

JANEIRO 2026  
VOL. 1

**ENAU**  
**REVISTA**  
MULTIDISCIPLINAR



## COMISSÃO EDITORIAL

**Prof. Dr. Esdras da Silva Costa**

Coordenador Geral e Editor Científico Chefe

**Prof.<sup>a</sup> Me. Juliana Pires Freire**

Coordenadora/ Editora Científica do Curso  
de Administração e Recursos Humanos

**Prof.<sup>a</sup> Me. Maressa Tossetti Lamônica Crespo**

Coordenadora/ Editora Científico do Curso  
de Pedagogia

**Prof. Dr. Cesar Miguel Momesso dos Santos**

Coordenador/ Editor Científico do Curso de  
Educação Física

**Prof.<sup>a</sup> Me. Fernanda Borges Aloe Leal**

Coordenadora/ Editora Científica do Curso  
de Enfermagem

**Prof. Me. Alessandro Araujo**

Coordenador/ Editor Científico do Curso de  
Direito

**Prof.<sup>a</sup> Me. Fabia Cecilia da Silva Amann**

Coordenadora/ Editora Científica dos Cursos  
de Fisioterapia e Psicologia

**Prof. Dr. Alessandro Custodio Marques**

Coordenador/Revisor Técnico Científico do Núcleo de Iniciação e Pesquisa

## EDITORIAL

É com entusiasmo e profundo senso de missão científica que apresentamos a edição inaugural da ENAU – Revista Multidisciplinar, um novo veículo de comunicação e divulgação de conhecimento científico que integra saberes nas áreas de Direito, Enfermagem, Recursos Humanos, Administração, Fisioterapia, Psicologia, Educação Física, Pedagogia e demais áreas do conhecimento.

Este periódico valoriza a pluralidade de abordagens, estreita diálogos interdisciplinares e expande as fronteiras do saber empírico científico, refletindo os desafios contemporâneos da sociedade. A missão é fomentar a produção científica rigorosa e inovadora, promovendo a articulação entre diferentes campos do conhecimento e contribuindo para o fortalecimento das práticas profissionais e acadêmicas na região metropolitana do ABCD do estado de São Paulo e, também, para todo o Brasil. Nossa visão e principal sonho é ser reconhecido como uma revista científica de referência nacional, promovendo com excelência editorial, com rigor metodológico e impacto social das pesquisas publicadas frente as diferentes temáticas e entre os objetivos estão: ampliar a visibilidade da produção científica-acadêmica de estudantes de graduação e iniciação científica, mestrado e doutorado, bem como, os respectivos pesquisadores e especialistas nas mais diferentes áreas do conhecimento de forma específica e/ou interdisciplinares; incentivar a pesquisa de qualidade realizada tanto em instituições públicas quanto privadas; fortalecer laços entre pesquisadores/as, docentes e profissionais de múltiplas áreas; e contribuir para o desenvolvimento sustentável do conhecimento científico. Esse compromisso editorial, alinhado às melhores práticas acadêmicas, reforça que instituições privadas e públicas têm papel fundamental com os pilares fundamentais do ensino superior.

Acreditamos que a multidisciplinaridade amplia perspectivas, fortalece o impacto acadêmico e profissional e dialoga com questões reais que atravessam comunidades, organizações e sistemas educativos para que um veículo de comunicação científica que valoriza ideias originais, metodologias sólidas e contribuições que dialoguem com problemas sociais, organizacionais e educacionais.

Desde a concepção, ressaltamos a lisura, transparência e imparcialidade no processo de avaliação por pares, pilar essencial para garantir a credibilidade e confiança destas publicações, adotado de maneira a assegurar análises de forma criteriosa e ética, respeitando os padrões nacional e internacionais para promover decisões editoriais confiáveis. Neste sentido, buscamos também avançar com o processo de cadastro nacional de revistas científicas que ampliará a visibilidade e o reconhecimento deste periódico junto à comunidade científica, fomentando a circulação e o impacto das pesquisas aqui publicadas. Inicialmente, estendemos nosso agradecimento sincero e caloroso a todos autores que confiaram e contribuíram com artigos, resenhas, relatos de experiência e pesquisas inéditas para esta edição inaugural. Sem o empenho e a dedicação de cada pesquisador/a, este projeto não teria se concretizado. Agradecemos de forma especial às instituições parceiras, membros do Comitê Científico, revisores Ad-hoc e equipes editoriais que, com empenho e generosidade, realizaram a avaliação crítica e enriqueceram as discussões dos trabalhos hoje apresentados. Nesta edição inaugural, temos orgulho de apresentar estes trabalhos e esperamos que inspirem novos caminhos de investigação. A todos que participaram desta jornada, nosso mais sincero agradecimento. A vocês que nos lê, nosso cumprimento e toda motivação para continuar a avançar construindo uma ciência aberta, crítica e útil para a sociedade.

**Prof. Dr. Alessandro Custódio Marques**  
**Editor Chefe**

## SUMÁRIO

A EXPLORAÇÃO ESPACIAL PRIVADA E SUA INTERFERÊNCIA NA GOVERNANÇA GLOBAL.....	5
BENEFÍCIOS PSICOSSOCIAIS DA CORRIDA DE RUA: UMA ANÁLISE DO PAPEL DAS ASSESSORIAS ESPORTIVAS .....	14
A CORRELAÇÃO DA POTÊNCIA DE MEMBROS INFERIORES COM A VELOCIDADE DA CORRIDA EM ATLETAS AMADORES .....	27
ANÁLISE DE REDES SOCIAIS COMO FERRAMENTA ESTRATÉGICA EM REDES DE NETWORKING .....	37
EMPREENDEDORISMO FEMININO: ANÁLISE BIBLIOMÉTRICA DA PRODUÇÃO CIENTÍFICA NACIONAL ENTRE O PERÍODO DE 2013 À 2021 .....	43
OS ESPORTES DE RAQUETE NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: UMA REVISÃO DA LITERATURA .....	53
ANÁLISE SOBRE OS PROTOCOLOS DE TREINAMENTO DE FORÇA PARA PREVENÇÃO DE QUEDAS EM IDOSOS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA.....	71
UMA ODE AO FRACASSO: ENTRE O FRACASSO E A ASCENSÃO DO PERFEITO .....	80
SUJEITOS DE DIREITO INTERNACIONAL PÚBLICO E A CRIAÇÃO DO COMITÊ DAS NAÇÕES UNIDAS PARA O USO PACÍFICO DO ESPAÇO EXTERIOR – COPUOS .....	93

## ARTIGO DE REVISÃO

### A EXPLORAÇÃO ESPACIAL PRIVADA E SUA INTERFERÊNCIA NA GOVERNANÇA GLOBAL

#### PRIVATE SPACE EXPLORATION AND ITS IMPACT ON GLOBAL GOVERNANCE

**Raquel Cristina Pereira da Silva Feijó<sup>1</sup>, Sara Cristina Feijó Toledo<sup>1</sup>, Fernanda Sanz Gimenes<sup>2</sup> e Alessandro Araujo<sup>2</sup>**

1. Discentes do Curso de Direito, Faculdade ENAU, Ribeirão Pires, São Paulo, Brasil.
2. Professores e orientadores do Curso de Direito, Faculdade ENAU, Ribeirão Pires, São Paulo, Brasil.

#### **Endereço para correspondência:**

Faculdade ENAU

Rua Jorge Tibiriça nº 137, Centro Alto, CEP 09424-130

Ribeirão Pires, São Paulo, Brasil

Fone: +55(11) 4825-5542

[alessandro.araujo@faculdadeenau.com.br](mailto:alessandro.araujo@faculdadeenau.com.br)

#### **RESUMO**

Esta pesquisa investiga o fenômeno da exploração espacial privada e suas repercussões na governança global do espaço, com especial atenção à postura do Brasil, diante desse novo panorama. O estudo analisa como a entrada crescente de empresas e atores comerciais privados na exploração e uso do espaço sideral vem alterando estruturas tradicionais de governança, antes centradas em Estados nacionais. São examinados desafios contemporâneos relevantes, como a militarização do espaço, a exploração econômica de recursos espaciais e a crescente poluição orbital. O trabalho também evidencia os avanços do marco regulatório nacional, especialmente após a promulgação da Lei Geral do Espaço (Lei nº 14.946/2024), e as iniciativas voltadas ao estímulo da participação privada, como a ampliação das atividades no Centro Espacial de Alcântara. Conclui-se que o Brasil busca se posicionar estrategicamente nesse novo cenário, defendendo uma governança espacial equitativa e inclusiva, que concilie os interesses comerciais com a noção do espaço como bem público global.

**Palavras-chave:** Exploração Espacial Privada; Governança Global; Lei Geral do Espaço; Brasil; Centro Espacial de Alcântara

## ABSTRACT

This research examines the phenomenon of private space exploration and its implications for global space governance, focusing on Brazil's stance within this evolving landscape. The study discusses how the growing involvement of commercial private entities in outer space activities has reshaped traditional governance frameworks, historically dominated by nation-states. Key issues such as the militarization of space, commercial extraction of space resources, and orbital pollution are discussed. The paper highlights the evolution of Brazil's regulatory framework, particularly following the enactment of the General Space Law (Law No. 14,946/2024), as well as initiatives that foster private engagement, including the development of the Alcântara Space Center. It concludes that Brazil aims to position itself strategically in this context, advocating for a fair and inclusive governance model that balances private commercial interests with the concept of space as a global public good.

**Keywords:** Private Space Exploration; Global Governance; General Space Law; Brazil; Alcântara Space Center.

## INTRODUÇÃO

A exploração espacial, por muito tempo restrita às grandes potências estatais, tem passado por uma transformação profunda com a inserção crescente de empresas privadas. Companhias como SpaceX, Blue Origin e Virgin Galactic revolucionaram o acesso ao espaço, barateando custos e introduzindo tecnologias antes exclusivas de agências governamentais. O chamado movimento “New Space” — ou “Nova Era Espacial” — representa não apenas uma virada tecnológica, mas também um desafio à estrutura tradicional de governança global do espaço.

O espaço sideral, reconhecido como “res communis omnium” (bem comum a toda a humanidade) pelo Tratado do Espaço de 1967, enfrenta hoje novas tensões em torno de sua exploração econômica, sustentabilidade e uso pacífico. A governança global do espaço, moldada por tratados internacionais e baseada na cooperação entre Estados, precisa se adaptar a um contexto em que interesses corporativos têm peso cada vez maior.

O Brasil, dotado de localização geográfica privilegiada e de um programa espacial em desenvolvimento, busca fortalecer sua posição nesse novo cenário. A aprovação da Lei Geral do Espaço (Lei nº 14.946/2024) e a ampliação do uso do Centro Espacial de Alcântara demonstram

o interesse nacional em equilibrar abertura ao investimento privado com a defesa de uma governança justa e inclusiva.

O objetivo deste trabalho é, portanto, analisar como a exploração espacial privada influencia a governança global e discutir a atuação do Brasil, tanto no campo normativo quanto em suas iniciativas práticas.

## **A exploração espacial privada e seus impactos na governança global**

### **A Revolução "New Space" e a Ascensão de Atores Privados**

A corrida espacial iniciada durante a Guerra Fria, protagonizada por Estados Unidos e União Soviética, marcou o início da era espacial. Durante décadas, os programas espaciais foram monopólio estatal, com feitos como o lançamento do Sputnik I em 1957, o voo de Yuri Gagarin em 1961 e a chegada do homem à Lua em 1969. Essas conquistas refletiam tanto a rivalidade geopolítica quanto o avanço científico.

Nas últimas duas décadas, contudo, observa-se o surgimento de uma nova etapa — a chamada “New Space” — caracterizada pela presença ativa de empresas privadas. Essas organizações passaram a desenvolver tecnologias próprias, oferecendo serviços que vão desde o lançamento de satélites até o turismo espacial. SpaceX, Blue Origin e Virgin Galactic são exemplos de empresas que transformaram o setor. A SpaceX, em particular, inovou ao criar foguetes reutilizáveis, reduzindo de forma expressiva o custo de acesso ao espaço e, em 2020, tornou-se a primeira empresa privada a enviar astronautas à Estação Espacial Internacional.

Essa nova fase foi impulsionada por múltiplos fatores: avanços tecnológicos, miniaturização de satélites, aumento do capital privado disponível e abertura de políticas públicas para parcerias entre governo e iniciativa privada. Como consequência, houve uma multiplicação do número de satélites em órbita. Segundo a Union of Concerned Scientists (2022), já são mais de 5.400 satélites orbitando a Terra, sendo a maioria de origem norte-americana e pertencentes a empresas privadas.

### **Desafios para a Governança Espacial Global**

O protagonismo crescente de empresas privadas impôs novos desafios à governança global do espaço, tradicionalmente fundamentada em acordos multilaterais firmados em uma era de monopólio estatal.

O principal marco jurídico é o Tratado do Espaço Exterior de 1967, que estabelece princípios como o uso pacífico do espaço, a proibição de apropriação nacional e a responsabilidade dos

Estados por atividades espaciais sob sua jurisdição.

Complementam-no o Acordo de Resgate (1968), a Convenção de Responsabilidade (1972), a Convenção de Registros (1975) e o Acordo da Lua (1979). Juntos, esses tratados formam a base do direito espacial internacional.

Contudo, tais instrumentos não previam temas hoje centrais, como a exploração comercial de asteroides, a poluição orbital ou o turismo espacial. A ausência de regras específicas para a atividade privada tem levado à fragmentação da governança, com proliferação de políticas nacionais e acordos bilaterais. Essa tendência pode comprometer o caráter do espaço como bem comum global, favorecendo a apropriação comercial em detrimento do interesse coletivo.

### **O Arcabouço Jurídico Internacional do Espaço**

Além dos tratados já citados acima, existem princípios e declarações legais internacionais que complementam o arcabouço jurídico espacial, abordando questões técnicas específicas como transmissão televisiva, sensoriamento remoto, uso de fontes de energia nuclear no espaço, mitigação de detritos espaciais e compartilhamento de benefícios.

O regime jurídico espacial internacional apresenta limitações significativas para regular as atividades espaciais privadas.

Os tratados espaciais são fortemente orientados aos Estados, sendo desenvolvido em uma época em que somente os governos realizavam atividades espaciais.

Conceitos fundamentais como “espaço exterior” carecem de delimitação legal precisa. Não há um estabelecimento preciso das limitações que definem as fronteiras do espaço, com isso são geradas questões críticas de soberania e jurisdição sem resoluções.

O Acordo de Artemis, lançado em 2020 pelos Estados Unidos, estabeleceu princípios para a exploração pacífica da Lua, Marte, Cometas e asteroides’ e a cooperação internacional, porém falha em não oferecer diretrizes sobre a atuação privada.

### **Desafios Regulatórios Específicos**

O artigo IV do Tratado do Espaço Exterior, estabelece que os Estados são internacionalmente responsáveis pelas atividades espaciais nacionais, sejam elas realizadas por agências governamentais ou não-governamentais, e devem autorizar e supervisionar suas atividades no espaço. No entanto, esta disposição enfrenta desafios significativos, tais como a Capacidade de Supervisão, Jurisdição Extraterritorial, Evasão Regulatória e Responsabilidade por Danos.

O aumento exponencial de atores privados no espaço, torna a capacidade dos Estados de supervisão limitada.



Os Estados podem exercer supervisão efetiva sobre atividades realizadas por suas entidades privadas em um domínio que está além da jurisdição territorial nacional.

Empresas privadas podem potencialmente evitar disposições desfavoráveis ou inconvenientes dos tratados espaciais internacionais, aproveitando-se das ambiguidades presentes nestes instrumentos

A Convenção de Responsabilidade estabelece responsabilidade absoluta para Estados lançadores, mas não aborda adequadamente cenários complexos envolvendo múltiplos atores privados de diferentes nacionalidades.

Um dos desafios mais controversos é a legalidade da exploração e utilização de recursos em corpos celestes, o aumento do número de satélites em órbita, impulsionado por empresas privadas, cria desafios significativos para a gestão do tráfego espacial e o turismo espacial e as missões tripuladas privadas levantam questões éticas e regulatórias específicas.

Enquanto a pesquisa espacial com seres humanos financiada pelo governo é bem regulamentada, não existem diretrizes similares para o contexto de voos espaciais privados/comerciais, surgindo questões sobre o significado do consentimento informado e se devem existir diretrizes de saúde, treinamento ou restrições médicas para potenciais viajantes espaciais.

Contudo, acidentes em missões espaciais privadas de alto risco podem ter repercussões que vão muito além da própria missão, afetando a percepção pública e o apoio à exploração espacial em geral, incluindo programas governamentais.

Outra preocupação é com a militarização do espaço e a segurança nacional, muitas tecnologias espaciais desenvolvidas por empresas privadas têm aplicações tanto civis quanto militares, criando desafios para o controle de exportação e não-proliferação. As empresas privadas estão cada vez mais envolvidas em missões de segurança nacional, obscurecendo a linha entre atividades civis e militares no espaço, e a dependência de sistemas espaciais controlados por entidades privadas cria vulnerabilidades potenciais para infraestruturas críticas nacionais, gerando uma preocupação com a cibersegurança.

## **A posição do Brasil na nova era espacial**

### **O Marco Regulatório Brasileiro: A Lei Geral do Espaço**

Com o avanço da exploração privada, o Brasil buscou atualizar sua legislação. A promulgação da Lei nº 14.946/2024 — a Lei Geral do Espaço — representou um passo decisivo. A norma define as atividades espaciais permitidas, estabelece competências entre o Comando da Aero-

náutica e a Agência Espacial Brasileira (AEB) e regula a participação privada mediante autorização e registro no Registro Espacial Brasileiro (Resbra).

Segundo Marco Antônio Chamon, presidente da AEB, a nova lei supre uma lacuna histórica e fornece segurança jurídica para investidores e operadores, alinhando o Brasil às práticas internacionais e abrindo caminho para o fortalecimento do setor nacional.

### **O Centro Espacial de Alcântara e a Participação Privada**

O Centro Espacial de Alcântara (CEA), no Maranhão, é o principal ativo brasileiro no setor. Sua localização próxima à linha do Equador oferece vantagens operacionais que reduzem significativamente o consumo de combustível em lançamentos. Nos últimos anos, o governo tem buscado atrair empresas estrangeiras para operar a partir da base.

Após o Acordo de Salvaguardas Tecnológicas firmado com os Estados Unidos em 2020, o Brasil iniciou o processo de abertura comercial do CEA. Em 2021, quatro empresas foram selecionadas para operar lançamentos civis, entre elas a sul-coreana Innospace, que realizou o primeiro lançamento privado a partir de Alcântara em 2023. Em parceria com o Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento (PNUD), a AEB também vem promovendo estudos e regulamentações para consolidar o “New Space” no país, com ênfase na sustentabilidade e no impacto socioambiental.

### **A Posição Brasileira na Governança Espacial Global**

No cenário internacional, o Brasil tem defendido uma governança espacial democrática e sustentável. Em 2025, ao presidir o BRICS, o país incluiu a sustentabilidade espacial entre os temas prioritários, articulando propostas que abordam conectividade universal, preservação ambiental e uso equitativo de órbitas e frequências. O ministro das Comunicações, Frederico de Siqueira Filho, e o presidente da Anatel, Carlos Manuel Baigorri, reforçaram em artigo que a equidade no acesso ao espaço é essencial para o desenvolvimento sustentável e a soberania nacional.

A visão brasileira apoia uma regulação equilibrada, inspirada em princípios de governança colaborativa, semelhantes aos defendidos por Elinor Ostrom — em que o diálogo entre os atores envolvidos previne a apropriação indevida de bens comuns.

### **Desafios e perspectivas para o Brasil**

Apesar dos progressos, o país ainda enfrenta limitações importantes. O investimento no setor é baixo em comparação com outras economias do G20, e o programa nacional de veículos lançadores ainda não atingiu a maturidade. Também persistem desafios socioambientais, como os

conflitos territoriais em Alcântara.

Por outro lado, o Brasil tem potencial expressivo e a posição geográfica vantajosa, o novo marco regulatório e as parcerias internacionais fortalecem as condições para consolidar um ecossistema espacial competitivo e sustentável.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A exploração espacial privada representa uma transformação significativa no cenário espacial global, trazendo tanto oportunidades quanto desafios para a governança do espaço. A crescente participação de empresas privadas tem impulsionado a inovação e reduzido os custos de acesso ao espaço, mas também levanta questões complexas sobre a apropriação de recursos espaciais, a poluição orbital e a equidade no acesso às órbitas e frequências.

Neste contexto, o Brasil tem buscado posicionar-se estrategicamente, adaptando seu marco regulatório com a aprovação da Lei Geral do Espaço e incentivando a participação privada no Centro Espacial de Alcântara. Ao mesmo tempo, o país defende, no cenário internacional, uma governança espacial mais justa e inclusiva, que equilibre os interesses comerciais privados com o princípio do espaço como bem público global.

Os desafios ainda são significativos, especialmente em termos de investimentos e desenvolvimento tecnológico, mas o Brasil possui ativos importantes, como sua posição geográfica privilegiada e seu novo marco regulatório, que podem contribuir para sua inserção competitiva na nova era espacial.

Para avançar neste caminho, será fundamental que o país mantenha e amplie seus investimentos no setor espacial, desenvolva sua indústria nacional, resolva as questões socioambientais em Alcântara e continue a participar ativamente dos fóruns internacionais de governança espacial. Somente assim o Brasil poderá aproveitar plenamente as oportunidades da exploração espacial privada, contribuindo para uma governança global que promova o uso pacífico, sustentável e equitativo do espaço em benefício de toda a humanidade.

A exploração espacial, antes restrita a governos, agora conta com a paixão e o investimento de empresas privadas. Isso abre um leque de possibilidades, impulsionando a inovação e barateando o acesso ao espaço. No entanto, essa nova era também nos convida a refletir sobre questões importantes, como a distribuição dos recursos espaciais, a crescente "lixreira" orbital e a garantia de que todos tenham as mesmas chances de aproveitar esse universo de oportunidades.

Nesse cenário, o Brasil se destaca, buscando seu lugar ao sol. Com a Lei Geral do Espaço, abrimos as portas para a iniciativa privada no nosso querido Centro Espacial de Alcântara. Ao

mesmo tempo, defendemos no palco global uma governança espacial que seja mais justa e acolhedora, onde os sonhos comerciais convivam em harmonia com a visão do espaço como um bem precioso para toda a humanidade.

Claro, ainda temos muito a trilhar, especialmente em termos de investimentos e tecnologia. Mas o Brasil tem trunfos importantes: nossa localização geográfica é um presente, e nosso novo marco regulatório é um convite para nos inserirmos de vez nessa nova aventura espacial.

Para decolarmos rumo ao futuro, precisamos continuar investindo no setor espacial, nutrindo nossa indústria nacional, cuidando das questões socioambientais em Alcântara e participando ativamente das conversas internacionais sobre a governança do espaço. Só assim o Brasil poderá abraçar plenamente as oportunidades da exploração espacial privada, contribuindo para um futuro em que o espaço seja usado de forma pacífica, sustentável e justa, em benefício de todos nós.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Agência Espacial Brasileira. Plenário do Senado aprova o Projeto da Lei Geral das Atividades Espaciais nesta quarta. 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/aeb/pt-br/assuntos/noticias/plenario-do-senado-aprova-o-projeto-da-lei-geral-do-espaco-nesta-quarta>
2. Brasil. Lei nº 14.946, de 31 de julho de 2024. Institui normas aplicáveis às atividades espaciais no território nacional. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 1 ago. 2024.
3. Confederação Nacional Da Indústria. Brasil está entre os últimos do G20 em investimento no setor espacial, alerta CNI. 2025. Disponível em: <https://fiesc.com.br/pt-br/imprensa/brasil-esta-entre-os-ultimos-do-g20-em-investimento-no-setor-espacial-alerta-cni>
4. NASA. The Artemis Accords. Disponível em: <https://www.nasa.gov/artemis-accords/>
5. National Geographic Brasil. Semana Mundial do Espaço: estes são os tratados internacionais que regulam a exploração espacial. 2024. Disponível em: <https://www.nationalgeographicbrasil.com/espaco/2024/10/semana-mundial-do-espaco-estes-sao-os-tratados-internacionais-que-regulam-a-exploracao-espacial>
6. O Globo. Governança para os recursos espaciais precisa ser mais justa e inclusiva. 2025. Disponível em: <https://oglobo.globo.com/opiniao/artigos/coluna/2025/06/governanca-para-os-recursos-espaciais-precisa-ser-mais-justa-e-inclusiva.ghtml>
7. Pinto Neto, Hermano do Amaral. A fronteira atual: atores e processos de governança na nova era espacial. 2021. Dissertação (Mestrado em Governança Global e Formulação de Políticas Internacionais) - Programa de Estudos Pós-Graduados em Governança Global e Formulação

- de Políticas Internacionais da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2021.
8. Programa Das Nações Unidas Para O Desenvolvimento. Parceria impulsiona atuação do setor privado na exploração espacial brasileira. 2021. Disponível em: <https://www.undp.org/pt/brazil/news/parceria-impulsiona-atuacao-do-setor-privado-na-exploracao-espacial-brasileira>
  9. Revista Pesquisa Fapesp. Startup sul-coreana é a primeira empresa privada a operar na base de Alcântara. 2023. Disponível em: <https://revistapesquisa.fapesp.br/startup-sul-coreana-e-a-primeira-empresa-privada-a-operar-na-base-de-alcantara/>
  10. Tozzinifreire Advogados. Lei Geral do Espaço regulamenta exploração espacial no Brasil. 2024. Disponível em: <https://tozzinifreire.com.br/artigos/lei-geral-do-espaco-regulamenta-exploracao-espacial-no-brasil>
  11. Union Of Concerned Scientists. UCS Satellite Database. Versão 5/2022. Disponível em: <https://www.ucsusa.org/resources/satellite-database>

**ARTIGO ORIGINAL****BENEFÍCIOS PSICOSSOCIAIS DA CORRIDA DE RUA: UMA ANÁLISE DO PAPEL DAS ASSESSORIAS ESPORTIVAS****PSYCHOSOCIAL BENEFITS OF ROAD RUNNING: AN ANALYSIS OF THE ROLE OF SPORTS TRAINING GROUPS**

**Giuliana Alves Chimenti Lucchesi<sup>1</sup>, Pedro Henrique da Cruz Alves<sup>1</sup>, Cesar Miguel Momo dos Santos<sup>2</sup>**

1. Graduando bacharelado em Educação Física, Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas – FMU, Brasil
2. Profissional de Educação Física, Professor Orientador Doutor da disciplina de TCC, Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas – FMU, Brasil

**Endereço para correspondência:**

Faculdade ENAU

Rua Jorge Tibiriça nº 137, Centro Alto, CEP 09424-130

Ribeirão Pires, São Paulo, Brasil

Fone: +55(11) 4825-5542

**RESUMO**

A corrida de rua vem se consolidando como uma prática acessível e de ampla adesão, reconhecida não apenas por seus benefícios físicos, mas também por seu impacto emocional e social. Este estudo observacional, de abordagem mista, teve como objetivo analisar os benefícios psicossociais da corrida de rua e compreender o papel das assessorias esportivas na motivação e no bem-estar dos praticantes. A amostra de conveniência foi composta por 103 corredores, com média de idade de 38,99 anos, sendo 76,7% vinculados a assessorias esportivas. A coleta de dados foi realizada por meio de questionário eletrônico adaptado do protocolo IMPRAFE-132, abrangendo dimensões físicas, psicológicas e sociais. Os resultados revelaram que, embora a busca pela saúde e bem-estar seja comum entre todos os participantes, aqueles acompanhados por assessorias demonstraram maior volume de treino e maior valorização de aspectos como socialização, pertencimento e superação de limites. As respostas qualitativas, aplicadas apenas

ao grupo com assessoria, reforçaram que o acompanhamento profissional promove motivação, disciplina, autoconfiança e integração social. Conclui-se que as assessorias esportivas potencializam os benefícios psicossociais da corrida, transformando a prática em uma experiência coletiva e de desenvolvimento integral.

**Palavras-chave:** Corrida de Rua; Assessoria Esportiva; Benefícios Psicossociais; Bem-estar; Socialização.

### ABSTRACT

Running has grown globally, recognized not only for its physical benefits but also for its positive impact on mental health. However, the psychosocial dimension and the influence of running groups remain underexplored. This mixed-methods observational study aimed to analyze the psychosocial benefits of road running and the role of professional coaching in motivation and well-being. The convenience sample consisted of 103 (n=103) participants, with an average age of 38.99 years, of whom 76.7% (n=79) were part of the “With Coaching” group. Data was collected through an electronic form adapted from the IMPRAFE-132 protocol. The results confirmed a consensus regarding universal benefits such as “Maintaining Health” and “Overall Well-being.” However, the comparative analysis revealed that running groups function as psychosocial amplifiers: the appreciation of “Socialization” and “Belonging to a group” was significantly higher (31.7% and 25.2% greater, respectively) among coached runners. It was concluded that professional coaching plays a dual and essential role, offering both technical-physiological support and a social catalyst that enhances collective experience and promotes the runners’ overall psychosocial well-being.

**Keywords:** Street Running; Sports Advisory; Psychosocial Benefits; Well-being; Socialization.

### INTRODUÇÃO

A corrida de rua tem se consolidado como um dos esportes mais praticados no mundo, alcançando milhões de adeptos de diferentes idades e perfis socioeconômicos. Além de ser uma prática acessível, democrática e de baixo custo, caracteriza-se pela flexibilidade de horários e locais, o que favorece a adesão da população<sup>1</sup>. Relatórios recentes apontam que a corrida foi a modalidade esportiva que mais cresceu em 2024 globalmente, com destaque para o Brasil, onde o número de praticantes aumentou 109% em comparação ao ano anterior<sup>2</sup>. Esse fenômeno reflete não apenas o aumento do interesse esportivo, mas também a busca por qualidade de vida,

saúde e bem-estar.

Os benefícios físicos da corrida de rua são amplamente reconhecidos pela literatura, o que demonstra que a prática regular está associada à melhora da capacidade cardiorrespiratória, controle do peso corporal, prevenção de doenças crônicas não transmissíveis e maior longevidade<sup>3</sup>. Por essa razão, a corrida é frequentemente recomendada em programas de promoção de saúde pública, sendo considerada uma estratégia eficaz e de baixo custo para combater o sedentarismo e suas consequências.

Contudo, a corrida de rua não deve ser compreendida apenas por seus efeitos fisiológicos, devemos também considerar que a dimensão psicossocial desempenha papel central na motivação e na permanência dos praticantes. Correr está associado à redução de sintomas de ansiedade e depressão, aumento da autoestima e da autoconfiança<sup>4</sup>, além de proporcionar sentimentos de prazer, bem-estar e satisfação com a vida<sup>5</sup>. Tais aspectos contribuem para que a corrida seja percebida não somente como atividade física, mas também como prática promotora de saúde mental.

