

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO  
CENTRO DE DESENVOLVIMENTO DO ENSINO SUPERIOR EM SAÚDE - CEDESS  
MESTRADO ENSINO EM CIÊNCIAS DA SAÚDE  
MODALIDADE PROFISSIONAL**

**FABIO LIMA DE BRITO**

**O PERSONAL TRAINER E SUA PRÁTICA EDUCATIVA**

**São Paulo**

**2020**

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO**  
**CENTRO DE DESENVOLVIMENTO DO ENSINO SUPERIOR EM SAÚDE - CEDESS**  
**MESTRADO ENSINO EM CIÊNCIAS DA SAÚDE**  
**MODALIDADE PROFISSIONAL**

Dissertação apresentada à Universidade Federal de São Paulo para a obtenção do título de Mestre Profissional em Ensino em Ciências da Saúde.

Orientador: Prof. Dr. Nildo Alves Batista

**FABIO LIMA DE BRITO**

**O PERSONAL TRAINER E SUA PRÁTICA EDUCATIVA**

**LINHA 2: EDUCAÇÃO EM SAÚDE**

**São Paulo**

**2020**

BRITO, Fábio Lima de

**O PERSONAL TRAINER E SUA PRÁTICA EDUCATIVA.** / Fábio Lima de Brito -- São Paulo, 2020.

**114 f.** (folhas)

Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal de São Paulo. Programa de Pós-graduação em Ensino em Ciências da Saúde.

Título em inglês: **THE PERSONAL TRAINER AND HIS PRATICE EDUCATION**

1. Personal Trainer 2. Educação em Saúde 3. Promoção em saúde. 4. Educação Física

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO**  
**CENTRO DE DESENVOLVIMENTO DO ENSINO SUPERIOR EM SAÚDE**

**PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO MESTRADO EM CIÊNCIAS DA SAÚDE**  
**MODALIDADE PROFISSIONAL**

**Coordenadora**

**Profa. Dra. Coordenadora: Profa. Dra.**

**Sylvia Helena Souza da Silva Batista**

**FÁBIO LIMA DE BRITO**

**O PERSONAL TRAINER E SUA PRÁTICA EDUCATIVA**

**São Paulo, 22 de Maio de 2020**

**Banca examinadora**

---

**(Presidente) Prof. Dr. Nildo Alves Batista**

---

**Profa. Dra. Natália Oliveira Vargas**

---

**Prof. Dr. Ivan Tertuliano**

---

**Profa. Dra. Viviane Cristina Cândido**

---

**(Suplente) Profa. Dra. Iraní Ferreira Gerab**

## DEDICATÓRIA

*Aos profissionais de Educação Física que buscam a excelência em seu atendimento e ensino, fundamentados no amor pelo movimento humano e suas benéficas.*

## **AGRADECIMENTOS**

A Deus, Criador de todo o universo, por me possibilitar realizar este sonho. À ele toda honra e glória!

Ao meu orientador e amigo, Prof. Dr. Nildo Alves Batista, pela sua disponibilidade, paciência e cuidado no processo de orientação, pelo incentivo constante, pelo carinho, pela atenção e pelo apoio demonstrado na construção deste estudo ao compartilhar, generosamente, seus conhecimentos. Nunca conseguirei recompensa-lo por tudo o que fez por mim. A ti serei eternamente grato.

Aos membros da banca de qualificação: Profa. Dra. Natália de Oliveira Vargas e Profa. Dra. Viviane Cristina Cândido, pelas imprescindíveis orientações para a conclusão dessa pesquisa.

Aos professores do Programa de Pós-Graduação Ensino em Ciências da Saúde – CEDESS, pelos momentos de aprendizagem.

Aos colegas de mestrado, turma 2018, pelas trocas de experiências e de conhecimentos, bem como pelo apoio constante e amizade.

A todos os funcionários do CEDESS, pelo carinho e pela disponibilidade em assistir aos mestrandos.

À Sueli Pedroso, pelo carinho e pela atenção prestados, no decorrer desse estudo. Você foi a primeira que abriu o coração e as portas do CEDESS ao meu sonho de cursar um mestrado. Acredite! Você foi usada por Deus. A ti serei eternamente grato.

A todos os participantes dessa pesquisa, os quais, com a sua prestimosa colaboração, tornaram esse estudo possível.

A minha mãe, Umbelina, por suas orações constantes e esforços em me proporcionar uma educação digna, valores e amor incondicional. Partilho com a senhora a alegria deste momento.

Aos meus irmãos, Christian, William e Franklin que me fortaleceram quando pensei em desistir. Graças a suas palavras de incentivo cheguei onde estou. Muito obrigado, queridos!

A minha esposa Cristiane, pelo amor, companheirismo, cumplicidade, pela paciência e pelo estímulo a minha vida pessoal e profissional. Sou o homem que sou porque você nunca desistiu de mim. Eu te amo sempre e pra sempre!

A meus filhos, Adler e Isvy, por me ensinar a compreender melhor a vida e a viver com mais alegria e amor. Espero que meus esforços fortaleça-os na busca e conquista de seus sonhos. Amo vocês!

A parceira de estudos Andréa Costa. Seus conhecimentos somados com carinho, paciência e atenção empática me ajudaram muito a chegar até aqui. Serei sempre grato!

A todos os meus amigos que me incentivaram constantemente nesta empreitada. Sou hoje o resultado de suas orações. Muito obrigado!

Aos meus alunos, clientes e amigos que me ajudaram a aprender na prática os assuntos relacionados a este projeto. Sem vocês tudo seria uma utopia. Obrigado por ajudar em minha transformação profissional.

A todos o meu sincero muito obrigado!

*“Cada cicatriz que temos é a confirmação de que uma ferida sara. Cicatrizes são marcas de superação que só um verdadeiro guerreiro possui”.*

Helena Galdino

## RESUMO

**INTRODUÇÃO:** O Personal Trainer (PT) é um bacharel em Educação Física que usa uma abordagem individualizada, avalia, motiva, educa e treina seus alunos/clientes para a sua saúde. Este deve compreender suas ações no tocante ao componente educativo da prática profissional, buscando ser um profissional capaz de tornar o aluno/cliente autônomo no tocante à atividade física e ao seu autocuidado. **OBJETIVO:** Investigar a prática educativa do Personal Trainer (PT) na sua atuação como promotor de saúde. Especificamente: apreender os entendimentos do PT sobre educação e prática educativa, avaliar a formação inicial para esta prática, Identificar os desafios encontrados e mapear as sugestões apresentadas para aprimoramento da mesma. **METODOLOGIA:** Adotou-se uma abordagem quanti/qualitativa, transversal, de natureza exploratória e descritiva a partir de dois instrumentos: escala atitudinal tipo Likert e Entrevista Semi-estruturada. Para a escala, tivemos um total de 203 participantes. A entrevista foi realizada com 15 participantes que participaram da escala, com intuito de aprofundar os resultados obtidos na mesma. Utilizou-se a análise de conteúdo na modalidade temática e partiu-se de quatro núcleos temáticos: o entendimento sobre a prática educativa, a formação inicial do PT, os desafios encontrados para a prática educativa e as sugestões para o aprimoramento da mesma. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** O presente estudo evidenciou que há pouco entendimento do PT a respeito da prática educativa implícita à sua atividade laboral com vistas à promoção de saúde de seus alunos/clientes. Sua formação na graduação ocorre de maneira superficial e focada em conhecimentos biomecânicos, com abordagens tradicionais de ensino fundamentadas no saber fazer relacionadas especificamente ao exercício físico. A discussão sobre a promoção de saúde e sobre uma prática educativa dialógica e transformadora junto ao seu aluno/cliente mostra-se insuficiente. A resistência do aluno/cliente ao exercício e o desenvolvimento do componente educativo associado à orientação/prescrição do exercício físico são os principais desafios apontados. Os PTs sugerem para aprimoramento da prática uma maior conscientização sobre sua responsabilidade na construção do conhecimento autônomo de seu aluno/cliente para a manutenção do seu auto-cuidado. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** destacamos que há poucos estudos abordando tal temática, o que sugere que haja mais pesquisas voltadas à prática educativa do PT.

**PALAVRAS-CHAVES:** Personal Trainer. Promoção de Saúde. Prática Educativa. Educação Física.

## ABSTRACT

**INTRODUCTION:** The Personal Trainer (PT) is a professional with a bachelor's degree in Physical Education who uses an individualized approach, assesses, motivates, educates and trains his students/clients for their health. In daily life, the PT must understand his actions regarding to the educational component of professional practice. Thus, the professional must be able to make the student/client autonomous regarding the physical activity and self-care. **OBJECTIVE:** To investigate the educational practice of the Personal Trainer (PT) in his role as a health promoter. Specifically: apprehend the PT's understandings on education and educational practice, evaluate the initial training for this practice, identify the challenges encountered and map the suggestions presented to improve it. **METHODOLOGY:** A quantitative/qualitative, transversal, exploratory and descriptive approach was adopted based on two instruments: Likert-type attitudinal scale and in-depth interview. For the scale, we had a total of 203 participants. The interview was conducted with 15 participants who participated in the scale, in order to deepen the results obtained in it. Content analysis was used in the thematic modality and started from four thematic nuclei: Understanding about educational practice; The initial formation of the PT; The challenges found at work for educational practice; and suggestions for improving the practice. **RESULTS AND DISCUSSION:** The present study showed that there is an understanding of the PT regarding the educational practice implicit in his work activity with a view to promoting the health of his students / clients. In addition, their initial training takes place superficially and focused on biomechanical knowledge, with traditional teaching approaches based on know-how related specifically to physical exercise. The discussion about health promotion and about a dialogical and transformative educational practice with your student / client is insufficient. The student / client's resistance to exercise and the development of the educational component associated with orientation / prescription of physical exercise are the main challenges pointed out. The PTs suggest for improving the practice, greater awareness of their responsibility in building the autonomous knowledge of his student / client to maintain their self-care. **FINAL COMMENTS:** Finally, we highlight that there are few studies addressing this theme, so we suggest that there is more research focused on the educational practice of the PT.

