

## CARACTERIZAÇÃO DO PRATICANTE DE ULTRAMARATONA

Everton, Adriana Nunes da Fonseca<sup>1</sup>; Junior, Homero da Silva Nahum<sup>2,3</sup>;

Barreto, Ana Cristina Lopes y Glória<sup>2</sup>; Brasil, Roxana Macedo<sup>2</sup>

21

### Resumo

O presente trabalho objetivou estimar a caracterização do praticante de ultramaratona no Brasil. Para tanto, O grupo de voluntários foi composto por 72 ultramaratonistas (17 mulheres), residentes nas regiões sudeste, nordeste ou sul, com idades entre 32 e 65 anos, e experiência mínima na modalidade de ano. A coleta de dados se por 24 perguntas, aplicadas presencialmente ou pelo *Google Forms*. Os principais resultados foram Idade =  $46,13 \pm 7,55$  anos, com pelo menos, Ensino Superior (52 pessoas). Trabalhar era a realidade de 67 respondentes, conquistando renda mensal entre quatro e 10 salários-mínimos. Então, concluiu-se que para o grupo avaliado, os atletas apresentariam padrão elevado para as condições brasileiras.

**Palavras-chave:** Desporto; Demografia; Atletas.

### Abstract

The present work aimed to estimate the characterization of ultramarathon practitioners in Brazil. To this end, the group of volunteers was composed of 72 ultramarathon runners (17 women), living in the southeast, northeast, or south regions, aged between 32 and 65 years, and with at least one year of experience in the modality. Data collection was done through 24 questions, applied in person or through Google Forms. The main results were Age =  $46.13 \pm 7.55$  years, with at least Higher Education (52 people). Working was the reality for 67 respondents, earning a monthly income between four and 10 minimum wages. So, it was concluded that for the assessed group, the athletes would present a high standard for Brazilian conditions.

**Keywords:** Sport; Demography; Athletes.

### Introdução

A Ultramaratona foi conceituada como qualquer corrida com distância superior à de uma Maratona (42,195 km). No Brasil, não haveria literatura sobre a caracterização dos praticantes da modalidade (demográfico, socioeconômico) e do treinamento. Os trabalhos publicados no país referenciarão, especialmente, lesões (Duarte *et al.*, 2008), alterações bioquímicas e cardíacas (Lopes, 2006), nutrição e hidratação (Oliveira, 2021), prejuízos musculares (Belli, 2012), simbolismos (Coiceiro e Costa, 2010), e desempenho (Zonatto, 2012), dentre outros temas que permeiam o universo das provas de longa duração ou *endurance* (resistência).

<sup>1</sup> Graduanda em Educação Física no Centro Universitário Celso Lisboa – RJ/Brasil

<sup>2</sup> Docente do Curso de Educação Física do Centro Universitário Celso Lisboa – RJ/Brasil

<sup>3</sup> Docente da Escola de Saúde da Universidade Candido Mendes – RJ/Brasil

Na Grécia Antiga, propagava-se que os corredores podiam viajar mais rápido do que cavalos em terrenos acidentados. Por isso, constituíam parte importante do sistema de comunicação, conhecidos como *hemerodromois*, mensageiros treinados para cobrir longas distâncias. Noakes, Rehrer e Maughan (1991) relataram que mensageiros a pé eram usados tanto na Grécia quanto no Império Romano e corriam até 100,00 km. Pheidippides foi um deles e, pelos registros, contribuiu para o nascimento da Maratona.

Em 490 a.C., quando a invasão de Atenas pelos persas era iminente, ele percorreu cerca de 250,00 Km entre Atenas e Esparta, em menos de dois dias, para solicitar ajuda. O pedido não teria sido aceito devido a celebrações religiosas por parte dos espartanos. A Batalha de Maratona ocorreu e os gregos foram os vitoriosos. Pheidippides chamado foi mais uma vez para anunciar a vitória aos cidadãos de Atenas, cerca de 42,00 km distante. Um aspecto do registro deste atleta e soldado foi que, após entregar a mensagem aos atenienses, morreu em virtude do esforço, sendo a Maratona associada a um caso de morte súbita (Newsholme, 2006). O percurso foi incluído nos primeiros Jogos Olímpicos, em 1896, pelo Barão de Coubertin.

A exposição do atleta (profissional ou amador) ao risco de vida e a condições extremas e desfavoráveis (terreno, altitude, temperaturas, entre outros), somada ao desejo de superação dos próprios limites, despertariam interesse e forneceria campo fértil de investigação interdisciplinar, a despeito das lacunas existentes e da repetição de temas nos trabalhos acadêmicos. Particularmente, na consideração de que a Ultramaratona estaria entre as mais antigas provas. De acordo com Hoffman, Ong e Wang (2010), as primeiras competições datam de 1500 a.C., no norte da Grã-Bretanha. E, atualmente, poderiam apresentar limites de distância ou tempo. No primeiro, as mais comuns seriam de 50,00, 80,00 e 100,00 km, mas existiriam provas entre 200,00 e 1000,00 km. Dentre as ultramaratonas mais disputadas por tempo, há 6, 12, 24, 48h e eventos *multiday* (disputados em vários dias).

A modalidade seria mais difundida no exterior, principalmente nos Estados Unidos e na Europa, a qual abrigaria a sede da Associação Internacional de Ultramaratonas (*International Association Ultrarunners* - IAU) tendo entre os seus membros a Confederação Brasileira de Atletismo (CBAt). Geralmente, as provas, além da variação na distância, ocorreriam em diferentes tipos de terrenos (desertos, montanhas, parques), altitudes e condições climáticas desfavoráveis (período noturno, vento, frio, chuva ou neve), o que exigiriam do competidor condições físicas específicas. O Quadro 1 exemplificaria algumas

das provas mais objetivadas no exterior. No Brasil, o calendário de provas em montanha (*trail*) e asfalto (Quadro 2) seria vasto, mas o número de participantes ainda seria muito pequeno.

**Quadro 1:** Principias Provas Internacionais. Fonte: IAU (2023)

| Prova                                   | Local               | Distância, km |
|-----------------------------------------|---------------------|---------------|
| <b>Spartathlon Atenas-Esparta</b>       | Grécia              | 246 (36 h)    |
| <b>Badwater</b>                         | Vale da Morte (EUA) | 217           |
| <b>Ultra Trail Du Mont-Blanc – UTMB</b> | Chamonix (França)   | 170           |

Fonte: Os autores (2024)

**Quadro 2:** Principais Provas no Brasil. Fonte: CBAAt (2023)

| Prova                                                      | Local | Distância, km                    |
|------------------------------------------------------------|-------|----------------------------------|
| <b>Indomit</b>                                             | SP    | 50                               |
| <b>UD - Ultra Desafio Morungaba</b>                        | SP    | 75 e 50                          |
| <b>UD - Ultra Desafio Passa Quatro</b>                     | MG    | 160 e 80                         |
| <b>Tutan - Transmantequeira Ultra Trail Agulhas Negras</b> | RJ    | 100                              |
| <b>UAI – Passa Quatro</b>                                  | MG    | 470, 235, 170, 140, 100, 55 e 25 |
| <b>Desafio Extremo Estrada Real</b>                        | MG    | 106, 71 e 49                     |
| <b>APTR Ultra de Videiras</b>                              | RJ    | 75 e 55                          |
| <b>Bertioga-Maresias</b>                                   | SP    | 75                               |
| <b>BR 135+ (Copa do Mundo de Ultramaratonas Extremas)</b>  | MG    | 217                              |

Fonte: Os autores (2024)

A corrida de longa distância seria um esporte, majoritariamente, masculino, embora o número de mulheres tenha crescido nos últimos anos. A entrada tardia em Maratonas pode ter contribuído para tal realidade na medida em que foram autorizadas a participar de uma prova oficial (Maratona de Boston) somente em 1972. Os anos 1960 foram marcados como a década de participações não oficiais. As mulheres esperavam o início da prova e entravam na corrida ou assumiam serem homens. Nos Jogos Olímpicos, a primeira

maratona para mulheres aconteceu em 1984, em Los Angeles (Oliveira, Cherem e Tubino, 2008).