Outro ponto relevante é o impacto social da corrida, uma vez que, ao participar de treinos, provas ou grupos organizados, o indivíduo estabelece vínculos sociais, amplia sua rede de contatos e desenvolve senso de pertencimento a uma comunidade<sup>6</sup>. O apoio social é um dos principais fatores associados à adesão e à manutenção da prática regular de atividade física, sendo determinante para o engajamento a longo prazo<sup>7</sup>. Assim, a corrida de rua se apresenta também como espaço de socialização e fortalecimento de relações interpessoais.

Nesse cenário, destacam-se as assessorias esportivas, organizações que oferecem acompanhamento técnico e promovem treinos coletivos sob supervisão profissional. Além de contribuir para a melhora do desempenho e prevenção de lesões, essas assessorias desempenham papel essencial no apoio psicossocial aos corredores, criando um ambiente de motivação, disciplina e troca de experiências, dado que programas de exercício em grupo potencializam a percepção de prazer, aumentam a autoconfiança e estimulam maior engajamento com a prática esportiva<sup>8</sup>. As assessorias esportivas, portanto, não se limitam ao treinamento físico. Elas atuam como espaços de convivência social e de construção da identidade do corredor, influenciando positivamente fatores como pertencimento, autoestima, resiliência e cooperação. Ao promover um ambiente coletivo e motivador, esses grupos ampliam a experiência esportiva para além do desempenho individual, transformando a corrida em um fenômeno de impacto social.

Apesar da crescente popularidade da corrida de rua e do aumento do número de assessorias, ainda são escassos os estudos acadêmicos que analisam de forma sistemática os benefícios psicossociais dessa prática quando mediada por tais organizações. A literatura tende a enfatizar os



aspectos fisiológicos e de performance, deixando em segundo plano os impactos sociais e psicológicos que podem ser igualmente relevantes para a saúde integral dos praticantes<sup>9</sup>.

Diante disso, trata-se de um estudo observacional que busca analisar os benefícios psicossociais da corrida de rua com base em dados coletados entre os praticantes, assim como compreender como as assessorias esportivas contribuem para a motivação e bem-estar dos corredores. Com base nesse levantamento de informações, esse trabalho busca valorizar a corrida não apenas como atividade física, mas como prática transformadora capaz de impactar positivamente a vida de indivíduos e comunidades.

## MÉTODOS

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa observacional, de abordagem mista (qualitativa e quantitativa), voltada à análise dos benefícios psicossociais associados à prática da corrida de rua e ao acompanhamento de assessorias esportivas. O delineamento buscou compreender, a partir da percepção dos participantes, os impactos físicos, psicológicos e sociais dessa prática.

A amostra foi composta por corredores amadores, adultos e idosos, com idade igual ou superior a 18 anos, praticantes regulares de corrida de rua, vinculados ou não a assessorias esportivas. Foram excluídas as respostas incompletas e aquelas que não se enquadravam nos critérios de participação estabelecidos.

A coleta de dados foi realizada de forma remota, por meio de um formulário eletrônico elaborado na plataforma Google Forms. O questionário foi estruturado com base na adaptação do protocolo IMPRAFE-132<sup>10</sup>, instrumento validado que avalia dimensões motivacionais associadas à prática de atividades físicas, abrangendo aspectos como controle do estresse, saúde, sociabilidade, competitividade, estética e prazer. As perguntas foram ajustadas para refletir especificamente a prática da corrida de rua e a influência das assessorias esportivas nesse contexto.

Os participantes foram convidados a responder voluntariamente ao formulário, sendo informados sobre os objetivos do estudo e a confidencialidade das respostas. Nenhum dado pessoal sensível foi solicitado, e todas as informações foram tratadas de forma anônima, visando preservar a privacidade dos respondentes.

Os dados obtidos foram analisados de forma descritiva e interpretativa, buscando identificar percepções, experiências e diferenças relatadas entre corredores acompanhados por assessorias esportivas e aqueles que treinam de maneira independente. Essa análise teve como objetivo

evidenciar os principais benefícios psicossociais associados à prática da corrida de rua e compreender o papel das assessorias esportivas no incentivo, engajamento e manutenção dessa atividade.

Os resultados serão apresentados em gráficos e tabelas, de modo a facilitar a visualização e a comparação entre os grupos de participantes com e sem acompanhamento profissional.

O questionário completo encontra-se disponível no Anexo 1 e poderá ser acessado por meio de QR Code, de modo a garantir a transparência do instrumento utilizado.

### RESULTADOS E DISCUSSÃO

O presente estudo contou com a participação de 103 praticantes de corrida de rua, sendo a amostra predominantemente composta pelo gênero feminino (n=71; 68,9%). A idade média geral dos respondentes foi de 38,99 ( $\pm 11,80$ ) anos.

A variável central da investigação, a utilização de assessoria esportiva, revelou uma alta adesão ao acompanhamento profissional, com 76,7% (n=79) dos participantes declarando treinar "Com Assessoria".

**Tabela 1.** Valores expressos em média e desvio padrão dos resultados do levantamento realizado

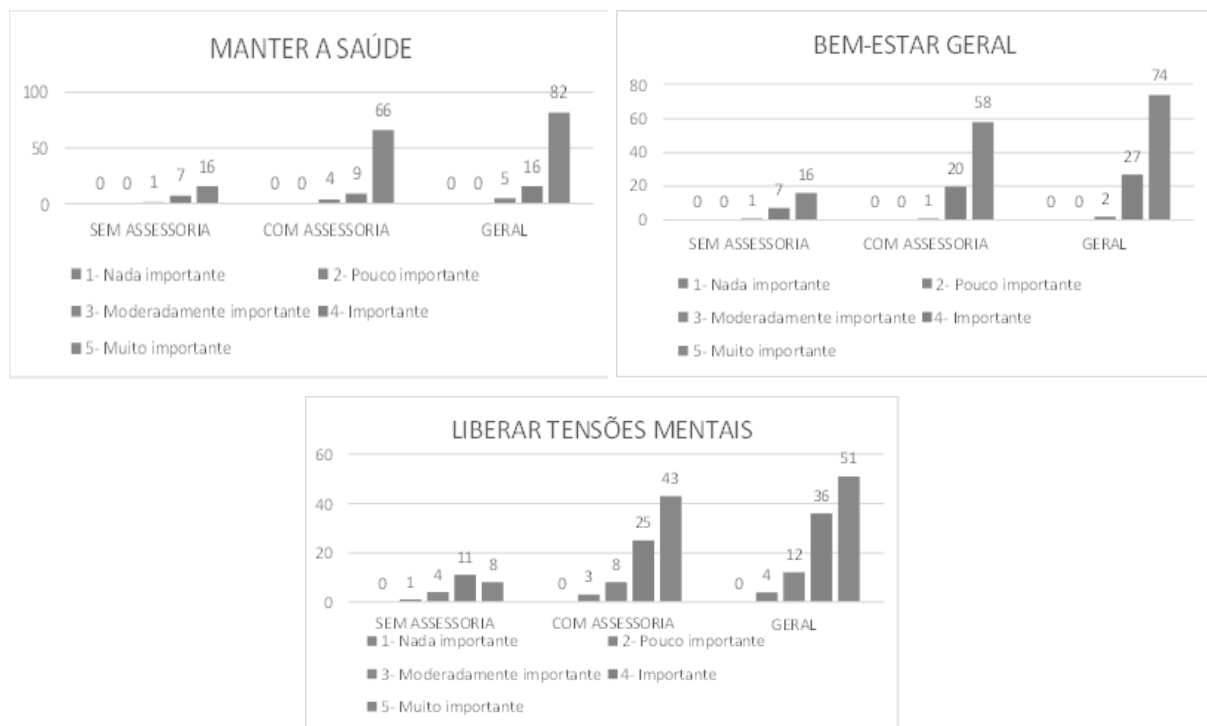
	Sem Assessoria		Com Assessoria		Geral	
<b>Sexo</b>	Masculino	7	25		32	
	Feminino	17	54		71	
<b>Idade</b>	32,38	11,87	41	11,08	38,99	11,80
<b>Estatura</b>	1,69	0,10	1,67	0,10	1,68	0,10
<b>Peso</b>	72,85	12,31	71,16	13,10	71,56	12,88
<b>IMC</b>	25,65	4,17	25,69	3,86	25,43	3,59
<b>Tempo de Prática</b>	< de 1 ano (63%)		> de 1 ano (67%)		> de 1 ano (60%)	
<b>Volume Semanal</b>	71% correm até 10 km		37% correm de 21 km a 40 km		39% correm até 10 km	
<b>Vezes na semana</b>	42% correm 2 vezes		51% correm 3 vezes		43% correm 3 vezes	

O perfil da prática esportiva revelou distinções marcantes entre os grupos. O grupo com assessoria apresentou maior experiência e volume de treino: 67,1% praticam corrida há mais de um ano e 46,8% acumulam 21 km ou mais por semana. Em contraste, o grupo sem assessoria mostrou um perfil mais inicial e de menor intensidade, com 63% praticando há menos de um ano e

70,8% correndo um volume de até 10 km semanais.

No que se refere às motivações, ambos os grupos demonstraram forte convergência quanto aos benefícios relacionados à saúde. Como apresentado no Gráfico 1A, “manter a saúde” foi classificado como importante ou muito importante por 95% dos corredores sem assessoria e por 94% daqueles que contam com acompanhamento profissional. Resultado semelhante aparece no Gráfico 1B, em que o “bem-estar geral” alcançou 95% e 98%, respectivamente.

A motivação relacionada a “liberar tensões mentais”, ilustrada no Gráfico 1C, também foi amplamente valorizada, sendo indicada por 80% dos corredores sem assessoria e por 86% dos participantes acompanhados, o que reforça o papel da corrida na regulação emocional e no manejo do estresse, independentemente da estrutura de treinamento utilizada.

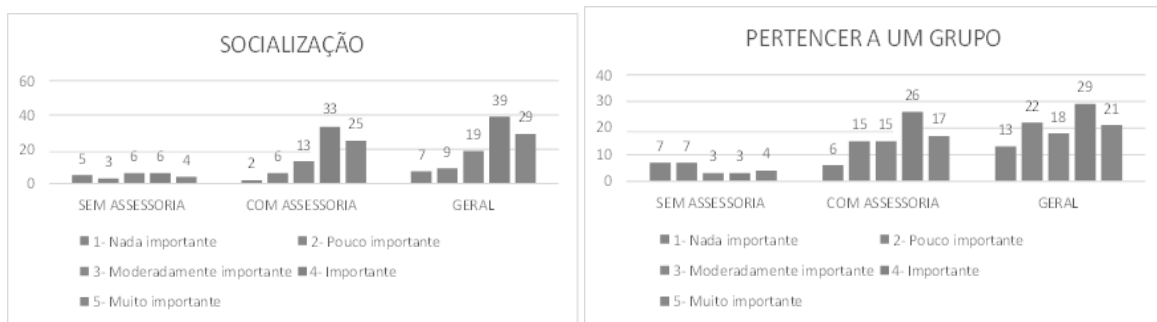


**Gráfico 1. Resultado Quantitativo**

No entanto, a principal contribuição deste estudo emerge na comparação direta das motivações psicossociais entre os grupos. Os dados demonstraram que a assessoria esportiva atua como um potente catalisador para os benefícios de ordem social.

A importância atribuída à “Socialização” mostrou-se evidente, sendo destacada por 41,7% dos participantes do grupo Sem Assessoria e por 73,4% do grupo Com Assessoria, conforme ilustrado no Gráfico 2A. Padrão semelhante foi observado em relação ao “Pertencimento a um grupo”, valorizado por 29,2% e 54,4% dos participantes dos grupos Sem e Com Assessoria,

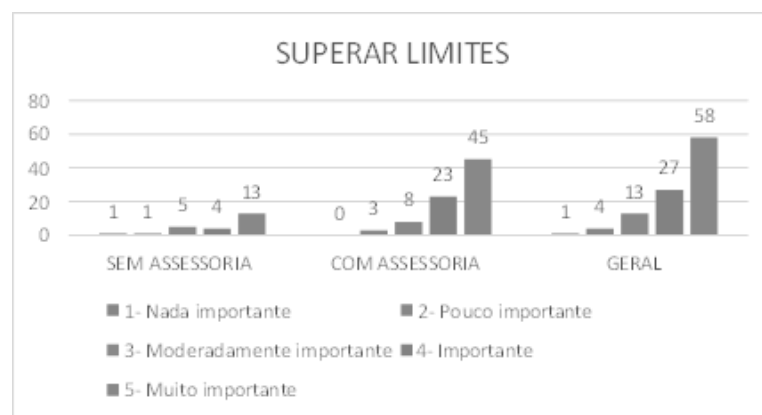
respectivamente, conforme o Gráfico 2 B.



**Gráfico 2. Resultado Quantitativo**

Esses achados sugerem que, enquanto a corrida individual tende a ser orientada prioritariamente pela busca de saúde física e mental, a inserção em uma assessoria transforma essa prática em uma experiência coletiva. O ambiente estruturado fomenta laços sociais e um senso de identidade que se tornam, por si sós, fatores motivacionais decisivos para a adesão e permanência no esporte.

Corroborando essa tendência, “Superação de Limites” também foi mais valorizada pelo grupo Com Assessoria, com 73,4% das respostas, em comparação a 41,7% no grupo Sem Assessoria, conforme demonstrado no Gráfico 3. Esse resultado reflete o maior volume de treino e a motivação voltada ao desempenho, características associadas ao acompanhamento profissional e ao estímulo do ambiente coletivo.

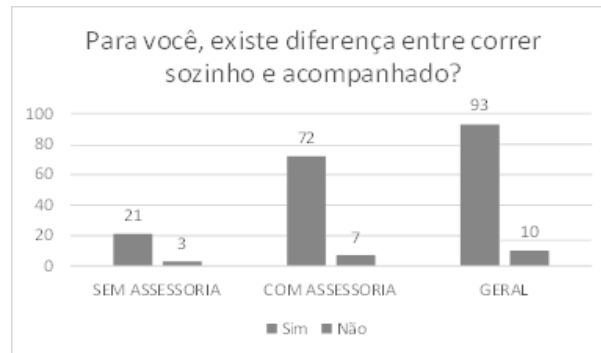


**Gráfico 3. Resultado Quantitativo – Superar limites**

A compreensão do valor da orientação profissional foi amplamente reconhecida entre os participantes. Todos os entrevistados afirmaram perceber diferença entre correr com e sem acompanhamento especializado, o que reforça a importância atribuída à presença de um profissional

na construção do treino. Além disso, apenas 9,7% indicaram não notar distinção entre correr sozinho ou acompanhado.

Quando estratificados, 12,5% dos corredores sem assessoria afirmaram não identificar diferença, enquanto, entre os acompanhados, esse percentual foi ainda menor (8,8%), o que sugere que a vivência da assessoria tende a fortalecer a percepção dos benefícios da orientação e da convivência em grupo.



**Gráfico 4.** Resultado Quantitativo – Diferença correr sozinho e acompanhado

Desta forma, os resultados indicam que a assessoria esportiva desempenha um duplo papel essencial. Primeiramente, atua como suporte técnico e fisiológico, atraindo praticantes mais experientes, com maior volume de treino e foco em performance e prevenção de lesões. Em segundo lugar, e de maneira central nesta pesquisa, funciona como amplificador psicossocial.

A assessoria cria um ecossistema que potencializa os benefícios ligados à socialização e ao pertencimento, agregando valor que transcende o ganho físico. Como relatado por um participante, o impacto da assessoria é “de extrema importância, sinto uma melhora em todos os aspectos da minha vida”, validando que o suporte estruturado se torna um pilar essencial para o bem-estar mental, emocional e social dos praticantes de corrida de rua.

Para compreender de forma mais aprofundada as percepções dos participantes quanto à influência das assessorias esportivas, foram analisadas qualitativamente as respostas às três perguntas abertas do questionário.

Cabe destacar que estas questões foram direcionadas exclusivamente aos participantes que integram assessorias esportivas, motivo pelo qual os corredores que não participam desse tipo de grupo não responderam a essa parte do questionário. Essa delimitação permitiu compreender com maior riqueza de detalhes as experiências vivenciadas por aqueles que estão inseridos em um contexto coletivo de treinamento, no qual as interações sociais e o acompanhamento profissional exercem influência direta sobre os aspectos subjetivos da prática.

Para a primeira pergunta (Motivos que levaram os corredores a participarem de uma assessoria

esportiva), as respostas revelaram três grandes eixos temáticos: orientação técnica e prevenção de lesões, busca por desempenho e evolução pessoal e motivação e socialização.

O primeiro eixo, “orientação técnica e prevenção de lesões”, foi o mais recorrente entre os participantes. Diversos respondentes mencionaram a importância de “ter um acompanhamento profissional”, “aprender a correr corretamente”, “não se lesionar” e “ter direcionamento”. Essa categoria evidencia que muitos corredores percebem o acompanhamento técnico como um fator essencial para garantir segurança e eficiência nos treinos. A assessoria, nesse contexto, representa um espaço de aprendizagem, com foco em técnica, planejamento e prevenção de problemas físicos, funcionando como um mediador entre o praticante e a prática segura do esporte.

O segundo eixo identificado foi o da “busca por desempenho e evolução pessoal”. Termos como “melhorar performance”, “evoluir”, “superar limites” e “progredir com qualidade” apareceram de forma recorrente. Esse grupo de respostas reflete o desejo dos corredores por aprimoramento físico e pessoal, demonstrando que a assessoria é percebida como um meio de alcançar resultados mais expressivos, tanto em rendimento quanto em disciplina e constância. A presença de treinadores qualificados e o acompanhamento individualizado foram apontados como elementos centrais para essa evolução.

O terceiro eixo, “motivação e socialização”, destacou-se como um fator complementar, mas igualmente relevante. Muitos participantes relataram que a assessoria fornece incentivo, disciplina e um senso de pertencimento, como exemplificado em menções à “motivação do grupo”, “coletividade” e “estar com pessoas com o mesmo objetivo”. Além de favorecer o comprometimento com os treinos, esse aspecto reforça o papel social e emocional das assessorias, funcionando como rede de apoio e espaço de convivência saudável.

De modo geral, observa-se que a decisão de integrar uma assessoria esportiva está relacionada tanto à busca por resultados concretos (melhora técnica e física) quanto à satisfação subjetiva e social que o grupo proporciona.

Para a segunda pergunta (Principais benefícios percebidos da corrida com assessoria esportiva), as respostas apresentaram alta convergência, indicando percepções amplamente compartilhadas. A partir da análise, emergiram cinco temas principais: melhora do desempenho físico, acompanhamento profissional, prevenção de lesões, motivação e disciplina e socialização.

A melhora do desempenho físico foi mencionada em praticamente todas as respostas, consolidando-se como o benefício mais reconhecido. Os corredores percebem a assessoria como determinante para o aprimoramento da capacidade cardiorrespiratória, da resistência e da performance em provas.

O acompanhamento profissional aparece em segundo plano, mas fortemente associado à

segurança, eficiência e ao alcance de metas individuais. Essa categoria reafirma a confiança dos praticantes na orientação técnica como diferencial da assessoria, o que se relaciona diretamente ao primeiro eixo identificado na questão anterior.

A prevenção de lesões também se destacou, sendo frequentemente citada junto ao acompanhamento técnico. Muitos participantes relataram que a assessoria permite corrigir erros de postura, ritmo e intensidade, reduzindo riscos físicos e garantindo uma prática mais sustentável.

A motivação e disciplina emergiram como aspectos psicológicos e comportamentais vinculados ao ambiente de treino coletivo. O acompanhamento de um grupo, o apoio dos treinadores e o sentimento de compromisso foram apontados como fatores que favorecem a regularidade e a adesão à prática.

Por fim, a socialização foi um benefício amplamente reconhecido. Os respondentes destacaram a interação com pessoas que compartilham objetivos semelhantes, o fortalecimento de vínculos e o prazer de participar de eventos e desafios em grupo. Assim, a assessoria é compreendida como espaço de construção de laços e de troca de experiências, que amplia os efeitos positivos da corrida para além do âmbito físico.

Por fim, para a terceira pergunta (Impactos psicológicos e sociais da assessoria esportiva), a análise das respostas evidenciou impactos predominantemente positivos nos aspectos psicológicos e sociais dos praticantes, organizados em quatro temas principais: motivação e propósito, autoconfiança e autoestima, socialização e pertencimento e bem-estar emocional e saúde mental.

O tema motivação e propósito foi amplamente citado, indicando que o acompanhamento profissional e o ambiente coletivo contribuem para manter o foco, estabelecer metas e superar a falta de constância. Vários participantes destacaram que a assessoria lhes dá “razão para não desistir”, “objetivos claros” e “incentivo para continuar mesmo nos dias difíceis”.

A autoconfiança e autoestima aparecem como resultados diretos da evolução percebida e da superação de desafios. Muitos corredores relataram sentir-se “mais confiantes”, “seguros” e “orgulhosos dos próprios avanços”. Esses relatos sugerem que o progresso físico promove também uma transformação subjetiva, fortalecendo a imagem pessoal e o senso de capacidade.

A socialização e o sentimento de pertencimento constituem outro eixo fortemente presente nas respostas. A assessoria é descrita como “uma segunda família” ou “um grupo acolhedor”, evidenciando seu papel na integração social e na formação de laços de amizade. Esse convívio aparece como fator protetivo frente ao isolamento, reforçando a importância do grupo como espaço de apoio emocional.

Por fim, os relatos sobre bem-estar emocional e saúde mental destacam o papel da corrida e da

assessoria como elementos de equilíbrio psicológico, especialmente entre mulheres. Foram recorrentes menções à “redução do estresse”, “melhora da ansiedade”, “superação da depressão” e “sensação de leveza após os treinos”. Esses efeitos revelam que a prática orientada contribui para a saúde integral do indivíduo, favorecendo o autocuidado e o equilíbrio emocional.

Em síntese, os dados qualitativos reforçam que a assessoria esportiva transcende o papel de mediadora técnica da corrida. Ela atua como agente de transformação pessoal e social, promovendo segurança, motivação, pertencimento e bem-estar. Os participantes reconhecem a assessoria como espaço que integra corpo e mente, favorecendo tanto o desempenho físico quanto o desenvolvimento emocional e social dos praticantes.

## CONCLUSÃO

O presente estudo permitiu compreender os benefícios psicossociais associados à corrida de rua, evidenciando diferenças significativas entre os praticantes que contam com o acompanhamento de assessorias esportivas e aqueles que treinam de maneira independente. Os resultados demonstraram que, embora os motivos relacionados à saúde e ao bem-estar sejam amplamente compartilhados entre ambos os grupos, a presença de uma assessoria potencializa aspectos de socialização, pertencimento e superação pessoal, configurando um ambiente que favorece não apenas o desempenho físico, mas também o desenvolvimento emocional e social dos praticantes.

As análises quantitativas mostraram que os corredores vinculados a assessorias apresentam maior experiência, volume e frequência de treino, além de atribuírem maior importância a fatores como socialização, senso de grupo e superação de limites. Esses achados reforçam a ideia de que o acompanhamento profissional contribui para consolidar hábitos de prática regular e para fortalecer vínculos interpessoais, tornando a corrida uma experiência mais significativa e sustentável ao longo do tempo.

No âmbito qualitativo, as respostas dissertativas — direcionadas exclusivamente aos participantes que integram assessorias esportivas — revelaram que o impacto dessa modalidade de acompanhamento vai além do suporte técnico. As assessorias foram descritas como espaços de motivação, aprendizagem e convivência, nos quais o compartilhamento de metas e conquistas reforça a autoestima e o sentimento de pertencimento. Foram identificados benefícios psicológicos relevantes, como maior motivação, autoconfiança e bem-estar emocional, bem como ganhos sociais, expressos na criação de laços de amizade e no fortalecimento da rede de apoio.

Em síntese, a corrida de rua, quando associada à atuação das assessorias esportivas, demonstra



potencial para promover não apenas saúde física, mas também transformações psicossociais positivas. A prática orientada se consolida como meio de autoconhecimento, integração e equilíbrio, refletindo o papel do exercício físico como elemento essencial para o bem-estar integral. Recomenda-se que futuras pesquisas aprofundem a análise dos mecanismos de engajamento social e emocional presentes nas assessorias, de modo a ampliar a compreensão sobre seu impacto na adesão e na manutenção da prática esportiva a longo prazo.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1 Strava. Year in Sport 2024: Running Insights Report. Strava, 2024. Disponível em: <https://blog.strava.com/year-in-sport-2024>. Acesso em: 8 set. 2025.
- 2 Lee, D. C. et al. Leisure-time running reduces all-cause and cardiovascular mortality risk. *Journal of the American College of Cardiology*, v. 64, n. 5, p. 472-481, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.jacc.2014.04.058>. Acesso em: 8 set. 2025.
- 3 Noetel, M. et al. Running for mental health: Evidence from randomized and longitudinal studies. *Mental Health and Physical Activity*, v. 27, p. 100546, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.mhpa.2023.100546>. Acesso em: 8 set. 2025.
- 4 Pereira, A. M. et al. Os efeitos da corrida de rua sobre o bem-estar psicológico e social: uma revisão integrativa. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, v. 26, n. 1, p. 1-10, 2021. Disponível em: <https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/15497>. Acesso em: 8 set. 2025.
- 5 Golaszewski, N. M. et al. Social support and physical activity: A systematic review and meta-analysis. *American Journal of Health Promotion*, v. 35, n. 2, p. 175-187, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/0890117120930332>. Acesso em: 8 set. 2025.
- 6 Lieber, C. S. et al. Exercise groups, social support and adherence: Evidence from community running clubs. *Frontiers in Sports and Active Living*, v. 6, p. 1-12, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.3389/fspor.2024.1298742>. Acesso em: 8 set. 2025.
- 7 Creighton, B. C. et al. Group-based exercise programs and psychosocial benefits: A systematic review. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, v. 44, n. 1, p. 23-35, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1123/jsep.2021-0101>. Acesso em: 8 set. 2025.
- 8 Balbinotti, M. A. A.; Capozzoli, C. J.; Silva, S. S. Motivação de corredores de rua: um estudo exploratório. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, v. 37, n. 2, p. 132-140, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.rbce.2014.04.004>. Acesso em: 8 set. 2025.
- 9 Albuquerque, M. R.; Costa, V. T.; Paes, R. R.; Samulski, D. M. Corrida de rua: uma análise qualitativa dos aspectos que motivam sua prática. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, v.40, n.4, p. 428-434, 2018.

- 10 Disponível em: [https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/12/966312/corrida-de-rua-uma-analise-qualitativa-dos-aspectos-que-motivam\\_8ct0nHL.pdf](https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/12/966312/corrida-de-rua-uma-analise-qualitativa-dos-aspectos-que-motivam_8ct0nHL.pdf). Acesso em: 8 set. 2025
- 11 Balbinotti, M. A. A.; Abaide-Balbinotti, M. Inventário de Motivos para a Prática Regular de Atividades Físicas e Esportivas (IMPRAFE-132): Novas análises psicométricas. Resumo apresentado no Congresso IBAPNET, 2011. Disponível em: <https://www.ibapnet.org.br/congresso2011/trabalhos/Resumo%20IMPRAFE-132%20Marcos%20Alencar%20Abaide%20Balbinotti.pdf>. Acesso em: 8 set. 2025

**ARTIGO ORIGINAL****A CORRELAÇÃO DA POTÊNCIA DE MEMBROS INFERIORES COM A VELOCIDADE DA CORRIDA EM ATLETAS AMADORES****THE CORRELATION OF LOWER LIMB POWER WITH RUNNING SPEED IN AMATEUR ATHLETES**

**Audrey Victoria Cubilla Gomez<sup>1</sup>, Isabele Martins Espinosa<sup>1</sup>, Marcio Augusto da Silva Santos<sup>1</sup>, Wictor Hugo de Oliveira Tomaz<sup>1</sup>, Cesar Miguel Momesso dos Santos<sup>2,3</sup>**

1. Graduandos, Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas, Educação Física (bacharel) - FMU, Brasil
2. Professor Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas – FMU, Brasil
3. Professor Faculdade Enau- Ribeirão Pires

**Endereço para correspondência:**

Faculdade ENAU

Rua Jorge Tibiriça nº 137, Centro Alto, CEP 09424-130

Ribeirão Pires, São Paulo, Brasil

Fone: +55(11) 4825-5542

**RESUMO**

A corrida como modalidade esportiva, demonstra crescente popularidade, assim podendo fomentar a busca por aprimoramento, nesse cenário a potência é reconhecida como uma ferramenta complementar essencial para execução do gesto mecânico no menor tempo possível. Portanto, o objetivo desse trabalho é identificar a correlação entre a potência de membros inferiores com a velocidade da corrida de atletas amadores. Trata-se de um estudo com abordagem quantitativa, do tipo observacional transversal, composta por 11 participantes de uma assessoria esportiva de corrida do Alto Tietê-SP, avaliados no período de agosto a novembro de 2025, submetidos ao Teste de 3km e Teste de Salto Horizontal. Após a obtenção das variáveis dos testes, a análise de correlação de Pearson, mostrou associação positiva entre velocidade média no Teste de 3km e distância do salto horizontal,  $p=0,0$ , contrariamente, ao considerar a razão entre a distância do salto e a massa corporal, a correlação com a velocidade média não demonstrou

significância estatística  $p=0,21$  superior ao limiar  $p = 0,05$ . Conclui-se que, na amostra pesquisada, a potência de MMII (distância dos saltos corrigida) não tem correlação significativa direta com a velocidade média percorrida.

**Palavras-chave:** corrida, força muscular, velocidade máxima, potência

## ABSTRACT

Running as a sport is showing increasing popularity, thus fostering the pursuit of improvement. In this scenario, power is recognized as an essential complementary tool for executing the mechanical gesture in the shortest possible time. Therefore, the objective of this study is to identify the correlation between lower limb power and running speed in amateur athletes. This is a quantitative, observational, cross-sectional study composed of 11 participants from a running sports consultancy in Alto Tietê-SP, evaluated between August 2025 and November 2025, subjected to the 3km Test and the Horizontal Jump Test. After obtaining the test variables, Pearson's correlation coefficient showed a positive association between average speed in the 3km Test and horizontal jump distance,  $p=0.0$ . Conversely, when considering the ratio between jump distance and body mass, the correlation with average speed did not show statistical significance ( $p=0.21$ ), exceeding the thresholds ( $p=0.05$ ). It is concluded that, in the sample studied, the power of the lower limbs (corrected jump distance) does not have a significant direct correlation with the average speed covered.

**Keywords:** running, muscular strength, maximum speed, power

## INTRODUÇÃO

A corrida como modalidade esportiva, apresenta popularidade progressiva, podendo ser justificado tanto pelos seus benefícios à saúde cardiovascular quanto por sua acessibilidade<sup>1</sup>, e embora não seja um evento recente na história pode ser classificada como um fenômeno sociocultural contemporâneo em razão da influência na mudança de comportamento dos participantes<sup>2</sup>, no qual a corrida de rua é uma das modalidades esportivas que mais cresce<sup>3</sup>, assim não sendo apenas uma tendência atual como visto com o crescimento de praticantes e provas da modalidade<sup>4</sup>.

