

Descobrimo a Prática de *Crosstraining*: uma Modalidade Esportiva Não Hegemônica do Século XXI

Discovering the Practice of Crosstraining: A Non-Hegemonic Sport of the 21st Century

<https://doi.org/10.21727/rm.v17i1.5760>

Giulia Ozório Venturini

Graduanda do curso de Educação Física da Universidade de Vassouras,
Maricá, Rio de Janeiro, Brasil.

Rafael Carvalho da Silva Mocarzel

Doutor em Ciências do Desporto.
Professor do curso de Educação Física da Universidade de Vassouras,
Maricá, Rio de Janeiro, Brasil.

E-mail de correspondência: professormocarzel@gmail.com

Resumo: O presente ensaio se propõe a investigar o *Crosstraining* como uma modalidade esportiva não hegemônica, examinando suas múltiplas dimensões, que se estendem para além dos aspectos biológicos e de treinamento. Embora a prática tenha ganhado significativa popularidade no Brasil e no mundo, a literatura acadêmica ainda se concentra predominantemente nas ciências biológicas e do esporte. Este estudo busca preencher essa lacuna ao apresentar e discutir os aspectos histórico, social, cultural, normativo e competitivo-desportivo do *Crosstraining*. O artigo evidencia a evolução da modalidade, sua relação com a marca *CrossFit*®, a linguagem e os rituais que promovem um senso de comunidade, e a complexidade de um cenário competitivo descentralizado e em expansão no Brasil. Conclui-se que o *Crosstraining* é uma prática multifacetada que exige maior atenção da comunidade científica, servindo este trabalho como um ponto de partida para investigações futuras que aprofundem suas particularidades.

Palavras-chave: *CrossFit*®; História do esporte; Sociologia do esporte; Cultura esportiva.

Abstract: This essay aims to investigate *Crosstraining* as a non-hegemonic sport, examining its multiple dimensions that extend beyond the biological and training aspects. Although the practice has gained significant popularity in Brazil and worldwide, academic literature is still predominantly focused on biological and sports sciences. This study seeks to fill this gap by presenting and discussing the historical, social, cultural, normative, and competitive-sporting aspects of *Crosstraining*. The article highlights the modality's evolution, its relationship with the *CrossFit*® brand, the language and rituals that foster a sense of community, and the complexity of a decentralized and expanding competitive scene in Brazil. It is concluded that *Crosstraining* is a multifaceted practice that deserves more attention from the scientific community, with this work serving as a starting point for future investigations to delve deeper into its specificities.

Keywords: *CrossFit*®; Sport history; Sport sociology; Sport culture.

Recebido em: 29/05/2025.

Aceito em: 23/03/2026.

Como citar este artigo

VENTURINI, G. O.; MOCARZEL, R. C. da S. Descobrimo a Prática de Crosstraining: uma Modalidade Esportiva Não Hegemônica do Século XXI. *Mosaico – Revista Multidisciplinar de Humanidades*, Vassouras, v, 17, n. 1, p. 201-213, jan./abr., 2026.



1. INTRODUÇÃO

O esporte é um fenômeno que integra a humanidade desde os Tempos Antigos (Marques; Almeida; Gutierrez, 2007). Com o passar dos anos, a sociedade humana tem sua cultura em processo constante de transformação, o que por sua vez, propicia também o processo de mudança do fenômeno do esporte, o que foi nomeado por Mocarzel *et al.* (2012, p. 120) como fenômeno da “bilateralidade socioesportiva”.

Inegavelmente, o esporte possui vertentes diversas, contemplando aspectos da saúde, da cultura, do lazer e da educação, integrando de forma indissociável o *ethos* de diversos povos ao redor do mundo (Caldas *et al.*, 2013). Hodiernamente, novas práticas continuam a surgir, ganhando muitos adeptos e visibilidade da mídia, sendo ainda destacados como modalidades não hegemônicas (Borba; Mendes, 2018). Um desses esportes recentes é conhecido como *Crosstraining*.

É dito por Gavazzi e Dorst (2014, p. 1) que

O Cross training é um tipo de treino de alta intensidade, não especializado, para todas idades, que envolve de forma global e equilibrada a resistência cardiovascular, resistência muscular, força, flexibilidade, potência, velocidade, coordenação, agilidade, equilíbrio e precisão. Inclui também a parte psicológica estimulando o praticante a desafiar seus próprios limites.

