



Artigo de revisão

Felipe de Souza Schelbauer
Maria Clara Rabelo Jaime
Letícia Cristina Lima Moraes
Kizzy Fernandes Antualpa
Letícia Bartholomeu de Queiroz Lima

Recebido: 20 de setembro 2025

Revisado: 10 de outubro 2025

Aceito: 25 de novembro 2025

Publicado: 15 de dezembro 2025

WOD¹ Acadêmico: análise da produção científica sobre o *Crossfit*

Resumo

O *Crossfit* se caracteriza como uma prática corporal que chegou ao Brasil em 2009, se popularizando em território nacional e ampliando o número de adeptos/praticantes. A partir desse crescimento, torna-se relevante compreender como esse fenômeno vem sendo abordado pela produção científica nacional. Neste estudo objetivou-se analisar a produção científica escrita em língua portuguesa e com autores(as) vinculados às instituições brasileiras, sobre o *Crossfit*. Foram identificados 95 artigos publicados em português, nas cinco principais bases de dados da área, cujos(as) autores(as) apresentam vínculo com instituições brasileiras. A análise quantitativa e qualitativa evidenciou que os estudos iniciaram em 2015 com aumento expressivo ao longo dos anos. Ainda, as pesquisas estão vinculadas a 34 periódicos, 58 instituições de ensino e 166 autores(as) diferentes (dentre primeiros(as) e últimos(as)). Observou-se predominância de temáticas relacionadas à nutrição, saúde e lesões, enquanto perspectivas histórico-culturais e sociodemográficas ainda se mostram incipientes. Conclui-se que a produção científica sobre o *Crossfit* no Brasil está em expansão e necessita diversificar temas, abordagens e espaços de publicação, visando ampliar o desenvolvimento e a qualidade das pesquisas na área.

Palavras-chave: *Crossfit*; Estado da Arte; Artigos; Produção Científica; Educação Física.

Academic WOD: An Analysis of Brazilian Scientific Research on *CrossFit*

Abstract

CrossFit is characterized as a physical practice that arrived in Brazil in 2009, gaining popularity nationwide and increasing the number of adherents/practitioners. With this growth, it becomes relevant to understand how this phenomenon has been addressed by national scientific production. This study aimed to analyze the scientific literature written in Portuguese and authored by researchers affiliated with Brazilian institutions on *CrossFit*. A total of 95 articles published in Portuguese were identified across the five main databases in the field, whose authors are affiliated with Brazilian institutions. Quantitative and qualitative analysis showed that the studies began to emerge in 2015, with a marked increase over the years. Additionally, the publications are distributed across 34 journals, 58 educational institutions, and involve 166 different authors (considering first and last authorship). A predominance of themes related to nutrition, health, and injuries was observed, while historical-cultural and sociodemographic perspectives are still incipient. It is concluded that scientific production on *CrossFit* in Brazil is expanding and must diversify its themes, approaches, and publication venues in order to broaden the development and quality of research in the area.

Keywords: *Crossfit*; State of the Art; Articles; Scientific Production; Physical Education.

¹ WOD é a sigla para *Workout of the Day*, termo utilizado no CrossFit® para designar o “treino do dia”, composto por exercícios variados realizados em alta intensidade.

Introdução

Desde o início do século XXI, diferentes práticas corporais baseadas em treinamentos de alta intensidade ganharam popularidade e se disseminaram a nível mundial (Atakan *et al.*, 2021; Little & Gibala, 2025). Associadas ao caráter desafiador e motivacional, essas práticas cresceram tanto em número de praticantes como em variação/tipo de atividade (Dominski; Serafim & Andrade, 2019). De acordo com Atakan & colaboradores (2021), a popularização dessas práticas tem relação com a constante divulgação/comunicação dos impactos e benefícios do exercício físico associados à uma proposta de atividade realizada em um curto período de tempo. Nesse contexto, encontra-se o *Crosstraining* que se popularizou a partir do *Crossfit*², marca fundada em 1995 (Gavazzi & Dorst, 2014).

De acordo com Árok e Szako (2025, p. 2167), o *Crossfit* “ganhou popularidade global no início dos anos 2000 como um regime de treinamento funcional de alta intensidade combinando força, resistência e movimentos baseados em habilidades”. A modalidade, assim, associa um tempo pré-determinado de atividade, a alta intensidade e o foco na exaustão, se tornando uma das maiores tendências *fitness* atuais e crescendo exponencialmente nos últimos 15 anos (Hülsmann et al., 2021; Árok & Szabo, 2025; Claudino et al., 2018). Para Alekseyev & colaboradores (2020) o *Crossfit* une o exercício físico, a competição e a socialização, conquistando espaço social e construindo uma cultura própria.

No Brasil, Joel Fridman trouxe a modalidade em 2009, solicitando a filiação à marca e inaugurando a ‘*Crossfit Brasil*’, terceiro centro de treinamento da América Latina, localizado em São Paulo (Diegoli, 2014). Com a disseminação da modalidade, o Brasil se tornou o segundo país com mais adeptos em diferentes faixas etárias e o segundo país em número de centro de treinamento (Diegoli, 2014). Em 2019, o país apresentava 1055 unidades, ficando atrás apenas dos Estados Unidos, país idealizador da prática (Dominski; Casagrande & Andrade, 2019).

O *Crossfit* é uma prática proveniente da calistenia que consiste em trabalhar movimentações que exercitem o corpo todo, com preferência por mãos livres ou poucos materiais, a fim de condicionar o corpo e melhorar a coordenação, equilíbrio, agilidade e precisão (Gavazzi & Dorst, 2014). A prática ocorre em um *box* (centro de treinamento), direcionada por *coaches* (treinadores) e os treinos são nomeados como *workout of the day* (WOD) (Claudino et al., 2018; Wagener et al., 2020). Sua metodologia principal consiste em uma hierarquia teórica que busca potencializar a

² Neste trabalho optamos por utilizar o termo ‘*Crossfit*’ mediante a popularidade e difusão da prática pela marca.

mudança de vida representada por uma pirâmide que, da base ao topo, consiste nos passos: Nutrição, Condicionamento Metabólico, Ginástica, Levantamento de peso/Arremesso e Esporte (*Crossfit*, 2002). No entanto, a atividade é popularmente conhecida e disseminada como uma prática altamente lesiva e que necessita de habilidades pré-estabelecidas (Oliveira et al., 2020), fomentando, então, uma popularidade negativa.

Vale considerar que o desenvolvimento da modalidade ainda é recente, demandando aspectos que orientem seu constante desenvolvimento em diferentes perspectivas, incluindo a produção científica. Desse modo,

torna-se importante conhecer a produção científica sobre o tema, pois assim como a expansão da modalidade observa-se o crescimento na produção de conhecimento científico em geral, sendo necessários estudos com análises que colaborem no processo de construção e aperfeiçoamento deste campo de conhecimento (Dominski; Serafim & Andrade, 2019, p. 963).