**KEYWORDS:** Personal Trainer. Health Promotion. Educational Practice. PE.

## GRÁFICOS

Gráfico 1: Pontuação Geral e por dimensões sobre “A Prática Educativa do Personal Trainer”, São Paulo, 2019.....	49
Gráfico 2: Pontuação média por cada uma das Assertiva sobre a “A Pratica Educativa do Personal Trainer”, São Paulo, 2019.....	50
Gráfico 3: Média das assertivas correspondente a dimensão I: Entendimento do PT sobre a Prática Educativa.....	51
Gráfico 4: Média das assertivas correspondente a dimensão II: A formação inicial para a pratica educativa do PT. ....	60
Gráfico 5: Média das assertivas correspondente a dimensão III: Os desafios encontrados na prática educativa do PT. ....	71
Gráfico 6 Pontuação Geral Atitudinal e por cada uma das Dimensões sobre a “A Pratica Educativa do Personal Trainer”, São Paulo, 2019 .....	96
Gráfico 7: Resultados da Assertiva 6 Para Apresentação ao Entrevistado .....	97
Gráfico 8: Resutados da Assertiva 24 para Discussão com Entrevistado .....	98

## TABELAS

Tabela 1: Descrição dos participantes da entrevista de aprofundamento sobre a prática educativa do Personal Trainer, São Paulo, 2019.....	42
Tabela 2: Intervalo de média Para Escala Atitudinal .....	46
Tabela 3: Fluxograma da Análise de Conteúdo: Entrevista de Aprofundamento.....	46
Tabela 4: Categorias resultantes da análise de conteúdo das entrevistas com os participantes da pesquisa, correspondente a primeira dimensão. ....	52
Tabela 5: Categorias resultantes da análise de conteúdo das entrevistas com os participantes da pesquisa, correspondente a segunda dimensão. ....	61
Tabela 6: Categorias resultantes da análise de conteúdo das entrevistas com os participantes da pesquisa, correspondente a terceira dimensão. ....	72

## LISTA DE ABREVIATURAS

PT	Personal Trainer
EF	Educação Física
IESs	Instituições de Ensino Superior
OMS	Organização Mundial da Saúde
DCNs	Diretrizes Curriculares Nacionais
SUS	Sistema Único de Saúde
APS	Atenção Primária à Saúde
NASF	Núcleo de Apoio à Saúde da Família
UBS	Unidades Básicas de Saúde
CNE	Conselho Nacional de Educação
ES	Educação em Saúde
UC	Unidades de Contexto
UR	Unidades de Registro
VIGITEL	Vigilância de Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico
CREF4/SP	Conselho Regional de Educação Física do Estado de São Paulo – 4° Região

## **APRESENTAÇÃO**

Sou Fábio Lima de Brito, graduado em licenciatura plena pelo curso de Educação Física do Centro Universitário Adventista de São Paulo – UNASP/SP. Ao longo do meu percurso profissional trabalhei em áreas distintas, e me identifiquei com a qualidade de vida através do exercício físico. O contato com o público acompanha minha carreira profissional. Minha formação ocorreu em 2011.

Trabalho como Personal Trainer há 7 anos, com resultados apresentados por alunos/clientes de diversos contextos sociais. Possuo experiência em Ginástica coletiva, Treinamentos personalizados, Promoção de saúde, palestras, além de conhecimentos na área da educação em saúde. Minha pessoal e incessante sede de aprender estimulou-me a buscar a construção e reconstrução de conhecimentos para melhoria de minha prática como Personal. Observei nos últimos anos uma necessidade de estudos voltados para a área da educação dentro de minha atuação profissional, haja vista a grande quantidade de estudos e pesquisas voltados aos aspectos mais tecnicistas da área. O diálogo, a construção mútua e cooperativa do saber dentro dos fundamentos educacionais fazem-se necessários em minha prática profissional cotidiana como Personal Trainer, partindo do pressuposto que sou reconhecido pela sociedade como professor.

Lembro-me, quando na graduação, que meus queridos professores usavam seus kits áudio/visuais em sala com suas assinaturas e títulos acadêmicos. Eu ficava impressionado com tamanha gama de conhecimento que possuíam e me imaginava um dia chegar num nível semelhante ao deles. Daí por diante, o sonho da carreira docente achou morada em meus pensamentos, buscando assim passar por um processo de construção e reconstrução de conhecimento.

Porém, foi grande o desafio de ingressar no rol de mestrandos da tão conceituada UNIFESP; afinal de contas, é grande o interesse da sociedade na busca de programas de pós-graduação em uma renomada instituição. Foram 3 tentativas... No processo seletivo, por meio das leituras, aprendi muito sobre a área da educação em saúde, e percebi como um profissional em Educação Física especialista em treinamentos personalizados pode contribuir junto a sociedade com seus serviços no tocante a este assunto. Comecei a enxergar como este profissional é ainda visto como um técnico transmissor de atividades

físicas, o que me inquietou e instigou a buscar mais conhecimento sobre a prática educativa.

Entendo que a necessidade de discussão da prática educativa do Personal Trainer se faz necessária, haja vista a grande inovação tecnológica na qual vivemos e, com a facilidade de acesso a informação, há mudanças comportamentais em várias áreas profissionais (saúde, educação, tecnologia). Assim, questiono: como pensar que o atendimento personalizado para a atividade física e promoção de saúde não sofre consequências também?

Essas e outras inquietações me incentivaram a buscar mais informações e, assim, atender meus alunos/clientes da melhor forma, proporcionando a eles melhor qualidade de vida e autonomia do cuidado. Nesta trajetória, o trabalho multiprofissional passou a fazer parte de meu currículo! O que antes era visto como uma ação longínqua, passei a perceber que médicos, nutricionistas, psicólogos e outros profissionais da saúde são parceiros para avanço dos trabalhos de promoção de saúde dentro de meu contexto profissional.

A partir destas reflexões creio que posso oferecer algo a mais daquilo que meus alunos/clientes esperam: um atendimento que dialoga com suas experiências anteriores, a valorização do que este aluno/cliente já sabe no tocante a atividade física, o desenvolvimento da autonomia do cuidado deste cliente, dentre outros. Percebo, atualmente, que o método tradicional biotecnista e verticalizado de ensino se faz presente na área, tanto por responsabilidade do profissional em questão quanto do aluno/cliente que, por vezes, deseja um atendimento focado no exercício. Gosto muito desta reflexão construída no decorrer dos anos em quem me dediquei a este projeto e que trago comigo: *“Se caso meu aluno/cliente, por qualquer razão, deixar de treinar comigo, ele continuará a cuidar da saúde de forma autônoma?”*

## SUMÁRIO

I – INTRODUÇÃO .....	19
II – OBJETIVOS .....	25
III – REFERENCIAL TEÓRICO .....	27
3.1 – A Atividade Física e sua Relevância na Educação em Saúde .....	27
3.2 – O Personal Trainer: Formação e Prática .....	32
3.3 O Componente Educativo na Prática do Personal Trainer .....	37
IV- METODOLOGIA .....	41
4.1 - Fundamentação Metodológica .....	41
4.2 – A População do Estudo .....	41
4.3 – A PRODUÇÃO DOS DADOS .....	43
4.3.1 Escala Atitudinal .....	43
4.3.2 – Entrevista de Aprofundamento .....	45
4.4 - ANÁLISE DOS DADOS .....	45
4.4.1 Escala Atitudinal .....	45
4.5 Procedimentos Éticos .....	47
V. RESULTADOS E DISCUSSÃO .....	49
5.1 – ENTENDIMENTO DO PERSONAL TRAINER SOBRE A PRÁTICA EDUCATIVA E SUA FORMAÇÃO PARA A MESMA .....	51
5.1.1 – Entendimento Sobre a Prática Educativa do PT .....	51
5.1.2 A Formação Inicial do PT Para a Prática Educativa .....	60
5.2 – OS DESAFIOS ENCONTRADOS NA PRÁTICA EDUCATIVA DO PERSONAL TRAINER E SUGESTÕES PARA MELHORIA DA MESMA.....	71
5.2.1 - Os Desafios Encontrados na Prática Educativa do PT .....	71
5.2.2 – Sugestões para a Melhoria da Prática Educativa do PT .....	78
VI – CONCLUSÕES/CONSIDERAÇÕES FINAIS .....	83
VI - REFERÊNCIAS .....	87
VII – APÊNDICES .....	96
VIII ANEXOS .....	108

# INTRODUÇÃO

*“O homem não é nada além daquilo que a educação faz dele”.*

Immanuel Kant

## I – INTRODUÇÃO

Não há como negar que a Educação Física (EF) evoluiu nos últimos anos com aumentos expressivos de praticantes de atividades físicas em tempo livre. A busca pela qualidade de vida tem sido o marco substituível do corpo esbelto. O corpo belo visto anteriormente como padrão de saúde hoje é um complemento e até consequência de hábitos saudáveis. (BECKER, GONÇALVES e REIS, 2016)

Malta, Castro, *et al.*, (2009) comentam que uma população ativa apresenta-se hoje, em todas as faixas etárias, com intervenções de políticas públicas de promoção de saúde pelo desporto. No entanto, ainda existe sedentarismo no País, mesmo reconhecendo certo crescimento da prática de atividade física. De acordo com dados fornecidos pela Vigilância de Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (VIGITEL, 2017, p. 59):

*A frequência de adultos que praticam atividade física no tempo livre equivalente a pelo menos 150 minutos de atividade física moderada por semana variou entre 29,9% em São Paulo e 49,6% no Distrito Federal).*

Guarda, Silva, *et al.*, (2014) fortalecem o fato ao trazer que a prática regular de atividades físicas vem sendo identificada como importante estratégia de promoção da saúde, pois promove uma série de benefícios biopsicossociais. Argumentam que a atuação no campo da saúde demanda do profissional em EF o domínio de conhecimentos relativos às ciências sociais e humanas, bem como constata determinantes do processo saúde-doença com a prática da atividade física.

Promover saúde através da atividade física é necessário para a transformação do ser humano, com o intuito de trazer melhorias ao mesmo. A Organização Mundial da Saúde (OMS) descreve a promoção de saúde como *“um processo cuja finalidade é ampliar as possibilidades de indivíduos e comunidades em atuarem sobre fatores que afetam sua saúde e qualidade de vida, com maior participação no controle deste processo”* (MALTA, CASTRO, *et al.*, 2009, p. 2).

A Educação Física é, assim, uma ferramenta de promoção de saúde pois:

*A presença de um profissional de Educação Física em um hospital, por exemplo, poderia chamar atenção há alguns anos, mas hoje já é vista com mais naturalidade. Embora aceita, a atuação destes profissionais na área da saúde ainda carece de espaço e valorização (CREF4/SP, 2018).*

Ribeiro, Lima, *et al.*, (2017) sugerem grande relevância da atividade física no controle de doenças crônicas, como o diabetes. Programas de exercício físico mostraram-se eficazes no controle glicêmico de diabéticos. da Silva, Bossle e Fraga, (2016) citam a

adaptação ao aluno/cliente como mais uma inquietação, pois é cada vez maior a procura de grupos com necessidades especiais como diabéticos, hipertensos e cardiopatas para praticarem atividade física. Espera-se aqui uma intervenção profissional qualificada.

Embora a maioria da população reconheça a prática de atividade física como benéfica à saúde e ferramenta para prevenção de doenças, poucas pessoas adotam em seu cotidiano o preconizado por profissionais da área, dada a falta de tempo ou por outras razões (SILVA, BABILÔNIA e MARRA, 2017).

Para Silva, Bossle e Fraga, (2016), atividade física é hoje reconhecida para além dos aspectos estéticos e esportivos, resultando em boas oportunidades ocupacionais na prestação de serviços voltados para saúde, bem-estar, qualidade de vida e longevidade. Para os autores, busca-se, assim, desmistificar a visão de que os profissionais da área tenham sua formação voltada apenas para conhecimentos técnicos instrumentais.

Com a demanda de praticantes de atividade física ao redor do país, como jovens, crianças, adultos, idosos e gestantes, é possível notar uma prática de atividades físicas, muitas vezes sem planejamento prévio e impensado: alguns movidos por modismos ou por objetivos traçados por outros (amigos, parentes, dentre outros), aos quais não se adequam, tendo em vista suas peculiaridades físiomotricizes Silva, Bossle e Fraga, (2016). Dentre outras consequências, as chances de lesões causadas pré ou pós treino aumentam.

Em contrapartida, destacamos também o fato de que o risco de lesões pré e/ou pós treino diminuem significativamente quando há orientação adequada (DANTAS e SOARES, 2001). Os autores destacam que, quando é prescrito uma “rotina” de exercícios a serem executadas no dia-a-dia, estimula-se a memorização neuro-motora do aluno/cliente para a execução correta dos procedimentos.