No Brasil, a modalidade ganhou muita visibilidade e adesão, principalmente em grandes áreas urbanas, tendo sua inclusão em centros de treinamento físico já existentes. Houve ainda a abertura de diversos outros centros de treinamento que têm hoje somente a referida modalidade como atividade principal. Atualmente, não há dados científicos específicos que quantifiquem o número total de centros de *Crosstraining* no Brasil, sendo esse "*Crosstraining*" utilizado de forma genérica para descrever treinamentos funcionais de alta intensidade, semelhantes ao *CrossFit*[®], mas que não são necessariamente afiliados à marca. Essa falta de padronização dificulta a obtenção de estatísticas precisas sobre o número de centros de *Crosstraining* no país. Segundo Dominski, Casagrande e Andrade (2019), presente em 154 países, em 7 continentes, o *CrossFit*[®] possui 14.969 centros de prática afiliados à marca. O Brasil detém cerca de 1055 desses centros de treinamento especializados na modalidade, destacando sua maior concentração na região sudeste liderado por São Paulo (335), Rio de Janeiro (154) e Minas Gerais (119).

Apesar de sua relevância e do significativo espaço nas redes sociais, o *Crosstraining* se configura como uma prática esportiva não hegemônica, desafiando os modelos tradicionais de esportes coletivos e individuais amplamente difundidos (Araújo; Rocha; Bossle, 2018; Paula; Lima, 2014). A sua aderência popular, no entanto, contrasta com o foco da produção acadêmica sobre a modalidade. Nota-se que os estudos ainda são muito centrados no campo do treinamento e nas ciências biológicas, abordando

temas como treinamento desportivo (Pereira *et al.*, 2019), treinamento de flexibilidade (Easton, 2011), lesões e reabilitação (Dominski *et al.*, 2018), e até aspectos psicológicos (Marks *et al.*, 2002)."

Além disso, constatou-se também que muitos estudos fazem uso da terminologia *CrossFit*[®], marca registrada que propaga a prática em âmbito competitivo-desportivo no mundo (Silva *et al.*, 2021). Não obstante, o universo da prática do *Crosstraining* possui diversas peculiaridades e idiosincrasias, como nomenclaturas, aparelhos, movimentos, dentre outros, que não são popularmente conhecidos ou mesmo apresentados na maioria dos estudos já publicados.

Sendo assim, este estudo em formato de ensaio tem por objetivo geral apresentar a modalidade *Crosstraining*, destacando seus aspectos histórico, social, cultural, normativo e competitivo-desportivo.

Apesar da crescente popularidade da modalidade, o *Crosstraining* ainda carece de uma literatura acadêmica diversificada e aprofundada, com a maioria dos estudos convergidos ao campo biológico. Tal limitação cria uma lacuna significativa, deixando de lado dimensões relevantes como seus aspectos sociais, culturais, normativos e históricos. Diante disso, este trabalho se propõe a adotar o formato de ensaio (Severino, 2000), uma abordagem que permite explorar essa prática esportiva de forma ampla e multifacetada. Ao invés de focar em uma única vertente, o ensaio possibilita articular diferentes perspectivas, enriquecendo a compreensão da modalidade e servindo como um ponto de partida relevante para futuras investigações no campo da Educação Física.

Outrossim, o estudo se torna relevante por apresentar o início do *Crosstraining*, sua relação com a marca *CrossFit*[®] e diversos outros pontos que ainda não são de senso comum dentro do universo do treinamento físico. Compreender a história, os fundamentos e os possíveis benefícios do *Crosstraining* se faz algo importante para profissionais da área da Educação Física, praticantes, entusiastas e mesmo curiosos sobre o tema, possibilitando ainda uma melhor aplicação dos métodos de treinamento, reduzindo riscos de lesões e potencializando resultados.

Além disso, o conhecimento mais aprofundado sobre essa modalidade permite desmistificar conceitos errôneos e ampliar a compreensão sobre sua eficácia, promovendo uma prática mais segura e eficiente de uma modalidade que tem suas especificidades.

Dessa forma, esclarece-se que o termo *Crosstraining*, tal como utilizado neste trabalho, está intrinsecamente relacionado à prática de *CrossFit*[®], reconhecida como marca registrada e, portanto, todas as referências ao *Crosstraining* ao longo deste ensaio dizem respeito especificamente às metodologias, princípios e características que compõem o modelo proposto por essa modalidade.