Em corroboração, para Nascimento e Lazzarotti (2023), a produção científica possibilita a comunicação entre pares e a divulgação do conhecimento científico, contribuindo na legitimidade da área. Nessa perspectiva, Hinojo-Lucena et al. (2019), avaliam a importância de estudos que observem a elaboração científica, possibilitando o aperfeiçoamento, a avaliação, validação e construção da temática a partir do panorama acadêmico. Em estudo específico das práticas do *Fitness* funcional, abrangendo o *Crossfit*, Claudino e colaboradores (2023, p. 3) afirmam que “a prática baseada em evidências é altamente recomendada na literatura científica nacional e internacional para fundamentar a atuação profissional, ao oferecer um entendimento do nível de evidência científica para fundamentar o processo de tomada de decisão”.

Sob esse viés, com a rápida ascensão do *Crossfit*, o interesse científico também foi potencializado na última década (Claudino et al., 2018; Oliveira et al., 2023; Martinho et al., 2024). Em particular, Martinho & colaboradores (2024) observam a significativa presença de estudos organizados por autores(as) brasileiros(as) em assuntos específicos do *Crossfit*. Tal resultado é corroborado por outros estudos (Feito; Brown & Osmo, 2019; Stanciu & Ene-Voiculescu, 2024) que apontam o Brasil como segundo maior realizador de pesquisas científicas no *Crossfit*. Entretanto, Claudino & colaboradores (2023) apresentam que a maior parte desses estudos não foi publicado em língua portuguesa dificultando a compreensão das informações por estudantes e profissionais que estão inseridos na prática real. Ainda, diferentes autores(as) apontam a necessidade de estudos mais específicos que acompanhem o crescimento da modalidade e contribuam para sua prática, propondo estratégias eficazes e delimitando a área (Pereira et al., 2021; Meier; Schlie & Schmidt, 2023; Árok & Szabo, 2025).

Nessa perspectiva, o incentivo à produção científica permite contribuir para a legitimidade

da área pela sua fundamentação e avaliação constante (Nascimento & Lazzarotti, 2023) e organizar/compreender sua composição possibilita identificar lacunas, tendências e necessidades em um fenômeno específico. Mediante o exposto, no presente estudo objetivou-se analisar a produção científica escrita em língua portuguesa e com autores(as) vinculados às instituições brasileiras sobre o *CrossFit*.

Métodos

A investigação é do tipo Estado do Conhecimento, concentrando-se em um conjunto delimitado de publicações sobre um tema ou área. Seu propósito é mapear, analisar e discutir a produção científica de um período e campo definidos, de modo a identificar tendências, contribuições e lacunas existentes (Silva; Souza & Vasconcellos, 2020). Assim, essa proposta de pesquisa se torna relevante ao apontar os trabalhos já desenvolvidos e contribuir para a constituição de novas propostas que deem continuidade ou aprofundamento a área analisada (Romanowski & Ens, 2006).

Dessa forma, este estudo tem como foco as produções científicas brasileiras publicadas em periódicos que abordam o tema do *CrossFit*. Para sua realização, a pesquisa foi organizada em dois momentos: a) coleta e organização dos dados; e b) categorização e análises quantitativas e qualitativas.

A etapa da coleta foi realizada em cinco bases de dados (Scopus, Scielo, Lilacs, Pubmed e Periódicos Capes) a partir da presença da palavra-chave '*Crossfit*'. Além disso, foram adicionados filtros de pesquisa para busca apenas de artigos científicos; com a palavra '*Crossfit*' no título; e documentos escritos em português, visando garantir a fidedignidade do recorte adotado. Não foi especificada delimitação temporal de busca, entretanto, a pesquisa foi realizada com artigos encontrados até agosto de 2025. Os processos de coleta e avaliação dos artigos foram realizados por um pesquisador/autor do estudo e, posteriormente, revisados por outros dois autores de modo independente.

Em uma primeira seleção foram encontrados 215 artigos conforme apresentado na Tabela 1.

	Scopus	Scielo	Lilacs	Pubmed	Periódicos Capes
Total por Base	15	16	18	1	165
Total Geral	215				

Tabela 1. Seleção por bases de dados

Os 215 artigos foram organizados em uma planilha no Microsoft Excel, considerando as seguintes informações: título do artigo, ano da publicação, revista/periódico, autoria (primeiros(as) e últimos(as) autores(as)) e instituição de vínculo do(a) primeiro(a) autor(a) com a esfera de atuação e estado da instituição de vínculo.

A partir dessa estruturação, houve a exclusão de 79 artigos duplicados, 29 artigos em outro idioma (artigos residuais mesmo com a utilização de filtro nas bases de dados), nove artigos pela ausência do termo *Crossfit* no título, um artigo por falta de vínculo do autor com alguma instituição brasileira e, por fim, dois títulos publicados em materiais que não artigos científicos (anais de eventos acadêmicos). Em suma, os critérios de inclusão foram: 1. Artigos científicos com o termo *Crossfit* encontrado no título; 2. Artigos com o texto completo publicado em português; 3. Artigos com autores(as) vinculados(as) a instituições brasileiras. A partir disso, a busca resultou em 95 artigos que se enquadraram nas delimitações do estudo.

A próxima etapa de pesquisa foi a categorização e análises quantitativas e qualitativas. Cada variável categorizada será apresentada dentro de um subtópico que abrange as características apresentadas no Quadro 1. Tais critérios foram definidos durante a etapa de coleta e organização dos dados.

Subtópico de Análise	Critérios de Análise
Periódicos de Publicação	1. Periódico de Publicação 2. Área Mãe do Periódico 3. Qualis de Publicação (2017-2020)
Ano de Publicação	1. Ano de Publicação
Autoria	1. Primeiros(as) Autores(as) 2. Últimos(as) Autores(as) 3. Nível de formação
Localidade	1. Instituição de Vínculo 2. Estado de Publicação 3. Região de Publicação
Temática dos Estudos	1. Palavras-Chaves dos estudos 2. Temática Central dos Estudos

Quadro 1. Critérios analisados por subtópico

Sob esse viés, as variáveis foram analisadas a partir da Estatística Descritiva (Silvestre, 2007). Essa proposta permite descrever os padrões básicos, resumir, organizar e interpretar as informações do conjunto de dados via gráficos e tabelas considerando a visualização gráfica como elemento indispensável na apresentação/análise de resultados (Silvestre, 2007). Desse modo, as características quantitativas resultantes dos 95 artigos foram organizadas de modo gráfico visual.

Para além do exposto, no subtópico das temáticas dos estudos, foi utilizada a abordagem

interpretativa para dados qualitativos a partir da análise de conteúdo de Bardin (2011). Nessa perspectiva, a análise de conteúdo busca compreender os sentidos dos documentos analisados a partir de um conjunto de ferramentas (Valle & Ferreira, 2025). Portanto, essa proposta inclui três momentos: pré-análise, exploração do material e tratamento/interpretação dos resultados (Bardin, 2011).

