



## A VISÃO CRÍTICA: PERSONAL TRAINER E A SOCIEDADE EM RELAÇÃO A CORPOREIDADE

Janaína Cristiane de Oliveira<sup>1</sup>  
Mayara Brandão Silva<sup>2</sup>  
Alencar Chaves de Oliveira<sup>3</sup>

**Resumo:** *Este estudo tem como objetivo principal identificar a relação entre a visão dos pessoais e clientes/alunos voltados ao corpo do personal, bem como diagnosticar o que leva os personal trainers a cuidar do seu corpo e verificar como os pessoais trainers fora dos padrões contemporâneo observam o rendimento do seu trabalho. Este estudo caracteriza-se como descritivo e de campo. Como instrumento de coletas de dados serão elaborados roteiros para as entrevistas com os pessoais trainers e seus clientes, na cidade de Quirinópolis – Go.*

**Palavras-Chave:** *Personal Trainer; Corpo.*

### Apresentação

Esse é mais um estudo onde tem como foco abordar uma visão corporal em relação ao corpo do personal trainer e quais são as preferências de seus clientes, um corpo escultural tido como saudável, ou um corpo que não esteja dentro dos padrões contemporâneos. É um debate que já estava presente na Grécia Antiga como em Platão (1999 e 2006) ou no período Medieval como em Santo Agostinho (1973a e 1973b). Na Modernidade, o tema se desenvolve e se recria em concepções distintas.

Diante de muitos conceitos e preconceitos as vias de fatos nos levaram ao interesse de desvendar a temática de tantas indagações onde o principal alvo é Personal Trainer x Corpo Perfeito.

A escolha desse estudo foi obtida para que possamos analisar de fato qual o conceito do profissional tendo ele como sujeito e o próprio objeto de estudo.

Segundo Sauer (2002), “O homem na modernidade passa a ser sujeito e objeto do conhecimento, ou seja, objetivação da ciência”.

O corpo do profissional de Educação Física é visto como aquele que tem seus músculos retesados e suas gorduras dissimuladas, como Albino e Vaz (2008) chamou em outro momento. Pois o corpo é tido como instrumento, objeto manipulável, separado do espírito e mente, e nosso objetivo neste estudo é retratar profissional como corpo e mente.

<sup>1</sup> Graduanda do curso de Educação Física pela Universidade Estadual de Goiás-UnU

<sup>2</sup> Graduanda do curso de Educação Física pela Universidade Estadual de Goiás-UnU

<sup>3</sup> Professor/orientador da Universidade Estadual de Goiás-UnU



## **Problemática**

Qual tem sido a visão do personal trainer e dos seus clientes de musculação em relação à concepção do corpo do personal trainer?

## **Objetivos**

### Objetivo Geral

- Analisar a forma crítica que as pessoas avaliam um personal trainer, ou seja, seu desempenho e capacidade no trabalho comparado ao corpo que se tem.

### Objetivos Específicos

- Analisar entre os alunos de musculação, se há preferência por pessoais “sarados”;
- Diagnosticar o que leva os personal trainers a cuidar do seu corpo: a saúde e o bem estar de si mesmo, ou apenas o marketing voltado ao seu trabalho?;
- Verificar como os personal trainers fora dos padrões contemporâneo observam o rendimento do seu trabalho.
- Relacionar quantos personal trainers, praticam a musculação;

## **Revisão de Literatura**

No estudo de Furtado (2007), O não-lugar do professor de Educação Física em academia de ginástica, o objetivo era analisar a organização do trabalho em academias de ginástica e a inserção do professor de Educação Física, e sua metodologia foi desenvolvida através de uma pesquisa de tipo etnográfico, em seis academias, com entrevistas realizadas com quatorze professores de ginástica ou de musculação e sete coordenadores.

Nota-se que as academias para obter um sucesso começaram a usar da própria cultura, ou seja, visando o capitalismo, o homem usou não só das próprias danças como, axé, funk, capoeira, etc..., mas também de roupas, suplementos a serem comercializados, tornando então as academias em um mundo híbrido, com isso as pessoas fez com que o mundo inteiro se interessasse cada vez mais com o padrão de beleza.

Silva (2001 a) apud Furtado (2007), argumenta que há uma generalização da estética da magreza, especialmente entre as mulheres.

Observamos que a influência dos meios de comunicação é predominante a levar pessoas se obcecarem pelo mundo fitness, através de artistas que publicam e retratam alguma aula diferenciada no qual dizem exercer, cresce então cada vez mais a procura por esta aula, deixando de lado todos os limites, tendo somente como objetivo alcançar aquele corpo perfeito.