A crescente popularidade pode fomentar a busca por aprimoramento no desempenho e otimização da performance. Sendo fundamental compreender os fatores que atuam como determinantes da corrida. Dentre alguns fatores fisiológicos: Consumo Máximo de Oxigênio

(VO<sub>2</sub>máx), Economia de Corrida (EC), Velocidade Máxima no VO<sub>2</sub>máx (vVO<sub>2</sub>máx) e Frequência Cardíaca (FC), já como fatores biomecânicos estão: frequência de passada (FP) tempo de contato com solo (TC) e força de reação do solo (FRS)<sup>5</sup>.

Os fatores neuromusculares e as estratégias de treinamento físico abrangem a força muscular (máxima, explosiva, velocidade e de resistência), a potência (como a potência dos saltos verticais com e sem contramovimento), a coordenação neuromuscular, a programação motora, a capacidade de armazenamento e utilização de energia elástica, aspectos que são importantes para o desempenho, mas também contribuem para a prevenção de lesões e estabilização articular e equilíbrio muscular<sup>1</sup>.

Sabe-se que o treinamento de força é uma ferramenta complementar e essencial nas diversas modalidades esportivas e particularmente na corrida, para além do aumento convencional da massa muscular. Pesquisas anteriores mostraram que treinamentos específicos de força máxima e potência podem ter efeitos diferenciados sobre variáveis-chave como economia de corrida, velocidade e resistência aeróbica<sup>6</sup>.

A relação da força máxima e velocidade na corrida é um tema que apresenta muitas especificidades e possui tanto embasamento fisiológicos para essa conexão, quanto uma multiplicidade de fatores fisiológicos, morfológicos, neuromusculares e psicológicos<sup>5,6,7</sup>. Fisiologicamente, a força muscular concêntrica máxima está relacionada com as fibras musculares de contração rápida (Tipo II), indivíduos com uma maior proporção de fibras de contração rápida são capazes de gerar maior força muscular e potência durante movimentos rápidos<sup>7</sup>, desse modo, o treinamento de força com alta resistência, que visa o desenvolvimento de força máxima, pode gerar um aumento na velocidade de movimento e aprimorar a força muscular, a potência e a taxa de desenvolvimento de força (RFD), melhorando a capacidade de sprints curtos, aumentando a concentração de fibras do tipo II<sup>8</sup>.

A potência é considerada a manifestação de força ideal quando o objetivo é executar um gesto mecânico em menor tempo possível<sup>6</sup>, a força explosiva contribui para a melhoria em testes de corrida em terreno plano, pois provoca um menor dispêndio energético (EC), aprimora a coordenação neuromuscular e aumenta a capacidade de armazenar energia elástica nos tendões, mecanismos essenciais para uma performance superior na corrida<sup>5</sup>.

Ainda que haja reconhecimento geral sobre a importância do treinamento de força no desempenho dos atletas, pouca é a compreensão detalhada sobre as correlações específicas entre a força máxima e a potência muscular com a velocidade de corrida. Portanto o objetivo desse trabalho é identificar a correlação entre a potência de membros inferiores com a velocidade da corrida de atletas amadores nos testes de 3km.

## MÉTODO

Todos os voluntários foram contatados pelo treinador e previamente esclarecidos e orientados sobre os procedimentos da pesquisa. Após aceitação plena, todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Junto ao termo de consentimento, os participantes assinaram um questionário de prontidão física PAR-Q (Anexo 1), seguindo em formato *qr code* os mesmos assinados confirmando sua prontidão.

O presente estudo teve uma abordagem quantitativa do tipo observacional transversal.

A amostra foi selecionada de forma não-probabilística, configurando-se como uma amostragem por conveniência, e consistiu em 11 participantes vinculados a um serviço de assessoria esportiva para corredores amadores na região do Alto Tietê-SP no período de agosto a novembro de 2025.

Como critério de inclusão foram aceitos participantes com idade acima de 18 anos, com ao menos um ano de treino, apenas do sexo masculino, com um volume mínimo semanal de 25km. Os critérios de exclusão foram: atletas impossibilitados de realizar os testes devido alguma comorbidade, doenças ou lesões e menos de um ano de treinamento para garantia de um preparo mínimo dos participantes.

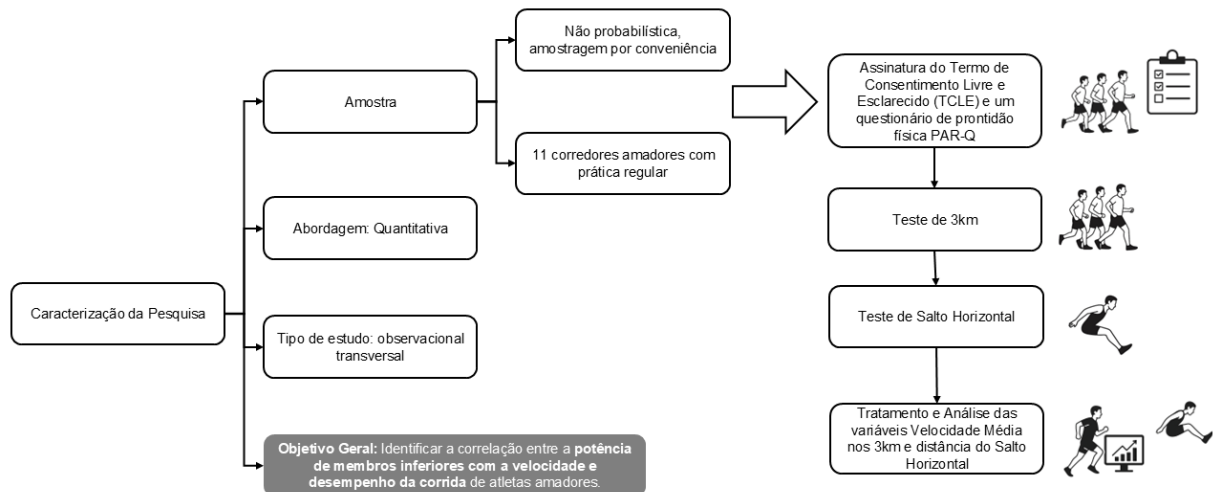
Inicialmente foram coletadas as seguintes informações dos participantes: contato e identificação. Subsequentemente, realizou-se a avaliação de bem-estar e o preenchimento do Questionário de Prontidão para Atividade Física (PAR-Q) relativo algumas comorbidades. O PAR-Q é um instrumento de *screening* pré-exercício comumente indicado, já que é um método econômico de identificar pessoas para quem um aumento da atividade física poderia ser contraindicado. E alternativo, na impossibilidade de realizar testes clínicos (mensuração da pressão arterial em repouso, eletrocardiograma de repouso e em esforço físico), é uma ferramenta útil para detectar pessoas que necessitam de mais atenção. Além disso, é recomendado pelo *American College of Sports Medicine (ACSM)* como uma avaliação prévia segura para adultos (especificamente homens menores de 40 anos e mulheres menores de 50 anos) para adultos que irão iniciar uma atividade física de intensidade baixa a moderada<sup>9</sup>.

A obtenção de dados para caracterização da amostra foi dirigida por meio de questionário, para a coleta de dados como idade e variáveis antropométricas (incluindo estatura e massa corporal) e determinação do status de atividade física - para verificar o atendimento aos critérios de inclusão de prática regular.

Os testes físicos (teste de 3km e teste de salto horizontal) foram delineados a fim de mensurar o desempenho atlético e variáveis neuromusculares. O teste de 3km foi utilizado para aferir a

performance em corrida. E o teste de salto horizontal com a intenção de mensurar potência de membros inferiores diante a distância atingida. A descrição da metodologia pode ser visualizada resumidamente na figura 1 - delineamento metodológico abaixo.

**Figura 1.** Figura de delineamento metodológico



Os corredores realizaram aquecimento em um percurso de 800m, asfaltado e plano por cerca de 5 a 10 minutos, seguido por alguns exercícios técnicos da corrida e sprints curtos. E posteriormente, no circuito previamente estabelecido os participantes executaram o protocolo de corrida de 3 km em intensidade. O monitoramento e registro do percurso foram realizados por dispositivos de geolocalização (GPS) ou por *software* de rastreamento de desempenho (aplicativo específico para corrida), possibilitando o cálculo de velocidade média expressa em km/h. O teste de salto horizontal foi realizado para identificação da potência de membros inferiores. Por ser um teste reconhecido e correlacionado como uma medida eficaz, considerado um gesto motor simples, de baixo custo e necessitar de poucos recursos<sup>10</sup>. E foi conduzido por meio de três tentativas consecutivas mensuradas com o auxílio de fitas métricas, sendo considerado para análise o melhor desempenho obtido.

O tratamento e a análise dos dados foram realizados a partir de uma base construída no programa *Microsoft Excel* e analisados no *Software GraphPad Prism 9.0.0* para obtenção do coeficiente de correlação de Pearson com  $r$  sendo  $p < 0,05$ , analisando duas variáveis pela sua média e desvio padrão sendo descritos por meio de tabelas e gráficos de frequências absolutas.

**RESULTADOS**

A amostra estudada foi composta por 11 participantes (n=11), todos do sexo masculino, e a

variável idade foi expressa pela média (38 anos) e desvio-padrão ( $\pm 10,7$  anos). Outras características da amostra podem ser observadas na tabela 1.

**Tabela 1.** Características antropométricas e tempo de treino dos participantes

Participantes	Idade	Peso (em kg)	Altura (em cm)	IMC	Tempo de treino (em anos)	Velocidade média 3km (em km/h)	Melhor salto (em cm)	Razão (distância/peso)
1	39	72	171	24.6	10	16,02	245	3,40
2	39	80	179	25.0	4	17,53	264	3,30
3	39	69	173	23.1	19	17,13	229	3,32
4	47	86	170	29.8	17	13,46	185	2,15
5	62	49	160	19.1	14	12,52	202	4,12
6	34	78	175	25.5	13	17,13	273	3,50
7	42	68	180	21.0	2	15,58	231	3,40
8	32	102	187	29.2	1	14,61	234	2,29
9	36	89	175	29.1	1	11,91	190	2,13
10	29	78	180	24.1	1	13,64	211	2,71
11	20	72	180	22.2	1	15,12	250	3,47

A análise dos dados da tabela 1 demonstrou que os indicadores de desempenho mais robustos foram predominantemente observados no corte etário de 34 a 39 anos e experiência mínima de quatro anos de prática regular, apresentando parâmetros antropométricos (estatura e Índice de Massa Corporal – IMC) correspondentes com a média desvio-padrão do homem brasileiro<sup>11</sup>.

Apresentando métricas individuais que sustentam essa observação, nas quais os participantes com idade entre 34 e 39 anos exibiram a velocidade média mais elevada no percurso de 3 km (17,53 km/h e 17,13 km/h), bem como a maior distância de salto (273 cm) dentro da amostra (Tabela 1).

A amostra da pesquisa (n=11) depois de submetida à avaliação do desempenho aeróbio (Teste de 3km) e do Teste de Salto Horizontal, foi analisada no *Software GraphPad Prism 9.0.0* através da correlação de Pearson obtendo a magnitude das duas variáveis e os dados da: média (3,07), desvio padrão (0,65) e valor de *p*, demonstrando uma associação positiva entre a velocidade média atingida no Teste de 3km e os valores dos saltos aferidos no Teste de Salto Horizontal, inferindo que os indivíduos com maior velocidade apresentavam melhores resultados no teste de salto horizontal (Gráfico 1A).

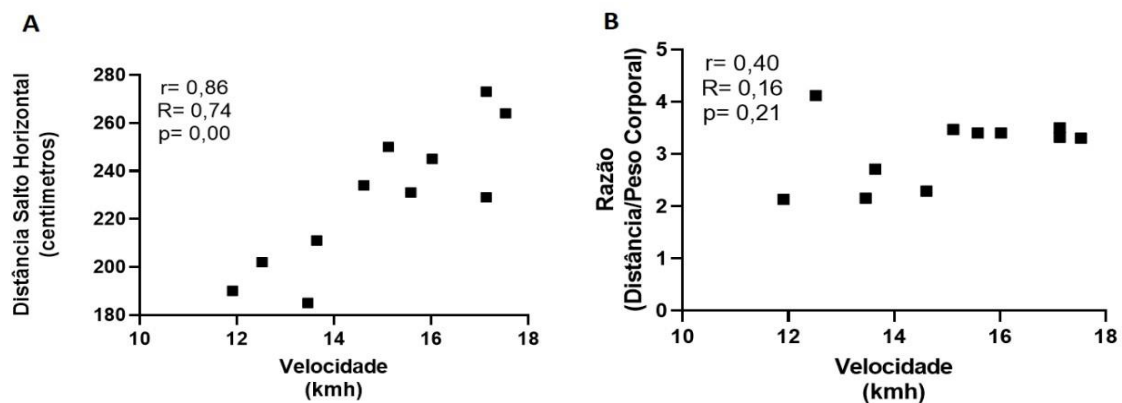
Em se tratando da análise de associação entre a velocidade e a razão distância do salto/massa corporal (Gráfico 1B) utilizando o mesmo *software* estatístico obteve-se o coeficiente de correlação de Pearson apontando o valor de  $r = 0,40$ , indicando uma correlação fraca a moderada e



o sinal positivo sugerindo que há uma tendência de variação conjunta das variáveis: um aumento da velocidade se associa a um aumento da razão distância do salto horizontal/massa corporal, ou o inverso.

Identificou-se o coeficiente de determinação como  $R^2=0,16$ , indicando que cerca de 16,70% da variância é compartilhada, não alcançando o valor de significância estatística pré-estabelecido. E o valor de  $p=0,21$  superior ao limiar  $p=0,05$  demonstrando que a correlação observada não é significativa.

Portanto, pode-se dizer que a variação na velocidade média não está intrinsecamente determinada pela razão distância do salto/massa corporal.



**Gráfico 1.** Correlação Velocidade Média e Distância do Salto Horizontal/ Correlação Velocidade Média e Razão Distância do Salto Horizontal e Peso Corporal

## DISCUSSÃO

No contexto físico e fisiológico a potência mecânica ( $P_{mec}$ ) ou muscular é definida como a capacidade de produzir trabalho em função do tempo ou à combinação de força e velocidade<sup>12</sup>. Esta capacidade funcional é diretamente determinada pela interação entre força máxima que o músculo consegue gerar e a velocidade com que o movimento é executado. A potência metabólica ( $P_{met}$ ) reflete a taxa na qual a energia é transformada em movimento. Portanto, os dois conceitos se alinham a eficiência mecânica e a rapidez com que o indivíduo consegue aplicar sua força máxima disponível<sup>13</sup>.

Como principais resultados dessa pesquisa podemos notar inicialmente que indivíduos que obtiveram um melhor desempenho no salto horizontal, também obtiveram um melhor resultado no teste de 3km.

Contrariamente às expectativas, a análise de correlação entre a Velocidade Média e a Distância

do Salto Horizontal, após a correção da potência do salto em relação à massa corporal do participante, não evidenciou uma associação estatisticamente significativa, divergindo de estudos prévios<sup>14</sup>. Embora o Salto Horizontal seja semelhante ao vetor de força aplicado na corrida<sup>15</sup> — com a força horizontal sendo um fator fundamental na determinação do custo metabólico<sup>5</sup>, diante do exposto está baixa associação não pode ser justificada pela especificidade do vetor, mas sim por limitações metodológicas.

A falta de correlação significativa após a correção pela massa corporal, pode ser interligada a limitações do estudo como - a dimensão amostral restrita (n=11); a ausência de uma investigação aprofundada sobre a influência específica das variáveis demográficas e do tempo de treinamento; a não mensuração de algumas variáveis que, conforme a literatura<sup>5,16</sup>, influenciam a Potência Mecânica (Pmec) e a Economia de Corrida (ECO) e a coleta de dados antropométricos autorreferidos que podem diminuir o poder estatístico da pesquisa.

Assim, pode-se constatar que esses vieses de delineamento combinados podem influenciar negativamente os resultados gerando imprecisão e comprometimento da generalidade das conclusões para a população de interesse. Dessa maneira, para obtenção de resultados mais precisos poderia ser necessário: expandir a representatividade da amostra englobando corredores mulheres e participantes em faixas etárias mais amplas, garantir uma mensuração das variáveis antropométricas mais exata (calcular a composição corporal) e explorar o desempenho em tarefas motoras que exigem agilidade e velocidade, incluir outros testes como por exemplo Salto Vertical (SV), *sprints* curtos e testes de salto com contramovimento para analisar a potência dinâmica, considerar variáveis históricas e contextuais, como histórico de treinamento, tipo e fase do treinamento, destarte aumentando a validade externa e a profundidade analítica do estudo.

Na amostra pesquisada, verificou-se também uma tendência observacional em que os atletas com os melhores índices de desempenho em velocidade média (17,53 km/h e 17,13 km/h), e maiores distâncias nos testes de salto (273cm e 264cm) possuem idades entre 34 e 39 anos e um histórico de prática de no mínimo 4 anos, sugerindo que a faixa etária e o maior tempo de prática pode ter favorecido o refinamento da técnica de corrida, o que é essencial para ajustar o consumo submáximo de oxigênio e aperfeiçoar adaptações neuromusculares, assim como outros fatores que são essenciais para o rendimento em *endurance*, notadamente a economia de corrida (ECO).

## CONCLUSÃO

Diante aos resultados obtidos no presente estudo, preliminarmente, foi identificado uma associação positiva e estaticamente relevante quando analisado velocidade média de deslocamento e a distância alcançada no Teste do Salto Horizontal. Tal constatação corrobora com a premissa

quanto maior a distância saltada maior a potência dos membros inferiores (MMII). Contudo, quando essa mesma correlação é corrigida pelo peso do participante não se evidencia uma associação estatisticamente significativa. A vulnerabilidade dos resultados, principalmente a ausência de correlação significativa após a correção pela massa corporal, pode ser atribuída a limitações metodológicas do estudo.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Andres, Leandro Rubio. Comparação de diferentes métodos de treino de força (máxima, potência e resistência) no desempenho de corrida. *Studies in Multidisciplinary Review*, v. 6, n. 1, p. e15826-e15826, 2025.
2. Martha Maria Dallari. Corrida de rua: um fenômeno sociocultural contemporâneo. 6 nov. 2015. doi: <https://doi.org/10.11606/T.48.2009.tde-02092009-145957>
3. Fixx, J. F. O novo livro de corrida. Tradução: A. B. Pinheiro Lemos. 3. ed. Rio de Janeiro: Record, 1980.
4. Federação de Atletismo Paulista (FPA) Primeiro semestre tem crescimento significativo em corridas de rua regularizadas. [Internet] 18 de Julho de 2025. Disponível em: <https://atletismopaulista.com.br/noticias/329>
5. Melo. Determinantes fisiológicos e biomecânicos do desempenho de corrida no plano inclinado em corredores recreacionais. Ufrgs.br, 2016.
6. Charro, M. et al. Selo comemorativo regulamentação da profissão de educação física 20 anos estruturação do treinamento e controle de carga. [s.l: s.n.]. Disponível em: <https://www.crefsp.gov.br/storage/app/arquivos/e6edcacac83271cbe40faa7685e5164c.pdf>. Acesso em: 24 agos.2025.
7. Santos, Tony Meireles dos. Fatores de potência muscular e desempenho aeróbio na corrida a 1 e 10 % de inclinação: aspectos determinantes e suas relações com estímulos concorrentes. 2007. 183 f. Tese (Doutorado) - Curso de Educação Física, Universidade Gama Filho, Rio de Janeiro, 2007. Disponível em: <https://cev.org.br/qq/tony-meireles/>. Acesso em: 03 set. 2025.
8. Andersen, J. L.; Aagaard, P. Effects of strength training on muscle fiber types and size; consequences for athletes training for high-intensity sport. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, v. 20, n. s2, p. 32–38, 14 set. 2010.
9. Luz, L. G. De O.; Farinatti, P. De T. V. Questionário de Prontidão para Atividade Física (PAR-Q). *Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício*, v. 4, n. 1, p. 43, 5 jan. 2009.
10. Diogo, H. et al. [s.l: s.n.]. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rbefe/a/WR4NWw7nZdCHmNjdfXdL9Tj/?format=pdf&lang=pt>

11. Sidney Cavalcante da Silva; Wallace David Monteiro; ANAC. Levantamento do perfil antropométrico da população brasileira usuária do transporte aéreo nacional- projeto conhecer. Disponível em:  
[https://www2.anac.gov.br/arquivos/pdf/Relatorio\\_Final\\_Projeto\\_Conhecer.pdf](https://www2.anac.gov.br/arquivos/pdf/Relatorio_Final_Projeto_Conhecer.pdf)
12. Coledam, D. H. C. et al. Relação dos saltos vertical, horizontal e sêxtuplo com a agilidade e velocidade em crianças. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, v. 27, n. 1, p. 43–53, mar. 2013.
13. Jinha, A.; Herzog, W. Muscle power: A simple concept causing much confusion. *Journal of Sport and Health Science*, [S. l.], v. 14, n. 101005, p. 101005, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2024.101005>. Acesso em: 17.out 2025
14. Silva, correlação entre saltos verticais e velocidade em jovens jogadores de futebol, 1 jul. 2011 Disponível em: <https://repositorio.ufmg.br/server/api/core/bitstreams/2c4f8c91-6817-4904-945b-5b835ffd5713/content>
15. Soares, Ariadenes de Souza. Análise do desempenho dos saltos vertical e horizontal como marcador da fadiga neuromotora induzida por uma corrida máxima de endurance. Artigo (Trabalho de Conclusão de Curso de Graduação em Educação Física) – Faculdade de Educação Física, Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2018. Disponível em: <https://repositorio.ufu.br/bitstream/123456789/24396/1/AnaliseDesempenhoSaltos.pdf>. Acesso em: 17 out. 2025.
16. Luiz, J. Efeitos de dois programas de treinamento de força na eficiência e biomecânica da corrida humana. Ufrgs.br, 2025.

## ARTIGO DE REVISÃO

### ANÁLISE DE REDES SOCIAIS COMO FERRAMENTA ESTRATÉGICA EM REDES DE NETWORKING

#### REDES SOCIAIS COMO FERRAMENTA ESTRATÉGICA

**Hellen Claudia Donato<sup>1,2</sup>**

1. Universidade Municipal de São Caetano do Sul (USCS), Programa de Pós-Graduação em Administração, São Caetano do Sul – SP, Brasil.
2. Docente do curso de Administração e Recursos Humanos da faculdade ENAU, Ribeirão Pires, São Paulo

#### **Endereço para correspondência:**

Faculdade ENAU

Rua Doutor Jorge Tibiriçá, 137 – Centro Alto

Ribeirão Pires, São Paulo, Brasil

CEP: 09424-130

[hellen.claudia@hotmail.com](mailto:hellen.claudia@hotmail.com)

#### **RESUMO**

O objetivo deste artigo é de identificar os aspectos relacionais entre os líderes em uma rede de networking e descrever a relevância dos atores na estrutura relacional da rede por meio das principais métricas de centralidade (degree, betweenness e closeness) da ARS. A rede interorganizacional é composta por 34 empresas da Região do Grande ABC. Esta pesquisa caracteriza-se como estudo de caso descritivo, utilizando observação participativa, entrevistas semiestruturadas e análise documental, complementadas com o processamento de dados no software UCINET. Os resultados evidenciaram diferenças significativas na participação dos membros (líderes), presença de atores isolados, baixa densidade nas etapas de negócio e parceria, além da existência de oportunidades para fortalecimento das relações. Conclui-se que a ARS é ferramenta estratégica eficaz para mapear a estrutura relacional da rede e subsidiar a tomada de decisão dos gestores.

**Palavras-chave:** Análise de Redes Sociais; Redes de Empresas; Centralidade; Estratégia Organizacional.

## ABSTRACT

The objective of this article is to identify the relational aspects among leaders in a networking network and to describe the relevance of the actors within the relational structure of the network through the main centrality metrics (degree, betweenness, and closeness) of Social Network Analysis (SNA). The interorganizational network is composed of 34 companies from the Greater ABC Region. This research is characterized as a descriptive case study, employing participant observation, semi-structured interviews, and document analysis, complemented by data processing using UCINET software. The results revealed significant differences in member (leader) participation, the presence of isolated actors, low density in the business and partnership stages, as well as opportunities to strengthen relationships. It is concluded that SNA is an effective strategic tool for mapping the relational structure of the network and supporting managerial decision-making.

**Keywords:** Social Network Analysis; Business Networks; Centrality; Organizational Strategy.

## INTRODUÇÃO

A Análise de Redes Sociais (ARS) constitui abordagem consolidada para identificação de padrões relacionais entre indivíduos e organizações, permitindo observar fluxos de influência, informação, cooperação e confiança<sup>1-3</sup>. Em ambientes empresariais, seu uso amplia a capacidade de gestores compreenderem a dinâmica interorganizacional, identificar atores estratégicos e estruturar ações que fortaleçam a rede<sup>4,5</sup>.

A rede investigada é composta por 34 empresas de segmentos diversos, caracterizada pela inexistência de concorrência interna e pela convivência simultânea dos papéis de consumidor e provedor entre os membros, que são líderes de empresas de diferentes segmentos. Assim, compreender como ocorrem as interações torna-se essencial para ampliar desempenho, cooperação e sustentabilidade das relações.

O objetivo deste artigo é de identificar os aspectos relacionais entre os líderes em uma rede de networking ao descrever a relevância dos atores na estrutura relacional da rede por meio das principais métricas de centralidade da ARS<sup>4</sup>.

## REFERENCIAL TEÓRICO

Análise de Redes Sociais (ARS) investiga relações estruturais a partir de nós (atores) e laços (interações), permitindo identificar padrões de conectividade<sup>1,6</sup>. Para tal, utiliza métricas que mensuram o papel dos atores na rede:

**Degree:** representa o número de ligações diretas de cada ator. Pode ser subdividido em *indegree* (ligações recebidas) e *outdegree* (ligações enviadas)<sup>1</sup>.

**Betweenness:** identifica atores que atuam como intermediários, controlando ou facilitando fluxos entre diferentes partes da rede<sup>7</sup>.

**Closeness:** representa o quão próximo um ator está dos demais, permitindo acesso rápido a informações<sup>6</sup>.

A **densidade** indica a proporção entre laços existentes e laços possíveis, refletindo a intensidade das interações<sup>7</sup>.

A ARS contempla a aplicação de uma ferramenta de mapeamento da situação da rede em determinado período, em que as empresas, representadas pelos seus proprietários, participam de uma rede em busca de fechamento de negócios por meio do engajamento interorganizacional. Sendo assim, os aspectos relacionais, são fundamentais para desenvolvimento da confiança, comprometimento e cooperação para fortalecer as redes e potencializar negócios. Neste sentido, o mapeamento da ARS possibilita a identificação dos atores mais relevantes de acordo com o quesito em análise.

## METODOLOGIA

Trata-se de estudo de caso descritivo, realizado ao longo de 12 meses com 34 empresas dos setores de comércio, serviços e indústria localizadas na Região do Grande ABC em um grupo composto por empresários em uma rede de networking.

Na coleta de dados foram utilizadas três fontes principais: 1. Observação participativa; 2. Entrevistas semiestruturadas; 3. Análise documental.

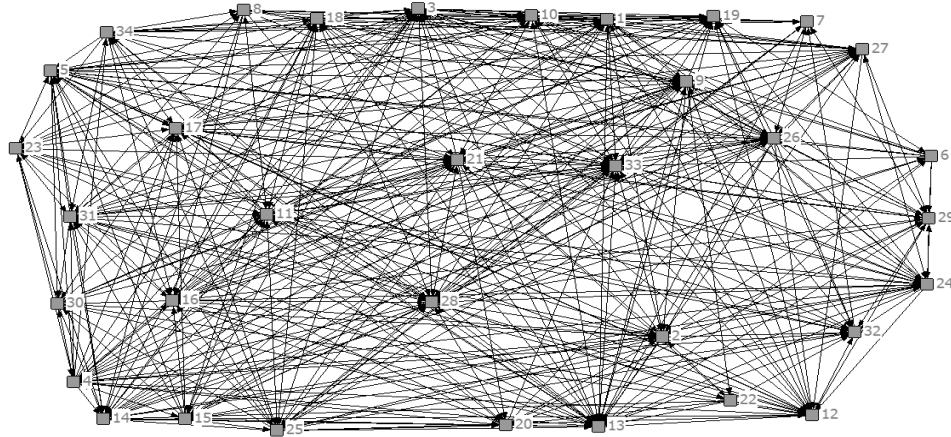
No processamento e análise ocorreu os dados coletados foram tabulados em planilhas eletrônicas e posteriormente analisados no software UCINET, utilizado para geração das métricas de centralidade e redes sociométricas.

As análises qualitativas foram integradas às análises quantitativas, permitindo interpretação aprofundada da estrutura relacional da rede.

## RESULTADO

A estrutura relacional e densidade inicia-se com a primeira etapa, conforme figura 1, que ana-

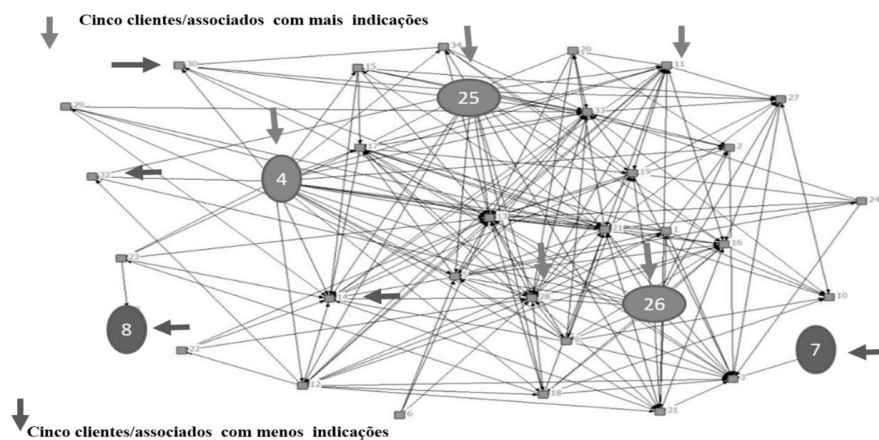
lisou as indicações entre os membros por meio do mapa relacional da rede, resultando em densidade de 47%. Embora significativa, a taxa indica que mais da metade dos laços possíveis não foi explorada.



**Figura 1:** Mapa relacional da rede

O cálculo da densidade desta rede, em relação ao mapa relacional, apresentou o valor de 47%, o que significa que de todas as ligações possíveis (indicação entre os clientes/associados) não ocorrem em 53% delas, o que indica que ainda é possível intensificar as indicações em busca de melhores resultados.

Na segunda etapa, referente a negócios efetivamente concluídos, a densidade caiu para 20%, revelando baixo aproveitamento das indicações. Observa-se na Figura 2 que a rede teve interação com a maior parte dos clientes/associado que foram interligados com as indicações de um para vários integrantes como os casos dos R4; R25 e R26.



**Figura 2** Mapa relacional da rede com evidência dos atores indicações com negócio fechado.

Identifica-se que a densidade diminui quando os aspectos relacionais, ou seja, o estreitamento



de relacionamento entre os membros é necessário. É visível que para realização de negócios o fator confiança e comprometimento recíproco são imprescindíveis.