De acordo com Oliveira e Costa (2015), no decorrer dos anos, os Jogos Olímpicos apresentaram um acréscimo gradual na participação das atletas brasileiras. Entretanto, o atletismo feminino não teria acompanhado esse incremento, mantendo a média da primeira participação do Brasil, nos Jogos Olímpicos de 1948 (seis casos), conforme mostra o Quadro 3.

**Quadro 3: Atletismo feminino nos Jogos Olímpicos**

|                           | <b>Delegação Brasileira (Total)</b> | <b>Número de mulheres (Total)</b> | <b>Número mulheres no Atletismo</b> |
|---------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|
| <b>1948 (Londres)</b>     | 79                                  | 11                                | 6                                   |
| <b>1952 (Helsinque)</b>   | 108                                 | 5                                 | 3                                   |
| <b>1956 (Melbourne)</b>   | 48                                  | 1                                 | -                                   |
| <b>1960 (Roma)</b>        | 82                                  | 1                                 | 1                                   |
| <b>1964 (Tóquio)</b>      | 68                                  | 1                                 | 1                                   |
| <b>1968 (México)</b>      | 84                                  | 3                                 | 3                                   |
| <b>1972 (Munique)</b>     | 89                                  | 5                                 | -                                   |
| <b>1976 (Montreal)</b>    | 93                                  | 7                                 | 3                                   |
| <b>1980 (Moscou)</b>      | 109                                 | 15                                | 1                                   |
| <b>1984 (Los Angeles)</b> | 151                                 | 22                                | 3                                   |
| <b>1988 (Seul)</b>        | 174                                 | 35                                | 6                                   |
| <b>1992 (Barcelona)</b>   | 178                                 | 51                                | 3                                   |
| <b>1996 (Atlanta)</b>     | 225                                 | 66                                | 9                                   |
| <b>2000 (Sydney)</b>      | 205                                 | 94                                | 4                                   |

Fonte: Os autores (2024)

Assis (2021) apontou a prevalência dos homens em todos os Campeonatos Brasileiros de Atletismo de 2019. A maior desigualdade estaria nas categorias sub18 e sub20 e a maior igualdade na categoria adulta, exceto nas provas de revezamento. Aponta, ainda, para a baixa representatividade feminina nos cargos de liderança do esporte, como árbitras e treinadoras. Neste contexto, o Quadro 4 demonstraria a diferença entre a

dicotomia sexual de ultramaratonistas. Em razão do exposto, o presente trabalho objetivou estimar a caracterização do praticante de ultramaratona, no Brasil.

**Quadro 4:** Relação Homens x Mulheres nas Provas de Ultramaratona

| PROVA                                                    | DISTÂNCIA | FEMININO  | MASCULINO |
|----------------------------------------------------------|-----------|-----------|-----------|
| <b>La Mission/ agosto 2022 (MG)</b>                      | 50km      | <b>47</b> | 188       |
|                                                          | 80km      | <b>23</b> | 166       |
| <b>Indomit Pedra do Baú Ultra Trail/ março 2023 (SP)</b> | 50km      | <b>40</b> | 170       |
|                                                          | 80km      | <b>25</b> | 95        |
| <b>Festival Loucos Por Montanha/ março 2023 (RJ)</b>     | 50km      | <b>04</b> | 30        |

Fonte: Os autores (2024)

## Materiais e Métodos

O grupo de voluntários foi composto por 72 ultramaratonistas, dos quais 17 eram mulheres, residentes nos estados do Sudeste (Rio de Janeiro, São Paulo, Minas Gerais), Nordeste (Ceará, Pernambuco, Paraíba) e Sul (Paraná, Rio Grande do Sul), com idades entre 32 e 65 anos, e praticantes da modalidade há, pelo menos, um ano.

Aplicou-se o questionário (Anexo A) contendo 24 perguntas, 11 abertas, versando sobre perfil socioeconômico, treinamento e evolução funcional dos atletas. A coleta de dados foi realizada em conformidade à disponibilidade do respondente, portanto fisicamente no local de competição ou, digitalmente, no *Google Forms*. A aplicação do instrumento exigiu a validação, tal como demonstrado por Junior *et al.* (2005), visando reduzir o risco de erros por não entendimento das perguntas (Ramos *et al.*, 2005).

Às variáveis quantitativas estimou-se as medidas de localização (média e mediana) e dispersão (desvio padrão, coeficiente de variação e erro padrão), conforme proposto por Costa Neto (2002), assim como a análise de frequência foi utilizada sobre as qualitativas. Essas, posteriormente, foram submetidas ao teste qui-quadrado (Siegel e Castellan Jr, 2017) para investigação da significância estatística.

## Discussão

Com relação à Idade (Tabela 1), houve baixa variabilidade dado o Coeficiente de Variação < 20,00%, logo a caracterização se deu pelas estimativas de média e desvio-padrão. Portanto, não houve influência da Idade sobre os resultados encontrados na

medida em que o grupo de voluntários mostrou-se uniforme nos aspectos fisiológicos e mecânicos que marcam a faixa etária. Ou seja, a idade não impacta na percepção da modalidade.

**Tabela 1:** Resultados Descritivos da Variável Idade, anos

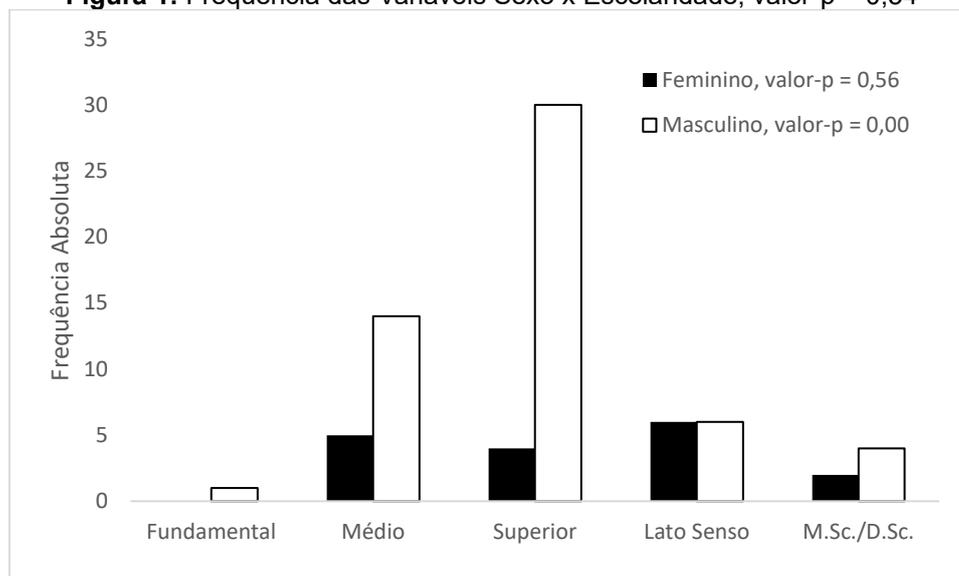
| <b>Estatística</b>       | <b>Idade, anos</b> |
|--------------------------|--------------------|
| Média                    | 46,13              |
| Desvio Padrão            | 7,55               |
| Mediana                  | 45,00              |
| Coefficiente de Variação | 16,38              |
| Erro Padrão              | 0,90               |

