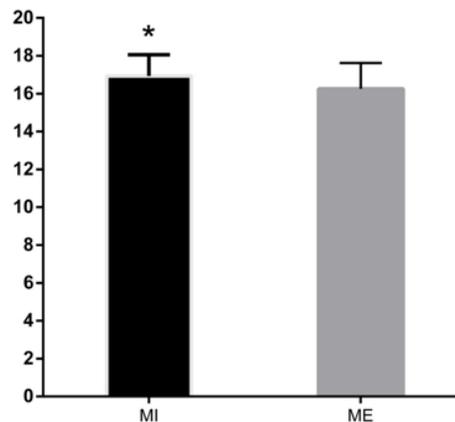
**Tabela 2.** Características dos treinos

Treinos	Média $\pm$ dp
Tempo de prática	2,65 $\pm$ 0,853
Distância das provas	5,19 $\pm$ 0,962
Número de corridas por ano	10,78 $\pm$ 2,819
Número de treinos	3,26 $\pm$ 0,656
Duração dos treinos	51,48 $\pm$ 9,074

A figura 2 apresenta a comparação entre a motivação extrínseca e intrínseca dos atletas para a corrida de rua, em que apresentou de forma

significativa que a motivação intrínseca é maior do que a motivação extrínseca ( $p = 0.000$ ).

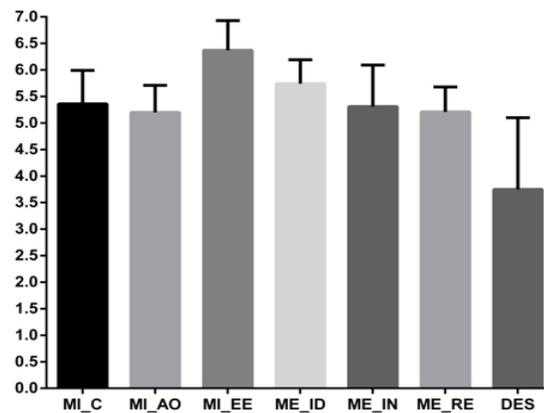
**Figura 2.** Comparação entre a motivação extrínseca e intrínseca dos atletas para a corrida de rua.



**Legenda:** MI- Motivação intrínseca; ME- Motivação extrínseca.

Ao comparar as subescalas de motivação dos atletas avaliados, observou-se que a motivação para experiências empolgantes é maior que todas as motivações intrínsecas e extrínsecas (vs. MI\_C  $p = 0.000$ ; vs. MI\_AO  $p = 0.000$ ; vs. ME\_ID  $p = 0.001$ ; vs. ME\_IN  $p = 0,001$ ; vs. ME\_RE  $p = 0.000$ ; vs. DES  $p = 0.000$ ). E a desmotivação é menor que todos os tipos de motivação (vs. MI\_C  $p = 0.000$ ; vs. MI\_AO  $p = 0.000$ ; vs. ME\_ID  $p = 0.000$ ; vs. ME\_IN  $p = 0.002$ ; vs. ME\_RE  $p = 0.000$ ) (Figura 3).

**Figura 3-** Comparação entre as subescalas de motivação dos deficientes avaliados.



**Legenda:** MI\_C = Motivação intrínseca para conhecer; MI\_AO = Motivação intrínseca para atingirem objetivos; MI-EE = Motivação intrínseca para experiências estimulantes; ME-ID = Motivação extrínseca de identificação; ME-IN = Motivação extrínseca de introjeção; ME-RE = Motivação extrínseca de regulação externa; DES = Desmotivação.

Quanto a qualidade de vida verificou-se que os aspectos psicológicos e físicos são as dimensões que mais se destacaram (Tabela 2). E ao avaliar as correlações entre os escores de motivação e os domínios de qualidade de vida (Tabela 3), observou-se que a dimensão regulação externa da motivação apresentou uma correlação negativa com o domínio físico de qualidade de vida ( $r = -0.42$ ;  $p = 0.017$ ). Estes dados sugerem

que os deficientes estão satisfeitos com seu físico e não se preocupam com recompensas. Houve também uma correlação moderada entre a MI para conhecer a modalidade e a qualidade nas relações sociais ( $r = 0.45$ ;  $p = 0.027$ ). Indicando que a corrida de rua é uma modalidade atrativa e os aspectos sociais implicam sobre a motivação acerca da prática da modalidade.

