

## A evolução da prática de corrida de rua no Brasil: uma revisão integrativa

The evolution of road running practice in Brazil: an integrative review

Robert Maurício de Oliveira Araújo<sup>1</sup>  
Elioenay Thársis Cardoso de Alencar Vitorino<sup>2</sup>

### RESUMO

**Introdução:** A corrida de rua consolidou-se no Brasil como prática relacionada à saúde, lazer, socialização e qualidade de vida, apresentando crescimento expressivo nas últimas décadas. **Objetivos:** Analisar as transformações e a expansão da corrida de rua no Brasil, considerando aspectos históricos, sociais, culturais e motivacionais. **Métodos:** Trata-se de uma revisão integrativa realizada nas bases PubMed e LILACS, utilizando os descritores: corrida, atividade física, esporte, saúde, exercício físico e Brasil. **Resultados:** Os estudos demonstraram aumento significativo do número de praticantes, ampliação dos perfis dos corredores e fortalecimento da corrida como fenômeno social, associado à saúde, lazer, sociabilidade e ocupação dos espaços urbanos. **Considerações:** A corrida de rua ultrapassa a dimensão esportiva tradicional, configurando-se como prática sociocultural influenciada pelas redes sociais, pelo mercado esportivo e pelas transformações urbanas contemporâneas. Evidenciou-se também a necessidade de novas pesquisas sobre desigualdades regionais, inclusão social e impactos socioculturais da modalidade.

**PALAVRAS-CHAVE:** Corrida de rua. Exercício físico. Saúde. Sociabilidade. Qualidade de vida.

### ABSTRACT

**Introduction:** Road running has become established in Brazil as a practice associated with health, leisure, socialization, and quality of life, showing significant growth in recent decades. **Objectives:** To analyze the transformations and expansion of road running in Brazil, considering historical, social, cultural, and motivational aspects. **Methods:** This is an integrative review conducted in the PubMed and LILACS databases, using the descriptors: running, physical activity, sport, health, physical exercise, and Brazil. **Results:** The studies

<sup>1</sup> Mestre em Educação pela Universidade Federal do Piauí – UFPI. Licenciatura Plena em Educação Física pela Universidade Federal do Piauí – UFPI. Docente do Centro Universitário Santo Agostinho – UNIFSA. Email: [robpi202@gmail.com](mailto:robpi202@gmail.com)

<sup>2</sup> Acadêmico do Bacharelado em Educação Física pelo Centro Universitário Santo Agostinho - UNIFSA. Email: [elioenaytharsis@gmail.com](mailto:elioenaytharsis@gmail.com).

demonstrated a significant increase in the number of participants, diversification of runners' profiles, and strengthening of road running as a social phenomenon associated with health, leisure, sociability, and occupation of urban spaces. **Considerations:** Road running goes beyond the traditional sports dimension, becoming a sociocultural practice influenced by social media, the sports market, and contemporary urban transformations. The need for further studies on regional inequalities, social inclusion, and sociocultural impacts of the modality was also identified.

**KEYWORDS:** Road running. Physical exercise. Health. Sociability. Quality of life.

## 1 INTRODUÇÃO

A prática regular de atividades físicas é amplamente reconhecida como uma das estratégias mais eficazes para a prevenção de doenças e a promoção da qualidade de vida. Entre as diversas modalidades disponíveis, a corrida de rua destaca-se por sua acessibilidade, baixo custo e facilidade de execução, podendo ser praticada em diferentes ambientes e por indivíduos de distintas faixas etárias e condições socioeconômicas. Além dos benefícios fisiológicos, a corrida está associada à melhoria da saúde mental, ao aumento do bem-estar subjetivo e ao fortalecimento das relações sociais, consolidando-se como uma importante ferramenta de promoção da saúde (Barbosa et al., 2025; Who, 2020; Souza et al., 2023).

Nas últimas décadas, a corrida de rua passou por um expressivo processo de expansão no Brasil, tornando-se uma das modalidades esportivas mais praticadas pela população. Esse crescimento está relacionado à maior conscientização sobre os benefícios da atividade física, à valorização de estilos de vida saudáveis e à ampliação do acesso a informações sobre saúde e qualidade de vida. Além disso, a modalidade passou a ocupar posição de destaque no cenário esportivo nacional em razão do aumento do número de eventos, da profissionalização das organizações esportivas e da crescente presença de assessorias especializadas (Salgado; Mikahil, 2021; Rojo et al., 2021).

A realização de atividades físicas ao ar livre tem sido apontada como um importante fator de promoção da saúde integral. Evidências demonstram que a prática regular de exercícios em ambientes externos contribui para a redução dos níveis de estresse, ansiedade e sintomas depressivos, além de favorecer melhorias na aptidão física e na qualidade de vida (Barton; Pretty, 2010; Nieman; Wentz, 2019). Nesse sentido, a corrida de rua destaca-se não apenas pelos benefícios relacionados ao condicionamento físico, mas também por proporcionar experiências de lazer, convivência social e ocupação dos espaços urbanos (Souza et al., 2023).

