



**AS ACADEMIAS DE GINÁSTICA DO RIO DE JANEIRO SOB O OLHAR DE SEU PRINCIPAL
ATOR: O PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Diego Costa Freitas¹
Gustavo da Motta Silva²
Pedro Augusto Sousa de Oliveira³

RESUMO

O objetivo da presente pesquisa é discutir e comparar as opiniões e a prática profissional do professor de educação física atuante em academias de diferentes portes e localizações no Rio de Janeiro. Os dados foram obtidos por meio de 29 entrevistas semiestruturadas e interpretados pela análise de conteúdo. Detectou-se uma visão mais abrangente em relação aos temas abordados nas entrevistas por parte dos estudados atuantes nas academias de grande porte, possivelmente por terem maior capacitação profissional e um maior tempo de atuação no mercado das academias.

Palavras-chave: Academias de ginástica; Corpo; Educação Física.

**THE GYMS OF RIO DE JANEIRO IN VISION OF YOUR MAIN ACTOR: THE INSTRUCTOR'S
GYM**

ABSTRACT

This study aims to discuss and compare the opinions and professional practice of physical education instructors working in gyms of different sizes and locations in Rio de Janeiro. The research was conducted through 29 semistructured interviews which were interpreted by content analysis. It turned out a broader view on the issues addressed in the study by instructors working in large gyms, possibly because of the better increased job training and a biggest time of experience in market of the academies.

Keywords: Fitness Centers; Body; Physical Education.

**LAS ACADEMIAS DE GIMNASIA DE RÍO DE JANEIRO BAJO LA ÓPTICA DE SU PRINCIPAL
ACTOR: EL PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA**

RESUMEN

¹ Graduado em Educação Física – EEFD/UFRJ; Integrante do Núcleo de Estudos Sociocorporais e Pedagógicos em Educação Física e Esportes (NESPEFE) – EEFD/UFRJ.

² Graduando em Educação Física – EEFD/UFRJ; Integrante do NESPEFE.

³ Graduando em Educação Física – EEFD/UFRJ; Integrante do NESPEFE.



El objetivo de la presente investigación es discutir y comparar las opiniones y la práctica profesional del profesor de educación física actuantes en academias de diferentes portes y localización en Río de Janeiro. Los datos fueron obtenidos por intermedio de 29 entrevistas semiestructuradas e interpretado por el análisis de contenido. Se detectó una visión más amplia en relación a los temas abordados en las entrevistas por parte de los estudiados actuantes en las academias de grande porte, posiblemente por tener mayor tiempo de actuación en el mercado de academias.

Palabras clave: Centros de Acondicionamiento; Cuerpo; Educación Física.

AS ACADEMIAS DE GINÁSTICA DO RIO DE JANEIRO SOB O OLHAR DE SEU PRINCIPAL ATOR: O PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Introdução

Exercícios físicos, tratamentos estéticos, cirurgias plásticas e dietas “milagrosas” são algumas das alternativas às quais muitas pessoas recorrem na tentativa de obter um sonhado corpo, ditado como perfeito, e dos inúmeros valores associados a ele. Fonte de juventude e sucesso, a aquisição da “boa forma” e de suas benesses é amplamente veiculada pela mídia (COELHO FILHO, 1997 e 2000/1; FERREIRA, 2005). Em que pese a complexidade das relações entre corpo e sociedade, para Malson *et al.* (2009) o corpo magro é naturalmente considerado belo e saudável, enquanto que um corpo gordo pode ser sinal de uma saúde debilitada e um estilo de vida irresponsável.

O apelo à boa forma e ao bem-estar encontra forte ressonância no Rio de Janeiro, cidade litorânea, de clima quente, onde a exposição do corpo ganha contornos particulares. Estudos antropológicos demonstram a importância que os “cariocas” dão à forma e aparência do corpo, frequentemente exposto em suas praias e festas populares, como o carnaval (GOLDENBERG e RAMOS, 2002; PARKER, 2009).

Diante de tantas alternativas de se metamorfosear o corpo, como algumas das já mencionadas acima, há de se destacar as academias de ginásticas, que em tempos hodiernos, é um local onde a valorização dessa forma de ver o corpo toma contornos inexpugnáveis.