**Fonte:** Os autores (2024)

Aparentemente, a modalidade detém praticantes de alta Escolaridade (Figura 1), pois a conquista do ensino Superior, no mínimo, era a realidade para 12 mulheres (70,59%, valor-p = 0,56) e 40 homens (72,73%, valor-p = 0,00), então a ausência de diferença estatisticamente significativa na dicotomia sexual (valor-p = 0,54) era esperada. Essa Característica, talvez, se explicaria pela Idade dos atletas,  $46,13 \pm 7,55$  anos, ou seja, eram pessoas que, possivelmente, tinham as bases da vida cotidiana determinadas, tais como filhos, moradia, trabalho e escolaridade. Além disso, a ultramaratona exigiria maturidade e autoconhecimento, os quais somente o tempo de vida proporciona, favorecendo o respeito aos próprios limites, independentemente, desses serem originários na prova ou no próprio corpo. Tais considerações foram ratificadas na distribuição da Escolaridade pelos Municípios (Tabela 2) de residência, pois mesmo fora dos grandes centros o comportamento destacado se estabeleceu, tanto que as significâncias para os ensinos Médio e Superior, ambos com valor-p = 0,00, foram influenciadas pelo número de respondentes de Recife e, principalmente, do Rio de Janeiro.

Estudo realizado por Morris (2022), com 1.019 corredores de trilha e ultramaratonistas dos Estados Unidos, Reino Unido, Canadá e outras 28 nacionalidades, mostrou a prevalência da meia idade entre os atletas: 64,40% possuíam idade entre 35 e 54 anos, também sugerindo um apelo limitado deste esporte entre os mais jovens. A alta Escolaridade caracterizaria este público. A grande maioria (82,00%) seria graduada, percentual que excede o nível de educação da população em geral dos EUA e UK (entre 30,00 e 40,00%). Os pós-graduados correspondem a 43,50% dos pesquisados.

**Figura 1:** Frequência das Variáveis Sexo x Escolaridade, valor-p = 0,54



Fonte: Os autores (2024)

Coiceiro (2007) identificou a faixa entre 35 e 64 anos correlacionando a idade elevada à necessidade de maior resistência à fadiga que acometeria o corpo dos competidores. Quanto à Escolaridade, dos 11 voluntários, apenas três não possuíam nível Superior completo. Duarte *et al.* (2008) reforçaria a tendência de entrevistados mais experientes: 51,47% possuíam entre 36 e 50 anos enquanto 14,70% mais de 50 anos.

Proporcionalmente, a Renda Mensal declarada (Figura 2) situou-se acima de quatro salários mínimos (R\$1.212,00, valor de um SM/2022) sendo a realidade para 38 pesquisados (52,77%, valor-p = 0,00) e nove mulheres (12,50%, valor-p = 0,12). Não se observou uma diferença estatisticamente significativa na dicotomia sexual quanto à Renda (valor-p = 0,99) o que confirmaria a percepção de uma base financeira mais consolidada dos voluntários, capaz de comportar os gastos demandados pelo esporte (inscrições nas provas, equipamentos, vestuário, viagens, suplementação, acompanhamento especializado (nutricionistas, fisioterapeutas), entre outros custos).

A distribuição da Renda Salarial mostrou-se mais uniforme e democrática entre as mulheres. Os homens declaram rendas maiores, concentradas na faixa acima de 10 salários mínimos o que reflete, muito possivelmente, a necessidade de maiores custos para se manterem na modalidade comparativamente às mulheres que parecem demonstrar um caráter mais disciplinador com relação às finanças. Os salários mais elevados revelaram, ainda, a esperada desigualdade salarial que marca as relações trabalhistas, na sociedade

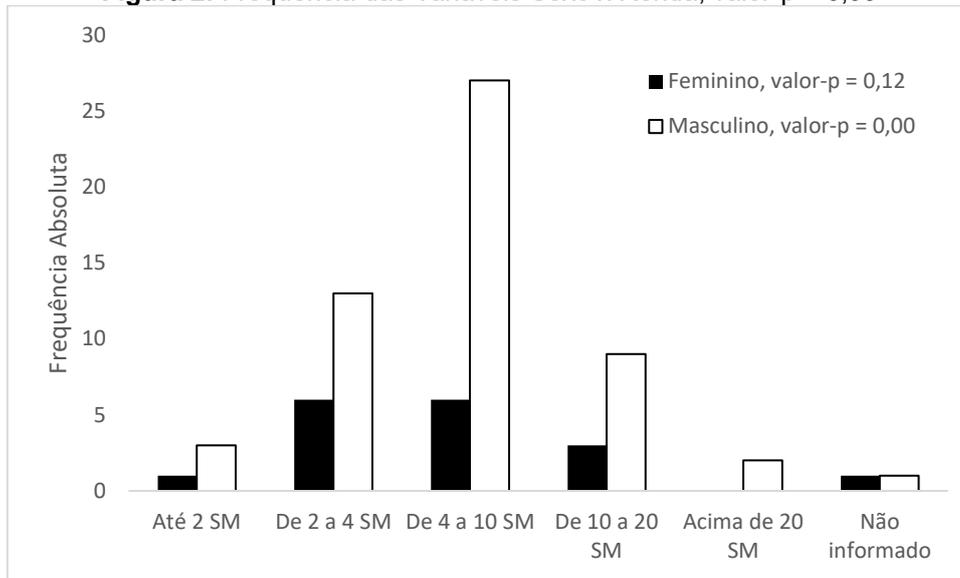
brasileira, entre homens e mulheres, como demonstra dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2010).