Historicamente, a corrida possui raízes ligadas às primeiras formas de organização da vida humana, sendo inicialmente utilizada para deslocamento, caça e sobrevivência. Com o desenvolvimento das sociedades, passou a assumir características esportivas e competitivas, consolidando-se como uma das modalidades mais tradicionais do esporte moderno. No Brasil, sua popularização ocorreu principalmente ao longo do século XX, impulsionada por eventos emblemáticos e pelo crescimento dos centros urbanos, favorecendo a inserção da prática na cultura esportiva nacional (Salgado; Mikahil, 2021).

A partir dos anos 2000, observou-se uma expansão ainda mais acelerada da modalidade. O aumento do número de provas, a diversificação das distâncias e a crescente participação de corredores amadores contribuíram para a consolidação da corrida de rua como um fenômeno esportivo e social. Estudos apontam que esse crescimento foi acompanhado por mudanças significativas no perfil dos praticantes, caracterizadas pela maior participação feminina, pela inclusão de diferentes grupos etários e pela ampliação das motivações relacionadas à prática esportiva (Fonseca *et al.*, 2019; Thuany *et al.*, 2022).

Além dos aspectos relacionados à saúde, pesquisas evidenciam que a adesão à corrida de rua está associada a fatores motivacionais diversos, incluindo busca por qualidade de vida, controle do peso corporal, autoestima, superação pessoal, lazer e socialização. Em estudo realizado com corredores brasileiros, verificou-se que a saúde constitui o principal motivo para o ingresso e permanência na modalidade, seguida por fatores relacionados ao bem-estar psicológico e à satisfação pessoal (Albuquerque *et al.*, 2018; Santos; Borges, 2023). Esses achados reforçam a compreensão da corrida de rua como uma prática que transcende a dimensão puramente esportiva.

Sob a perspectiva sociocultural, a corrida de rua também se destaca por promover processos de sociabilidade e apropriação dos espaços públicos. A participação em grupos de corrida, assessorias esportivas e eventos organizados favorece a construção de vínculos sociais e o fortalecimento do sentimento de pertencimento entre os praticantes. Dessa forma, a modalidade contribui para a ressignificação dos espaços urbanos e para a formação de comunidades esportivas cada vez mais diversificadas (Rodrigues; Costa, 2021).

Paralelamente, observa-se o fortalecimento de um mercado específico voltado à corrida de rua. O crescimento do número de praticantes impulsionou a oferta de produtos e serviços especializados, incluindo equipamentos esportivos, aplicativos de monitoramento, plataformas digitais de treinamento, assessorias esportivas e eventos temáticos. Esse cenário

evidencia que a corrida deixou de ser apenas uma prática recreativa para constituir também um importante segmento econômico vinculado ao esporte e ao lazer (Pereira; Almeida, 2023).

Apesar da expansão da modalidade e do aumento do interesse acadêmico pelo tema, a produção científica ainda se apresenta relativamente dispersa. Revisões recentes apontam que grande parte dos estudos concentra-se em aspectos fisiológicos, biomecânicos e relacionados ao desempenho esportivo, enquanto as dimensões históricas, sociais e culturais permanecem menos exploradas na literatura nacional (Rodrigues; Bortoluzzi; Mocarzel, 2023). Essa constatação evidencia a necessidade de estudos que permitam compreender a evolução da corrida de rua para além de seus benefícios biológicos, considerando também sua inserção nos modos de vida contemporâneos.

Adicionalmente, pesquisas recentes têm demonstrado que a corrida de rua exerce influência positiva sobre indicadores de saúde de praticantes não profissionais, reforçando seu papel como importante estratégia de promoção da saúde pública. Tais evidências contribuem para explicar a crescente adesão à modalidade e sua consolidação como uma das principais manifestações esportivas da atualidade (Santos; Thuany; Gomes, 2024).

Diante desse contexto, torna-se pertinente questionar: como a prática da corrida de rua evoluiu no Brasil nas últimas décadas, considerando suas dimensões históricas, sociais e culturais?

Com base nessa problemática, o presente estudo tem como objetivo geral analisar as transformações e a expansão da prática da corrida de rua no Brasil nas últimas duas décadas, considerando aspectos relacionados ao perfil dos praticantes, motivações, sociabilidade, eventos esportivos e impactos socioculturais associados à modalidade.

## **2 MÉTODOS**

Optou-se pela revisão integrativa da literatura como metodologia desta pesquisa. Segundo Botelho, Cunha e Macedo (2011, p.133), esse tipo de revisão permite sistematizar o conhecimento científico, aproximando o pesquisador da problemática estudada. Com isso, é possível traçar um panorama da produção acadêmica sobre o tema, identificando sua evolução ao longo do tempo e apontando possíveis lacunas para pesquisas futuras.

