

ESTADO DA ARTE DO MÉTODO CROSSFIT: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA SOBRE A GESTÃO ESPORTIVA DOS BOXES NO BRASIL

STATE OF THE ART OF THE CROSSFIT METHOD: A SYSTEMATIC REVIEW OF THE LITERATURE ON THE SPORTS MANAGEMENT OF BOXES IN BRAZIL

Marcus Vinicius Bordoni*
Carlos Henrique de Vasconcellos Ribeiro**

RESUMO

O objetivo do presente estudo foi realizar uma revisão sistemática da literatura sobre a produção do conhecimento da gestão esportiva dos boxes de CrossFit no Brasil, em um recorte temporal de 2017a 2021. Atualmente no ambiente mercadológico que está inserida a referida modalidade em território nacional, existem os boxes que são registrados e filiados a marca, aqueles que seus proprietários pagam pelo seu licenciamento. Em paralelo se percebe uma proliferação de boxes não registrados que utilizam a metodologia do programa sem o pagamento da licença para utilização da marca. No que se refere às questões comerciais, o método CrossFit, se trata de uma marca registrada e patenteada. Para exploração da marca, os estabelecimentos precisam se credenciar para oferecer aos consumidores toda estrutura física (boxes e acessórios para o treinamento), recursos humanos (coaches- assim que são nomeados os professores que trabalham com o método) e a metodologia própria do treinamento. Para condução desta pesquisa, foram utilizadas as recomendações do método PRISMA, através das bases de dados (Google Acadêmico e Scielo) a partir dos descritores “Boxes de CrossFit”, “Gestão Esportiva CrossFit”, “Administração CrossFit” e “Satisfação clientes CrossFit”.

Palavras-chave: Boxes de CrossFit. Estado da Arte. Gestão Esportiva CrossFit. Administração CrossFit. Satisfação clientes CrossFit.

ABSTRACT

The objective of the present study was to carry out a systematic review of the literature on the production of knowledge of the sports management of CrossFit boxes in Brazil, in a time frame from 2017 to 2021. the boxes that are registered and affiliated with the brand, those that their owners pay for their licensing. At the same time, there is a proliferation of unregistered boxes that use the program's methodology without paying for the license to use the brand. With regard to commercial issues, the CrossFit method is a registered and patented trademark. In order to explore the brand, establishments need to be accredited to offer consumers the entire physical structure (boxes and accessories for training), human resources (coaches-as soon as the teachers who work with the method are named) and the training methodology itself. To conduct this research, the recommendations of the PRISMA method were used, through the databases (Google

* Mestrando em Gestão do Trabalho da Universidade Santa Úrsula. marcius.v.bordoni@gmail.com

** Doutor em Educação Física. Docente do Mestrado Profissional em Gestão do Trabalho da Universidade Santa Úrsula. c.henriqueribeiro@gmail.com

Academic and Scielo) from the descriptors “CrossFit Boxes”, “CrossFit Sports Management”, “CrossFit Administration” and “CrossFit Customer Satisfaction”.

Keywords: CrossFit Boxes. State of the Art. CrossFit Sports Management. CrossFit Administration. CrossFit Customer Satisfaction.

Introdução

A recomendação para prática de exercícios físicos e seus benefícios são constantemente massificados pelos órgãos públicos de saúde e a mídia. Diversas modalidades esportivas são ofertadas para a população tais como: modalidades de práticas ao ar livre, modalidades de ginástica de academias, lutas e entre outras.

Atualmente uma das modalidades esportivas que vem se destacando e com muitos adeptos, é o CrossFit. Ele se denomina como um método de treinamento pautado em três dimensões; exercícios funcionais (exercícios utilizados com o próprio peso corporal) com constantes variações de exercícios e com alta intensidade. A metodologia se trata de uma marca registrada internacionalmente por uma empresa norte-americana, o “CrossFitInc”, criada em 2002 pelo educador Físico “Greg Glassman” “Fonte- Manual do CrossFit. O Guia de Treinamento de Nível 1 do CrossFit 2002-2020.”

Segundo Dominski *et al.* (2018) o Crossfit é formado por três tipos básicos de movimento: os cíclicos (corrida, remo, pular corda etc.) os de levantamento de peso (levantamento de peso olímpico e levantamento de peso básico) e os movimentos de ginásticas (barras, flexões, argolas etc.) tendo como objetivo desenvolver as capacidades físicas; resistência cardiorrespiratória, resistência muscular, força, flexibilidade, potência, velocidade, coordenação, agilidade, equilíbrio e precisão.

A adesão pela prática da modalidade se confirma no quantitativo de boxes licenciados, espaços que são credenciados para utilização da marca. Na pesquisa de Dominski *et al.* (2019) esses autores identificaram que a maioria dos boxes estão situados nos Estados Unidos (7.314), sendo o Brasil, o segundo país no mundo com maior número de boxes de CrossFit (1.055). Ainda referente à pesquisa dos autores citados, a região sudeste lidera o ranking de afiliados (estabelecimentos registrados pela marca CrossFit) com a maior concentração nos estados de São Paulo e Rio de Janeiro.

Referente aos boxes que não possui licenciamento da marca. Segundo os autores Mehrab *et al.* (2017) e Dominski *et al.* (2019) esses locais oferecem a prática e metodologia do treinamento, porém não cumprem os requerimentos e pagamento da

licença para utilizar o nome da marca. Os mesmos autores citados relatam, que ainda se encontram inexistentes dados quantitativos sobre esses espaços não licenciados no território nacional.

A modalidade em questão se configura como uma alternativa para o desenvolvimento de negócios no ambiente esportivo, e com reais possibilidades de geração de emprego e renda para os profissionais de Educação Física. Em se tratando de estabelecimentos comerciais, onde se tem clientes consumindo produtos e serviços, essas questões mercadológicas apontam que todo negócio de qualquer segmento se objetiva a ser um gerador de lucros, e para que tenha êxito gerir esses espaços com eficiência será de fundamental importância.

Para Romanowsky e Ens (2006) as pesquisas sobre o estado da arte de um determinado tema, em geral, buscam traçar caminhos diante da abrangência na produção acadêmica do que se pretende estudar, com a intenção de contribuir com a organização, análise e constituição de um corpo teórico de uma área de conhecimento.

Em pesquisa referente a produção de conhecimento sobre CrossFit. Os autores Dominski *et al.* (2018) corroboram desse mesmo entendimento, que tornar-se importante conhecer a produção científica sobre o tema que novas pesquisas irão contribuir no processo de construção e aperfeiçoamento do campo de conhecimento da referida modalidade esportiva.

Ainda na pesquisa de produção de conhecimento sobre CrossFit realizada pelos autores Dominski *et al.* (2018) foi observado um crescimento no número de publicações por ano, principalmente a partir de 2015 com os estudos apontando para os temas relacionados a fisiologia do exercício e psicologia do esporte e do exercício e com a maioria dos estudos sendo realizados por pesquisadores dos Estados Unidos (54,54%) e Brasil (11,36%).

No estudo de Alves e Triani (2020) referente à produção científica da apropriação do CrossFit pelo campo da Educação Física, esses autores encontram publicações nas temáticas; Lesões em praticantes de Crossfit, Psicologia do esporte(motivação), Efeitos fisiológicos, Psicopatologia e Simulação computacional dos treinos de CrossFit.

Portanto, acreditamos que diante dos temas apresentados no que tange à produção acadêmica relacionado ao método CrossFit, a presente pesquisa tem o enfoque na gestão esportiva dos boxes de CrossFit e poderá contribuir com a comunidade acadêmica não somente no aspecto técnico da modalidade, como também no ambiente de negócios

esportivos buscando despertar o interesse por parte dos pesquisadores em publicar novas pesquisas sobre o referido tema.

A nossa escolha por fazer uma pesquisa de revisão sistemática da literatura segue no entendimento das autoras Gomes e Carminha (2014). Para essas autoras, realizar novas pesquisas – seja no âmbito dos estudos de campo, experimentais, epidemiológicos ou qualquer outra modalidade – é fundamental para o avanço de qualquer vertente científica.

1. Problema da Pesquisa

Diante dessas questões introdutórias se questiona de que forma tem se caracterizado a produção do conhecimento da gestão esportiva dos boxes de CrossFit no Brasil no período entre 2017 e 2021?

2. Objetivo da Pesquisa

Como objetivo do presente estudo é analisar a produção científica sobre a gestão esportiva dos boxes de CrossFit no Brasil no período entre 2017 e 2021, através de uma revisão sistemática da literatura nacional.

3. Estruturação da Pesquisa

O presente trabalho está organizado em seis seções: além desta introdução, justificativa, fundamentação teórica, metodologia, resultados e discussão; e considerações finais.

4. Justificativa

A realização desta pesquisa se objetiva a preencher um espaço na área de conhecimento existente, no que diz a respeito à gestão esportiva dos boxes de CrossFit no Brasil. A escolha pela revisão sistemática da literatura sobre a temática em questão se torna relevante, pois se busca contribuir no desenvolvimento da produção de novas pesquisas do objeto de estudo escolhido.

A presente pesquisa se apoia no que Gomes e Carminha (2014) enfatizam com relação os estudos de revisão de literatura. Segundo as autoras, a revisão de literatura é

sempre recomendada para o levantamento da produção científica disponível e para construção de redes de pensamentos e conceitos, que articulam saberes de diversas fontes na tentativa de trilhar caminhos na direção daquilo que se deseja conhecer.

As pesquisas sobre o estado da arte objetivam a preencher lacunas abertas em determinado campo de conhecimento ainda não explorado. Atualmente na literatura referente à produção acadêmica referente ao método CrossFit, as temáticas de maior destaque nas pesquisas estão centralizadas em: fisiologia do exercício; psicologia do esporte e do exercício; e lesões em praticantes (Dominski *et al.*, 2018; Alves; Triani, 2020). Diante dos temas expostos, se aprofundar nas publicações no que se refere à gestão esportiva dos boxes de CrossFit pertencentes ao território nacional, nos possibilita a instigar novas publicações por parte dos pesquisadores, como também proporciona o avanço científico da modalidade.

5. Fundamentação Teórica

Esta sessão apresenta a fundamentação teórica com o propósito de apoiar o tema abordado na pesquisa. Serão apresentadas as considerações da literatura sobre; o método CrossFit. O que são as pesquisas referentes de estado da arte e revisão sistemática da literatura, e por fim discorreremos sobre a gestão esportiva brasileira.

5.1 O que é o CrossFit?

Nesta seção pretende-se apresentar os aportes da literatura referente ao método CrossFit. O objetivo desta explanação busca-se proporcionar uma visão mais ampla do todo da modalidade, que se inicia desde o seu conceito definido pelo seu criador “Greg Glassman”, percorrendo para os movimentos fundamentais e adicionais do método, chegando na estruturação do treinamento (plano de aula), orientação para os coaches (professores assim que são nomeados pela metodologia) tendo como final desta secção as abordagens que envolvem as questões de licenciamento e comercialização da marca.