**Tabela 2:** Frequência das Variáveis Escolaridade x UF- Município

| Classe                      | Fundamental | Médio | Superior | Lato  |             | Total |
|-----------------------------|-------------|-------|----------|-------|-------------|-------|
|                             |             |       |          | Senso | M.Sc./D.Sc. |       |
| CE - Pacatuba               |             |       | 1        |       |             | 1     |
| PB - João Pessoa            |             |       |          | 1     |             | 1     |
| PE - Olinda                 |             | 1     |          |       |             | 1     |
| PE - Recife                 |             |       | 5        | 2     | 1           | 8     |
| PE - Varzêa                 |             |       | 1        |       |             | 1     |
| PE - Vitória de Santo Antão |             |       | 1        |       |             | 1     |
| MG - Juiz de Fora           |             |       |          | 1     |             | 1     |
| RJ - Cabo Frio              |             |       | 1        |       |             | 1     |
| RJ - Cachoeiras de Macacu   |             |       |          | 1     |             | 1     |
| RJ - Duque de Caxias        |             | 1     |          |       |             | 1     |
| RJ - Iguaba Grande          |             |       | 1        |       |             | 1     |
| RJ - Mangaratiba            |             |       |          | 1     |             | 1     |
| RJ - Miguel Pereira         |             |       | 1        |       |             | 1     |
| RJ - Niterói                |             | 1     | 1        |       | 1           | 3     |
| RJ - Nova Friburgo          |             |       | 1        |       |             | 1     |
| RJ - Queimados              |             | 1     |          |       |             | 1     |
| RJ - Rio das Ostras         |             |       |          | 1     |             | 1     |
| RJ - Rio de Janeiro         |             | 12    | 14       | 3     | 1           | 30    |
| RJ - São João de Meriti     | 1           |       |          |       |             | 1     |
| RJ - Seropédica             |             | 1     |          |       |             | 1     |
| SP - Artur Nogueira         |             |       | 1        |       |             | 1     |
| SP - Campinas               |             |       |          |       | 1           | 1     |
| SP - Diadema                |             |       | 1        |       |             | 1     |
| SP - Presidente Prudente    |             |       |          | 1     |             | 1     |
| SP - São José dos Campos    |             |       | 2        |       |             | 2     |
| SP - São Paulo              |             |       | 2        |       |             | 2     |
| PR - Cascavel               |             | 1     |          |       |             | 1     |
| PR - Curitiba               |             |       | 1        | 1     |             | 2     |
| RS - Porto Alegre           |             |       |          |       | 1           | 1     |
| SC - Palhoça                |             |       |          |       | 1           | 1     |
| SC - Penha                  |             | 1     |          |       |             | 1     |
| Total                       | 1           | 19    | 34       | 12    | 6           | 72    |
| Valor-p                     |             | 0,00  | 0,00     | 0,31  | 1,00        | 0,09  |

Fonte: Os autores (2024)

**Figura 2:** Frequência das Variáveis Sexo x Renda, valor-p = 0,99



Fonte: Os autores (2024)

No Brasil, a renda média dos homens situa-se em R\$1.422,03 e a das mulheres, em R\$1.029,57. O Quadro 5 detalha as faixas de rendimento por sexo. Morris (2022) identificou respondentes que declararam rendas elevadas, acima de \$100,000 (35,40%), superior à média da população em geral dos EUA (30,70%), caracterizando um nível socioeconômico privilegiado.

**Quadro 5:** Renda Mensal x Sexo, salário mínimo utilizado: R\$510.00

| Classes de rendimento nominal mensal domiciliar per capita | Sexo da pessoa responsável pelo domicílio |           |
|------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-----------|
|                                                            | Homens                                    | Mulheres  |
| Mais de 2 a 3 salários mínimos                             | 2.601.099                                 | 1.426.523 |
| Mais de 3 a 5 salários mínimos                             | 1.942.256                                 | 1.117.113 |
| Mais de 5 a 10 salários mínimos                            | 1.315.789                                 | 754.084   |
| Mais de 10 salários mínimos                                | 583.317                                   | 290.848   |

Fonte: IBGE (2010)

Tais considerações foram ratificadas na distribuição da Renda pelos Municípios (Tabela 3) de residência, pois o comportamento destacado se estabeleceu, tanto que as significâncias para rendas entre dois e dez salários mínimos, ambas com valor- p = 0,00, foram mais uma vez influenciadas pelo número de respondentes de Recife e, especialmente, do Rio de Janeiro.

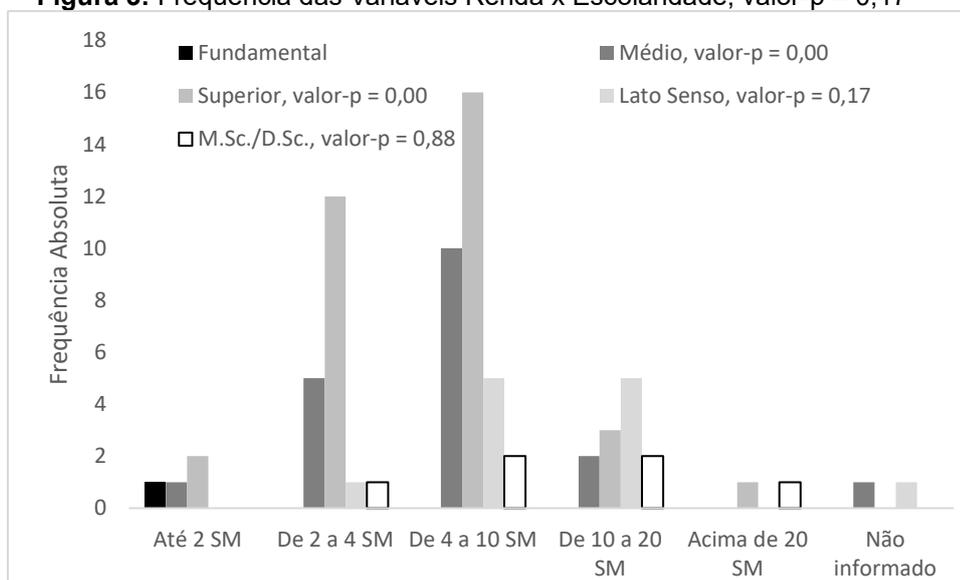
Tabela 3: Frequência das Variáveis Renda x UF-Município, valor-p = 0,00

| Classe                      | Até 2 SM | De 2 a 4 SM | De 4 a 10 SM | De 10 a 20 SM | Acima de 20 SM | Não informado | Total |
|-----------------------------|----------|-------------|--------------|---------------|----------------|---------------|-------|
| CE - Pacatuba               |          |             | 1            |               |                |               | 1     |
| PB - João Pessoa            |          |             |              | 1             |                |               | 1     |
| PE - Olinda                 |          | 1           |              |               |                |               | 1     |
| PE - Recife                 | 1        | 2           | 3            | 2             |                |               | 8     |
| PE - Varzêa                 | 1        |             |              |               |                |               | 1     |
| PE - Vitória de Santo Antão |          |             | 1            |               |                |               | 1     |
| MG - Juiz de Fora           |          |             |              | 1             |                |               | 1     |
| RJ - Cabo Frio              |          |             | 1            |               |                |               | 1     |
| RJ - Cachoeiras de Macacu   |          |             | 1            |               |                |               | 1     |
| RJ - Duque de Caxias        |          |             | 1            |               |                |               | 1     |
| RJ - Iguaba Grande          |          |             |              | 1             |                |               | 1     |
| RJ - Mangaratiba            |          |             |              |               |                | 1             | 1     |
| RJ - Miguel Pereira         |          | 1           |              |               |                |               | 1     |
| RJ - Niterói                |          | 2           | 1            |               |                |               | 3     |
| RJ - Nova Friburgo          |          |             | 1            |               |                |               | 1     |
| RJ - Queimados              |          |             | 1            |               |                |               | 1     |
| RJ - Rio das Ostras         |          |             |              | 1             |                |               | 1     |
| RJ - Rio de Janeiro         | 1        | 10          | 15           | 2             | 1              | 1             | 30    |
| RJ - São João de Meriti     | 1        |             |              |               |                |               | 1     |
| RJ - Seropédica             |          |             | 1            |               |                |               | 1     |
| SP - Artur Nogueira         |          | 1           |              |               |                |               | 1     |
| SP - Campinas               |          |             |              | 1             |                |               | 1     |
| SP - Diadema                |          | 1           |              |               |                |               | 1     |
| SP - Presidente Prudente    |          |             | 1            |               |                |               | 1     |
| SP - São José dos Campos    |          |             | 1            | 1             |                |               | 2     |
| SP - São Paulo              |          |             | 1            |               | 1              |               | 2     |
| PR - Cascavel               |          | 1           |              |               |                |               | 1     |
| PR - Curitiba               |          |             | 1            | 1             |                |               | 2     |
| RS - Porto Alegre           |          |             | 1            |               |                |               | 1     |
| SC - Palhoça                |          |             | 1            |               |                |               | 1     |
| SC - Penha                  |          |             |              | 1             |                |               | 1     |
| Total                       | 4        | 19          | 33           | 12            | 2              | 2             | 72    |
| Valor-p                     | 1,00     | 0,00        | 0,00         | 1,00          | 1,00           | 1,00          | 0,00  |