O processo metodológico seguiu etapas bem definidas: definição do tema e da questão norteadora; seleção das bases de dados eletrônicas; estabelecimento dos critérios de inclusão

e exclusão; definição dos descritores; pré-seleção dos artigos; avaliação dos estudos pré-selecionados e seleção final; interpretação dos resultados e elaboração da revisão integrativa.

Uma análise inicial foi feita com base nos títulos dos trabalhos. Quando o título e o resumo não eram claros o suficiente, buscava-se o artigo completo para evitar a exclusão de estudos relevantes. Títulos duplicados eram identificados e apenas uma versão era mantida. Após essa etapa, passou-se à leitura dos resumos para uma nova seleção. Por fim, os artigos escolhidos foram lidos na íntegra para definir quais fariam parte da revisão.

Os estudos selecionados foram analisados utilizando-se da análise de conteúdo proposta por Bardin (2016), um método estruturado para lidar com dados qualitativos. O processo se divide em três etapas principais: a primeira, chamada pré-análise, envolve uma leitura inicial do material. Na sequência, vem a exploração do material, momento em que ocorre a codificação e a categorização dos dados. Por fim, a terceira fase se dedica ao tratamento dos resultados, onde as informações são interpretadas por meio de inferências, permitindo uma descrição e compreensão mais aprofundada do conteúdo analisado.

A busca dos estudos foi realizada nas bases de dados PubMed e LILACS, contemplando publicações no período de 2005 a 2025, com o objetivo de analisar a evolução da corrida de rua no contexto brasileiro ao longo dos anos. Os descritores foram definidos com base nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), utilizando-se os seguintes termos: “corrida”, “atividade física”, “esportes”, “saúde”, “exercício físico” e “Brasil”, combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR.

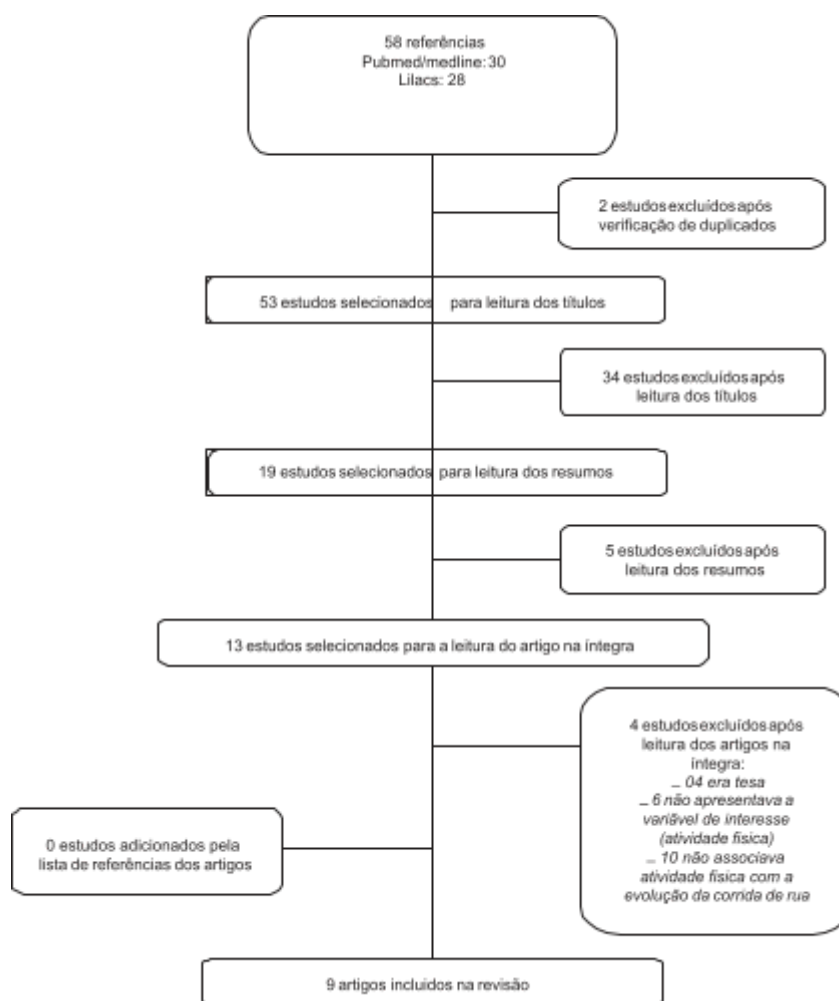
Quanto à elegibilidade dos estudos foram incluídos estudos originais, revisões e publicações que abordassem diretamente a prática de corrida de rua no Brasil, seu desenvolvimento histórico, fatores associados à adesão e características dos praticantes. Para serem elegíveis os artigos deveriam ser publicados nos últimos 20 anos, artigos publicados no idioma Português. Foram excluídos estudos que não apresentavam relação direta com o tema, publicações duplicadas, trabalhos incompletos e aqueles fora do recorte temporal estabelecido.

A seleção dos estudos foi realizada por meio da leitura dos títulos, resumos e, posteriormente, dos textos completos, garantindo maior rigor metodológico e relevância científica na composição da amostra final da revisão.