O primeiro e segundo momento foram realizados em consonância com as demais etapas da pesquisa, onde os artigos foram pré-selecionados e organizados. A categorização temática foi realizada com base na leitura dos títulos, resumos e palavras-chave, por serem elementos definidos pelos próprios autores e capazes de sintetizar de maneira direta a centralidade de cada estudo (Dart, 2014). Desse processo emergiram oito categorias: Fisiologia, Histórico-Cultural, Lesões, Nutrição, Psicologia, Saúde, Treinamento e Outros.

Resultados e discussões

Na empreitada de sistematizar, analisar, mapear e diagnosticar a produção científica a respeito do *Crossfit* nas bases delimitadas, foram encontrados e analisados 95 artigos. Esses artigos foram organizados de acordo com suas características que serão apresentadas nos seguintes tópicos: Ano de Publicação; Periódicos de Publicação; Autoria; Localidade; e Temática.

Ano de Publicação

As publicações analisadas no presente estudo apresentam o ano de 2015 como primeiro registro de artigos sobre o *Crossfit* (Gráfico 1). Durante os onze anos que abrangem a primeira publicação ao ano de realização dessa pesquisa, o *Crossfit* apresenta um aumento expressivo na quantidade de produções publicadas, destacando-se 23,15% das publicações no ano de 2024.

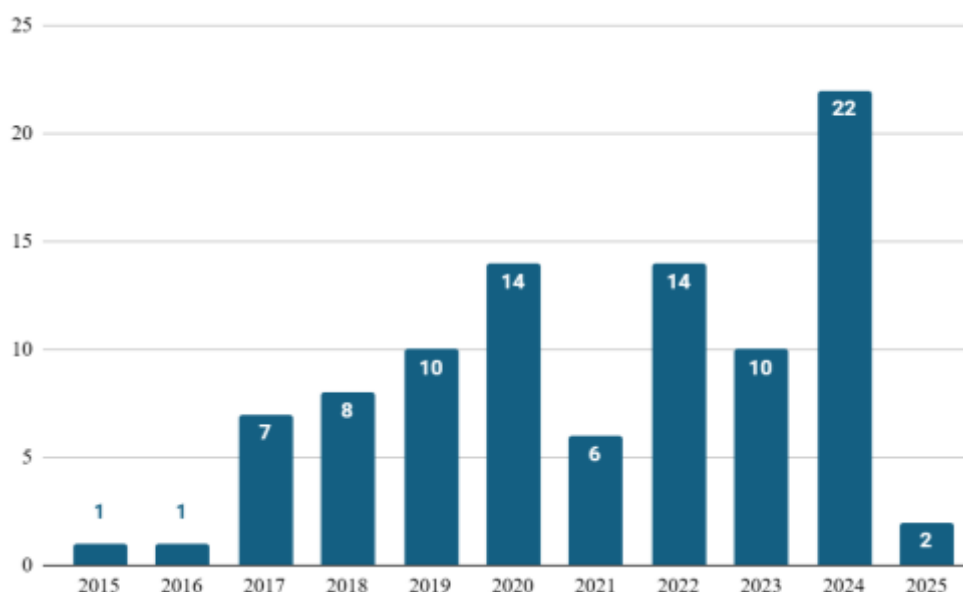


Gráfico 1. Frequência de artigos por ano de publicação.

Vale ressaltar que a busca por atividades de alta intensidade nos últimos anos potencializou a popularidade do *Crossfit*, que cresce desde sua criação e implementação, acentuando o número de praticantes (Dominski; Serafim & Andrade, 2019). Destaca-se que a chegada oficial da modalidade ao Brasil ocorreu em 2009, com a inauguração do primeiro box de treinamento no país (Diegoli, 2014). Ademais, a rápida disseminação da prática e o aumento expressivo no número de praticantes e espaços especializados (Oliveira et al., 2020) evidenciam a necessidade de aprofundamento científico sobre essa modalidade.

Percebe-se que 48,42% das pesquisas foram realizadas nos últimos três anos (2022, 2023 e 2024), contemplando quase metade das publicações e indicando um crescimento no período. Ressalta-se que os estudos encontrados para o ano de 2025 podem sofrer alterações em razão do período de coleta e da atualização contínua das bases de dados, não representando, portanto, o total de publicações desse ano.

Como ponto de atenção, ainda, é possível perceber a menor quantidade de publicações durante 2021 em decorrência da pandemia de Covid-19. Outros estudos apontam o aumento expressivo de publicações até 2020, com uma queda significativa em 2021 justificada pelas consequências da pandemia (Silva, 2024; Stanciu & Ene-Voiculescu, 2024).

Com base no exposto, observa-se a continuidade das pesquisas científicas sobre o *CrossFit* ao longo dos anos analisados, mesmo tratando-se de uma prática com inserção recente no contexto acadêmico. Nesse sentido, a produção de conhecimento torna-se relevante para ampliar as

investigações sobre esse fenômeno social e diversificar as abordagens relacionadas à prática (Dominski; Serafim & Andrade, 2019).

Periódicos de publicação

Os 95 artigos analisados estão publicados em 34 periódicos diferentes. Desse total, 21 periódicos apresentam apenas uma publicação sobre a temática, o que corresponde a 61,76% dos periódicos, mas representa somente 22,10% da produção no recorte estabelecido. Por outro lado, 41,05% das publicações nacionais (39 artigos) concentram-se em duas revistas: a Revista Brasileira de Nutrição Esportiva, com 21 artigos, e a Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício, com 18 artigos. Além disso, 13 periódicos apresentam mais de uma publicação relacionada ao *CrossFit* (Tabela 2).

Periódico de Publicação	Quantidade de Publicações
Revista Brasileira de Nutrição Esportiva	21
Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício	18
Caderno de Educação Física e Esporte	6
Motricidade	6
Fisioterapia Brasil	4
Fisioterapia e Pesquisa	4
Revista Brasileira de Medicina do Esporte	3
<i>Brazilian Journal of Health Review</i>	2
Movimento	2
Revista Brasileira de Ciência e Movimento	2
Revista CPAQV – Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida	2
Revista Pesquisa em Fisioterapia	2
<i>Research, Society and Development</i>	2

Tabela 2. Frequência de artigos por periódicos científicos.

De modo geral, ao analisar o periódico de publicação dos artigos percebe-se o fenômeno da Lei da Dispersão do conhecimento científico (Job, 2018), onde os assuntos e conteúdos apresentam tendências a determinados periódicos. Ou seja, um determinado grupo composto por poucos periódicos apresenta uma quantidade similar de publicações na temática comparado a outro grupo com maior quantidade de periódicos (Hinojo-Lucena et al., 2019).