Fonte: Os autores (2024)

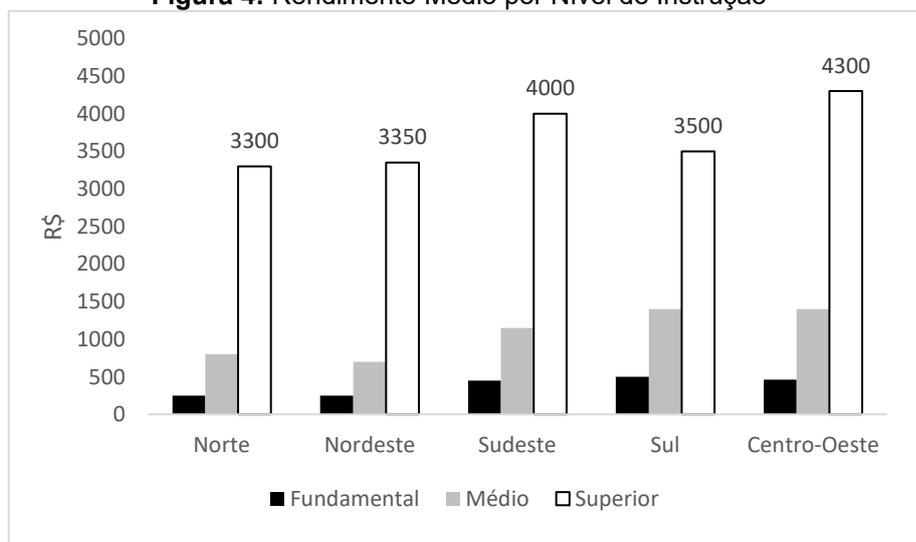
Aparentemente, os pesquisados com alta Escolaridade (Figura 3) recebem maiores rendimentos, principalmente, aqueles com Ensino Superior (27,77%, valor-p = 0,00) e Lato Senso (13,88%, valor-p = 0,17) que ganham acima de quatro salários mínimos, o que convergiria para dados do IBGE (Figura 4). Na faixa entre quatro e 20 salários mínimos, há maior uniformidade na renda entre os pós-graduados. Contudo, os resultados não se mostraram suficientemente significativos para se estabelecer uma relação entre Renda x Escolaridade dos praticantes de ultramaratonas (valor-p = 0,17).

**Figura 3:** Frequência das Variáveis Renda x Escolaridade, valor-p = 0,17



Fonte: Os autores (2024)

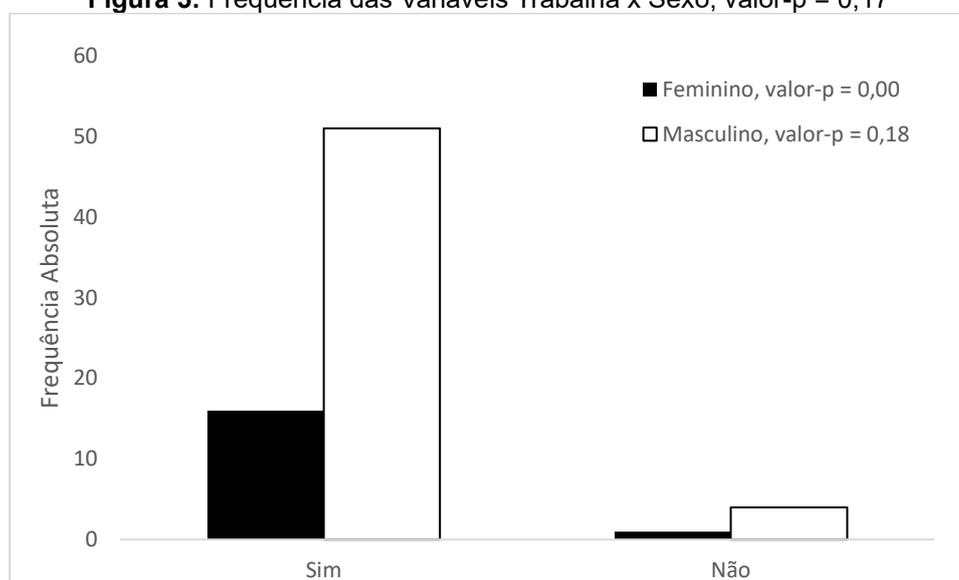
**Figura 4:** Rendimento Médio por Nível de Instrução



Fonte: IBGE (2020)

Caracteristicamente, a mulher ultramaratonista trabalha (Figura 5), convergindo para a realidade de jornada tripla e sobrecarga de tarefas diárias (22,20%, valor-p = 0,00). Quanto aos homens, nada se pode afirmar porque não há uma significância estatística para tal assertiva (valor-p = 0,18), assim como em relação ao perfil do grupo como um todo. Os dados encontrados não permitem estabelecer a relação entre sexo x trabalho na modalidade (valor-p = 0,17). Dados da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua Anual (IBGE, 2019) sobre a taxa de realização de afazeres domésticos no próprio domicílio, revelam que, independentemente da Escolaridade, 93,33% das mulheres cumprem tarefas em casa x 81,86% de homens.

**Figura 5:** Frequência das Variáveis Trabalha x Sexo, valor-p = 0,17



Fonte: Os autores (2024)

Nos últimos anos, vem crescendo o percentual de mulheres responsáveis pelo lar o que caracterizaria uma inversão do processo demográfico brasileiro do homem como chefe ou principal provedor da família. De acordo com o Censo Demográfico (IBGE, 2022), das 50 milhões de famílias que residiam em domicílios particulares, 37,30% tinham a mulher como responsável (22,20%, no ano 2000), principalmente nas áreas urbanas onde o indicador eleva-se, ligeiramente, para 39,30%. A distribuição regional destes domicílios reflete a distribuição geográfica da população, com peso mais significativo no Sudeste. A contribuição das mulheres no rendimento familiar foi de 40,90% em média.

