

**FACULDADE DE ENFERMAGEM NOVA ESPERANÇA LTDA.
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

CARLOS HENRIQUE PINHEIRO LEITE

**CATEGORIZAÇÃO DE CICLISTAS EM GRUPOS AMADORES DA GRANDE
JOÃO PESSOA-PB: UM ESTUDO OBSERVACIONAL**

JOÃO PESSOA

2021

CARLOS HENRIQUE PINHEIRO LEITE

**CATEGORIZAÇÃO DE CICLISTAS EM GRUPOS AMADORES DA GRANDE
JOÃO PESSOA-PB: UM ESTUDO OBSERVACIONAL**

Artigo apresentado ao curso de Bacharelado em Educação Física como requisito para obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

Área de pesquisa: Orientação e prescrição de atividades físicas

Orientador: Prof. Me. Leonardo dos Santos Oliveira

JOÃO PESSOA

2021

FICHA CATALOGRÁFICA

L551c

Leite, Carlos Henrique Pinheiro

Categorização de ciclistas em grupos amadores da grande João Pessoa-PB: um estudo observacional / Carlos Henrique Pinheiro Leite. – João Pessoa, 2021.
15f.; il.

Orientador: Prof^o. M. Leonardo dos Santos Oliveira.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) – Faculdade Nova Esperança - FACENE

1. Aptidão Física. 2. Ciclismo. 3. Formulário. 4. Marketing. I. Título.

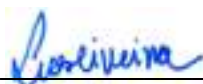
CDU: 796

CARLOS HENRIQUE PINHEIRO LEITE

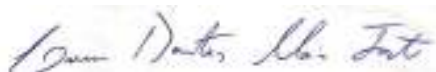
**CATEGORIZAÇÃO DE CICLISTAS EM GRUPOS AMADORES DA GRANDE
JOÃO PESSOA-PB: UM ESTUDO OBSERVACIONAL**

João Pessoa, 2021

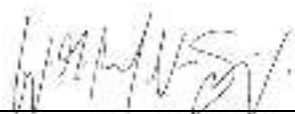
Artigo apresentado pelo aluno **Carlos Henrique Pinheiro Leite**, do Curso de Bacharelado em Educação Física, tendo obtido o conceito de APROVADO, conforme a apreciação da Banca Examinadora constituída pelos professores:



Prof. Me. Leonardo dos Santos Oliveira



Prof. Dr. Lucas Dantas Maia Forte



Profª. Dra. Cybelle de Arruda Navarro Silva

DEDICATÓRIA

Dedico esse trabalho aos meus pais, tias, avós(ôs), e à minha namorada que incentivou durante todo curso!

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, gostaria de agradecer a Deus por estar concluindo meu curso com êxito, aos meus pais por sempre acreditar em mim e me incentivar buscar meus sonhos, meus tios (as) e avós(ôs) que sempre estavam em oração por mim, e à minha namorada que foi quem me incentivou a me matricular na faculdade quando não imaginei que conseguiria a bolsa de estudos. E, sobretudo, gostaria de agradecer ao meu orientador Prof. Leonardo Oliveira que não só me ajudou a concluir com êxito mediante as dificuldades que enfrentamos durante as coletas de dados e mudança de projeto, como também foi um motivador a não desistir na reta final. Quero também deixar aqui meus agradecimentos aos membros da banca que disponibilizaram seu tempo para avaliar a minha apresentação. Desde já, quero agradecer aos grupos de ciclismo que apoiaram esta proposta.

Sempre faça o seu melhor, não tente superar o próximo, tente superar você mesmo a cada dia!

–Autoria própria

RESUMO

Informações sobre grupos de ciclistas são escassas, o que limita propostas de marketing esportivo, de prescrição do treinamento, de eventos, bem como de produtos e equipamentos dirigidos para este público. Portanto, o objetivo deste estudo foi analisar características antropométricas, demográficas e de prática de ciclistas em grupos amadores da grande João Pessoa-PB. A partir do método survey da pesquisa descritiva, 54 praticantes de ciclismo da grande João Pessoa-PB [39 homens; idade: 39 (DP= 10) anos; massa corporal: 77,9 (DP= 13,1) kg; estatura: 170,6 (DP= 7,5) cm] responderam um formulário virtual acerca de características antropométricas, demográficas e de prática de ciclistas. A categorização dos ciclistas foi efetuada a partir dos dados de volume de ciclismo semanal, velocidade média de ciclismo, finalidade e modalidade de ciclismo. Os resultados apontaram que as características antropométricas não guardam relação com as variáveis da prática do ciclismo ($r = -0,09$ a $0,162$; $P > 0,05$). Contudo, a finalidade de Turismo se correlacionou com a frequência de prática do ciclismo ($r_{pb} = 0,381$; $P = 0,004$) e com a faixa de velocidade ($P = 0,023$, $V_{Cramer} = 0,32$). Por fim, a faixa de velocidade também se associou à finalidade de Saúde ($P = 0,014$; $V_{Cramer} = 0,42$) e, ainda mais fortemente, à Competição ($P = 0,002$, $V_{Cramer} = 0,46$). Conclui-se que os ciclistas da grande João Pessoa-PB apresentaram, sobretudo, finalidades de Saúde e Lazer, incluídos em duas principais categorias: *mountain bike* recreativo e competitivo. Adicionalmente, a finalidade da prática do ciclismo estava relacionada à frequência semanal e à faixa de velocidade dos pedais, mas, não às variáveis antropométricas.