2. DESCOBRINDO O CROSSTRAINING

2.1 Dos aspectos históricos

O *Crosstraining* surgiu como uma estratégia de treinamento que busca combinar diferentes modalidades esportivas, para assim promover um desenvolvimento físico mais equilibrado aos praticantes (Silva-Grigoletto *et al.*, 2020). No entanto, foi com a criação do *CrossFit*[®] no início dos anos 2000 que propiciou para tal abordagem grande visibilidade. Fundado por Greg Glassman em 2000, o *CrossFit*[®] estruturou um método baseado em exercícios constantemente variados, funcionais e de alta intensidade, expandindo-se globalmente por meio de academias afiliadas.

Essa distinção nem sempre se faz clara, principalmente para leigos. Todavia, enquanto o *CrossFit*[®] segue padrões específicos definidos pela marca (Bellar *et al.*, 2015), o *Crosstraining* pode ser adotado de forma mais flexível, não necessariamente atendendo os padrões impostos pela marca.

De forma objetiva, a modalidade se constituiu e se estruturou integrando diferentes práticas corporais, como levantamento de peso olímpico, ginástica e exercícios metabólicos, visando o desenvolvimento simultâneo de múltiplas capacidades físicas, como: resistência cardiovascular e respiratória, força, flexibilidade, potência, velocidade, coordenação, agilidade, equilíbrio e precisão (Glassman, 2007).

2.2 Dos aspectos socioculturais

Para um melhor entendimento da modalidade, faz-se necessário a explicação de que o *Crosstraining* vai além de uma simples metodologia de treinamento físico, configurando-se também como um fenômeno sociocultural. Faz-se entender também que a prática constrói uma identidade coletiva entre seus praticantes, reforçada por símbolos próprios – como a linguagem técnica, a cultura do esforço extremo e os rituais de treino – que por sua vez, fortalecem o sentimento de pertencimento e de comunidade. É nessa perspectiva que Silva e Ferreira (2019, p. 161) afirmam que: “Os rituais são relevantes para analisar um grupo social específico, na medida em que fazem emergir as representações dos sujeitos, ajudando a tornar conscientes os fenômenos compartilhados pelos seus membros”.

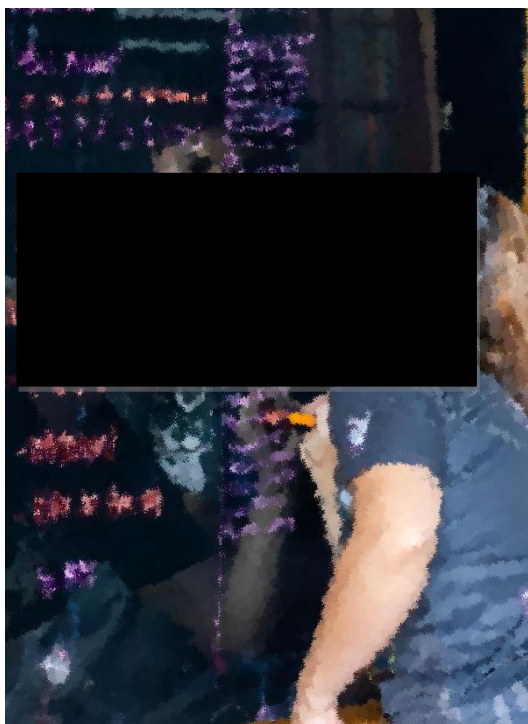
Compreender os aspectos socioculturais do *Crosstraining* se faz essencial para interpretar de forma mais profunda as dinâmicas que ocorrem dentro das aulas. A cultura que permeia essa modalidade é marcada por valores como superação, solidariedade, comparação e competição entre os sujeitos e consigo mesmo (Baptista; Brandão, 2022).

Para reforçar esse senso de pertencimento e comunidade, todos os participantes realizam o mesmo treino do dia. No entanto, cada indivíduo busca superar seus próprios limites, evidenciando a dinâmica de competição interna consigo mesmo e de apoio mútuo entre os praticantes. Essa dualidade é refletida dentro da aula que geralmente segue uma estrutura composta por aquecimento (*Warm Up*), parte técnica ou de força (*Skill*), o treino principal (*WOD*) e, por vezes, um desaquecimento (CrossFit Inc., 2022). Um dos aspectos diferenciais do *Crosstraining* é a ênfase na mensuração do desempenho, com registros contínuos que permitem ao praticante acompanhar sua evolução.

