



## FORMAÇÃO DE RECURSOS HUMANOS EM EDUCAÇÃO FÍSICA PARA ATUAÇÃO EM ACADEMIAS DE GINÁSTICA E MUSCULAÇÃO NA CIDADE DE ARACAJU/SE

---

**Kleilson Ricardo de Albuquerque**  
**Maria Jézia Vieira**

Universidade Federal de Sergipe – Brasil

**Resumo:** O estudo é parte da dissertação de mestrado que buscou informações referentes à formação em Educação Física, e tem caráter descritivo exploratório com natureza quantitativa. Utilizou um questionário semiestruturado com o objetivo de identificar a importância atribuída pelos pesquisados aos aspectos relevantes de sua atuação em academias de ginástica e musculação, bem como identificar as disciplinas do curso de Educação Física que dão suporte à intervenção prática desses profissionais. A população considerada na pesquisa foi de 437 professores, que faziam parte de um universo de 82 academias de ginástica e musculação, localizadas na cidade de Aracaju/SE. Para compor a amostra, foram utilizados 30% do universo para formar as unidades de observação; e nessas unidades foram pesquisados todos aqueles professores que trabalhassem na orientação de atividades de ginástica e/ou musculação. As academias foram distribuídas pelas quatro regiões administrativas de saúde, de acordo com a quantidade de professores. Ficou constatado que o curso de Educação Física não é requisito para atuar nesse mercado específico, embora a maioria dos pesquisados considerem o curso como necessário para exercer essa função. O profissional que atua em academia de ginástica e musculação somente terá espaço enquanto acadêmico. A maior parte dos pesquisados considera o conhecimento científico, a aparência estética e física, a experiência como praticante de ginástica e musculação, o bom condicionamento físico e saber orientar os exercícios corretamente como sendo importantes para sua atuação nesse mercado de trabalho. Os conhecimentos sobre biodinâmica do movimento (bioquímica, fisiologia, biomecânica, cineantropometria, anatomia humana, cinesiologia) foram considerados importantes pela maioria dos pesquisados, assim como ser orientado por um profissional experiente, fazer estágio em academias, fazer avaliação física e montar o programa de exercícios. A população estudada se julga preparada para atuar e assumir a responsabilidade sobre a elaboração e execução do programa de exercícios. Os currículos analisados priorizam as dimensões do conhecimento com

disciplinas características de um curso de Licenciatura. A formação recebida pela população estudada é incoerente com sua atuação no mercado de trabalho; assim, seria importante um maior compromisso para estruturar a Educação Física com o intuito de intervir no mercado de academias de ginástica e musculação.

**Palavras-chave:** educação física; musculação; perfil.

## INTRODUÇÃO

A prática regular de atividade física em níveis apropriados assegura vários benefícios a curto, médio e longo prazo para o indivíduo. E sendo recomendada constantemente por diversas categorias profissionais e para vários tipos de populações especiais, torna-se um fator de suma importância para promoção da saúde e da qualidade de vida (MAZZEO et al., 1998; RIBEIRO et al., 2001; RIBEIRO; MARTINS; CARVALHO, 2007; RAMOS, 2002; CAMPOS, 2004; PUCCI et al., 2012).

Para Oliveira (2000), o dinamismo e a modernidade da sociedade criam avanços tecnológicos que exigem dos profissionais de todas as áreas diversos ajustes e o desenvolvimento para poder oferecer novos e eficientes resultados.

O profissional de Educação Física deve estar pronto para assumir esse papel, uma vez que, segundo Ferraz et al. (2004), a graduação deve fornecer conhecimentos sistematizados sobre o movimento humano, que capacitem o aluno com autonomia, otimize suas potencialidades e possibilite a interação com o meio em busca de uma melhor qualidade de vida. Para Betti e Betti (1996), a formação em Educação Física deve levar o professor a exercer uma prática reflexiva, elaborando seu conhecimento técnico-científico para uma direção que facilite sua intervenção prática.

Esse profissional ainda deve saber identificar os interesses, as expectativas e as necessidades das pessoas, de modo a planejar, prescrever, ensinar, orientar, assessorar, supervisionar, controlar e avaliar projetos e programas de atividades físicas, nas perspectivas da prevenção, promoção, proteção e reabilitação da saúde (BRASIL, 2002).

Para que se consiga obter bons resultados com a prática de atividade física e uma aderência e fidelidade do aluno ao programa de exercícios, particularmente com as atividades de ginástica e musculação, vários critérios devem ser obedecidos, dentre eles, a definição de um método de trabalho e a identificação dos objetivos a serem alcançados por aqueles que buscam essas práticas (NOVAES; VIANNA, 1998; TAHA-RA; SCHWARTZ; SILVA, 2003). As prescrições das atividades devem ser precedidas de um diagnóstico completo (avaliação física completa, hábitos de vida, problemas de saúde, exames diversos etc.), periodização (programa individualizado), obedecendo aos princípios científicos do treinamento físico (individualidade biológica, adaptação,

continuidade, sobrecarga, interdependência volume-intensidade e especificidade), além dos aspectos técnicos, culturais, psicológicos, sociais e comportamentais que interferem nessa prática (ANTUNES, 2000; GUEDES; GUEDES, 2006).