Palavras-chave: Aptidão Física; Ciclismo; Formulário; Marketing.

ABSTRACT

Information on groups of cyclists is scarce, which limits proposals for sports marketing, training prescription, events, as well as products and equipment aimed at this audience. Therefore, the aim of this study was to analyze anthropometric, demographic and cyclist practice characteristics in amateur groups in the greater João Pessoa-PB. Based on the survey method of the descriptive research, 54 cycling practitioners from the great João Pessoa-PB [39 men; age: 39 (SD=10) years; body mass: 77.9 (SD=13.1) kg; height: 170.6 (SD=7.5) cm] answered a virtual form about anthropometric, demographic and cycling characteristics. Cyclists were categorized based on data on weekly cycling volume, average cycling speed, purpose and cycling modality. The results showed that the anthropometric characteristics are not related to the variables of cycling practice ($r = -0.09$ to 0.162 ; $P > 0.05$). However, the purpose of Tourism was correlated with the frequency of cycling practice ($r_{pb} = 0.381$; $P = 0.004$) and with the speed range ($P = 0.023$, $V_{Cramer} = 0.32$). Finally, the speed range was also associated with the purpose of Health ($P = 0.014$; $V_{Cramer} = 0.42$) and, even more strongly, with Competition ($P = 0.002$, $V_{Cramer} = 0.46$). It is concluded that the cyclists of the greater João Pessoa-PB presented, above all, Health and Leisure purposes, included in two main categories: recreational and competitive mountain bike. Additionally, the purpose of cycling was related to weekly frequency and pedal speed range, but not to anthropometric variables.

Keywords: Physical Fitness; Bicycling; Form; Marketing.

SUMÁRIO

RESUMO.....	09
ABSTRACT.....	09
INTRODUÇÃO.....	09
MATERIAL E MÉTODOS.....	10
Características da pesquisa.....	10
Participantes e aspectos éticos.....	11
Instrumentos e procedimentos para a coleta de dados.....	11
Análise dos dados.....	12
RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	13
CONCLUSÃO.....	16
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	16
APÊNDICE A – Termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE).....	19
APÊNDICE B – INFORMAÇÕES SOCIODEMOGRÁFICAS.....	20
APÊNDICE C – FORMULÁRIO DO <i>SURVEY</i> PARA CICLISTAS.....	21

CATEGORIZAÇÃO DE CICLISTAS EM GRUPOS AMADORES DA GRANDE JOÃO PESSOA-PB: UM ESTUDO OBSERVACIONAL

CATEGORIZATION OF CYCLISTS IN AMATEUR GROUPS OF THE GRANDE JOÃO PESSOA-PB: AN OBSERVATIONAL STUDY

RESUMO

Informações sobre grupos de ciclistas são escassas, o que limita propostas de marketing esportivo, de prescrição do treinamento, de eventos, bem como de produtos e equipamentos dirigidos para este público. Portanto, o objetivo deste estudo foi analisar características antropométricas, demográficas e de prática de ciclistas em grupos amadores da grande João Pessoa-PB. A partir do método survey da pesquisa descritiva, 54 praticantes de ciclismo da grande João Pessoa-PB [39 homens; idade: 39 (DP= 10) anos; massa corporal: 77,9 (DP= 13,1) kg; estatura: 170,6 (DP= 7,5) cm] responderam um formulário virtual acerca de características antropométricas, demográficas e de prática de ciclistas. A categorização dos ciclistas foi efetuada a partir dos dados de volume de ciclismo semanal, velocidade média de ciclismo, finalidade e modalidade de ciclismo. Os resultados apontaram que as características antropométricas não guardam relação com as variáveis da prática do ciclismo ($r = -0,09$ a $0,162$; $P > 0,05$). Contudo, a finalidade de Turismo se correlacionou com a frequência de prática do ciclismo ($r_{pb} = 0,381$; $P = 0,004$) e com a faixa de velocidade ($P = 0,023$, $V_{Cramer} = 0,32$). Por fim, a faixa de velocidade também se associou à finalidade de Saúde ($P = 0,014$; $V_{Cramer} = 0,42$) e, ainda mais fortemente, à Competição ($P = 0,002$, $V_{Cramer} = 0,46$). Conclui-se que os ciclistas da grande João Pessoa-PB apresentaram, sobretudo, finalidades de Saúde e Lazer, incluídos em duas principais categorias: *mountain bike* recreativo e competitivo. Adicionalmente, a finalidade da prática do ciclismo estava relacionada à frequência semanal e à faixa de velocidade dos pedais, mas, não às variáveis antropométricas.