Outro aspecto que chama atenção é sua capacidade de promover um ambiente competitivo e colaborativo simultaneamente. Por exemplo, quando a aula é em formato de duplas-trios-quartetos, o desempenho depende do esforço conjunto, dividindo as repetições, incentivando e ajustando as estratégias. Logo, a vitória de um depende do outro, o que promove colaboração intensa dentro da equipe, mesmo em meio à disputa com os demais. Ao final, é comum observar o incentivo às posturas colaborativas, como incentivo mútuo, apoio técnico e superação conjunta. Esse tipo de dinâmica mistura o estímulo competitivo, com o espírito de equipe e apoio mútuo, típico do ambiente colaborativo.

Outra peculiaridade da modalidade recai sobre a utilização de quadros para anotação dos tempos, cargas e repetições. Esse comportamento acaba estimulando a superação pessoal e o desempenho coletivo, reforçando o senso de pertencimento ao grupo (Lautner *et al.*, 2020).

Figura 1 – Professores anotando os resultados do treino ao fim de uma sessão de aula



Fonte: autores.

2.3 Dos aspectos normativos

Para maior familiarização do *Crosstraining*, vê-se a relevância de explicar um importante conjunto de terminologias que são comumente utilizadas no cotidiano de seus adeptos. A prática do *Crosstraining*, por sua natureza híbrida e multifuncional (Tourinho Filho, 2009), desenvolveu ao longo dos anos uma linguagem própria, composta por siglas, termos técnicos e jargões específicos que facilitam a comunicação entre praticantes e treinadores. Esse vocabulário não apenas padroniza a execução dos treinos em diferentes locais do mundo, como também reforça o sentimento de pertencimento à comunidade. A seguir, foram confeccionados quadros com intuito de resumir e explicar alguns conceitos. O primeiro (quadro 1) apresenta diversas terminologias utilizadas na cultura do *Crosstraining*:

Quadro 1 – Glossário de termos utilizados em uma aula de *Crosstraining*

Termo/Sigla	Definição
<i>1RM (One Rep Max)</i>	Máximo de peso que um atleta pode levantar em uma única repetição de um exercício.
<i>AMRAP (As Many Rounds/Reps As Possible)</i>	Realizar o máximo de rodadas ou repetições possíveis dentro de um tempo determinado.

<i>Box</i>	Termo usado para designar a academia de <i>CrossFit</i> , geralmente com espaço aberto e equipamentos funcionais.
<i>Buy-In/Cash-Out</i>	Exercícios realizados antes (<i>Buy-In</i>) ou após (<i>Cash-Out</i>) o <i>WOD</i> principal.
<i>Coach</i>	Treinador responsável por orientar e corrigir os atletas durante os treinos.
<i>EMOM (Every Minute On the Minute)</i>	Executar uma tarefa no início de cada minuto e descansar o tempo restante até o próximo.
<i>Girls</i>	Série de <i>WOD</i> padrão nomeados com nomes femininos, usados para medir progresso.
<i>Hero WOD</i>	Treinos nomeados em homenagem a militares, policiais ou bombeiros que morreram em serviço.
<i>PR (Personal Record)</i>	Melhor marca pessoal em determinado exercício ou <i>WOD</i> .
<i>RFT (Round For Time)</i>	Completar uma sequência de exercícios no menor tempo possível.
<i>RX (Prescribed)</i>	Realizar o treino exatamente como prescrito, sem adaptações de carga ou movimento.
<i>Scaled</i>	Versão adaptada do <i>WOD</i> , ajustando peso, repetições ou movimentos para o nível do praticante.
<i>Tabata</i>	Protocolo de treino que intercala 20 segundos de trabalho intenso com 10 segundos de descanso, repetido por 4 minutos.
<i>Unbroken</i>	Realizar uma série de repetições sem pausas ou quebras.
<i>WOD (Workout of the Day)</i>	Treino do dia, geralmente composto por exercícios variados e de alta intensidade.

Fonte: adaptado do site da *CrossFit*[®] (Cross Fit Inc., 2024).