Para tal se faz necessária uma grande aquisição de conhecimentos adquiridos graças a sérios e prolongados estudos que foram e continuam sendo realizados em áreas, como: anatomia, fisiologia humana e do exercício, biomecânica, cinesiologia, bioenergética, psicologia, entre outras. Esses conhecimentos ajudam a garantir bons resultados na prescrição de exercícios e a minimizar riscos, pois permitem maior segurança e eficácia e, dessa forma, é possível evitar problemas futuros à saúde e à integridade física, uma vez que o exercício não pode ser considerado um modismo passageiro (MCARDLE et al., 1998).

A maioria da população tem conhecimento sobre a importância da prática regular de atividade física, e segundo Poeta et al. (2012), ser fisicamente ativo desde a infância traz muitos benefícios físicos, psicológicos, cognitivos e sociais. Porém, a sociedade não sabe como realizar essa prática de forma a obter resultados satisfatórios e seguros mediante os objetivos pretendidos. Dessa forma, aumenta a responsabilidade e a importância do profissional que irá orientar de forma técnica e científica os exercícios, mas não se sabe ao certo quem são esses profissionais e como foram preparados para exercer sua função frente à sociedade.

Para Barros (2006), as academias de ginástica e musculação devem dar segurança aos clientes que procuram seus serviços, e essas instituições devem continuar evoluindo em busca de corresponder às necessidades atuais e futuras da sociedade, pois é a garantia de que o hábito de exercitar-se vem sendo praticado como uma garantia de mais saúde.

É preciso que se tenha uma maior preocupação, um maior esforço e compromisso no sentido de estruturar a Educação Física acadêmica e cientificamente por serem esses os requisitos necessários para estar no ensino superior, especialmente na universidade, sendo coerente no seu formato e poder prestar serviços especializados e de qualidade à sociedade (BARROS, 1998, 2000).

Essa preocupação se dá pelo fato de que não deveria ser possível permitir que esses profissionais vivessem de bicos, biscates, sem o reconhecimento da importância dos seus serviços devido a cursos mal estruturados, mercado de trabalho sem controle e inexistência de uma organização profissional (BARROS, 2006).

Esse estudo foi motivado pela necessidade de conhecer como está a formação dos profissionais de Educação Física que atuam em academias de ginástica e musculação.

Por ser considerado o profissional apto a lidar com a prática de exercícios físicos e tendo em vista as considerações sobre suas necessidades de qualificação, este estudo teve como objetivo verificar a importância atribuída pelos pesquisados

aos aspectos relevantes de sua atuação em academias de ginástica e musculação. Assim como identificar as disciplinas do curso de Educação Física que dão suporte à intervenção prática desses profissionais.

## CASUÍSTICA E MÉTODOS

Trata-se de um estudo descritivo exploratório, pois segundo Marconi e Lakatos (2002), é possível ter uma descrição, o registro, a análise e a interpretação da preparação e da atuação dos profissionais em questão, bem como enfatizar a descoberta de ideias e discernimentos.

A população considerada na pesquisa foi de 437 professores, que faziam parte de um universo de 82 academias de ginástica e musculação, localizadas na cidade de Aracaju, Sergipe. Essas academias foram localizadas por meio dos registros da Junta Comercial de Sergipe, do registro na Prefeitura Municipal de Aracaju/SE, na lista telefônica e para aquelas que não tinham nenhum tipo de registro foi utilizada a colaboração dos funcionários da empresa dos Correios para fornecer todos os possíveis endereços das academias.

Para efeito de cálculo da amostra, foi utilizada a equação de Gil (1999).

Com um nível de confiança de 95,5% seriam necessários 148 indivíduos para compor a amostra; contudo, arbitrariamente foram utilizados 30% do universo (25 academias) para formar as unidades de observação, e nessas unidades foram pesquisados todos aqueles professores que trabalhassem na orientação de atividades de ginástica e/ou musculação, pois esse era o único critério de inclusão. Utilizou-se a escolha das academias para eliminar a possibilidade de que o instrumento utilizado para coleta dos dados fosse respondido mais de uma vez pela mesma pessoa em unidades diferentes. Nas academias pesquisadas foi encontrada uma amostra de 164 sujeitos que atendia aos critérios de inclusão.

Para a seleção das unidades de observação, foi feito um mapeamento nas quatro regiões administrativas de saúde do município de Aracaju, o que deixaria a amostra uniforme e permitiria estender a análise sem privilegiar uma região sobre as demais.