Mediante ao exposto, é nítido que alguns membros da rede ficam isolados, como o caso do R7 e R8. E alguns recebem muitas indicações, porém não retribuem na mesma proporção, como o R11 e R28.

Neste contexto, a ARS aplicada em redes de networking compostas por líderes de diferentes segmentos é uma ferramenta estratégica relevante para mapear os aspectos relacionais, identificar quais atores necessitam de ajuda para melhoria contínua e acompanhar os atores relevantes da rede que mais geram negócios.

Na centralidade dos atores, a ARS permitiu identificar: atores com alto *degree*, que exercem grande capacidade de difusão de indicações; atores com elevada *betweenness*, que funcionam como intermediários entre subgrupos; atores com maior *closeness*, com acesso facilitado à rede como um todo; membros isolados, sem conexões relevantes nas quatro etapas analisadas.

Em relação a identificação de pontos críticos, a análise apresentou: falta de acompanhamento das indicações, reduzindo conversão para negócios; desalinhamento de expectativas entre os membros em relação aos compromissos com a rede.; atuação desigual entre atores, com concentração de conexões em poucos indivíduos.

## DISCUSSÃO

A redução progressiva da densidade nas duas etapas indica dificuldades estruturais não na rede de networking mas sim nos relacionamentos dos membros. Por outro lado, mostra que os aspectos relacionais entre os membros devem ser fundamentados no comprometimento em atender as indicações recebidas e em retribuir tal ação para membros da mesma rede, independente da reciprocidade.

Embora as indicações sejam frequentes, faltam mecanismos que apoiem o comprometimento no relacionamento contínuo, confiança e feedback entre os membros, elementos essenciais segundo a literatura de cooperação e confiança interorganizacional<sup>10-13</sup>.

A ARS se mostrou adequada para identificar gargalos; revelar membros inativos ou isolados; subsidiar ações gerenciais para fortalecimento relacional; organizar intervenções estratégicas focadas na rede e em indivíduos.

Tais resultados corroboram pesquisas que defendem o uso da ARS como ferramenta de gestão e diagnóstico organizacional<sup>4,7</sup>.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que a ARS permitiu mapeamento preciso da estrutura interorganizacional, evidenciando relações-chave, fragilidades e oportunidades de melhoria. A ferramenta mostrou-se fundamental para apoiar tomada de decisão, orientar estratégias de fortalecimento relacional e aumentar o potencial cooperativo do grupo, aumentando a geração de negócios e fortificando os aspectos relacionais.

Sugere-se como trabalhos futuros: (1) análises comparativas anuais; (2) aplicação contínua da ARS como ferramenta de monitoramento e (3) aprofundamento de estudos sobre os fatores que afetam confiança e cooperação.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Wasserman S, Faust K. *Social network analysis: Methods and applications*. New York: Cambridge University Press; 1994. 825 p.
2. Scott J. *Social network analysis: A handbook*. 2nd ed. Newbury Park: Sage; 2000. 208p
3. Hanneman RA, Riddle M. *Introducción a los métodos del análisis de redes sociales*. Riverside: University of California; 2005. 264 p.
4. Lazzarini S. *Capitalismo de laços*. São Paulo: Elsevier; 2008.
5. Silva R, Araújo MF, Farina MC, Silveira MAP. Ações conjuntas e trocas de informações entre pequenas lojas de um shopping atacadista. *Rev Micro Pequena Empresa*. 2014;8(2):38-53.
6. Donato HC. *Os aspectos relacionais da cocriação de valor como plataforma de engajamento em rede*. São Caetano do Sul: USCS; 2017.
7. Vieira SRF. *Redes sociais no contexto organizacional*. Brasília: Universidade de Brasília; 2008.
8. Gil AC. *Estudo de caso*. São Paulo: Atlas; 2009. 120 p.
9. Yin RK. *Estudo de caso: planejamento e métodos*. Porto Alegre: Bookman; 2006. 212 p.
10. McAllister DJ. Affect- and cognition-based trust as foundations for interpersonal cooperation. *Acad Manage J*. 1995;38(1):24-59.
11. Jones G, George J. The experience and evolution of trust. *Acad Manage Rev*. 1998;23(3):531-46.
12. Dirks K, Ferrin D. The role of trust in organizational settings. *Organ Sci*. 2001;12(4):450-67.
13. Morgan RM, Hunt SD. The commitment-trust theory of relationship marketing. *J Market*. 1994;58(3):20-3

## ARTIGO DE REVISÃO

### EMPREENDEDORISMO FEMININO: ANÁLISE BIBLIOMÉTRICA DA PRODUÇÃO CIENTÍFICA NACIONAL ENTRE O PERÍODO DE 2013 À 2021

### FEMALE ENTREPRENEURSHIP: BIBLIOMETRIC ANALYSIS OF NATIONAL SCIENTIFIC PRODUCTION BETWEEN 2013 AND 2021

**Isabela Mares Cardoso<sup>1</sup>, Marianna Aparecida França<sup>1</sup>, Thais Santos de Lima<sup>1</sup>, Esdras da Silva Costa<sup>2</sup>**

1. Discentes do Curso de Administração e Recursos Humanos, Faculdade ENAU, Ribeirão Pires, São Paulo, Brasil.
2. Docente do curso de Administração e Recursos Humanos, Faculdade ENAU, Ribeirão Pires, São Paulo

#### **Endereço para correspondência:**

Faculdade ENAU

Rua Doutor Jorge Tibiriçá, 137 – Centro Alto

Ribeirão Pires, São Paulo, Brasil

CEP: 09424-130

[esdras.costa@pro.faculdaeenau.com.br](mailto:esdras.costa@pro.faculdaeenau.com.br)

#### **RESUMO**

O presente artigo possui como objetivo realizar uma análise bibliométrica acerca da produção científica nacional sobre a temática empreendedorismo feminino. Enquanto procedimentos metodológicos, a pesquisa foi delineada por uma abordagem qualitativa, sendo o seu tipo de pesquisa classificada como descritiva, fazendo uso da bibliometria como instrumento para o processo de análise dos dados. Os resultados indicam que no contexto atual, ainda que com maior ocupação, as atividades exercidas pelas mulheres permanecem sendo informais e em condições desfavoráveis em relação ao mercado empreender em sua totalidade, explicitando diferenças relacionadas ao contexto social, cultural e empresarial.

**Palavras chaves:** Empreendedorismo Feminino, Análise Bibliométrica; Produção Científica.

## ABSTRACT

This article aims to carry out a bibliometric analysis of the national scientific production about female entrepreneurship. As methodological procedures, the research was outlined by a qualitative approach, its type of research classified as descriptive, making use of bibliometrics as an instrument for the process of data analysis. The activities carried out by women remain informal and in unfavorable conditions about the undertaking market in its entirety, explaining differences related to the social, cultural, and business context.

**Keywords:** Female Entrepreneurship, Bibliometric Analysis; Scientific Production.

## INTRODUÇÃO

O presente artigo trata do empreendedorismo feminino, diante do papel da mulher historicamente estruturado pela sociedade, com suas limitações resultando majoritariamente nos trabalhos informais.

Importante dizer que a presença da mulher no mundo dos negócios empreendedores vem se consolidando ao longo dos anos, devido a dificuldade de permanência no mercado convencional, visto que suas demandas e necessidades sociais e familiares não se adequam às exigências empregatícias recorrendo ao empreendedorismo como sua fonte de renda. Baseado na análise do GEM<sup>1</sup>, apesar das variações, a presença da mulher manteve-se próximo a 50% na última década. É interessante observar que estes números se mantêm pouco variáveis, mas ainda assim crescentes, devido à taxa de sobrevivência de seus negócios (82,2%) em relação à taxa nacional (78,1%)<sup>1</sup>. Entretanto, pouco se explora sobre a predominância das mulheres empreendedoras em nosso país (Machado, Greatti, Jesus, 2010)<sup>2</sup>.

A fim de compreender o estudo acerca do levantamento do estado da arte, quando relacionado ao empreendedorismo feminino, nota-se que a problemática está relacionada em como está a produção científica nacional sobre a temática empreendedorismo feminino em uma perspectiva de produção nacional?

Enquanto justificativa, após a análise dos conteúdos acadêmicos por meio da ferramenta de bibliometria, nota-se que surge uma ampla produção sobre empreendedorismo e suas possíveis ramificações, nesse contexto contemplando empreendedorismo político, empreendedorismo social, comportamento e ações empreendedoras, contudo, nota-se a ausência de estudos bibliométricos que retratem a temática, especificamente quanto a uma abordagem sobre empreendedorismo feminino.

Este estudo foi elaborado sob uma abordagem qualitativa, onde todos dados utilizados para análise do crescente número da presença feminina no mercado empreendedor foram estudados em sua veracidade, sendo o seu tipo de pesquisa identificado como descritiva, objetivando descrever aspectos relacionados ao ano de publicação, palavras chaves, abordagem, e tipo de pesquisa. Enquanto estrutura, a pesquisa está norteada pela introdução que segue, o tópico segundo aborda o processo de fundamentação teórica, o terceiro tópico caracteriza os procedimentos metodológicos, seguidos pelo tópico quarto que enfatiza os procedimentos metodológicos. O quinto e último tópico versa sobre as considerações finais, contribuições, limitações e sugestões futuras.

## REFERENCIAL TEÓRICO

### Empreendedorismo

Pode-se compreender o empreendedorismo todo e qualquer experimento de criação de um novo empreendimento, uma nova empresa ou a expansão de um empreendimento existente<sup>1</sup>. O empreendedorismo no Brasil pode originar-se de duas maneiras: sendo elas inovação ou a necessidade. Em ambos os casos, segundo o Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas<sup>3</sup>, o conceito de empreendedor é a pessoa que implementa no mercado formas de expor novas ideias tal qual seja assumido os riscos criando soluções diante das oportunidades.

O projeto Global Entrepreneurship Monitor<sup>1</sup>, o maior estudo em andamento sobre o empreendedorismo no mundo, avaliou em conjunto ao Instituto Brasileiro da Qualidade e Produtividade - IBQP no ano de 2019 que muitas mulheres, quando perguntadas se possuem habilidades, capacidade intelectual, experiências e oportunidades se sentem inseguras, apenas 49,2% dizem ter o suficiente para este novo início, menor que a quantidade do homem empreendedor com 59,5%<sup>1</sup>.

Por meio dos dados, dentro do mundo de negócios predominantemente masculino, foi avaliado que a pesquisa acima se diz mediante as dificuldades encontradas pela mulher no Mercado atual. A luta pela falta de reconhecimento de igualdade de gênero, ausência de apoio familiar, inclusive dificuldade de aceitação faz com que seja estabelecido problemas de autoconfiança para assumir os riscos de concretização de ideias empreendedoras.

### Empreendedorismo Feminino

Quando se trata de empreendedorismo, logo nos vem à mente a imagem do homem empreendedor tradicional. Vendo pela construção histórica, tal rótulo se concretiza pelas dificuldades das mulheres encontradas no mercado majoritariamente masculino. Podemos perceber que por

meio da contextualização de Marlon no dito de 1997, que exemplifica por meio dos estudos, no âmbito familiar e social que é evidente que os enfoques na carreira profissional e empreendedora conflituam-se com o desenvolvimento das mulheres em desempenhar seus papéis de mães e afazeres domésticos.

O acompanhamento de tal resultado pode ser mensurável como não sendo apenas um feito pessoal de estruturação como complementação de renda individual ou familiar, mas um reformulação do olhar socioeconômico do mercado futuramente igualitário (Gomes, 2004)<sup>4</sup>.

Outros aspectos que são ligados a parte negativa do empreendedorismo feminino são decorrentes de saúde pessoal, bem-estar emocional, níveis de energia, sentimentos de isolamento e estresse, além do sentimento de culpa e tensão acumulada, seguida do papel tradicional das mulheres na sociedade. Entretanto, o lado positivo do empreendedorismo feminino proporciona o prazer na gestão da sua própria empresa e permite que a mulher experimente a maior liberdade e flexibilidade principalmente no âmbito profissional, mas não excludente à outros aspectos (MC Gowan; Redeker; Cooper; Greenan, 2012)<sup>5</sup>.

Por meio da luta pela igualdade, a inserção das mulheres no mercado empreendedor vem tomando grande proporção em relação à procura da mulher em busca de programas para empre-sariar seus negócios iniciais (Wajnman; Queiróz, Liberato, 1998)<sup>6</sup>. Nesse contexto Neves e Davel (2021)<sup>7</sup> já haviam observado o aumento do posicionamento feminino no segmento empreendedor.

Autor	Gênero	Ramo da Atividade	Faixa Etária (anos)	Instrução do Tomador/Gestor	Tempo da Atividade (anos)
DANTAS, 2014	Feminino 100%	Comércio 100%	De 31 a 40 38%	Ensino Médio Completo 37%	De 6 a 10 34%
SAMPAIO, 2014	Feminino 89%	Comércio 85%	De 36 a 45 34%	Ensino Médio Completo 27%	Acima de 3 73%
RODRIGUES et al, 2015	Feminino 66%	Comércio 82%	De 20 a 35 43%	Ensino Médio Completo 42%	Não informado
ANDRADE et al, 2011	Feminino 64%	Comércio	De 39 a 58	Ensino Básico Incompleto 38%	Até 5 anos 54%
SANTOS, 2010	Feminino 69%	não informado	Acima de 31 88%	60% possuem de primário completo a médio completo	Não informado
MONTEIRO, 2009	Feminino 59%	Comércio 59%	Acima de 45 39%	Fundamental Incompleto 40%	Não informado
MATOS et al, 2012	Feminino 73%	Comércio 34%	Não informado	Ensino Médio Completo - 47%	mais que 4 anos 53%
DINIZ et al, 2012	Feminino 83%	Comércio 86%	Não informado	Fundamental Incompleto 53%	acima de 5 anos 53%
BRAGA, 2011	Feminino 65%	não informado	Acima de 36 59%	Fundamental Incompleto 62%	Não informado

**Quadro 1.** Gênero, ramo de atividade, faixa etária, grau de instrução e tempo de atividade

(Costa e Costa, 2015)<sup>8</sup>.

No ano de 2015 foi elaborado por Costa e Costa<sup>8</sup> um estudo sobre o empreendedorismo, resultando no quadro acima, onde nos confirma a crescente ocupação do gênero feminino empreendedor, tendo como enfoque principal o ramo do comércio ambulante voltado para mulheres, como roupas, bolsas, além de segmentos como cosméticos e ramo alimentício.

## **PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

Considerando as características do objeto deste estudo, foi fundamentado perante a análise qualitativa, mediante a observância da ocupação feminina no mercado empreendedor. Por intermédio do modelo de pesquisa descritiva, utilizamos a análise bibliométrica como instrumento de estudo. Apesar do crescimento da visibilidade da mulher no mercado, a problemática segue predominante na sociedade, ainda que pouco explorada. Nota-se que o enfoque do empreendedorismo feminino ainda está voltado para trabalhos informais, não superando os requisitos de qualidade de vida e remuneração pertinentes ao encargo, mediante ao homem empreendedor. A abordagem utilizada segue uma natureza qualitativa. Esta pesquisa trata o ponto de vista que não pode ser estudado estatisticamente, ou seja, ela debate sobre questões motivacionais, crenças e valores, levando em consideração a veracidade do ambiente e dos indivíduos envolvidos na pesquisa (MINAYO, 2014)<sup>9</sup>.

A seleção da metodologia de pesquisa descritiva, objetiva descrever características sociodemográficas, atividades econômicas, motivações e fundamentos dos empreendedores e empreendedoras no Brasil<sup>1</sup>. Este padrão de pesquisa, geralmente é utilizado para estabelecer relação entre conceito e construção teórica com base em dados simples e observáveis, validando o conceito proposto por Gil (2017)<sup>10</sup>.

Enquanto instrumento de pesquisa, foi utilizado a técnica de análise bibliométrica que é o estudo de publicações como artigos, livros e revistas<sup>11</sup> para analisar de forma acadêmica e científica. Sendo adequado a metodologia de estudos em observação ao objetivo e problemática deste artigo.

## **APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS RESULTADOS**

Nos quadros desenvolvidos abaixo, são apresentadas todas as informações pertinentes aos eventos científicos e revistas onde foram pesquisadas e apontadas informações utilizadas para o referido estudo. Fatos e dados baseados na história de vida das mulheres dentro do mercado empreendedor, enfatizando sua expansão neste meio, onde se destacam os trabalhos informais

decorrentes da desigualdade de gênero já radicada na sociedade anteriormente.

ORDEM	ANO	TÍTULO	NOME REVISTA/ EVENTO CIENTÍFICO
1	2013	Mulheres e suas histórias: Razão, Sensibilidade e Subjetividade no Empreendedorismo Feminino	ANPAD / RAC
2	2014	Empreendedorismo Feminino: Dificuldades relatadas em histórias de vida	Revista de Ciências da Administração
3	2015	<i>Verdadeiras heroínas</i> : desvendando a gestão feminina de empreendedoras de startups	Revista GeSec – Revista de Gestão e Secretariado
4	2016	Características do Empreendedorismo Feminino no Brasil	Revista do ICSA – Gestão e Desenvolvimento
5	2017	Empreendedorismo: Desafios quanto a necessidade de capital humano, capital financeiro, capital social e direito de propriedade	Congresso UFABC de Empreendedorismo
6	2021	As dificuldades de percurso das mulheres empreendedoras	Revista GeSec - Revista de Gestão e Secretariado
7	2021	Contribuições do uso de Redes Sociais Virtuais para o Empreendedorismo	Revista Ciências Administrativas

**Quadro 2.** Ano de publicação, título da pesquisa e período/evento publicado

Nota-se no quadro 2 que os dados demonstrados foram em sua maioria estudados a partir de revistas importantes e de destaque para a Administração, onde se tem o enfoque no Empreendedorismo Feminino, através de histórias de vida de mulheres dentro deste mercado. É importante enfatizar a grande contribuição que estas publicações têm, no processo inicial de publicações de um novo artigo científico.

AUTORES	OBRAS REFERENCIADAS
Jane Mendes Ferreira, Eloy Eros Silva Nogueira	Mulheres e suas histórias: Razão, Sensibilidade e Subjetividade no Empreendedorismo Feminino
Graziela Dias Alperstedt <sup>12</sup> , Juliane Borges Ferreira, Maurício Custódio Serafim	Empreendedorismo Feminino: Dificuldades relatadas em histórias de vida
Luiz Guilherme Rodrigues Antunes <sup>13</sup> , Arlete Aparecida de Abreu Mayra Mendonça Rodrigues, Mariana Santos da Silva <sup>14</sup> , Emerson Wagner Mainardes, Sarah Venturim Lasso	<i>Verdadeiras heroínas</i> : desvendando a gestão feminina de empreendedoras de startups
Esdras da Silva Costa, Rogério Sarkis da Costa	Características do Empreendedorismo Feminino no Brasil
Larissa Lima Bandeira <sup>15</sup> , Rafael Fernandes de Mesquita, Maria Kévia Ferreira de Araújo, Fátima Regina Ney Matos	Empreendedorismo: Desafios quanto a necessidade de capital humano, capital financeiro, capital social e direito de propriedade
	As dificuldades de percurso das mulheres empreendedoras



Darah de Mathias Fontana<sup>16</sup>, Dey-  
vison de Lima Oliveira, Elder Go-  
mes Ramos, Ariadne dos Santos  
Massaro

Contribuições do uso de Redes Sociais Virtuais para o  
Empreendedorismo

**Quadro 3.** Autores e Obras Referenciadas

Pode-se observar no Quadro 3, a predominância do enfoque de artigos relacionados a mulheres com ênfase no meio empreendedor, mas não supressório a outros aspectos como a sensibilidade e história de vida e sobretudo o estudo sobre o empreendedorismo no Brasil.

Em todos os artigos relacionados, atentemo-nos sobre a crescente da mulher no meio empreendedor informal devido aos fatores enraizados de desigualdade de gênero que resultam na desvalorização feminina neste meio.

OR-DEM	ANO	TÍTULO	PALAVRAS-CHAVE
1	2013	Mulheres e suas histórias: Razão, Sensibilidade e Subjetividade no Empreendedorismo Feminino	Empreendedorismo, mulheres empreendedoras, subjetividade
2	2014	Empreendedorismo Feminino: Dificuldades relatadas em histórias de vida	Dificuldades, Empreendedorismo, História de Vida, Mulher.
3	2015	<i>Verdadeiras heroínas</i> : desvendando a gestão feminina de empreendedoras de startups	Empreendedorismo Feminino, Gestão Feminina, Liderança Feminina, Startup
4	2016	Características do Empreendedorismo Feminino no Brasil	Empreendedora brasileira, Empreendedorismo, Empreendedorismo feminino
5	2017	Empreendedorismo: Desafios quanto a necessidade de capital humano, capital financeiro, capital social e direito de propriedade	Empreendedorismo; Microempreendedor; Microcrédito
6	2021	As dificuldades de percurso das mulheres empreendedoras	Empreendedorismo, Gênero, Mulheres Empreendedoras
7	2021	Contribuições do uso de Redes Sociais Virtuais para o Empreendedorismo	Empreendedorismo, empreendedorismo feminino, gênero, negócios online, redes sociais virtuais

**Quadro 4.** Palavras-chave inseridas nos artigos

Um dos principais elementos dos artigos científicos são as palavras-chave onde se referem pelos termos de relevância dos artigos descritos no Quadro 4 acima, contendo os títulos dos trabalhos acadêmicos e seus respectivos elementos e palavras-chave.

ORDEM	ANO	TÍTULO	PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS UTILIZADOS
1	2013	Mulheres e suas histórias: Razão, Sensibilidade e Subjetividade no Empreendedorismo Feminino	Abordagem qualitativa com pesquisa descritiva e exploratória
2	2014	Empreendedorismo Feminino: Dificuldades relatadas em histórias de vida	Abordagem qualitativa e pesquisa descritiva
3	2015	<i>Verdadeiras heroínas</i> : desvendando a gestão feminina de empreendedoras de startups	O estudo se caracteriza como qualitativo, descritivo e de múltiplos casos.
4	2016	Características do Empreendedorismo Feminino no Brasil	Abordagem quantitativa e estudos de casos múltiplos
5	2017	Empreendedorismo: Desafios quanto a necessidade de capital humano, capital financeiro, capital social e direito de propriedade	Abordagem qualitativa com pesquisa de caráter exploratória
6	2021	As dificuldades de percurso das mulheres empreendedoras	Abordagem qualitativa e de cunho descritivo
7	2021	Contribuições do uso de Redes Sociais Virtuais para o Empreendedorismo	Abordagem qualitativa estudos de casos múltiplo e exploratório

**Quadro 5.** Procedimentos Metodológicos Utilizados

No Quadro 5 nota-se a preponderância de artigos de cunho qualitativo e o tipo de pesquisa descritiva. A abordagem qualitativa nos permitiu a observância e análises de características sociodemográficas, atividades econômicas, motivações e fundamentos dos empreendedores<sup>1</sup> enquanto que as pesquisas descritivas foram fundamentalmente complementares às conclusões destas análises.

### CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considerando os estudos abordados, o objetivo do presente artigo enfatiza o conflito entre a expansão do empreendedorismo feminino e o papel da mulher imposto pela sociedade. Embora sua visibilidade no mercado acompanhe o crescimento do seu empreendimento, a mulher ainda está voltada para trabalhos informais, o que fomenta a luta pela igualdade. Partindo da ideia apresentada, compreende-se que esta temática possui um potencial decrescimento elevado, visto que o papel da mulher vem sendo reelaborado considerando a vivência atual e o aumento dos negócios femininos, buscando uma diminuição da desigualdade de gênero.

Com tudo, as limitações identificadas se referem a um estudo voltado para pesquisas de cunho quantitativo, a fim de levantar informações tais como média, mediana, moda e estudos dos

dados estatisticamente. Além disso, fomentar um estudo aprofundado sobre empreendedorismo feminino no mercado informal. Como sugestão para futuras pesquisas, pode-se buscar o aprofundamento do estudo dos ramos do empreendedorismo feminino no mercado informal, quantificando-os. Como por exemplo, o ramo da estética, o ramo alimentício, venda de roupas informais, considerando que os pontos em questão podem trazer estudos mais amplos em relação ao empreendedorismo, a fim de encontrar um possível padrão e quantificá-lo.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. GEM – Global Entrepreneurship Monitor. (2019). Empreendedorismo no Brasil – 2019: relatório executivo. Curitiba: IBQP/SEBRAE, 2019. Disponível em: <https://ibqp.org.br/wp-content/uploads/2021/02/Empreendedorismo-no-Brasil-GEM>.
2. Machado, Hilka Vier; Greatti, Ligia; de Jesus, Marcos J. Compreendendo a imersão de empreendedoras em redes: A institucionalização da Associação de Mulheres de Negócios de Maringá. In F. Gimenez, J. M. Ferreira, S. C. Ramos (Eds.), *Empreendedorismo e Estratégia de Empresas de Pequeno Porte 3Es2Ps*. **Coleção Empreendedorismo e Estratégia**, 1, p. 85-104. Curitiba: Champagnat, 2010.
3. Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas – SEBRAE. Disponível em: <https://sebrae.com.br/sites/PortalSebrae/sebrae50mais50/noticias/pes-quisa%E2%80%93mundial%E2%80%93de%E2%80%93empreendedorismo%E2%80%93divulgada%E2%80%93no%E2%80%93projeto%E2%80%93sebrae%E2%80%9350mais50>.
4. GOMES, Almira Ferraz. O perfil empreendedor de mulheres que conduzem seu próprio negócio: um estudo na cidade de Vitória da Conquista, BA. **Revista Alcance**, v. 11, n. 2, p. 207-226, 2004.
5. MC GOWAN, Paucic; REDEKER, Caroline Lewis; COOPER, Sarah; GREENAN, Kate. Female entrepreneurship and the management of business and domestic roles: Motivations, expectations and realities. **Entrepreneurship & Regional Development**, v. 24, 2012. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/08985626.2012.637351>.
6. WAJNMAN, Simone; QUEIRÓZ, Bernardo; LIBERATO, V. O crescimento da atividade feminina nos anos noventa no Brasil. **Anais do XI Encontro Nacional de Estudos Populacionais**. **Abep**, v. 2, p. 2.429-2.454, 1998.
7. NEVES, Joyce Neri dos Reis; DAVEL, Eduardo Peas Barreto. A territorialidade do empreendedorismo: perspectivas e desafios para o empreendedorismo cultural. **Gestão & Regionalidade**, v. 37, n. 112, p. 269-284, 2021.

8. COSTA, Esdras da Silva; COSTA, Rogério Sarkis da. Empreendedorismo: Desafios quanto a necessidade de capital humano, capital financeiro, capital social e direito de propriedade. **Congresso UFABC de Empreendedorismo**, p. 1-15, São Paulo, 2017.
9. MINAYO, Maria Cecília de Souza. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 14. ed. São Paulo: Hucitec Editora, 2014.
10. GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projeto de pesquisa**. 6 ed. São Paulo: Atlas, 2017.
11. FERREIRA, Jane Mendes; NOGUEIRA, Eloy Eros Silva. Mulheres e suas histórias: Razão, Sensibilidade e Subjetividade no Empreendedorismo Feminino. **Revista de Administração Contemporânea**, v. 17, n. 4, p. 398-417, jul./ago. 2013.
12. ALPERSTEDT, Graziela Dias; FERREIRA, Juliane Borges; SERAFIM, Maurício Custódio. Empreendedorismo Feminino: Dificuldades relatadas em histórias de vida. **Revista de Ciências da Administração**, v. 16, n. 40, p. 221-234, dez. 2014.
13. ANTUNES, Luiz Guilherme Rodrigues; ABREU, Arlete Aparecida de; RODRIGUES, MayraMendonça. Verdadeiras heroínas: desvendando a gestão feminina de empreendedoras de startups. **Revista de Gestão e Secretariado**, v. 11, n. 2, p. 211-234, maio/ago. 2020.
14. SILVA, Mariana Santos da; MAINARDES, Emerson Wagner; LASSO, Sarah Venturim. Características do Empreendedorismo Feminino no Brasil. **Revista do ICSA – Gestão e Desenvolvimento**, v. 13, n. 2, p. 150-167, 2.sem. 2016.
15. BANDEIRA, Larissa Lima; MESQUITA, Rafael Fernandes de; ARAÚJO, Maria Kélvia Ferreira de; MATOS, Fátima Regina Ney. As dificuldades de percurso das mulheres empreendedoras. **Revista de Gestão e Secretariado**, v. 12, n. 3, p. 1-18, set./dez. 2021.
16. FONTANA, Darah de Mathias; OLIVEIRA, Deyvison de Lima; RAMOS, Elder Gomes; MASSARO, Ariadne dos Santos. Contribuições do uso de Redes Sociais Virtuais para o Empreendedorismo Feminino. **Revista Ciências Administrativas**, v. 27, n. 1, mar. 2021.

**ARTIGO DE REVISÃO****OS ESPORTES DE RAQUETE NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: UMA REVI-  
SÃO DA LITERATURA****OS ESPORTES DE RAQUETE NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR**

**Leopoldo Ortega<sup>1</sup>, Daniela Matielo e Carvalho Eda<sup>2</sup>, Romildo Rocha Estevam<sup>3</sup>, Adriano Aparecido Da Silva<sup>4</sup>**

<sup>1</sup> Universidade Federal de São Paulo, Programa de Pós-Graduação e Pesquisa Interdisciplinar em Ciências, Santos, SP

<sup>2</sup> Universidade Estadual de Campinas, Programa de Pós-graduação Educação, Campinas, SP

<sup>3</sup> Universidade Municipal de São Caetano do Sul, Programa de Pós-graduação Educação, São Caetano do Sul, SP

<sup>4</sup> Universidade Brasil, Programa de Pós-Graduação em Bioengenharia, São Paulo, SP

**Endereço para correspondência:**

Colégio Marisa Ortega

Rua Abner Ribeiro Borges nº 130

São Paulo, SP, Brasil

CEP 08380-045

[leopoldo.ortega@yahoo.com.br](mailto:leopoldo.ortega@yahoo.com.br)

**RESUMO**

Os esportes de raquete são práticas corporais previstas como temas para as aulas de educação física em unidades temáticas da Base Nacional Comum Curricular. As pesquisas científicas relacionadas com o tema servem como subsídio para abordagem temática em diferentes contextos, dentre eles a escola. Objetivos: Identificar o perfil das produções científicas que tratam dos esportes de raquete nas aulas de educação física na educação básica, bem como apresentar possibilidades didáticas e limitações na abordagem do tema. Metodologia: Trata-se de uma pesquisa qualitativa, com revisão secundária da literatura. Resultados: São escassos os trabalhos sobre esportes com raquete nas aulas de educação física escolar. As produções sobre esportes com raquete e educação estão pautadas pela aprendizagem esportiva, rendimento e o desenvol-

vimento motor, todavia, as teorias críticas de educação subsidiam práticas de ensino promissoras e que coadunam com as políticas de educação do Brasil. Conclusões: Os trabalhos demonstram concepções pedagógicas diversificadas e em alguns casos antagônicas aos objetivos da educação física escolar.