### 3 RESULTADOS

A busca pelas produções identificou 55 artigos potencialmente relevantes nas bases de periódicos investigadas. De acordo com os critérios de inclusão, após a leitura dos títulos e a exclusão de 2 títulos de artigos duplicados, 53 artigos foram selecionados para a leitura dos resumos. Em seguida, após a avaliação dos resumos, 53 artigos foram lidos na íntegra, dos quais somente 8 artigos foram selecionados.

Figura 1 – Fluxograma do processo de seleção dos estudos.



Fonte: elaborado pelos autores, 2025.

O quadro 1 apresenta de forma resumida as principais informações e resultados observados dos estudos sobre desenvolvimento da corrida de rua no Brasil.

Quadro 1 – Síntese dos Artigos incluídos na Revisão Integrativa, 2026

Nº	AUTOR/ANO	TÍTULO	PERIÓDICO	METODOLOGIA	OBJETIVOS	RESULTADOS
1	Amanda Aparecida Xczepaniak & Diogo Bertella Foschiera, 2026	A prática da corrida de rua recreativa no sudoeste do Paraná	CONEXÕES	Estudo transversal, com abordagem quantitativa	O estudo teve como objetivo analisar os aspectos motivacionais associados à prática da corrida de rua em corredores recreacionais do sudoeste do Paraná, bem como comparar esses fatores entre praticantes em fase de adesão e permanência na modalidade.	Os resultados evidenciaram que saúde e prazer são os principais fatores motivacionais para a prática da corrida de rua, enquanto competitividade apresenta baixa relevância. Além disso, não foram observadas diferenças significativas entre praticantes iniciantes e experientes, indicando que os motivos de adesão e permanência na modalidade são semelhantes.
2	Andreza Gonzalez Rodrigues Mota, 2025	A História Por Trás do Maior Grupo de Corrida Informal do Mundo	LICERE	qualitativa, com caráter exploratório e descritivo	pretende-se analisar a origem e evolução do grupo; compreender o uso da corrida como forma de apropriação urbana; investigar o papel das redes sociais na expansão do movimento; e refletir sobre seus impactos na promoção do lazer e do esporte na sociedade contemporânea.	O estudo demonstra que o “Calma Clima” configura-se como um fenômeno social que transcende a prática esportiva, promovendo lazer, inclusão e ocupação do espaço urbano. Observou-se crescimento significativo do grupo, com forte engajamento mediado pelas

						redes sociais. A corrida é ressignificada como prática acessível e coletiva, favorecendo o sentimento de pertencimento e a interação social. Além disso, o projeto contribui para a valorização e apropriação dos espaços urbanos, impactando positivamente a promoção do esporte e do lazer.
3	Tatiana Cioni Couto & Ricardo Ferreira Freitas, 2024	A cidade não pode parar: a Maratona do Rio de Janeiro em 2020 na era da pandemia	RECIIS	A pesquisa caracteriza-se como qualitativa, de natureza exploratória, com uso de análise documental	Refletir sobre a relação entre esporte, economia e saúde pública em um cenário de crise sanitária.	Os resultados do estudo permitem evidenciar um processo de evolução da corrida de rua no Brasil marcado pela sua crescente mercantilização e ressignificação social. Observa-se que a prática, antes associada majoritariamente à saúde e ao lazer, passa a ocupar um espaço ampliado como produto de consumo, espetáculo esportivo e experiência urbana.

4	Mabliny Thuany, <i>et al.</i> , 2023	Uma análise da corrida de São Silvestre entre 2007 e 2021: aumento da participação, mas queda no	Sports Medicine and Health Science	Quantitativo, observacional, retrospectivo	analisar as tendências de participação e desempenho na corrida de São Silvestre, considerando sexo, faixa etária e níveis	aumento significativo no número de participantes ao longo do tempo, acompanhado por uma redução no
		desempenho.			de performance ao longo do período de 2007 a 2021.	desempenho médio dos corredores. Observou-se ainda maior participação de adultos e idosos, além de diferenças de desempenho entre os sexos, com vantagem para os homens e ampliação dessa diferença ao longo dos anos, evidenciando que a evolução da corrida de rua no Brasil.