Com relação às academias de ginástica localizadas no Rio de Janeiro, Sabino (2005) realizou estudo antropológico sobre a utilização de esteróides anabolizantes nas academias de fisiculturismo, ao passo que, Coelho Filho (2010) analisou através do discurso, a maneira como o profissional de Educação física atuante nesse mercado se apresenta. Palma *et al.* (2007), investigaram os problemas de saúde dos professores de educação física relacionados à sua ocupação profissional nas academias. No entanto, estudos dedicados a investigar a forma de trabalho, práticas, discursos e comportamentos de um dos principais atores envolvidos nas academias, ou seja, o professor de Educação Física, tanto no âmbito carioca, ou mesmo brasileiro, são ainda incipientes.

Este estudo, portanto, tem por objetivo discutir e comparar as opiniões e a prática profissional ligadas ao corpo contemporâneo do professor de Educação Física atuante em academias de diferentes portes e localizações no Rio de Janeiro.

Procedimentos metodológicos



A investigação, de princípios qualitativos, foi realizada na região metropolitana do Rio de Janeiro, em 4 academias de grande porte⁴ localizadas na Zona Oeste e 5 academias de pequeno porte da Baixada Fluminense. A escolha por estudar essas regiões específicas se deve ao objetivo de ampliar o espectro de opiniões, estudando realidades diferentes, em relação ao tamanho, localização das academias e público atendido, conforme recomendação de Gaskell (2003).

Os critérios para seleção dos professores compreendiam atuar com modalidades ligadas ao fitness, trabalhar há pelo menos um ano em academias de ginástica e ser formado em Educação Física. Desse modo, foram aplicadas entrevistas semi-estruturadas, a partir de um roteiro previamente validado⁵, como sugere Fontanela et. al. (2006), a 29 professores, sendo 17 deles atuantes em academias da Zona Oeste e outros 12 atuantes em academias da Baixada Fluminense.

Os dados foram analisados com base na análise de conteúdo, visando identificar categorias emergentes e eventuais tendências. As respostas foram, em um primeiro momento, agrupadas em torno de temáticas mais amplas a partir dos critérios de repetição e de relevância (TURATO, 2003). A seguir, foi realizada a interpretação dos sentidos atribuídos a cada temática, o que deu origem a categorias de análise, respaldadas tanto na empiria, quanto no referencial teórico utilizado.

Apresentação e discussão dos dados

Ao analisar o discurso dos entrevistados, nota-se que a estética emergiu como categoria central ligada ao corpo atualmente. Mesmo em instituições das diferentes regiões, a estética se coloca como notável objeto de desejo e fonte de inspiração para homens e mulheres desta época. Diante deste aspecto mais valorizado no corpo contemporaneamente, de uma maneira geral, os investigados acreditam que o trabalho do professor de Educação Física deve ter como norte a aproximação com o aluno no intuito de conscientizá-los ao mesmo tempo em que os objetivos do mesmo são alcançados:

Educando a uma alimentação sadia, mostrando a importância da frequência e regularidade. Passar por uma avaliação e um exame médico, para ver se estão em condições clínicas e funcionais de atender a pessoa. Tentar mostrar que o corpo tem que ser trabalhado de uma forma homogênea, tem que ser um corpo equilibrado, vemos homens imensos em cima e fininho em baixo, e as mulheres enormes em baixo e fininhas em cima, não adianta nada. (pzo8) [cabe uma nota sobre as siglas...](#)

Para Coelho filho (1997) uma postura mais próxima ao aluno, por parte dos professores, pode garantir uma carreira estável do mesmo nas academias, conquistando o afeto e o respeito, de modo que o aluno se torna fiel ou seguidor do professor.

Nesse quesito percebem-se particularidades entre os entrevistados oriundos das diferentes regiões. Além da intenção de passar informações técnicas, os professores atuantes nas grandes academias da Zona Oeste vêem o usuário como cliente, ao invés de aluno, como pode ser exemplificado abaixo:

⁴ Classificadas com base em Bertevello (2005).

⁵ A validação do roteiro foi efetuada a partir da avaliação do roteiro de questões por cinco professores Doutores, além da realização de uma pesquisa-piloto.