Como início, segundo a “Fonte- Manual do CrossFit. O Guia de Treinamento Nível 1 do CrossFit. 2002-2020”. O método CrossFit foi criado em 1995 pelo americano ex-ginasta “Greg Glassman” na cidade de Santa Cruz no estado da Califórnia EUA, o primeiro box (espaço onde se realiza o treino e recebe esse nome devido a sua semelhança com uma caixa). O mesmo “Greg Glassman” foi treinador do Departamento de Polícia

de Santa Cruz, a metodologia de treinamento desenvolvida recebeu muita atenção da mídia local por desenvolver um trabalho junto ao departamento de polícia da cidade que contribuiu para a melhoria do condicionamento físico dos policiais.

Devido ao êxito no trabalho desenvolvido com os policiais e a repercussão positiva gerada, em 2003 foi lançado o primeiro programa de afiliação. No que se refere aos objetivos, ainda segundo a “Fonte- Manual do CrossFit. O Guia de Treinamento de Nível 1 do CrossFit. 2002-2020”. Desde o início o objetivo da metodologia, tem sido criar um modelo de condicionamento físico abrangente, generalizado e inclusivo. Busca-se no objetivo desenvolver um programa mais apto a preparar os alunos para qualquer contingência física; prepará-los não apenas para o desconhecido, mas para o desconhecível.

Todas as informações descritas abaixo foram extraídas da “Fonte – Manual do CrossFit. O Guia de Treinamento de Nível 1 do CrossFit.2002-2020”.

- **Prescrição do treinamento:** O CrossFit é “movimentos funcionais constantemente variados e executados em alta intensidade”. Movimentos funcionais são padrões de recrutamento motor universais; eles são realizados em uma onda de contração do centro para a extremidade; e são movimentos compostos, ou seja, envolvem múltiplas articulações. São locomotores naturais, eficazes e eficientes do corpo e de objetos externos. Coletivamente, esses três atributos (carga, distância e velocidade) qualificam os movimentos funcionais de forma única para a produção de alta potência. A intensidade é definida exatamente da mesma forma que a potência, e é a variável independente mais frequentemente associada à maximização da taxa de retorno das adaptações favoráveis ao exercício. Por reconhecer que amplitude e profundidade do estímulo do programa determinam que as mesmas amplitudes e profundidades da adaptação que ele promove, nossa prescrição de funcionalidade e intensidade é constantemente variada. Nós acreditamos que a preparação para desafios aleatórios – ou seja, eventos desconhecidos e desconhecíveis – é incompatível com rotinas fixas, previsíveis.
- **Metodologia do treinamento:** A metodologia que orienta o CrossFit é completamente empírica. Segundo “Greg Glassman” criador do método, as considerações relevantes sobre segurança, eficácia e eficiência, essas três facetas mais importantes e interdependentes para avaliar qualquer programa de condicionamento

físico, só podem ser sustentadas por dados mensuráveis, observáveis e passíveis de reprodução. Nós chamamos essa abordagem de “condicionamento físico baseado em evidências”. A metodologia do CrossFit depende de plena divulgação dos seus métodos, resultados e críticas, é nós utilizamos a internet para promover esses valores. Nossa diretriz possui a fonte aberta, transformando os coaches, atletas e treinadores participantes em co-desenvolvedores através de uma comunidade online espontânea e colaborativa, sendo o CrossFit empiricamente orientado, clinicamente testado e desenvolvido pela comunidade.

- **Metodologia CrossFit o “Esporte do Fitness”:** Palavras de “Greg Glassman”, o criador do método CrossFit, em ser o esporte do fitness. Segundo ele, nós pegamos os treinos funcionais de alta intensidade, constantemente variados, e simplificamos a carga, amplitude de movimento, seleção de exercícios, potência, trabalho, linha de ação, flexibilidade, velocidade e todos os fatores metabólicos pertinentes a um único valor-geralmente, o tempo. Esse é o “Esporte do Fitness”. Somos os melhores naquilo que fazemos.
- **Adaptações físicas:** Nosso compromisso com o condicionamento físico baseado em evidências, divulgação pública dos dados de desempenho, co-desenvolvimento do nosso programa em colaboração com outros coaches e a nossa diretriz de fonte aberta em geral nos colocaram em posições de aprender lições valiosas com o nosso programa- aprender com precisão sobre as adaptações proporcionadas pela programação do CrossFit.
- **Fundamentos da modalidade:** O CrossFit é um programa de força e condicionamento do core. Nós projetamos o nosso programa de modo a promover a resposta adaptativa mais ampla possível. O CrossFit não é um programa de condicionamento físico especializado, mas sim uma tentativa deliberada de otimizar a competência física em cada um dos 10 domínios do condicionamento físico. São elas: resistência cardiorrespiratória, resistência muscular, flexibilidade, potência, velocidade, coordenação, agilidade, equilíbrio e precisão.
- **Conceito da modalidade:** Por “Greg Glassman”, o conceito do CrossFit pode ser visto “**atomismo funcional**”, no sentido de que buscamos reduzir o desempenho

humano a um número limitado de movimentos simples, irreduzíveis e indivisíveis. Ensinar ao atleta como correr, saltar, arremessar, socar, agachar, executar, o afundo, empurrar, puxar e escalar com potência, mantendo a eficiência e a sensatez mecânica em uma ampla gama de protocolos de tempo e intensidade com rápida recuperação, estabelece a base para uma vantagem sem precedentes ao aprender novos esportes, dominar as habilidades existentes e sobreviver a desafios imprevisíveis.

Todas as informações citadas acima foram extraídas da “Fonte- Manual do CrossFit. O Guia de Treinamento de Nível 1 do CrossFit.2002-2020”.

5.2 Movimentos do método CrossFit (Fundamentais e Adicionais).

Nesta seção serão apresentadas as definições dos movimentos que são ensinados para os praticantes do método CrossFit. A metodologia está pautada em dois movimentos principais; Movimentos fundamentais e adicionais.

Todas as informações extraídas são da “Fonte- Manual do CrossFit. O Guia de Treinamento de Nível 1 do CrossFit.2002-2020”.

Os nove movimentos fundamentais são:

1. Air Squat
2. Front Squat
3. Overhead Squat
4. Shoulder Press
5. Push Press
6. PushJerk
7. Deadlift
8. Sumo Deadlift High Pull
9. Medicine-Ball Clean

Seguem abaixo as definições dos nove movimentos fundamentais:

- **Air Squat:** O alicerce do CrossFit, e é fundamental para o front squat e overhead squat. O air squat eleva o centro de massa do atleta de uma posição sentada para uma posição de pé.

- **Front Squat:** O elemento do front squat é a barra carregada na parte frontal do corpo. A barra é apoiada contra o tronco na posição de rack frontal.
- **Overhead Squat:** O elemento do overhead squat é a carga adicionada acima da cabeça.
- **Shoulder Press:** O elemento chave desse levantamento são a coluna na posição neutra, o caminho reto da barra e a posição correta acima da cabeça.
- **Push Press:** O push press se desenvolve a partir do shoulder press. A posição inicial, o caminho da barra e a posição acima da cabeça são iguais ao shoulderpress. O que diferencia o pushpress é o dip vertical do tronco seguido pela rápida extensão do quadril, o que adiciona velocidade ao movimento.
- **PushJerk:** O pushjerk se desenvolve a partir do shoulderpress e do pushpress. A posição inicial, o caminho da barra, e a posição da coluna e acima da cabeça são iguais, assim como o dip e o drive. O que diferencia o pushjerk é o “press-under” para abaixo da barra. Após estender o quadril, o atleta executa o press contra a barra e recebe o levantamento em um overhead squat parcial antes de se erguer para finalizar o movimento.
- **Deadlift:** O deadlift é fundamental para todos os levantamentos com puxada. Para executar o deadlift corretamente, a coluna deve estar neutra em todos os momentos, e o objeto deve permanecer próximo ao plano frontal por toda a amplitude de movimento.
- **Sumo Deadlift High Pull:** O sumo deadlift high pull se desenvolve a partir do deadlift, utilizando uma base mais aberta e uma pegada mais fechada. Esse levantamento também traz mais velocidade e uma amplitude de movimento maior, e é um bom exemplo de movimento do centro para extremidade: a barra é acelerada pelo quadril e pelas pernas antes que os braços sejam envolvidos para concluir a puxada.
- **Clean com a Med Ball:** O clean com a medball se desenvolve a partir do deadlift e do sumo deadlift high pull.

Os quatro movimentos adicionais são;

1. Pull – up
2. Thruster
3. Muscle-up

4. Snatch

Seguem abaixo as definições dos quatro movimentos adicionais:

- ❖ **Pull- Up:** O pull- up com kipping é o pull-up padrão do CrossFit. Através dele, o atleta consegue realizar mais trabalho em menos tempo (maior potência) devido ao auxílio fornecido pelo quadril á puxada dos membros superiores. O CrossFit recomenda que os atletas realizem pelo menos um pull-up estrito antes de praticar os pull-ups com kipping.
- ❖ **Thruster:** O thruster combina com o front squat e o pushpress em um único movimento. Diferentemente da pegada com dedos soltos utilizados no front squat, o thruster requer uma pegada completa na barra e os cotovelos em uma posição mais baixa. O atleta deve se mover em um padrão de movimento do centro para a extremidade, estendendo o quadril e depois executando o press.
- ❖ **Muscle-up:** O muscle-up combina o pull-up e o dip em um único movimento. O atleta puxa da posição pendurada até a posição de suporte que, neste caso, é acima das argolas. A pegada falsa e o posicionamento das argolas durante a transição são os elementos –chave para ligar o pull-up ao dip. Devido à natureza dinâmica das argolas, o CrossFit recomenda que o atleta consiga realizar um muscle-up estrito antes de tentar o muscle-ups com kip.
- ❖ **Snatch:** O snatch, levantamento mais rápido do mundo, move a barra do solo para acima da cabeça em um único movimento. Sua complexidade traz grandes benefícios para os atletas do CrossFit.

Todas as informações relatadas acima foram extraídas da “Fonte-Manual do CrossFit. O Guia de Treinamento de Nível 1 do CrossFit. 2002-2020”.

5.3 Estruturação do treinamento (Plano de aula) do método CrossFit.

No que se refere a estruturação do treinamento serão explanados nesta seção, como a metodologia e desenvolvida pelos os coaches no dia a dia com os alunos.

Segundo a “Fonte- Manual do CrossFit. O Guia de Treinamento nível 1 do CrossFit. 2002 a 2020”. A estruturação do treinamento da modalidade está dividida em três pontos principais; Warmup (aquecimento), Skill (técnica do dia/movimentos que são

ensinados para os alunos) e por fim tem-se o Wod (Workout of the day- o treinamento do dia).