Dentro do quadro 1 há o item “*girls*”, que faz referência aos *WOD* (padrões de treinos utilizados para medir progresso). Esses treinos com nomes femininos foram criados para lembrar e honrar mulheres que tiveram um impacto significativo no esporte ou para simbolizar mulheres que representaram a força e resistência no treinamento físico. Com o tempo, a tradição de dar nomes femininos aos *WOD* cresceu e se tornou uma característica da *CrossFit*[®], algo reconhecido e celebrado pelos praticantes, especialmente em competições (The Crossfit Journal, 2003).

Em contrapartida, há também os “*heros*”, que são os *WOD* em homenagem a homens militares que morreram em combate. Esses treinos se destacam pelo elevado nível de dificuldade, volume de repetições e intensidade, simbolizando o sacrifício e a bravura dos homenageados. Por exemplo, o *Hero WOD* registrado como o “*Murph*”, um dos mais conhecidos na comunidade *CrossFit*[®], foi criado em homenagem ao Tenente Michael P. Murphy, morto em combate no Afeganistão, em 2005 (The Crossfit Journal, 2010).

Apresenta-se ainda no quadro 2, mesmo que de forma sintética, alguns dos principais movimentos que são utilizados e que não têm nomenclatura de uso comum em outros esportes.

Quadro 2 – Glossário de movimentos praticados no *Crosstraining*

Termo/Sigla	Descrição
<i>Box Jump</i>	Salto sobre uma caixa ou plataforma.
<i>BS (Back Squat)</i>	Agachamento com a barra apoiada nas costas.
<i>Butterfly Pull-Up</i>	Varição de <i>kiping pull-up</i> que permite ciclos mais rápidos.
<i>C&J (Clean and Jerk)</i>	Levantamento olímpico composto por dois movimentos: <i>clean</i> seguido do <i>jerk</i> .
<i>Cluster</i>	Combinação de um <i>clean</i> seguido por um <i>thruster</i> .
<i>DL (Deadlift)</i>	Levantamento terra; levantar a barra do chão até a altura do quadril.
<i>DU (Double Under)</i>	Pulo de corda onde a corda passa duas vezes sob os pés a cada salto.
<i>Farm Carry</i>	Caminhada carregando pesos (geralmente halteres ou <i>kettlebells</i>) em ambas as mãos.
<i>FS (Front Squat)</i>	Agachamento com a barra apoiada na frente dos ombros.
<i>GHD Sit-Up</i>	Abdominal realizado no equipamento <i>GHD (Glute-Ham Developer)</i> .
<i>HSPU (Handstand Push-Up)</i>	Flexão de braço em posição de bananeira.
<i>Kipping</i>	Técnica que utiliza o balanço do corpo para ganhar impulso em movimentos como <i>pull-ups</i> e <i>HSPU</i> .
<i>OHS (Overhead Squat)</i>	Agachamento com a barra acima da cabeça.
<i>Snatch</i>	Levantamento olímpico onde a barra é levantada do chão diretamente acima da cabeça em um único movimento.
<i>T2B (Toes to Bar)</i>	Levar os pés até a barra estando pendurado.
<i>Thruster</i>	Combinação de um <i>front squat</i> seguido de um <i>push press</i> .
<i>Wall Ball</i>	Arremesso de uma bola medicinal contra uma parede a uma altura específica.

Fonte: adaptado do site da *CrossFit*® (Cross Fit Inc., 2024).

Figura 2 – Atleta em um exercício com a barra olímpica



Fonte: autores.

2.4 Dos aspectos competitivo-desportivos

Após o detalhamento dos aspectos terminológicos, é possível realizar um aprofundamento na análise da vertente competitivo-desportiva do *Crosstraining*. Embora tenha se consolidado como uma prática voltada à melhoria da saúde geral, condicionamento físico e qualidade de vida, a modalidade também apresenta um cenário competitivo robusto e em expansão. Competições locais, regionais e internacionais, como os *CrossFit Games*[®], reúnem atletas de alto rendimento que se dedicam a treinamentos específicos e protocolos de alta intensidade para alcançar a excelência física em múltiplas capacidades (Mangine *et al.*, 2020).

No âmbito competitivo, os praticantes de *Crosstraining* enfrentam demandas significativamente distintas em comparação com os participantes recreativos. Atletas de elite devem não apenas suportar o volume e intensidade elevados dos treinos, mas também com demandas psicológicas significativas, como a gestão de ansiedade pré-competitiva e a capacidade de manter a motivação e a resiliência mental. Estudos como o de Mangine (2020), demonstram que atletas competitivos de *CrossFit*[®] exibem níveis superiores de força, potência, resistência cardiorrespiratória e composição corporal em relação a praticantes não competitivos, evidenciando o impacto de um treinamento sistematizado e periodizado em alto nível.