As academias foram classificadas intencionalmente pelo número de professores pesquisados em tipo 1, tipo 2 e tipo 3, pois dessa forma seria possível identificar diferenças nos três segmentos. Para isso, foram utilizados os seguintes critérios assim descritos:

- Academias tipo 1: aquelas com número de sujeitos superior a 10.
- Academias tipo 2: aquelas com número de sujeitos entre 5 e 10.
- Academias tipo 3: aquelas com número de sujeitos inferior a 5.

Seguindo os critérios estabelecidos, foi encontrado um total de academias, conforme descrito na Tabela I.

**Tabela I**

**Universo de academias de ginástica e musculação, encontradas na cidade de Aracaju/SE, 2007**

Região/Porte	Tipo 1	Tipo 2	Tipo 3
1ª Região	1	8	7
2ª Região	7	29	11
3ª Região	1	3	7
4ª Região	–	1	7
<b>Total</b>	<b>9</b>	<b>41</b>	<b>32</b>

**Fonte:** Elaborada pelos autores.

Para a coleta de dados, utilizamos um questionário elaborado por Antunes (2000) e validado por especialistas com 27 questões objetivas.

Após aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa em Seres Humanos, os dados foram coletados de dezembro de 2006 a fevereiro de 2007. Os sujeitos foram informados sobre objetivos e procedimentos da pesquisa e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. O questionário foi aplicado individualmente e na presença do pesquisador para minimizar dúvidas sobre o preenchimento.

Também foi solicitado o currículo das duas instituições de Ensino Superior que oferecem o curso de formação em Educação Física em Aracaju, bem como a relação de disciplinas e respectivas ementas, pois dessa forma seria possível identificar quais disciplinas oferecem os subsídios necessários para futura atuação desses profissionais no mercado de trabalho específico das academias de ginástica e musculação, uma vez que 94% da amostra utilizada na pesquisa relatou ter vínculo com uma das duas instituições pesquisadas.

Para efeito de análise, as disciplinas foram agrupadas de acordo com os conteúdos curriculares estabelecidos pelas Diretrizes Curriculares Nacionais do curso de graduação em Educação Física, pois essas diretrizes comportam os conhecimentos a serem transmitidos para os professores que atuam na área não escolar. Essas diretrizes estabelecem seis unidades de conhecimento para formação específica e ampliada, e devem agrupar as disciplinas em cada área de conhecimento de acordo com o perfil que a instituição deseja formar. Assim, o currículo deve contemplar as seguintes dimensões: relação ser humano-sociedade; biológica do corpo humano; produção do conhecimento científico e tecnológico; culturais do movimento humano; técnico-instrumental e didático-pedagógica. Foram verificadas a carga horária

total e a média de horas/aulas das disciplinas em cada dimensão, bem como a existência ou não das disciplinas que formam as unidades de conhecimento nas duas instituições participantes do estudo.

Para análise dos dados foi montado um banco de dados no Access® e no Excel®, e para o cruzamento dos dados, utilizamos o programa SPSS versão (12.0). E para que fosse possível estabelecer as categorias e dar um tratamento aos dados qualitativos, foram utilizados os critérios de Bardin (1977).

## RESULTADOS E DISCUSSÕES

Na população estudada, o curso de Educação Física não é o principal requisito para atuar em academias de ginástica e musculação, pois ficou constatado que 53% da amostra é composta por acadêmicos, 26,8% são formados, e ainda foi encontrado um percentual de 5,3% que tem apenas o primeiro e segundo grau (Quadro 1). Segundo Gondim (2002), o desenvolvimento científico e tecnológico vem aumentando a complexidade do mundo, e isso levou a uma necessidade de formar um profissional com competência para lidar com vários fatores relacionados a sua prática, e que poucos conseguem preencher os requisitos exigidos pelo mercado. O autor ainda diz que a fragilidade na definição do perfil profissional contribui para a insegurança na inserção no mercado de trabalho, e que a formação universitária parece ser insuficiente para atender à demanda requerida pelo mercado.

Para Garces, Lauxen e Antunes (2012), a classificação dos saberes dos docentes passa pela formação profissional, pelos saberes disciplinares, saberes curriculares e os saberes práticos durante o percurso formativo, e sua prática pedagógica é formada por experiências de vida e experiências profissionais.

### Quadro 1

#### Escolaridade e situação no primeiro contrato de trabalho dos pesquisados

Escolaridade	Ensino Fundamental	1,2%
	Ensino Médio	4,3%
	Superior incompleto	53%
	Superior completo	26,8%
	Pós-graduado	14,7%
Primeiro contrato de trabalho	Graduando	56,1%
	Graduado	3%
	Cursando outra faculdade	4,9%
	Praticante de ginástica e musculação	36%

**Fonte:** Elaborado pelos autores.

Esses resultados diferem dos encontrados por Carneiro et al. (2003) e Marcellino (2003), pois os autores relatam que a maior parte dos participantes de suas pesquisas, cerca de 64,7%, priorizou a formação e a conclusão do curso de Educação Física para poder atuar na área específica.