Seguem as descrições dos três pontos principais da estruturação do treinamento (plano de aula) abaixo:

- **Warmup (Aquecimento):** Preparação do corpo (articulações e músculos) para tarefa que está por vir. Com o corpo preparado previamente, temos uma otimização no nosso treino e maior segurança para realizar os movimentos.
- **Skill (técnica/tarefa do dia):** Momento do treino reservado para a aprendizagem e progressão dos movimentos. É a parte mais importante do treino, pois tem como objetivo deixar a técnica mais eficiente e dessa forma mais segura.
- **Wod (Workout of the day /treino do dia):** O objetivo do CrossFit é desenvolver um condicionamento físico amplo, geral, e inclusivo através de movimentos funcionais, constantemente variados e de alta intensidade. O “WOD” é o desafio do dia e a parte de maior intensidade do treino. Nesse momento os alunos são desafiados a situações que mudam a cada treino.

Ainda sobre a estruturação do treinamento do método CrossFit, seu criador “Greg Glassman” afirma que a mágica está no movimento, a arte está na programação do treinamento, a ciência na explicação e a diversão na comunidade dos adeptos da modalidade.

5.4 Orientação para os coaches (professores assim que são nomeados pela metodologia)

Segundo a “Fonte- Manual do CrossFit. O Guia de Treinamento nível 1 do CrossFit. 2002-2020”. Para que seja um treinador eficiente no desenvolvimento e aplicabilidade da metodologia, são seis habilidades principais que o mesmo deve possuir.

Seguem abaixo as descrições das seis habilidades:

A habilidade do treinador de treinar outras pessoas depende da sua capacidade em seis áreas diferentes:

- Ensino
- Observação
- Correção
- Gerenciamento de Grupo
- Presença e Atitude
- Demonstração

Definições das seis habilidades dos treinadores:

- **Ensino:** A habilidade de articular e ensinar a mecânica de cada movimento de forma eficiente. Isso inclui a habilidade de dar foco aos principais pontos de desempenho antes dos pontos mais sutis ou detalhados, e a habilidade de adaptar a instrução conforme as necessidades e competências do atleta. Para ensinar movimentos funcionais, um treinador precisa primeiro entender o que define a mecânica adequada e o que pode causar um movimento mal executado.
- **Observação:** A habilidade de discernir a mecânica correta do movimento da incorreta e identificar tanto os erros grosseiros quanto os erros sutis com o atleta estático ou em movimento. A observação é a primeira etapa necessária para um treinador gerar mudança na mecânica de um cliente, mas isso depende da capacidade de ensino(conhecimento).
- **Correção:** A habilidade de melhorar a mecânica de um atleta usando dicas visuais. Verbais e/ou táteis. Isso inclui a habilidade de fazer a triagem (priorização) de erros em ordem de importância, o que envolve saber como diferentes erros estão relacionados entre si. A habilidade de um treinador a mecânica depende de suas capacidades de ensino e observação.
- **Gerenciamento de grupo:** A habilidade de organizar e gerenciar, tanto no nível micro (em cada treino) quanto no nível macro (a academia como um todo). Isso inclui

um bom gerenciamento do tempo; a organização do espaço, dos equipamentos e dos participantes para uma fluidez e experiência ideais; planejamento; etc. O gerenciamento do grupo está relacionado à habilidade do treinador de reduzir o tempo de preparo logístico durante o treino para maximizar o tempo utilizado para ensinar e praticar os movimentos.

- **Presença e atitude:** A habilidade de criar um ambiente de aprendizado positivo e envolvente, mostrando empatia para com os atletas e criando conexão. Embora seja mais subjetiva do que as outras cinco áreas do treinamento eficaz, desenvolver presença e atitudes positivas é igualmente, se não, importante.
- **Demonstração:** A habilidade de fornecer um exemplo visual preciso do movimento em questão aos atletas. Um treinador pode fazer isso usando-o como exemplo ou escolhendo outro atleta para dar o exemplo. Para isso, é preciso ter uma grande consciência acerca da mecânica dos seus próprios movimentos. Também inclui o conceito de liderar pelo exemplo. O treinador deve seguir seu próprio conselho e ser uma inspiração para os clientes.

Todas as informações relatadas acima, foram extraídas da “Fonte – Manual do CrossFit. O Guia de Treinamento de Nível do CrossFit. 2002-2020”.

5.5 Licenciamento para exploração da marca CrossFit.

Nesta seção serão apresentados os procedimentos necessários para licenciamento e exploração da marca CrossFit.

Segundo a “Fonte- Manual do CrossFit. O Guia de Treinamento de nível 1 do CrossFit. 2002-2020”. A empresa neste referido documento emitiu o seguinte comunicado sobre a importância do licenciamento.

“Comunicado da empresa CrossFit, Inc”.

“Para obter uma licença para divulgar, comercializar, promover e solicitar negócios para o treinamento de CrossFit (anúncios que utilizam o nome da marca CrossFit) o estabelecimento deve se tornar um afiliado licenciado da CrossFit, Inc. As

informações sobre esse processo são descritas no site da marca CrossFit.com, em resumo o interessado deverá enviar uma solicitação (sendo aprovado) pagará a taxa de afiliação anualmente”.

“Nenhum estabelecimento está autorizado ao uso da marca CrossFit, sem o pagamento do licenciamento. Em caso de descumprimento, possivelmente será responsabilizado por infração de marca registrada nos termos da Legislação Federal dos EUA.”

Para se obter a licença para exploração da marca. Segundo Dominski *et al.* (2019) a organização exige a certificação do nível 1 do interessado com um custo de 3.000 dólares por ano para os países como “EUA” e “Brasil”. Neste sentido, a organização possui quatro níveis de treinamento para aqueles profissionais que desejam atuar na área desenvolvendo a metodologia.

Ainda como procedimento, a certificação de nível 1, é considerada introdutória em que os interessados participam de um curso de 2 dias realizado em fins de semana, tendo como ênfase principal na metodologia e fundamentos básicos do método CrossFit.

A certificação de nível 2, o objetivo é o ensinamento da mecânica dos movimentos e as formas de comunicação com os alunos. No nível 3 é adquirido com 1500 horas de atuação como treinador. Referente a última etapa de certificação, o nível 4 é alcançado após anos de atuação no nível 3 tendo como avaliação aprovação em um teste determinado pela organização.

Os mesmos autores citados acima, relatam que há uma diferença entres os países “EUA” e “Brasil” no que se refere as exigências para que um profissional possa atuar com a modalidade. No “EUA” o profissional tem como exigência somente o curso de nível 1. Já no “Brasil” além da certificação de nível 1 emitida pela organização, o profissional tem que ser graduado em Educação Física, e ser registrado no Conselho Regional de Educação Física (CREF).

5.6 Comercialização do método CrossFit.

Esta seção apresenta todas as informações referentes de que forma o método CrossFit, é comercializado no que tange a dados sobre o quantitativo de boxes registrados e licenciados no território nacional.

No que se refere ao desenvolvimento do método do CrossFit no Brasil sobre questões comerciais, segundo Dominski *et al.* (2019) ainda são poucas as pesquisas que

se propõem a investigar o método CrossFit na perspectiva de gestão de negócios. Os mesmos autores citados ressaltam que a literatura a respeito desta modalidade, dispõe-se a pesquisar principalmente as mudanças nos componentes da aptidão física dos praticantes e as possíveis lesões causadas pela prática.

Diante da ausência de dados sobre o método CrossFit no Brasil referente ao quantitativo de boxes e números de praticantes em território nacional. Os autores Dominski *et al.* (2019) se propuseram a investigar, analisar e descrever de que forma se encontra a modalidade no Brasil e no Mundo. Na pesquisa dos referidos autores citados, os procedimentos de extração de dados foram realizados através da consulta do site oficial da Marca CrossFit inc.

Ainda segundo os autores citados acima, os dados do site foram extraídos da seguinte forma; (1) localização dos boxes. A partir da localização dos boxes, tiveram as seguintes análises: (1a) ranking de países com maior número de boxes; (1b) distribuição regional e estadual dos boxes no Brasil.

Na busca de um levantamento de dados de forma mais fidedigna foi realizado o cruzamento de dados dos boxes de CrossFit afiliados, com os dados dos boxes registrados nos Conselhos Regionais de Educação Física (CREF) de cada estado e no Conselho Federal de Educação Física (CONFED). Estes referidos dados são disponíveis ao público, assim como o número de boxes que estão no site oficial da Marca CrossFit inc, (Dominski *et al.*, 2019).

Sobre as questões de registros jurídicos, foi realizado pelos próprios autores Dominski *et al.* (2019) um levantamento utilizando o termo “CrossFit” no cadastro de pessoas jurídicas registradas no site do CONFED (<http://confed.org.br/confed/pj-registradas/>.) Através desses dados se buscou a saber quantos boxes e centros de treinamento que oferecem a modalidade CrossFit.

Segundo os mesmos autores, o cenário da modalidade CrossFit no Brasil está da seguinte forma; O Brasil é o segundo país no mundo que mais possui boxes licenciados de CrossFit, totalizando (1055), que estão distribuídos pelas cinco regiões no país, tendo como a maioria dos boxes situados nas Regiões Sudeste (631) e Região Sul (184). Na região Sudeste, a maioria dos boxes se concentram em São Paulo (335), seguido do Rio de Janeiro (154) e Minas Gerais (119) os estados de Roraima, Rondonia e Amapá apresentaram 1 box (cada).

Como já relatado na introdução desta referida pesquisa, atualmente é percebido uma proliferação de boxes não são registrados pela marca CrossFit.

Nesses espaços são oferecidos a prática da modalidade (a metodologia do treinamento), mais se encontram inexistente a exploração da marca pois os mesmos que se utilizam do método não pagam licença para afiliação. Os autores Mehrab *et al.* (2017); Dominski *et al.* (2019) enfatizam que o quantitativo desses espaços sem licença para atuarem com o nome da marca, ainda é desconhecido na literatura.



Figura 1 -Distribuição dos boxes de CrossFit por região do Brasil (n).
Fonte: Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício ISSN 1981-9900 versão eletrônica. Dominski *et al.* (2019)



Figura 2 -Distribuição dos boxes de CrossFit por estado no Brasil: sigla do estado (n).
Fonte: Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício ISSN 1981-9900 versão eletrônica. Dominski *et al.* (2019)

O Crescimento do número de boxes de CrossFit no Brasil.

Os autores da pesquisa que estamos nos referindo, Dominski *et al.* (2019) relatam que o quantitativo de boxes registrados oficialmente no Brasil no ano de 2016, eram de aproximadamente 440 (boxes) que se notou um crescimento comparando-se com os dados da análise realizada pelos próprios onde se contabilizou 1055 (boxes).