A preparação física voltada para o alto rendimento no *Crosstraining*, revela-se como uma prática muito mais complexa do que apenas treinar intensamente. A maximização do desempenho atlético requer a adoção de estratégias de periodização sistematizadas de treinamento bem planejadas, que alternem ciclos de carga e descanso. Estudos de periodização aplicados ao *Crosstraining* têm demonstrado que a integração de fases específicas de intensidade e volume de treino pode ser um fator determinante na *performance* em eventos competitivos (Pereira *et al.*, 2019). Isso implica em treinos voltados para o desenvolvimento da força, das resistências cardiovascular e muscular, além da recuperação ativa e passiva que são cruciais para evitar o esgotamento e lesões. Ressalta-se, contudo, que o aprofundamento neste tema não constitui o foco central do presente estudo, ainda que sua relevância no contexto da preparação esportiva deva ser amplamente reconhecida.

Dentro do contexto brasileiro, observa-se a existência de um circuito expressivo de competições amadoras de *Crosstraining*, com abrangência regional e nacional, que anualmente mobiliza milhares praticantes e entusiastas da modalidade. Tais eventos, embora frequentemente adotem metodologias e formatos inspirados no modelo do *CrossFit*[®], não mantêm vínculos formais com a marca, tampouco são supervisionados por uma federação ou confederação nacional que estabeleça diretrizes normativas ou padronizações técnicas. Em decorrência disso, o cenário competitivo no Brasil se caracteriza por uma ampla diversidade, manifestada na variedade de campeonatos quanto à escala, nível de exigência e qualidade técnica, aspectos fortemente influenciados pela estrutura organizacional e pelos recursos disponíveis em cada localidade.

Figura 3 – Atleta em um exercício com a barra olímpica



Fonte: autores.

A inexistência de uma entidade reguladora, por um lado, proporciona significativa autonomia aos organizadores no que se refere à definição de regras, critérios de julgamento e formatos de

competição. Por outro lado, essa mesma ausência de normatização pode acarretar em obstáculos problemáticos, como a inconsistência nos parâmetros técnicos, a subjetividade nos julgamentos e potenciais riscos à segurança dos atletas envolvidos. E apesar de não possuírem vínculo oficial com a marca ou com federações esportivas, muitas dessas competições brasileiras contam com apoio de marcas independentes de suplementos, equipamentos esportivos e academias locais, o que demonstra o potencial econômico e cultural desse cenário competitivo alternativo.

Essa movimentação ajuda a fomentar o esporte, incentivando novos praticantes e proporcionando oportunidades para atletas amadores experimentarem a adrenalina de uma competição, além de criar um espaço de socialização e pertencimento dentro de uma comunidade, no caso o *Crosstraining*.

Por conta desse cenário descentralizado, vem crescendo também a discussão sobre a necessidade de uma entidade que possa representar oficialmente a modalidade no país, estabelecer parâmetros mínimos de segurança, ética competitiva e qualificação técnica de árbitros e organizadores. Embora não seja algo ainda concreto, a formação de uma associação ou federação nacional poderia contribuir para o fortalecimento e a profissionalização do esporte, sem necessariamente limitar a liberdade e criatividade que hoje caracterizam o cenário competitivo nacional.

Ainda não existem estudos que tragam essa temática dentro do universo acadêmico, o que torna mais relevante ainda de ser abordado neste trabalho.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O *Crosstraining* se consolidou como uma prática que ultrapassa os limites do simples condicionamento físico, assumindo dimensões históricas, sociais, normativas, culturais e competitivas. Sua popularização, especialmente em grandes centros urbanos (inclusive no Brasil), evidencia o potencial dessa modalidade em promover saúde, desempenho e pertencimento social entre os praticantes. Além disso, sua estrutura dinâmica e inclusiva favorece tanto a prática recreativa quanto a formação de um cenário competitivo em expansão.

Entretanto, apesar de sua relevância e crescente adesão por parte da população, ainda se observa uma significativa lacuna em aberto no campo acadêmico. A maior parte dos estudos se concentra em aspectos biológicos e de treinamento, deixando em segundo plano dimensões igualmente importantes, como os fatores históricos, socioculturais, normativos e de organização esportiva.