“... existem duas formas simples de classificar ou avaliar o público alvo pelos aspectos socioeconômicos. A primeira é verificar ou definir a localização da academia e a outra é pelos valores cobrados, que por sua vez devem ser condizentes com a qualidade dos serviços



oferecidos.(NOBRE 1999, p.28, apud FURTADO 2007, p.31)”

Diante do estudo voltado à saúde foi visto que há uma grande relação entre a saúde e um corpo esteticamente magro, pois em diversos discursos e até mesmo em campanhas, nota-se que muitas das doenças advêm de excesso de peso, ou seja, as pessoas estreitamente distorcem essa visão mais uma vez voltado a saúde junto do corpo perfeito. Sendo então a aparência determinante ao estado do individuo consigo mesmo e a sociedade.

Furtado cita como chave da pesquisa tais indagações dando ênfase em que o profissional - personal necessita de seu corpo não só saudavelmente mas esteticamente melhor, pois o seu corpo será a referência, será o próprio professor o “aluno exemplar”, sendo descartado a possibilidade do professor “gordo”, para os alunos o professor é como espelho. Pois a própria sociedade impôs que o professor tem que ser novo forte para atrair alunos, foi feita uma pesquisa onde mostra professores de academias com mais de 40 anos de idade que é raridade nesta área sendo a grande maioria 86% com menos de 30 anos. Enquanto a musculação apresenta apenas 9% dos professores com mais de 30 anos.

No entanto, o professor se torna também um vendedor e seu aluno automaticamente o cliente, pois é o próprio personal que vai influenciar a necessidade da busca por produtos voltados a estética do aluno na academia.

Nota-se que em grandes academias os professores que atuam não mostram otimismo e satisfação por saber que ao avançar da idade a continuidade do trabalho será decrescente cada vez mais, preocupando até a baixa remuneração comparada a grande dedicação de trabalho na área.

A falta de organização política dos profissionais desta área foi imensa sendo que a maioria nem se quer sabiam a existência do Sindicato na sua área.

Nesse estudo, o autor destacou que o processo de alienação e fetiche estabelece uma dupla relação com a organização do trabalho, uma vez que suas constatações não podem ser vista como absolutas.

“O homem na modernidade passa ser sujeito e objeto do conhecimento, ou seja, objetivação da ciência”. (SAUER, 2002, p.47).

Pois se parte do professor, aquele em que se retira o conhecimento, mas se transformando também no puro objeto se tornando escravo da própria cobrança da estética perfeita.

Baptista (2007), em seu estudo Educação do Corpo: produção e reprodução, teve como objetivo identificar como se estabelecem as mediações responsáveis pela determinação da forma do corpo. Fez um trabalho teórico, que teve como referencial teórico adotado Marx, Adorno e Horkheimer e Lukács. Demonstra que a forma do corpo e determinada pelos interesses relacionados à produção e ao consumo vigentes no modo de produção capitalista.

“... ao invés do trabalho formar a consciência do homem, rompe com ela, pois o objeto produzido não mais permite reconhecimento ao seu produtor. Se com Hegel é possível entender o trabalho em geral como exteriorização que não interfere negativamente na consciência do ser-em-si,



porquanto o objeto é apenas algo externo e diferente da consciência-de-si...(2007,p.50)”

Ou seja, o homem não mais forma uma consciência voltada apenas ao seu trabalho e sim, parte da visão em que se cria na própria sociedade, sendo ele um objeto que visões somente respostas externas, deixando de lado o seu consciente.

“O belo, a idéia fixa pela qual [ ...] está possuída, está contra a moral antes mesmo de escarnecer dela. Pois ele volta-se obstinadamente contra todo universal e põe de modo absoluto a diferença determinada da existência pura e simples, o acaso que favoreceu uma coisa e não outra. No belo, o particular opaco afirma-se como norma, como único universal, pois a universalidade normal tornou-se demasiado transparente. (ADORNO, 1993, p.82 apud BAPTISTA, 2007, p.132).”

Segundo Baptista (2007) é correto afirmar que ser belo é uma norma, uma regra que todos devem seguir, pois se tornou um vício da própria sociedade, sendo algo tão cobiçado que já não se deixa mais esconder, algo que as pessoas querem e buscam custando o que custar.

As pessoas acima de tudo primeiramente precisam conhecer o significado da palavra educação sendo isso que a levará a um processo completo da formação do corpo. Ninguém tem o direito de modelar ninguém levando apenas em conta só e seu exterior. Como assim acontece as pessoas perderam sua consciência – de – si, levando em consideração somente o que agrada o grupo coletivo, o meio em que ela vive, buscando alcançar exigências que a própria sociedade impõe podendo se dizer exigência política.