5	Mabliny Thuany, et al, 2021	Onde estão os melhores corredores do Brasil ?	Revista Brasileira de Ciência e Movimento	Estudo transversal, de abordagem quantitativa	O estudo teve como objetivo analisar a distribuição dos melhores corredores de rua no Brasil e investigar a relação entre essa distribuição e variáveis socioeconômicas e demográficas dos estados.	Os resultados evidenciam maior concentração de corredores de alto desempenho nas regiões Sudeste e Sul, com baixa representatividade nas regiões Norte e Nordeste. Além disso, observou-se associação positiva entre indicadores socioeconômicos, como PIB e tamanho populacional, e a presença de atletas no ranking nacional.
6	Gabriela M. Oliveira, Alexandre D. Lopes, Luiz Hespanhol, 2021	Será que existem realmente tantos corredores por aí? A proporção de corredores está aumentando ao longo do	Journal of Science and Medicine in Sport	Estudo transversal repetido de base populacional, utilizando dados do sistema Vigitel entre 2006 e 2017	Investigar a proporção de indivíduos que praticam corrida no Brasil, analisar sua tendência temporal ao longo de 12 anos e descrever as características dos corredores	O estudo identificou aumento progressivo da prática de corrida ao longo do tempo. Os corredores apresentaram perfil mais
		tempo? Um estudo transversal repetido de base populacional com 625.460 brasileiros, ao longo de 12			brasileiros.	saudável, sendo mais frequentemente jovens, homens, com IMC adequado, maior escolaridade, menor exposição ao sedentarismo e

		anos.				menor prevalência de doenças crônicas. A pesquisa demonstrou crescimento da corrida como prática de atividade física no Brasil.
7	Diogo B. Albuquerque, <i>et al</i> , 2018	Corrida de rua: uma análise qualitativa dos aspectos que motivam sua prática	CIÊNCIA E MOVIMENTO	Pesquisa qualitativa, descritiva, de campo	analisar os fatores que motivam a adesão de indivíduos à prática da corrida de rua, buscando identificar os principais motivos que levam ao seu início, compreender os aspectos intrínsecos e extrínsecos relacionados à motivação dos praticantes.	A socialização mostrou-se elemento central para adesão e permanência, evidenciando que o crescimento da corrida de rua no Brasil está associado não apenas aos benefícios físicos, mas também ao seu caráter social e coletivo.
8	Jeferson Roberto Rojo, <i>et al</i> , 2017	Transformações no modelo de corridas de rua no Brasil: um estudo na Prova Rústica Tiradentes	CIÊNCIA E MOVIMENTO	Qualitativo, exploratório	analisar as transformações ocorridas no modelo de corridas de rua no Brasil, a partir da percepção de corredores sobre as mudanças ao longo do tempo em uma prova tradicional.	crescimento significativo no número de participantes, acompanhado por mudanças no perfil dos corredores, com maior presença de indivíduos de classe média. Observou-se também a transformação dos objetivos da

						prática, que passaram do foco competitivo para aspectos relacionados à saúde, lazer e socialização
9	Adriana Barni Truccolo, Paula Andreatta Maduro, Eduardo Aguirre Feijó, 2008	Fatores motivacionais de adesão a grupos de corrida	MOTRIZ	Quantitativo, descritivo, transversal	identificar os fatores motivacionais que levam homens e mulheres a aderirem à prática da corrida de rua em grupos supervisionados.	adesão à corrida de rua está associada principalmente a fatores relacionados à saúde, bem-estar, redução do estresse e socialização, com destaque para a importância dos grupos de corrida como elemento motivador. Observou-se ainda o aumento da participação na modalidade e mudanças no perfil dos praticantes
9	Gabriela M. Oliveira, Alexandre D. Lopes, Luiz Hespanhol, 2021	Será que existem realmente tantos corredores por aí? A proporção de corredores está aumentando ao longo do tempo? Um estudo transversal repetido de base populacional com 625.460	Journal of Science and Medicine in Sport	Estudo transversal repetido de base populacional, utilizando dados do sistema Vigitel entre 2006 e 2017	Investigar a proporção de indivíduos que praticam corrida no Brasil, analisar sua tendência temporal ao longo de 12 anos e descrever as características dos corredores brasileiros.	O estudo identificou aumento progressivo da prática de corrida ao longo do tempo. Os corredores apresentaram perfil mais saudável, sendo mais frequentemente jovens, homens, com IMC adequado, maior escolaridade,

		brasileiros, ao longo de 12 anos.				menor exposição ao sedentarismo e menor prevalência de doenças crônicas. A pesquisa demonstrou crescimento da corrida como prática de atividade física no Brasil.

Fonte: elaborado pelos autores, 2025.

## 4 DISCUSSÃO

### 4.1 Corrida de Rua no Brasil: Entre o Fenômeno Social e os Motivos que Impulsionam a Participação

A análise dos estudos selecionados permitiu compreender que a corrida de rua passou por um crescimento expressivo no Brasil nas últimas décadas, deixando de ser vista apenas como uma prática esportiva voltada ao desempenho físico e assumindo também um importante papel social, cultural e relacionado à qualidade de vida. Os artigos analisados mostram que o aumento do número de praticantes está diretamente ligado às mudanças nos hábitos da população, especialmente à maior preocupação com saúde, bem-estar e equilíbrio emocional. Além disso, a corrida passou a ocupar os espaços urbanos de forma mais evidente, fortalecendo relações sociais e ampliando as possibilidades de lazer nas cidades (Mota, 2023; Rojo et al., 2021).