Dessa maneira, conclui-se que o *Crosstraining* é uma prática complexa e multifacetada, que merece maior atenção por parte da comunidade científica. Investigações futuras poderão contribuir não apenas para a compreensão mais profunda de suas características e impactos, mas também para a consolidação de diretrizes que favoreçam uma prática mais segura, eficiente e reconhecida dentro do universo esportivo.

Agradecimentos:

- O presente trabalho foi realizado com bolsa do Programa de Iniciação Científica da Fundação Severino Sombra – FUSVE, na Univassouras, campus Maricá.
- Este estudo contou com o apoio do Programa de incentivo à Pesquisa da Univassouras, campus Maricá.

Conflito de interesse

Os autores declaram não haver conflitos de interesse de nenhuma natureza.

REFERÊNCIAS

ALVES, D. P. *et al.* Empatia na assistência em enfermagem sob a luz de Watson. **Revista Científica de Enfermagem**. São Paulo; v. 11, n. 36, p. 629-635, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.24276/rrecien2021.11.36.629-635>. Acesso em: 10 out. 2024.

ARAÚJO, L. G. *et al.* Gravidez na Adolescência: percepção dos enfermeiros sobre a assistência de enfermagem. **Enferm Foco [online]**, v. 14, p. e-202369, 2023. Disponível em: <https://enfermfoco.org/article/gravidez-na-adolescencia-percepcao-dos-enfermeiros-sobre-a-assistencia-de-enfermagem/>. Acesso em: 9 set. 2024.

ARAÚJO, V. M. G. Fatores associados ao óbito neonatal de mães adolescentes. **Rev. Bras. Saúde Mater. Infant.**, Recife, n. 21, v. 3, p. 817-827 jul-set., 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbsmi/a/cMbXrFwn9vmhMZZTYGDQT6B/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 05 set. 2024.

BARROS, M. C. F. do R. *et al.* A presença do acompanhante e o empoderamento feminino durante o parto. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, [S. l.], v. 7, n. 11, p. 1066–1076, 2025. DOI: 10.36557/2674-8169.2025v7n11p1066-1076. Disponível em: <https://bjih.emnuvens.com.br/bjih/article/view/6640>. Acesso em: 26 mar. 2026.

BERNET, B. *et al.* Redução das taxas de abandono escolar entre mães adolescentes que recebem cuidados pré-natais em escolas. **Arch Pediatr Adolesc Med**. 2004; v.158, n.3, p. 262-268. doi:10.1001/archpedi.158.3.262 Disponível em: https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/fullarticle/485646#google_vignette. Acesso em: 02 abr. 2026.

COSTA, C. R. *et al.* Gravidez na adolescência: o papel da família na prevenção da gravidez na adolescência. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [S. l.], v. 10, n. 12, p. 2547–2568, 2024. DOI: 10.51891/rease.v10i12.16659. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/16659>. Acesso em: 26 mar. 2026.

FERNÁNDEZ, O. Y.; GUILLÉN, F. D. A revisão bibliográfica como metodologia de pesquisa. **Revista Tempos e Espaços em Educação**, São Cristóvão, v. 14, n. 33, p. e15614, 2021. DOI: 10.20952/revtee.v14i33.15614. Disponível em: <https://periodicos.ufs.br/revtee/article/view/15614>. Acesso em: 11 set. 2024.

FERRAZ DOS SANTOS, A. C. *et al.* Abordagem do Enfermeiro na Gravidez na Adolescência / Nurse's Approach to Pregnancy in Adolescence. **Brazilian Journal of Health Review**, [S. l.], v. 3, n. 6, p. 17438–

17456, 2020. DOI:10.34119/bjhrv3n6-161. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/20836>. Acesso em: 10 set. 2024.

MARQUES T. M. *et al.* Adolescentes grávidas que experienciaram o nascimento prematuro: percepções acerca do cuidado pré-natal. **Esc. Anna Nery**, [S. l.], v. 27, n. 3, p. e20220120, 2022. DOI: 10.1590/2177-9465-EAN-2022-0120. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ean/a/SzhQRHZzVTyvzNMfZsLZLjQ/>. Acesso em: 10 set. 2024.