Neste contexto, surge a relevância de uma orientação específica por um profissional da área, e mais especificamente, o Personal Trainer (PT). Diferentes autores definem o PT como Profissional Bacharelado em EF com qualificação em áreas técnico-científicas, que promove saúde através de atividades físicas aos seus alunos/clientes, estes sendo atendidos de forma individualizada (DA SILVA, JUNIOR e STECKLOW, 2013; DA SILVA e DE OLIVEIRA, 2018; GOMES e DE OLIVEIRA CAMINHA, 2014; JÚNIOR e CARDOSO, 2017; GOMES e DE OLIVEIRA CAMINHA, 2014; JÚNIOR e

CARDOSO, 2017; e SEVERO, 2017). Vieira, Maciel, *et al.*, (2017, p. 363) descrevem o PT como:

*profissional graduado em Educação Física que se especializa em treinamento desportivo, fisiologia do exercício, anatomia e biomecânica e que está disposto a se manter em formação continuada, que se caracteriza como atualização profissional, cuja necessidade ocorre pelos crescentes avanços tecnológicos.*

As origens desta atuação profissional se dão na década de 80, onde artistas norte-americanos aderiram à atividade física com mais afinco que nos anos anteriores (GOMES e DE OLIVEIRA CAMINHA, 2014). Porém, devido à falta de horários livres em suas agendas e também pelo assédio de fãs, muitos optaram por contratar treinadores particulares para atendê-los dentro de seu espaço e tempo (BOSSLE e FRAGA, 2011). Está prática surgiu no Brasil na década de 90, guiada por moda, trazendo ao praticante um ar de requinte, ostentação, glamour e status social (JÚNIOR e CARDOSO, 2017).

A Sociedade Brasileira de Personal Trainers (<http://sbpt.com.br/o-que-e-a-sbpt/>) estima que, de janeiro de 2015 para os dias atuais, ocorreu um forte avanço nacional da categoria, com maior concentração na região Sudeste do País. No Brasil, essa ocupação, representa 2,5 bilhões de reais de faturamento anual (DE OLIVEIRA-LOPES, JÚNIOR e LOPES, 2017). O interesse na categoria PT pelos egressos em Educação Física (EF) para atuação tem crescido mais e mais, pela boa remuneração, oferta e demanda do Mercado de Trabalho (MT). Ademais, é a oitava ocupação de mais destaque no mundo (SILVA, 2018).

Em seu cotidiano laboral, o PT segue algumas rotinas que visam o atendimento de seu aluno/cliente, desde o primeiro contato formal até a avaliação dos objetivos alcançados. Os treinos indicados pelo PT procuram ser planejados de acordo as necessidades, debilidades e desafios que o aluno/cliente enfrenta. (FERREIRA, DIETRICH e PEDRO, 2015, p. 3), frisam:

*a prática de atividade física é um dos comportamentos que podem contribuir para a qualidade de vida dos indivíduos e/ou coletividades, bem como promover a saúde dos mesmos, quando realizada individualmente ou por meio de programas sustentados por políticas nacionais pactuadas nas diferentes esferas de governo.*

Para além da prescrição correta do exercício físico, cabe ao PT o desenvolvimento de uma prática educativa junto ao seu aluno/cliente. Ao refletir sobre a ação de educar, a prática educativa do PT é vista na bibliografia como qualquer programa de exercícios físicos motivacionais a seus participantes, que se caracterize por ser um processo ativo,

intencional e dirigido a uma meta, sendo considerada uma variável fundamental para sua adesão (KLAIN, ROMBALDI, *et al.*, 2016).

A prática educativa abrange um universo envolvente de duas partes, ou seja, aquele que ensina e o que aprende. Interessante notar que ambos aprendem no processo, ambos se transformam. Para Freire (2008, p. 47), um educador deve:

*Estar sendo um ser aberto a indagações, à curiosidade, às perguntas dos alunos, às suas inibições; um ser crítico e inquiridor, inquieto face a tarefa que tenho – a de ensinar e não transferir conhecimento.*

Para o autor, ensinar exige uma valorização do que o aluno já possui de conhecimento e o que se espera aprender, construindo assim um relacionamento dialógico de ensino/aprendizagem. Parte-se do pressuposto de que todos somos seres inacabados no tocante à educação, sempre temos algo a aprender. Freire destaca a importância de se assumir como incompleto, pois, ao ver-se assim, o educador em questão aumenta seu universo de aprendizado (FREIRE, 2008).

Croston e Hills (2017) afirmam que estudos ajudam a explicar os diferentes sentidos entre a conscientização e a mudança de práticas no campo social da EF. Pergunta-se, portanto, sobre que tipo de profissional estaria mais preparado para oferecer tais serviços de qualidade e adequados às necessidades da sociedade com relação à autonomia, busca por conhecimento e motivações. Os autores enfatizam que a educação contemporânea é caracterizada por uma grande concentração de foco em metas, indicadores de desempenho e objetivos extrínsecos.

O trabalho do PT configura-se, assim, por intervenções individualizadas e personalizadas sob treinamento junto ao aluno/cliente em busca de um bem-estar físico integral. Isto demanda um profissional atento para o desenvolvimento de competências relacionadas às dificuldades, aspirações, problemas, interesses e necessidades daqueles que o procuram.

Anversa e Oliveira (2011) e Moraes, Souza, *et al.*, (2015) comentam que este ambiente pode propiciar ações transformadoras, tanto para o aluno/cliente quanto para o próprio PT que se unem em prol dos objetivos, buscando alcançá-los. É neste contexto que a prática educativa se destaca.

Face ao exposto, questiona-se:

- Como se dá a prática educativa do Personal Trainer?
  - ✓ Com que entendimento de prática educativa ele desempenha este papel?
  - ✓ Como se deu sua formação para esta prática?
  - ✓ Quais são os desafios encontrados no cotidiano em relação à prática educacional?
  - ✓ Que sugestões o Personal Trainer apresenta para aprimorar esta dimensão da prática?

## **OBJETIVOS**

*“Foque nos seus objetivos, pois não há ventos favoráveis para quem não sabe onde quer ir”.*

Cil Alves

## **II – OBJETIVOS**

### **2.1 Objetivo Geral**

Analisar a prática educativa do Personal Trainer na sua atuação como promotor de saúde por meio de atividades físicas direcionadas à alunos/clientes.

### **2.2 Objetivos Específicos:**

- Apreender os entendimentos do PT sobre a prática educativa implícita à sua atuação profissional;
- Investigar a formação destes profissionais para esta prática;
- Identificar os desafios encontrados no cotidiano da prática profissional do PT no tocante ao componente educativo desta prática;
- Mapear as sugestões que os Personal Trainer apresentam para aprimorar esta dimensão de suas práticas.

# REFERENCIAL TEÓRICO

*“Ter referência é muito bom para buscar inspiração, desde que você seja a referência de sua própria inspiração”.*

Fagner Gouveia

### III – REFERENCIAL TEÓRICO

#### 3.1 – A Atividade Física e sua Relevância na Educação em Saúde

Para a OMS (2014, p.2), atividade física pode ser entendida como:

*Qualquer movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos que requeiram gasto de energia – incluindo atividades físicas praticadas durante o trabalho, jogos, execução de tarefas domésticas, viagens e em atividades de lazer.*

Constitui objeto de estudo, pesquisa e trabalho do profissional de EF. O Art. 3º das Diretrizes Curriculares Nacionais (2002) da EF diz:

*A Educação Física é uma área de conhecimento e de intervenção profissional que tem como objeto de estudo e de aplicação a motricidade ou movimento humano, a cultura do movimento corporal, com foco nas diferentes formas e modalidades do exercício físico, da ginástica, do jogo, do esporte, das lutas e da dança, visando atender às necessidades sociais no campo da saúde, da educação e da formação, da cultura, do alto rendimento esportivo e do lazer.*

Neste contexto, (ANTUNES, 2015, p. 2) declara:

*Assim, as atuais perspectivas do mercado de trabalho e as demandas sociais em Educação Física devem merecer atenção das instituições de Ensino Superiores na elaboração dos projetos pedagógicos. Para essas instituições, significa aproximar-se mais das necessidades e interesses da população com relação às atividades físicas e esportivas e, para os profissionais, compreender a natureza dinâmica do conhecimento que deve possuir para sustentar a atividade profissional.*

Para Goersch et al. (2014), a prática de exercício físico voltado para a aptidão física relacionada à saúde, possui importante significado na incorporação de um estilo de vida ativo, diminuindo, assim, o risco de desenvolver doenças. Além disso, o exercício físico é uma excelente ferramenta na redução do impacto do envelhecimento, desenvolve a autonomia funcional e melhora a qualidade de vida.

A implantação e o apoio aos programas de atividades físicas vinculadas às políticas públicas são uma das metas do Ministério da Saúde, no sentido de promover a saúde e a qualidade de vida da população (FERREIRA, DIETRICH e PEDRO, 2015). Para a promoção da saúde, é fundamental estabelecer parcerias com todos os setores da administração pública, empresas, ONGs, bem como instigar mudanças socioeconômicas, de forma a trazer melhorias que favoreçam direitos constituintes nacionais. Para Malta et al. (2009, p. 81):

*A promoção da saúde, uma das estratégias de organização da gestão e das práticas em saúde, não deve ser compreendida apenas como um conjunto de procedimentos que informam e capacitam indivíduos e organizações, ou que buscam controlar determinantes das condições de saúde em grupos populacionais específicos.*

A promoção da saúde com a atividade física visa a prevenção de doenças e manutenção da saúde do indivíduo, requerendo a inserção do profissional de EF neste contexto. Neste contexto se insere a Educação em Saúde, definida por Falkenberg, Mendes, *et al.* (2014, p. 2) como:

*Processo educativo de construção de conhecimentos em saúde que visa à apropriação temática pela população [...]. Conjunto de práticas do setor que contribui para aumentar a autonomia das pessoas no seu cuidado e no debate com os profissionais. (p. 2)*

A ES fundamenta-se em 3 pontos singulares: Profissionais da saúde que enfatizem a prevenção de doenças e promoção de saúde; os líderes de setor e/ou gestores que apoiem estes profissionais e a comunidade à usufruir dos serviços prestados, sendo esta, também, que constrói conhecimento para autonomia de cuidados.

Como comentam Guarda, Silva *et al.* (2014), a prática regular de atividades físicas vem sendo identificada como importante estratégia de educação em saúde, pois promove uma série de benefícios biopsicossociais. Argumenta-se que a atuação no campo da saúde demanda do profissional em EF o domínio de conhecimentos relativos às ciências sociais e humanas, bem como a constatação de determinantes do processo saúde-doença com a prática da atividade física.

A atividade física está presente em movimentos de prevenção de doenças e de promoção de saúde, como em hospitais e clínicas, que reconhecem a eficácia desta no tratamento de pacientes (CREF4/SP, 2018). Para a redução da vulnerabilidade da saúde pública, uma vida mais saudável e consecução do cuidado integral em saúde, é necessário organizar métodos em espaços de promoção de saúde e qualidade de vida, garantindo a informação, promoção de saúde e a ampliação dos graus de autonomia do cidadão (MALTA, CASTRO, *et al.*, 2009).

A atuação direta de profissionais em EF num hospital na Paraíba trouxe resultados promissores no tocante à recuperação, reabilitação e educação dos pacientes do mesmo, a saber: *“Com o tempo, e, especialmente, com os excelentes resultados na melhora dos pacientes, outras especialidades médicas começaram a procurar a equipe”* (CREF4/SP, 2018).

Entre os fatores que influenciam os indivíduos a aderirem a uma atividade física está a sua relação com o combate ou prevenção de diversas doenças, como as cardiovasculares, obesidade, diabetes, osteoporose, sedentarismo, dentre outras (PALMA, 2000). Nesse sentido a inatividade física pode levar à obesidade bem como a outros distúrbios (SANTOS A e SALES, 2015).