O aluno é nosso cliente, então tem que deixar ele feliz pra continuar na academia, fazer uma coisa direcionada pra ele, mas com uma opinião profissional, dizendo o que pode também melhorar na saúde e não só na estética. (pzo9)

Em outros exemplos é clara a interferência da empresa (academia) e do aluno na atuação do professor:

Procurar sempre direcionar até mesmo com informações bem reais para aquele aluno, porque você não pode querer vender uma coisa que não valorize a gente. O profissional de educação física ainda quer ter o papel de professor, mas não pode porque academia hoje é empresa: se não fizer do jeito que eles querem, está despedido. (pzo2)

Talvez o que justifique tal postura profissional, seja a importância do lucro para a academia de ginástica, que como toda empresa, necessita do mesmo para sobreviver. Para Furtado (2007) o ramo das academias de ginástica se tornou um lucrativo negócio. Porém, o que a difere de muitos negócios, é que as academias, dentre seus vários campos de atuação, lida com a saúde de seus usuários, portanto, se torna essencial repensar esse ambiente como mera fonte de lucro.

Os investigados também contemplaram nos discursos os aspectos positivos e os aspectos negativos do atual culto ao corpo na sociedade contemporânea, além das preocupações no trato com o corpo do aluno. No que se refere aos aspectos positivos, os mesmos direcionaram o discurso, basicamente sem distinção da localidade de trabalho, a uma maior procura pela atividade física, o que segundo estes, ocasionaria uma melhora na saúde dos alunos.

O culto ao corpo, a forma estética acaba trazendo a saúde, não tem como estarmos muito bem esteticamente e isso não esteja interferindo na saúde, a não ser que esteja fazendo o uso de remédios, e outras coisa que realmente prejudicam a nossa saúde, mas uma coisa acaba caminhando junto com a outra, se a pessoa está muito bem condicionada, se ela ta muito bem malhada, conseqüentemente a saúde dela também tá boa. (pzo9)

Para Cheek (2008) aparência saudável tem se tornado um importante distintivo ou emblema que compõe a imagem de um individuo comprometido e responsável contemporaneamente, sendo inclusive associado a uma boa aparência. Talvez por isso, tal aspecto, saúde, denote tamanha importância na visão dos frequentadores de academias, em um contexto onde recebe clara redução de seu significado, fato este já antes identificado por Palma (2001).

Em relação ao ponto negativo do atual culto ao corpo percebe-se uma disparidade entre os professores da Baixada Fluminense e os professores da Zona Oeste. Para os professores entrevistados da Baixada Fluminense, o ponto negativo do atual culto ao corpo é basicamente o uso de algumas substâncias específicas para a potencializar o resultado do exercício, normalmente ligado à aparência corporal, no intuito de evidenciar a musculatura e seu desenvolvimento, como os esteróides anabolizantes, como mostrado abaixo:

Negativo é que algumas pessoas fazem de tudo para manter esse corpo, vamos dizer assim... esse corpo que eles dizem ser... essa parte bela do corpo que eles acham que “pó, ficar com o abdômen definido, a perna grossa, um braço grosso”, porém ingerem alguns anabolizantes



que fica como se fosse uma capa, por fora fica aquela coisa bonita, agora por dentro está cheio de problema de saúde, é câncer de fígado, ataque cardíaco. (pb4)

Para Leone e Fetro (2007) o uso de anabolizantes cresce no EUA e no mundo, e junto a isso aumenta a influência da sociedade para a busca do corpo masculino ideal. Wiefferink et. al. (2008) sugere que os professores atuantes em academias de ginástica deveriam ser capacitados para argumentar e convencer os alunos a não fazer uso dessas substâncias e também para ajudar os mesmos a atingirem seus objetivos sem a utilização desses elementos.

Já os professores indagados da Zona Oeste, além do uso abusivo dos anabolizantes, citaram diversos outros aspectos negativos do atual culto ao corpo. Fato este que pode caracterizar uma visão mais abrangente desses profissionais quando comparados ao outro grupo entrevistado. Dessa maneira, também estão presentes principalmente os excessos com exercícios, suplementação, ansiedade por resultados e tempo dedicado ao exercício, importância em demasia dada à parte estética, má alimentação, dietas não orientadas por profissionais capacitados, falta de seriedade, progressão e periodização.