PALAVRAS-CHAVE: Ciclismo. Formulário. Marketing. Aptidão Física.

ABSTRACT

Information on groups of cyclists is scarce, which limits proposals for sports marketing, competitions, as well as products and equipment aimed at this audience. Therefore, the aim of this study was to analyze anthropometric, demographic and cyclist practice characteristics in amateur groups in the greater João Pessoa-PB. Based on the survey method of the descriptive research, 54 cycling practitioners from the greater João Pessoa-PB [39 men; age: 39 (SD=10) years; body mass: 77.9 (SD=13.1) kg; height: 170.6 (SD=7.5) cm] answered a virtual form about anthropometric, demographic and cycling characteristics. Cyclists were categorized based on data on weekly cycling volume, average cycling speed, purpose and cycling modality. The results showed that the anthropometric characteristics are not related to the variables of cycling practice ($r = -0.09$ to 0.162 ; $P > 0.05$). However, the purpose of Tourism was correlated with the frequency of cycling practice ($r_{pb} = 0.381$; $P = 0.004$) and with the speed range ($P = 0.023$, $V_{Cramer} = 0.32$). Finally, the speed range was also associated with the purpose of Health ($P = 0.014$; $V_{Cramer} = 0.42$) and, even more strongly, with Competition ($P = 0.002$, $V_{Cramer} = 0.46$). It is concluded that the cyclists of the greater João Pessoa-PB presented, above all, Health and Leisure purposes, included in two main categories: recreational and competitive mountain bike. Additionally, the purpose of cycling was related to weekly frequency and pedal speed range, but not to anthropometric variables.

KEYWORDS: Bicycling. Form. Marketing. Physical Fitness.

INTRODUÇÃO

A prática do ciclismo tem aumentado expressivamente no cenário mundial em diferentes faixas etárias.¹ O ciclismo é uma modalidade que usa uma bicicleta para fins de lazer², de

deslocamento ativo³ ou de desempenho esportivo.^{4,5} Sabendo-se que os benefícios do ciclismo perpassam por melhorias na aptidão física,^{5,6} muitas instituições têm recomendado o ciclismo como forma de mobilidade urbana e de manutenção da saúde.³ Como consequência, número elevado de praticantes (incluindo atletas amadores), seguido por um mercado emergente tem sido observado.^{1,7,8}

Em decorrência da pandemia da COVID-19, muitos brasileiros tiveram que alterar seus estilos de vida. Nesse contexto, a prática do ciclismo tem surgido como alternativa para se evitar aglomerações no uso do transporte público⁹, mas, também, para manter a população fisicamente ativa¹⁰. Em adição, grupos de ciclistas têm se organizado para realizar passeios ou até mesmo cicloturagens para cidades vizinhas, com intuito de conhecer novos lugares e promover a saúde e bem-estar, como também cuidar do meio ambiente (deslocamento sustentável),¹¹ sobretudo nas cidades circunscritas na região metropolitana de João Pessoa-PB (grande João Pessoa). Contudo, informações sobre esses grupos são escassas, o que limita propostas de marketing esportivo, de eventos e competições, bem como de produtos e equipamentos dirigidos para este público.

Considerando-se que o ciclismo apresenta diferentes categorias (*road bike*, *mountain bike* - MTB, *bicicross* – BMX e triátlon), se faz necessário a identificação de características sociodemográficas, antropométricas e de prática a fim de melhor categorizar seus praticantes.¹² Achados prévios ainda levantam a questão sobre quais as características de ciclistas em grupos amadores, especialmente na grande João Pessoa-PB. A hipótese é que as características demográficas, antropométricas e variáveis da prática de ciclistas em grupos amadores da grande João Pessoa-PB estejam associadas. Portanto, o objetivo deste estudo é analisar características antropométricas, demográficas e de prática de ciclistas em grupos amadores da grande João Pessoa-PB. O conhecimento conjunto de características antropométricas, demográficas e de prática física pode subsidiar estudos nas áreas de marketing esportivo, a fim de elaborar e/ou disponibilizar equipamentos mais condizentes ao objetivo da prática. Além disso, os líderes de grupos de ciclismo podem categorizar e distribuir os treinos das equipas por classificação de desempenho, pois existe dentro de um mesmo grupo vários níveis de performance, e assim poderá atender a todos os membros.

MATERIAL E MÉTODOS

Caracterização da pesquisa

Adotou-se o método *survey* da pesquisa descritiva,¹³ em que se analisou características demográficas, antropométricas e da prática de ciclistas em grupos amadores da região metropolitana

de João Pessoa-PB (Bayeux, Cabedelo, Conde, Cruz do Espírito Santo, João Pessoa, Lucena, Rio Tinto, Santa Rita, Alhandra, Pitimbu e Caaporã).