**Tabela 3.** Domínios de qualidade de vida.

Domínios	Média $\pm$ dp
Físico	13,80 $\pm$ 1,53
Psicológico	15,58 $\pm$ 1,28
Relações Sociais	12,64 $\pm$ 2,87
Meio Ambiente	12,85 $\pm$ 1,27

**Tabela 4-** Correlações entre os escores de motivação e os domínios de qualidade de vida.

Escalas Domínios	Escalas						
	MI_C	MI_AO	MI_EE	ME_ID	ME_IN	ME_RE	DES
Físico	0,045	-0,333	-0,168	-0,215	-0,180	-0,425*	0,084
Psicológico	0,117	0,325	-0,026	0,085	-0,134	0,687	0,340
Relações Sociais	0,455*	-0,006	-0,073	-0,232	-0,079	0,172	-0,227
Meio Ambiente	0,047	0,240	0,137	0,294	-0,059	0,144	0,122

\* Correlação significativa ( $p < 0,05$ )

**Legenda:** MI\_C = Motivação intrínseca para conhecer; MI\_AO = Motivação intrínseca para atingirem objetivos; MI\_EE = Motivação intrínseca para experiências estimulantes; ME-ID = Motivação extrínseca de identificação; ME-IN = Motivação extrínseca de introjeção; ME-RE = Motivação extrínseca de regulação externa; DES = Desmotivação.

## DISCUSSÃO

Apesar do grande crescimento das corridas de rua, bem como, de estudos acerca da motivação para esta prática, nenhum outro estudo foi realizado com deficientes. Para nosso conhecimento, este é o primeiro estudo que descreve a motivação e sua influência na qualidade de vida de deficientes.

A motivação é um elemento-chave para se conseguir a permanência e o prazer no desporto, dependendo de fatores pessoais e ambientais<sup>14</sup>. Entretanto, apesar dos estudos sobre motivação em corredores de rua, poucos analisaram fatores motivacionais em deficientes, dificultando assim as comparações dos resultados.

Ao avaliar se a prática de corrida de rua por deficientes se dá por motivos internos ou externos, foi encontrado um alto nível de MI, ou seja, os atletas continuam na prática pela satisfação encontrada em seu próprio comportamento. O que vai de encontro a Teoria da Autodeterminação de Deci e Ryan<sup>20</sup>, em que indivíduos que vivenciam práticas positivas, apresentam motivações mais

intrínsecas voltadas ao prazer e a satisfação, fazendo com que motivações extrínsecas sejam mais insignificantes. Silva et al.<sup>21</sup> avaliaram a motivação para a prática de corrida de rua entre atletas amadores de alta performance e amadores do município de Maringá, verificando que para ambos atletas a motivação para a corrida de rua é predominantemente intrínseca, o que corrobora com este estudo, intensificando que praticantes de corrida de rua sejam deficientes ou não deficientes, amadores ou de alta performance praticam a modalidade por prazer e satisfação.

Tendo em vista a prática esportiva por deficientes, a MI está presente também em outras modalidades, como mostra o estudo de Boas, Bim e Barian<sup>22</sup> e Pedrinelli et al<sup>23</sup> em praticantes de basquetebol sobre cadeira de rodas, e atletas brasileiros com deficiência intelectual a praticarem esportes e a participarem de competições, respectivamente.

Dentre as subcategorias da motivação observou-se maiores valores para a MI para experiências estimulantes e menores valores para a desmotivação. Indicando que a motivação

dos deficientes em praticar corridas de rua está relacionada a fatores pessoais que causam excitação, prazer e divertimento. O que vai de encontro ao estudo de Sena Junior et al.<sup>24</sup> e Mizoguchi et al.<sup>15</sup> com atletas recreacionais.

No que se refere aos escores da qualidade de vida, eles são uma escala positiva, sobretudo nos domínios psicológicos e físicos, pois quanto maior o escore, melhor a qualidade de vida<sup>25</sup>. Deficientes ativos, praticantes de atividades físicas ou esportivas orientadas como a corrida de rua, desencadeiam vários benefícios físicos e psicológicos, uma vez que o estilo de vida ativo possa promover maiores benefícios relacionados com os aspectos metabólicos, músculo-ostearticular e cardiorrespiratório, além da redução dos níveis da ansiedade, do estresse e da depressão; melhora no humor; aumento do bem-estar físico e psicológico; melhor funcionamento orgânico geral e disposição física e mental aumentada<sup>26</sup>.