N. CREF/Região	Estados	N. Boxes	N. Registros CREF
1	RJ	154	69
	ES	23	6
2	RS	35	18
3	SC	77	38
4	SP	335	125
5	CE	35	13
6	MG	119	34
7	DF	43	36
	RO	1	3
	RR	1	1
8	AC	3	2
	AM	4	2
9	PR	72	46
10	PB	11	6
11	MS	9	5
12	PE	26	8
13	BA	26	13
	GO	22	19
14	TO	2	0
	MA	15	3
15	PI	6	5
16	RN	6	5
17	MT	6	3
18	PA	18	6
	AP	1	1
19	AL	2	2
20	SE	3	2
Total		1055	471

Figura 3 - Cruzamento dos dados relacionados ao número de boxes de CrossFit afiliados no site do programa e no sistema CREF-CONFEEF

Fonte: Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício ISSN 1981-9900 versão eletrônica. Dominski *et al.* (2019)

Pesquisas sobre estado da arte e revisão sistemática da literatura

Neste capítulo discutiremos sobre as pesquisas de estado da arte e revisão sistemática da literatura.

Referente as pesquisas sobre estado da arte, segundo Ferreira (2002) declara que nos últimos quinze anos, no Brasil e em outros países, tem se produzido um conjunto significativo de pesquisas conhecidas pela denominação “estado da arte” ou “estado do conhecimento”. Ainda para este mesmo autor, essas pesquisas são definidas como de caráter bibliográfico, elas parecem trazer em comum o desafio de mapear e de discutir uma certa produção acadêmica em diferentes campos do conhecimento, tentando responder que aspectos e dimensões vem sendo destacados e privilegiados em diferentes épocas e lugares, de que formas e em que condições tem sido produzidas certas

dissertações de mestrado, teses de doutorado, publicações em periódicos e comunicações em anais de congressos e de seminários.

Já para as autoras Romanowski e Ens (2006) as pesquisas de estado da arte podem significar uma contribuição importante na constituição do campo teórico de uma área de conhecimento, pois procuram identificar os aportes significativos da construção da teoria e prática pedagógica, apontando as restrições sobre o campo em que se move a pesquisa, as suas lacunas de disseminação, identificando experiências inovadoras investigativas que apontem alternativas de solução para os problemas da prática e reconhecer as contribuições da pesquisa na constituição de propostas na área focalizada.

Ainda segundo as autoras Romanowski e Ens (2006) o interesse por pesquisas que abordam o “estado da arte” deriva da abrangência desses estudos para apontar caminhos que vem sendo tomados e aspectos que são abordados em detrimento de outros, tendo como foco a contribuição com a organização e análise na definição de um campo, uma área, além de indicar possíveis contribuições da pesquisa para com as rupturas sociais.

Os objetivos das pesquisas sobre o estado da arte, favorecem compreender como se dá a produção do conhecimento em uma determinada área de conhecimento em teses de doutorado, dissertações de mestrado, artigos de periódicos e publicações (Romanowski; Ens, 2006).

No entendimento dos autores Minusi *et al.* (2018) as pesquisas do estado da arte fazem com que não iniciemos a pesquisa do nível zero. Pesquisas semelhantes ou mesmo complementares com diferentes pontos de vista contribuem para a valorização da pesquisa que está sendo feita. Os autores citados enfatizam que o estado da arte relativo a um assunto deve ter uma visão do todo e pode ser montada por meio de um esquema geral contendo os tópicos mais importantes, pois as fontes são muito amplas e podem trazer ideias de pouco valor ou fazer com que o trabalho perca o foco e sentido tendo como o enfoque proporcionar um encadeamento lógico ao trabalho onde o assunto anterior puxe o seguinte e assim sucessivamente.

Percorrendo a literatura sobre os estudos de estado da arte, encontramos a pesquisa de Santos *et al.* (2020) intitulada “Estado da Arte: Aspectos históricos e fundamentos teórico - metodológicos”. Na mesma os autores citados salientam que este tipo de pesquisa possui etapas estruturantes que compõem seu processo de construção. Ainda segundo os autores citados, essas etapas não são inflexíveis desta forma permitem que cada pesquisador tenha liberdade de adaptá-las de acordo com as demandas do seu estudo.

Etapas estruturantes do processo de construção de pesquisas sobre estado da arte

Todas as informações que serão disponibilizadas abaixo, foram extraídas da pesquisa de Santos et al. (2020) intitulada “Estado da Arte: Aspectos históricos e fundamentos teórico- metodológicos”.

1. A primeira etapa corresponde à identificação da temática e do objeto de estudo que se pretende investigar. A escolha do objeto e a definição dos objetivos do estudo precisam estar claras, para que as etapas subsequentes conduzam o pesquisador para a resposta do seu problema de pesquisa.
2. Segunda etapa está relacionada ao pesquisador delimitar locais de busca, com a identificação das fontes de pesquisa, pela adoção de critérios que possibilitarão a escolha por fontes de busca.
3. Terceira etapa do processo, consiste em uma investigação com base em um recorte de tempo, busca por produções publicadas em um período previamente definido.
4. Quarta etapa consiste na identificação dos descritores da pesquisa ou das palavras – chave que possuem relação com o tema. Cabe apontar que essa etapa sugere uma definição de termos, com base em critérios que passam pela escolha de palavras que possuem afinidade com o objeto de investigação e pela desconsideração de termos que podem conduzir a busca por pesquisas que destoam do tema proposto.
5. Quinta etapa tem relação com a sistematização do mapeamento referente às produções científicas. De posse dos descritores e do corpus de pesquisa definidos, realiza-se o mapeamento, considerando também o recorte temporal previamente definido.
6. Sexta etapa refere-se à tabulação dos dados do resumo. Essa organização toma como base o nome do autor, o tipo de estudo, o programa de pós-graduação (caso o trabalho assim se configure), a temática e o ano de pesquisa. Analisa-se ainda o conteúdo do resumo e o sintetiza no mesmo quadro, de modo a permitir uma noção mais enfática sobre a discussão do trabalho.
7. Sétima etapa consiste na leitura e síntese preliminar por ocasião da análise do resumo, na qual se considera o tema, os objetivos, as problemáticas, as metodologias, as conclusões e a relação entre pesquisador e área.

8. Oitava etapa está relacionada, a categorização, o processo no qual serão identificadas as tendências dos temas abordados e as relações indicadas nos trabalhos.
9. Nona etapa refere-se à análise e conclusões a partir da síntese, desenvolvida após a leitura preliminar dos textos mapeados.

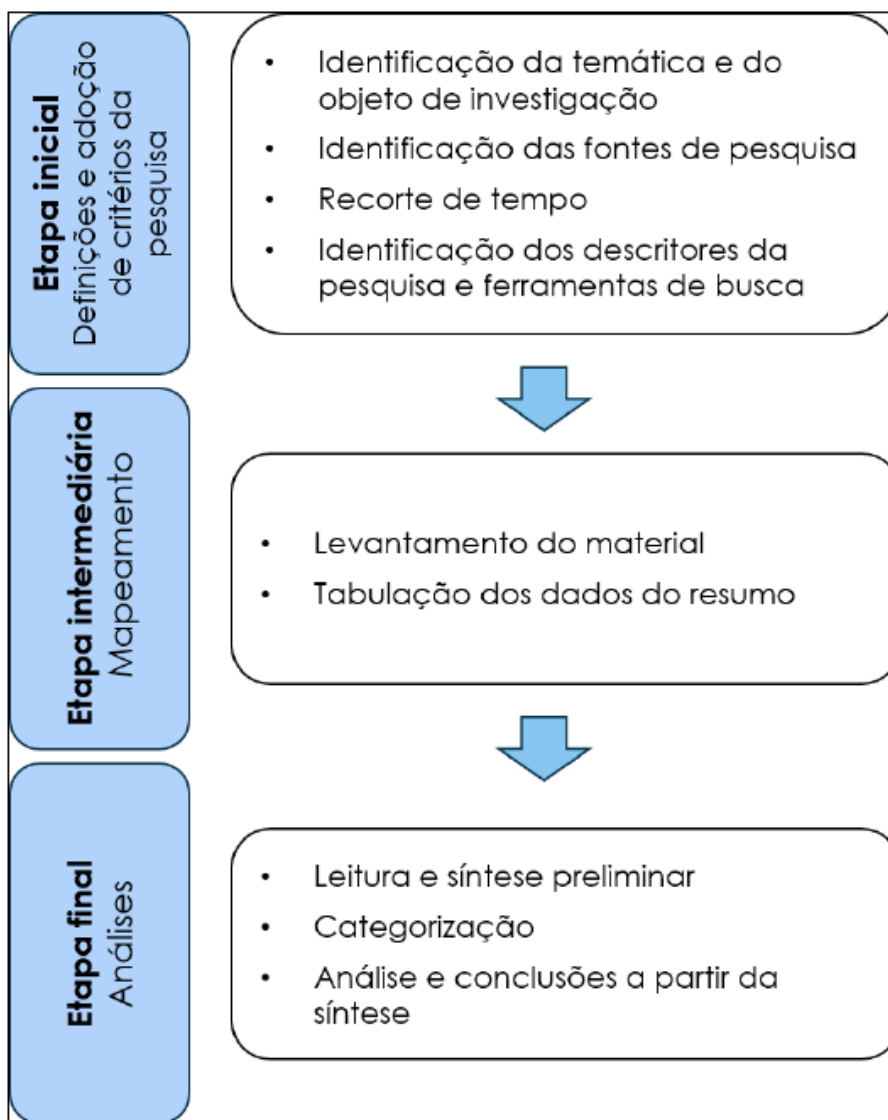


Figura 4: Etapas estruturantes do processo metodológico das pesquisas em Estado da Arte

Fonte: Estado Da Arte: Aspectos Históricos E Fundamentos Teórico- Metodológicos. Santos *et al.* (2020)

6 Metodologia da Pesquisa

O presente estudo se fundamenta numa revisão sistemática da literatura. Para Brizola e Nádia (2016) a revisão de literatura faz parte de uma junção de ideias de diferentes autores sobre determinado tema, conseguindo através de leituras, de pesquisas realizadas pelo pesquisador. Ainda para os mesmos autores, a revisão da literatura é, neste sentido, a documentação feita pelo pesquisador sobre o trabalho, a pesquisa que está se propondo a fazer.

Os mesmos autores citados acima ressaltam que o trabalho que está sendo feito não é algo totalmente original, pois uma revisão de literatura é uma compilação crítica de obras que discorrem sobre uma temática, ou seja, a revisão de literatura, por ser um diálogo feito entre o pesquisador–escritor do trabalho e os autores por ele escolhido para debater a temática, resultando em um texto que não precisa ser inédito, mas sim um texto analítico e crítico das ideias estudadas sobre a temática escolhida para o trabalho.