Participantes e aspectos éticos

Os participantes foram recrutados a partir da divulgação do estudo em redes sociais, cuja população-alvo se constitui de grupos de ciclismo da grande João Pessoa-PB. Participaram deste estudo 54 adultos praticantes de ciclismo de ambos os sexos. Os critérios de inclusão foram: (i) ciclistas adultos; (ii) participantes de grupos amadores de ciclismo por, no mínimo, 3 meses; e (iii) ciclistas não esporádicos (≥ 1 prática/semana, ≥ 10 km/semana e ≥ 1 hora de ciclismo/semana). Os critérios de exclusão foram: (i) respondentes com questionários incompletos; ou (ii) dados com valores questionáveis (ex.: massa corporal de 15 kg).

Na pesquisa de *survey*, a representatividade é mais importante do que o tamanho da amostra¹³. Ainda assim, para dar suporte ao plano analítico, realizou-se, a priori, o cálculo do tamanho amostral pelo programa G*Power 3.1.9.7, em que se estimou um mínimo de 46 indivíduos, conforme os parâmetros: $\rho = 0,4$, $\alpha = 0,05$ e $\beta = 0,8$ para correlações bivariadas.

O projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética da Faculdade de Enfermagem Nova Esperança (CAAE: 53032421.7.0000.5179; nº 5.101.483), seguindo os requisitos éticos do Conselho Nacional de Saúde, conforme a Resolução 466/12. A participação dos indivíduos ocorreu de forma voluntária, em que eles ficaram cientes dos riscos e benefícios do estudo, confirmando a sua anuência de forma eletrônica após a apresentação de um termo de consentimento esclarecido (APÊNDICE A).

Instrumentos e procedimentos para a coleta de dados

As informações foram coletadas por meio de um formulário virtual (Google Formulários) autoaplicável com questões abertas e fechadas (respostas dicotômicas e policotômicas),¹⁴ cujo tempo estimado para completá-lo foi de, aproximadamente, 5 minutos. Links de acesso ao formulário foram compartilhados eletronicamente por meio dos aplicativos *Whatsapp* e *Instagram*, contudo, o acesso às questões foi liberado somente após a anuência do voluntário em participar do estudo. O formulário foi composto por duas seções (APÊNDICE B):

i) características sociodemográficas e antropométricas: idade (anos), sexo [M/F], estado marital [solteiro(a), casado(a), divorciado(a) ou viúvo(a)], escolaridade [ensino fundamental, médio ou superior], cor da pele [branco(a), preto(a), pardo(a) ou outra], estatura (m) e peso corporal (kg).

ii) características de prática do ciclismo: grupo de ciclismo [Sim/Não], tempo de prática (anos), aderência ao ciclismo pré-pandemia [Sim/Não], categoria (amador ou profissional), modalidade [MTB, *road bike*, BMX ou triátlon], finalidade [turismo, saúde, lazer ou competição], frequência de prática semanal (dias/semana), volume de prática semanal (km/semana), duração da sessão (minutos) e velocidade média das sessões (km/h).

Análise dos dados

A categorização dos ciclistas foi efetuada conforme a classificação proposta por Priego-Quesada et al.,¹² a partir dos dados de volume de ciclismo semanal, velocidade média de ciclismo, finalidade e modalidade de ciclismo:

- (1) Estrada competitiva: ciclistas de estrada que participam de competições têm uma velocidade média de ciclismo de 28,5 km/h durante o treinamento e percorrem uma distância média de 260 km/semana.
- (2) Estrada recreativa: ciclistas de estrada que não participam de competições, apresentam velocidade média de ciclismo de 26,0 km/h durante o treinamento, e percorrem distância média de 164 km/semana.
- (3) MTB competitivo: ciclistas de MTB que participam de competições, apresentam velocidade média de ciclismo de 22,4 km/h durante o treinamento, e percorrem distância média de 163 km/semana.
- (4) MTB recreacional: ciclistas de estrada que não participam de competições, apresentam velocidade média de ciclismo de 19,6 km/h durante o treinamento, e percorrem distância média de 103 km/semana.
- (5) Triátlon competitivo: triatletas que participam de competições, apresentam velocidade média de ciclismo de 29,2 km/h durante o treinamento, e percorrem distância média de 175 km/semana.

Quanto à análise estatística, dados de variáveis numéricas foram testadas, a priori, quanto à distribuição (Teste de Shapiro-Francia). Os dados que apresentaram distribuição normal, foram descritos por média e desvio padrão (DP). Caso contrário, foram descritos por mediana (Md) e intervalo interquartil (IQR). Dados de variáveis categóricas foram reportadas por frequência absoluta (n) e relativa (%), inclusive para análise de múltiplas respostas. Relações entre características demográficas e antropométricas com características da prática de ciclistas foram verificadas por meio do coeficiente de Pearson [linear (r) e ponto bisserial (r_{pb})] ou Qui-quadrado com V de Cramer

(tamanho do efeito). A análise estatística foi realizada com os programas IBM Statistical Package for the Social Sciences, version 25.0 (IBM Corp., Armonk, USA). Um valor-P foi considerado estatisticamente significante se menor que 0,05.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dos 65 respondentes, 11 foram excluídos por questionários incompletos. Em geral, os praticantes de ciclismo na grande João Pessoa eram homens (72,7%), cor parda (51,9%), casados (72,2%) e com ensino superior completo (57,4%). As principais finalidades para a prática foram Lazer (92,6%) e Saúde (87,0%).

