

# POSICIONAMENTO DE MERCADO DE UM BOX DE CROSSFIT: UMA ANÁLISE DE POSTS NO INSTAGRAM

Sabrina Furtado  
Universidade Federal do Paraná  
[sabrina\\_mfurtado@hotmail.com](mailto:sabrina_mfurtado@hotmail.com)

Emanuel Cardoso Pavei  
Universidade do Estado de Santa Catarina  
[emanuelcpavei@gmail.com](mailto:emanuelcpavei@gmail.com)

Luis Henrique Torquato Vanucci  
Instituto Rugby para Todos  
[luistvanucci@gmail.com](mailto:luistvanucci@gmail.com)

Iasmin Dias da Conceição  
Universidade do Estado de Santa Catarina  
[iasminddc@gmail.com](mailto:iasminddc@gmail.com)

Gabriel Henrique Treter Gonçalves  
Universidade do Estado de Santa Catarina  
[gabriel.goncalves@udesc.br](mailto:gabriel.goncalves@udesc.br)

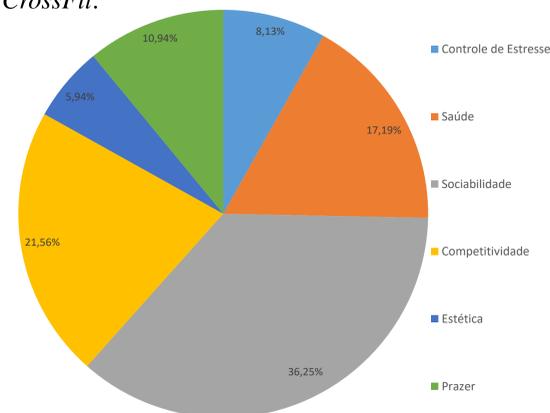
**Introdução:** As mídias sociais se configuram como instrumentos relevantes para as empresas conhecerem a necessidade e o desejo de seus clientes. Dentre eles, as redes sociais, como por exemplo o *Instagram*, são consideradas meios importantes para a comunicação das empresas com seus consumidores e assim gerarem engajamento. Na indústria do esporte (onde está inserido o *CrossFit*), a maneira como o produto é comercializado nas mídias sociais, vinculando às motivações de seus praticantes, pode contribuir com a gestão e o desenvolvimento da modalidade, enquanto produto.

**Objetivo:** o objetivo do presente estudo foi analisar o posicionamento de mercado da empresa *Punk CrossFit*, por meio das postagens no seu perfil na rede social *Instagram*, nos anos de 2019 e 2020, com base nos principais motivos à prática regular de atividades físicas.

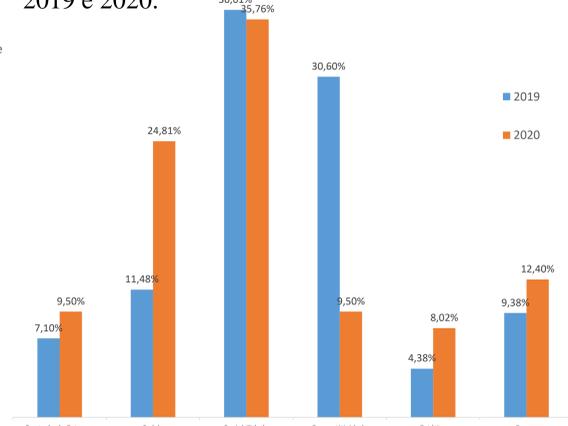
**Método:** a pesquisa possui cunho descritivo e natureza quantitativa. O estudo buscou analisar e categorizar as postagens realizadas na rede social *Instagram*, do box de *CrossFit* nomeado *Punk CrossFit*. Os dados foram organizados em uma tabela no programa Microsoft Excel e classificados conforme os principais motivos à prática regular de atividades físicas descrito por Balbinotti (2004). Foram analisadas imagens e legendas – não sendo considerados os vídeos – dos anos de 2019 e 2020, com o propósito de verificar o comportamento da empresa, nas postagens do *Instagram*, no ano anterior à pandemia da COVID-19 e outro durante ela.