Esse fator é visível nas publicações sobre o *Crossfit*, onde duas revistas contemplam 41,05% da produção nacional e 32 revistas, os outros 58,95%. De acordo com estudos de Carbinatto et al. (2016), Job (2018) e Hinojo-Lucena (2019), essa característica ocorre nas pesquisas em Educação

Física e, previamente, incentiva o envio de estudos a periódicos que aceitam/publicam aquela temática. No entanto, com base em Nascimento e Lazzarotti (2023), os periódicos científicos em Educação Física são generalistas enquanto foco e escopo, abarcando diferentes temáticas e contribuindo para o envio de pesquisa com diferentes perspectivas. Nesse sentido, mesmo com grande proporção de pesquisas direcionadas a periódicos específicos, espera-se a variabilidade de temáticas particulares.

Autoria

Fato importante na caracterização de estudos publicados é observar os(as) autores(as) envolvidos(as) na pesquisa. De modo geral, a lista de autores(as) reflete nomes que contribuíram efetivamente para a produção do artigo, mas com definições de responsabilidade e participação de acordo com a ordem de autoria (Nassif, 2019; Silva & Vanz, 2022). Nessa perspectiva, o papel de primeiro(a) autor(a), geralmente, representa o(a) autor(a) que mais contribuiu para o desenvolvimento da pesquisa, enquanto o(a) último(a), o(a) coordenador(a)/orientador(a) ou o(a) responsável pela instituição (Nassif, 2019; Silva & Vanz, 2022).

Diante disso, foram encontrados 85 primeiros(as) autores(as) distintos(as), sendo que apenas seis publicaram mais de uma vez na área (Quadro 2). Com destaque, é possível citar Ramires Alsamir Tibana com cinco publicações.

Nome do(a) Autor(a)	Quantidade de Publicações	Formação (Informada no Currículo Lattes)
Ramires Alsamir Tibana	5	Pós-Doutorado
Fábio Hech Dominski	3	Pós-Doutorado
Daniel Costa de Souza	2	Doutorado em Andamento
Julia Valério de Mendonça	2	Graduação
Juliana Gonçalves Baptista	2	Doutorado
Pedro Cunha Lopes	2	Doutorado em Andamento

Quadro 2. Primeiros(as) autores(as) com mais de uma publicação na temática e seu grau de formação.

Em consequência, foram encontrados 82 últimos(as) autores(as) na área, sendo que sete publicaram mais de uma vez (Quadro 2). É possível destacar o autor Jonato Prestes com cinco artigos que foram produzidos/publicados em parceria com Ramires Alsamir Tibana. Desta maneira, os quadros 1 e 2 evidenciam a interação entre os dois principais autores por trabalharem em parceria.

Nome do(a) Autor(a)	Quantidade de Publicações	Formação (Informada no Currículo Lattes)
Jonato Prestes	5	Pós-Doutorado
Alexandro Andrade	3	Pós-Doutorado
Elaine Reis Brandão	2	Pós-Doutorado
Jair Rodrigues Garcia Júnior	2	Doutorado
Kênia Kiefer Parreiras de Menezes	2	Pós-Doutorado
Paulo Roberto Viana Gentil	2	Doutorado
Tayana Vago de Miranda	2	Doutorado

Quadro 3. Últimos(as) autores(as) com mais de uma publicação na temática e seu grau de formação.

A partir do exposto, é possível reconhecer a dispersão autoral em relação aos artigos publicados. Ao todo, foram encontrados 166 autores(as) (considerando primeiros(as) e últimos(as)), onde 92,16% publicaram apenas uma vez na temática. Tal característica pode ser encontrada em outras pesquisas sobre temáticas da Educação Física (Moraes; Strehlau & Turolla, 2015; Nascimento; Oliveira & Bianconi, 2019; Gomes; Souza & Crisp, 2023; Gumus; Koc & Talaghir, 2024). De acordo com Moraes, Strehlau e Turolla (2015), tal característica está relacionada a um não amadurecimento da temática de pesquisa ou/e seu recente desenvolvimento.

Ainda, observar a formação dos(as) autores(as) permite relacionar as produções aos programas de pós-graduação nacionais. Ou seja, dentre os 13 primeiros(as) e últimos(as) autores(as) com mais de uma publicação, apenas 1 está no nível da graduação. Em pesquisa, Dutra, Moraes e Wyse (2025), apontam a relação de volume de publicação com produção do conhecimento durante os níveis de mestrado e, principalmente, doutorado. Os autores afirmam encontrar tais resultados em diferentes produções, associadas ao avanço de grupos de pesquisa, às avaliações dos sistemas de pós-graduação e aos mecanismos de fomento. Desse modo, reforça-se a importância de analisar a localidade de publicação desses artigos e compreender sua relação com as instituições de ensino superior.

Localidade

Quanto à localidade de publicação, entender onde se localizam as produções em *Crossfit* mediante o vínculo dos(as) autores(as) permite analisar tendências ou necessidades desse recorte da produção científica. Desse modo, foi utilizado o local de vínculo do(a) primeiro(a) autor(a), informado pelo periódico, durante o momento de publicação. Sob esse viés, as 95 publicações estão associadas a 68 instituições de ensino superior diferentes, considerando que o(a) mesmo(a) primeiro(a) autor(a) pode ter publicado por mais de uma instituição ao longo da carreira. No

entanto, apenas 17 instituições (25%) estão vinculadas à produção de mais de um artigo científico sobre o *Crossfit* (Tabela 4).

Instituição	Quantidade de Artigos
Universidade do Estado de Santa Catarina	5
Universidade Católica de Brasília	4
Universidade Federal do Rio de Janeiro	4
Universidade Estadual do Ceará	3
Universidade Federal de Sergipe	3
Universidade Paulista	3
Centro Universitário Pato de Minas	2
Centro Universitário Estácio do Ceará	2
Centro Universitário FUNCESI	2
Escola Superior de Educação Física de Jundiaí	2
Faculdades Integradas de Jaú	2
Universidade de Fortaleza	2
Universidade de São Paulo	2
Universidade do Oeste Paulista	2
Universidade Federal de Goiás	2
Universidade Federal de Lavras	2
Universidade Federal de Mato Grosso do Sul	2

Tabela 4. Frequência de publicações por universidades de vínculo dos(as) primeiros(as) autores(as).

Para além do exposto, é possível visualizar que 60,29% das instituições associadas às publicações em *Crossfit* atuam na esfera privada - contemplando 53 instituições. Entretanto, ao focalizar-se nas instituições com mais de uma publicação, é possível perceber que, dentre as 17 citadas na Tabela 4, nove são públicas e oito privadas.

No que se refere à distribuição geográfica das instituições, 18 estados brasileiros apresentam primeiros(as) autores(as) vinculados(as) a publicações sobre o *CrossFit*. De modo geral, os estados de São Paulo e Minas Gerais concentram 34 artigos, o que corresponde a 35,78% da produção nacional sobre a temática (Gráfico 3). Vale ressaltar, de acordo com estudos de Dominski, Casagrande e Andrade (2019) que tais estados estão entre os com maior número de *boxes* afiliados - São Paulo em primeiro e Minas Gerais em terceiro, ficando atrás do Rio de Janeiro. Em consonância, os estados que menos publicaram são os locais com menor incidência de *boxes* afiliados à marca *Crossfit* (Dominski; Casagrande & Andrade, 2019). Desse modo, é possível observar uma relação da presença do *Crossfit* com a produção científica.