Destaca-se na tabela 1 que a média do IMC indica estado nutricional de sobrepeso. Uma pequena parcela dos ciclistas reportou ingresso na modalidade após o início da pandemia (37,7%), cujo tempo de prática variou de 1 mês a 20 anos (Tabela 2). Além disso, a maior parte dos ciclistas pertenciam à modalidade MTB (90,7%), seguidos por BMX (5,7%) e *road bike* (3,7%). Apenas 18,5% dos ciclistas amadores já haviam participado de uma competição amadora, enquanto somente 3,7% tinham participado de uma competição profissional (100,0% no MTB).

TABELA 1. Características antropométricas de ciclistas em grupos amadores da cidade de João Pessoa-PB, 2021 (n= 54).

Variável	Média (DP)
Idade (anos)	39 (10)
Massa corporal (kg)	77,9 (13,1)
Estatura (cm)	170, 6 (7,5)
Índice de massa corporal (kg/m ²)	26,7 (3,6)

A tabela 2 resume as variáveis de categorização dos ciclistas. Para o MTB, as principais faixas de velocidade foram 16-20km/h (49,0%) e 21-25km/h (42,9%), enquanto no BMX foi 16-20km/h (66,7%) e no *road bike* foram 10-15km/h (50,0%) e 26-30km/h (50,0%). Somente 5,2% dos praticantes de ciclismo não monitoravam suas velocidades nos pedais.

TABELA 2. Categorização de ciclistas em grupos amadores da grande João Pessoa-PB, 2021.

Variável	Geral (n= 54)	MTB (n= 49)	BMX (n= 3)	Road bike (n= 2)
Experiência no ciclismo (anos) ^{Md}	2 (3)	2 (3)	2,0*	9,8*
Frequência de prática semanal (dias/semana)	3,6 (1,5)	3,4 (1,5)	5 (2,0)	5 (1,4)
Volume de prática semanal (min)	410 (233)	400 (220)	395 (210)	750 (130)
Volume de ciclismo (km/sem)	172 (92,3)	167,8 (88,5)	162 (89,7)	303 (155,56)

Dados reportados por média (DP) ou mediana (^{Md}) e intervalo interquartil. *Dado apenas com mediada em virtude do tamanho da amostra.

Não foram observadas correlações significantes entre as características antropométricas com as variáveis da prática do ciclismo (-0,09 a 0,162; $P > 0,05$). Contudo, a finalidade de Turismo se correlacionou com a frequência de prática do ciclismo ($r_{pb} = 0,381$; $P = 0,004$) e com a faixa de velocidade ($\chi^2 = 5,14$; $P = 0,023$, $V = 0,32$). Por fim, a faixa de velocidade também se associou à finalidade de Saúde ($\chi^2 = 6,05$; $P = 0,014$; $V = 0,42$) e, ainda mais fortemente, à Competição ($\chi^2 = 10,1$; $P = 0,002$, $V = 0,46$).

A presente investigação analisou características antropométricas, demográficas e de prática de ciclistas em grupos amadores da grande João Pessoa-PB. A hipótese de que as características demográficas, antropométricas e da prática de ciclistas em grupos amadores da grande João Pessoa-PB apresentassem associações foi parcialmente aceita. Os principais achados do estudo indicam que: i) ciclistas que participaram de competições mostraram desempenho em velocidade superior aos demais; ii) a finalidade da prática do ciclismo está relacionada à frequência semanal e à faixa de velocidade dos pedais; iii) existe pouca expressividade no sexo feminino na prática do ciclismo. Portanto, estes resultados podem auxiliar equipes de marketing a incentivar praticantes amadores mediante oferta de equipamentos mais adequados, seguros e modernos a fim de otimizar o desempenho de ciclistas conforme a finalidade principal.

Considerando o sobrepeso observado neste grupo de ciclistas, parece existir uma preocupação por parte deles em melhorar sua condição física, ainda que em virtude de nosso delineamento ser transversal, não é possível confirmar uma possível causalidade reversa sobre o estado nutricional dos ciclistas (ex.: os ciclistas caracterizados como pessoas com sobrepeso ou o sobrepeso levou estas pessoas a fazer exercício). O ciclismo é uma prática de atividade física que tem crescido durante a pandemia da COVID-19,¹⁵ que pode estar relacionada à preocupação dos indivíduos com fatores de risco aumentados para uma infecção mais agressiva do vírus SARS-CoV-2.^{16,17} Assim se faz

necessário mais estudos para observar-se a relação da prática de ciclismo com a diminuição da agressividade do vírus nesses praticantes.