Buscou-se então avaliar a correlação entre as subescalas motivacionais e os domínios de qualidade de vida apresentadas pelos deficientes. E diante da correlação negativa entre a dimensão regulação externa da motivação com o domínio físico de qualidade de vida, é perceptível a corroboração de Medeiros<sup>12</sup>, em que mostra que o simples fato de deficientes estarem engajados nos esportes já alteram os seus paradigmas, proporcionando elevada autoestima, adaptação com sua condição física, além da integração social. Integração esta que apresentou correlação

com a motivação dos deficientes para conhecer a modalidade. Indicando que a corrida de rua é uma modalidade atrativa e os aspectos sociais implicam sobre a motivação acerca da prática da modalidade.

No presente estudo não foram aplicados questionários com o objetivo de analisar outras características psicológicas, como por exemplo, concentração, estresse e ansiedade traço e estado, nível de humor, o que talvez influenciasse os níveis de motivação dos atletas. Novos estudos podem ser realizados diferenciando sexo e faixa etária, além de estudos de outra natureza, que analisem as diferentes motivações entre grupos de deficientes e não deficientes, o que possibilitaria a produção de conhecimentos mais específicos.

## CONCLUSÃO

Os principais achados do presente estudo foi que a motivação intrínseca é maior do que a motivação extrínseca para a prática da corrida de rua, sendo a motivação para experiências empolgantes maior que todas as subescalas de motivações. Além disso, os deficientes apresentam uma boa qualidade de vida com destaque aos domínios psicológicos e físicos, sendo o domínio físico correlacionado negativamente com a motivação para relações externas, e o domínio de relações sociais com a motivação para conhecer a modalidade.

Deste modo, destaca-se que esses resultados são particularmente importantes para

treinadores, psicólogos do esporte e escolas que trabalhem com diversos tipos de deficiências, uma vez que mostra os benefícios da prática esportiva, sobretudo da corrida de rua.