Estudos relatam a participação ativa e direta de profissionais da EF em hospitais e clínicas, fazendo, estes, parte de uma equipe multiprofissional (GOUVEIA e OLIVEIRA, 2017; AZEVEDO e MUNDSTOCK, 2018; GOERSCH et al., 2014; GUARDA et al., 2014; SAPORETTI et al., 2016; MELINSKI et al., 2018). Ademais, a sociedade reconhece a importância do profissional de EF neste meio. Esta prática é importante porque tais insights facilitam melhorias na qualidade da educação e da formação dos profissionais de fitness, aumentando assim o seu impacto na promoção da atividade física dentro da comunidade (BENITES, SOUZA NETO e HUNGER, 2008).

Sendo assim, os avanços científicos a respeito da atividade física e sua eficácia dão sustentação à presença do profissional de EF na equipe de saúde. Para o CREF4/SP (2018, p. 12):

*A presença de um profissional de Educação Física em um hospital, por exemplo, poderia chamar atenção há alguns anos, mas hoje já é vista com mais naturalidade. Embora aceita, a atuação destes profissionais na área da saúde ainda carece de espaço e valorização.*

Salermo, Rombaldi, et al., (2015) concordam com a existência de profissionais de EF com conhecimento técnico-científico para orientação qualificada sobre atividade física nesses locais. Saporette, Miranda e Belisário (2016) comentam que a atuação do profissional de EF nas instituições governamentais acarreta uma série de desafios, dentre os quais lidar com questões até então não usuais em sua prática cotidiana, tais como o trabalho em equipe constituída. Para estes mesmos autores, promover saúde significa potencializar recursos para uma vida plena dos cidadãos, pelo exercício de práticas sociais estruturadas na cooperação, solidariedade e transparência entre os sujeitos.

O profissional de EF que passa a conviver neste ambiente, contribui, não somente com a saúde para além do exercício, mas também com a realização de ações que buscam por melhor qualidade de vida e adoção de hábitos saudáveis, os quais contribuem para estimular os aspectos físico, mental, social e espiritual dos indivíduos. O profissional de EF trabalha, assim, com a promoção de saúde visando a qualidade de vida

desenvolvida por meio de diferentes estratégias, entre elas as práticas corporais, aulas teóricas com métodos ativos e/ou passivos, por exemplo.

De Cássia Melinski, Guerra *et al.* (2018) comentam que o trabalho do profissional de EF numa Atenção Primária à Saúde (APS) favorece o diálogo, o encontro de elementos comuns e a valorização das especificidades de cada área. Com a adoção de tais práticas, a EF passou a ter maior destaque na perspectiva de reflexão das práticas de saúde em geral, bem como na construção de redes de cuidado integral e na transversalidade das políticas de saúde.

A promoção da saúde, prevenção de doenças e a importância de cuidar do corpo justificam sua inserção na equipe de apoio. É nesse ponto que o profissional de EF se faz essencial: ele deve evitar a imposição das ações e favorecer o envolvimento do usuário refletindo as vontades e necessidades do mesmo, o que possibilitará uma maior identificação e adesão das atividades ofertadas e, conseqüentemente, ampliação da autonomia do sujeito. Contudo, para que seja efetivado de forma positiva, é necessário que o profissional tenha a formação condizente com o papel que irá desempenhar (GOUVEIA e CATUNDA, 2017).

Azevedo e Mundstock (2018) dão particular importância para gestores que objetivam promover o aumento da expectativa de vida saudável. Observa-se em seus estudos uma contínua migração do modelo centrado na atenção médico-hospitalar para a atenção primária com ênfase na prevenção de doenças, sem deixar de considerar outros fatores importantes. Conta com a presença permanente em sua equipe multiprofissional de um profissional de EF, implantando o programa 'academia da saúde' como uma das estratégias para alcançar a meta de diminuir a incidência de doenças crônicas não transmissíveis. Ressalvam os autores que a intervenção de um profissional da EF favorece as relações para a qualidade de vida, valorizando a categoria junto aos gestores de recursos públicos.

As estratégias destacadas nas últimas décadas sobre promoção de saúde pela atividade física vinculada ao SUS apontam também seu reconhecimento como importante ferramenta de educação em saúde. Neste contexto, Malta, Castro *et al.* (2009) destacam algumas ações: articulação de atividade e acessibilidade a alimentação saudável, programa "Brasil saudável" com o projeto "pratique saúde", seminários sobre a prática de atividade física, projetos de transportes que incentivem a prática de atividade física como

ciclismo, divulgação da prática em vários setores públicos e privados, criação do Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF) pela Secretaria de Atenção à Saúde, dentre outros.

Ferreira, Diettrich e Pedro (2015) assumem que as Unidades Básicas de Saúde (UBS) são locais privilegiados para possíveis intervenções de promoção da saúde, mediante o oferecimento da prática regular de atividade física em seu ambiente. Neste seu estudo vemos resultados promissores junto às UBSs com programas de atividades físicas aplicadas.

Para além de práticas promotoras de saúde do profissional de EF em equipamentos de saúde, o PT desempenha também este papel em trabalho individualizado junto a alunos/ clientes.

### 3.2 – O Personal Trainer: Formação e Prática

Calesco, Nakano e Both (2015) salientam um grande número de profissionais formados no Bacharelado de EF que estimulados, dentre outros fatores, pelo baixo nível salarial encontrados em outras ocupações, aderem à prática como PT, considerada a mais rentável da categoria.

Para Da Silva, Bossle e Fraga (2016), os objetivos mais comuns dos alunos/clientes atendidos por PTs são a saúde, a qualidade de vida, a estética e o bem-estar. De Paula Rodrigues e Brandão (2017) ressaltam que um dos maiores desafios do PT está em ouvir cuidadosamente todas as expectativas idealizadas pelo seu aluno/cliente e convencê-lo a treinar. Grande parte dos alunos, principalmente os que buscam o treinamento personalizado, busca esse tipo de serviço com o intuito de resultados mais rápidos. Da Silva, Santos e De Araújo (2016, p. 10) reforçam este entendimento quando relatam:

*Os entrevistados associam diretamente o atendimento do treinador pessoal com a possibilidade de obtenção de resultados rápidos, independentemente do tipo de resultado desejado. Essa associação é tão direta que, para alguns alunos, o personal trainer chega a ser sinônimo de “resultado”.*

Gomes Voser, Sant’anna, et al. (2017) destacam que o fator mais relevante para os alunos/clientes é o conhecimento técnico do PT. Para Junior e Cardoso (2017), é requerido deste profissional: domínio de conteúdo técnico, relacionamento interpessoal ou empatia, formação continuada, pró-atividade, ética profissional, senso motivador, conhecimento de marketing pessoal e administração.

Waryasz, Daniels, *et al.*, (2016) descrevem o PT como um profissional que usa uma abordagem individualizada, avalia, motiva, educa e treina seus alunos/clientes para a sua saúde e necessidades no universo fitness. É um profissional que projeta programas de exercícios seguros e eficazes, fornece orientações para ajudar os alunos/clientes a alcançar aptidão física através de metas previamente estipuladas. Gomes e De Oliveira Caminha (2014) apontam que o PT trabalha com metodologias e programas que visam desde a melhoria da aptidão física, até a busca pela qualidade de vida, tornando seu trabalho um forte aliado no combate ao sedentarismo e à obesidade.

Na sua prática cotidiana, o processo avaliativo se faz relevante. Da Silva, Bossle e Fraga (2016) afirmam que o PT deve fazer uma anamnese, onde os alunos/clientes devem ser questionados sobre seus processos quanto aos sinais e sintomas de doenças,

hábitos alimentares e históricos de atividades físicas anteriores, incluindo o tipo de exercício, a duração, a frequência semanal e a intensidade. Ribeiro, Lima, *et al.*, (2017) preconizam a avaliação em todas as sessões de treino, além de uma avaliação cineantropométrica trimestral. Da Silva e De Oliveira (2018) apontam a avaliação como excelência do cuidado e que o PT deve ser capacitado para tal, pois é a partir desta metodologia que analisa se os objetivos foram ou serão alcançados.

O PT busca atender seu aluno/cliente dentro de um ambiente que atenda às suas condições particulares. Visa um treinamento individualizado, não ultrapassando mais de uma pessoa por hora; suas ações são embasadas nos objetivos desejados de seus alunos/clientes. O PT é dito como especialista nos cuidados do corpo e saúde, corroborando para a permanência dos alunos/clientes à prática (FRADE, FERREIRA, *et al.*, 2018).

Para Bossle e Fraga (2011) e Da Silva, Junior e Stecklow (2013), o PT é visto como uma empresa móvel, leve e sem solidez de paredes, e como tal deve estar devidamente apto a atender as necessidades de seus clientes, vender serviços, captar novos clientes e fidelizar os que já possui, além de procurar parcerias. É de responsabilidade do PT assumir as inquietudes sobre o desenvolvimento mercantil de sua imagem dita, aqui, corporativa. Para Malek, Nalbone, *et al* (2002, p. 20), *“o conhecimento deve ser mais importante que a experiência em treinamento”*.

Para Gomes e De Oliveira Caminha (2014), esse profissional é procurado também por pessoas insatisfeitas com a estética e que buscam mudanças. Os alunos/clientes contratam estes serviços não somente por padrões axiológicos estéticos, o que antes era a principal razão de contrato, mas também por outros motivos. Com os avanços tecnológicos, o aluno/cliente passa a obter informações sobre treino e exercícios antecipadamente ao primeiro contato com um PT criando, assim, um senso crítico sobre os serviços e atendimentos prestados por este profissional (SEVERO, 2017).

Croston e Hills (2017) observam que os professores de EF entendem que agregar um aluno/cliente no contexto traz consigo demasiados desafios que incluem conhecimento prévio, confiança, habilidade analítica e tática. Ademais, os autores salientam que nem sempre o aluno/cliente é devidamente orientado quanto à prática, o que pode resultar em atividades sem planejamento. Para tanto, Da Silva, Bossle e Fraga

(2016) repensam o papel do PT na sociedade e como ele pode contribuir com os processos educativos que investem na criação de corpos autônomos.

O PT, segundo estudo de Gomes e De Oliveira Caminha (2014), é responsável pelo seu próprio sucesso, podendo encontrar obstáculos demasiados, a ponto de procurar categorias profissionais mais alicerçadas, como a escolar, por exemplo. Para Junior e Cardoso (2017), o PT deve obter e construir conhecimentos administrativos, de marketing, orientação e conhecimento prévio sobre o aluno/cliente, expertise, aptidão e aparência física.

Bossle e Fraga (2011) acrescentam que o PT precisa nutrir habilidades que atendam a sociedade e suas inquietações: identificação de público alvo, captação de clientes, venda de serviços, prestação de serviços ao cliente captado, bem como retenção e fidelização do mesmo.

Ainda pouco se sabe sobre os interesses dos alunos/clientes a respeito da adesão a programas com vistas à educação em saúde. Os alunos depositam nesse profissional a confiança de que estão realizando os exercícios mais adequados para suas necessidades e objetivos. De Paula Rodrigues e Brandão (2017) comentam que os PTs não conseguem, muitas vezes, fidelizar os alunos/clientes por falta de aprimoramento e por desconhecimento das características dos mesmos, bem como os motivos pelos quais permanecem treinando.