**Palavras chave:** Esportes de raquete, Educação, Escola.

## ABSTRACT

The racket sports are bodily practices expected as themes for the Physical Education classes on thematic unities of BNCC (National Base of Common Curriculum). The scientific research related to the theme serves as a subsidy to approach the thematic in several contexts, among them the school. Objective: Identify the profile of scientific productions that deal with racket sports in Physical Education classes at basic school. Methodology: That is a qualitative research with a systematic review of the literature. Results: There are few works on racket sports in school physical education classes. The productions about racket sports and education are guided by sports learning, performance and motor development, however, the critical theories of education subsidize promising teaching practices that are in line with Brazilian education policies. Final considerations: The works demonstrate diverse pedagogical conceptions and, in some cases, antagonistic to the objectives of school physical education.

**Keywords:** Racket sports, Education, School.

## INTRODUÇÃO

Os esportes de raquete podem significar uma alternativa para diversificar as práticas corporais na escola, uma vez que os esportes de rede/parede estão previstos na Base Nacional Comum Curricular, como objeto do conhecimento a serem trabalhados nas aulas de educação física ao longo dos ciclos de escolarização do ensino fundamental (BNCC, 2018)<sup>1</sup>. As pesquisas científicas relacionadas com o tema servem como subsídio para sua abordagem em diferentes contextos, dentre eles a escola que, embora esteja passando por dificuldades, ainda é um espaço privilegiado para desenvolvimento humano.

Sob este prisma, docentes que atuam na educação, em diferentes níveis de ensino, precisam de apoio e acesso às produções acadêmicas, que por sua vez evidenciem possibilidades e demandas da educação física escolar, refletindo no trato pedagógico. Assim se faz necessário olhar com maior atenção para a produção científica da área e, para este momento, em especial naquilo que

se refere aos esportes com raquetes na escola.

Tendo em vista a hipótese de que mudanças de concepções ocorridas na área da educação física possam promover aos professores (as) um déficit quanto aos conhecimentos teóricos científicos que devem subsidiar suas aulas<sup>2</sup>.

Portanto, uma revisão dos achados da literatura pode contribuir para evidenciar os principais avanços científicos nos últimos anos e, conseqüentemente, demonstrar potencialidades e fragilidades sobre a temática dos esportes com raquetes na escola. Esta temática é pouco frequente na educação básica uma vez que, ainda se observa a predominância de esportes coletivos como conteúdo ou temas nas aulas de educação física escolar<sup>3</sup>.

[...] a inserção de novos conteúdos nas aulas de educação física é uma tarefa árdua, mas se aplicada com uma metodologia adequada, materiais atraentes e atividades criativas, se torna uma tarefa interessante e incentivadora, proporcionando a adesão dos alunos às aulas<sup>4</sup>.

Desse modo, algumas questões emergem como ponto de partida para maior e melhor compreensão desse tema. Qual o perfil das produções científicas sobre os esportes de raquete no contexto da educação física escolar? Quais são as potencialidades e fragilidades observadas na proposição de aulas sobre os esportes de raquete? A elucidação desses questionamentos pode demonstrar lacunas existentes na pesquisa sobre os esportes com raquete e, ainda, caminhos para o desenvolvimento das aulas e seus limites.

Logo, esta pesquisa tem o objetivo de: Identificar o perfil das produções científicas que tratam dos esportes de raquete nas aulas de educação física na educação básica, bem como apresentar possibilidades didáticas e limitações na abordagem do tema.

## MÉTODOS

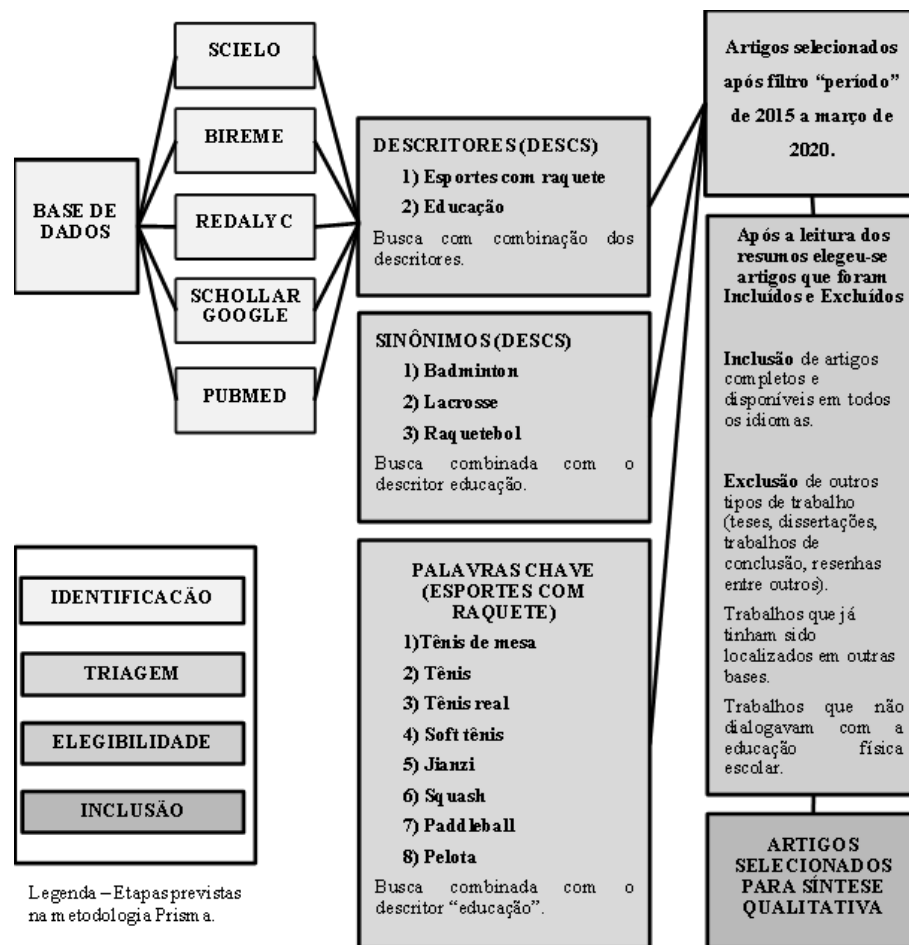
Considerando os objetivos propostos para este estudo, optou-se pelo método qualitativo<sup>26</sup> (Minayo, 1998), a partir da técnica de revisão secundária da literatura considerando as recomendações do protocolo PRISMA<sup>5, 6</sup>.

O levantamento dos artigos foi realizado em bases de dados acadêmico-científicos, entre eles: a Scielo, Bireme, Redalyc, Google scholar e ainda o Pubmed. Para as buscas utilizaram-se os DeCs (Descritores em Ciência da Saúde), que coincidem com o objeto de estudo, deste modo os descritores “esportes com raquete” e “educação” foram utilizados para as buscas. Ainda se utilizaram os sinônimos “badminton”, “lacrosse” e “raquetebol”. Aliado a estes, também foram utilizadas palavras-chave referentes a esportes com raquete, para isso as palavras “tênis de mesa”; “tênis”; “tênis real”; “soft tênis”; “jianzi”; “squash”; “paddleball” e “pelota”, foram adotadas.

As buscas aconteceram com a combinação dos descritores, sinônimos e ou palavras-chave, mediadas pelos buscadores booleanos “or” e ou “and”. Considerando aquilo que prevê a sistematização PRISMA, a revisão está dividida em quatro momentos: identificação, triagem, elegibilidade e inclusão.

- 1) Identificação - Consulta às bases de dados;
- 2) Triagem - Aplicação dos filtros para busca dos trabalhos que compõem o estudo;
- 3) Elegibilidade - Leitura dos títulos e resumos, aplicando critérios de inclusão e exclusão prévios.
  - a. Análise de artigos completos e disponíveis em todos os idiomas; b) Exclusão de outros tipos de trabalhos (teses, dissertações, trabalhos de conclusão, resenhas entre outros); Trabalhos que já tinham sido localizados em outras bases; c) Trabalhos que não dialogavam com a educação física escolar.
- 4) Inclusão - Nesta etapa os artigos selecionados foram analisados minuciosamente.

A Figura 1 apresenta detalhadamente a sistematização dos processos de identificação, triagem, elegibilidade e inclusão dos trabalhos neste estudo.



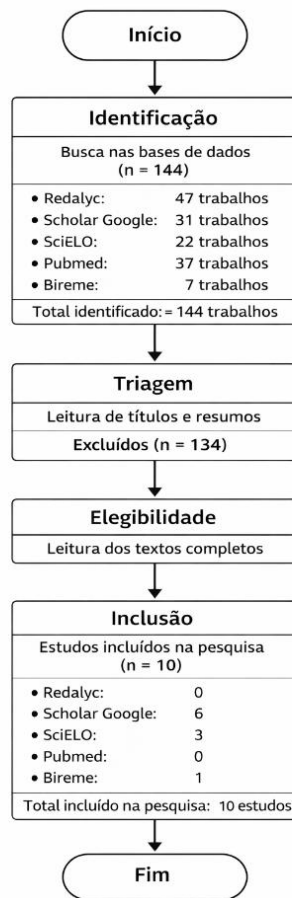
Legenda – Etapas previstas na metodologia Prisma.



**Figura 1.** Sistematização para revisão da literatura a partir das bases de dados acadêmicos científicos em quatro momentos, identificação, triagem, elegibilidade e inclusão.

**RESULTADOS**

Na revisão proposta foram eleitos nove artigos para análises, tendo em vista os objetivos propostos para este estudo. O fluxograma 1 apresenta o quantitativo de artigos nos diferentes momentos da pesquisa.



Nas bases de dados “Redalyc” e “Pubmed”, após a etapa de triagem, nenhum trabalho foi eleito para seleção final, tendo em vista que os artigos localizados não tinham aderência com esportes de raquete na educação física escolar (objeto de estudo desta pesquisa). Nas demais bases foi possível selecionar dez trabalhos. Algumas variáveis de análise foram evidenciadas, demonstrando os delineamentos dos estudos bem como seus principais achados (quadro 2). Alguns trabalhos analisados neste estudo apresentaram discussões sobre os esportes com raquete no espaço escolar, mas não em momentos das aulas de educação física. Outros falam de esporte educação em contextos extraescolares e com um discurso esportivista, tendo em vista a formação esportiva do praticante.

É notório que as pesquisas que se propõem a estudar os esportes de raquete com viés educacional podem assumir concepções muito distintas, algumas vezes antagônicas.

Quadro 2. Caracterização dos estudos e seus principais achados.

Título	Variáveis	Objetivo Geral	Tipo de Estudo	País	Aspectos de análise	Principais achados
Família dos jogos esportivos com raquetes: metodologia e procedimentos pedagógicos.	Frescobol. Mini tênis. Beach tennis Quimbol.	Apresentar os procedimentos pedagógicos para o ensino dos esportes com raquetes pautando-se na família de jogos esportivos.	Relato de experiência	Brasil	Iniciação esportiva	Se propõe a transformação da modalidade esportiva em jogos diversos que enfatizem as habilidades motoras que cada esporte de raquete exige. Trata de apresentar possibilidades para o trato pedagógico esportivo. Trata-se de um relato de experiência desenvolvido além dos muros da escola e que atendem as proposições de ensinar a jogar e ao praticar esporte, independente das limitações que os espaços possam apresentar. Regras são modificadas, materiais são adaptados e a aproximação com diferentes modalidades são oportunizadas, sempre com o uso de raquetes e bolas. Jogos cooperativos e de competição são realizados simulando situações específicas de jogo para cada modalidade de esporte com raquete.
Badminton: possibilidades de ensino aplicadas ao contexto da Educação física escolar.	Badminton	Demonstrar que o badminton pode ser ensinado na prática via diferentes métodos de ensino e, além disso, apontar em que as atividades propostas se distinguem quanto a frequência de ocorrência para cada método aplicado.	Pré-experimental de tentativa única	Brasil	Iniciação esportiva Inserção na escola.	A pesquisa apresenta diferentes abordagens para a iniciação esportiva e o treinamento do badminton na escola. Defende a ideia esportista de ensino pautada pela descoberta de ações de jogo a partir da prática aliada a reflexões sobre a compreensão de táticas e técnicas de jogo. Defende que a aula de educação física deve focar no ensino da prática esportiva, neste caso em especial do ensino do badminton.
Esportes de raquete para deficientes intelectuais: uma proposta fundamentada na pedagogia do Esporte.	Esportes de Raquete. Deficientes Intelectuais leves.	O objetivo deste trabalho é poder apontar uma proposta de vivência destes esportes para deficientes intelectuais leves em instituições do terceiro setor (ensino não formal).	Revisão	Brasil	Inclusão	Apresentação das modalidades esportivas de raquete, para pessoas com deficiência, oportunizando momentos de realização prática da modalidade, pautada pela pedagogia do esporte. Tais análises pautaram-se prioritariamente pela possibilidade do fazer esportivo e compreensão de regras de diferentes modalidades. Observa-se que a maior parte dos achados são experiências realizadas em grupo restritos para pessoas com deficiência e poucas experiências realizadas na escola são descritas pelos autores.



Nonlinear Pedagogy and the implications for teaching and training in table tennis.	Pedagogia do esporte Treinamento Tênis de mesa	Propor uma abordagem baseada no jogo e centrada no jogador para o ensino e o treinamento de tênis de mesa, que pode ajudar a fornecer aos jogadores tarefas e experiências diversificadas usando os conhecimentos da PNL.	Ensaio	Brasil	Esporte de rendimento Iniciação esportiva	Apresenta uma proposta de treinamento para o tênis de mesa, fora do espaço escolar. Entende que pedagogia não linear do esporte se apresenta como alternativa a metodologias de treinamento tradicionais. Propõe que a prática didática possa ser realizada com pequenos jogos e de forma lúdica tendo como ênfase o desenvolvimento técnico esportivo tendo em vista a aprendizagem e aprimoramento esportivo.
Apontando possibilidades para o ensino do Badminton na Educação Física escolar.	Badminton	Abrir novos horizontes e possibilidades, ampliando o conhecimento sobre o Badminton enquanto conteúdo das aulas de Educação Física escolar.	Relato de experiência	Brasil	Inserção na escola	A abordagem crítica superadora, contribui para o desenvolvimento de aulas inclusivas e democráticas em prol da justiça social. As estratégias didáticas apresentam variação, com aulas expositivas e práticas e valorizam a participação ativa dos estudantes, sempre com um viés crítico que podem manter ou transformar a realidade social em que vivem.
Esportes de raquetes: a boa prática na educação física escolar	Tênis, tênis de mesa, squash e badminton.	Relatar as possibilidades e os desafios encontrados durante a prática de esportes de raquetes nas aulas de Educação Física escolar de uma escola básica municipal da cidade catarinense de Blumenau.	Relato de experiência	Brasil	Educação Física escolar	Os esportes de raquetes são possíveis de serem aplicados na Educação Física escolar. O tênis, o badminton, o tênis de mesa e o squash possuem habilidades motoras, técnicas, estruturais e organizacionais semelhantes entre si, facilitando a aprendizagem e o domínio por parte dos estudantes. Arriscar-se, mesmo não tendo domínio ou afinidade com determinado conteúdo, deve fazer parte de um planejamento que busca evolução, riqueza de cultura corporal de movimento e superação.
Badminton: um diferencial nas aulas de educação física escolar.	Abordagem de ensino - psicomotricidade Badminton Cultura corporal	O objetivo do presente estudo foi descrever as influências e benefícios da utilização do badminton nas aulas de Educação Física escolar.	Revisão bibliográfica	Brasil	Iniciação esportiva Inserção na escola	Os resultados deste estudo expressaram que o badminton certamente tem grande contribuição para o desenvolvimento físico, cognitivo, afetivo e social do estudante. Por tratar-se de um esporte não convencional, faz-se de grande valia para a diversificação dos conhecimentos a serem tratados nas aulas de educação física escolar, podendo despertar um maior interesse nos estudantes em participar destas aulas. Os professores(as) estão proporcionando aos estudantes a oportunidade de uma prática corporal que melhora o rendimento esportivo, desenvolve as habilidades psicomotoras essenciais para sua vida e que favorecem seu aprendizado em termos de coordenação motora, lateralidade, estruturação espacial e temporal, habilidades de locomoção e manipulação, bem como auxilia no desenvolvimento do raciocínio, pois através dele o praticante tem que criar variadas estratégias de jogo.



<p>Contribuições da competição de tênis na educação e formação de crianças.</p>	<p>Tênis</p>	<p>O objetivo geral do estudo é descrever e explorar o atual modelo competitivo de tênis das categorias até 10 anos quanto aos seus aspectos educativos e de formação pessoal, segundo a opinião de especialistas</p>	<p>Qualitativo</p>	<p>Brasil</p>	<p>Iniciação esportiva Esporte de rendimento</p>	<p>A competição como recurso importante na iniciação esportiva de para do desenvolvimento do rendimento do tênis, entendida neste texto como esporte de raquete. Os autores defendem a ideia de que aprendizagem esportiva deve ir além do ensino de movimentos, como aspectos relacionados à técnica e à tática. Compreende que aspectos educacionais, de inclusão, éticos e morais são tão importantes quanto os apresentados anteriormente e devem fazer parte da condução e ensino do esporte. Assumem que competição esportiva, por sua vez, é a essência do fenômeno esporte e é pouco explorada em seus aspectos pedagógicos específicos. Ainda neste contexto, é consenso na educação física de que a criança não é um adulto em miniatura; portanto, as competições infantis não devem reproduzir os modelos competitivos de adultos. A adaptação do modelo competitivo tende a favorecer a aprendizagem e a motivação para a prática do esporte.</p>
<p>Racquet sports (tennis, table tennis, badminton) – opportunities to update and refine the new curriculum "Physical education".</p>	<p>Tênis, tênis de mesa. Badminton</p>	<p>Não explícito</p>	<p>Ensaio</p>	<p>Bulgária</p>	<p>Iniciação esportiva Inserção na escola</p>	<p>A nova lei sobre educação pré-escolar e escolar exige a introdução de um Novo marco educacional com a adoção da educação estadual Padrões. Requer o domínio de duas das três áreas obrigatórias da educação. Das áreas elegíveis do conteúdo curricular – um esporte ou uma atividade motor-cognitiva. A escolha do conteúdo educacional das áreas obrigatórias e opcionais do conteúdo de aprendizagem são realizadas pelo Gestão de acordo com as condições, oportunidades e tradições da escola, os interesses dos alunos e a qualificação do professor de educação física Educação e Esporte. Procurar oportunidades para complementar, renovar e criar conteúdo de aprendizagem, é uma tarefa constante para educadores esportivos. Na Bulgária, pela primeira vez, o conteúdo educativo inclui jogos esportivos individuais – Área adicional "Esportes de Raquete".</p>



<p>Una actividad educativa novedosa en educación física para la enseñanza de los deportes de raqueta y pala: el Vince Pong.</p>	<p>Tênis de mesa</p>	<p>O objetivo deste trabalho é apresentar e descrever este novo pseudo-esporte</p>	<p>Revisão</p>	<p>Espanha</p>	<p>Iniciação esportiva</p>	<p>O Tênis de mesa segundo a revisão de literatura é vista pelos autores como uma atividade nova no contexto escolar. Defendem a ideia de que tal prática deve ser realizada com a finalidade de ensinar a prática da modalidade, bem como a prática para o aprimoramento de habilidades e capacidades motoras. Os autores defendem a ideia de que os professores (as) demonstram uma tendência de ensinar esportes já estabelecidos no contexto escolar, ou seja, limitam-se a pedagogia de modalidades esportivas tidas como “tradicionais”. Impactando no interesse dos estudantes, que por sua vez desmotivam e se distanciam das práticas.</p> <p>Entre as principais limitações para a prática apontam para o número restrito de jogadores por partida e ainda material de jogo específico. Para tanto defende-se como estratégia pedagógica a modificação das regras e adaptação dos materiais de jogo para sua execução, considerando o nível de complexidade e dificuldade encontrada pelos praticantes. Do ponto de vista da prática de habilidades motoras para o tênis de mesa, não precisa de uma condição especial, no entanto, a coordenação, tanto a dinâmica de como o óculo manual, são apresentados nesta atividade esportiva, como habilidades motoras mais relevante para resolver adequadamente cada situação do jogo.</p>
---	----------------------	--	----------------	----------------	----------------------------	--

## DISCUSSÃO

A educação física escolar, assim como as demais disciplinas que compõem o currículo da educação básica, tem o dever de oportunizar aprendizagens significativas para os estudantes, contribuindo para formação de valores éticos e morais fundamentados pelo pensamento crítico e autônomo, minimizando as mazelas sociais em prol da justiça social e dos direitos humanos.

Ao discutir sobre a inserção dos esportes com raquete na escola, temos nestas práticas corporais estudos que demonstram concepções distintas que se apoiam em referenciais que subsidiam a formação de um determinado perfil de pessoa: a) o sujeito e o primeiro contato com a reprodução esportiva; b) o atleta, que visa à competição e conseqüentemente à “perfeição atlética”; c) a pessoa incluída socialmente, pelo fato de praticar esporte; d) o cidadão, crítico, autônomo, que é capaz de identificar situações que ferem os direitos humanos e que aumentam as mazelas sociais.

Deste modo, pensar as aulas de educação física na escola exige discernimento do papel que ela tem na sociedade brasileira. A cultura corporal tida como objeto de estudo da educação física escolar não pode ter como conceito generalista, a “prática esportiva” para a “prática esportiva”, ou como “aquela que tira das drogas”, ou como “a ferramenta de ascensão social”, ou ainda “para detecção de talentos esportivos”, como outrora foi observada na história da educação física no Brasil. Que de certa forma validou-se com justificativa plausível para aquele determinado momento histórico-político do país<sup>3</sup>.

O contato com diferentes práticas corporais, entre elas, as esportivas, com viés educacional no sentido literal da palavra, podem otimizar o desenvolvimento do pensamento crítico, que por sua vez amplia os saberes sobre a cultura corporal que se expressa pelo e no esporte, indo além do gesto motor promovido pela prática esportiva.

No trabalho de Tinôco et al.<sup>7</sup>, se evidencia que é possível a abordagem dos esportes com raquete, em especial neste estudo o badminton. A partir de estratégias de aulas diversificadas, aliando teoria e prática, além do ensino de regras e do fazer técnico esportivo, oportunizando a compreensão de como tal manifestação se insere em nossa sociedade. “Devemos lembrar que o esporte na escola está vinculado à prática da Educação Física, que faz parte de um contexto muito mais amplo chamado “educação” (Tinôco et al.<sup>7</sup>. Em seu relato de experiência demonstraram que os estudantes podem aprender, principalmente, que é possível vivenciar o esporte sem que, necessariamente, sejamos mais fortes, mais rápidos ou mais hábeis. Assim se faz inclusão nas aulas de educação física, nas quais o esporte é capaz de se apresentar democraticamente a todos e todas.

O saber escolar, em especial aquele relacionado à cultura do esporte, em muitos casos, pode ser

o visto como inicial, sobretudo naquilo que se refere às possibilidades de inserção no estilo de vida pessoal de cada estudante. Isto oportuniza a descoberta de práticas corporais com características diversas e que podem despertar o interesse pela prática, com diferentes finalidades, considerando a individualidade dos praticantes.

A intenção não é ensinar a praticar determinadas modalidades esportivas e conhecer apenas suas formas, suas aplicações e organizações, mas o papel é fazer com que adquiram autonomia para a prática dessas modalidades esportivas com um senso de reflexão crítica sobre como, quando, onde e para que elas se manifestam nas mais variadas situações, nesse caso, no cenário escolar<sup>8</sup>. Pode-se acrescentar que isto não se limita as práticas esportivas.

O saber ampliado das diferentes práticas corporais pode oportunizar a emancipação social<sup>9</sup>, bem como a manutenção ou transformação da realidade de vida das pessoas<sup>3</sup>.

Em outro sentido temos o rendimento esportivo, que deve estar vinculado a espaços não escolares, tendo em vista que a formação para o esporte se dissocia dos fins educacionais. Todavia nosso estudo observou que a predominância dos trabalhos está voltado para a aprendizagem do esporte<sup>10</sup>, inclusive considerando a competição<sup>11</sup>, como elemento importante na iniciação esportiva, assim como com para pessoas experientes, embora defenda a adequação de tais mecanismos tem a competição como elemento norteador do trabalho.

Alguns estudos apontam para a prática de esportes com raquete com foco no desenvolvimento habilidades e capacidades motoras dos praticantes<sup>12, 13, 14</sup> para estes propõem sequências e caminhos para o ensino da modalidade considerados como alternativos ou inovadores, todavia enfatizam aspectos superados para a educação física escolar na contemporaneidade.

Ainda pode se observar a tentativa de alguns trabalhos considerarem o rendimento esportivo<sup>15</sup> com algo que corrobora com a política educacional em vigor. São trabalhos importantes que demonstram concepções sobre os esportes com raquete, todavia destoam das proposições de formação crítica, autônoma e democrática do cidadão.

Neste sentido é necessário esclarecer e enfatizar para a comunidade em geral, que o dever de formação atlética não é das aulas de educação física escolar em todos os níveis da educação básica.

No decorrer dos anos a sociedade construiu uma visão sobre a Educação Física que entende que o espaço e o tempo escolar estejam vinculados ao fenômeno esportivo, ou seja, o esporte é o conteúdo central tratado nas aulas pelos professores, é a prática corporal citada e valorizada pelos alunos, é a referência para as atividades extracurriculares da Educação Física<sup>8</sup>.

Com base nos documentos oficiais da educação<sup>1</sup> é equivocado entender que as aulas de educação física sejam pautadas para o rendimento esportivo. Na maioria das escolas, 02 (duas) aulas



semanais de educação física são ofertadas e têm aproximadamente 50 minutos de duração, atendendo cerca de 30 estudantes com diferentes características individuais. Ou seja, esta realidade não se adéqua as demandas do desenvolvimento do esporte de rendimento.

Professores(as) que apresentam tal concepção (do rendimento esportivo na escola) estão fadados a limitar-se em práticas pouco diversificadas e extremamente excludentes, tendo em vista a diversidade do grupo de alunos(as) e o direcionamento coletivo das aulas, que entende que todos(as) são iguais<sup>9, 16</sup>.

No Brasil a falta de materiais e espaços para o treinamento das habilidades esportivas e da aptidão física para o rendimento esportivo não atende as demandas do esporte de rendimento.

A compreensão do que significa ensinar/aprender esporte não é tão simples, apesar da ideia, muito comum, de que ensinar um esporte é ensinar a praticá-lo. Conhecer o esporte não significa apenas saber executá-lo, mas também saber suas regras, sua história, sua inserção sociopolítica. Esse aspecto possibilita a realização de uma proposta pedagógica da Educação Física, que apresenta uma prática esportiva fundamentada numa visão crítica do fenômeno esporte<sup>8</sup>.

Sendo assim, se reforça o entendimento de que na escola do século XXI, o componente curricular educação física deve assumir a sua função de promoção para o desenvolvimento do cidadão, assim como os demais componentes curriculares, enfatizando a aprendizagem da cultura corporal de forma a segurar ao aluno a (re)construção de um conjunto de conhecimentos que permitam ampliar sua consciência a respeito de seus movimentos, desenvolvendo autonomia, e favorecendo sua participação de forma confiante e autoral na sociedade<sup>1</sup>, que por sua vez promovam a inclusão por meio do desenvolvimento de valores sociais e democráticos.

Durante muito tempo a temática da inclusão assumiu um papel enviesado, pautada exclusivamente na pessoa com deficiência, entendidos como paradigma médico<sup>17</sup>. No esporte, o conceito de que o esporte inclui as pessoas foi aliado para a valorização da educação física. Entretanto tratando-se das práticas corporais esportivas, professores (as) demonstram limitações para promoção da inclusão dos diferentes<sup>8</sup>.

A ideia de que o esporte é a ferramenta de inclusão ganhou visibilidade na comunidade acadêmica, todavia na atualidade muito se questionam estas premissas. É notória em aulas de educação física a exclusão de estudantes que por sua vez não se adéquam às demandas das modalidades esportivas, independentemente da cobrança para o rendimento.

No trabalho de Guioti et al.<sup>18</sup>, os autores investigaram a realização de esportes de raquete entre deficientes intelectuais no terceiro setor (educação não formal), ou seja, análise muito distante do contexto escolar e que enfatizam o fazer esportivo exclusivamente pela pessoa deficiente.

Tais análises, demonstram relevância da prática de diferentes modalidades esportivas entre grupos de pessoas com deficiência. Aqui destaca-se que na escola as premissas são outras!

Com isto, os professores(as) precisam promover aulas com estratégias didático- pedagógicas diversificadas, para grupos diversos e diversificados, ampliando a possibilidade de otimização das potencialidades dos estudantes, sem priorizar alguns poucos e sem segregar. Valorizando diferentes manifestações de práticas corporais que se associam ou não à cultura corporal dos estudantes.

A Educação Física Escolar a partir do conceito de cultura proveniente das Ciências Humanas ampliou seus horizontes sob o ideário da “Cultura Corporal”. Sobre esse último, são diversos os seus entendimentos e aplicações. Todavia, vem sendo processada uma apropriação progressiva de objetos e temas do patrimônio cultural como o Esporte, a Dança, o Jogo, a Luta, a Ginástica, o Circo e os conhecimentos sobre corpo<sup>19</sup>.

Deste modo com a diversificação de objetos e temas de estudo as aulas podem proporcionar ações inclusivas que cumpram com o compromisso social que a escola assume. Ou seja, é preciso que se reveja a formação e atuação profissional dos profissionais licenciados.

As primeiras escolas de formação profissional da área (educação física) tinham um caráter militar e adotavam a disciplina com valores éticos e morais, muito bem definidos<sup>20</sup>. Docilizando corpos, até tornarem-se dóceis o suficiente para atender às demandas do estado.

“O Homem-máquina” de La Mettrie é ao mesmo tempo uma redução materialista da alma e uma teoria geral do adestramento, no centro dos quais reina a noção de “docilidade” que une ao corpo analisável o corpo manipulável. É dócil um corpo que pode ser submetido, que pode ser utilizado, que pode ser transformado e aperfeiçoado<sup>21</sup>.

Aumentando a segregação social, tendo o grupo dos aceitos para a vida em sociedade e os marginalizados, aqueles que estão à margem. Corpos que são diferentes daquele denominado “Discóbolo de Miron”.

“Discóbolo (Lançador de discos) é uma famosa estátua do escultor grego Mirón - produzida em torno de 455 a.C. - que representa um atleta momentos antes de lançar um disco Mirón representa o corpo em seu momento de máxima tensão, esse esforço, porém, não é refletida na face do atleta. Outras características da escultura são a harmonia, o balanceamento e a simetria das proporções corporais<sup>22</sup>.

Reconhecido pelo Conselho Federal de Educação Física (CONFEF), este é o símbolo da Educação Física no Brasil. O corpo masculino, de raça branca e atlético torna-se referência para área. Todavia vale lembrar que o Brasil é um país miscigenado, com uma população que na maioria das vezes não se enquadra neste padrão que ainda insiste em ser referência para professores(as) de como ser e estar no mundo.