## REFERÊNCIAS

1. Rojo JR, Starepravo FA, Mezzadri FM, et al. Corrida de rua: reflexões sobre o “universo” da modalidade. *Revista Corpoconsciência*. 2017; 21(3):82-96.
2. Lima FSC, Durigan ANA. Perfil e características de treinamento dos praticantes de corrida de rua no município de São José do Rio Preto-SP. *Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício*. 2018; 12(77):675-685.
3. Borel WP, Elias Filho J, Diz JBM, et al. Prevalence of injuries in Brazilian recreational street runners: meta-analysis. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*. 2019; 25(2), 161-167. Available from: <https://doi.org/10.1590/1517-869220192502214466>
4. Gratão AO, Rocha CM. Dimensões da motivação para correr e para participar de eventos de corrida. *R. bras. Ci. e Mov.* 2016; 24(3):90-102. Available from: <https://doi.org/10.18511/rbcm.v24i3.5987>
5. Fernandes D, Lourenço TF, Simões EC. Fatores de risco para lesões em corredores de rua amadores do estado de São Paulo. *Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício*. 2014; 8(49): 656-663.
6. Tweedy SM, Williams G, Bourke J. Selecting and modifying methods of manual muscle testing for classification in Paralympic sport. *European Journal of Adapted Physical Activity*. 2010; 3(2):7-16. Available from: <https://doi.org/10.5507/euj.2010.005>
7. Veríssimo A, Ravache R. *Manual de Orientação para Professores de Educação Física: Atletismo Paraolímpico*. Comitê Paralímpico Brasileiro. Brasília, 2006.
8. Marques RFR, Duarte E, Gutierrez GL, et al. Esporte olímpico e paraolímpico: coincidências, divergências e especificidades numa perspectiva contemporânea. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*. 2009; 23(4), 365-377. Available from: <https://doi.org/10.1590/S1807-55092009000400006>.
9. Cardoso VD. A reabilitação de pessoas com deficiência através do desporto adaptado. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*. 2011; 33(2), 529-539. Available from: <https://doi.org/10.1590/S0101-32892011000200017>
10. Matsudo SM, Matsudo VKR, Barros Neto TL. Efeitos benéficos da atividade física na aptidão física e saúde mental durante o processo de envelhecimento. *Revista Brasileira Atividade Física e Saúde*. 2000; 5(2):60-76. Available from: <https://doi.org/10.12820/rbafs.v.5n2p60-7>
11. Balbinotti MAA, Gonçalves GHT, Klering RT, et al. Perfis motivacionais de corredores de rua com diferentes tempos de prática. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*. 2015; 37(1): 65-73. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.rbce.2013.08.001>
12. Medeiros RS. Impacto do atletismo paralímpico na qualidade de vida de pessoas com deficiência física. [Dissertação]. Uberlândia (MG): Universidade Federal de Uberlândia; 2014.
13. Truccolo AB, Maduro PA, Aguirre FE. Fatores motivacionais de adesão a grupos de corrida. *Motriz*. 2008; 14(2):108-114. Available from: <https://doi.org/10.5016/116214>.
14. Coimbra DR, Gomes SS, Oliveira HZ, et al. Características motivacionais de atletas brasileiros. *Motricidade*. 2013; 9(4), 64-72. Available from: <https://doi.org/10.6063/motricidade>.
15. Mizoguchi MV, Garcia WF, Nazario PF, et al. Análise dos níveis motivacionais dos corredores de rua de Bragança Paulista. *Revista Brasileira de Psicologia do Esporte*. 2016; 6(1):1-11. Available from: <https://doi.org/10.31501/rbpe.v6i1.6720>
16. Pelletier LG, Tuson KM, Fortier MS, et al. Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation and amotivation in sports: the sport motivation scale. *Journal of Sport & Exercise Psychology*. 1995;17(1):35-53. Available from: <https://doi.org/10.1123/jsep.17.1.35>
17. Bara FM, Andrade D, Miranda R, et al. Preliminary Validation of Brazilian Version of the Sport Motivation Scale. *Universitas Psychologica*. 2010. 10: 557-566. Available from: <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy10-2>.
18. The WHOQOL Group 1998. The World Health Organization quality of life assessment (WHOQOL): development and general psychometric properties. *Social Science and Medicine* 12:1569-1585.
19. Fleck MP de A, Leal OF, Louzada S, et al. Desenvolvimento da versão em português do instrumento de avaliação de qualidade de vida da OMS (WHOQOL-100). *Brazilian Journal of Psychiatry*. 1999; 21(1), 19-28. Available from: <https://doi.org/10.1590/S1516-44461999000100006>
20. Silva PN, Solera B, Almeida TL, et al. Motivation to practice street running: difference between high performance amateur athletes and amateur athletes. *Physical Education and Sport Journal*. 2019; 17(2):21-27. Available from: <https://doi.org/10.36453/2318-5104.2019>.
21. Boas M, Bim R, Barian S. Aspectos Motivacionais e benefícios da Prática do basquetebol Sobre Rodas. *Rev Educ Físic*. 2003; 14(2):7-11. Available from: <https://doi.org/10.4025/reveducfiv14n2p7-11>
22. Pedrinelli VJ, Brandão MRF, Shapiro D, et al. Motivos para a participação esportiva de atletas com deficiência intelectual no programa Special Olympics Brasil. *Motricidade*. 2012; 8(2):1005-1012. Available from: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=273023568127>
23. Sena Junior AW, Coimbra DR, Oliveira HZ, et al. A motivação autodeterminada em corredores recreacionais: uma abordagem quanti-qualitativa. *Physical Education and Sport Journal*. 2019;17(2): 29-36. Available from: <https://doi.org/10.36453/2318-5104.2019.v17.n2.p29>
24. Fleck MPA, Louzada S, Xavier M, et al. Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida “WHOQOL-bref”. *Revista de Saúde Pública*. 2000; 34(2), 178-183. Available from: <https://doi.org/10.1590/S0034-89102000000200012>
25. Noce F, Simim MAM, De Mello MTA. Percepção de Qualidade de Vida de Pessoas Portadoras de Deficiência Física Pode ser Influenciada Pela Prática de Atividade Física? *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*. 2009; 15(3), 174-178. Available from: <https://doi.org/10.1590/S1517-86922009000300002>

**Observação:** os/(as) autores/(as) declaram não existir conflitos de interesses de qualquer natureza.