A situação encontrada hoje vem se repetindo no decorrer dos anos, ou seja, os participantes desta pesquisa relataram que, ao serem contratados pela primeira vez para atuarem com ginástica e/ou musculação, 56,1% ainda eram acadêmicos, 4,9% cursavam outra faculdade, 3% já tinham formação em Educação Física e 36% eram praticantes de ginástica e musculação (Quadro 1). Esses dados podem indicar que esse profissional está dentro de um círculo vicioso, ou seja, ele é contratado e, ainda estudante, passa um período atuando enquanto está na faculdade; ao sair com o diploma na mão, termina por perder o emprego para outro que aceita as mesmas condições que ele aceitou no momento de sua primeira contratação, o que foi constatado por Verenguer (1997, 2003, 2004, 2005).

Em relação à importância atribuída pelos pesquisados ao curso de Educação Física, foi constatado que 95,7% da amostra considerou o curso importante (Quadro 2). Dessa forma, esse dado revela que a maioria dos participantes da pesquisa tem a ideia de que no curso de Educação Física encontram-se os subsídios necessários para sua atuação em academias de ginástica e musculação, e isso se mostra incoerente com a realidade encontrada nesta pesquisa. Para Verenguer (2008), competência e prestígio têm associação direta com o conhecimento formalizado e com o saber profissional adquirido com a formação e com o passar dos anos. Sendo assim, a autora completa dizendo que para os profissionais que trabalham em academias ficará difícil construir uma carreira.

Com relação à importância de alguns fatores relacionados à atuação dos profissionais pesquisados, ficou constatado que 97% consideram os conhecimentos científico e teórico importantes (Quadro 2). Porém, mais da metade desses indivíduos atuam no mercado de trabalho sem a formação acadêmica completa. O professor de Educação Física é formado por uma combinação de conhecimentos, técnicas e tecnologias para alcançar os objetivos de suas aulas; assim, Bertini Júnior (2012) destaca que o currículo deve ter referencial teórico sólido e coerente para não formar profissionais sem sistematização e compromisso, atuando de forma empírica e não científica.

A boa aparência estética e física foi considerada importante por 66,5% dos pesquisados, demonstrando uma valorização e requisito de imagem corporal para exercer essa profissão. Para Garcia e Lemos (2003), o corpo humano pode ser considerado uma verdadeira construção cultural, e o significado atribuído a ele pode ser relacionado a diversas práticas corporais. Dessa forma, percebe-se a valorização

feita pelos professores pesquisados. Pereira (1996) chama a atenção, dizendo que a aparência física deve ser coerente com a atividade exercida, pois as expectativas do público-alvo precisam ser atendidas pelos professores, uma vez que eles são o centro das atenções e sempre se espera que eles tenham hábitos saudáveis, tipo físico esbelto e que inspirem confiança. Segundo Fortes et al. (2011), a insatisfação com o corpo acarreta a depreciação da imagem corporal e da aparência física do professor.

## Quadro 2

### Importância atribuída aos aspectos da atuação profissional

Atribuição de importância	Curso de Educação Física	95,7%
	Conhecimento científico	97%
	Aparência estética e física	66,5%
	Experiência como atleta ou praticante	54,3%
	Condicionamento físico	62,8%
	Orientação dos exercícios corretamente	99,4%
	Avaliação física	99,4%
	Tipos de exercício e programa	97%

**Fonte:** Elaborado pelos autores.

A experiência como atleta ou praticante de ginástica e musculação foi considerada importante por 54,3% dos pesquisados, assim como 62,8% consideram importante ter um bom condicionamento físico (Quadro 2). E essa valorização é considerada por Guilardi (1998) como importante, pois as vivências práticas sem vinculação com a aquisição de conhecimento não fazem sentido em um curso de preparação profissional. Foi encontrado também que a grande maioria dos pesquisados (99,4%) considerou importante a função de saber orientar os exercícios propostos de forma correta. Segundo o Código de Ética do profissional de Educação Física, é dever profissional oferecer orientação segura sobre a execução dos exercícios recomendados (BRASIL, 2002). Os resultados de Freitas et al. (2011) mostraram a preocupação constante dos professores com todos os aspectos que possam oferecer riscos à integridade física dos alunos.

Entre os conhecimentos necessários para a atuação em academias de ginástica e musculação, 99,4% consideraram importante o conhecimento sobre a biodinâmica do movimento humano (bioquímica, fisiologia, biomecânica, cineantropometria, anatomia humana, cinesiologia) (Quadro 3). Os conhecimentos desse grupo de disciplinas são básicos para a atuação do profissional que trabalha com a prescrição de exercício físico, pois sem o entendimento de como eles interagem, esses professores



estariam trabalhando de forma mecânica e não saberiam mudar ou controlar as inúmeras variáveis existentes.