Este trabalho seguiu as recomendações do método “PRISMA”. A recomendação consiste em uma elaboração de um checklist e fluxograma tendo como objetivo de ajudar os autores a melhorarem o relato de revisões sistemáticas e meta-análises. O método também pode ser usado como uma base para relatos de revisões sistemáticas de outros tipos de pesquisa, tendo como utilidade para a avaliação crítica de revisões sistemáticas publicadas. (Moher D, Liberati A, Tetzlaff J, Altman DG, The PRISMA Group. Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta –Analyses: The PRISMA Statement. Traduzido por Galvão e Pansani (2015).

Pontos principais do método “PRISMA”. Para garantir que uma revisão sistemática agregue valor aos usuários, os autores devem preparar um relato transparente, completo e preciso de porque a revisão foi feita, o que foi feito e o que encontraram. A declaração “PRISMA” 2020 fornece orientações para relato atualizado das revisões sistemáticas, que refletem os avanços nos métodos para identificar, selecionar, avaliar e sintetizar estudos. Como também consiste em uma lista de checagem de 27 itens, uma lista de checagem expandida que detalha as recomendações de relato para cada item, a lista de checagem “PRISMA 2020” para resumos e fluxogramas revisados para novas revisões e para atualização de revisões (Page MJ, McKenzie JE, Bossuyt PM, Boutron I, Hoffmann TC, Mulrow CD *et al.* A declaração “PRISMA”: diretriz atualizada para relatar revisões sistemáticas. *Rev Panam Salud Publica.* 2002;46 e 112.<https://doi.org/10.26633/RPSP.2022.112>).

Ainda referente a metodologia da pesquisa adotada, ela tem como design do estudo a abordagem, natureza, objetivo e procedimentos.

6.1 Design do estudo

Quanto a abordagem se caracteriza por ser qualitativa. É definida pelos autores Thomas *et al.* (2012) como a pesquisa que com frequência envolve a observação intensiva e prolongada em um ambiente natural, tendo como registro preciso e detalhado do que acontece nesse ambiente, a interpretação e análise dos dados, utilizando descrições, narrativas, citações, gráficos e tabelas.

A natureza da pesquisa é básica, encontramos no autor Rodrigues (2007) a definição sobre a pesquisa básica. Para o mesmo este tipo de pesquisa procura estabelecer um sistema coerente de proposições sobre uma zona da realidade é um conjunto de declarações sobre o real uma explicação dos fatos.

Referente ao objetivo da pesquisa se caracteriza por exploratória. Segundo Rodrigues (2007) a pesquisa exploratória destina-se a esclarecer do que se trata, a reconhecer a natureza do fenômeno, a situá-lo no tempo e no espaço, a inventariar suas manifestações variadas, seus elementos constitutivos ou as contiguidades presentes à sua manifestação.

Sobre os procedimentos da pesquisa, já relatado no texto a mesma se caracteriza por ser bibliográfica. Para Marconi e Lakatos (2003) a pesquisa bibliográfica não é mera repetição do que já foi dito ou escrito sobre certo assunto, mas propicia o exame de um tema sob novo enfoque ou abordagem, chegando a conclusões inovadoras. Ainda segundo os mesmos autores citados, a pesquisa bibliográfica oferece meios para definir, resolver, não somente problemas já conhecidos, como também explorar novas áreas onde os problemas não se cristalizaram suficientemente e tem por objetivo permitir ao cientista o reforço paralelo na análise de suas pesquisas ou manipulação de suas informações.

6.2 Estratégia de busca

A estratégia utilizada foi através da revisão de literatura no período de (22 de novembro de 2022 a 15 de março de 2023), tendo como bases de dados Google Acadêmico e Scielo. Para obtenção dos estudos foram utilizados como descritores de

assuntos: Boxes de CrossFit, Gestão Esportiva CrossFit, Administração CrossFit e Satisfação Clientes CrossFit.

6.3 Estudos encontrados

Foram encontrados 20 estudos seguindo a estratégia de busca relatada acima de acordo com os seus respectivos descritores.

6.4 Critérios de inclusão adotados

Todos os estudos que discorressem sobre os descritores definidos pelos autores da pesquisa, sendo; trabalho de conclusão de curso (TCC), dissertações, teses ou artigos pertencentes ao período de 2017 a 2021.

Ainda, como critérios de inclusão foram aproveitadas todas as publicações nacionais.

Sobre a definição do período das publicações foi definido pelos autores da pesquisa o aprofundamento dos estudos com o mínimo de 5 anos de produção acadêmica.

6.5 Critérios de exclusão adotados

Não foram incluídos os estudos de publicação internacional. A justificativa por adotar esse procedimento, está diretamente relacionada a temática da pesquisa em estudar a gestão esportiva Brasileira e especificamente a gestão dos boxes de CrossFit localizados no território nacional.

Não foram incluídos os estudos com temáticas relacionadas a lesões, fisiologia do exercício, metodologia do treinamento e todas fora do tema proposto da pesquisa.

Não foram incluídos os estudos fora do corte temporal adotado pelos autores.

6.6 Análise dos dados

Após o mapeamento das produções científicas contendo os 20 estudos encontrados, procurou-se apresentar as pesquisas através de um quadro informativo com doze categorias faz a saber; título, descritor, base de dados, ano, autor, temática do estudo,

objetivo do estudo, tipo de estudo, área específica, foco investigativo, procedimentos metodológicos, população e resultados.

7 Resultados e Discussão

ESTADO DA ARTE DO MÉTODO CROSSFIT (GESTÃO ESPORTIVA DOS BOXES DE CROSSFIT) – REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA NACIONAL												
CORTE TEMPORAL (2017 A 2021) Período da pesquisa: 22/11/22 a 15/03/23												
Descrição dos estudos encontrados												
TÍTULO	DESCRI TOR	BASE DE DADOS	ANO	AUTOR	TEMÁTICA DO ESTUDO	OBJETIVO DO ESTUDO	TIPO DE ESTUDO	ÁREA ESPECÍFICA	FOCO INVESTIGATIVO	PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS	POPULAÇÃO	RESULTADOS
1. Análise da Gestão de negócios no CrossFit em Curitiba/PR	Box de CrossFit	Google Acadêmico	2017	Mauricio Ganancio	Análise da gestão de negócios no CrossFit	Identificar o perfil de gestão de boxes de CrossFit de Curitiba/PR	Trabalho de conclusão de curso (TCC)	Educação Física	Gestão de negócios no CrossFit	Delineamento de levantamento quantitativo, pesquisa de caráter exploratória e descritiva.	17 gestores dos boxes de CrossFit.	
2. Análise de Gestão de negócios: o CrossFit/MMT em São Luís/MA	Box de Crossfit	Google acadêmico	2019	Edivaldo Quadros	Análise de gestão de negócios no Crossfit	Analisar a atual gestão de negócio no CrossFit/MMT em São Luís/MA	Trabalho de conclusão de curso (TCC)	Administração	Gestão de negócios no CrossFit.	Pesquisa como delineamento quantitativo de caráter exploratório e descritivo.	8 Gestores de boxes de CrossFit.	
3. Projeto de Box de CrossFit: Idealização e Valoração.	Box de CrossFit.	Google acadêmico.	2019	Pedro Donato	Projeto de Box de CrossFit.	Realizar uma avaliação de um projeto, apresentando seu valor justo pelo método de fluxo de caixa descontado de um box de CrossFit.	Trabalho de conclusão de curso (TCC)	Administração.	Projeto de box de CrossFit.	Pesquisa quantitativa e qualitativa.	sem população.	
4. Perfil dos praticantes de CrossFit da box	Box de CrossFit.	Google acadêmico.	2018	Viviane Bizarro	Perfil de praticantes de Cross da Box	Investigar os fatores motivacionais á prática e	Trabalho de conclusão de	Educação Física.	Perfil dos praticantes de CrossFit da Box CrossFit.	Estudo descritivo de campo com	80 alunos/clientes da	

CrossFit 409 e suas motivações relacionadas à modalidade.					CrossFit 409.	aderência do CrossFit.	curso (TCC)			abordagem quantitativa.	boxCrossFit 409.	
5. Antecedentes e consequentes da satisfação com a prática do CrossFit na perspectiva da lógica dominada por serviço.	Box de CrossFit.	Google acadêmico.	2020	ClarisonGamarano	Satisfação com a prática do CrossFit.	Criar um modelo explicativo da satisfação com a prática de CrossFit.	Dissertação de Mestrado.	Administração.	Satisfação com a prática de CrossFit.	Pesquisa de abordagem quantitativa de natureza aplicada, com o objetivo exploratório.	Praticantes de CrossFit.	
6. Academias de CrossFit de Mossoró/R: Um estudo sobre a utilização da ferramenta plano de negócios como estratégia mercadológica.	Box de CrossFit.	Google acadêmico.	2018	Andreza de Morais.	Utilização da ferramenta plano de negócios como estratégia mercadológica.	Analisar se as academias da modalidade CrossFit utilizam a ferramenta plano de negócios como estratégia mercadológica.	Trabalho de conclusão de curso (TCC).	Administração.	Utilização da ferramenta plano de negócios.	Pesquisa classificada como básica, descritiva e de campo.	5 gestores de academias.	
7. Nível de satisfação de alunos nos boxes	Gestão Esportiva CrossFit.	Google acadêmico.	2018	Julio César da Silva	Nível de satisfação de alunos	Verificar o nível de satisfação dos clientes de	Trabalho de conclusão de	Educação Física.	Nível de satisfação dos alunos.	Pesquisa de caráter descritivo e	70 participantes.	

de CrossFit em João Pessoa/PB.					nos box de CrossFit.	boxCrossFit sobre o serviço entre eles.	curso (TCC).			análise quantitativa.		
8. Planejamento de campanha publicitária para academia CrossFit.	Gestão Esportiva CrossFit.	Google acadêmico.	2018.	Gustavo Ribeiro, Thiago da Silva e Thiago Pedroso.	Planejamento de campanha publicitária para academia CrossFit.	Analisar o cenário onde está inserida a empresa e suas características essenciais.	Trabalho de conclusão de curso (TCC).	Publicidade e propaganda.	Planejamento de campanha publicitária.	Não informado.	Sem população.	
9. Avaliação da qualidade do serviço em um box de CrossFit por meio da ferramenta servqual.	Gestão esportiva CrossFit.	Google acadêmico.	2019.	Linielle de Araújo e Jessica Nunes.	Avaliação da qualidade do serviço em um box de CrossFit por meio da ferramenta servqual.	Avaliar a expectativa e a percepção dos clientes quanto a qualidade dos serviços oferecidos por um box de CrossFitMossoroense.	Artigo Científico	Ciência e Tecnologia.	Análise da qualidade dos serviços oferecidos.	Pesquisa aplicada, com abordagem qualitativa e objetivos exploratórios.	Alunos/clientes.	
10. Percepção de profissionais e acadêmicos de Educação Física sobre o treinamento CrossFit na cidade de Porto Velho/RO.	Gestão Esportiva CrossFit.	Google acadêmico.	2020.	Vanessa Silva et al.	Percepção dos profissionais e acadêmicos de Educação Física sobre o Treinamento CrossFit.	Conhecer a percepção dos profissionais de Educação Física acerca da modalidade esportiva CrossFit.	Artigo Científico	Educação Física	Percepção de profissionais e acadêmicos de Educação Física sobre o treinamento CrossFit.	Pesquisa descritiva e quantitativa.	Profissionais e acadêmicos de Educação Física.	
11. Comportamento do	Administração CrossFit.	Google acadêmico.	2018	Lucas Pinheiro	Comportamento do consumidor	Compreender o comportamento dos	Trabalho de conclusão	Administração	Comportamento do consumidor.	Pesquisa descritiva, de	78 consumidores.	