Na história da educação física no Brasil:

[...] o que se pretendia era a eugenia da raça, uma melhoria do padrão orgânico de todo o povo. Daí a preocupação com a mulher, a fim de que ela pudesse gerar filhos saudáveis e robustos. Fica evidente também a influência dos militares neste projeto eugênico, já que a segurança nacional deveria estar nas mãos de homens fortes e capazes

16.

Esta visão ainda se faz presente em muitas aulas de educação física no Brasil, e resquícios militaristas tendem a influenciar a formação e atuação profissional. É emergencial uma ressignificação dos cursos de formação de professores (as) na licenciatura em educação física, impactando no perfil do egresso que por sua vez terá uma concepção mais ajustada aos objetivos da educação básica.

Sabendo que professores (as) de educação física precisam de um referencial teórico de base para orientação de sua prática pedagógica, se faz necessário repensar a prática docente na educação básica, tendo em vista a educação física como um componente curricular que se comprometa com o processo educativo propriamente dito<sup>8</sup>.

Nossos achados observam, no trabalho realizado na Bulgária<sup>23</sup>, que iniciativas de ajustes na política educacional são necessárias para abordagem dos esportes na escola. Os autores, assim como a maior parte dos estudos brasileiros, demonstram que a aprendizagem dos esportes com raquete, tal como o seu rendimento esportivo, pode ser realizado na escola. Isso nos leva a pensar que talvez essa iniciativa se adéque às premissas do país europeu onde o estudo foi realizado, mas evidentemente contradiz as premissas educacionais brasileiras<sup>1</sup>.

Na escola o trabalho coletivo deve ser discutido, estudado e socializado com a comunidade escolar, que deve pensar em possibilidades para consolidação de um Projeto Pedagógico coerente, comprometido com mudanças na realidade em que se inserem, bem como nas concepções e nas práticas pedagógicas<sup>2</sup>.

Dando maior evidencia para os esportes com raquete<sup>24</sup> afirma que: “De todos os esportes, a prática das modalidades esportivas de raquetes, como tênis, tênis de mesa, badminton e squash, geralmente é pouco explorada e vivenciada nas aulas de Educação Física escolar”.

Em seu estudo demonstra possibilidades didáticas que viabilizam a partir da abordagem socioconstrutivista o desenvolvimento de ações pedagógicas de modalidades como tênis, tênis de mesa, squash e badminton.

Embora seu trabalho esteja pautado pelo ensino da modalidade esportiva e contradizendo as proposições dos mais recentes documentos oficiais, apresentam alternativas que poderiam ser realizadas em planejamento de aulas com as competências e habilidades propostas na BNCC<sup>1</sup>.

Ainda em Silva<sup>24</sup> podemos fazer um apontamento para o negacionismo científico na educação física brasileira<sup>25</sup>, que mesmo com tantas pesquisas já publicadas ainda se observam iniciativas que se apoiam em referenciais descontextualizados com nosso tempo. A ênfase dada por Silva<sup>24</sup> ao desenvolvimento dos aspectos motores entre os estudantes participantes de seu estudo e a falta de articulação do conteúdo de forma crítica e contextualizada com a realidade em que

vivem abrem questionamentos. Reforçamos que a prática pela prática ou teorização sem reflexão não é capaz de formar pessoas críticas, autônomas e reflexivas.

## CONCLUSÕES

Os esportes com raquete são modalidades possíveis para as aulas de educação física escolar, em especial quando as aulas são pautadas em abordagens críticas. Por se tratar de modalidades ainda pouco observadas na educação básica, os estudantes demonstram surpresa pelo contato com modalidades que para eles são “novas”. As aulas com abordagens de ensino crítica ampliam as possibilidades didáticas dentre elas: aulas expositivas, vivências corporais, jogos, brincadeiras e rodas de conversa, sempre pautadas na formação de indivíduos libertos, autônomos e atuantes socialmente.

Os estudantes devem participar ativamente das propostas, que por sua vez oportunizam experiências inclusivas e democráticas, ampliando o repertório cultural de todos e todas. Vale dizer que estas aulas com este perfil não pretendem o aprimoramento da aptidão e a *performance* da modalidade propriamente dita.

Algumas experiências com esportes com raquete são observadas na literatura, entretanto focam na aprendizagem esportiva, no rendimento esportivo e ou desenvolvimento motor, concepções para aulas que não refletem a educação física escolar no século XXI. Faz-se necessário o incentivo para professores(as) repensarem suas aulas priorizando referenciais teóricos de matriz crítica e compartilhar suas experiências nas aulas de educação física para todos os interessados(as), assim como a valorização deste tipo de trabalho pelos canais de comunicação acadêmico-científica.

## REFERÊNCIAS

- 1 - Brasil. (2018). Base nacional comum curricular (BNCC). Brasília: MEC, 2018. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/abase/>
- 2 - Bertini J., N.; Tassoni, E. C. M. (2013). A educação física, o docente e a escola: concepções e práticas pedagógicas. Revista brasileira educação física esporte, São Paulo, v. 27, n. 3, p. 467-483. <https://doi.org/10.1590/S1807-55092013000300013>
- 3 - Coletivo de autores. (2013). Metodologia do ensino da educação física. São Paulo: Cortez.
- 4 - Corrêa, M.; Freitas, T. C. R.; Silva, S. A. da. (2019). O ensino dos esportes de raquete no ambiente escolar. Caderno de Educação Física e Esporte, Marechal Cândido Rondon, v. 17, n. 1, p. 309-316. <https://doi.org/10.36453/2318-5104.2019.v17.n1.p309>

- 5 - Liberati, A.; Altman, D.G.; Tetzlaff, J.; Mulrow, C.; Gotzsche, P.C.; Loannidis, J.P.A.; Clarke, M. Devereaux, P.D.; Kleijnen, J.; Moher, M. (2009). The PRISMA statement for reporting systematic reviews and meta-analyses of studies that evaluate health care interventions: explanation and elaboration. *BMJ*.  
<https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000100>
- 6 - Moher, D.; Liberati, A.; Tetzlaff, J.; Altman, D.G. (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement. *Ann International Medicine*, v.151, n. 1, p.264-269. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000097>
- 7- Tinôco, R. de G.; Batista, A. P.; Araújo, A. C.(2014). Apontando possibilidades para o ensino do Badminton na Educação Física escolar. *Cadernos de formação - Revista brasileira de ciências do esporte*, p.9-19, mar.  
<http://revista.cbce.org.br/index.php/cadernos/article/view/1993/990>
- 8 - Santos, M. A. G. N. dos; Nista-Piccolo, V. L. (2011). O esporte e o ensino médio: a visão dos professores de educação física da rede pública. *Revista brasileira de Educação Física e Esporte*, São Paulo, v.25, n.1, p.65-78. <https://doi.org/10.1590/S1807-55092011000100008>
- 9 - Kunz, E. (2006). *Transformação didático pedagógica do esporte*. 7. ed. Ijuí: Editora Unijui.
- 10 - Aburachid, L. M. C.; Ribas, S.; Araujo, N. D.; Greco, P. J. (2019). Badminton: possibilidades de ensino aplicadas ao contexto da Educação física escolar. *Journal of Physical Education*, Maringá, v. 30, n. 1, p. 1-12. <http://orcid.org/0000-0002-0983-0380>
- 11 - Gonçalves, G. H. T.; Klering, R. T.; Aires, H.; Balbinotti, C. A. A. (2016). Contribuições da competição de tênis na educação e formação de crianças. *Journal Physical Education*, Maringá, v. 27, n. 1, p.1-14. <http://dx.doi.org/10.4025/jphyseduc.v27i1.2738>
- 12 - Souza, A. A. de.; Raasch, R. N. H.; Maria, A. L. (2017). Badminton: um diferencial nas aulas de educação física escolar. *Acta Brasileira do Movimento Humano*, v. 7, n. 3, p. 28-38. <http://www.periodicos.ulbra.br/index.php/actabrasileira/article/view/3189>
- 13 - Silva, J.V.P.; Souza, L.C.L.; Calado, K.T.O.L.; Silva, C.B.; Reverdito R.S. (2017). Família dos jogos esportivos com raquetes: metodologia e procedimentos pedagógicos. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, v.25, n.4, p.117-127.  
<http://dx.doi.org/10.18511/rbcm.v25i4.8433>
- 14 - Pradas, F.; Quintas, A.; Gallego-Tobón, C.; Castellar, C. (2017). Una actividad educativa novedosa en educación física para la enseñanza de los deportes de raqueta y pala: el Vince Pong. *Journal of sport and health research*, v. 9, n.1, p.163-170.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6026407>

- 15 - Galatti, L. R.; Machado, J. C.; Motta, M. D. C.; Misuta, M. S.; Belli, T. (2019). Nonlinear Pedagogy and the implications for teaching and training in table tennis. Motriz, Rio Claro, v. 25, n. 1, p. 1-7. <http://dx.doi.org/10.1590/s1980-6574201900010015>
- 16 - Daólio, J. (2010). Cultura: educação física e futebol. 3. ed.(revisado).Campinas: Editora da UNICAMP.

**ARTIGO DE REVISÃO**

**ANÁLISE SOBRE OS PROTOCOLOS DE TREINAMENTO DE FORÇA PARA PREVENÇÃO DE QUEDAS EM IDOSOS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA**

**ANALYSIS OF STRENGTH TRAINING PROTOCOLS FOR FALL PREVENTION IN THE ELDERLY: A SYSTEMATIC REVIEW**

**Badi Bernadi Fernandes Silva<sup>1,2</sup>, Gabriela Moraes Rios<sup>1,3</sup>, Laissa Amaral da Silva<sup>1</sup>, Fabia Silva-Amann<sup>4</sup>, Cesar Miguel Momesso dos Santos<sup>4,5</sup>**

1. Graduando bacharelado em Educação Física, Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas - FMU, Brasil
2. Graduado em Licenciatura em Educação Física, Universidade Estácio de Sá - UNESA, Brasil
3. Graduada bacharel e licenciatura em Dança, Anhembi Morumbi - UAM, Brasil
4. Docente Faculdade ENAU, Ribeirão Pires/SP
5. Docente do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas - FMU, Brasil.

**RESUMO**

O envelhecimento populacional é um fenômeno crescente em escala mundial e junto a ele têm se observado o aumento de incidência de quedas entre idosos, devido à redução da força muscular, equilíbrio e capacidade funcional. Diante disso, o treinamento de força tem sido apontado como estratégia para a prevenção desses eventos. O objetivo desta revisão sistemática foi analisar os efeitos de diferentes protocolos de treinamento de força na prevenção de quedas em idosos. A busca foi realizada na base *PubMed* utilizando os termos “*strength training*”, “*elderly people*” e “*falls*”, incluindo ensaios clínicos randomizados publicados nos últimos cinco anos. Foram selecionados quatro estudos que aplicaram protocolos de treinamento de força isolado ou multicomponente. Os resultados demonstraram melhora significativa na força muscular, estabilidade postural, velocidade de marcha e desempenho funcional, além de redução do risco de quedas. Programas com maior duração e progressão sistemática apresentaram efeitos mais consistentes. Conclui-se que o treinamento de força, especialmente quando associado ao treinamento multicomponente, pode ser considerado uma ferramenta essencial na prevenção de quedas em idosos.

**Palavras-chave:** Treinamento resistido; envelhecimento; treinamento multicomponente; treinamento multissistêmico; exercícios para idosos; desequilíbrio.

**ABSTRACT**

Population aging is a growing phenomenon worldwide, and along with it, an increase in the incidence of falls among the elderly has been observed, due to reduced muscle strength, balance, and functional

capacity. Therefore, strength training has been identified as a strategy for preventing these events. The objective of this systematic review was to analyze the effects of different strength training protocols on fall prevention in the elderly. The search was conducted in the PubMed database using the terms "strength training," "elderly people," and "falls," including randomized clinical trials published in the last five years. Four studies that applied isolated or multicomponent strength training protocols were selected. The results demonstrated significant improvements in muscle strength, postural stability, gait speed, and functional performance, as well as a reduction in the risk of falls. Programs with longer duration and systematic progression showed more consistent effects. It is concluded that strength training, especially when associated with multicomponent training, can be considered an essential tool in fall prevention in the elderly.

**Key-words:** Resistance training; aging; multicomponent training; multisystemic training; exercises for the elderly; imbalance.

## INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é um fenômeno crescente em escala mundial e representa um desafio para as políticas públicas de saúde, assim como para a ciência do movimento humano. No Brasil, segundo o Censo 2022, mais de 22 milhões de pessoas possuem 65 anos ou mais, correspondendo a 10,9% da população nacional, com aumento de 57,4% em relação a 2010 [1]. Considerando esse fenômeno, observa-se que o aumento da expectativa de vida traz consigo uma elevada prevalência de enfermidades crônicas [2] e fragilidade física, resultando na perda da independência funcional. Tais fatores tornam imperativa a adoção de estratégias de promoção da saúde e prevenção de incapacidades [2] [3].

Entre as complicações mais relevantes do processo de envelhecimento, as quedas destacam-se por sua alta incidência e pelos prejuízos que acarretam na qualidade de vida dos idosos, esses eventos podem ocorrer devido a fatores intrínsecos, como sarcopenia, diminuição da força muscular, declínio do equilíbrio e alterações neuromusculares [3]. Além das consequências físicas, quedas estão associadas a impactos psicológicos, como medo de cair e perda de confiança funcional, que podem limitar atividades cotidianas e aumentar a dependência. [4]

A literatura científica aponta que a prática regular de exercícios físicos é uma das estratégias mais eficazes para reduzir o risco de quedas em idosos, sendo o treinamento resistido especialmente relevante [5]. Essa modalidade consiste em exercícios realizados contra resistência externa, como pesos livres, máquinas ou elásticos, e é capaz de promover preservação e aumento da força muscular, manutenção da massa magra e melhoria da estabilidade postural [6]. Estudos demonstram que programas combinados de força, equilíbrio e funcionalidade podem reduzir em até 34% o risco de quedas em idosos [7].

Intervenções multicomponentes, que incluem força, equilíbrio, propriocepção e tempo de reação,



têm evidenciado eficácia significativa na prevenção de quedas [5], melhora da função física e aumento da qualidade de vida em idosos pré-frágeis e frágeis [8]. Da mesma forma, treinamentos específicos de equilíbrio baseado em perturbações, seja em esteira motorizada ou superfícies instáveis, apresentam resultados positivos na capacidade de resposta rápida a desequilíbrios e no equilíbrio reativo, fatores críticos para a prevenção de quedas [9].

Apesar dos benefícios conhecidos sobre o treinamento de força, ainda existem lacunas em relação a duração dos programas e combinação com outras modalidades, como exercícios de equilíbrio e funcionais [8]. A integração desses elementos é fundamental para a elaboração de protocolos que otimizem a prevenção de quedas e melhorem a autonomia e a qualidade de vida da população idosa [10].

Diante deste cenário, o presente trabalho tem como objetivo analisar sistematicamente a literatura científica e verificar os efeitos do treinamento de força na prevenção de quedas e na melhora da função física em idosos, identificando estratégias mais eficazes para a prática profissional em Educação Física e áreas correlatas.

## **METODOLOGIA**

Para a realização do presente trabalho foram realizadas buscas no site PubMed entre 15/08/2025 e 20/09/2025, com as palavras-chaves: “*strength training and “elderly people” and “falls”* (“treinamento de força” e “idosos” e “quedas”). Foram utilizados os seguintes filtros: Ensaio clínico, ensaio controlado randomizado, publicado nos últimos cinco anos e textos completos e gratuitos.

Foram considerados para a inclusão os seguintes critérios: feito com indivíduos 65 anos ou mais, intervenção baseada em treinamento de força, conter os exercícios que foram realizados, grupo controle ou intervenção comparativa, resultado dos avaliados relacionados ao risco de quedas, equilíbrio e força muscular.

O processo de exclusão teve os seguintes critérios: estudos com população abaixo de 65 anos, feitos com um sexo específico, indivíduos enfermos ou pós-operatório, que não apresentavam os exercícios que foram realizados durante o estudo e o

volume do treino realizado, que não apresentavam dados quantitativos sobre quedas, revisões sem meta-análise, relatos de caso ou artigos indisponíveis na íntegra.

A seleção dos estudos seguiu duas etapas. Inicialmente, realizou-se a triagem de títulos e resumos para identificar estudos potencialmente relevantes. Posteriormente, foi realizada a leitura completa dos artigos selecionados, verificando-se o atendimento aos critérios de inclusão e exclusão. Ao final, foram incluídos 4 estudos, onde todos apresentaram os treinamentos que foram realizados, o exercício e o volume, podendo abranger diferentes modalidades de treinamento de força, assim como demonstrado na figura 1.

A qualidade metodológica dos estudos foi avaliada utilizando a escala PEDro, considerando itens como randomização adequada, ocultação da alocação, comparabilidade inicial dos grupos, cegamento na medição dos desfechos e análise por intenção de tratar. Estudos com pontuação igual ou superior a 7 pontos foram considerados de boa qualidade.

Para cada estudo incluído, foram extraídas informações sobre autor, ano, país, delineamento, população estudada (idade, gênero e fragilidade), tipo e duração do treinamento resistido, frequência, intensidade, tempo e tipos de exercícios, desfechos avaliados e resultados quantitativos, como melhoria percentual ou valores absolutos.

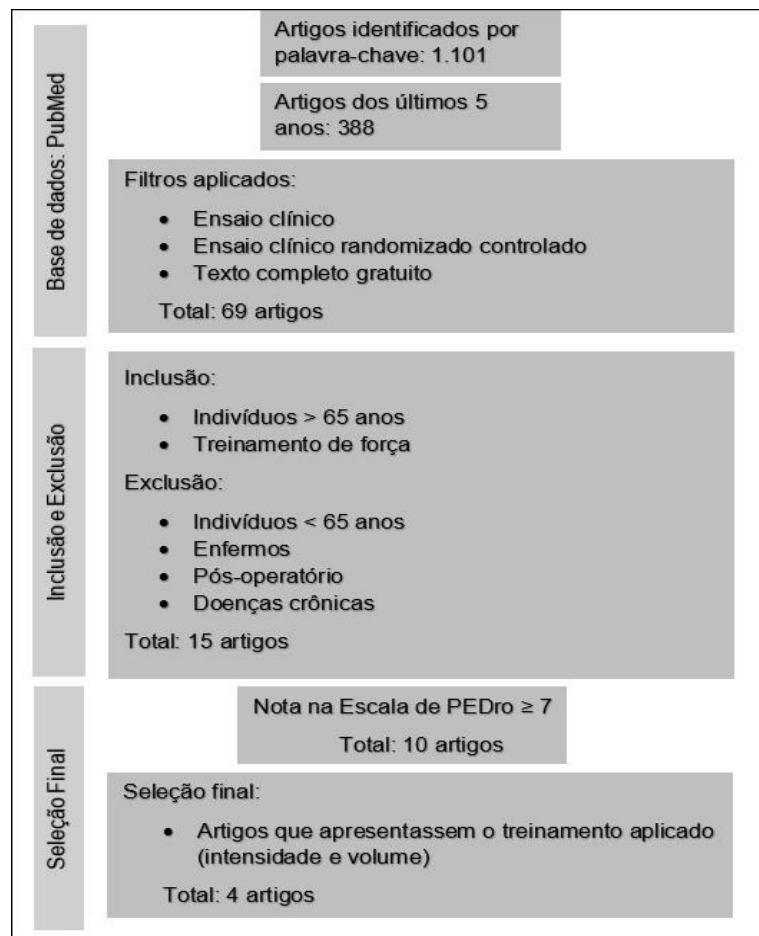


Figura 1 – Fluxograma do processo de identificação, triagem e seleção dos artigos.

## RESULTADO E DISCUSSÃO

A partir dos trabalhos selecionados podemos observar que os delineamentos variam entre ensaios clínicos randomizados do tipo “*single blind*”, com diferentes tipos de grupo de controle, demonstrando diversidade metodológica entre as pesquisas.

Autor / Ano	Delineamento	Idade Média	Gênero	Fragilidades / Condição	Amostra (participantes)
Chittrakul et al., 2020	ECR, single-blind (avaliador)	69 ± 3,7 anos	Ambos	Pré-fragilidade	72
Jiang et al., 2025	ECR, single-blind (avaliador), 3 grupos	67-74 anos	Ambos	Idosos independentes	65
Zhou et al., 2025	ECR, single-blind (avaliador)	80-93 anos	Ambos	Idosos avançados, autônomos	124
Fujita et al., 2021	ECR, single-blind (avaliador), 4 grupos	72,3 ± 5,0 anos	Ambos	Declínio cognitivo subjetivo	388

**Tabela 1** - Descrição dos estudos selecionados, apresentando os autores, ano de publicação, características dos participantes (idade, gênero, nível de fragilidade e condições de saúde) e tamanho da amostra.

Em relação à idade média dos participantes, observa-se uma variação entre 67 e 93 anos, abrangendo tanto idosos independentes quanto idosos mais avançados e autônomos. Quanto ao gênero 100% dos estudos foram realizados com ambos os sexos (feminino e masculino).

Ao analisar o perfil de saúde dos participantes, nota-se que 50% dos estudos foram realizados com idosos saudáveis e independentes, 25% envolveram indivíduos em condição de pré-fragilidade e 25% com participantes apresentando declínio cognitivo subjetivo. Para definir a pré-fragilidade o artigo usou o Fenótipo de Fragilidade de Fried é caracterizada pela presença de um ou dois critérios de fragilidade, entre eles: perda de peso não intencional, fadiga autorreferida, diminuição da força de preensão manual, redução da velocidade da marcha e baixo nível de atividade física, essa condição indica um estado de vulnerabilidade intermediário, no qual o idoso ainda não é considerado frágil, mas apresenta maior risco de desenvolver fragilidade completa

caso não haja intervenção adequada. [8] Para determinar o declínio cognitivo subjetivo foi utilizada a Lista de Verificação *Kihon* que é composta por perguntas como “você faz a mesma pergunta repetidamente?” ou “Você se pega sem saber a data de hoje?”. O resultado é baseado na pontuação alcançada pelo participante. [11]

Autor / Ano	Tipo de Treinamento	Duração	Frequência	Intensidade	Tempo por Sessão	Tipo de Exercícios	Desfechos Avaliados	Resultados Quantitativos
Chittrakul et al., 2020	Multissistêmico (força, equilíbrio, propriocepção, tempo de reação)	12 semanas	3x/semana	Progressiva, moderada	60 min	Propriocepção, exercícios de equilíbrio e força de MMII	PPA, força, equilíbrio, HRQOL	↓ risco de quedas (p < 0,001); ↑ força e equilíbrio
Jiang et al., 2025	Resistido e equilíbrio combinados (RBT) vs RT	24 semanas	3x/semana	Moderada	45 min	Exercícios em plataforma vibratória com instabilidade	TUG, velocidade de marcha, CST, ACT	↑ equilíbrio e força (p < 0,05); sem eventos adversos
Zhou et al., 2025	Exercícios domiciliares guiados por vídeo (força + equilíbrio)	12 meses	≥ 3x/semana	Moderada	≥ 30 min	Sequência padronizada de equilíbrio e força	Risco de queda, SOT, TUG	Risco de queda ↓ (25,4% vs 44,3%, p = 0,027)
Fujita et al., 2021	Aeróbico (AT), Resistido (RT) e Combinado (CT)	26 semanas	2x/semana	Moderada, progressiva	50 min	Caminhada, exercícios resistidos e mistos	Velocidade, cadência, comprimento de passo	↑ marcha (p < 0,05); RT manteve ganhos em 52 sem.

Tabela 2 - Descrição dos métodos utilizados nos estudos, incluindo os tipos de treinamento, duração das intervenções, tipos de exercícios aplicados e principais resultados obtidos.

Quando observamos a quantidade de participantes dos estudos selecionados, podemos verificar que houve uma variação considerável no tamanho amostral. O menor número de participantes encontrados foi de 65, enquanto o maior número foi de 388. Essa diferença demonstra a diversidade entre os estudos em relação ao tamanho da amostra, o que pode influenciar diretamente na força dos resultados e na generalização dos achados.

Na tabela 2 apresentam os quatro estudos analisados: Chittrakul (2020) [8], Jiang (2025) [9], Zhou [12] (2025) e Fujita (2021) [11], apresentaram propostas de treinamento distintas, mas convergentes quanto ao objetivo central de melhorar força, equilíbrio e reduzir o risco de quedas em idosos. O estudo de Chittrakul aplicou um modelo multicomponente, ou seja, exercícios envolvendo força, equilíbrio, propriocepção e tempo de reação; Jiang comparou treinamento resistido isolado (RT) com resistido associado ao equilíbrio (RBT); Zhou [12] testou exercícios domiciliares guiados por vídeo, com foco em força e equilíbrio; e Fujita comparou os efeitos dos treinos aeróbico (AT), resistido (RT) e combinado (CT).

Em conjunto, essas intervenções representam a diversidade de abordagens atualmente empregadas no treinamento de idosos, refletindo tanto contextos presenciais supervisionados quanto estratégias domiciliares. Essa heterogeneidade, embora enriqueça a aplicabilidade prática, dificulta a determinação de um protocolo “padrão-ouro”, já que os componentes e métodos variam em complexidade, instrumentos e foco motor.

Quanto às variáveis de prescrição, a duração dos programas variou amplamente de 12 semanas a 12 meses, com frequência predominante de duas a três sessões semanais. A intensidade foi descrita

como moderada em quase todos os estudos, sendo progressiva em Chittrakul [8] (2020) e quantificada por 40–59% da HRR (Heart Rate Reserve) em Jiang [9] (2025). O tempo por sessão oscilou entre 45 e 75 minutos, o que se alinha às recomendações de Fleck e Kraemer [13] (2017), que indicam entre 45 e 60 minutos como ideal para estímulos de força e equilíbrio em idosos. Entretanto, a ausência de padronização objetiva da intensidade (% 1RM, RPE, HRR) e do volume de treino representa uma limitação metodológica comum, podendo gerar vieses de comparação entre os estudos. Mesmo assim, observa-se que programas com maior frequência e duração, como o de Zhou [12] (2025), tendem a apresentar resultados maiores na redução do risco de quedas, possivelmente devido à maior exposição cumulativa ao estímulo neuromuscular e proprioceptivo.

Em relação aos tipos de exercício, todos os estudos priorizaram o desenvolvimento simultâneo de força e equilíbrio, ainda que com diferentes recursos. Os protocolos incluíram desde exercícios com plataformas vibratórias de instabilidade (Jiang [9] 2025), até rotinas domiciliares padronizadas (Zhou [12] 2025). A utilização de exercícios funcionais e proprioceptivos foi uma constante, confirmando a relevância da integração entre sistemas sensoriais e musculoesqueléticos no controle postural. Essa convergência metodológica reflete o consenso encontrado em revisões recentes (Cadore & Izquierdo, [14] 2023; Papa [15] 2021), que apontam que o treinamento multicomponente (força, equilíbrio e coordenação) é o mais efetivo para preservar autonomia e prevenir quedas. Assim, embora diferentes em execução, os protocolos partilham a mesma base fisiológica: o aprimoramento da resposta motora e da estabilidade corporal frente a perturbações externas.

Os desfechos avaliados foram consistentes entre os estudos, envolvendo tanto testes funcionais padronizados quanto indicadores de qualidade de vida. Entre eles, destacam-se o TUG (*Timed Up and Go*), CST (*30-s Chair Stand Test*), ACT (*30-s Arm Curl Test*), SPPB (*Short Physical Performance Battery*), CS-PFP-10 (*Continuous Scale Physical Functional Performance*) e SOT (*Sensory Organization Test*), além de medidas de HRQOL (*Health-Related Quality of Life*). A escolha desses instrumentos demonstra adequação metodológica, visto que são amplamente validados para idosos e sensíveis a mudanças em equilíbrio e mobilidade. Apesar da imprecisão na comparação de resultados devido a variedade de protocolos utilizados, a coerência dos desfechos entre os trabalhos reforça a validade externa dos achados, sugerindo que diferentes modalidades de exercício impactam positivamente a capacidade funcional geral.

Os resultados quantitativos dos treinamentos multicomponentes apontam ganhos expressivos em equilíbrio, força e redução do risco de quedas. Chittrakul et al. (2020) observaram redução significativa do risco de quedas ( $p < 0,001$ ) e melhora da força e equilíbrio, enquanto Jiang et al. (2025) registraram incrementos em velocidade de marcha e CST ( $p < 0,05$ ) sem eventos adversos. Zhou et al. (2025) encontraram redução do risco de queda (25,4% → 44,3%,  $p = 0,027$ ) e Fujita et al. (2021) evidenciaram que o treino resistido manteve ganhos de marcha por 52 semanas, diferentemente das demais modalidades. Esses resultados corroboram revisões sistemáticas como a de Sherrington

[16]. (2019) e Cadore [14] (2022), que indicam que protocolos multicomponentes são os mais eficazes para prevenir quedas. Portanto, o conjunto dos achados reforça que o treinamento de força, especialmente quando combinado a estímulos de equilíbrio, constitui a estratégia de maior eficácia e durabilidade funcional.

Nota-se que, apesar dos resultados consistentes, ainda há lacunas metodológicas: falta de padronização de intensidade e controle rigoroso de adesão, além da escassez de seguimentos longitudinais e duplo-cego de avaliadores, o que pode introduzir viés de mensuração. A diversidade de métodos (presencial, domiciliar ou plataforma vibratória) torna difícil estabelecer um “padrão-ouro”, embora as convergências reforcem o princípio de especificidade e sobrecarga progressiva, defendido por Fleck e Kraemer [13] (2017) e Matveev [17] (1997). Em síntese, os quatro estudos afirmam que a combinação de força e equilíbrio é a base para intervenções eficazes em idosos, com resultados sustentados a médio e longo prazo. Assim, embora diferentes, os métodos analisados não se contradizem, mas se complementam, apontando que a prescrição ideal deve ser personalizada, progressiva e multicomponente, sempre respeitando as limitações individuais e o princípio da continuidade.

## CONCLUSÃO

Após revisão, conclui-se que, apesar de algumas lacunas metodológicas, o treinamento de força isolado, quando comparado ao grupo controle, promove melhora na prevenção de quedas. No entanto, quando aplicado de forma multicomponente, os resultados são significativamente melhores, sendo, portanto, considerado a abordagem mais eficaz na prevenção de quedas.

## REFERÊNCIAS

- [1] ESTATÍSTICA INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E Censo Demográfico 2022. [Online]. - 2022. - Setembro de 2025. - <https://www.ibge.gov.br>.
- [2] VERAS Renato Peixoto Doenças crônicas e longevidade: desafios futuros [Periódico] // Rev. bras. geriatr. gerontol. . - 2023. - 26.
- [3] Taguchi CK Menezes P de L, Melo ACS, Santana LS de, Conceição WRS, Souza GF de, et al Síndrome da fragilidade e riscos para quedas em idosos da comunidade [Online]. - CoDAS, 2022. - <https://doi.org/10.1590/2317-1782/20212021025pt>.
- [4] Arnold CM Lanovaz J, Farthing JP, Legg H, Weimer M, Kim S. Fall arrest strategy training improves upper body response time compared to standard fall prevention exercise in older women: A randomized trial [Periódico] // Clin Rehabil. - 2022.
- [5] Bento. Paulo Cesar Barauce Rodacki. Andre Luiz , Homann. Diogo, Leite. Neiva Exercícios físicos e redução de quedas em idosos: uma revisão sistemática [Periódico] // Revista brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano. - 2010. - Vol. 12.