Para Barbanti, Tricoli e Ugrinowitsch (2004) o simples fato de realizar os exercícios não garante os ganhos necessários, pois a efetividade de qualquer programa de treinamento está na aplicação correta de princípios científicos, na organização e no controle de suas variáveis. Os conhecimentos sobre biodinâmica do movimento representam a terceira maior carga horária dos currículos analisados, e isso demonstra que a distribuição da carga horária difere das necessidades dos pesquisados.

### Quadro 3

#### Conhecimentos importantes para atuação profissional

Conhecimentos e capacitação	Biodinâmica do movimento	99,4%
	Orientação de profissional experiente	95,7%
	Estágio em academia	94,5%
	Orientação segura dos exercícios	92,7%
	Atuação como professor	91,5%

**Fonte:** Elaborado pelos autores.

Com relação às formas de adquirir conhecimento, 95,7% dos pesquisados consideraram importante trabalhar sob a orientação de outro profissional mais experiente, assim como fazer estágio curricular em academias foi considerado importante por 94,5% (Quadro 3). Na pesquisa realizada por Silva (2003), ficou constatada a importância dada aos estágios curriculares, pois estes ajudam a aproximar o aluno da realidade do ensino e servem para ajustar os conteúdos das disciplinas do curso. Porém, deparamos com uma realidade diferente, pois foram encontrados poucos profissionais formados atuando nesse mercado e uma grande parcela de estagiários atuando com mão de obra barata. Segundo o Conselho Nacional de Educação (BRASIL, 2004), o estágio curricular é um momento para se verificar e provar a aquisição das competências e habilidades exigidas na prática em diferentes campos de intervenção e deveria ser realizado sob a supervisão de profissional habilitado e qualificado.

Para Carvalho, Pinheiro e De Paula (2011), o estágio é um momento de problematizar, de potencializar os estudos e experiências proporcionadas pelo campo de trabalho específico, e, para a autora, é durante o estágio que as construções teórico-metodológicas aprendidas no curso vão se articular e garantir uma prática planejada e uma intervenção eficaz.

Para que possa ser elaborado um programa correto de ginástica e musculação, alguns aspectos devem ser observados antes da realização dos exercícios; entre esses aspectos está a avaliação física completa. Para os participantes da pesquisa, esse item teve 99,4% de importância. A importância dada pelos pesquisados aos tipos de exercícios a serem executados e à forma de montagem do programa foi de 97%, e essa semelhança no grau de importância pode ser explicada, pois, para que seja feita a escolha dos exercícios para montagem de um programa, é preciso ter o conhecimento das informações da avaliação física (Quadro 2). Segundo Uchida et al. (2003), para escolher os exercícios é preciso considerar a ação muscular e os equipamentos a serem utilizados, pois dessa forma é possível evitar um desequilíbrio entre as musculaturas agonista e antagonista, uma vez que esse desequilíbrio poderá causar lesões articulares. O mesmo autor considera que a ordem dos exercícios deve ser muito bem avaliada para saber quais priorizar, pois uma simples mudança nessa ordem pode alterar todo o direcionamento do treinamento.

Os participantes do estudo foram questionados sobre o nível de capacitação que julgam possuir para exercerem suas funções, e esses dados estão localizados no Quadro 3. Ficou constatado que 92,7% dos pesquisados se julgam preparados para assumir a responsabilidade de orientar de forma correta e segura um programa de ginástica e musculação. Para 91,5% dos pesquisados, a atuação como professor já pode ser exercida. Contudo, já foi mencionado que mais da metade dos pesquisados não têm a formação acadêmica completa; portanto, não estariam aptos a exercer essa função nem a orientar de forma correta e segura; ainda deve-se levar em conta que a formação obtida pelo percentual que já concluiu o curso de Educação Física é destinada a formar professores para atuação em escolas.

As atividades de ginástica e musculação, quando não executadas corretamente, podem causar lesões musculoesqueléticas importantes, e algumas pesquisas sugerem que o treinamento excessivo, o uso impróprio das técnicas de treinamento, e outros fatores, podem ser os causadores dessas lesões (BRADY; CAHILL; BODNAR, 1982; LIPPO; SALAZAR, 2007; REEVES; LASKOWSKI; SMITH, 1998a, 1998b).

Ainda podemos citar Silveira (2002) e Oliveira e Silva (2005) para exemplificar os riscos e as responsabilidades que os profissionais assumem ao orientarem exercícios físicos, pois podem ser acusados civil e criminalmente por lesões causadas aos alunos que procuram por seus serviços.

Com relação às disciplinas cursadas pelos pesquisados, buscou-se uma aproximação dos currículos analisados com as seis dimensões do conhecimento previstas pelo Conselho Federal de Educação, pois só assim seria possível analisar a carga horária destinada para cada área. Essas informações estão representadas na Tabela 2.