consumidor e mix de marketing: Estudo de caso do CrossFit Barões.					r e mix de marketing: Estudo de caso do CrossFit Barões .	consumidores do CrossFit Barões .	ão de curso (TCC).			campo e estudo de caso.		
12. Proposta de elaboração de planejamento estratégico para uma academia treinos atuantes na modalidade e CrossFit no município de Guajará-Mirim/RO.	Administração CrossFit.	Google acadêmico.	2021	Fredson Pereira.	Proposta de elaboração de planejamento estratégico para uma academia treinos atuantes na modalidade e CrossFit.	Construir um plano estratégico para a academia treinos que atua na modalidade crossfit.	Trabalho de conclusão de curso (TCC).	Administração	Elaboração de planejamento estratégico.	Pesquisa exploratória, abordagem qualitativa de campo.	Sem população.	
13. Nível de satisfação de alunos nos boxes de CrossFit em João Pessoa/PB.	Administração CrossFit.	Google acadêmico.	2018.	Júlio da Silva.	Nível de satisfação de alunos nos boxes de CrossFit em João Pessoa/PB.	Verificar o nível de satisfação dos clientes de boxes de CrossFit sobre o serviço entregue deles.	Trabalho de conclusão de curso (TCC)	Educação Física	Nível de satisfação de alunos.	Pesquisa descritiva e de análise quantitativa.	70 participantes.	
14. Plano de Marketing e Comunicação do Cross Dominik.	Administração CrossFit.	Google acadêmico.	2020	Juliana Souza et al.	Plano de Marketing e Comunicação Cross Dominik.	Elaborar um plano de marketing e comunicação para empresa Cross Dominik.	Trabalho de conclusão de curso (TCC).	Publicidade e Propaganda.	Plano de Marketing e Comunicação .	Não mencionado.	Proprietário da empresa.	

12. Proposta de elaboração de planejamento estratégico para uma academia treinos atuante na modalidade e CrossFit no município de Guajará-Mirim/RO.	Administração CrossFit.	Google acadêmico.	2021	Fredson Pereira.	Proposta de elaboração de planejamento estratégico para uma academia treinos atuantes na modalidade e CrossFit.	Construir um plano estratégico para a academia treinos que atua na modalidade crossfit.	Trabalho de conclusão de curso (TCC).	Administração	Elaboração de planejamento estratégico.	Pesquisa exploratória, abordagem qualitativa de campo.	Sem população.	
13. Nível de satisfação de alunos nos boxes de CrossFit em João Pessoa/PB.	Administração CrossFit.	Google acadêmico.	2018.	Júlio da Silva.	Nível de satisfação de alunos nos boxes de CrossFit em João Pessoa/PB.	Verificar o nível de satisfação dos clientes de boxes de CrossFit sobre o serviço entregue.	Trabalho de conclusão de curso (TCC)	Educação Física	Nível de satisfação de alunos.	Pesquisa descritiva e de análise quantitativa.	70 participantes.	
14. Plano de Marketing e Comunicação do Cross Dominik.	Administração CrossFit.	Google acadêmico.	2020	Juliana Souza et al.	Plano de Marketing e Comunicação Cross Dominik.	Elaborar um plano de marketing e comunicação para empresa Cross Dominik.	Trabalho de conclusão de curso (TCC).	Publicidade Propaganda.	Plano de Marketing e Comunicação.	Não mencionado.	Proprietário da empresa.	
15.O Fenômeno CrossFit: Análise sobre o número de boxes no Brasil e no	Satisfação de clientes e no CrossFit.	Google acadêmico.	2021	Fábio Hech Dominski, Pedro de Orleans Casagrande e Alexandr	Proposta de elaboração de planejamento estratégico para uma	Análise sobre o número de boxes no Brasil e no mundo e modelo de treinamento e competição.	Descrever e analisar o número de boxes de	Artigo Científico.	Educação Física.	Análise sobre o número de boxes no Brasil e no mundo e modelo de treinamento e competição.	Estudo descritivo documental	

<p>o mundo e modelo de treinamento e competição.</p>				<p>o Andrade.</p>	<p>academia treinos atuantes na modalidade e CrossFit.</p>		<p>CrossFit e no Mundo e o modelo de treinamento e competição desta modalidade.</p>					
<p>16. Fidelização e relacionamento com o Cliente: Estudo de caso: Vittoria CrossFit.</p>	<p>Satisfação de clientes e no CrossFit.</p>	<p>Google acadêmico.</p>	<p>2017.</p>	<p>Manuela Coelho de Machado.</p>	<p>Fidelização e relacionamento com o Cliente.</p>	<p>Entender que motivos levam os consumidores a se tornarem fidelizados a um box de CrossFit</p>	<p>Trabalho de conclusão de curso (TCC)</p>	<p>Administração de empresas.</p>	<p>Entender qual é a principal vantagem competitiva da empresa perante as concorrentes, e compreender os motivos que levam os consumidores a serem fiéis a marca.</p>	<p>Pesquisa Qualitativa.</p>	<p>8 profissionais de Educação Física e 66 alunos matriculados do respectivo boxe de Crossfit.</p>	
<p>17. CrossFit e Negócios: Sistema de avaliação de desempenho para profissionais de Educação Física.</p>	<p>Satisfação de clientes e no CrossFit</p>	<p>Google acadêmico.</p>	<p>2021</p>	<p>Leonardo Fontes França.</p>	<p>Sistema de avaliação de desempenho para profissionais de Educação Física.</p>	<p>Elaborar uma metodologia de avaliação de desempenho para os profissionais de Educação Física que atuam como instrutores e CrossFit.</p>	<p>Trabalho de conclusão de curso (TCC).</p>	<p>Administração de Ciências Contábeis.</p>	<p>Identificar os principais fatores de desempenho mais relevantes para os gestores de academia e boxes que trabalham com a modalidade de CrossFit.</p>	<p>Pesquisa descritiva, exploratória e bibliográfica.</p>	<p>24 gerentes e headcoach (profissional responsável por elaborar o planejamento do treinamento) dos boxes de CrossFit.</p>	

18. Perfil Epidemiológico dos atletas praticantes de CrossFit.	Satisfação de clientes e no CrossFit.	Google acadêmico.	2017	Amanda Teixeira.	Análise do perfil epidemiológico dos atletas praticantes de CrossFit.	Identificar a localização anatômica associada à ocorrência das lesões mais comuns decorrentes da prática de CrossFit.	Trabalho de conclusão de curso (TCC).	Educação Física.	Análise do perfil epidemiológico dos atletas praticantes de CrossFit.	Pesquisa observacional exploratória com delineamento transversal.	25 praticantes de CrossFit.	
19. Perfil dos praticantes de CrossFit da cidade de Curitiba - PR.	Satisfação de clientes e no CrossFit.	Google acadêmico.	2019.	Felipe Ferraz.	Análise do perfil dos praticantes de CrossFit da cidade de Curitiba - PR..	Descrever o perfil dos praticantes de CrossFit da cidade de Curitiba - PR.	Trabalho de conclusão de curso (TCC)	Educação Física.	Descrever o perfil dos praticantes de CrossFit da cidade de Curitiba - PR.	Pesquisa descritiva e exploratória.	.	
20. Impactos da prática de CrossFit na vida de seus praticante.	Satisfação de clientes no CrossFit	Google Acadêmico	2020	Raphael Amaral e Jean de Oliveira.	Análise sobre os impactos da prática de CrossFit na vida de seus praticantes.	Conhecer experiências a respeito dos possíveis impactos e mudanças que a prática de CrossFit pode trazer na vida dos praticantes.	Artigo científico	Educação física	Análise sobre os impactos da prática de CrossFit.	Pesquisa de abordagem transversal, descritiva, e com abordagem quantitativa.		

8 Resultados

Após o mapeamento na literatura, foram encontrados 20 estudos através dos descritores (Boxes de CrossFit, Gestão Esportiva CrossFit, Administração CrossFit e Satisfação clientes CrossFit).

Sobre as bases de dados, todas as pesquisas encontradas foram através do (Google Acadêmico). As buscas realizadas na base de dados (SciELO) não obtivemos êxito nos achados referente à temática da pesquisa, pois todos os textos que encontramos nesta base de dados através dos descritores definidos abordavam o método CrossFit nos aspectos do treinamento físico e lesões.

Para melhor apresentação das publicações encontradas, faremos uma explanação geral delas, objetivando ter um melhor entendimento de que forma a temática estudada a produção de conhecimentos de gestão esportiva dos boxes de CrossFit no Brasil, é abordada pelos respectivos pesquisadores. À medida que realizávamos as leituras dos textos e analisávamos os seus respectivos conteúdos, definimos que para o melhor entendimento do caminho que iríamos percorrer para discutir os resultados da nossa investigação científica da presente pesquisa, vamos centralizar a discussão dos resultados nas seguintes categorias específicas faz saber;

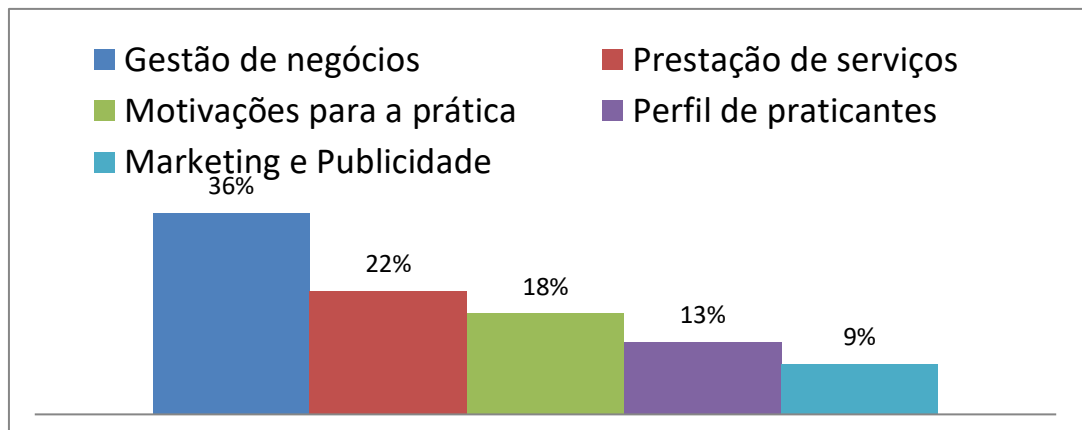
Temática dos estudos, Tipologia dos estudos e Área específica (conhecimentos específicos).