Outro fato foi que 51,8%, dos ciclistas apresentou idade superior a 39 anos, o que parece demonstrar este grupo está cada vez mais preocupado em manter um corpo ativo e saudável, dado reforçado pela prevalência reportada para a finalidade de Saúde.¹⁸ É importante destacar uma pequena parcela do público feminino na prática do MTB. Este achado pode revisar as preferências do mercado quanto à elaboração de materiais especializados, uma vez que se têm características fisiológicas diferentes dos homens. Por exemplo, os ossos do ísquio são mais largos nas mulheres, o que sugere construções de selins mais largos.¹⁹ Contudo, estudos adicionais são recomendados para acompanhamento da prevalência de mulheres ciclistas na grande João Pessoa-PB.

Mediante características regionais geográficas, foi notório uma maior adesão de ciclistas praticantes de MTB, uma vez que a cidade apresenta uma das orlas mais bonitas do Brasil,²⁰ favorecendo os passeios de MTB, cuja característica marcante é o uso de estradas de terra. Essas informações podem dar suporte a campanhas de marketing, explorando qualidades regionais por meio do MTB. Mediante a descoberta foi possível concluir que a busca de equipamentos está relacionada a buscar por lazer e saúde, em que tem um custo menor para equipamentos para tal modalidade já que não tem intuito de performance nem pratica de longas distancias, além disso foi notório uma maior adesão ao MTB em relação a outras modalidades de ciclismo, em que equipes de marketing da região podem promover ações a prática da modalidade usando como base o apelo turístico²¹ que a grande João Pessoa tem em decorrência de suas praias, já que a bicicleta tem o apelo pelo uso em estradas de terra e locais mais acidentados, uma vez que equipamentos de outras modalidades não tem essa característica.

Conforme a frequência semanal de treinamento e média de velocidade monitorada pelos praticantes de MTB, observou-se semelhança aos dados de Priego-Quesada et al.,¹² em que 46,6% dos ciclistas de todo o globo apresentaram características recreativas, pedalando em média de 3-4 vezes semanais, com velocidade média de 19,6 km/h. Somente uma parte dos ciclistas da grande João Pessoa-PB possuem desempenho competitivo, conforme Priego-Quesada et al.,¹² caracterizado por um volume de treinamento é superior a 150km/sem. e velocidade média superior a 22,4km/h. Além disso, constatou-se ciclistas de MTB com desempenho superior ao recreativo que poderiam ser incentivados ao treinamento apropriado, a fim de atingir um nível de competitividade cada vez mais superior alcançar a elite do ciclismo regional e nacional.

Referente ao *road bike*, os resultados do desempenho competitivo estão em conformidade com Priego-Quesada et al.¹². Quanto aos praticantes recreativos, observou-se desempenho abaixo do

nível demonstrado por Priego-Quesada et al.,¹² o que se faz necessário estudo mais abrangente no que diz respeito ao monitoramento de ciclistas recreativos dessa modalidade.

Nossos dados, obtidos de praticantes de ciclismo da grande João Pessoa-PB, podem ser de grande importância para estratégias de marketing, uma vez que muitos desses ciclistas não têm conhecimento aprofundado se seus equipamentos estão adequados. Profissionais do exercício físico também podem se beneficiar desses dados, uma vez que podem ser utilizados como base para desenvolvimento de assessoria específica, especialmente pelo potencial dos ciclistas amadores para alcançar a competitividade. Adicionalmente, estes resultados podem fundamentar a promoção de eventos dirigidos ao desempenho, além do lazer, igualmente relevantes para a mobilidade urbana³ da capital paraibana. Como consequência, mais pessoas poderiam aderir à modalidade e, com isso, beneficiar o meio ambiente.²²

CONCLUSÃO

Os ciclistas da grande João Pessoa-PB apresentaram finalidades de Saúde e Lazer, incluídos em duas principais categorias: MTB recreativo e competitivo. A finalidade da prática do ciclismo estava relacionada à frequência semanal e à faixa de velocidade nos pedais, mas, não às variáveis antropométricas. Destaca-se a existência de ciclistas amadores com competências para nível competitivo, o que pode despontar atletas em nível regional, mas, também, nacional.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Melo WMF, de Andrade NP, Dias C, Braga IYdLG. O papel da bicicleta durante e após a pandemia do novo coronavírus Isabelle Severo Dionisio Acioli Leonardo Trindade Ferreira.
2. Murta IBD. Ressignificação Do Espaço Urbano: A Bicicleta Como Meio De Transporte E Lazer. *Revista Brasileira de Estudos do Lazer*. 2017;4(3):116-38.
3. Andrade V, Rodrigues J, Marino F, Lobo Z. Mobilidade por bicicleta no Brasil. Rio de Janeiro: Prourb/ufRJ. 2016.
4. Jeukendrup AE, Craig NP, Hawley JA. The bioenergetics of World Class Cycling. *Journal of science and medicine in sport*. 2000;3(4):414-33.
5. Di Alencari T, Matisi K. Abordagem da estabilização central em ciclistas. *Revista Movimenta*. 2009;2(4):137-43.
6. Vozniak L. Fatores Que Levam A Prática De Ciclismo E Benefícios Para A Qualidade De Vida De Seus Adeptos. *Revista Renovare*. 2019;2.
7. npdgroup. Plot Twist: U.S. Performance Bike Sales Rise in June, Reports The NPD Group. 2020.
8. Barbosa GdS. Utilização do Omnichannel como estratégia competitiva no varejo do mercado brasileiro de bicicletas. 2020.
9. Barbiero L. Mobilidade Urbana Em Tempos De Covid-19: A Bicicleta Como Opção. *Pandemia, espaço e tempo: reflexões geográficas*. 2019:185.