**Tabela 2**

**Distribuição da média da carga horária por dimensões do conhecimento nas instituições pesquisadas**

<b>Dimensão</b>	<b>C/H</b>	<b>(%)</b>
Relação ser humano e sociedade	310 h/a	9,7%
Biológica do corpo humano	513 h/a	16,2%
Produção do conhecimento científico e tecnológico	739 h/a	23,2%
Cultural do movimento humano	223 h/a	7%
Técnico-instrumental	570 h/a	17,9%
Didático-pedagógica	830 h/a	26%
<b>Total da carga horária</b>	<b>3.185 h/a</b>	<b>100%</b>

**Fonte:** Elaborada pelos autores.

A distribuição da carga horária prioriza a dimensão didático-pedagógica e a dimensão da produção do conhecimento científico e tecnológico, e esse fato pode ser explicado pelas características das disciplinas esportivas e pelas disciplinas norteadoras do curso, ou seja, aquelas que servem de subsídio para todas as outras e, independentemente da dimensão da qual façam parte, podem ser consideradas como básicas na estrutura curricular.

Assim, fica evidenciado que a formação recebida pela população estudada é incoerente para sua atuação nesse mercado de trabalho, pois esses indivíduos deveriam ter recebido uma formação específica em um curso de bacharelado, uma vez que essa graduação é destinada a profissionais que não atuam na área escolar.

## CONCLUSÕES

Os resultados desse estudo indicaram que, para a população estudada, o curso de Educação Física não é o principal requisito para a atuação em academias de ginástica e musculação. Foi observado que esse profissional encontra-se dentro de um círculo vicioso, em que a garantia de atuação em academias de ginástica e musculação é maior durante sua formação acadêmica. O conhecimento científico e teórico, a boa aparência estética e física e a experiência como atleta ou praticante de ginástica e musculação foram considerados importantes para atuação profissional.

Os conhecimentos considerados importantes pelos pesquisados são diferentes dos priorizados pelos currículos analisados, devido a características de um curso voltado para a formação de professores para atuar na área escolar. A presença de um profissional experiente é importante para a formação do profissional que irá

atuar nesse mercado, segundo os participantes do estudo. Contudo, ficou demonstrado um baixo percentual de professores formados e um percentual elevado de estagiários atuando com mão de obra barata.

A avaliação física, os tipos de exercícios a serem realizados e a forma de montagem de um programa de ginástica e musculação foram relacionados como sendo importantes para atuação nesse mercado pelos pesquisados. Esses três itens são interdependentes, pois um leva ao outro, e para que seja possível obter êxito nos objetivos pretendidos eles devem estar em perfeita harmonia.

Mesmo sem formação completa em Educação Física e por estarem fazendo um curso com características encontradas na licenciatura, os pesquisados consideram-se preparados para assumir a responsabilidade de orientar e atuar com um programa de ginástica e musculação.

A distribuição da carga horária dos currículos analisados prioriza a dimensão didático-pedagógica e a dimensão da produção do conhecimento científico e tecnológico, fato justificado pelas características das disciplinas agrupadas nessas dimensões do conhecimento. Sendo assim, a formação recebida pela população estudada é incoerente com a atuação no mercado de trabalho analisado, pois serão formados para atuarem em escolas.

A imagem que é formada culturalmente de uma profissão pela sociedade pode determinar o quanto o serviço oferecido é importante para servi-la, pois sabemos que em situações normais as pessoas não confiam em serem atendidas por profissionais não qualificados.

É indispensável uma maior preocupação, um maior esforço e compromisso no sentido de estruturar a Educação Física acadêmica e cientificamente por serem esses os requisitos necessários para estar no Ensino Superior, especialmente na Universidade, sendo coerente no seu formato e poder prestar serviços especializados e de qualidade à sociedade.

## HUMAN RESOURCES TRAINING IN PHYSICAL EDUCATION FOR ACTING IN GYMS AND BODYBUILDING IN THE CITY OF ARACAJU/SE

**Abstract:** The study is part of a master's degree dissertation that collected informations related to Physical Education graduation, and has an exploratory descriptive with quantitative origins. A questionnaire was used with the aim to figure out the value assigned to the relevant aspects of the performance of the respondents in gyms, as well as identify the disciplines

of the Physical Education course which support the practical interventions of these professionals. After mapping all gyms in the city of Aracaju, Sergipe, they were classified as class 1, class 2 and class 3, according to the quantity of instructors and distributed on the four health administrative regions proportionally. It was found that the Physical Education course is not required to act in this specific market, although, almost all of them detach the importance of the degree to work on the specific area. The professional who works in health clubs and gyms will only have the proper space while graduated. Almost all of the respondents consider the scientific knowledge, the physical and esthetical appearance, the experience as a practitioner of bodybuilding and aerobic exercises, the good physical conditioning and knowing how to give right coordinates are all important as a professional of the area. The knowledge of biodynamic of movement (biochemistry, physiology, biomechanics, kinanthropometry, human anatomy, kinesiology) was considered by all of the respondents, as well as receive all the proper orientations by an experienced professional, internship in gyms and health clubs, being submitted into a physical evaluation and organize the training program. The population under study is judged ready to act and take responsibility for the development and implementation of the exercise program. The analyzed curriculum prioritize the dimensions of knowledge with characteristic disciplines of a graduation course. The graduation of the population studied does not match with the real condition of the market, so it would be important a greater commitment to organize the Physical Education course with the aim to intervene on the market of health clubs and gyms.