De negativo é o excesso de atividade que pode ser prejudicial ao aluno, como o excesso, seja de alimentos voltados para suplementação alimentar, uso de esteróides anabolizantes. (pzo4)

Nota-se em relação aos entrevistados da Zona Oeste uma maior abrangência ou uma visão mais ampla dos aspectos negativos do atual culto ao corpo, apesar dos anabolizantes também aparecerem em destaque. Para estes professores, a preocupação exacerbada com a beleza física e o desejo veemente por resultados rápidos são os maiores causadores dos pontos contraproducentes da prática de atividade física e do atual culto ao corpo.

Diante o discurso direcionado as preocupações com a forma de atuar com o corpo dos seus alunos, de um modo geral, os professores indagados se colocaram como tendo no equilíbrio da prescrição dos exercícios a maior preocupação. Para estes, a rotina de exercícios ou de treinamento do aluno deve alcançar boa parte dos objetivos de seu aluno, porém, sem deixar de lado a integridade física do aluno. Mais uma vez, nessa questão também se observou por parte dos estudados atuantes em grandes academias da Zona Oeste uma visão um pouco mais abrangente, onde a preocupação se estende a um número maior de aspectos quando comparados aos professores entrevistados das pequenas academias da Baixada Fluminense, sendo estes: anamnese, avaliação física, exames médicos, posição do corpo ao executar o exercício, respiração durante o exercício, importância do trabalho com ergômetros e musculação em conjunto, flexibilidade, equilíbrio, importância do trabalho simultâneo a de outros profissionais, principalmente o nutricionista, aspectos motivacionais e sociais, preocupação com a chegada da terceira idade.

Que o aluno consiga realizar os exercícios de forma adequada, que consiga realmente ter benefícios numa execução, não exagerando na sobrecarga, que tenha um risco menor de se lesionar. De forma segura, com tempo de intervalo, recuperação, alimentação adequada que ele deva ter para que consiga atingir os objetivos. (pzo16)

A maior abrangência na visão dos pontos negativos ligados ao culto ao corpo e com relação as preocupações no trato do corpo do aluno por parte dos entrevistados da Zona Oeste, pode ser justificada



pela melhor capacitação profissionais destes, uma vez que a maioria possui especialização, diferentemente dos estudados da Baixada fluminense, onde nem todos possuíam graduação e apenas um professor entrevistado era pós-graduado. Cabe salientar que os estudados das grandes academias também possuíam um maior tempo de atuação em academias de ginástica.

Conclusão

Conclui-se que os indagados das academias de grande porte da Zona Oeste demonstram uma maior preocupação relacionada à adesão e a manutenção da frequência e prática das atividades realizadas pelos frequentadores na academia, que estaria ligada a associação do aluno a um cliente. Portanto, percebe-se um maior esforço na atuação desses profissionais na tentativa de satisfazer aos objetivos de seus usuários, seja ele relacionado a fins estéticos, fisiológicos ou sociais. Além disso, sugeriu-se que a maior capacitação profissional por parte desses professores acarreta em uma visão mais ampla em alguns pontos abordados na pesquisa como os aspectos negativos do atual culto ao corpo e as preocupações ligadas ao trabalho do professor para com o aluno.

Possivelmente devido a limitações na oferta de atividades oferecidas pelas academias de pequeno porte, percebe-se entre nossos estudados atuantes nesse meio, o perfil de um professor mais ligado a questões fisiológicas do exercício e menos as questões afetivas e culturais.

De um modo geral, ainda é pequena a percepção no discurso dos professores, apesar de aparecer um pouco mais nos entrevistados da Zona Oeste, a academia tratada como ambiente diversificado, abrangente e formador de cultura, principalmente levando em conta aspectos de convivência e distração.

Referências

BERTEVELLO, G. Academias de ginástica e condicionamento físico: sindicatos e associações. In: DACOSTA, L. P. (org) *Atlas do esporte no Brasil: Atlas do esporte, educação física e atividades físicas de saúde e lazer no Brasil*. Rio de Janeiro: Shape, 2005.