MELO M. M. *et al.* Fatores que influenciam a adesão de gestantes adolescentes às práticas recomendadas na assistência pré-natal. **Cad. Saúde Colet.**, 2022, n. 30, v. 2, p. 181-188. <https://doi.org/10.1590/1414-462X202230020315>. Acesso em: 08 set. 2024.

MONTEIRO, S. C. V. **O enfermeiro obstetra na aquisição de competências parentais da grávida adolescente**, 2023. Dissertação (Mestrado em Enfermagem de Saúde Materna e Obstétrica) – Escola Superior de Enfermagem de Lisboa, Lisboa, s.n., 2023. Disponível em: <https://busqueda.bvsalud.org/portal/resource/es/biblio-1519196>. Acesso em: 12 set. 2024.

NKURUNZIZA A. *et al.* Integrating trauma- and violence-informed care for adolescent mothers in Rwanda: a qualitative study with community health workers. **BMC Health Serv Res.**, n. 24, v. 1, p. 868, 30 jul. 2024. doi: 10.1186/s12913-024-11352-x. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/mdl-39080753>. Acesso: 12 set. 2024.

OLIVEIRA, M. S. S. de *et al.* Vivências de violência obstétrica experimentadas por parturientes. **ABCS health sci**, v. 44, n. 2, p. 114-119, 11 out. 2019. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1022349>. Acesso em: 13 set. 2024.

PINTO, I. R. *et al.* Adolescent pregnancies and adherence to puerperal consultation. **Rev. Latino-Am – Enfermagem**, n. 30 (spe), p. e3702, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/RT593wYW7bMKnPb8WzQ5Qxp/>:<https://doi.org/10.1590/1518-8345.6269.3702>. Acesso em: 10 ago. 2024.

PONTES, B. F. *et al.* Fatores relacionados a gravidez na adolescência: perfil reprodutivo de um grupo de gestantes. **R. Pesq. Cuid. Fundam**, n. 15, p. e11972, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.9789/21755361.rpcf.v15.11972>. Acesso: 15 set. 2024.

QUEIROZ M. V. O. *et al.* Grupo de gestantes adolescentes: contribuições para o cuidado no pré-natal. **Rev. Gaúcha Enferm.**, n. 37(esp), p. e2016-0029, 2016. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1983-1447.2016.esp.2016-0029>. Acesso em: 9 out. 2024.

REIS, V. J. A. *et al.* Strategies for attracting pregnant adolescents to prenatal consultations. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 11, n. 7, p. e37711727108, 2022. DOI: 10.33448/rsd-v11i7.27108. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/27108>. Acesso em: 9 out. 2024.

RIBEIRO, H.; COELHO, M.; AMOROSO, S. Impactos das diferentes violências no atendimento da mulher na gestação e parto.(PSICOLOGIA). **Repositório Institucional**, v. 3, n. 2, 2025. Disponível em: <https://revistas.icesp.br/index.php/Real/article/view/6214>. Acesso em: 26 mar. 2026.

SANTOS, C. M. C.; PIMENTA, C. A. M.; NOBRE, M. R. C. A Estratégia PICO para a Construção da Pergunta de Pesquisa e Busca de Evidências. **Rev. Latino Enfermagem**, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/CfKNnz8mvSqVjZ37Z77pFsy/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 11 set. 2024.

SILVA, M. B. *et al.* Assistência de Enfermagem no Pré-Natal da Gestante Adolescente: uma revisão integrativa. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**, [S. l.], v. 27, n. 10, p. 5820–5838, 2023. DOI: 10.25110/arqsaude.v27i10.2023-023. Disponível em: <https://revistas.unipar.br/index.php/saude/article/view/10648>. Acesso em: 9 set. 2024.

SOUSA, A. S.; OLIVEIRA, S. O.; ALVES, L. H. A Pesquisa Bibliográfica; Princípios e Fundamentos. **Cadernos da Fucamp**, v. 20, n. 43, p.64-83, 2021. Disponível em: <https://revistas.fucamp.edu.br/index.php/cadernos/article/view/2336>. Acesso em: 15. set. 2024.

SOUZA CORRÊA, D. H. de *et al.* **Gravidez na adolescência: desafios e estratégias de prevenção**. Aurum Editora, [S. l.], p. 16–22, 2025. DOI: 10.63330/aurumpub.024-002. Disponível em: <https://aurumpublicacoes.com/index.php/editora/article/view/718>. Acesso em: 3 abr. 2026.