Silva, Babilônia e Marra, (2017) apontam que muitos PTs não possuem o devido conhecimento para atuar, o que pode trazer malefícios aos seus alunos/clientes como consequência da prescrição errônea de exercícios que não atendam os objetivos desejados por eles. Silva (2018, p. 2) fortalece o fato dizendo:

*“os esforços dos Personal Trainers para mudanças de comportamentos sedentários de um cliente, raramente produzem resultados sustentáveis, porque muitos desses profissionais não utilizam do serviço de maneira adequada”. (p. 2)*

Isto acaba desvalorizando o profissional e a categoria junto à sociedade, pois atividades físicas sem entendimento concreto e seguro de suas práticas se tornam meramente lúdicas (REZER e FENSTERSEIFER, 2008). Malek, Nalbone, et al. (2002) observaram em seu estudo a necessidade de melhora no nível de conhecimento, habilidades e atitudes dos profissionais da saúde no âmbito do fitness para atender os seus alunos/clientes, sugerindo uma especialização para além da graduação em EF.

Jason, Glen, *et al.*, (2018) reconhecem a responsabilidade dos PTs em avaliar resultados, porém grande parte não reconhece sua responsabilidade em avaliar a saúde do aluno/cliente em geral, mas apenas os que dizem respeito ao programa de exercícios. Os autores salientam que, no processo de avaliação, ambos os sujeitos, PT e aluno/cliente, devem ter ciência dos objetivos a serem alcançados e de como será a trajetória metodológica. Redelius, Quennerstedt e Öhman, (2015) revelam que alguns profissionais não apresentam cronogramas para os alunos/clientes, influenciando negativamente os resultados esperados.

Para Da Silva e De Oliveira (2017), muitos PTs apresentam bons estereótipos corporais, mas pouco conteúdo sobre saúde e atividade física e, conseqüentemente, pouco conhecimento na área de atuação, o que pode ocasionar enormes malefícios para a população, como por exemplo, prescrições errôneas de exercícios para seus alunos/clientes.

Para Waryasz, Daniels, *et al.*, (2016), o PT precisa sentir-se confortável para ensinar exercícios com precauções e segurança. Nem todos os alunos/clientes estão aptos para todos os possíveis exercícios físicos, mas é possível modificar ou adaptar rotinas para aumentar a segurança motriz.

Alguns profissionais da saúde fitness executam suas atividades com base em certificações dadas em workshops, os quais são treinamentos mais rápidos e pouco abrangentes, podendo não ser adequados para a saúde, mas que respondem aos critérios de certificações (MALEK, NALBONE, *et al.*, 2002). Observa-se também uma escassez de estudos no tocante as bases formativas iniciais do sujeito em questão, além do fato de que, no Brasil, assuntos científicos relacionados encontram-se em grande parte voltados para estratégias de marketing e comunicações (GOMES e DE OLIVEIRA CAMINHA, 2014; JUNIOR E CARDOSO, 2017).

A formação em EF e, conseqüentemente do PT, tem sido objeto de estudos desde o século passado, e é notória sua evolução através dos anos e como se vinculou aos processos políticos do país (BENITES, SOUZA NETO e HUNGER, 2008). Desde a resolução de 1987, na qual ocorreu o desmembramento da formação do profissional de EF com a instituição da licenciatura e do bacharelado (BENITES, SOUZA NETO e HUNGER, 2008; PIZZANI e BARBOSA-RINALDI, 2014) até a oficialização da profissão pela Lei 9696/98 (BRASIL, 1998), a categoria passou por inovações decorrentes das

necessidades da sociedade. Interessante notar que, com o passar do tempo, a formação não parou de ser objeto de estudo e constante transformação, dada a lógica que a sociedade passa por contínuas mudanças.

O Art 6º das DCNs (BRASIL, 2004) do curso de graduação em EF aponta para uma formação que seja concebida, planejada, operacionalizada e avaliada visando a aquisição e desenvolvimento de competências e habilidades necessárias para o atendimento junto a sociedade. De acordo com a Resolução 03/1987 do Conselho Nacional de Educação (CNE), em seus artigos 1 e 2-a (BRASIL, 1987), as Instituições de Ensino Superior (IES) devem formar profissionais para atendimento em âmbito não escolar, denominado aqui como Bacharelado em EF. Isto transcorre em uma grade curricular de 3200 horas/aula em desenvolvimento de atividades acadêmicas.

Texeira, Bisconsini, *et al.*, 2017, p. 7) apontam para uma insuficiência no ensino nos profissionais de EF:

*Não podemos deixar de considerar que a graduação, no âmbito do bacharelado em Educação Física, não está correspondendo suficientemente à realidade dos futuros profissionais, haja vista que muitas vezes não está permitindo acesso, mesmo que básico, aos saberes vinculados às diferentes e possíveis áreas de atuação.*

A sociedade espera de um profissional de EF que atua como PT, que ele seja capaz de atender suas demandas e que também tenha conhecimento sobre as necessidades atuais. O PT que possui conhecimentos em fisiologia do exercício, anatomia e biomecânica apresenta mais destaque profissional em sua carreira. Porém, Anversa e Oliveira (2011) mostram que 76% dos PTs participantes de sua pesquisa não atenderam às competências exigidas num processo de seleção.

Gomes e De Oliveira Caminha (2014) sugerem que, para contribuir com a melhoria da área, uma grade curricular junto à formação inicial que simule situações onde possíveis alunos/clientes reflitam, superem, critiquem e desenvolvam autonomia seja implementada. Rezer e Fensterseifer (2008 p. 5) apontam que “*as práticas pedagógicas estruturadas para o ensino dos esportes ainda se sustentam em uma abordagem tradicional do ensino*”.

Cândido, Rossit e Oliveira, (2018) vão além quando percebem que não há devida atenção nos currículos formativos para atendimento junto ao SUS, dado o fato do profissional em EF ser um promotor de saúde. Vieira, Maciel, et al. (2017) concordam que

o conhecimento adquirido apenas com a graduação é insuficiente para iniciar o trabalho como PT.

### **3.3 O Componente Educativo na Prática do Personal Trainer**

O PT deve orientar exercícios físicos de forma correta para que, assim, as chances de lesão durante o exercício sejam sempre mínimas, contribuindo para a capacitação e/ou restabelecimento de níveis adequados de desempenho e condicionamento físico dos seus beneficiários, visando à consecução do bem-estar e da qualidade de vida, da consciência da expressão e estética do movimento, da prevenção de doenças e consecução da autonomia (DA SILVA e DE OLIVEIRA, 2018; DA SILVA, SANTOS e DE ARAÚJO, 2016; WARYASZ, DANIELS, *et al.*, 2016; GOMES VOSER, SANT'ANNA, *et al.*, 2017).

No campo da EF é possível aplicar processos de ensino aprendizagem por meio da atividade física, com benefícios sociais, educacionais e morais na resolução de conflitos e na promoção da inclusão. Embora seja claro que os programas de exercícios físicos são parte importante na manutenção da saúde e do peso corporal, ainda pouco se sabe sobre que tipos de programas específicos podem ter sucesso em promover a mudança de comportamento significativo a longo prazo (KLAIN, ROMBALDI, *et al.*, 2016).

Saporetto, Miranda e Belisário (2016) reconhecem que apenas o repasse de informação não é suficiente para que os usuários adotem hábitos mais saudáveis em seu cotidiano. Os autores comentam que as mudanças ocorrem à medida que o indivíduo se apropria e adota o aconselhamento profissional no dia a dia sobre suas necessidades associadas à prática de atividades físicas.

Moreira (2009) observa que, em vários casos, os PTs agem como transmissores de informação, na arte tradicional do “saber fazer”, indicando ao aluno/cliente ações motoras, como se o processo de aprendizagem ocorresse mecanicamente, sem significados pessoais, sem interação com o que o outro já sabe, reduzindo as chances de construção da autonomia do sujeito. O autor comenta que *“durante certo período de tempo, a pessoa é inclusive capaz de reproduzir o que foi aprendido mecanicamente, mas não significa nada para ela”* (p. 6).

Dias, Silva e Marra (2017) e Larsson e Karlefors (2015) recomendam ações que o PT devem considerar em relação à seus alunos/clientes: saber ouvir, respeitar a individualidade, considerar as opiniões e críticas, adequar seu método e modalidade de

trabalho aos seus alunos/clientes. Em outras palavras, considerar a participação do aluno/cliente neste processo de ensino.

Apelmo (2019) advoga, dentre outras estratégias, o ensino inclusivo onde muda-se o "eu" para "nós". O autor sugere que manter um diálogo com troca de experiências entre profissional e aluno/cliente gera conhecimentos, tornando-os ativos na tomada de decisões e assunção de responsabilidades.

Para Dias, Silva e Marra (2017), o PT precisa elaborar suas atividades sempre tendo em mente todas as explicações e informações a passar, a ensinar, e que nem sempre estas serão entendidas nos primeiros encontros. Gomes Voser, Sant'anna, et al. (2017) citam que existem problemas de adesão ao exercício e que quando pessoas sedentárias superam a inércia e começam a se exercitar, o próximo obstáculo que enfrentam é a continuação com o programa de atividades físicas. Então, para que esse trabalho realmente dê certo, um trabalho rico em amorosidade vindo do PT faz-se como diferencial, tanto na prevenção quanto nos quadros de reabilitação. Dias, Silva e Marra (2017) contribuem com a temática dizendo que o PT necessita compreender as diversas nuances que permeiam a evolução etária do ser humano.

O PT incentiva, também, a prática de atividades físicas por meio de seu exemplo. O aluno/cliente encontra incentivo ao exercício físico a partir da observação do que o PT faz e não somente do que diz:

*“A criação de um treino bem estruturado, não necessariamente, garante a aderência por parte dos alunos, o que pode comprometer resultados. Porém esta aderência é influenciada pela relação que o professor estabelece entre estes. A criação de estratégias que possam melhorar o relacionamento professor-aluno é importante para o sucesso do treinamento” (MORAES, SOUZA, et al; 2015 p. 1).*

Neste mesmo estudo, é sugerida uma ferramenta: a ERE (Estabelecer contato, Recomendar, Elogiar), bastante eficaz no processo ensino-aprendizagem de seus alunos/clientes.

Silva e Oliveira (2018) definem que a motivação para tal ação é a busca pelo prazer e pela satisfação como incentivo à tarefa. O PT é contratado para sistematizar os exercícios do aluno/cliente em busca dos resultados desejados pelo mesmo. Estes anseios são os norteadores principais desta prática pois, sem eles, o PT resume seus trabalhos ao exercício pelo exercício. As autoras também descrevem, como ponto crucial

da relação entre as partes, a motivação que depende de um programa de treinamento bem planejado e que vá ao encontro dos objetivos de cada aluno/cliente.

Para Vieira, Maciel, et al. (2017) há três qualidades essenciais do PT: a crença em si mesmo, a vontade de cuidar das pessoas e a decisão de se estabelecer como um profissional de condicionamento físico autônomo. Assim, acredita-se que o PT, a partir de sua prática educativa, consiga transformar, conceituar e tornar seu aluno/cliente um formador de opinião da área da saúde.

Para Teotônio, Baia, et al. (2014), o atendimento diferenciado é ideal, mas também a busca pela saúde e por resultados rápidos são as principais exigências feitas pelos alunos/clientes. Como salientado anteriormente, a escolha errada de exercícios pode gerar prejuízos financeiros e complicações à saúde. Pressupõe-se, assim, que a relação entre formação e vida profissional exige interação entre ensino e serviço, para que sejam agregados novos conhecimentos à prática, tanto a de prescrição do exercício como a educativa.