Para o meio capitalista alcançar o sucesso o ser humano precisa passar por cima até mesmo de seus princípios, levando em conta somente valores como propriedade privada, competição individualismo e etc... Pode-se notar que é na infância e na fase de crescimento da pessoa em que podemos influenciar o que ela vai buscar atingir fisicamente mas sempre visando o retorno capitalista.

O homem se torna então uma máquina visando somente alcançar o sucesso na sua atuação perdendo a noção do processo e sua própria identidade, ele passa a vender não apenas sua força de trabalho, porém sua vida em troca de salário.

As pessoas passam a viver em torno do corpo físico fazendo tais comparações de passeio/caminhada, alimento/tabela calórica, sua vida gira somente em torno disso. Não pode se deixar de lado a significância que tem astros de televisão, isso se torna modelos a ser copiados cada vez mais, fazendo com que as pessoas paguem alto preço custando o que custar para ter seu corpo igual a um astro da televisão forçando cada vez mais o capitalismo.

Portanto, a forma do corpo na sociedade capitalista atual é diferenciada pelos interesses de produção e de consumo do capitalismo.

## **Metodologia**



Neste estudo nos buscaremos observar, registrar, analisar e correlacionar fatos ou fenômenos sem manipulá-los, por essas ações que identificamos o nosso estudo de natureza descritiva de campo.

Como instrumento de coletas de dados iremos elaborar roteiros que servirão como base para a realização das entrevistas com os personal trainers e seus clientes, na cidade de Quirinópolis - Go, sendo realizada apenas em 3 academias por ter o maior numero de pessoais, ou seja, treinamento personalizado.

Desde a modernidade as pessoas já cultuavam o corpo, onde cada vez mais fizesse crescer essa busca da boa performance corporal. Hoje nos tempos contemporâneos essa busca já se tornou excessiva, voltada somente pelo vício do corpo perfeito atraindo a homens e mulheres de todas as classes sociais, aderindo esse vicio como uma nova maneira de vida buscando a melhora do bem estar consigo de forma a agradar a sociedade, que se tornou uma opinião de vida que não se esconde.

“[...] o verão, corpos à mostra e visibilidade máxima, esperança de sucesso nos vários mercados, distintivo fundamental à medida que o corpo assume contemporaneamente o papel de portador primeiro da identidade dos indivíduos. (HANSEN;VAZ; p.144, 2007)”

De acordo com os estudos e visão dos autores pode-se notar que a população no geral englobando profissionais da área e clientes buscam o mesmo objetivo no resultado de estética, ou seja, o profissional precisa ter um corpo exemplar como propaganda e o cliente necessita de um personal como seu espelho de incentivo, pois todo cliente paga pela qualidade em si e ao do que vai desfrutar que é o personal, pois a visão perante a sociedade deve ser passada da boa aparência física, e do modelo de personal perfeito, este que se tornará atrativo a outras pessoas no intuito de passar credibilidade, pois estando bem fisicamente à confiança no seu trabalho é adquirida por futuros clientes.



**CONCOCE / CONDICE 2010**  
IV Congresso Centro-Oeste de Ciências do Esporte  
I Congresso Distrital de Ciências do Esporte  
22 a 25 de setembro de 2010 - Brasília, DF  
**ISSN 2178-485X**



### **Referências Bibliográficas**

SAUER, Cleri Inês. **O corpo entre conceitos e preconceitos: O desempenho dos professores de educação física no desenvolvimento da competência corporal – cinestésica em escolas municipais de Itabuna/BA/** Cleri Inês Sauer. – Ilhéus, BA: UFBA/UESC, 2002. 209 p.: Il., anexos.

BAPTISTA, Tadeu João Ribeiro. **Educação do corpo: produção e reprodução.** 2007. 150f.

FILHO, Silvio Lobo. **A Concepção Biologicista na Educação Física o discurso do corpo e suas relações saber e poder.** 2003. 215f.

FURTADO, Roberto Pereira. **O não-lugar do professor de Educação Física em academias de ginásticas.** 2007. 188f.

HANSEN, Roger; VAZ, Alexandre Fernandez. **Treino Culto e Embelezamento do Corpo: Um estudo em academias de Ginástica e musculação.** Revista Brasileira da Ciência do Esporte, Campinas, v.26, n. I, p. 135-152, set. 2004.

CERVO, Amando Luiz. **Metodologia Científica/Amando Luiz Cervo, Pedro Alcino Bervian, Roberto da Silva.** 6. ed. São Paulo: Pearson Prentice Hall, 2007.