- [6] Peterson MD Rhea MR, Sen A, Gordon PM. Resistance exercise for muscular strength in older adults: a meta-analysis. [Periódico] // Ageing Res Rev. - 2010.
- [7] Marie West Pedersen Frederik Kronvold Nielsen, Charlotte Suetta, Morten Tange Kristensen The impact of 12 weeks combined resistance and balance training on functional Sit-To-Stand muscle power in mobility limited older patients [Online]. - Gait & Posture, 2025. - <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0966636225001572>.
- [8] Chittrakul J Siviroj P, Sungkarat S, Saphamrer R. Multi-System Physical Exercise Intervention for Fall Prevention and Quality of Life in Pre-Frail Older Adults: A Randomized Controlled Trial. [Periódico] // Int J Environ Res Public Health. - 2020.
- [9] JIANG G. [et al.] JIANG, G.; TAN, X.; ZOU, J.; WU, X. A 24-Week Combined Resistance and Balance Training Program Improves Physical Function in Older Adults: A Randomized Controlled Trial. Journal of Strength and Conditioning Research, v.39, 2025. [Periódico] // Journal of Strength and Conditioning Research. - 2025.
- [10] Claudino JG Afonso J, Sarvestan J, Lanza MB, Pennone J, Filho CAC, Serrão JC, Espregueira-Mendes J, Vasconcelos ALV, de Andrade MP, Rocha-Rodrigues S, Andrade R, Ramirez-Campillo R Strength Training to Prevent Falls in Older Adults: A Systematic Review with Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials [Periódico] // J Clin Med.. - 2021.
- [11] Fujita K Umegaki H, Makino T, Uemura K, Hayashi T, Inoue A, Uno C, Kitada T, Huang CH, Shimada H, Kuzuya M Short- and long-term effects of different exercise programs on the gait performance of older adults with subjective cognitive decline: A randomized controlled trial [Periódico] // Exp Gerontol. - 2021.
- [12] Zhou J Liu B, Xu JF, Wang FB, Ye H, Duan JP, Cui XW Home-based strength and balance exercises for fall prevention among older individuals of advanced age: a randomized controlled single-blind study [Periódico] // Ann Med. - 2025.
- [13] FLECK S. J. e KRAEMER W. J Fundamentos do Treinamento de Força Muscular. [Periódico] // Artmed. - 2017. - 4.
- [14] CADORE E. L. e IZQUIERDO M. Strength and Balance Training in the Elderly: Evidence-Based Practice for Successful Aging [Periódico] // Sports Medicine. - 2023.
- [15] PAPA E. V. e al. et Resistance Training for the Prevention of Falls in Older Adults: A Systematic Review and Meta-Analysis. [Periódico] // Ageing Research Reviews. - 2021.
- [16] SHERRINGTON C. et al. Exercise for Preventing Falls in Older People Living in the Community. [Online]. - Cochrane Database of Systematic Reviews, 2019. - <https://doi.org/10.1002/14651858.CD012424.pub2>.
- [17] MATVEEV L. P Fundamentos do Treinamento Desportivo [Periódico] // Shape. - 1997. - 2.

## RELATO DE EXPERIÊNCIA

### UMA ODE AO FRACASSO: ENTRE O FRACASSO E A ASCENSÃO DO PERFEITO

#### AN ODE TO FAILURE

**Andreia Medeiros Gomes Pessan<sup>1</sup>, Gloria Ap. de Lima Miranda<sup>1</sup>, Rayanni dos Santos<sup>1</sup>, Rosângela Elisabete Rodrigues<sup>1</sup> e Maressa Tosetti Lamonica Crespo<sup>2</sup>**

3. Discentes do Curso de Pedagogia, Faculdade ENAU, Ribeirão Pires, São Paulo, Brasil.

4. Professora e coordenadora do Curso de Pedagogia, Faculdade ENAU, Ribeirão Pires, São Paulo, Brasil.

#### **Endereço para correspondência:**

Faculdade ENAU

Rua Jorge Tibiriça nº 137, Centro Alto, CEP 09424-130

Ribeirão Pires, São Paulo, Brasil

Fone: +55(11) 4825-5542

[maressa.crespo@faculdadeenau.com.br](mailto:maressa.crespo@faculdadeenau.com.br)

#### **RESUMO**

Na busca por compreender o fracasso escolar para além das paredes da sala de aula, este artigo percorre caminhos que atravessam histórias, sentimentos e contextos sociais diversos. Aqui, o fracasso não é visto apenas como nota baixa ou desempenho insuficiente, mas como parte da vida concreta de indivíduos que enfrentam desigualdades, expectativas e pressões que moldam suas jornadas. Para isso, dialogamos com pensadores que tratam — direta ou indiretamente — da ideia de fracasso e da forma como ele se inscreve nas experiências humanas. A pergunta que nos move é simples e profunda: “É possível reconhecer o fracasso como impulsor da evolução humana?”. Ao aproximar essa reflexão do teatro, entendido como espaço onde errar, tentar de novo e transformar-se faz parte da própria criação, abrimos a possibilidade de enxergar o fracasso não como fim, mas como passagem — um lugar onde algo novo também pode nascer.



**Palavras-chave:** Fracasso, desenvolvimento, contextos sociais, processos formativos, teatro educação

## ABSTRACT

In the search to understand school failure beyond the walls of the classroom, this article travels through paths that cross stories, feelings, and diverse social contexts. Here, failure is not seen merely as a low grade or insufficient performance, but as part of the concrete life of individuals who face inequalities, expectations, and pressures that shape their journeys. To explore this, we engage with thinkers who address—directly or indirectly—the idea of failure and the ways it is inscribed in human experience. The question that guides us is simple and profound: *“Is it possible to recognize failure as a driver of human evolution?”* By bringing this reflection closer to theater—understood as a space where making mistakes, trying again, and transforming oneself are part of the creative process—we open the possibility of seeing failure not as an ending, but as a passage— a place where something new can also be born.

**Keywords:** Failure, development, social contexts, educational processes, theater education.

## INTRODUÇÃO

*Fracasso! Há um medo não anunciado, quando se fala de fracassar, como se essa palavra tivesse que ser apagada.*

Nas observações realizadas durante os estágios curriculares, foi percebido que existe uma obsessão não anunciada ao perfeito. É comum nas escolas perpetuar a cultura do fracasso como algo indesejado e ruim, o que pode ter gerado um problema no que se refere ao reconhecimento do fracasso como uma potencial via do desenvolvimento humano.

Ao mesmo tempo, a necessidade da perfeição assusta, visto que, essa não atende a vida social como de fato ela é. Inseridos em um sistema no qual o ‘belo’ assume posição de destaque, a estética de um ambiente frequentemente se sobrepõe à sua própria essência, que acaba sendo descaracterizada. E apesar de entender que um indivíduo tem maneiras únicas de se expressar e se organizar, sempre prevalecerá a ideia da primeira aparência.

Pode se identificar que essa necessidade insana do perfeccionismo, gera uma relação tóxica, resultando no surgimento de síndromes comuns ao ser humano: Depressão, Ansiedade etc<sup>1</sup>. Um exemplo de como o perfeccionismo atua, está na própria escolarização. Na qual, para ser bem-vista, a instituição busca seguir padrões sociais associados ao modelo tradicional (escolas pú-

blicas em sua maioria). Observa-se que muitos adultos tendem a desconfiar da eficácia do ambiente escolar quando ele não está padronizado de acordo com o sistema que conhecem — geralmente o modelo no qual cresceram e aprenderam ser o ‘correto’. Esse formato tradicional inclui cadeiras e mesas enfileiradas, com as crianças sentadas umas atrás das outras, bem como a crença de que os alunos só estão realmente aprendendo quando apresentam o caderno cheio de lições<sup>2-5</sup>.

A partir desse panorama, buscamos no teatro uma relação diferenciada que o indivíduo pode estabelecer com o fracasso. Augusto Boal<sup>6</sup>, afirma em seu livro: “Teatro do Oprimido e outras poéticas políticas” a necessidade de sermos justos, equipando o oprimido, para que esse se defenda do opressor. Ele usa como exemplo Davi e Golias, dizendo que para sermos justos temos que dar as pedras para Davi, visto que esse não tem a mesma força de Golias. É pertinente mensurar: como podemos reconhecer as necessidades do oprimido, se não deixamos entender as falhas diante do sistema? Como sabemos que devemos dar a pedra a Davi se não reconhecemos que Davi não tem forças para lutar contra Golias? Reconhecer a falha não é uma forma de se equiparar?

Um protagonista só atinge o ápice da mudança externa, quando entende que sua mudança deve ser primeiramente interna, então o primeiro passo é reconhecer suas falhas, compreendendo até que ponto são limitações ou erros próprios. Não fazendo um apontamento de falhas, erros e desvios de caráter, mas sim, os reconhecendo e os transformando. Só assim é possível entender a necessidade de entregar as pedras a Davi. Reconhecer as fraquezas é também uma forma de ajudar os oprimidos. Para equipará-los.

O objetivo é refletir sobre como o fracasso pode ser compreendido para além de sua conotação negativa, analisar de que forma a estética do perfeito influencia o processo educativo e relacionar as ideias de Augusto Boal<sup>6</sup>, Paulo Freire<sup>7,8</sup> e Michel Foucault<sup>9</sup> com experiências observadas em contextos diversos. Pensando nisso, nos responsabilizamos em responder a seguinte pergunta: É possível reconhecer o fracasso escolar como impulsionador na evolução do ser humano?

Nossa metodologia é baseada na pesquisa qualitativa, na qual analisamos a teoria e a comparamos com as vivências individuais observadas: em empresas, escolas, e equipamentos de assistências sociais. O presente artigo está organizado em momentos de reflexão para melhor entendermos o desmembramento do fracasso escolar. Num primeiro momento buscamos definir o fracasso a partir de diferentes autores, em seguida, partindo das experiências de campo, trouxemos a definição de fracasso a partir de algumas instituições, fazendo uma correlação com os

teóricos e os fracassos institucionais, por fim, perceberemos como o teatro entende esse fracasso, e como, pode ser utilizado para reconhecer o fracasso como etapa da evolução humana.

### **Educação, Poder e Fracasso: entre a Opressão e a Transformação**

Historicamente, a escola foi estruturada sob um modelo tradicional que compreende o aluno como sujeito passivo e receptor do conhecimento, sendo essa prática denominada por Paulo Freire como educação bancária. Nesse modelo, o estudante não é visto em sua integralidade, mas como objeto que deve memorizar conteúdos e se ajustar a normas rígidas. Quando isso não acontece, o fracasso é atribuído a ele, gerando culpabilização individual e apagamento das condições sociais e pedagógicas que o cercam. Esse processo é marcado pela negação do diálogo, pela domesticação e pela manutenção da ordem social<sup>7,8</sup>.

A lógica da opressão escolar se articula com o que Michel Foucault<sup>7</sup> analisa em *Vigiar e Punir*: o poder disciplinar moderno não atua mais pelo suplício visível, mas pela vigilância constante, pelas regras interiorizadas e pela produção de “corpos dóceis” nas instituições — incluindo a escola. Assim como a prisão, o hospital e a fábrica, a escola utiliza mecanismos de controle que moldam comportamentos, classificam e excluem. Nesse contexto, o fracasso não é acidente, mas componente estrutural do sistema disciplinar: ele legitima a instituição ao mesmo tempo em que reforça hierarquias entre os que “sabem” e os que “não sabem”, produzindo subjetividades subalternizadas<sup>9</sup>.

Essa visão é aprofundada por Carmem Lúcia Guimarães Matos<sup>10</sup> ao destacar que o fracasso escolar é fenômeno cultural, social e institucional, e não responsabilidade exclusiva do estudante. Segundo a autora, ele está relacionado a práticas pedagógicas excludentes e à permanência de discursos meritocráticos que ignoram as desigualdades e culpam o aluno por não acompanhar um padrão único de aprendizagem<sup>10</sup>. Dessa forma, a escola não reconhece as diferenças, reforça preconceitos e nega a diversidade de ritmos, saberes e realidades.

Em oposição a essa lógica opressora, Paulo Freire defende uma educação libertadora, pautada no diálogo como caminho para o desenvolvimento da consciência crítica. Essa prática pedagógica promove humanização, autonomia e participação ativa dos estudantes na construção do conhecimento. O diálogo exige amor, humildade, respeito e confiança, pois somente relações educativas humanizadas possibilitam que o oprimido se reconheça como sujeito e transforme sua realidade<sup>9</sup>.

Ao ampliar o olhar para as narrativas culturais, Joseph Campbell<sup>11</sup>, em *O Herói de Mil Faces*, demonstra que o fracasso não é elemento marginal, mas estruturante no percurso da aprendizagem humana. É a queda que possibilita a travessia, a reconstrução e o amadurecimento do herói.

Sem fracassar, não há transformação — apenas repetição do mesmo<sup>11</sup>. Essa interpretação revela que o fracasso pode assumir função pedagógica essencial, pois conduz o indivíduo ao autocohecimento e à superação de seus limites.

Augusto Boal<sup>6</sup> contribui a esse debate ao articular a jornada do herói às relações de opressão, destacando a presença da hamartia<sup>a</sup> — não como defeito moral, mas como limite que provoca o confronto com o adversário e consigo mesmo. Assim, o fracasso não é um fim, mas um agente de questionamento, que expõe tensões, revela contradições e força a escola a repensar sua própria prática. Da mesma forma que na arte dramática, o antagonista — aqui simbolizado pelo fracasso — não destrói a narrativa; ele a movimenta.

Portanto, o fracasso escolar deve ser compreendido em sua complexidade: como engrenagem disciplinar, estratégia histórica de controle e, simultaneamente, como oportunidade de transformação quando ressignificado pela educação dialógica e inclusiva. A escola nunca é neutra: ou reforça mecanismos de opressão institucional ou torna-se espaço de libertação e de construção de sujeitos autônomos. Desnaturalizar a cultura punitiva e reconhecer o aluno como protagonista do processo educativo é passo fundamental para romper com a lógica de exclusão e possibilitar uma educação verdadeiramente democrática, humanizadora e emancipadora.

### **Diferentes perspectivas sobre o fracasso**

Para compreender a extensão do fracasso enquanto ferramenta impulsionadora, é preciso reconhecer que a sua concepção está permeada de contradições. Pois ao mesmo tempo em que se busca compreender o fenômeno de forma ampla, a escola o reduz a métricas e resultados, transformando o aluno em número, nota ou estatística. Nesse movimento, o olhar institucional se distancia da experiência individual, negligenciando processos e ritmos pessoais e histórias singulares que compõem o aprender. Ou seja, passa a ser produto de uma visão macro que ignora o humano em sua complexidade. Pensando nisso, escolhemos compreender o olhar de indivíduos em diferentes áreas, dentro e fora do contexto escolar, de modo que nossa perspectiva se amplie ao mesmo tempo em que valoriza o micro como dimensão indispensável da experiência. Os entrevistados escolhidos foram pensados sob uma perspectiva social, educacional e financeira, sendo que para cada eixo, temos duas visões que podem ou não se complementar. Assim, escolhemos um professor e um aluno na perspectiva educacional; um empresário e um traba-

---

<sup>a</sup>"erro", "falha" ou "pecado" é um termo literário que se refere a um erro trágico ou falha de caráter que leva à ruína do protagonista de uma tragédia.

lhador assalariado na perspectiva financeira; e um funcionário responsável por um serviço público de assistência social e um munícipe beneficiário do serviço de assistência social na perspectiva social. Optamos por não identificar os voluntários preservando-os, afinal, o propósito da pesquisa é compreender e confrontar suas percepções.

Foi elaborado um roteiro de perguntas com questões abertas, visto que a dinâmica das entrevistas<sup>b</sup> previa a condução de uma conversa, que foi conduzida da seguinte forma:

1. Quando ouve a palavra fracasso, qual a primeira imagem, ou sentimento que vem a sua mente?
2. Pode compartilhar o momento em que se sentiu fracassado?
3. Na sua opinião qual a consequência de um fracasso?
4. Quanto esforço é necessário para atingir o sucesso?
5. É possível estimular a criatividade e a inovação com o fracasso?
6. Você tem medo de fracassar?
7. Você acha o Fracasso algo negativo?
8. Quem, na sua opinião, deve definir o fracasso ou o sucesso de uma pessoa?
9. Nesse sentido é mais fácil fracassar diante de si mesmo ou dos outros?

A seguir, uma síntese dessas respostas buscando um ponto de convergência com os autores estudados até aqui.

### **Entrevistado: A (Professor)**

Ao selecionar esse professor, buscou-se uma perspectiva que extrapolasse os limites da educação básica, com o intuito de compreender o conceito de fracasso para além da esfera tradicionalmente abordada. Considerando a necessidade de ampliar esse campo de análise, optou-se por um profissional que não integra a dimensão pedagógica convencional.

Trata-se de um docente do ensino superior, atuante na área de Administração. Segundo o entrevistado sua visão sobre o fracasso amadureceu e se transformou, contrariando o que se esperava em suas respostas. Na entrevista ele afirma que com o passar do tempo e com as experiências de vida, sua percepção se modificou, ele passou a entender que o fracasso faz parte da vida e pode até servir como impulso para o crescimento e a superação pessoal, citando grandes nomes como Steve Jobs, Neymar Junior, Santos Dumont entre outros.

Segundo ele, a experiência que marcou essa mudança de conceito foi a perda do emprego

---

<sup>b</sup> As entrevistas foram gravadas em áudio e estão transcritas na íntegra e arquivadas

durante a pandemia, momento em que se sentiu profundamente fracassado, e isso o afetou emocionalmente. Ele destaca esse sentimento com o termo “*hombridade*”, mostrando que ele compreende o fracasso como estagnação. Reforçou a importância da rede de apoio nesse momento, ter por perto pessoas verdadeiras que ajudam a se levantar.

A visão do professor entrevistado estabelece relação contrária às reflexões de Márcia Lúcia Guimarães Matos<sup>10</sup>, em *Fracasso escolar: diferentes olhares, diversas perspectivas*, sobretudo quando ele afirma o fracasso por meio do peso da culpa individual e o compreende como parte natural da vida. Matos<sup>10</sup> argumenta que o fracasso, inclusive o escolar, é frequentemente produzido por fatores sociais e institucionais que ultrapassam a responsabilidade do sujeito, sendo construído a partir de expectativas, práticas e discursos que definem o que se entende por sucesso ou insucesso.

Esse pensamento é reforçado quando adicionamos uma pergunta fora do nosso roteiro principal, no qual, quando perguntado diretamente sobre fracasso escolar, ele responsabiliza os jovens, culpabilizando a falta de interesse, afirmando que a geração atual é cheia de privilégios chegando até serem mais agressivos quando cobrados, tirando a responsabilidade da instituição escolar. Assim, traz uma análise individualizada.

### **Entrevistado: B (Aluna)**

A aluna escolhida foi pensada devido a sua decisão de realizar uma mudança significativa de curso, sem abandonar o ensino superior.

Ela compreende o fracasso como uma perda de identidade marcada por expectativas frustradas, simbolizada pela imagem de uma criança sem brilho em um quarto vazio. Seu maior momento de ruptura ocorreu ao perceber que não se identificava com o curso de Direito, fato que a levou a trancar a graduação e recomeçar em Psicologia, processo doloroso, porém transformador. Para ela, sucesso e fracasso são percepções subjetivas, sendo mais difícil enfrentar a frustração provocada pelo olhar do outro do que pelas próprias expectativas.

Ao analisar o contexto educacional, critica a falta de suporte, supervisão, formação adequada e condições de trabalho, entendendo o fracasso institucional como reflexo dessas ausências. Assim, considera o fracasso não como fim, mas como oportunidade de reconstrução e mudança.

De acordo com Campbell<sup>11</sup>, em *A Jornada do Herói*, é possível compreender que momentos de queda, perda ou desorientação representam fases essenciais do processo de crescimento humano. O percurso da entrevistada se aproxima das etapas simbólicas propostas pelo autor, em que o herói atravessa períodos de prova para, posteriormente, reencontrar-se consigo mesmo

de forma mais consciente e fortalecida. Nesse sentido, o abandono do curso de Direito e o recomeço em Psicologia se configuram como uma espécie de “travessia” — experiência que mobiliza dor, questionamento e coragem, mas que também possibilita reconstrução e novas descobertas. O objetivo final da jornada do herói é reencontrar-se consigo mesmo<sup>11</sup>.

### **Entrevistado: A (empresário)**

A escolha da entrevistada se deu por conta do seu processo de amadurecimento profissional junto aos familiares, se tornando com menos de vinte e cinco anos responsável pela gestão da empresa.

Ela entende o fracasso como um estado de estagnação e não realização de objetivos, mas também como uma etapa capaz de impulsionar aprendizado e mudanças. Ela relembra empreendimentos familiares malsucedidos, atribuídos à falta de preparo, e aponta desafios atuais na gestão do negócio, especialmente relacionados à mão de obra jovem, com a percepção da falta de interesse em ingressar no mercado de trabalho.

O medo de fracassar surge da probabilidade de ter que sair de sua zona de conforto, precisando criar estratégias que desestabilizam a sua segurança profissional. Embora reconheça que sucesso e fracasso são percepções individuais impactadas por pressões externas. Para ela, o fracasso torna-se transformador apenas quando acompanhado de reflexão, o que permitiu que sua família aprendesse com experiências anteriores e construísse um empreendimento mais sólido. “A disciplina fabrica indivíduos; ela é a técnica específica de um poder que toma os indivíduos ao mesmo tempo como objetos e como instrumentos de seu exercício.”<sup>7</sup>

A compreensão apresentada dialoga com as reflexões de Michel Foucault sobre os mecanismos de poder, os discursos normativos e a produção dos sujeitos. Ao interpretar o fracasso como estagnação e não realização de objetivos, ela reproduz um discurso social que associa valor pessoal ao desempenho, à produtividade e à capacidade de atingir metas — elementos que Foucault identifica como efeitos de dispositivos de poder que regulam comportamentos e fabricam modos de ser. Sua percepção de que sucesso e fracasso são construções influenciadas por pressões externas reforça a ideia foucaultiana de que não existem significados naturais, mas sim definidos por discursos socialmente produzidos.

### **Entrevistado: B (Trabalhador)**

Esse trabalhador foi escolhido devido ao seu trabalho ser em um sistema de ensino que vem se expandindo na rede mercantil. A entrevistada entende o fracasso como a incapacidade de cum-

prir metas e expectativas, especialmente no trabalho, associando-o a perda de confiança e impacto emocional. Seu momento mais marcante ocorreu ao ser demitida apenas duas semanas após assumir um emprego, o que gerou insegurança, dúvidas sobre sua competência e frustração pela falta de explicações. Para ela, o fracasso afeta diretamente o psicológico, enquanto o sucesso é subjetivo e ligado ao equilíbrio e ao progresso pessoal. Acredita que apoio e incentivo ajudam na superação, afirmando que apenas o indivíduo pode definir seu sucesso ou fracasso, embora reconheça que o olhar do outro influencia a autoimagem, sendo a autocrítica o maior desafio.

Sua compreensão pode ser relacionada às ideias de Augusto Boal<sup>6</sup>, especialmente no que diz respeito aos processos de opressão que moldam a autoimagem e limitam a ação individual. Ao vivenciar a demissão repentina e sem explicações, ela passa por um episódio de silenciamento semelhante às situações descritas por Boal, nas quais o indivíduo é impedido de participar da construção da própria narrativa — como afirma o autor, “a opressão é o impedimento de ser, é transformar pessoas em objetos de outros” Boal<sup>6</sup>. Sua percepção de que o fracasso afeta o psicológico e de que o olhar do outro influencia sua autoconfiança aproxima-se da noção do autor de que o sujeito internaliza papéis sociais e pode, ele mesmo, tornar-se agente da opressão que o limita. Por outro lado, quando afirma que apoio, incentivo e reflexão ajudam na superação e que apenas o indivíduo pode definir seu sucesso ou fracasso, ela se aproxima da proposta de Boal de transformar a passividade em ação, reconhecendo que a conscientização e o fortalecimento coletivo permitem que o sujeito recupere autonomia e ressignifique sua trajetória.

### **Entrevista: A (Coordenador do CRAS)**

Por ser um Coordenador da proteção básica da assistência social, foi escolhido por entender os processos que levam os indivíduos a determinadas situações, negativas ou não, pensado na perspectiva do olhar sobre a dor do outro.

O entrevistado entende o fracasso como parte natural e necessária do desenvolvimento humano, pois é por meio da frustração que o indivíduo percebe a necessidade de mudança e evolução. Ele alerta para o uso cuidadoso da palavra “*fracasso*”, já que sua carga negativa pode estigmatizar e impedir que a pessoa acredite em um recomeço. Destaca ainda que chamar alguém de “fracassado” pode funcionar como uma sentença emocionalmente definitiva. Sua visão é crítica e humanizadora, reconhecendo que experiências de fracasso e sucesso estão profundamente relacionadas às desigualdades sociais e às oportunidades disponíveis, compreendendo o fracasso não como falha individual, mas como fenômeno influenciado pelos contextos sociais.

“O diálogo é o alicerce necessário para a construção de uma consciência crítica, que, por sua



vez, leva à ação transformadora. É através dele que os indivíduos se tornam sujeitos de sua própria história e transformam o mundo.”<sup>8</sup>

A concepção apresentada dialoga profundamente com a teoria de Paulo Freire, especialmente com sua defesa de que o ser humano está em constante processo de inacabamento, aprendizado e transformação. Freire compreende que o crescimento acontece a partir da reflexão crítica sobre a própria prática e da ação transformadora, situando o erro — e, conseqüentemente, o fracasso — como parte essencial desse movimento. A preocupação do entrevistado com o uso das palavras e com seu potencial opressor reflete diretamente a visão freiriana da linguagem como instrumento de libertação ou de dominação. Além disso, sua compreensão do fracasso dentro dos contextos sociais e das desigualdades estruturais aproxima-se da pedagogia freiriana, pautada no diálogo, na esperança e na reconstrução contínua do sujeito.

### **Entrevista: B Múncipe (beneficiária de serviços do CRAS)**

A múncipe se voluntariou para a participação, essa decisão foi tomada para não haver constrangimento entre os beneficiários.

A entrevistada afirma que foi ao vivenciar o fracasso que passou a compreender sua trajetória, transformando experiências de dor em força para lutar pelo filho autista e despertando uma consciência social e política antes adormecida. Para ela, o fracasso é um processo de aprendizado que envolve persistência, autoconhecimento e reflexão, funcionando como uma força mobilizadora capaz de transformar sofrimento em propósito coletivo. Apesar de doloroso, vê o fracasso como um ponto de inflexão que permite “recalcular rotas”, reconhecendo limites e encontrando novas possibilidades de crescimento emocional, fortalecimento pessoal e transformação social.

*“A libertação, por isto, é um parto. É um parto doloroso. O homem que nasce deste parto é um homem novo que só é viável na e pela superação da contradição opressores-oprimidos, que é a libertação de todos”<sup>8</sup>.*

Sua visão encontra forte ressonância nas ideias de Paulo Freire<sup>8</sup>. O pensamento freiriano compreende o fracasso e o erro como etapas fundamentais do processo de conscientização, aprendizado e libertação humana. A entrevistada incorpora exatamente esse movimento ao reconhecer que suas experiências de dor e frustração despertaram nela uma consciência crítica e uma motivação transformadora. Esse percurso reflete valores centrais da pedagogia freiriana — resiliência, esperança e a compreensão de que o sujeito se constrói e se reconstrói na ação, na reflexão e no enfrentamento das contradições sociais. Para Freire<sup>8</sup>, o erro não encerra uma trajetória; ao contrário, ele inaugura novas possibilidades de resistência e transformação.

O fracasso não se limita ao ambiente escolar; ele se prolonga ao longo da vida, assumindo novos sentidos e impactos. Compreender essas múltiplas dimensões constitui o alicerce desta pesquisa. Ao selecionar um professor e um estudante do ensino superior como participantes, amplia-se o campo de análise, permitindo observar como o indivíduo, antes criança, passa a interpretar e lidar com o fracasso na fase adulta. Na esfera empresarial, busca-se investigar como o fracasso se manifesta no contexto profissional, revelando percepções, consequências e aprendizados decorrentes dessa experiência. Por fim, realiza-se uma análise social, a fim de compreender de que maneira o fracasso se expande para além do indivíduo, influenciando relações, comportamentos e estruturas coletivas.

### CONSIDERAÇÕES SOBRE O FRACASSO

O fracasso pode ser interpretado de diversas formas, compreendê-lo como extensão de desenvolvimento envolve uma maturidade que pode ser trabalhada na infância. Mas para essa compreensão é preciso antes olhar além do que a instituição escolar entende por fracasso. E reverenciar universos que parecem se dissociar desse contexto. Assim voltamos à questão inicial da investigação. Se ele parte de um entendimento individual, por que lê-lo de forma global?

É justamente nesse ponto que a reflexão se aproxima do pensamento de Boal<sup>6</sup>. Quando o autor inicia seu livro, anuncia o poder do teatro enquanto ferramenta política — capaz de atuar tanto como instrumento de libertação quanto de manutenção de estruturas corruptas. Assim como no teatro, a compreensão do fracasso e de seus usos também depende da forma como a instituição escolar se posiciona politicamente. Partindo dessa atmosfera, este artigo caminha para o primeiro entendimento sobre a instituição escolar: o teatro e a educação são necessariamente políticos, carregando os mesmos princípios; ou arma de liberação; ou uma arma para um poder corrupto.

Mais à frente, Boal<sup>6</sup> escolhe a imagem de Davi e Goliás, assumindo que o poder da justiça se dá na compreensão de que para ser justo é necessário entregar as pedras a Davi, ou seja, para haver justiça tem que se equiparar. Assim não deveria ser o olhar educacional? E para tanto, não deveria o fracasso ser um meio para o reconhecimento de formas de equiparação?

É nesse movimento de problematizar justiça e desigualdade que Boal<sup>6</sup> introduz Aristóteles e Campbell<sup>11</sup>, oferecendo duas visões que se complementam. Enquanto, na definição de virtude (virtude), Aristóteles<sup>6</sup> busca compreender o homem político e, por contraste, define a hamartia (não virtude), Campbell<sup>11</sup> entende que a derrocada do vilão depende da compreensão da hamartia do herói. Eis então o entendimento de que o fracasso não é uma virtude, pelo contrário; é no

reconhecimento de sua existência que podemos conceder oportunidades em que as chances sejam equivalentes para o coletivo. Assim, não seria a escola o protagonista que precisa reconhecer sua hamartia para, então, poder vencê-la e se compreender enquanto sistema político?