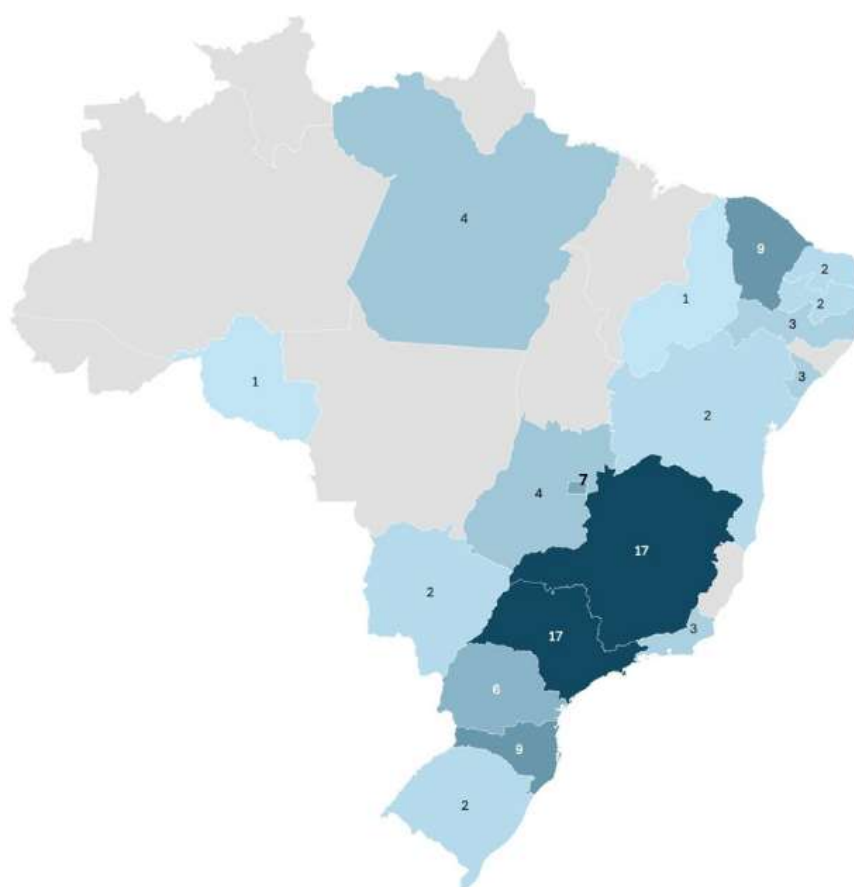


Gráfico 3. Frequência de artigos por estado do Brasil.

Em continuidade à análise dos estados de publicação, o Gráfico 4 apresenta a porcentagem de publicações por região do Brasil. Em vista desta organização, considerando a região que menos publicou (região Norte, com cinco) e a região que mais publicou (região Sudeste, com 37) houve uma diferença de 32 artigos. Desse modo, reforça-se a relação anterior da região Sudeste com a maior incidência de publicações e o maior número de *boxes* afiliados do território nacional em comparação às outras regiões (Dominski; Casagrande & Andrade, 2019).

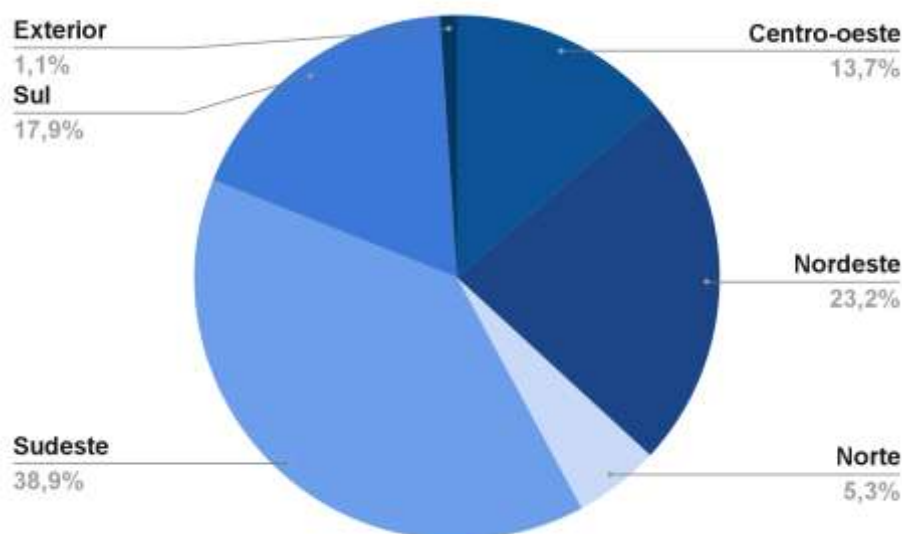


Gráfico 4. Porcentagem de Publicação por Região Brasileira.

Ademais, a região Sudeste concentra o maior número de grupos de estudos em Educação Física do país, o que se relaciona à maior presença e consolidação de programas de pós-graduação nessa área (Mello; Oliveira & Silva, 2022). Em contraste, a região Norte aprovou o seu primeiro programa de pós-graduação em Educação Física apenas em 2018, evidenciando disparidades no desenvolvimento e na distribuição da produção científica entre as regiões brasileiras (Mello; Oliveira & Silva, 2022).

Temas

Neste último subtópico, a análise foi direcionada para o conteúdo das produções. Desse modo, inicialmente foi realizada uma análise das palavras-chave da pesquisa e, posteriormente, após a leitura dos títulos, palavras-chave e resumos, o direcionamento para uma temática central.

Ao considerar os termos de busca/palavras-chaves dos artigos analisados, foram encontrados um total de 151 termos diferentes. Entretanto, 104 termos não apresentaram repetição em outro estudo. Nesse ponto, podemos citar termos específicos de estudos inéditos como alcoolismo, bruxismo, cafeína e Covid-19 que não são usados como palavras-chaves de outras produções.

Cabe ressaltar que, entre os 95 artigos analisados, três não apresentavam palavras-chave na publicação. Destaca-se, portanto, a relevância da inclusão de descritores adequados, uma vez que eles desempenham papel fundamental nos processos de indexação e recuperação da informação. Conforme apontam Brandau, Monteiro e Braille (2005), a ausência ou inadequação das palavras-

chave pode dificultar a localização do estudo e comprometer a circulação do conhecimento produzido.