CHEEK, J. Healthism: a new conservatism? *Qualitative Health Research*, Thousand Oaks, v.18, n.7, p.974-982, jun. 2008.

COELHO FILHO, C. A de A. Prática de ginástica em academias exclusivamente femininas. *Motriz*, Rio Claro, v. 16, n. 2, p. 269-280, abr./jun. 2010.

_____. O discurso do profissional de ginástica em academia no Rio de Janeiro. *Movimento*, Rio Grande do Sul, a.6, n.12. 2000/1.

_____. Competências básicas necessárias ao profissional de ginástica em academia In: Costa, V. L. de M. *Formação profissional universitária em educação física*. Rio de Janeiro: UGF. p. 127-160, 1997.

FERREIRA, M. E. C.; CASTRO, A. P. A.; GOMES, G. A obsessão masculina pelo corpo: malhado, forte e sarado. *Revista Brasileira de Ciência do Esporte*, Campinas, v.27, n.1, p.167-182, set. 2005.



FONTANELLA, B. J. B.; CAMPOS, C. J. G.; TURATO, E. R. Data collection in clinical-qualitative research: use of non-directed interviews with open-ended questions by health professionals. *Revista Latino-americana de Enfermagem*. Rieirão Preto, v.14,n.5, p. 812-820, 2006

FURTADO, R. P. Novas tecnologias e novas formas de organização do trabalho do professor nas academias de ginásticas. *Pensar a Prática*, Goiânia, v.10, n.2, p. 307-322, 2007.

GASKELL, G. Entrevistas individuais e grupais. In: BAUER, M. W.; GASKEL, G. (Editors). *Pesquisa qualitativa com texto, imagem e som: um manual prático*. 2. ed. Trad. Pedrinho A. Guareschi. Petrópolis, RJ: Vozes, 2003, p. 64-89.

GOLDENBERG, M.; RAMOS, M. S. A civilização das formas: o corpo como valor. In: GOLDENBERG, M. (org.) *Nu & Vestido: Dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca*. Rio de Janeiro: Record, 2002, p. 19-40.

LEONE, J. E; FETRO, J.V. Perceptions and attitudes toward androgenic-anabolic steroid use among two age categories: A qualitative inquiry. *Journal of Strenght and Conditioning Research*, v.21, n.2, p.532-537. 2007.

MALSON, H.; RILEY, S.; MARKULA, P. Beyond psychopathology: interrogating (dis)orders of body weight and body management. *Journal of Community and Applied Social Psychology*. n.19, p. 331-335, 2009.

PALMA, A.; JARDIM, S.; LUIZ, R. R.; SILVA FILHO, J.F. Trabalho e saúde: o caso dos professores de Educação Física que atuam em academias de ginástica. *Cadernos IPUB (UFRJ)*, Rio de Janeiro, v. 13, p. 11-30, 2007.

PALMA A. Educação Física, corpo e saúde: uma reflexão sobre outros “modos de olhar”. *Revista Brasileira de Ciência do Esporte*, Campinas, v.22, n.2, p.23-39, jan. 2001.

PARKER, R.G. *Bodies, pleasures and passions: sexual culture in contemporary Brazil*. 2nd.ed. Nashville: Vanderbilt University Press, 2009.

SABINO, C. O uso ritual de esteróides anabolizantes em academias de musculação: Uma abordagem antropológica. *Arquivos em Movimento*, Rio de Janeiro, v.1, n.1, p. 7-16, Jan/Jun. 2005.

TURATO, E. R. *Tratado da metodologia da pesquisa clínico-qualitativa: construção teórico-epistemológica, discussão comparada e aplicação nas áreas da saúde e humanas*. 2.ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2003.

WIEFFERINK, C. H.; DETMAR, S. B.; COUMANS, B; VOGELS, T.; PAULUSSEN, T. G. W. Social psychological determinants of the use of performance-enhancing drugs by gym users. *Health Education Research*, v.23, n.1, p. 70-80, fev. 2007.



Diego Costa Freitas

Endereço: Rua de Santana, 124/ apt.1008 – Centro - CEP:20230-261

Rio de Janeiro – RJ – Brasil

E-mail: diego.costafreitas@hotmail.com