10. de Azevedo Raiol R, Sampaio AML, Fernandes IDB. Alternativas para a prática de exercícios físicos durante a pandemia da COVID-19 e distanciamento social. *Brazilian Journal of Health Review*. 2020;3(4):10232-42.
11. Carvalho MLd, Freitas CMD. Pedalando em busca de alternativas saudáveis e sustentáveis. *Ciência & Saúde Coletiva*. 2012;17:1617-28.
12. Priego Quesada JI, Kerr ZY, Bertucci WM, Carpes FP. The categorization of amateur cyclists as research participants: findings from an observational study. *Journal of sports sciences*. 2018;36(17):2018-24.
13. Tomas J, Silverman S, Nelson J. *Research Methods in Physical Activity*, 7E. Champaign: Human Kinetics; 2015.
14. Mondal H, Mondal S, Ghosal T, Mondal S. Using Google Forms for Medical Survey: A Technical Note. *International Journal of Clinical and Experimental Physiology*. 2019;5:216-8.
15. Thompson WR. Worldwide Survey of Fitness Trends for 2021. *ACSM's Health & Fitness Journal*. 2021;25(1):10-9.
16. Pitanga FJG, Beck CC, Pitanga CPS. Atividade física e redução do comportamento sedentário durante a pandemia do Coronavírus. *Arquivos Brasileiros de Cardiologia*. 2020;114:1058-60.
17. Costa TRM, Correia RS, dos Santos Silva PH, Barbosa GSL, de Oliveira LM, da Cruz VT, et al. A obesidade como coeficiente no agravamento de pacientes acometidos por COVID-19. *Research, Society and Development*. 2020;9(9):e395997304-e.
18. Cichocki M, Fernandes KP, Castro-Alves DC, Gomes MVdM. Atividade física e modulação do risco cardiovascular. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*. 2017;23:21-5.
19. Petris PB. Como escolher o selim correto? - *Revista Bicicleta*. 2020.
20. Andreassi E. Paraíba: João Pessoa e suas belezas mais secretas. 2021.
21. prefjoaopessoa. João Pessoa é o terceiro destino mais vendido do Brasil no mês de setembro. 2021.
22. Brito L. 436 anos de João Pessoa: como a bicicleta mudou relação entre moradores e a cidade. G1 PB. 2021.

APÊNDICE A – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)

Prezado(a) participante,

Convido-o(a) a participar da pesquisa “**CATEGORIZAÇÃO DE CICLISTAS EM GRUPOS AMADORES DA GRANDE JOÃO PESSOA-PB: UM ESTUDO OBSERVACIONAL**”, a ser realizada por meio da plataforma *online Google Formulários* pelo graduando em Educação Física Carlos Henrique Pinheiro Leite (Assistente de pesquisa), sob orientação do Prof. Ms. Leonardo dos Santos Oliveira (Pesquisador Responsável). O objetivo deste estudo é verificar características demográficas, antropométricas e de prática de ciclistas em grupos amadores grande João Pessoa-PB. Sua participação é muito importante e ela se dará da seguinte forma: você responderá um formulário eletrônico composto que incluirão questões sociodemográficas (ex.: idade, sexo, escolaridade, cor da pele, estado marital), antropométricas (ex.: peso corporal e estatura) e de prática do ciclismo (ex.: tempo de prática, categoria, modalidade, finalidade, frequência, duração e velocidade das sessões de prática). Sua participação será de grande importância para mapear características dos ciclistas da grande João Pessoa-PB, auxiliando na elaboração e/ou disponibilização de equipamentos adequados ao objetivo da prática.

As respostas ao formulário eletrônico oferecem risco mínimo à sua saúde física e mental, uma vez que você ficará, aproximadamente, 5 minutos em frente à tela de um dispositivo de sua propriedade (ex.: *smartphone, tablet* ou *notebook*) para respondê-lo. Contudo, poderá haver cansaço mental, desconforto ocular e/ou dor de cabeça. Para amenizar este risco, suspenda as respostas e, se possível, refaça em outro momento em um dispositivo com uma tela maior e com brilho reduzido. Reforçamos que em caso de questões sensíveis ou que possam trazer constrangimento, recomenda-se que você não responda tais questões. Ainda que o formulário seja resguardado por contas institucionais, existe uma limitação para assegurar total confidencialidade e potencial risco de sua violação. Mesmo assim, garantimos a não utilização das informações em seu prejuízo, inclusive em termos de autoestima, de prestígio e/ou econômico – financeiro. Em relação aos benefícios, você conhecerá seu nível atual de prática e, de forma geral, seu desempenho em relação aos demais ciclistas da grande João Pessoa-PB.