Além disso, 47 termos foram utilizados em mais de uma publicação (Figura 1). O termo mais presente nas publicações é o próprio *Crossfit*, com 28 aparições. A Figura 1 apresenta a recorrência por meio de uma construção visual, onde as palavras mais destacadas foram mais citadas de modo proporcional à quantidade limite (28 citações do termo *Crossfit*). Desse modo, é possível visualizar termos que identificam o *Crossfit* como um exercício físico e uma prática de treinamento intervalado de alta intensidade, assim como aspectos relacionados a lesões, suplementação, incontinência urinária, entre outros.



Figura 1. Nuvem de palavras acerca dos termos de busca encontrados em mais de uma publicação.

Desse modo, é perceptível o interesse de publicação em diversas temáticas, o que contribui para o desenvolvimento da modalidade enquanto perspectivas do conhecimento produzido (Dominski; Serafim & Andrade, 2019). Esse tópico pode ser reforçado com as palavras-chave encontradas, que apresentam uma grande pluralidade de tópicos relacionados e se relacionam às categorias de análise da temática central.

Para além disso, foi analisada a temática abordada nos artigos a fim de entender a temática central das pesquisas. As palavras-chave, título e resumo foram base para esse processo, como

ressaltado no processo metodológico. Assim, os textos foram enquadrados em oito grandes grupos (Quadro 4).

Temática Central	Frequência de Estudos	Quantidade de Publicação	Conteúdo dos Artigos encontrados em cada eixo temático
Nutrição	25,27%	24	Alimentação pré e pós-exposição ao treinamento; impactos de uma alimentação equilibrada no <i>Crossfit</i> ; uso de suplementos alimentares e hábitos de ingestão diária de água.
Saúde	18,95%	18	Análise do condicionamento físico preventivo; funcionalidade e longevidade; qualidade de vida em diferentes contextos; possíveis problemáticas (incontinência urinária em mulheres).
Lesões	17,90%	17	Incidência, prevalência e recorrência de traumatismos oriundos do treinamento da modalidade;
Fisiologia	13,69%	13	Análises fisiológicas e capacidades físicas; foco no corpo humano e suas variações de frequência cardíaca, entre outros.
Treinamento	9,47%	9	Organização do treinamento esportivo enquanto ciclos, sessões ou carga; potencialidades/dificuldades no desenvolvimento da capacidade física e aptidão dos praticantes.
Psicologia	7,36%	7	Aspectos de interação social, sociabilidade, lealdade à prática e aos colegas; fatores relacionados à motivação e permanência na prática.
Histórico-Cultural	4,21%	4	<i>Crossfit</i> enquanto um fenômeno cultural que ressignifica e gerencia sujeitos; aspectos históricos que definem o <i>Crossfit</i> como um fenômeno social e cultural.
Outros	3,15%	3	Não se enquadram nas outras categorias, tratam de assuntos como a produção de conhecimento, propostas da fisioterapia e outras áreas específicas.

Quadro 4. Quantidade de Publicação da temática central do estudo.

Observa-se uma organização científica voltada à compreensão dos impactos do *CrossFit* na saúde e na ocorrência de lesões, além da busca por estratégias relacionadas ao rendimento e desempenho de seus praticantes. Os achados aqui apresentados dialogam com Martinho et al. (2024), ao apontarem que as investigações envolvendo nutrição, lesões e psicologia continuam representando parcela significativa da produção sobre *CrossFit*. De forma complementar, Wood et al. (2022) identificam a predominância de estudos concentrados em aspectos técnicos e biológicos da modalidade, especialmente no que se refere aos métodos e práticas de treinamento, prevalência de lesões e usos de dieta ou suplementação por praticantes.

Ao analisar a recorrência de artigos sobre nutrição, é possível associar o método piramidal de treinamento no *Crossfit*, proposto pelos seus criadores, em que a nutrição é a base desse estilo de vida (*Crossfit*, 2002). De acordo com Santos (2022), a nutrição se relaciona com a Educação Física por modificar os resultados da prática e se torna foco de estudos e pesquisas. Em complemento,

retoma-se a expressiva quantidade de publicações na Revista Brasileira de Nutrição Esportiva (21 artigos) que direciona os estudos para essa temática.

Ademais, outras tendências de pesquisa estão direcionadas a compreender as consequências enquanto saúde e índices de lesões no *Crossfit*. Santos (2022), em pesquisa que busca identificar os campos de interesse no *Crossfit*, percebe que as pesquisas relacionadas à saúde e às lesões são direcionadas aos possíveis desfechos da prática e abrangem 38,35% dos estudos abordados em sua pesquisa. Nesse sentido, justifica que modalidades recentes, que não apresentam uma ampla gama de evidências prévias, direcionam seus esforços científicos iniciais para a realidade empírica e pontos que se destacam na prática concreta (Santos, 2022).

Enquanto possíveis lacunas temáticas, observa-se a necessidade de ampliar estudos com foco na análise biomecânica dos movimentos e das demandas do *CrossFit*, contribuindo para o desenvolvimento de bases técnicas relacionadas à segurança da prática. Também se evidencia a importância de investigações que abordem os aspectos histórico-culturais da modalidade, considerando o *CrossFit* como um fenômeno social associado a estilos de vida e a transformações nos modos de praticar exercício físico. Ademais, ganham relevância pesquisas que examinem características sociodemográficas dos praticantes (Oliveira et al., 2023), uma vez que a expansão do *CrossFit* no território nacional ocorre de forma heterogênea, o que pode orientar ações de promoção e intervenção (Dominski; Casagrande & Andrade, 2019). De modo geral, permanece limitada a presença de estudos vinculados às ciências humanas e sociais na produção científica sobre a temática (Wood et al., 2022).

Diante da conjuntura, observa-se que muitos estudos se direcionam a realizar revisões sistemáticas sobre o *Crossfit*, entretanto, seus recortes especificam alguma temática central ou estão publicados em periódicos com baixos parâmetros de divulgação e qualidade (Claudino et al., 2023). Por fim, ao observar a ascensão recente da prática, Dominski, Serafim e Andrade (2019) apontam a necessidade de estudos de avaliação e estudos longitudinais que incorporem novos resultados. Tais aspectos, desse modo, podem ser incorporados em novas pesquisas que visem construir um panorama da prática, investigando as metodologias e as propostas dos estudos.

Considerações finais

Ao analisar 95 artigos, escritos em língua portuguesa e com autores(as) vinculados às instituições brasileiras, foi possível identificar que as pesquisas em *Crossfit* estão em evolução, associadas ao amadurecimento da prática e ao seu crescimento recente.

Desse modo, é evidenciado o aumento de pesquisas ao longo dos anos. Entretanto, tais pesquisas se caracterizam por apresentarem diversificados(as) primeiros(as) e últimos(as) autores(as) com publicações únicas na temática, assim como nas instituições de vínculo associadas. Além disso, percebe-se um direcionamento das pesquisas para a região sudeste, que pode estar relacionada ao número de praticantes e de *boxes* na região. Enquanto periódicos, as pesquisas abordadas no estudo estão distribuídas em periódicos da Área da Educação Física. Ainda, as temáticas apresentam características diversas com foco em aspectos da nutrição, saúde e lesões.