Quadro 1: Categorias a serem analisadas

Temáticas dos Estudos	Área Específica (Conhecimentos Específicos)
Tipologia dos Estudos	

Notamos através das leituras que os estudos referentes a categoria **Temática dos estudos** têm como assuntos abordados; **gestão de negócios, prestação de serviços, motivações para a prática, perfil de praticantes, marketing e publicidade.**

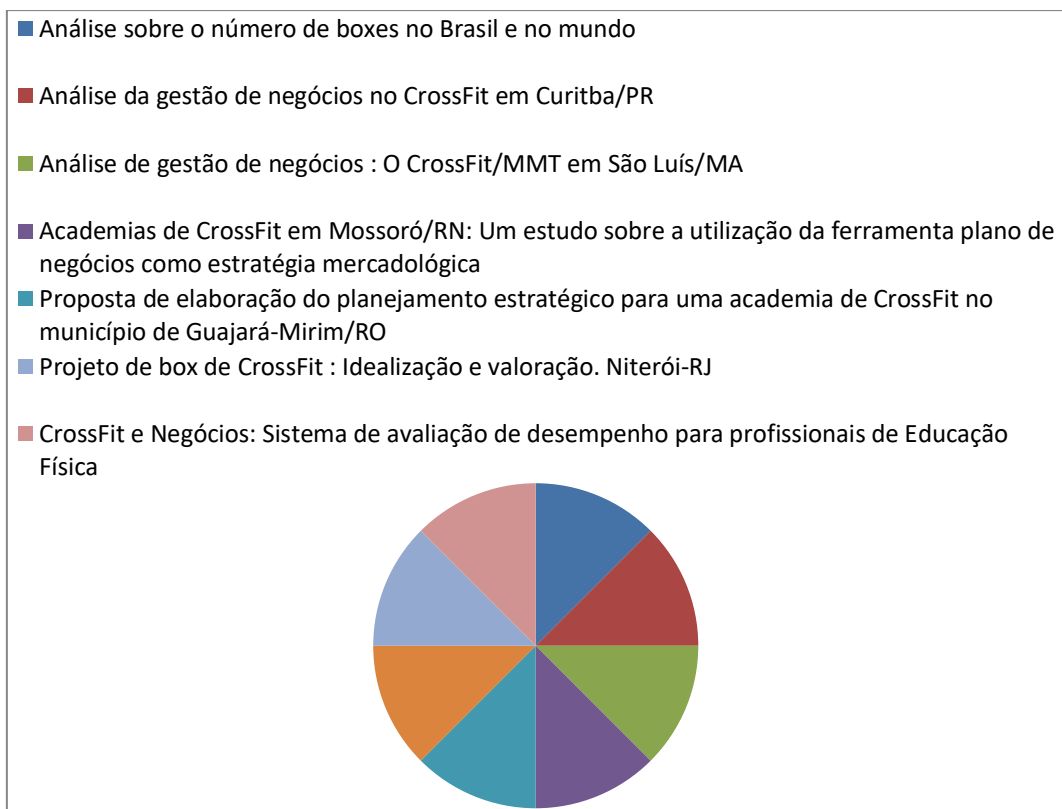
Categoria-Temática dos Estudos



Percebe-se que estes estudos se caracterizam por analisar o método CrossFit na perspectiva de ser mais uma alternativa de negócio a ser oferecida para a população dentro do ambiente do mercado fitness nacional. Ainda sobre os referidos textos encontrados, dos **20 (vinte), 8 (oito) destes estudos centralizaram suas pesquisas na temática gestão de negócios (colocar em porcentagem) do total de textos encontrados**. Para melhor entendimento, no quadro abaixo seguem os textos.

Temática dos estudos - Gestão de Negócios

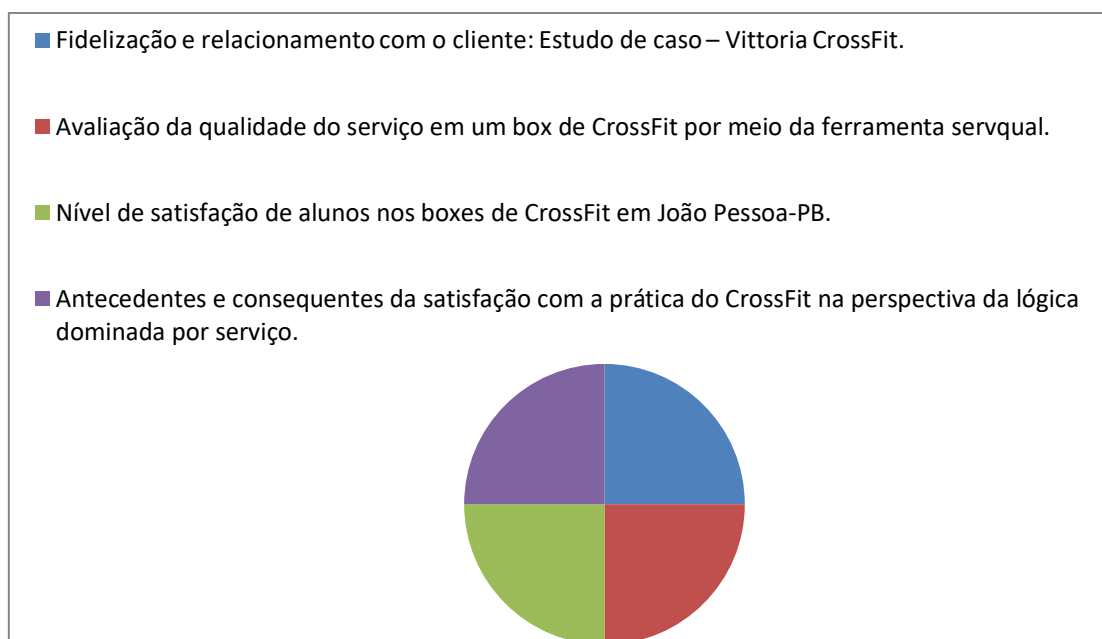
Descrição dos estudos relacionados a gestão de negócios



No que se refere ao tema prestação de serviços, as pesquisas abordaram os seguintes assuntos; fidelização e relacionamento com o cliente, experiência dos clientes, nível de satisfação dos clientes e comportamento do consumidor. Estas pesquisas analisaram como os boxes oferecem o método CrossFit para os seus clientes. **Total de estudos encontrados 5 textos (colocar em %).**

Temática dos estudos - Prestação dos Serviços

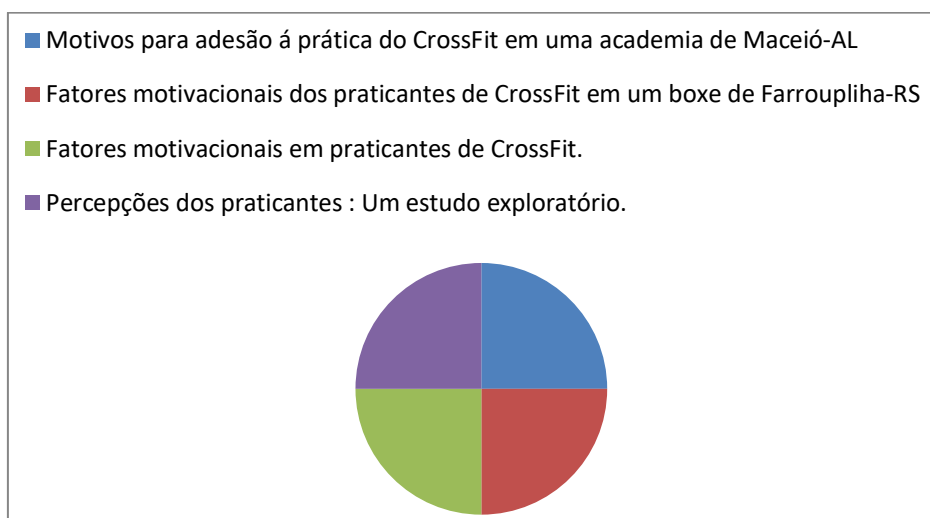
Descrição dos estudos relacionados a prestação de serviços



Sobre o tema motivação para a prática, os autores centralizaram seus estudos para saber quais são os motivos que levam os clientes a praticarem o método CrossFit, Fatores motivacionais dos praticantes de CrossFit, fatores motivacionais em praticantes de CrossFit e percepções dos praticantes de CrossFit. **Total de estudos encontrados 4 textos (colocar em %).**

Temática dos estudos - Motivação para a prática

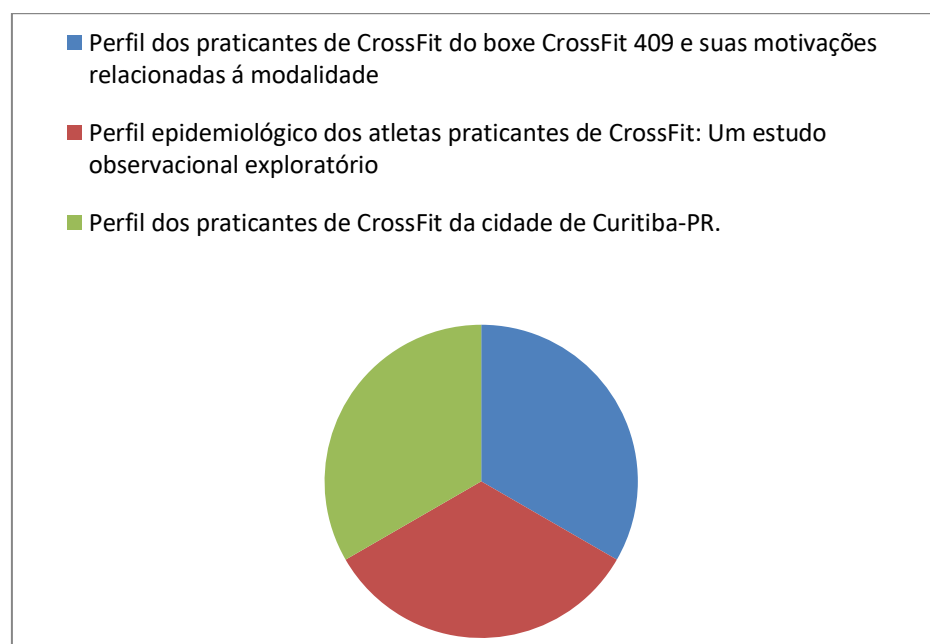
Descrição dos estudos relacionados à motivação para a prática