Silva, Bossle e Fraga (2016) reforçam que o PT deve saber ouvir, colocar-se no lugar do outro a fim de compreendê-lo e identificar seus aspectos pessoais. Deve, também, ter a capacidade de tomar decisões com agilidade e inteligência, criando algo novo mediante a oportunidade e, assim, alcançando os objetivos pré-estabelecidos e intervindo de forma motivacional.

Dias, Silva e Marra (2017) salientam que o PT deve ser reconhecido pelo seu trabalho acolhedor e orientador durante a sua prática. Ao iniciar um protocolo de ações, é sugerido não criar barreiras entre o profissional e o aluno. Conhecer as limitações e verificar o desenvolvimento dos exercícios faz-se mais importante neste momento para evitar desistências pois nem todos os exercícios (includentes/excludentes) podem ser aplicados à todos.

Finalizando, no cotidiano, o PT deve compreender suas ações no tocante ao componente educativo da prática profissional. Deve, assim, ser o profissional capaz de tornar o aluno/cliente autônomo no tocante à atividade física e ao seu autocuidado, indo ao encontro de que preconiza Falkenberg, Mendes, et al. (2014, p. 1) ao afirmar que a população *“necessita construir seus conhecimentos e aumentar sua autonomia nos cuidados, individual e coletivamente”*.

# **METODOLOGIA**

*“A metodologia científica foi, é, e sempre será o alicerce de quaisquer civilizações universais no nosso espaço-tempo...”*

José Ricardo

## **IV- METODOLOGIA**

### **4.1 - Fundamentação Metodológica**

Para o alcance dos objetivos, foi desenvolvida uma pesquisa tipo corte transversal, entendido como um processo pontual e rápido de coleta de informações e que não necessita de acompanhamento posterior dos sujeitos da pesquisa, além de oferecer uma informação em tempo presente (FONTELLES, SIMÕES, *et al.*, 2009). Por meio dos estudos transversais é possível colocar em teste os resultados obtidos na investigação, trazendo ao pesquisador um ritmo prático (MOTA, 2010).

Esta pesquisa possui também características exploratória e descritiva, trazendo um contato direto e íntimo do pesquisador com o tema, familiarizando os fatos, fenômenos e problemas com o mesmo, dando, assim, um conhecimento mais abrangente (FONTELLES, SIMÕES, *et al.*, 2009).

A investigação foi construída a partir da abordagem quanti/qualitativa, para conhecer melhor o objeto de pesquisa, dando mais visão sobre o mesmo. Entende-se pesquisa quantitativa como aquela que analisa números e suas variáveis por recursos e técnicas rígidas de classificação por porcentagem, média, desvio padrão, coeficiente de correlação e regressões, entre outros. Os autores também definem a qualitativa como:

*Tipo de pesquisa apropriada para quem busca o entendimento de fenômenos complexos específicos, em profundidade, de natureza social e cultural, mediante descrições, interpretações e comparações, sem considerar os seus aspectos numéricos em termos de regras matemáticas e estatísticas. (FONTELLES, SIMÕES, et al; 2009 p. 6)*

Parte-se do pressuposto de que ambas as abordagens são necessárias, mas insuficientes para abarcar todas as necessidades deste estudo se trabalhadas isoladamente. Assim sendo, utilizamos destas como complementares, não antagônicas, jogando este ato em conformidade com tal investigação. (CANO, 2012, p. 110; MINAYO e SANCHES, 1993).

### **4.2 – A População do Estudo**

Participaram desta pesquisa profissionais de EF já formados, devidamente inscritos no CREF4/SP, e que desenvolvem suas práticas como PT no município de São Paulo e regiões metropolitanas, sito na região Sudeste do País. Os dados foram coletados junto a PTs já inseridos no mercado de trabalho.

Para a primeira etapa de coleta de dados desta investigação, a aplicação da Escala Atitudinal, recortamos uma amostra por conveniência de 203 indivíduos. Para Junior (2009), amostra por conveniência é o usufruto de informações que já estão disponíveis, onde não se faz necessária a pré seleção de participantes a pesquisar. Preocupados com o anonimato destes PTs que participaram desta primeira etapa de coleta de dados, equivocadamente não coletamos informações sobre estes sujeitos.

Para a segunda etapa da pesquisa, ou seja, a entrevista de aprofundamento, utilizamos uma amostra qualitativa baseada no critério de saturação das informações, sendo esta entendida como *“a suspensão de inclusão de novos participantes quando os dados obtidos passam a apresentar, na avaliação do pesquisador, uma certa redundância ou repetição, não sendo considerado relevante persistir na coleta de dados”* (CAVALCANTE, CALIXTO e PINHEIRO, 2014, p. 4). Assim sendo, entrevistamos 15 PTs.

Como a coleta desta fase foi presencial, foi possível a caracterização desta amostra conforme a tabela a seguir:

*Tabela 1: Descrição dos participantes da entrevista de aprofundamento sobre a prática educativa do Personal Trainer, São Paulo, 2019.*

<b>Sexo</b>	<b>Masculino</b>	<b>Nº</b>	<b>%</b>	<b>Sexo</b>	<b>Feminino</b>	<b>Nº</b>	<b>%</b>	<b>Total</b>
Idade	26-30	0	0%	Idade	26-30	2	29%	2
	31-35	2	25%		31-35	2	29%	4
	36-40	1	13%		36-40	1	14%	2
	41 ou mais	5	63%		41 ou mais	2	29%	7
	Sub total	8	100%		Sub Total	7	100%	<b>15</b>
<b>Tempo de Graduação</b>		<b>Nº</b>	<b>%</b>	<b>Tempo de Graduação</b>		<b>Nº</b>	<b>%</b>	
4-8 anos		1	13%	4-8 anos		4	57%	5
9-12 anos		3	38%	9-12 anos		2	29%	5
13 anos ou mais		4	50%	13 anos ou mais		1	14%	5
								<b>15</b>
<b>Experiência como Personal</b>		<b>Nº</b>	<b>%</b>	<b>Experiência como Personal</b>		<b>Nº</b>	<b>%</b>	
2-5 anos		1	13%	2-5 anos		5	71%	6
10 anos ou mais		7	88%	10 anos ou mais		2	29%	9
								<b>15</b>

### 4.3 – A PRODUÇÃO DOS DADOS

Utilizamos de meios digitais de comunicação para convidar aleatoriamente os participantes desta pesquisa, tomando seus contatos divulgados na internet, por meio de pesquisas no google (google.com.br). Em seguida, emitimos convites para estes PTs nas mídias disponíveis como whatsapp, Direct do instagram e inbox do Facebook. Enviamos uma mensagem com a identificação do pesquisador, objetivos da pesquisa e link para participação voluntária. Com a aceitação e resposta do convidado, enviamos uma mensagem de agradecimento pela participação.

A coleta de dados foi realizada por meio de instrumentos específicos que permitiram responder os objetivos da pesquisa.

#### 4.3.1 Escala Atitudinal

Para a primeira etapa de coleta de dados, foi construída e aplicada uma escala atitudinal, tipo Likert, apresentando 28 assertivas relacionadas a 4 dimensões correlacionadas às questões da pesquisa. O instrumento contou também com um formulário solicitando e-mail e confirmação de regularidade do PT junto ao CREF4/SP, tomando todo o cuidado para manter o anonimato dos participantes.

Esta escala foi desenvolvida por Rensis Likert em 1932. É uma escala de verificação, desenvolvida por um conjunto de itens relacionados a um assunto que se busca estudar, com o objetivo de *“medir concordância de pessoas a determinadas afirmações relacionadas a construtos de interesse”* (JUNIOR e COSTA, 2014, p. 3). É um instrumento capaz de gerar respostas em números para fatos de natureza qualitativa no tocante àquilo que se busca na pesquisa.

A construção da escala seguiu as seguintes etapas: (1) determinação das dimensões a serem investigadas; (2) elaboração das assertivas; (3) análise prévia; (4) construção da escala atitudinal com as assertivas e as opções de respostas; (6) aplicação do instrumento; (7) Cálculo e representação gráfica das pontuações médias das assertivas e dimensões do instrumento.

Na elaboração da Escala, especificamente na escolha das dimensões e das respectivas assertivas, consideramos:

- **Dimensão I – Entendimento do PT sobre a prática educativa implícita à sua atuação profissional**– composta por 8 assertivas que buscam analisar os

aspectos relacionados com o atendimento aos objetivos traçados pelo aluno/cliente, interação com o mesmo, utilização racional de recursos para a promoção de saúde, percepção de relacionamento em seus aspectos sociais, psicológicos, emocionais para a autonomia, diálogo na relação PT e aluno/cliente e valorização da aprendizagem significativa;

- **Dimensão II – A formação do PT para a prática educativa** – composta por 7 assertivas relacionadas à formação profissional no bacharelado em EF para a promoção de saúde e uma prática educativa dialógica com o aluno/cliente, bem como o preparo para atuação em parcerias multiprofissionais.
- **Dimensão III – Os desafios encontrados no cotidiano do PT sobre o componente educativo da prática** – composta por 7 assertivas referentes aos desafios sociais (inquietações oriundas dos alunos/clientes, remunerações e profissões paralelas), formativos (conscientização para uma necessidade da educação continuada) e tecnológicos (influência da internet sobre a autonomia do aluno/cliente para o auto-cuidado) que o PT pode encontrar no trabalho para aplicar aspectos da prática educativa.
- **Dimensão IV – Sugestões para melhoria da prática** – 6 assertivas referentes a necessidade de parcerias multiprofissionais; a importância do PT nos SUS; a necessidade de uma compreensão atualizado do conceito de saúde e sua importância na prática educativa; o estímulo ao diálogo com o aluno/cliente; a importância da discussão da promoção de saúde na graduação; mais estudos científicos relacionados ao PT e a promoção de saúde e uma prática educativa do profissional em questão para a autonomia de seu aluno/cliente.

Junior e Costa (2014) observam que, nesta escala, os participantes se posicionam conforme o nível de concordância que é atribuído na assertiva e, de acordo com esta afirmação, se deduz uma média de valores. Para os autores:

*A escala original tinha a proposta de ser aplicada com cinco pontos, variando de discordância total até a concordância total. Entretanto, atualmente existem modelos chamados do tipo Likert com variações na pontuação, a critério do pesquisador. (p. 5)*

Optamos por trabalhar com 4 opções de respostas, variando de ‘discordo totalmente’ a ‘concordo totalmente’. O instrumento encontra-se no apêndice 7.2.

### **4.3.2 – Entrevista de Aprofundamento**

A entrevista semi-estruturada é uma técnica utilizada para coleta de dados que traz resultados promissores para coletas qualitativas. Acredita-se ser o tipo ideal de entrevista para este projeto por suas características: estruturação com base nos pontos de interesse que o entrevistador vai explorando ao longo de seu curso; as perguntas possuem relação entre elas; o entrevistador objetiva as perguntas para que o entrevistado sinta-se mais a vontade para responder, à medida que reporta às pautas assinaladas. Vale ressaltar que esta técnica também traz baixos custos e exigências exaustivas no tocante à preparação do entrevistador. (DE BRITTO JÚNIOR e JÚNIOR, 2012).

É permitido em dados qualitativos aceitar as vivências do sujeito, suas leituras de mundo e fenômenos socioculturais. Logo, a análise qualitativa dá-se junto às opiniões, produtos, interpretações que os PTs aqui estudados vivem, sentem, pensam e compreendem sobre o objeto de estudo (CAVALCANTE, CALIXTO e PINHEIRO, 2014).