Entre os pesquisados que trabalham (Tabela 4), faz diferença o local de moradia (93,05%, valor-p = 0,00), resultado muito impactado pelo número de voluntários que moram no Rio de Janeiro (29 pessoas), cidade base da coleta de dados. Ou seja, a princípio, para

este estudo, morar no Rio e trabalhar faria diferença. Por outro lado, morar fora do Rio de Janeiro não influenciaria no fato do pesquisado não trabalhar o que poderia ser estendido para o grupo como um todo (valor-p = 0,90). Esperava-se uma distribuição mais uniforme entre os diversos municípios o que não aconteceu. Houve uma pulverização nas citações. Assim, o valor do Rio de Janeiro impactaria no trabalho e deveria ser relativizado.

**Tabela 4:** Frequência das Variáveis Trabalha x UF-Município

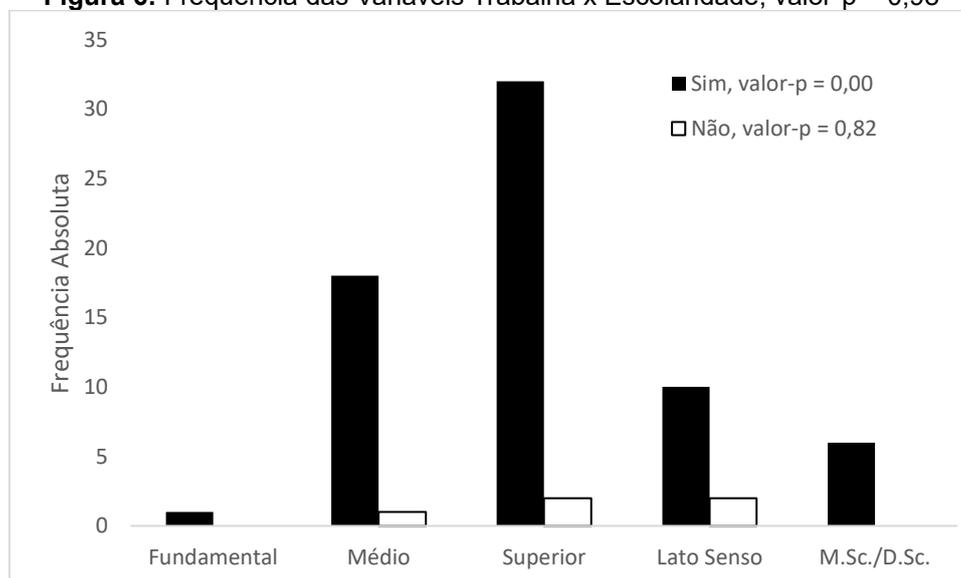
| <b>Classe</b>               | <b>Sim</b> | <b>Não</b> | <b>Total</b> |
|-----------------------------|------------|------------|--------------|
| CE - Pacatuba               | 1          |            | 1            |
| PB - João Pessoa            | 1          |            | 1            |
| PE - Olinda                 | 1          |            | 1            |
| PE - Recife                 | 6          | 2          | 8            |
| PE - Varzêa                 | 1          |            | 1            |
| PE - Vitória de Santo Antão | 1          |            | 1            |
| MG - Juiz de Fora           | 1          |            | 1            |
| RJ - Cabo Frio              | 1          |            | 1            |
| RJ - Cachoeiras de Macacu   | 1          |            | 1            |
| RJ - Duque de Caxias        |            | 1          | 1            |
| RJ - Iguaba Grande          | 1          |            | 1            |
| RJ - Mangaratiba            | 1          |            | 1            |
| RJ - Miguel Pereira         | 1          |            | 1            |
| RJ - Niterói                | 3          |            | 3            |
| RJ - Nova Friburgo          | 1          |            | 1            |
| RJ - Queimados              | 1          |            | 1            |
| RJ - Rio das Ostras         |            | 1          | 1            |
| RJ - Rio de Janeiro         | 29         | 1          | 30           |
| RJ - São João de Meriti     | 1          |            | 1            |
| RJ - Seropédica             | 1          |            | 1            |
| SP - Artur Nogueira         | 1          |            | 1            |
| SP - Campinas               | 1          |            | 1            |
| SP - Diadema                | 1          |            | 1            |
| SP - Presidente Prudente    | 1          |            | 1            |
| SP - São José dos Campos    | 2          |            | 2            |
| SP - São Paulo              | 2          |            | 2            |
| PR - Cascavel               | 1          |            | 1            |
| PR - Curitiba               | 2          |            | 2            |
| RS - Porto Alegre           | 1          |            | 1            |
| SC - Palhoça                | 1          |            | 1            |
| SC - Penha                  | 1          |            | 1            |
| Total                       | 67         | 5          | 72           |
| Valor-p                     | 0,00       | 0,90       | 1,00         |

Fonte: Os autores (2024)

Contudo, segundo o IBGE (2020), o município do Rio de Janeiro ocuparia o primeiro lugar no ranking da variável “Pessoal ocupado assalariado” com 2.031.212 pessoas, em uma proporção de 34,70% em relação à população total. O rendimento médio mensal dos trabalhadores formais seria de quatro salários mínimos e situaria a cidade em segundo lugar, abaixo apenas de Macaé.

A alta Escolaridade (Figura 6) seria tendência entre os pesquisados que exerciam atividade remunerada (valor-p = 0,00). A presença de voluntários com níveis Fundamental e M.Sc./D.Sc impactou no resultado ao surgir como os dois extremos. Além disso, os praticantes da modalidade trabalhavam, independentemente da Escolaridade. Entre aqueles que não o faziam, a Escolaridade situou-se entre o Ensino Médio e Lato Senso (valor-p = 0,82). Contudo, no grupo, não houve significância estatística para caracterizar a modalidade em função do Trabalho (valor-p = 0,98). Na modalidade, a alta Escolaridade era esperada e ratificou o comentado anteriormente, sobre a média de Idade dos atletas em  $46,13 \pm 7,55$  anos, característica que talvez explicasse as bases de vida cotidiana determinadas, como filhos, moradia e trabalho.

**Figura 6:** Frequência das Variáveis Trabalha x Escolaridade, valor-p = 0,98

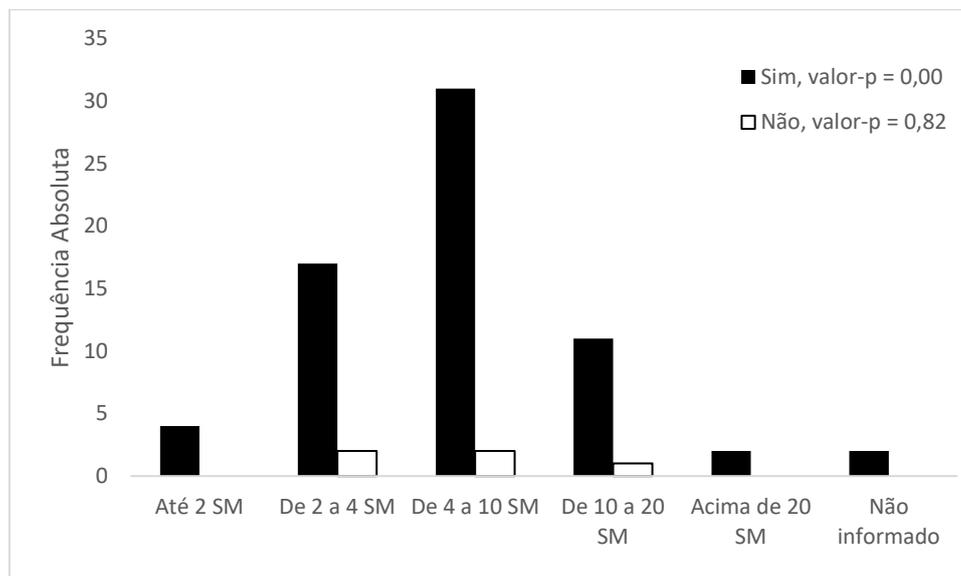


Fonte: Os autores (2024)