**Resultados e Discussão:** a maior frequência de postagens esteve relacionada à Sociabilidade (36,35%), o que corrobora com o estudo desenvolvido por Santos (2017). A Competitividade foi o segundo item (21,56%), seguido por Saúde (17,19%), Prazer (10,94%), Controle de Estresse (8,13%) e Estética (5,94%). De acordo com esses resultados, verificou-se que a *Punk CrossFit* se posiciona no mercado como uma empresa que preza por entregar um serviço focado na sociabilização dos seus clientes, também em competitividade na modalidade e em saúde.

**Figura 2 -** Distribuição de postagens da *Punk CrossFit*.



**Figura 3 -** Comparação da frequência de postagens de 2019 e 2020.



Nos anos analisados, 2019 e 2020, se observa diferentes frequências das postagens entre “Competitividade” e “Saúde”. No ano de 2019, anterior à pandemia da COVID-19, não havia restrição para realização de eventos competitivos, sendo assim a empresa explorou esse posicionamento de maneira contundente. Em 2020, a suspensão das competições coincide com a diminuição de postagens voltadas para “Competição”. Quanto às publicações sobre “Saúde”, percebeu-se um aumento significativo em relação ao ano anterior, o que pode estar relacionado ao fato de que a prática de atividade física e esportes é apontada como uma ferramenta que favorece o sistema imunológico e consequentemente pode favorecer a resposta do organismo a doenças virais, fator altamente discutido durante o enfrentamento à pandemia (SILVEIRA ET AL., 2021).

**Conclusões:** o posicionamento de mercado, explorado pela empresa vai ao encontro de pesquisas que demonstram os motivos mais relevantes que levam os praticantes de *CrossFit* a praticar a modalidade. A empresa também adaptou sua estratégia a demanda que surgiu através da pandemia de COVID-19. Tal flexibilidade e coerência com o mercado, pode explicar o sucesso e longevidade da companhia no mercado, considerando que a *Punk CrossFit* possui três unidades e está há 10 anos no mercado.

**Figura 1 -** Planilha de organização das postagens.

Imagem	Descrição	Controle do estresse	Saúde	Sociabilidade	Competitividade	Estética	Prazer
	punkcrossfit! Esse ano pode ser diferente... A #MelhorDaSemana nos lembra das nossas promessas feitas e que para fazer dar certo, para fazer acontecer, dependo principalmente de nós! As vezes também precisamos de um empurrãozinho e para isso, a Punk está te esperando para um ano repleto de conquistas! #rapost @fcrfoes ... "Esse ano vai ser diferente!" É verdade esse biscoito! #punkcrossfit #vemPraPunk #PunkCrossFit #crossfit #futebolaranga 5 de janeiro de 2019 - Ver tradução			1			
	punkcrossfit! fim dos horários reduzidos! É isso mesmo a partir de amanhã (07:01) voltaremos aos nossos horários de aula normais! É novo na Punk? Não sabe os horários? Seguem abaixo os horários: -CrossFit: 06, 07, 08, 9:30, 11, 12, 16, 17, 18, 19 e 20 -LFC: 19:00 #vemPraPunk que estamos te esperando! #punkcrossfit #CrossFit #vemSerPunk #futebolaranga 6 de janeiro de 2019 - Ver tradução			1			
	punkcrossfit! Estamos de volta! As aulas de						

## Referências:

- BALBINOTTI, Marcos A. A. (2004). Inventário de Motivação à Prática Regular de Atividade Física e/ou Esporte. Montréal, QC: Service d'Intervention et de Recherche en Orientation et Psychologie.
- SANTOS, Matheus P. (2017). Comparação entre a motivação para a prática de musculação e do CrossFit. 2017. 15 f, Trabalho de Conclusão de Curso (graduação) – Universidade Federal do Ceará, Instituto de Educação Física e Esportes, Curso de Educação Física, Fortaleza. Disponível em: <http://www.repositorio.ufc.br/handle/riufc/37183>. Acesso em: 18 jan. 2022.
- SILVEIRA, M.P., FAGUNDES, K.K., BIZUTI, M.R. et al. Physical exercise as a tool to help the immune system against COVID-19: an integrative review of the current literature. Clin Exp Med 21, 15–28 (2021). <https://doi.org/10.1007/s10238-020-00650-3>.