Referente ao tema Perfil de praticantes, os pesquisadores destinaram seus estudos para analisar qual é o perfil de praticantes do método CrossFit. Faz a saber; Perfil dos praticantes de CrossFit da cidade de Curitiba-PR, perfil dos praticantes de CrossFit do boxe CrossFit 409 e suas motivações relacionadas à modalidade e perfil epidemiológico dos atletas praticantes de CrossFit. **Total de estudos encontrados 4 (colocar em %).**

Temática dos estudos - Perfil de praticantes

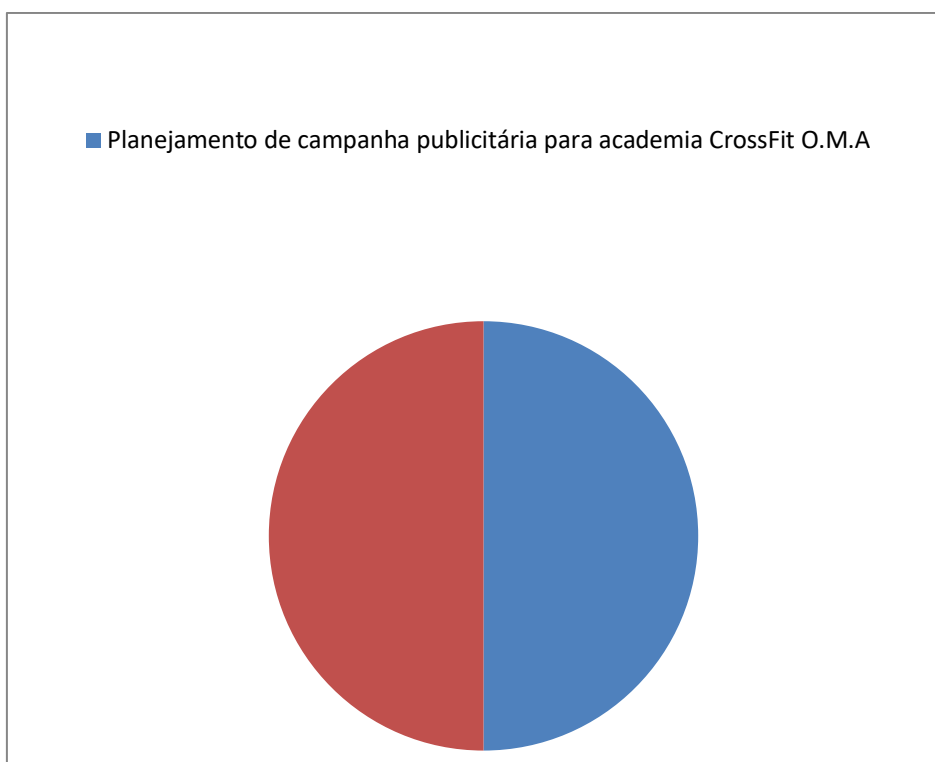
Descrição dos estudos relacionados a perfil de praticantes



Com relação ao tema Marketing & Publicidade, os pesquisadores destinaram a estudar o método CrossFit na perspectiva de promover e divulgar. Os textos foram; Planejamento de campanha publicitária para academia CrossFit O.M.A. **Total de textos encontrados foram 3 (colocar em %).**

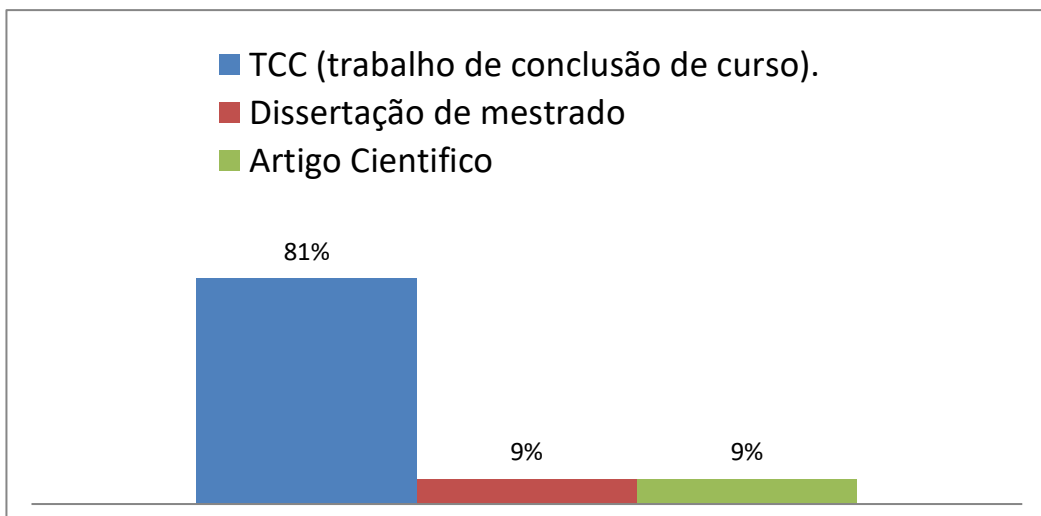
Temática dos estudos - Marketing e Publicidade

Descrição dos estudos relacionados a marketing e publicidade



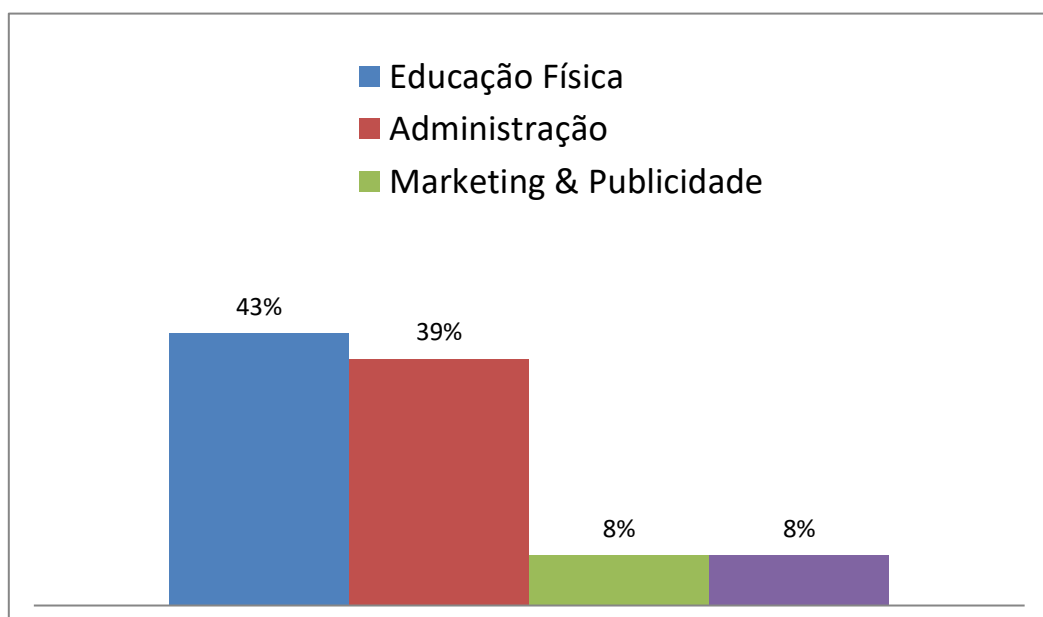
A segunda categoria a ser analisada é referente os “Tipos de estudos” que as pesquisas apresentam. Percebemos nas leituras dos textos que eles estão distribuídos da seguinte forma; TCC (Trabalho de Conclusão de Curso), Dissertação de Mestrado e Artigo Científico. No total de 20 textos encontrados, são caracterizados como Trabalho de conclusão de curso o total de 18 (colocar em %), com relação às pesquisas que se caracterizam por Dissertação de Mestrado são de total de 2 (colocar em %) e por artigo científico são totais de 2(colocar em %).

Categoria – Tipologia dos Estudos



Por fim, a terceira categoria a ser analisada é sobre a “Área de conhecimentos específicos”. Podemos perceber que dos 20 textos encontrados os pesquisadores pertencem as seguintes áreas de conhecimentos, faz a saber; Educação Física, Administração, Marketing e Publicidade, e Ciência e Tecnologia. Deste total relatado acima, 10 textos (colocar em %) foram publicados por autores da área da “Educação Física”, seguido por 8 textos (colocar em %) da área da “Administração”, para finalizar tivemos 2 textos (colocar em %) na área do Marketing & Publicidade, e “ciência e Tecnologia com 2 textos (colocar em %).

Categoria - Área de Conhecimentos Específicos



Referências

ALVES, S. R. V.; TRIANI, F. S. da. A apropriação do CrossFit como tema da produção científica pelo campo da Educação Física no Brasil: o Estado do Conhecimento (2015-2020). **Revista Gestão, Educação, Tecnologia e Saúde**, Sete Lagoas, v. 3, n. 1, p. 207-238, jan./jun. 2020.

CROSSFIT. Manual do CrossFit - **O Guia de Treinamento de Nível 1 do CrossFit**. 2002-2020.

DOMINSKI, F. H *et al.* Perfil de lesões em praticantes de CrossFit. Revisão Sistemática. **Fisioterapia e Pesquisa**, v. 25, n. 2, p. 229-239, 2018.

DOMINSKI, F. H *et al.* Produção de conhecimento sobre CrossFit. Revisão Sistemática. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, São Paulo, v. 12, n. 79, Suplementar 2, p. 962-974, jul./dez. 2018.

DOMINSKI, F. H. *et al.* O fenômeno CrossFit: Análise sobre o número de boxes no Brasil e no mundo e modelo de treinamento e competição. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, São Paulo, v. 13, n. 82, p. 271-281, mar./abr. 2019.

GALVÃO, F. T.; PANSANI, A. S. de; THAÍÍS, M. D.; LIBERATI, A.; TETZLAFF, J.; ALTMAN, D. G. The PRISMA Group. Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses: The PRISMA Statement. **Revista Epidemiologia Serviço Saúde**, Brasília, DF, v. 24, n. 2, abr./jun. 2015. Disponível em: www.prisma-statement.org. Acesso em: 7 nov. 2022.

GOMES, I. S.; CAMINHA, I. Guia para estudos de revisão sistemática: uma opção metodológica para as ciências do movimento humano. **Revista Movimento**, Porto Alegre, v. 20, n. 1, p. 395-411, jan./mar. 2014.

ROMANOWSY, J. P; ENS, R. T. As pesquisas denominadas do tipo “estado da arte” em educação. **Diálogo Educacional**, Curitiba, v. 6, n. 19, p. 37-50, 2006.