Neste contexto, a Renda Mensal (Figura 7) da grande maioria dos pesquisados (97,01% (67 casos), valor-p = 0,00) dependeria do trabalho propriamente dito, sendo necessária a conjugação do exercício da profissão à prática esportiva o que caracterizaria, no mínimo, uma dupla jornada. Existe diferença de Renda entre os que trabalham. Porém, observou na faixa entre dois e 20 salários mínimos, a existência de ultramaratonistas que

não trabalhavam, mas que possuíam rendimentos, especialmente aqueles com mais de 50 anos. Provavelmente, o recebimento de algum tipo de patrocínio, aposentadoria/pensão, herança, investimentos financeiros, entre outros aspectos, poderiam explicar o resultado. Entre estes, não existiria diferença de Renda (valor-p = 0,82). No grupo como um todo, não se pode distinguir os praticantes da modalidade em função do Trabalho x Renda (valor-p = 1,00).

**Figura 7:** Frequência das Variáveis Trabalha x Renda, valor-p = 1,00



Fonte: Os autores (2024)

Coiceiro (2007) evidenciou em seu estudo que dos 11 pesquisados, a quase totalidade (10 casos) não possuía qualquer tipo de patrocínio. Levando-se em consideração a não profissionalização da modalidade no país, sugerindo que os atletas arcaíam com os próprios custos para se manterem no esporte. Apenas um pesquisado viveria profissionalmente como atleta, sem outra fonte de renda que não a obtida com as premiações conquistadas nas competições e o salário do patrocinador.

### Considerações Finais

O presente trabalho objetivou estimar a caracterização do praticante de ultramaratona, no Brasil. Para tanto, entrevistados forma 17 mulheres e 55 homens, Idade =  $46,13 \pm 7,55$  anos, com pelo menos, Ensino Superior (52 pessoas). Trabalhar era a realidade de 67 respondentes, conquistando renda mensal entre quatro e 10 salários-mínimos. Então, concluiu-se que para o grupo avaliado, os atletas apresentariam padrão elevado para as condições brasileiras.

Aos estudos futuros recomenda-se a replicação do estudo, porém expandido a localidade de moradia, o que pode culminar em mudanças no aspecto socioeconômico. Isto, também, pode ser identificado no domínio do tempo para o mesmo grupo de respondentes. A elaboração de modelos possibilitaria estimar a razão de chance de lesão, assim como estabelecer classes de atletas.

## Referências

ASSIS, IS. A presença das mulheres no atletismo brasileiro. **Anais XXIX Congresso de Iniciação Científica**, 2021. São Paulo: UNICAMP, 2021.

BELLI, T. **Respostas inflamatória, hematológica, de estresse oxidativo, prejuízo muscular e composição corporal em ultramaratona de 217 km**. Tese (Doutorado em Educação Física) - Universidade Estadual Paulista. Instituto de Biociências. Rio Claro (SP), 2012.

COICEIRO GA. **O imaginário social de aventureiros do extremo: o universo simbólico dos praticantes das provas de ultra resistência**. Tese (Doutorado em Educação Física). Universidade Gama Filho. Rio de Janeiro. 2007.

COICEIRO, GA; COSTA, VLM. Ultramaratona: em busca do limite humano. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 18, n. 3, p. 21-28, 2010.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE ATLETISMO. **Corridas**. Disponível em: <https://www.cbaf.org.br/corridas/calendario.aspx>. Acessado em: 26/05/2023.

COSTA NETO, PLO. **Estatística**. São Paulo: Edgard Blücher, 2002.

DUARTE, MFS *et al.* Corredores de rua: características demográficas, treinamento e prevalência de lesões. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v. 10, n. 3, p. 277-282, 2008.

HOFFMAN, MD; ONG, JC; WANG, G. Historical analysis of participation in 161 km ultramarathons in North America. **The International Journal of the History of Sport**, v. 27, n. 11, p. 1877-1891, 2010.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Censo demográfico 2022**. Rio de Janeiro: IBGE, 2022.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Estatísticas de gênero mostram como as mulheres vêm ganhando espaço na realidade socioeconômica do país**. Sistema Nacional de Informações de Gênero (SNIG). Rio de Janeiro: IBGE, 2010.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Panorama Rio de Janeiro**. Rio de Janeiro: IBGE, 2020.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Taxa de realização de afazeres domésticos no próprio domicílio**. IBGE, Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua Anual (PNAD). Rio de Janeiro: IBGE, 2019.

INTERNATIONAL ASSOCIATION ULTRARUNNERS. **IAU Championships**. Disponível em: <https://iau-ultramarathon.org/iau-championships/>. Acessado em: 25/05/2023.

JUNIOR, HSN *et al.* Comparação de métodos de validação de formulários em Educação Física. **Anais do XXVIII Simpósio Internacional de Ciências do Esporte**. São Paulo, Celafiscs, 2005. p. 40-40

LOPES, RF. **Comportamento de alguns marcadores fisiológicos e bioquímicos de uma prova de triathlon olímpico**. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Universidade Federal do Paraná. Curitiba (PR), 2006.

MORRIS, CJ. **Trail and ultra running: the growth of a sport, culture and community**. Preston: UCLAN, 2022.

NEWSHOLME, EA. **Corrida: ciência do treinamento e desempenho**. São Paulo: Phorte, 2006.

NOAKES, TD; REHRER, NJ; MAUGHAN, RJ. The importance of volume in regulating gastric emptying. **Medicine and Science in Sports and Exercise**, v. 23, n. 3, p. 307-313, 1991.

OLIVEIRA, G; CHEREM, EHL; TUBINO, MJG. A inserção histórica da mulher no esporte. **Revista Brasileira de Ciência & Movimento**, v. 16, n. 2, p. 117-125, 2008.

OLIVEIRA, GAS; COSTA, JS. Atletismo feminino nos Jogos Olímpicos. **Atlas do Esporte no Brasil**. Rio de Janeiro, 2015.

OLIVEIRA, MM. **Avaliação alimentar e hídrica de praticantes de ultramaratona**. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Nutrição) - Faculdade de Ciências Aplicadas. Universidade Estadual de Campinas. Limeira (SP), 2021.

RAMOS, AT *et al.* Relação entre percentual de erro e variabilidade de repostas em formulários. **Anais do XXVIII Simpósio Internacional de Ciências do Esporte**. São Paulo, Celafiscs, 2005. p. 202-202.

SIEGEL, S; CASTELLAN JR, NJ. **Estatística não-paramétrica para ciências do comportamento**. Porto Alegre (RS): Artmed, 2017.