Os estudos também demonstram que os principais fatores que levam as pessoas a iniciarem e permanecerem na corrida de rua estão relacionados à saúde, ao prazer proporcionado pela prática e à redução do estresse. Xczepaniak e Foschiera (2021) observaram que tanto corredores iniciantes quanto praticantes mais experientes apresentam motivações muito semelhantes, mostrando que a corrida vai além da busca por desempenho ou competição. Esse resultado se aproxima das análises de Albuquerque et al. (2018) e Truccolo, Maduro e Feijó (2008), que identificaram a socialização como um dos elementos centrais para a permanência dos corredores na modalidade. Dessa forma, percebe-se que a corrida de rua vem sendo cada vez mais associada à convivência social, ao sentimento de pertencimento e à melhora da saúde mental.

Outro aspecto importante identificado nos estudos é a maneira como a corrida de rua vem sendo ressignificada na sociedade contemporânea. O trabalho de Mota (2023), ao analisar o grupo “Calma Clima”, mostra que a prática da corrida ultrapassa os limites do esporte e passa a funcionar também como forma de ocupação dos espaços urbanos e fortalecimento das relações coletivas. O crescimento do grupo através das redes sociais demonstra como os meios digitais influenciam diretamente a expansão da modalidade e contribuem para aproximar pessoas com interesses em comum. Nesse contexto, a corrida deixa de ser apenas uma atividade individual e passa a representar uma experiência compartilhada, marcada pela interação social e pela construção de identidade entre os participantes.

Os estudos analisados demonstram consenso quanto ao crescimento expressivo da corrida de rua no Brasil nas últimas décadas. Essa expansão pode ser observada tanto pelo aumento do número de praticantes quanto pela ampliação dos eventos esportivos, grupos de corrida e assessorias esportivas em diferentes regiões do país. Oliveira, Lopes e Hespanhol (2021) identificaram crescimento progressivo da proporção de corredores ao longo de 12 anos de análise populacional, evidenciando que a corrida deixou de ser uma prática restrita ao alto rendimento e passou a integrar o cotidiano da população brasileira. De maneira semelhante, Thuany *et al.* (2023) observaram aumento contínuo da participação na Corrida de São Silvestre, especialmente entre adultos e idosos, reforçando o caráter de expansão nacional da modalidade. Esses achados corroboram a ideia de que a corrida de rua vem se consolidando como uma das principais práticas corporais contemporâneas, impulsionada pela busca por saúde, lazer, sociabilidade e qualidade de vida.

#### **4.2 Entre o Lazer e a Performance: Quem São os Corredores de Rua no Brasil?**

Os estudos selecionados evidenciam que o perfil dos corredores de rua no Brasil passou por importantes transformações ao longo dos anos. Observa-se atualmente maior diversidade entre os praticantes, incluindo diferentes faixas etárias, gêneros e níveis socioeconômicos. Entretanto, os estudos demonstram que ainda existem diferenças regionais significativas relacionadas ao acesso à prática esportiva e ao desempenho competitivo. Thuany *et al.* (2022) identificaram maior concentração de corredores de alto rendimento nas regiões Sudeste e Sul do país, associando esse fenômeno a fatores socioeconômicos, como Produto Interno Bruto (PIB), densidade populacional e melhores condições estruturais para treinamento e participação em eventos esportivos. Em contrapartida, regiões como Norte e

Nordeste apresentam menor representatividade nos rankings nacionais, evidenciando desigualdades que também se refletem no cenário esportivo brasileiro.

Outro aspecto importante identificado nos estudos refere-se às mudanças nos objetivos associados à prática da corrida de rua. Historicamente, a modalidade esteve fortemente relacionada ao desempenho esportivo e à competição. Entretanto, os estudos atuais demonstram que a corrida passou a incorporar também elementos relacionados ao lazer, à saúde, ao bem-estar psicológico e à convivência social. Rojo et al. (2021) observaram que muitos corredores contemporâneos não possuem foco competitivo, mas buscam na prática uma forma de melhorar a qualidade de vida, reduzir o estresse e fortalecer vínculos sociais. Nesse contexto, a corrida deixa de representar apenas rendimento atlético e passa a assumir múltiplos significados sociais e culturais.

Além das transformações relacionadas ao perfil dos praticantes, os estudos também evidenciam um processo crescente de mercantilização da corrida de rua no Brasil. Couto e Freitas (2020) destacam que a modalidade passou a movimentar diferentes setores econômicos, envolvendo assessorias esportivas, eventos temáticos, marcas esportivas, aplicativos de monitoramento e produção de conteúdo digital. Esse cenário demonstra que a corrida contemporânea ultrapassa os limites da prática esportiva tradicional, tornando-se também produto de consumo e experiência social compartilhada. As redes sociais exercem papel importante nesse processo, contribuindo para a disseminação da modalidade e para a construção de identidades coletivas entre os corredores.