Observou-se a necessidade de ampliar a pesquisa na área, tanto no que se refere à diversidade temática quanto ao alcance dos periódicos que publicam sobre o assunto. Ademais, considerando o *CrossFit* como uma prática em recente e contínuo desenvolvimento, destaca-se a importância da expansão das investigações científicas, de modo a alcançar regiões do país ainda pouco representadas na produção acadêmica.

Nesse contexto, os dados apresentados evidenciam o *CrossFit* como uma prática multifacetada, que tem mobilizado diferentes perspectivas de investigação e segue em processo de consolidação no campo científico. Assim, destaca-se a contribuição deste estudo ao reunir um conjunto de produções que permite compreender o panorama atual da área e indicar a necessidade de continuidade das pesquisas.

Além disso, ressalta-se a possibilidade de que estudos futuros avancem sobre as limitações aqui identificadas, ampliando as fontes de consulta para além de artigos científicos, incorporando produções em outros idiomas e explorando novos critérios e categorias metodológicas de análise, contribuindo para o fortalecimento do conhecimento sobre a temática.

Referências

- Alekseyev, K., John, A., Malek, A., Lakdawala, M., Verma, N., Southall, C., Nikolaidis, A., Akella, S., Erosa, S., Islam, R., Perez-Bravo, E., & Ross, M. (2020). *Identifying the Most Common CrossFit Injuries in a Variety of Athletes. Rehabilitation process and outcome*, 9, 1179572719897069. <https://doi.org/10.1177/1179572719897069>
- Árok, P., & Szabo, A. What makes *CrossFit* exercise unique? Addiction, passion, or motivation?. *Sport Sci Health* 21, 2167–2183 (2025). <https://doi.org/10.1007/s11332-025-01403-z>
- Atakan, M. M., Li, Y., Koşar, Ş. N., Turnagöl, H. H., & Yan, X. (2021). Evidence-Based effects of high-intensity interval training on exercise capacity and health: A review with historical perspective. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(13), 7201. <https://doi.org/10.3390/ijerph18137201>
- Bardin, L. (2011). *Análise de conteúdo*. São Paulo: Edições 70.

- Brandau, R., Monteiro, R., & Braile, D. M. (2005). Importância do uso correto dos descritores nos artigos científicos. *Brazilian Journal of Cardiovascular Surgery*, 20, VII–IX. <https://doi.org/10.1590/S0102-76382005000100004>
- Carbinatto, M. V., Chaves, A. D., Moreira, W. W., Coelho, A. L. S. C., & Simões, R. M. R. (2016). A produção científica em ginástica: Uma análise a partir dos periódicos brasileiros. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 38(2), 199–206. <http://www.seer.ufgrs.br/index.php/Movimento/article/view/61223/39766>
- Claudino, J. G., Carmo, G. C., Massafferri, R., Ferreira, D. C. P., Gianoni, R., Serrão, J. C., & Cardoso Filho, C. A. (2023). Nível das evidências científicas do fitness funcional: uma revisão sistemática da literatura disponível em português. *Revista Brasileira de Ciência & Movimento*, 30(3). <https://doi.org/10.31501/rbcm.v30i3.13477>
- Claudino, J. G., Gabbett, T. J., Bourgeois, F., Souza, H. S., Miranda, R. C., Mezêncio, B., Soncin, R., Cardoso Filho, C. A., Bottaro, M., Hernandez, A. J., Amadio, A. C., & Serrão, J. C. (2018). *CrossFit Overview: Systematic Review and Meta-analysis*. *Sports Medicine*, 4(1), 11. <https://doi.org/10.1186/s40798-018-0124-5>
- CrossFit. (2002). *What is fitness? The CrossFit Journal*.
- Diegoli, J. (2014). *Tudo sobre CrossFit*. <https://operacorpis.wordpress.com/tag/joel-fridman/>
- Dominski, F. H., Casagrande, P. o., & Andrade, A. (2019). O fenômeno CrossFit®: análise sobre o número de boxes no Brasil e no mundo e modelo de treinamento e competição. *RBPfEX – Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício*, 13(82), 271–281. Recuperado de <https://www.rbpfex.com.br/index.php/rbpfex/article/view/1691>
- Dominski, F. H., Serafim, T. T., & Andrade, A. (2018). Produção de conhecimento sobre CrossFit®: revisão sistemática. *RBPfEX-Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício*, 12(79), 962–974.
- Dutra, T. R., Moraes, M. F. D., & Wyse, A. T. de S. (2025). O impacto positivo das bolsas de doutorado na produção e na carreira científica. *Revista Brasileira de Pós-Graduação*, 19(40), 1–22. <https://doi.org/10.21713/rbpg.v19i40.2003>
- Dart, J. (2014) Sports review: A content analysis of the International Review for the Sociology of Sport, the Journal of Sport and Social Issues and the Sociology of Sport Journal across 25 years. *International Review for the Sociology of Sport*, 49(6), 645–668.
- Feito, Y., Brown, C., & Olmos, A. (2019). A content analysis of the high-intensity functional training literature: A look at the past and directions for the future. *Human Movement*, 20(2), 1–15. <https://doi.org/10.5114/hm.2019.81020>
- Gavazzi, M., & Dorst, B. G. D. (2014). A origem do Crosstraining e sua evolução. In: *Anais do 12º Encontro Científico Cultural Interinstitucional* (p. 1). São Paulo.
- Gomes, R. J. da S., Souza, N. S. F., & Crisp, A. H. (2023). Análise bibliométrica da produção científica em Educação Física escolar. *Journal of Sport Pedagogy and Research*, 9(3), 9–15. <https://doi.org/10.3245/fqbymt09>
- Guirro, R. R. J., Forjaz, C. L. M., & Navas, A. L. G. P. (2021). *Relatório de avaliação: Educação Física (Avaliação quadrienal 2021)*. Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES).
- Gümüş, H., Koç, M. C., & Talaghir, L.-G. (2024). *Global research trends in physical activity barriers: A study on men*. *Healthcare*, 12(20), 2098. <https://doi.org/10.3390/healthcare12202098>