O roteiro da entrevista acompanha as questões formuladas inicialmente para esta investigação, contendo: (1) Questões fechadas para caracterização dos participantes de pesquisa, elaboradas de forma a preservar o anonimato dos participantes; (2) Questões abertas com vistas a aprofundar os dados subtraídos junto à Escala Atitudinal sobre a prática educativa do PT.

O convite para participação na entrevista foi realizado por meio eletrônico, via e-mail e plataformas de redes sociais. Neste convite foi feita a apresentação do pesquisador, dos objetivos e método da entrevista, onde o entrevistado também foi esclarecido sobre todas as formas legais de direitos no tocante a procedimentos éticos. Com a confirmação do participante, a entrevista foi feita presencialmente, após acordo entre o entrevistado e o entrevistador sobre uma data e local. O tempo médio das entrevistas foi de 30 minutos. O roteiro da entrevista encontra-se no Apêndice 7.1.

## **4.4 - ANÁLISE DOS DADOS**

### **4.4.1 Escala Atitudinal**

Os dados obtidos foram submetidos a uma análise estatística descritiva. As médias foram interpretadas conforme a tabela abaixo. Assim, assertiva com média entre 1 a 1,99 indica uma percepção negativa a respeito do item, mostrando uma necessidade emergencial de mudança; de 2,00 a 2,99 pontos, indica a existência de dificuldades que



Após a transcrição do conteúdo, interpretação e leitura inicial, fizemos leituras flutuantes a partir de quatro núcleos norteadores, determinados com a finalidade de responder às questões e aos objetivos dessa pesquisa, a saber:

- ✓ O Entendimento sobre a prática educativa do PT;
- ✓ A Formação inicial do PT para a prática educativa;
- ✓ Os desafios encontrados para a prática educativa do PT.
- ✓ Sugestões para aprimoramento da prática educativa do PT.

A leitura flutuante identificou as unidades de contexto, dadas aqui como a maior porção de conteúdo analisado e que dá sentido aos núcleos norteadores. Depois da identificação destas unidades, fizemos a identificação das unidades de registro, os elementos obtidos através do esmiuçar da unidade de Contexto. Esta representa a menor parte do conteúdo que pôde ser uma palavra, uma frase ou uma oração.

A contar da identificação das Unidades de Registro, foi realizada a categorização dos dados, num processo de classificação, de diferenciação e de agrupamento, emergindo as categorias e subcategorias. Ao final, foi identificada a frequência das unidades de registros de acordo com as categorias levantadas (FRANCO, 2008).

#### **4.5 Procedimentos Éticos**

O projeto seguiu todos os trâmites necessários aqui apresentados: (1) Submissão à Comissão de Ética e Pesquisa da Universidade Federal de São Paulo por meio da Plataforma Brasil (Resolução 466/2012), sendo aprovado com o número: 3.183.842; (2) Assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) de todos os participantes do estudo.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

*“Se não houver debate, troca de idéias, oposição e acordos – a equipe não sai do lugar”.*

Suely Buriasco

## V. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Como descrito na metodologia, os dois instrumentos de coleta de dados utilizados (Escala Atitudinal e Entrevista de Aprofundamento) exploraram as questões elencadas para esta pesquisa a partir de 4 dimensões: 1 – Entendimento sobre a prática educativa do PT; 2 – A formação inicial do PT para esta prática; 3 – Os desafios encontrados na prática educativa do PT; e 4 - Sugestões para melhorias da prática educativa.

Especificamente por meio da Escala, o gráfico abaixo mostra a pontuação média geral e por dimensões investigadas, com exceção dimensão 4 (sugestões) que será descrita separadamente:

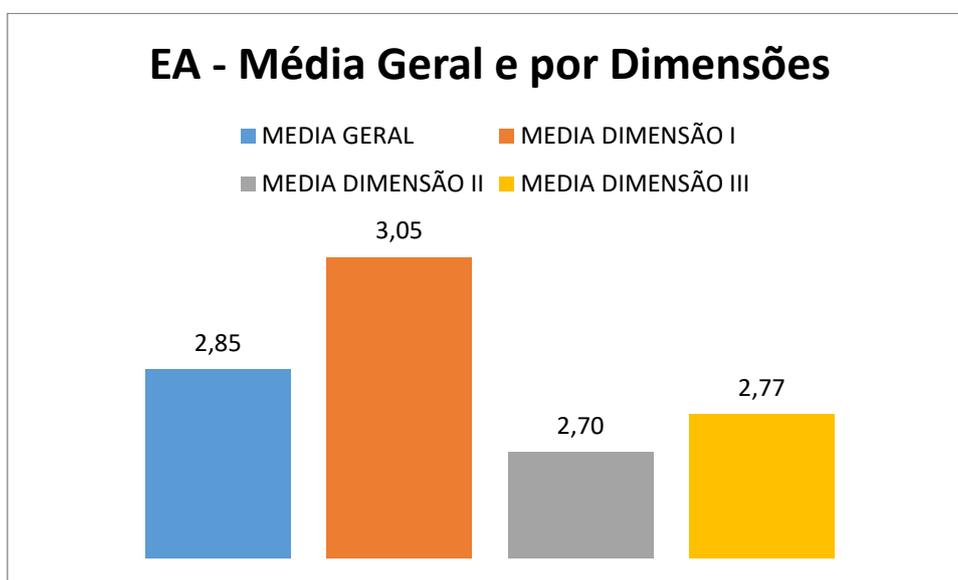
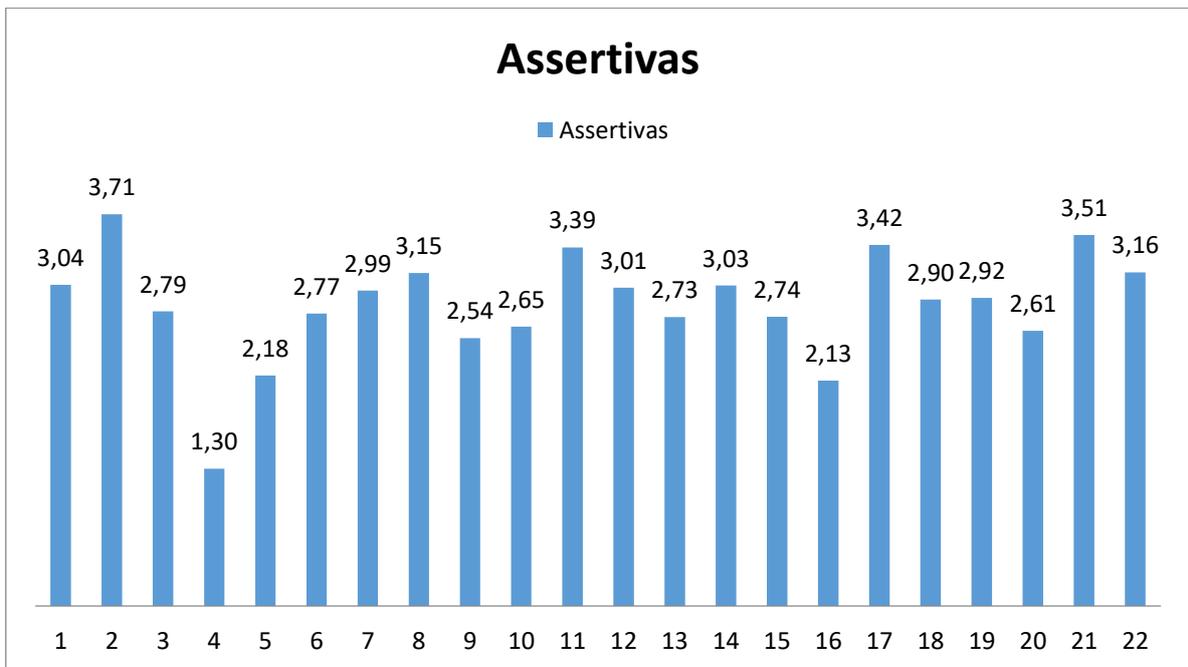


Gráfico 1: Pontuação Geral e por dimensões sobre “A Prática Educativa do Personal Trainer”, São Paulo, 2019

Observa-se aqui, numa visão geral, que a prática educativa do PT encontra-se num estado de alerta, necessitando de melhoramentos. Formação para esta prática e Desafios para o seu desenvolvimento são as dimensões com médias mais baixas. O Entendimento da mesma encontra-se no limite inferior da zona de conforto.

Quando avaliamos cada uma das médias das assertivas, observamos pontos de maior ou menor preocupação, como pode ser visto no gráfico abaixo:



*Gráfico 2: Pontuação média por cada uma das Assertiva sobre a “A Pratica Educativa do Personal Trainer”, São Paulo, 2019*

A organização detalhada dos resultados encontrados nestas dimensões, incorporando as categorias que emergiram da análise temática das entrevistas é apresentada em 2 subcapítulos:

5.1 – Entendimento do PT sobre a prática educativa e sua formação para a mesma;

5.2 – Desafios encontrados na prática educativa do PT e sugestões para melhoria da mesma.

## 5.1 – ENTENDIMENTO DO PERSONAL TRAINER SOBRE A PRÁTICA EDUCATIVA E SUA FORMAÇÃO PARA A MESMA

Estas duas dimensões serão apresentadas separadamente para uma maior caracterização dos dados coletados, tanto na Escala atitudinal como nas entrevistas.

### 5.1.1 – Entendimento Sobre a Prática Educativa do PT

Este entendimento foi explorado como uma das dimensões da escala, composta por 8 assertivas. Esta dimensão obteve uma média geral de 3,05, limite inferior de uma zona de conforto. A análise das médias das respostas de cada uma das assertivas nos traz mais informações que iremos triangular com as entrevistas.

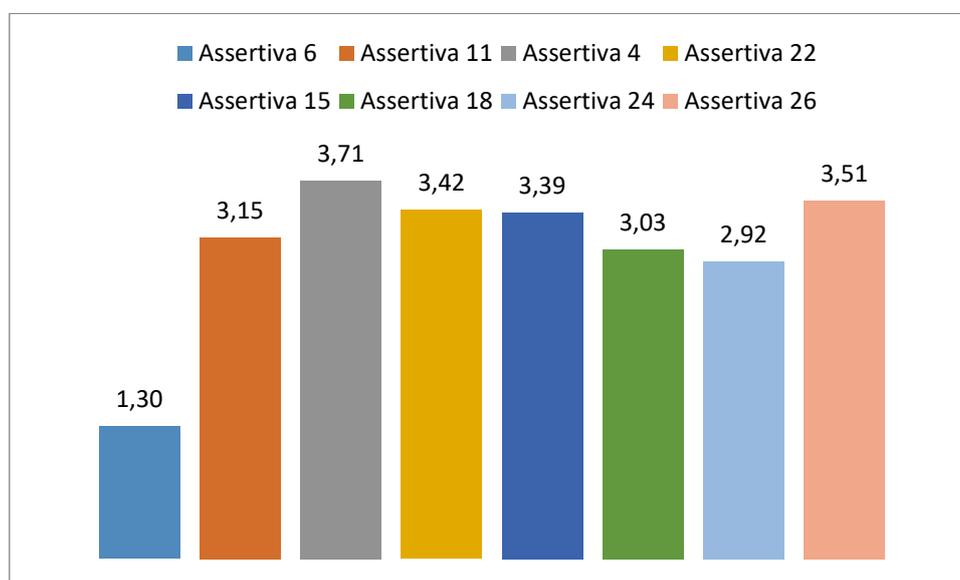


Gráfico 3: Média das assertivas correspondente a dimensão I: Entendimento do PT sobre a Prática Educativa

As entrevistas, transcritas e submetidas à análise de conteúdo, possibilitaram a identificação de 122 unidades de contexto (UC) e 137 unidades de registro (UR). Destas unidades emergiram as categorias e subcategorias descritas no quadro abaixo.