Os estudos também apontam crescimento significativo da participação feminina na corrida de rua, demonstrando que a modalidade vem se tornando mais diversa e inclusiva ao longo do tempo. A ampliação da presença das mulheres nos eventos esportivos reflete transformações sociais mais amplas relacionadas à ocupação dos espaços urbanos, à valorização da saúde e à busca por autonomia corporal e bem-estar. Além disso, a crescente participação feminina contribui para modificar o perfil tradicional da corrida de rua, historicamente associado ao público masculino e ao desempenho competitivo.

## **CONCLUSÃO**

A partir da análise dos estudos incluídos nesta revisão integrativa, foi possível compreender que a corrida de rua passou por importantes transformações no Brasil nas últimas décadas, consolidando-se não apenas como uma prática esportiva, mas também como um fenômeno social, cultural e relacionado à promoção da saúde e da qualidade de vida. Os

resultados evidenciaram um crescimento expressivo da modalidade, acompanhado pela ampliação do número de praticantes, diversificação dos perfis dos corredores e fortalecimento da presença da corrida nos espaços urbanos e no cotidiano da população brasileira.

Os estudos analisados demonstraram que a adesão à corrida de rua está associada principalmente a fatores relacionados à busca por saúde, bem-estar físico e mental, redução do estresse, lazer e socialização. Nesse contexto, observou-se que a modalidade ultrapassa os limites da prática esportiva tradicional, assumindo também um papel importante na construção de vínculos sociais, no fortalecimento do sentimento de pertencimento e na ocupação dos espaços públicos urbanos. Além disso, a corrida de rua vem sendo ressignificada socialmente, deixando de estar associada exclusivamente ao desempenho competitivo e passando a integrar estilos de vida voltados à promoção da saúde e ao equilíbrio biopsicossocial.

Outro aspecto relevante identificado nesta revisão refere-se à expansão do mercado esportivo relacionado à corrida de rua, impulsionado pelo crescimento das assessorias esportivas, pela organização de eventos temáticos e pelo uso de tecnologias digitais e redes sociais, que têm contribuído significativamente para a disseminação da modalidade no país. Observou-se ainda que essas transformações favoreceram a ampliação do acesso à prática por diferentes grupos sociais, embora persistam desafios relacionados à acessibilidade, desigualdade regional e inclusão de pessoas com deficiência.

Além disso, observou-se que a evolução da corrida de rua no Brasil não ocorreu de maneira homogênea entre as regiões do país, sendo influenciada por fatores econômicos, sociais e estruturais. Estudos identificaram associação entre desenvolvimento regional, indicadores socioeconômicos e maior presença de corredores de alto desempenho, evidenciando que desigualdades sociais também impactam o cenário esportivo nacional.

Os resultados também permitiram identificar que a evolução da corrida de rua no Brasil acompanha transformações sociais, culturais e econômicas mais amplas, refletindo mudanças nos hábitos de vida da população e na forma como o exercício físico passou a ser incorporado ao cotidiano contemporâneo. Dessa forma, a corrida de rua pode ser compreendida como uma prática multifacetada, que envolve não apenas benefícios fisiológicos, mas também dimensões sociais, culturais, emocionais e simbólicas.

Entretanto, apesar do crescimento da produção científica sobre o tema, observou-se que muitos estudos ainda se concentram em aspectos específicos da modalidade,

especialmente fatores fisiológicos e motivacionais, existindo menor aprofundamento acerca das dimensões históricas, socioculturais e econômicas relacionadas à expansão da corrida de rua no Brasil. Assim, evidencia-se a necessidade de novas investigações que ampliem a compreensão sobre os impactos sociais da modalidade, as desigualdades de acesso, as transformações urbanas associadas à prática e o papel das tecnologias e mídias digitais no fortalecimento desse fenômeno esportivo contemporâneo.

## REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, Diogo B. et al. Corrida de rua: uma análise qualitativa dos aspectos que motivam sua prática. **Ciência e Movimento**, Brasília, v. 26, n. 1, p. 126-134, 2018.

BARBOSA, I. O.; BARBOSA, S. L. de O.; GADELHA, J. G.; FREITAS, E. P. de. O impacto da corrida de rua na saúde física e mental de praticantes amadores de Rio Branco – Acre. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, São Paulo, v. 8, n. 19, p. e082531, 2025. DOI: 10.55892/jrg.v8i19.2531. Disponível em: <https://revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/2531>. Acesso em: 27 maio 2026.

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2016.

BARTON, Jo; PRETTY, Jules. What is the best dose of nature and green exercise for improving mental health? A multi-study analysis. **Environmental Science & Technology**, Washington, v. 44, n. 10, p. 3947-3955, 2010.

BOTELHO, Louise Lira Roedel; CUNHA, Cristiano Castro de Almeida; MACEDO, Marcelo. O método da revisão integrativa nos estudos organizacionais. **Gestão e Sociedade**, Belo Horizonte, v. 5, n. 11, p. 121-136, 2011. Disponível em: <http://www.gestoesociedade.org/gestoesociedade/article/view/1220/906>. Acesso em: 27 maio 2026.