Diante dessas reflexões, torna-se possível reconhecer que o fracasso, longe de representar apenas uma ausência de virtude ou um desvio da norma, pode constituir-se como um verdadeiro impulsionador da evolução humana. Isso porque, ao expor desigualdades, revelar hamartias e evidenciar a necessidade de equiparação — como sugerem Boal<sup>6</sup>, apud Aristóteles e Campbell<sup>11</sup> — o fracasso convoca sujeitos e instituições a se reposicionarem. Quando compreendido como parte constitutiva do desenvolvimento, ele ultrapassa a lógica punitiva e se transforma em ferramenta crítica, capaz de desestabilizar estruturas, provocar revisão de práticas e abrir caminhos para novas formas de existência, de justiça e de educação. Assim, reconhecer o fracasso como impulso evolutivo não significa celebrá-lo, mas compreendê-lo como momento necessário de travessia, reposicionamento e transformação no percurso humano.

Desse modo, ao longo deste trabalho tornou-se evidente que o fracasso não é um obstáculo a ser eliminado, mas um operador conceitual capaz de revelar contradições, tensionar estruturas e instaurar processos de emancipação. Reconhecê-lo é reconhecer também a potência crítica do humano e da educação enquanto prática política. Assim, conclui-se que compreender o fracasso é, sobretudo, compreender possibilidades de reconstrução, de justiça e de reinvenção coletiva.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Brasil Escola. A busca pela perfeição – Perfeccionismo. Disponível em: <https://brasilecola.uol.com.br/psicologia/a-busca-pela-perfeicao.htm>.
2. Gao, N.; Rahaman, M. S.; Shao, W.; et al. Experiências individuais e em grupo com a disposição das carteiras: efeitos no engajamento dos estudantes em diferentes disciplinas. 2021. Disponível em: <https://arxiv.org/abs/2112.12342>.
3. Lauwrary, S. G.; Dahlan, T. H.; Yulindrasari, H. Percepções de estudantes do ensino fundamental sobre a disposição das carteiras e seu impacto no comportamento de aprendizagem. ISSRECTEC, 2023. Disponível em: <https://journal.ummat.ac.id/index.php/issrectec/article/view/30604>.
4. Seet, H. A. A.; Tan, E.; Rajalingam, P. Efeito da disposição dos assentos no engajamento em aulas baseadas em trabalho em equipe: um estudo quase-experimental. *Medical Science Educator*, v. 32, n. 1, p. 229–237, 2022. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8814094>.

5. Rogers, K. Os efeitos dos layouts de sala de aula na participação e no desempenho em avaliações em uma turma de quarto ano. *Journal of Learning Spaces*, 2017.
6. Boal, A. O Teatro do oprimido. 2. ed. Rio de Janeiro: Garamond, 2019.
7. Foucault, M. Vigiar e punir: nascimento da prisão. Petrópolis: Vozes, 1987.
8. Freire, P. Pedagogia do oprimido. 17. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1970.
9. Freire, P. Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa. São Paulo: Paz e Terra, 1996.
10. Matos, C. L. G. Fracasso escolar: diferentes olhares, diversas perspectivas. Campinas: Autores Associados, 2010.
11. Campbell, Joseph. O herói de mil faces. Tradução de Adail Ubirajara Sobral. 2. Ed. São Paulo: Cultrix 1997.

## RELATO DE EXPERIÊNCIA

### SUJEITOS DE DIREITO INTERNACIONAL PÚBLICO E A CRIAÇÃO DO COMITÊ DAS NAÇÕES UNIDAS PARA O USO PACÍFICO DO ESPAÇO EXTERIOR – COPUOS

### SUBJECTS OF PUBLIC INTERNATIONAL LAW AND THE CREATION OF THE UNITED NATIONS COMMITTEE ON THE PEACEFUL USES OF OUTER SPACE – COPUOS

**Fernanda Sanz Gimenes**

Professora do Curso de Direito, Faculdade ENAU, Ribeirão Pires, São Paulo, Brasil.

#### **Endereço para correspondência:**

Faculdade ENAU

Rua Jorge Tibiriça nº 137, Centro Alto, CEP 09424-130

Ribeirão Pires, São Paulo, Brasil

Fone: +55(11) 4825-5542

[alessandro.araujo@faculdaeenau.com.br](mailto:alessandro.araujo@faculdaeenau.com.br)

#### **RESUMO**

Esta pesquisa tem como objetivo apresentar os Sujeito de Direito Internacional Público, como também o contexto histórico, jurídico e político que levou ao surgimento do Comitê das Nações Unidas para o Uso Pacífico do Espaço Exterior (COPUOS), instituído em 1959 no âmbito da Assembleia Geral da ONU. A criação do COPUOS representa um marco institucional fundamental na governança do espaço exterior, mostrando o esforço multilateral de construir normas, princípios e mecanismos cooperativos em um cenário de tensões geopolíticas, como a Guerra Fria e a corrida espacial. O texto discute os antecedentes que motivaram sua fundação, os primeiros marcos jurídicos que o envolveram, e seu papel na consolidação do Direito Espacial internacional.

**Palavras-chave:** Sujeitos de Direito Internacional, COPUOS, Uso pacífico do Espaço Exterior

#### **ABSTRACT**

This research aims to present the Subjects of Public International Law, as well as the historical, legal, and political context that led to the emergence of the United Nations Committee on the

Peaceful Uses of Outer Space (COPUOS), established in 1959 within the framework of the UN General Assembly. The creation of COPUOS represents a fundamental institutional milestone in the governance of outer space, demonstrating the multilateral effort to build norms, principles, and cooperative mechanisms in a scenario of geopolitical tensions, such as the Cold War and the space race. The text discusses the antecedents that motivated its foundation, the first legal milestones that involved it, and its role in the consolidation of international space law.

**Keywords:** Subjects of International Law, COPUOS, Peaceful Uses of Outer Space

## INTRODUÇÃO

O Direito Internacional Público, enquanto ramo jurídico que regula as relações entre sujeitos dotados de personalidade internacional, tem passado por contínua evolução desde a consolidação dos Estados soberanos como seus principais atores. Ao longo do século XX, especialmente no contexto pós-Segunda Guerra Mundial, novos sujeitos e estruturas institucionais surgiram, ampliando o escopo e a complexidade das normas internacionais. Dentre esses sujeitos, as organizações internacionais assumiram papel central na promoção da paz, na cooperação multilateral e na governança de bens comuns globais, como o espaço exterior.

Nesse contexto, a criação do Comitê das Nações Unidas para o Uso Pacífico do Espaço Exterior (COPUOS), em 1959, marcou um avanço significativo na institucionalização da governança espacial internacional. Estabelecido em um cenário de rivalidade geopolítica intensa entre Estados Unidos e União Soviética, o COPUOS passou a desempenhar uma função normativa, técnica e diplomática na regulação das atividades espaciais. A sua existência é, portanto, expressão de um esforço coletivo em evitar a militarização do espaço e assegurar sua exploração pacífica em benefício da humanidade.

Este artigo busca trazer os sujeitos de Direito Internacional Público e, especialmente, o papel do COPUOS como resposta institucional da ONU aos desafios da corrida espacial, evidenciando seu impacto na consolidação do Direito Espacial e os limites e possibilidades de sua atuação diante de uma ordem internacional em constante transformação.

## JUSTIFICATIVA

A crescente exploração das atividades espaciais e a multiplicidade de atores envolvidos como os Estados, organizações internacionais e, mais recentemente, empresas privadas, tornam imprescindível a análise das estruturas jurídicas e institucionais que regulam essa esfera. Diante disso, é necessário compreender como o Direito Internacional Público, por meio de seus sujeitos

e mecanismos normativos, responde aos desafios de garantir a exploração pacífica e cooperativa do espaço exterior.

O estudo do COPUOS, enquanto órgão subsidiário da Assembleia Geral da ONU, é relevante não apenas por sua contribuição histórica à governança espacial, mas também por sua atuação contínua na formulação de princípios e diretrizes que orientam as condutas estatais no espaço. Sua composição plural, seus métodos baseados no consenso e seu papel na elaboração dos principais tratados espaciais demonstram sua importância como fórum multilateral de diálogo e normatização.

Assim, a justificativa deste artigo é a necessidade de estudar os sujeitos de Direito Internacional Público e sua capacidade de promover mecanismos eficazes de governança global, tendo o COPUOS como objeto central de análise e como exemplo de institucionalização de normas internacionais voltadas ao uso pacífico de um bem comum da humanidade.

## **PROBLEMÁTICA**

Considerando os avanços tecnológicos, a multiplicação de atores espaciais e os novos desafios geopolíticos e ambientais, em que medida o COPUOS, enquanto órgão subsidiário da ONU, tem conseguido exercer sua função normativa e cooperativa diante da crescente complexidade das atividades espaciais e da fragmentação da governança internacional?

Essa questão envolve avaliar se o modelo de consenso adotado pelo COPUOS é eficaz na atual conjuntura global, em que interesses divergentes entre potências espaciais e países em desenvolvimento coexistem com a atuação crescente de empresas privadas, considerando sua natureza jurídica, sua trajetória histórica e seu papel como representante da cooperação internacional no espaço exterior.

## **OBJETIVO**

O objetivo do trabalho é analisar os Sujeitos de Direito Internacional Público e o surgimento do COPUOS como resposta institucional da ONU às tensões espaciais durante a Guerra Fria, compreendendo sua relevância histórica, sua natureza jurídica como órgão subsidiário, sua estrutura de funcionamento e seus impactos na consolidação do Direito Espacial internacional, destacando também os desafios contemporâneos que demandam seu fortalecimento.

## **SUJEITOS DO DIREITO INTERNACIONAL PÚBLICO**

O conceito de sujeito de direito, em qualquer ordenamento jurídico é aquele que tem direitos e

garantias fundamentais, assegurados por lei, e que pode exercer esses direitos em nome próprio. Em outras palavras, é a pessoa (física ou jurídica) que é titular de direitos e obrigações e pode interagir no âmbito jurídico.

No âmbito do Direito Internacional Público, o conceito de sujeito jurídico adquire conceitos próprios, pois envolve a capacidade de possuir direitos e deveres diretamente regulados por normas internacionais, bem como de fazer valer tais direitos na ordem jurídica internacional. Esses sujeitos são os destinatários primários das normas internacionais e os responsáveis por sua observância, sendo tradicionalmente representados pelos Estados soberanos, mas também por outras entidades que, em razão de sua atuação e reconhecimento internacional, passaram a exercer personalidade jurídica no cenário global.

Atualmente são considerados como sujeitos de direito internacional público: a) Estados, b) Organizações Internacionais, c) Pessoa Humana, cada um com diferentes graus de personalidade jurídica e capacidades atribuídas pela ordem internacional.

Neste sentido Alberto do Amaral Júnior observa que:

Tradicionalmente, somente o Estado era titular de direitos e obrigações no âmbito externo. Com o decorrer do tempo, em função dos acontecimentos que marcaram o transcurso do século XX, as pessoas físicas e as organizações internacionais adquiriram a condição de sujeito de direito internacional.

Esses sujeitos serão analisados de forma detalhada nos tópicos a seguir, considerando suas características, funções e a evolução de seu reconhecimento no cenário jurídico internacional.

## **Estados**

Os Estados são os sujeitos primários e originários do Direito Internacional Público, possuindo personalidade jurídica plena, que lhes confere a capacidade de adquirir direitos e contrair obrigações na ordem internacional.

Quanto a capacidade internacional do Estados nós temos:

- 1) Capacidade de produzir atos jurídicos internacionais;
- 2) Capacidade de verem-se imputados fatos ilícitos internacionais;
- 3) Capacidade de acesso aos procedimentos contenciosos internacionais;
- 4) Capacidade de serem membros de Organizações Internacionais Intergovernamentais;
- 5) Capacidade de estabelecer relações diplomáticas e consulares com outros Estados.

Conforme Guido (2004), a definição clássica de Estado, consolidada pela Convenção de Montevideu de 1933, estabelece quatro elementos essenciais: população permanente, território de-



terminado, governo e capacidade de entrar em relações com os demais Estados. Esses elementos, aliados ao reconhecimento pelos demais Estados, configuram a base para a constituição da personalidade jurídica internacional, conferindo ao Estado o status de ente soberano e independente na comunidade internacional.

**População Permanente:** Massa de indivíduos, nacionais e estrangeiros, que habitam o território em determinado momento histórico.

**Território Determinado:** Com fronteiras definidas e devidamente ocupado. O território é a área terrestre do Estado, somada àqueles espaços hídricos de topografia puramente interna, como os rios e lagos que se circunscrevem no interior dessa área sólida.

**Governo próprio:** Com poder interno (autonomia) e poder externo (independência). A existência de um governo, com autoridades encarregadas de estabelecer e fazer cumprir as normas existentes no âmbito interno, bem como conduzir as relações internacionais, é a evidência de que existe uma organização política estável e apta a ser reconhecida no plano internacional.

**Capacidade de entrar em relação com os demais Estados:** a capacidade reconhecida pelos demais membros da comunidade internacional. Este quarto elemento completa o terceiro.

A existência de todos esses elementos em conjunto é de suma importância, uma vez que a falta de um deles descaracteriza a formação do Estado e impede que ele seja reconhecido em sua plenitude pelo sistema internacional.

Quando os elementos constitutivos se agrupam, ocorre o nascimento de um novo Estado. Como, atualmente, os territórios do globo já se encontram ocupados, o nascimento de um Estado novo pode acontecer em razão dos seguintes fatos:

**Separação de parte da população e do território de um Estado,** separação da personalidade internacional da pátria-mãe, como foi o caso do Brasil, quando se tornou independente de Portugal.

**Dissolução total de um Estado,** extinção total da personalidade do antigo Estado, sem que se forme um novo Estado.

**Fusão,** que é a junção de dois ou mais países sob uma nova personalidade. É o caso da Alemanha, que fundiu a Alemanha Ocidental e a Alemanha Oriental, divididas no pós-Segunda Guerra em torno de um Estado novo, a Alemanha.

Diante do exposto, conclui-se que os Estados permanecem como os principais e mais tradicionais sujeitos do Direito Internacional Público, dotados de personalidade jurídica plena e reconhecidos pela capacidade de agir autonomamente na esfera internacional. A configuração de sua personalidade jurídica exige o preenchimento cumulativo dos elementos previstos na Convenção de Montevideu, cuja ausência compromete sua legitimidade como membro da sociedade

internacional.

### **Pessoa Humana**

A condição da pessoa humana como sujeito de Direito Internacional Público sempre foi tema de intensos debates doutrinários. Para a corrente mais tradicional e conservadora, o indivíduo não possui personalidade jurídica internacional, sendo considerado apenas sujeito de direito no plano interno dos Estados. Segundo essa perspectiva, o Direito Internacional confere personalidade apenas aos Estados soberanos e às organizações internacionais, como ressalta Francisco Rezek, ao afirmar que os sujeitos de Direito Internacional Público são “os Estados soberanos e as organizações internacionais” (REZEK et al., 2024).

Entretanto, esse entendimento tem sido progressivamente superado. A partir do fortalecimento dos sistemas internacionais de proteção dos direitos humanos, especialmente após a Segunda Guerra Mundial, observa-se um movimento crescente de reconhecimento da pessoa humana como destinatária direta de normas e garantias internacionais. Esses sistemas de proteção, de alcance tanto global, como no âmbito das Nações Unidas, conferem aos indivíduos o direito de reivindicar a tutela de seus direitos fundamentais além das fronteiras estatais.

Nesse contexto, o indivíduo passa a ser reconhecido como sujeito de Direito Internacional, com capacidade de titularidade de direitos e, em certas circunstâncias, de obrigações internacionais. Ainda que essa personalidade jurídica seja limitada, não há dúvida de que os tratados internacionais, as convenções de direitos humanos e os tribunais internacionais, afirmam e consolidam o status jurídico internacional da pessoa humana.

Assim, embora o indivíduo ainda não detenha a plenitude da personalidade jurídica atribuída aos Estados, sua capacidade de ser titular de direitos e deveres no plano internacional configura um importante avanço na humanização do Direito Internacional.

### **Organizações Internacionais**

As organizações internacionais exercem um papel essencial na estruturação das relações internacionais contemporâneas, consolidando-se como sujeitos derivados do Direito Internacional Público. Sua criação decorre, da celebração de tratados multilaterais entre Estados soberanos, nos quais se estabelece um objetivo comum e se confere à organização personalidade jurídica própria para alcançá-lo.

Essas entidades funcionam como instrumentos de cooperação internacional, promovendo, entre outras finalidades, a integração econômica, a segurança coletiva e a proteção dos direitos hu-

manos. A Organização das Nações Unidas (ONU) constitui o exemplo mais abrangente e emblemático de organização internacional, atuando em diversas frentes, desde a manutenção da paz e segurança internacional até o fomento ao desenvolvimento sustentável.

Neste sentido Marina Stephanie Ramos Huidobro observa que:

As Organizações Internacionais (O.I's) surgem em resposta aos conflitos, guerras, e desentendimentos vivenciados pela população global ao longo dos séculos. Nesse sentido, objetivando estabelecer um cenário de paz e consenso, é fomentada a formação de associações que visam desenvolver a cooperação, diminuindo os problemas relativos à crescente complexidade das relações internacionais.

Diferentemente dos Estados, que detêm personalidade jurídica plena, as organizações internacionais possuem personalidade jurídica funcional, ou seja, limitada ao escopo das competências que lhes são atribuídas nos seus tratados constitutivos. Essa limitação reflete-se na autonomia de suas ações, que dependem da vontade soberana dos Estados-membros para sua efetiva implementação. Ainda assim, no âmbito de suas competências, essas organizações exercem atos jurídicos próprios, celebram acordos e, em alguns casos, participam de litígios internacionais.

Um marco importante no reconhecimento da personalidade jurídica das organizações internacionais foi o Parecer Consultivo emitido pela Corte Internacional de Justiça (CIJ) no caso *Folke Bernadotte*, em 1949. Mesmo não havendo dispositivo expresso na Carta das Nações Unidas atribuindo personalidade internacional à ONU, a CIJ reconheceu que a organização possuía personalidade jurídica objetiva, ou seja, válida perante todos os Estados com base na teoria dos poderes implícitos. Essa decisão reafirmou a capacidade da ONU de apresentar reclamações internacionais contra Estados que causarem danos aos seus agentes, mesmo no exercício de funções não contenciosas, como no caso específico da atuação consultiva da CIJ.

O reconhecimento da personalidade jurídica da ONU nesse parecer representou um avanço significativo, pois consolidou o entendimento de que as organizações internacionais são titulares de direitos e deveres próprios na ordem jurídica internacional, o que inclui, inclusive, responsabilidades por eventuais violações de direitos humanos em operações de paz.

Dessa forma, as organizações internacionais se firmam como sujeitos indispensáveis à ordem internacional contemporânea, não apenas pela função cooperativa que exercem, mas também por sua atuação normativa e técnica em temas cruciais para a humanidade. Embora sua personalidade jurídica seja funcional e dependente da vontade dos Estados, sua existência contribui para o fortalecimento da governança multilateral, promovendo valores universais e buscando respostas coordenadas para desafios globais complexos. A experiência da ONU e de outras organizações similares evidencia que, no século XXI, a cooperação institucionalizada continua

sendo um dos pilares da estabilidade e do progresso internacional.

### **Organização Das Nações Unidas - ONU**

A criação da Organização das Nações Unidas (ONU), em 1945, representou um marco histórico na consolidação da governança internacional, surgindo em um cenário pós-Segunda Guerra Mundial, sua fundação refletiu a necessidade urgente de um mecanismo institucional que fosse capaz de prevenir novos conflitos globais e promover a cooperação entre os povos.

Desta forma discorre Alberto do Amaral Júnior:

Os fundadores da ONU revelaram sabedoria e realismo ao enquadrá-la na estrutura do sistema internacional do segundo pós-guerra. Ela é uma organização intergovernamental, composta por Estados independentes, que pretendem realizar certos fins, dos quais os mais importantes são a preservação da paz e da segurança.

A assinatura da Carta das Nações Unidas, em 26 de junho de 1945, em São Francisco, estabeleceu os pilares da nova ordem internacional, assentada nos princípios da autodeterminação dos povos, da igualdade soberana entre os Estados e da solução pacífica das controvérsias.

Neste sentido Alberto do Amaral Júnior observa que:

Uma das funções mais significativas da ONU tem sido estabelecer as regras e formular os princípios que devem informar a ordem internacional. Essa tarefa é decisiva para facilitar a comunicação, o desenvolvimento e a consolidação de valores compartilhados na sociedade internacional.

A ONU, atualmente composta por 193 Estados-membros, tem como propósitos fundamentais: manter a paz e a segurança internacionais, desenvolver relações amistosas entre as nações, promover a cooperação internacional para solução de problemas globais e estimular o respeito aos direitos humanos.

Sua estrutura é composta por seis órgãos principais:

- 1) Assembleia Geral,
- 2) Conselho de Segurança,
- 3) Conselho Econômico e Social,
- 4) Conselho de Tutela,
- 5) Secretariado
- 6) Corte Internacional de Justiça

Além de uma ampla rede de agências especializadas, fundos, comissões e programas, que formam o chamado “sistema ONU”.

No âmbito dessa complexa estrutura institucional, foi criado o Comitê das Nações Unidas para

o Uso Pacífico do Espaço Exterior (COPUOS), um órgão subsidiário da Assembleia Geral que se tornou central na construção da governança internacional do espaço.

### **Comitê Das Nações Unidas Para o Uso Pacífico do Espaço Exterior – COPUOS**

A criação do Comitê das Nações Unidas para o Uso Pacífico do Espaço Exterior (COPUOS) ocorreu em um momento geopolítico particularmente sensível, marcado pela intensificação da corrida espacial entre Estados Unidos e União Soviética, no contexto da Guerra Fria.

Havia uma crescente preocupação da comunidade internacional de que o espaço sideral pudesse se tornar mais um campo de rivalidades estratégicas, controlado por um número limitado de potências com capacidade tecnológica e econômica para explorá-lo.

Em resposta a essa conjuntura, a Assembleia Geral das Nações Unidas aprovou, em 1958, a Resolução 1348 (XIII), que estabeleceu um Comitê sobre os Usos Pacíficos do Espaço Exterior. Composto inicialmente por 18 Estados-membros, esse comitê tinha como objetivo examinar as atividades espaciais desenvolvidas no âmbito das Nações Unidas, avaliar possíveis arranjos organizacionais para fomentar a cooperação internacional nesse domínio, e analisar os problemas jurídicos emergentes da exploração espacial.

No ano seguinte, em 1959, o COPUOS foi transformado em órgão permanente por meio da Resolução 1472 (XIV) da Assembleia Geral. Com 24 membros em sua composição inicial, o Comitê passou a desempenhar um papel central na coordenação da cooperação internacional para a exploração e uso pacíficos do espaço exterior. Desde então, o COPUOS atua como ponto principal para a troca de informações entre Estados, agências espaciais, organizações governamentais e não governamentais, promovendo a elaboração de diretrizes técnicas e jurídicas voltadas à segurança, à sustentabilidade e à legalidade das atividades espaciais.

A estrutura do COPUOS é composta por dois subcomitês especializados:

#### **a) Subcomitê Científico e Técnico**

Responsável por tratar dos aspectos científicos e tecnológicos relacionados à exploração espacial. Entre suas principais atribuições estão o intercâmbio de informações técnicas e a proposição de boas práticas para o uso responsável do espaço.

Principais temas em pauta incluem:

- Sustentabilidade das atividades espaciais;
- Clima espacial (*space weather*);
- Monitoramento de objetos próximos à Terra (*near-Earth objects*);
- Aplicações espaciais no desenvolvimento socioeconômico e na gestão de desastres;

- Navegação por sistemas satelitais globais;
- Preservação de céus escuros e silenciosos (*dark and quiet skies*).

As reuniões deste subcomitê ocorrem anualmente, durante duas semanas, entre fevereiro e março, em Viena.

### **Subcomitê Jurídico**

Dedica-se à formulação e atualização dos marcos jurídicos internacionais que regem as atividades espaciais. Sua atuação é fundamental para garantir que a exploração do espaço exterior ocorra em conformidade com os princípios do Direito Internacional.

Tópicos em discussão incluem:

- Universalização e implementação dos cinco tratados espaciais da ONU;
- Definição e delimitação do espaço aéreo e do espaço exterior;
- Legislações espaciais nacionais e diretrizes não vinculantes;
- Gerenciamento do tráfego espacial;
- Regulação jurídica da mitigação de detritos espaciais;
- Pequenos satélites (*small satellites*);
- Regime jurídico da exploração de recursos espaciais;
- Propostas sobre o futuro institucional e normativo do COPUOS.

As reuniões do Subcomitê Jurídico também ocorrem anualmente, durante duas semanas, entre março e abril.

Desde 1992, o COPUOS tem sede no *Vienna International Centre (VIC)*, na Áustria. Atualmente, o comitê conta com **104 Estados-membros**, além de diversas organizações internacionais, governamentais e não governamentais, que participam como observadoras. Suas decisões são adotadas por consenso, mecanismo que busca equilibrar os interesses entre potências espaciais e países em desenvolvimento, promovendo a universalização das normas e práticas do Direito Espacial.

Neste sentido Marina Stephanie Ramos Huidobro observa que:

*(...) as deliberações se dão por meio de consenso, isto é, os trabalhos do Comitê somente serão aprovados se os posicionamentos de todos os Estados-membros estiverem em consonância; qualquer manifestação de objeção por alguma das partes vetará todo o debate ou trabalho. Ainda, o silêncio é considerado como anuência (...)*

Importante destacar que o COPUOS não é uma organização internacional autônoma, mas sim um órgão subsidiário da Assembleia Geral da ONU, com natureza jurídica intergovernamental

e caráter permanente. Entre suas competências centrais estão:

- A formulação de princípios legais aplicáveis às atividades espaciais;
- A facilitação da cooperação científica e técnica internacional;
- O desenvolvimento de mecanismos de monitoramento, transparência e intercâmbio de informações.

O Comitê desempenhou um papel decisivo na elaboração dos principais tratados que compõem o corpo normativo do Direito Espacial, como o Tratado do Espaço Exterior de 1967 (*Outer Space Treaty – OST*), além de outros instrumentos fundamentais que regem a atividade espacial contemporânea.

A criação e consolidação do COPUOS representam um marco institucional na governança jurídica e cooperativa do espaço exterior. Sua estrutura técnica e jurídica, aliada ao compromisso com o multilateralismo e à adoção de decisões por consenso, tornam-no um fórum essencial para o diálogo internacional sobre os rumos da exploração espacial. Ao longo de mais de seis décadas, o Comitê tem contribuído de forma substancial para a normatização da atividade espacial, para a promoção do uso pacífico do espaço e para a construção de um ambiente internacional de confiança mútua e cooperação.

Ao mesmo tempo, os desafios contemporâneos, como a intensificação das atividades privadas, a exploração de recursos extraterrestres, o crescimento de satélites em órbita e a militarização do espaço, exigem uma atuação cada vez mais dinâmica e propositiva do COPUOS. Nesse sentido, sua permanência como órgão técnico-jurídico de referência depende da sua capacidade de adaptar-se às novas realidades, sem perder de vista os princípios fundadores do Direito Espacial: uso pacífico, benefício comum e responsabilidade internacional.

Assim, o COPUOS se mantém como um dos mais importantes instrumentos de regulação do espaço exterior, não apenas por sua função deliberativa e consultiva, mas sobretudo por sua legitimidade enquanto espaço institucional de diálogo entre diferentes atores: Estados, organizações e, cada vez mais, a iniciativa privada.

## CONCLUSÃO

O presente artigo teve como objetivo analisar os sujeitos de Direito Internacional Público e, em especial, o papel do Comitê das Nações Unidas para o Uso Pacífico do Espaço Exterior (COPUOS) como marco institucional na governança internacional do espaço. A partir do reconhecimento da evolução histórica dos sujeitos do Direito Internacional, observou-se que, além dos Estados, sujeitos primários e originários, as organizações internacionais e a pessoa humana pas-

saram a ocupar posição relevante na ordem jurídica global, refletindo uma ampliação do conceito de personalidade jurídica internacional.

Neste contexto, o COPUOS se destaca como uma resposta institucional da ONU diante das tensões geopolíticas da Guerra Fria, e como um mecanismo voltado à normatização e à cooperação internacional na exploração do espaço sideral. Sua atuação técnica e jurídica, por meio dos subcomitês Científico e Técnico e Jurídico, tem sido decisiva na formulação de diretrizes, tratados e princípios fundamentais para o uso pacífico e sustentável do espaço exterior.

Conclui-se que, embora o COPUOS não possua autonomia institucional plena, sua atuação como órgão subsidiário da Assembleia Geral da ONU reforça a importância do multilateralismo e da diplomacia no enfrentamento dos desafios contemporâneos, como a intensificação das atividades privadas, a exploração de recursos espaciais e a necessidade de prevenir a militarização do espaço. A sua capacidade de produzir consenso entre países com interesses distintos, inclusive entre potências espaciais e países em desenvolvimento, o legitima como fórum estratégico para a construção de uma governança espacial internacional inclusiva e equilibrada.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

COPUOS. United Nations Office for Outer Space Affairs. Disponível em: <https://www.unoosa.org/oosa/en/ourwork/copuos/index.html>. Acesso em: 8 jun. 2025.

DIREITO LEGAL. Sujeitos do Direito Internacional. Disponível em: <https://direito.legal/sujeitos-do-direito-internacional/>. Acesso em: 8 jun. 2025.

DRI, Clarissa Franzoi. Do Estado ao indivíduo – repensando os sujeitos do Direito Internacional Público. *Revista Brasileira de Política Internacional*, [S.l.], v. 0, n. 0, p. 1–14, s.d. Disponível em: <https://periodicos.unb.br/index.php/rbpi/article/view/19100>. Acesso em: 01 jun. 2025.

GARCIA, Gustavo. O humano como sujeito do Direito Internacional. *Consultor Jurídico*, 10 jul. 2014. Disponível em: <https://www.conjur.com.br/2014-jul-10/gustavo-garcia-humano-sujeito-direito-internacional/>. Acesso em: 8 jun. 2025.

GUIMARÃES, Antônio Márcio da Cunha. Sujeitos de Direito Internacional Público e o Indivíduo/Pessoa Natural. *DIGE - Direito Internacional e Globalização Econômica*, São Paulo, v. 7, n. 7, p. 53–68, 2020. DOI: <https://doi.org/10.23925/2526-6284/2020.v7n7.50920>. Disponível em: <http://revistas.pucsp.br/index.php/DIGE/article/view/50920>. Acesso em: 01 jun. 2025.

HUIDOBRO, Marina Stephanie Ramos. *Direito Espacial e a Exploração de Recursos Espaciais: Perspectivas Jurídicas*. 1ª Edição. São Paulo: Dialética, 2023.

JÚNIOR, Alberto do Amaral. *Curso de Direito Internacional Público*. 2ª Edição. São Paulo: Atlas S.A., 2011



NETO, Olavo de Oliveira Bittencourt. Direito Espacial Internacional. São Paulo: Quartier Latin, 2021.

REZEK, Francisco. Direito Internacional Público – Curso Elementar. 19ª Edição. São Paulo: Saraiva, 2024.

SOARES, Guido Fernando Silva. Curso de Direito Internacional Público. 2ª Edição. São Paulo: Atlas S.A., 2004.