- Hinojo-Lucena, F.-J., Aznar-Díaz, I., Cáceres-Reche, M.-P., & Romero-Rodríguez, J.-M. (2019). Análise cientométrica de publicações indexadas no Journal Citation Reports sobre Educação Física. *Movimento*, 25, e25030. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.88273>
- Hülsmann, M., Reinecke, K., Barthel, T., & Reinsberger, C. (2021). *Musculoskeletal injuries in CrossFit®: a systematic review and metaanalysis of injury rates and locations*. *Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin*, 72, 351–358. <https://doi.org/10.5960/dzsm.2021.504>
- Job, I. (2018). Bibliometria aplicada aos estudos do campo da Educação Física: Confiabilidade, qualidade e relevância nas publicações. *Motrivivência*, 30(55), 1–15. <https://doi.org/10.5007/2175-8042.2018v30n55p1>
- Little, J. P., & Gibala, M. J. (2013). *Perspectives on interval training for health and performance*. *Canadian Science Publishing*, 38(4), 283–294. <http://dx.doi.org/10.1139/apnm-2025-0061>
- Marchlewski, C., Silva, P. M., & Soriano, J. B. (2011). A influência do sistema de avaliação Qualis na produção de conhecimento científico: Algumas reflexões sobre a Educação Física. *Motriz: Revista de Educação Física*, 17, 104–116. <https://doi.org/10.5016/1980-6574.2011v17n1p94>
- Martinho, D. V., Rebelo, A., Gouveia, É. R., Field, A., Costa, R., Ribeiro, A. S., Casonatto, J., Amorim, C., & Sarmento, H. (2024). *The physical demands and physiological responses to CrossFit®: a scoping review with evidence gap map and meta-correlation*. *BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation*, 16(62), 1–14. <https://doi.org/10.1186/s13102-024-00986-3>
- Meier, N., Schlie, J., & Schmidt, A. (2023). *CrossFit®: 'Unknowable' or Predictable? - A Systematic Review on Predictors of CrossFit® Performance*. *Sports (Basel, Switzerland)*, 11(6), 112. <https://doi.org/10.3390/sports11060112>
- Mello, G. T., Oliveira, B. N., & Silva, J. A. (2022). Análise temporal dos grupos de pesquisa da Educação Física no Brasil e sua vinculação com as linhas de pesquisa escola, esporte e saúde. *Revista Pensar a Prática*, 25, 8–11. <https://doi.org/10.5216/rpp.v25.70362>
- Moraes, S. G., Strehlau, V. I., & Turolla, F. A. (2015). Produção acadêmica de autores brasileiros sobre internacionalização: Balanço das publicações no Brasil no Séc. XXI. *Internext: Revista Eletrônica de Negócios Internacionais da ESPM*, 10(2), 82-96. <https://doi.org/10.18568/1980-4865.10282-96>
- Nascimento, A. S., de Oliveira, F. S., & Bianconi, M. L. (2019). *Bibliometric analysis of the Brazilian periodical journal of biochemistry education*. *Biochemistry and Molecular Biology Education*, 47(3), 249-256. <https://doi.org/10.1002/bmb.21220>
- Nascimento, O. A. S., & Lazzarotti Filho, A. (2023). O periodismo científico da educação física brasileira: periódicos, instituições e indexadores. *Movimento*, 29, e29049. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.130313>
- Nassif, V. M. J. (2019). Autoria nos artigos científicos: Por que a ordem importa aos pesquisadores. *REGEPE – Revista de Empreendedorismo e Gestão de Pequenas Empresas*, 8(2), 1–5. <https://doi.org/10.14211/regepe.v8i2.1574>
- Oliveira, D. V., Bertelli-Costa, T., Martelli, A., Chiminazzo, J. G. C., Oliveira, J. F., Delbim, L. R., Fiorese, L., & Nascimento Júnior, J. R. A. (2023). Investigação dos níveis de aptidão física e fatores sociodemográficos em praticantes de CrossFit®. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 37, e37191110. <https://doi.org/10.11606/issn.1981-4690.2023e37191110>
- Oliveira, D. Q., Torres, R. S., Santos, D. R. & Nero, D. S. M. (2020). Incidência de lesão no CrossFit: uma revisão sistemática de literatura. *Caderno de Educação Física e Esporte*, 18(3), 95–99.

- Pires, G. D. L., & Poffo, B. N. (2018). A avaliação da pós-graduação em Educação Física e suas implicações para os periódicos da área: “Publicar ou perecer” vale também para os editores. *Motrivivência*, 30(54), 111–126. <https://doi.org/10.5007/2175-8042.2018v30n54p111>
- Ribeiro, H. C. M., & dos Santos, M. C. (2015). Perfil e Evolução da Produção Científica do Tema Governança Corporativa nos periódicos Qualis/Capes Nacionais: Uma Análise Bibliométrica e de Redes Sociais. *Contabilidade Gestão E Governança*, 18(3). Recuperado de <https://revistacgg.org/index.php/contabil/article/view/802>
- Romanowski, J. P., & Ens, R. T. (2006). As pesquisas denominadas do tipo Estado da Arte em educação. *Revista Diálogo Educacional*, 6(19), 37–50.
- Santos, K. N. dos. (2022). *Um olhar acadêmico sobre o CrossFit: produção científica na última década* [TCC, Universidade Federal da Paraíba]. Repositório UFPB. <https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/123456789/27471>
- Silva, A. P. A. C. da, & Vanz, S. A. de S. (2022). Autoria, ordem de autoria e contribuição de autor: Uma revisão de literatura. *Revista Digital de Biblioteconomia e Ciência da Informação*, 20. <https://doi.org/10.20396/rdbci.v20i00.8669142>
- Silva, M. J. M. da. (2024). *Explorando o impacto do CrossFit na saúde e no desempenho: um estudo de revisão* [TCC, Universidade Federal de Pernambuco]. Repositório UFPE. <https://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/56254>
- Silva, A. P. P. N.; Souza, R. T.; Vasconcellos, V. M. R. (2020). O Estado da Arte ou o Estado do Conhecimento. *Educação*, 43(3), e37452. <https://doi.org/10.15448/1981-2582.2020.3.37452>.
- Silvestre, A. L. (2007). *Análise de dados e estatística descritiva*. Lisboa: Escolar.
- Simões, R., Moreira, W. W., Chaves, A. D., Santos, S. P., Coelho, A. L., & Carbinatto, M. V. (2016). A produção acadêmica sobre ginástica: estado da arte dos artigos científicos. *Revista Brasileira De Educação Física E Esporte*, 30(1), 183-198. <https://doi.org/10.1590/1807-55092016000100183>
- Valle, P. R. D., & Ferreira, J. D. L. (2025). Análise de conteúdo na perspectiva de Bardin: contribuições e limitações para a pesquisa qualitativa em educação. *Educação em Revista*, 41, e49377. <https://doi.org/10.1590/0102-469849377>
- Wagener, S., Hoppe, M. W., Hotfiel, T., Engelhardt, M., Javanmardi, S., Baumgart, C., & Freiwald, J. (2020). *CrossFit® – Development, Benefits and Risks [CrossFit® – Entwicklung, Nutzen und Risiken]*. *Sportorthopädie-Sporttraumatologie*, 36(3), 241–249. <https://doi.org/10.1016/j.orthtr.2020.07.001>
- Wood, E. C. da R., Silva, A. C., Baptista, G. G., & Lüdorf, S. M. A. (2022). Tornando-se um praticante de CrossFit: Gerenciamentos do corpo dentro e fora dos boxes. *Movimento*, 28, e28038. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.116972>