COUTO, Tatiana Cioni; FREITAS, Ricardo Ferreira. A cidade não pode parar: a Maratona do Rio de Janeiro em 2020 na era da pandemia. **RECHIS – Revista Eletrônica de Comunicação, Informação e Inovação em Saúde**, Rio de Janeiro, v. 14, n. 4, p. 930-944, 2020.

CUNHA, P. L. P.; CUNHA, C. S.; ALVES, P. F. **Manual de revisão bibliográfica sistemática integrativa: a pesquisa baseada em evidências**. Belo Horizonte: Ânima Educação, 2014. Disponível em: [www.animaeducacao.com.br](http://www.animaeducacao.com.br). Acesso em: 27 maio 2026.

DE SOUZA, Marcela Tavares; DA SILVA, Michelly Dias; DE CARVALHO, Rachel. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein**, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102-106, 2010. Disponível em: [http://www.scielo.br/pdf/eins/v8n1/pt\\_1679-4508-eins-8-1-0102.pdf](http://www.scielo.br/pdf/eins/v8n1/pt_1679-4508-eins-8-1-0102.pdf). Acesso em: 27 maio 2026.

FONSECA, Fabiano de Souza; CAVALCANTE, José Alysson Mota; ALMEIDA, Larissa da Silva Café; FIALHO, João Vitor Alves Pereira. Análise do perfil sociodemográfico, motivos

de adesão, rotina de treinamento e acompanhamento profissional de praticantes de corrida de rua. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 27, n. 4, p. 146156, 2019.

MOTA, Andreza Gonzalez Rodrigues. A história por trás do maior grupo de corrida informal do mundo. **LICERE – Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, Belo Horizonte, v. 26, n. 4, p. 1-22, 2023.

NIEMAN, David C.; WENTZ, Laurel M. The compelling link between physical activity and the body's defense system. **Journal of Sport and Health Science**, Shanghai, v. 8, n. 3, p. 201-217, 2019.

OLIVEIRA, Gabriela M.; LOPES, Alexandre D.; HESPANHOL, Luiz. Are there really many runners out there? Is the proportion of runners increasing over time? A populationbased 12-year repeated cross-sectional study with 625,460 Brazilians. **Journal of Science and Medicine in Sport**, Amsterdam, v. 24, n. 4, p. 402-407, 2021.

PEREIRA, Lucas R.; ALMEIDA, Carla S. Mercado esportivo e corrida de rua no Brasil: tendências contemporâneas. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Porto Alegre, v. 45, e20230012, 2023.

RODRIGUES, Claudiomar; BORTOLUZZI, Cassio Andrei; MOCARZEL, Rafael Carvalho da Silva. Revisão sistemática sobre corrida de rua. **Revista Vozes dos Vales: Publicações Acadêmicas**, v. 12, n. 23, 2023.

RODRIGUES, Felipe M.; COSTA, Ana L. Corrida de rua e sociabilidade urbana: uma análise contemporânea. **Movimento**, Porto Alegre, v. 27, e27045, 2021.

ROJO, Jeferson Roberto et al. Transformações no modelo de corridas de rua no Brasil: um estudo na Prova Rústica Tiradentes. **Ciência e Movimento**, Brasília, v. 29, n. 2, p. 45-57, 2021.

SALGADO, José V.; MIKAHIL, Maria P. T. C. Corrida de rua no Brasil: aspectos históricos e sociais. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, Florianópolis, v. 26, p. 1-10, 2021.

SANTOS, Anderson Santana; THUANY, Mablincy; GOMES, Thayse Natacha. Indicadores de saúde e desempenho em corredores de rua não profissionais. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 38, 2024.

SANTOS, Weverton Borges; BORGES, Gilson Caixeta. Fatores de adesão à prática de corrida de rua. **Revista Mineira de Ciências da Saúde**, v. 10, 2023.

SILVA, Rafael P.; SOUZA, Marcos A.; FERREIRA, Daniela R. Prática de corrida de rua e qualidade de vida no Brasil contemporâneo. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 56, p. 1-10, 2022.

SOUZA, Gilmar Oliveira; SILVA, Uilza Nascimento; OLIVEIRA, Cleiton Antonio de; RIBEIRO, Davi Soares Santos. Corrida de rua: uma perspectiva à saúde e lazer. **Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro**, v. 2, n. 1, 2023.

THUANY, Mabliny et al. Onde estão os melhores corredores do Brasil? **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 30, n. 2, p. 1-10, 2022.

THUANY, Mabliny et al. Uma análise da corrida de São Silvestre entre 2007 e 2021: aumento da participação, mas queda no desempenho. **Sports Medicine and Health Science**, Amsterdam, v. 5, n. 2, p. 112-118, 2023.

TRUCCOLO, Adriana Barni; MADURO, Paula Andreatta; FEIJÓ, Eduardo Aguirre. Fatores motivacionais de adesão a grupos de corrida. **Motriz: Revista de Educação Física**, Rio Claro, v. 14, n. 2, p. 108-114, 2008.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour**. Geneva: World Health Organization, 2020.