ZONATTO, HA. **Análise do polimorfismo R577X do gene alfa actina 3 como possível preditor de desempenho físico em mulheres ultramaratonistas**. Dissertação (Mestrado em Educação Física). Universidade Tecnológica Federal do Paraná. Curitiba (PR), 2018.

## Anexo A

## COMPROMISSO

Olá, eu sou Adriana Nunes, aluna do Centro Universitário Celso Lisboa e estou realizando uma pesquisa sobre o universo das **Ultramaratonas**. A sua opinião é determinante para o Projeto e será tratada de forma confidencial.

## IDENTIFICAÇÃO

Nome: \_\_\_\_\_ Idade: \_\_\_\_\_ anos  
Sexo: ( ) Masculino ( ) Feminino Estado: \_\_\_\_\_ Município: \_\_\_\_\_

## CARACTERIZAÇÃO

**P.01-** Qual o seu nível de escolaridade completo?

( ) Fundamental ( ) Médio ( ) Superior ( ) Lato Sensu ( ) M.Sc/D.Sc ( ) Outro: \_\_\_\_\_

**P.02-** Como classificaria o seu nível socioeconômico?

( ) Acima de 20 SM (R\$ 20.900,01 ou mais) ( ) De 10 a 20 SM (R\$ 10.450,01 a R\$ 20.900,00)  
( ) De 4 a 10 SM (R\$ 4.180,01 a R\$ 10.450,00) ( ) De 2 a 4 SM (R\$ 2.090,01 a R\$ 4.180,00)  
( ) Até 2 SM (Até R\$ 2.090,00)

**P.03** – Você trabalha atualmente? ( ) Sim ( ) Não

## TREINAMENTO

**P.04-** Antes de praticar ultramaratona, há quanto tempo você já corria? \_\_\_\_\_ anos

**P.05-** Há quanto tempo pratica ultramaratona? \_\_\_\_\_ anos

**P.06-** O que te levou a iniciar/ participar das ultramaratonas?

( ) Busca do limite da performance ( ) Competição ( ) Desafio pessoal/ superação  
( ) Estética ( ) Lazer ( ) Condicionamento físico  
( ) Melhora na qualidade de vida ( ) Orientação médica ( ) Sem motivação específica  
( ) Outros: \_\_\_\_\_

**P.07-** Você se considera um ultramaratonista de: ( ) Asfalto ( ) Montanha ( ) Ambos

**P.08-** Além da corrida, realiza outro esporte? **Em caso negativo, pule para P.09.**

| Modalidade | Dias/semana | Horas/dia |
|------------|-------------|-----------|
| _____      | _____       | _____     |
| _____      | _____       | _____     |
| _____      | _____       | _____     |

**P.09-** Você é acompanhado nos treinos por um profissional de Educação Física?

( ) Sim. Por quê? \_\_\_\_\_  
( ) Não. Por quê? \_\_\_\_\_  
Como você se orienta? \_\_\_\_\_

## SE ACOMPANHADO POR UM PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA

**P.10-** Esse profissional de Educação Física é responsável pelas planilhas de corrida e de fortalecimento?

( ) Ambos os treinos ( ) Somente corrida ( ) Somente fortalecimento

## PARA TODOS

**P.11-** Quantas vezes você **CORRE** por semana?

1x  2x  3x  4x  5x  6x  7x  Sem frequência /quando tenho tempo

**P.12-** E quantos Km você **CORRE** por semana? \_\_\_\_\_

**P.12a-** Faz algum tipo de planejamento para definir a intensidade dos treinos de corrida na correlação volume x intensidade (ou seja, quando o volume está mais alto, faz menos treinos intensos ou vice versa?)

Sim  Não, é aleatório

**P.12b-** Como você mede a INTENSIDADE dos seus treinos de corrida (frequência/zonas de intensidade, percepção de esforço, etc) ? \_\_\_\_\_

Não meço

**P.13-** Em relação ao **FORTALECIMENTO**, quantas vezes na semana você pratica seus treinamentos?

1x  2x  3x  4x  5x  6x  7x  Sem frequência /quando tenho tempo

**P.14-** Quantos horas, em média, você dedica para cada sessão de treino de **FORTALECIMENTO**?

até 1h  1h - 2h  2h – 3h  3h – 4h  + 4h.

**P.15-** Qual(is)o (s)local (is) de maior frequência para praticar os seus treinamentos?

Academia  Bosque  Em casa  Estradas  
 Orla da Praia  Parque  Ruas da cidade  Trilha  
 Outros: \_\_\_\_\_

**P.16-** Você tem acompanhamento de algum **outro profissional da área da saúde**?

Fisioterapeuta  Nutricionista  Médico  Outro. Qual? \_\_\_\_\_

**P.17-** De modo geral, em relação à distância, de quais as provas **costuma participar mais**?

50km  80K  100km  135 milhas  12h  24h  48 – 72h  Multi-days  
 Outra: \_\_\_\_\_

**P.18-** Quantas ultramaratonas você costuma fazer por ano?

1 – 2  3 – 4  5 – 6  +6

**P.19-** Em qual(is) região(ões) do corpo a(s) lesão(ões) ocorreu(ram) ?

Não  Não lembro  Abdômen  Braço/antebraço  
 Cabeça  Canela  Cervical  Lombar  
 Coluna  Joelho  Mão  Ombros  
 Coxa anterior  Coxa posterior  Panturrilha  Pé  
 Punho  Quadril, púbis  Tendão de Aquiles  
 Virilha  Outras: \_\_\_\_\_

**P.20-** Quais os principais tipos de obstáculos (pessoal, profissional, de treinamento) encontrados para se realizar como ultramaratonista?

---



---



---

## EVOLUÇÃO FUNCIONAL

**P.21-** Para finalizar, gostaria de avaliar a sua evolução nas corridas de ultra no decorrer dos anos, considerando-se a mesma quilometragem que você iniciou neste tipo de prova. Ou seja, se você começou a correr 50km em “X” tempo, quanto tempo você levou na sua última prova no ano de 2021/ 2022 nesta mesma distância (50km)?

| PRIMEIRA ULTRAMARATONA |                                               |       | 2021/2022<br>NA MESMA<br>DISTÂNCIA |
|------------------------|-----------------------------------------------|-------|------------------------------------|
| QUANTOS Km             | HÁ QUANTOS ANOS<br>COMEÇOU NESTA<br>DISTÂNCIA | TEMPO | TEMPO                              |
|                        |                                               |       |                                    |
|                        |                                               |       |                                    |

**PARA TODOS**

**P.22-** Vou citar algumas frases e gostaria que me dissesse o grau de concordância.

| OPÇÕES                                                                                                                                               | Concordo<br>Totalmente | Concordo | Discordo | Discordo<br>Totalmente | Não<br>sei |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|----------|----------|------------------------|------------|
| Acredito que a orientação de um profissional de Educação Física é primordial na evolução de um ultramaratonista                                      | ( )                    | ( )      | ( )      | ( )                    | ( )        |
| Acredito que treinar sozinho, sem acompanhamento de um profissional, traz bons resultados para o atleta                                              | ( )                    | ( )      | ( )      | ( )                    | ( )        |
| A percepção é de que não é qualquer profissional de Educação Física que conhece este esporte e sabe fazer treinos específicos para ultramaratonistas | ( )                    | ( )      | ( )      | ( )                    | ( )        |

**MUITO OBRIGADA**