**Keywords:** physical education; bodybuilding; profile.

## REFERÊNCIAS

ANTUNES, A. C. **Academias de ginástica e musculação**: preparação de recursos humanos. 2000. 147 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Motricidade Humana)–Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Rio Claro, 2000.

BARBANTI, V. J.; TRICOLI, V.; UGRINOWITSCH, C. Relevância do conhecimento científico na prática do treinamento físico. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v. 18, p. 101-109, 2004.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70, 1977.

BARROS, J. M. C. Preparação profissional em Educação Física e esporte: propostas dos cursos de graduação. **Motriz**, Rio Claro, v. 4, n. 1, p. 12-17, 1998.

BARROS, J. M. C. Educação Física na sociedade brasileira atual e a regulamentação da profissão. **Motriz**, Rio Claro, v. 6, n. 2, p. 107-109, 2000.

BARROS, J. M. C. Educação Física: profissão – motricidade humana: área de estudo acadêmico. In: CONGRESSO INTERNACIONAL DE EPISTEMOLOGIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA, 1., 2006, São Paulo. **Anais...** São Paulo: Confef, 2006. p. 16.

BERTINI JÚNIOR, N. **O olhar docente para a educação física contemporânea: concepções e práticas pedagógicas**. 2012. 116 f. Dissertação (Mestrado em Educação)–Universidade Católica de Campinas, Campinas, 2012.

BETTI, I. C. R.; BETTI, M. Novas perspectivas na formação profissional em educação física. **Motriz**, Rio Claro, v. 2, n. 1, p. 10-15, jun. 1996.

BRADY, T. A.; CAHILL, B. R.; BODNAR, L. M. Weight training-related injuries in the High School Athlete. **The American Journal of Sports Medicine**, v. 10, n. 1, p. 1-5, 1982.

BRASIL. Documento de Intervenção do Profissional de Educação Física. Resolução CONFEF n. 046/2002, Rio de Janeiro, 2002.

BRASIL. Conselho Nacional de Educação. Parecer CNE/CES n. 58, Brasília, 2004.

CAMPOS, M. A. **Musculação: diabéticos, osteoporóticos, idosos, crianças, obesos**. 3. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2004.

CARNEIRO, R. S. et al. Perfil dos profissionais de educação física que atuam na área de musculação e ginástica localizada nas academias da cidade de Campos dos Goytacazes-RJ. **Revista Brasileira Atividade Física e Saúde**, Rio de Janeiro, v. 9, n. 4, p. 2-11, 2003.

CARVALHO, A. C. D.; PINHEIRO, M. C. M.; DE PAULA, M. V. O estágio na formação docente em educação física: problematização inicial. **Cadernos de Formação RBCE**, v. 2, n. 2, p. 9-19, 2011.

FERRAZ, O. L. et al. Pedagogia do movimento humano: pesquisa do ensino e da preparação profissional. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v. 18, p. 111-122, 2004.

FORTES, L. S. et al. Influência do nível de atividade física e do estado nutricional na insatisfação corporal de universitários de educação física. **HU Revista**, Juiz de Fora, v. 37, n. 2, p. 175-180, 2011.

FREITAS, D. C. et al. As práticas corporais nas academias de ginástica: um olhar do professor sobre o corpo fluminense. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Florianópolis, v. 33, n. 4, p. 959-974, 2011.

GARCES, S. B. B.; LAUXEN, S. L.; ANTUNES, F. R. Os saberes docentes na formação dos profissionais de educação física. **Atos de Pesquisa em Educação**, Cruz Alta, v. 7, n. 1, p. 198-227, 2012.

GARCIA, R. P.; LEMOS, K. M. A estética como um valor na educação física. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v. 17, n. 1, p. 32-40, 2003.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 1999.

GONDIM, S. M. G. Perfil profissional e mercado de trabalho: relação com a formação acadêmica pela perspectiva de estudantes universitários. **Estudos de Psicologia**, v. 7, n. 2, p. 299-309, 2002.

GUEDES, D. P.; GUEDES, J. E. R. P. **Manual prático para avaliação em educação física**. Barueri: Manole, 2006.

GUILARDI, R. Formação profissional em Educação Física: a relação teoria e prática. **Motriz**, Rio Claro, v. 4, n. 1, p. 1-11, 1998.