Esclarecemos que sua participação é totalmente voluntária, podendo o(a) senhor(a) recusar-se a participar, ou mesmo desistir a qualquer momento, sem que isto acarrete qualquer prejuízo à sua pessoa. Suas informações serão utilizadas somente para fins acadêmicos (publicações científicas) e serão tratadas com confidencialidade, de modo a preservar a sua identidade. Esclareço, ainda, que o(a) senhor(a) não pagará e nem será remunerado(a) por sua participação. Garantimos, no entanto, que todas as despesas decorrentes da pesquisa serão ressarcidas, quando devidas e decorrentes especificamente de sua participação (ex.: tratamento de lesão, transporte, alimentação, entre outras), pelo pesquisador responsável.

Caso necessite de maiores esclarecimentos, poderá contatar o Prof. Leonardo dos Santos Oliveira [e-mail: leosoliveira@uol.com.br, telefone: (83) 9 9836-5731] ou o Comitê de Ética em Pesquisa da Escola de Enfermagem Nova Esperança Ltda. [e-mail: cep@facene.com.br, telefone: (83) 2106-4790]. Este termo deverá ser preenchido digitalmente e uma cópia será encaminhada para o e-mail fornecido pelo senhor(a).

João Pessoa, ____ de _____ de 2021.


Prof. Ms. Leonardo dos Santos Oliveira
PESQUISADOR RESPONSÁVEL
 RG: 2.466.428 SSP/PB

Declaro que, tendo sido devidamente esclarecido sobre os procedimentos, riscos e benefícios do estudo e que o uso das informações por mim oferecidas está submetido às normas éticas da Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP), sob a Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, do Ministério da Saúde, concordo em participar voluntariamente desta pesquisa. **Declaro, ainda, que tenho 18 anos ou mais e estou fisicamente e mentalmente saudável para a realização deste estudo.**

Assinatura (ou impressão dactiloscópica): _____

Data: ____ de _____ de 2021.

APÊNDICE B – INFORMAÇÕES SOCIODEMOGRÁFICAS

Você mora na grande João Pessoa (ex.: Bayeux, Santa Rita, Cabedelo, Conde, Lucena)?

- Sim
- Não

Qual a sua idade? (Somente números)

Qual a sua estatura em metros? (Somente números, ex.: 1,76)

Qual seu peso corporal em kg? (Somente números, ex.: 85)

Qual é o seu sexo?

- Masculino
- Feminino

Qual sua escolaridade?

- Ensino Fundamental incompleto
- Ensino Fundamental completo
- Ensino Médio incompleto
- Ensino Médio completo
- Ensino Superior completo

Como você identifica a cor da sua pele?

- Parda
- Negra
- Branca
- Outra
- Não desejo responder

Estado civil?

- Solteiro
- Casado

APÊNDICE C – FORMULÁRIO DO *SURVEY* PARA CICLISTAS

Você participa de algum grupo de ciclismo? *

Sim

Não

Quanto tempo você pratica a modalidade? (anos) *

Você já era adepto ao ciclismo antes da pandemia da COVID-19? *

Sim

Não

Você é um ciclista amador? *

Sim

Não

Qual dessas modalidades você pratica? *

MTB

Road bike

BMX

Triatlo

Qual das modalidades você se identifica mais? (sua modalidade principal) *

MTB

Road bike

BMX

Triatlo

Com qual finalidade você pratica esse esporte? (pode responder mais de uma) *

Turismo

Saúde

Lazer

Competição

Você já participou de alguma competição de ciclismo amadora? *

Sim

Não

Você já participou de alguma competição de ciclismo profissional? *

Sim

Não

Quantas vezes na semana você pratica o ciclismo seja para treinamento ou deslocamento ativo?

1 vez por semana

1

2

3

4

- 5
- 6
- 7
- Todos os dias da semana

Quantos km por semana, em média, você percorre nos seus pedais? (somente números, ex: 50)

Quantos minutos por semana, em média, você gasta nos seus pedais? (somente números, ex: 600)

Qual o tempo médio em minutos de seu deslocamento para o trabalho/estudo? (somente número, ex.: 20)

Quantas paradas você realiza nos seus pedais? (Seja comprar mantimentos ou descansar) *

Sem parada

- 0
- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- Cinco paradas

Qual o tempo dessas paradas? *

- Menos de 5 minutos
- 5 a 10 minutos
- 10 a 20 minutos
- Mais de 20 minutos

Qual a velocidade média dos seus treinamentos baseada nos registros (ex.: Garmin, Strava, Xoss, Adidas Running etc.)? *

Menos de 10 km/h

- 10 a 15 km/h
- 15 a 20 km/h
- 20 a 25 km/h
- 25 a 30 km/h
- Mais de 30