LIPPO, B.; SALAZAR, M. Etiologia das lesões esportivas: um estudo transversal. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, São Paulo, v. 1, n. 2, p. 25-34, 2007.

MARCELLINO, N. C. Academias de ginástica como opção de lazer. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 11, n. 2, p. 49-54, 2003.

MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. **Técnica de pesquisa**: planejamento e execução de pesquisas, amostragens e técnicas de pesquisas, elaboração, análise e interpretação de dados. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

MAZZEO, R. S. et al. Exercício e atividade física para pessoas idosas. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 3, n. 1, p. 48-78, 1998.

MCARDLE, W. D. et al. **Fisiologia do exercício**: energia, nutrição e desempenho humano. 4. ed. Rio de Janeiro: Guanabara, 1998.

NOVAES, J. S.; VIANNA, J. M. **Personal training e condicionamento físico em academias**. Rio de Janeiro: Shape, 1998.

OLIVEIRA, A. A. B. Mercado de trabalho em educação física e a formação profissional: breves reflexões. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 8, n. 4, p. 45-50, 2000.

OLIVEIRA, A. L.; SILVA, M. P. O profissional de Educação Física e a responsabilidade legal que o cerca: fundamentos para uma discussão. In: SANTOS, D. R. A responsabilidade jurídica por lesões em atividade física nas academias de ginástica. In: Simpósio Internacional Processo Civilizador, 9., 2005, Ponta grossa. *Anais...* Ponta Grossa, 2005.

PEREIRA, M. **Academia: estrutura técnica e administrativa**. Rio de Janeiro: Sprint, 1996.

POETA, L. S. et al. Intervenção interdisciplinar na composição corporal e em testes de aptidão física de crianças obesas. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, Florianópolis, v. 14, n. 2, p. 134, 2012.

PUCCI, G. C. M. F. et al. Associação entre atividade física e qualidade de vida em adultos. **Revista Saúde Pública**, Curitiba, v. 46, n. 1, p. 166-179, 2012.

RAMOS, A. T. **Atividade física: diabéticos, gestantes, terceira idade, crianças e obesos**. 3. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2002.

REEVES, R. K.; LASKOWSKI, E. R.; SMITH, J. Weight training injuries: Part 1: diagnosing and managing acute conditions. **The Physician and Sports Medicine**, v. 26, n. 2, p. 2-14, 1998a.

REEVES, R. K.; LASKOWSKI, E. R.; SMITH, J. Weight training injuries: Part 2: diagnosing and managing chronic conditions. **The Physician and Sports Medicine**, v. 26, n. 3, p. 54-63, 1998b.

RIBEIRO, M. A. et al. Nível de conhecimento sobre atividade física para promoção da saúde de estudantes de educação física. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 9, n. 3, p. 31-37, 2001.

RIBEIRO, M. A.; MARTINS, M. A.; CARVALHO, C. R. F. The role of physician counseling in improving adherence to physical activity among the general population. **Sao Paulo Medical Journal**, São Paulo, v. 125, n. 2, p. 115-121, 2007.

SILVA, S. A. P. S. Desenvolvimento do pensamento crítico-criativo e os estágios curriculares na área da Educação Física. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 11, n. 2, p. 35-40, 2003.

SILVEIRA, J. A responsabilidade civil do profissional de Educação Física. **Revista da Educação Física/UEM**, Maringá, v. 13, n. 1, p. 47-54, 2002.

TAHARA, A. K.; SCHWARTZ, G. M.; SILVA, K. A. Aderência e manutenção da prática de exercícios em academias. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 11, n. 4, p. 7-12, 2003.

UCHIDA, M. C. et al. **Manual de musculação: uma abordagem teórico-prática ao treinamento de força**. São Paulo: Phorte, 2003.

VERENGUER, R. C. G. Dimensões profissionais e acadêmicas da educação física no Brasil: uma síntese das discussões. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v. 11, n. 2, p. 164-175, 1997.



VERENGUER, R. C. G. **Mercado de trabalho em Educação Física**: significado da intervenção profissional à luz das relações de trabalho e da construção da carreira. 2003. 156 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física)–Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2003.

VERENGUER, R. C. G. Intervenção profissional em educação física: expertise, credencialismo e autonomia. **Motriz**, Rio Claro, v. 10, n. 2, p. 123-134, 2004.

VERENGUER, R. C. G. Mercado de trabalho em Educação Física: reestruturação produtiva, relações de trabalho e intervenção profissional. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 4, n. 4, p. 39-54, 2005.

VERENGUER, R. C. G. Mercado de trabalho em Educação Física: significado da intervenção profissional em academias de ginástica. **Motriz**, Rio Claro, v. 14, n. 4, p. 452-461, 2008.

#### **Contato**

Kleilson Ricardo de Albuquerque  
E-mail: kralbuquerque@ig.com.br

#### **Tramitação**

Recebido em 2 de agosto de 2012  
Aceito em 8 de outubro de 2012