Tabela 4: Categorias resultantes da análise da dimensão “O Entendimento do PT Sobre a Prática Educativa”

<b>Pouco entendimento da pratica educativa</b>	<b>59</b>
<i>Pratica educativa transmissiva</i>	
<i>Pratica educativa prescritiva</i>	
<i>Concepção Tecnicista de pratica educativa</i>	
<i>Concepção passiva do aluno/cliente</i>	
<i>Pratica educativa centrada no PT</i>	
<i>Confusão conceitual de educação com psicologia</i>	
<b>Adequação da pratica educativa ao aluno/cliente</b>	<b>33</b>
<i>Pratica educativa centralizada no aluno/cliente</i>	
<i>Participação ativa do aluno/cliente no processo</i>	
<i>Valorização do conhecimento prévio do aluno/cliente</i>	
<i>Pratica educativa a partir da aprendizagem significativa</i>	
<b>Pratica educativa dialógica e reflexiva</b>	<b>16</b>
<i>Pratica educativa como estratégia de transformação</i>	
<b>Consciência da presença da educação na pratica do PT</b>	<b>16</b>
<i>Conscientização do papel do PT como professor</i>	
<b>Pratica educativa como resultado de múltiplos fatores</b>	<b>13</b>
<i>Pratica educativa como resultado da articulação teoria/pratica</i>	

Um “**Pouco entendimento da prática educativa**” por parte do PT, foi a categoria que mais emergiu nesta investigação, detectada na análise temática em 59 URs (presentes nas falas de 12 dos 15 PTs que participaram dessa pesquisa). Como descrito na tabela, este pouco entendimento se manifesta por diferentes concepções da mesma, sobressaindo uma visão de “*Prática educativa transmissiva*”, na qual o PT apresenta-se como transmissor de um conhecimento e inclusive de hábitos saudáveis para o seu aluno/cliente.

- “...eu acho que tem a ver com transferir valores mesmo...”
- “..a gente faz criar o hábito de.. trazer saúde pra pessoa..”
- “.. Ele (o PT) tem que estudar e passar o seu conhecimento para o aluno... ”

Para Freire (2008, p.47), “*ensinar não é transferir conhecimentos*”. Estes necessitam ser vividos e apreendidos pelo ensinado em questão. Souza, Iglesias e Pazin-Filho (2014) reforçam o que foi dito por Freire enfatizando que a transmissão de um conteúdo consiste em um processo que envolve um conjunto de saberes. Transferindo isto para a prática do PT, cabe ao profissional propor ações que desafiem ou possibilitem a organização dos

processos de apreensão de tal maneira que as operações de pensamento sejam despertadas, praticadas, construídas e flexibilizadas.

Para Tardif (2014, p. 153), a prática educativa pela arte é dada no viés da técnica, aludindo ao “*oleiro que dá forma ao barro*” como objeto e não como sujeito no processo. Em outras palavras, o professor gera aqui ações guiadas por finalidades e práticas no tríplice alicerce: ensinar em si mesmo, quando o que o professor ensina é dado como verdade absoluta; fundamenta o educador como um ser que já nasce dotado de saberes e baseia-se também na pessoa à ser ensinada como um ser que necessita saber.

Incorporada a esta concepção transmissiva, predomina no entendimento de grande parcela dos PTs uma visão de uma “*Prática educativa prescritiva*” do exercício físico.

- “...a prescrição de exercício e uma das coisas que a gente tem que fazer...”

- Isto é também observado quando se coloca os PTs frente à assertiva: “A minha prática educativa frente a meu cliente se dá na prescrição de exercícios que atendam os objetivos propostos por ele”. Cerca de 81% dos participantes entendem que a prática educativa acontece na prescrição do exercício para o aluno/cliente, sendo que 19% discorda desta assertiva (média de 3,15). Já frente à assertiva “Compreendo que minhas ações na promoção de saúde se dão na atividade física como ferramenta transformadora de hábitos para melhor qualidade de vida.” (média de 1,30), praticamente a totalidade dos PTs entende que estas ações de promoção de saúde, refletidas na sua prática educativa, se esgotam com a prescrição da atividade física.

Partimos do pressuposto de que uma prática educativa eficiente deve desencadear no outro uma motivação para o desenvolvimento de futuras ações. Comentando sobre a motivação para a atividade física, Fernandes (2003) a relaciona como busca por prazer no desenvolvimento da mesma. A simples prescrição correta do exercício físico não garante que isto ocorra. Importante ainda frisar que, de acordo com Fernandes e Raposo-Vaconcelos (2005), na adesão à atividade física a motivação mais importante é a intrínseca ao aluno/cliente.

Da Silva e De Oliveira (2018), Da Silva, Santos e De Araújo (2016), Waryasz, Daniels, *et al.*, (2016), e Gomes Voser, Sant’anna, *et al.* (2017) corroboram com este entendimento quando afirmam que o PT se preocupa com o ensinamento do exercício físico de forma correta para que, assim, as chances de lesão sejam sempre mínimas.

No entanto, educar é transformar pela necessidade de metas que, sem elas não há o que aprender. Nesta ação de educar encontramos elementos onde o ser humano exerce ações voluntárias e conscientes sobre si e/ou sobre outro, a fim de trazer significados em suas ações. Para Tardif, (2017, p. 152):

*A prática educativa constitui uma das categorias fundamentais da atividade humana, categoria tão importante e rica de valores, em significados e em realidades quanto ao trabalho, à técnica, à arte ou à política, com as quais, aliás, foi muitas vezes confundida ou identificada.*

O pouco entendimento do potencial deste componente na atuação do trabalho do PT se materializa numa, também, “*Concepção Tecnista de prática educativa*”, que vai ao encontro do próprio processo formativo do profissional de educação física que, habitualmente, privilegia esta dimensão da formação (como veremos adiante).

Silva, Santos e De Araújo (2016) refletem sobre a necessidade de se levar em consideração não só o aspecto biofísico, mas também aspectos psicossociais, no planejamento e na prática de programas de treinamento personalizado. De Paula Rodrigues e Brandão (2017) concordam ao afirmarem que o sucesso da prescrição de exercícios físicos é consequência das técnicas de prescrição utilizadas pelo profissional com a observação de elementos comportamentais. Desta forma, ressalta-se a necessidade do profissional observar os determinantes para a aderência à atividade física no planejamento do programa de exercícios.

Coerente com as concepções anteriormente apontadas, observa-se em algumas falas uma “*Prática educativa centrada no PT*” denotando uma “*Concepção passiva do aluno/cliente*”.

- “(...)E aí entra o papel do profissional de educação física mostrar, promover saúde..”
- “..você tá numa função (de educar) de muita responsabilidade e ela independe do meio e da característica do aluno..”

Como salientado no referencial teórico, o PT deve saber ouvir, colocar-se no lugar do outro a fim de compreendê-lo e identificar aspectos pessoais de seus clientes para a tomada de decisões que motivem a prática do exercício físico (DA SILVA, BOSSLE e FRAGA, 2016). Dias, Silva e Marra (2017) destacam a necessidade de um trabalho acolhedor e orientador do PT junto ao seu aluno/cliente. E, finalmente, a relevância da

busca da autonomia do aluno/cliente para a prática do exercício físico com a necessidade de torna-lo participante ativo no processo.

Ainda neste pouco entendimento da prática educativa do PT, três entrevistados mostram uma *“Confusão conceitual de educação com psicologia”* ao se remeter ao componente educativo da prática.

- *“a gente (...) tem que ser um pouco psicólogo, um pouco não!! muito psicólogo..”*
- *“o personal ajuda, o personal mentor, o personal psicólogo que vai ajudar toda essa parte”*

Apesar desta predominância de um pouco entendimento da prática educativa, observamos que 13 dos 15 Pts entrevistados também reconhecem, por meio de 33URs, uma preocupação com a **“Adequação da pratica ao aluno/cliente”**. Alguns salientam a importância de uma *“Prática educativa centralizada no aluno/cliente”*:

- *“..entender que cada um (aluno//cliente) é diferente, cada um tem uma personalidade diferente..”*

Esta afirmação mostra-se fundamental, pois no processo educativo as peculiaridades do indivíduo em questão devem ser consideradas. Para Barros (2018), cabe ao PT, aqui visto como um educador, identificar pontos importantes, como a necessidade do aluno/cliente de saber em que medida o que está sendo ensinado lhe será útil e a experiência/vivência do mesmo. Outros aspectos enfatizados dizem respeito à aprendizagem de adultos, ou seja, eles aprenderão aquilo que tiverem necessidade de saber; a motivação fechada do adulto é de ordem interna e o aluno/cliente possui certa independência em sua construção de conhecimento.

Neste sentido, alguns entrevistados entendem que uma *“Participação ativa do aluno/cliente no processo”* educativo apresenta mais resultados, e que a *“Valorização do conhecimento prévio do aluno/cliente”* ajuda a criar estratégias de ensino horizontalizadas onde ambas as partes ensinam e aprendem:

- *“..aprendi na prática como que eu deveria tratar cada um dos meus clientes...tem que parar, observar..conversar com eles..mudar no meio do caminho a minha estratégia..”*

A maioria dos participantes concorda com a assertiva *“Como Personal Trainer, valorizo as informações prévias que meus alunos/clientes possuem sobre sua saúde e*

cuidado da mesma, utilizando-se destas informações prévias para prescrição dos exercícios e cuidado”. Esta apresenta um média de 3,71.

Strauch, Wäsche e Jekauc, (2019) sugerem que um bom relacionamento com os alunos/clientes só traz benefícios. Os autores destacam várias categorias e subcategorias para descrever as competências de um profissional fitness, dentre as quais a competência afetiva, ou seja, entender o aluno/cliente em seu universo sociocultural para atender suas expectativas. Isso se refere a conhecimentos específicos, oriundos da jornada laboral do PT em questão.

Para Gouveia e Catunda (2017), existem benefícios na troca de conhecimentos que está envolvida por afetividade mútua, decorrentes do relacionamento das partes, possibilitando que o aluno/cliente sintam-se mais estimulado e seguro.

A adequação da prática ao aluno/cliente também se manifesta por alguns entrevistados com uma concepção de uma *“Prática educativa a partir da aprendizagem significativa”*. No entanto, frente à assertiva *“Entendo que o meu aluno/cliente só irá mudar os hábitos de vida no tocante a saúde mediante a significância que o mesmo der nas atividades propostas por mim”*, a média de respostas situou-se em zona de alerta (2,92), com 26% de discordância. Um dos entrevistados comenta que:

- *“..saber o significado que ele precisa para se manter ativo (...) ele precisa de alguém que vá lá e faça isso com ele..”*

Gonçalves e Alchieri (2010) compreendem que aquilo que motiva as pessoas a praticar exercícios físicos tem sido um dos maiores desafios dos profissionais envolvidos com esta área pois, dependendo do tipo de exercício, individual ou coletivo, as pessoas podem dar significâncias distintas.

Como já dito anteriormente, e agora reforçado por Tavares (2004), aprender dando significado ao que está sendo ensinado requer um esforço do aluno/cliente em conectar-se com o novo conhecimento proposto ao que ele já possui. É necessária uma atitude crítico-reflexiva de pró-ação onde determinada informação ligar-se-á a um conhecimento de teor correspondente na estrutura cognitiva deste aprendiz.

O autor relata que existem três requisitos essenciais para a aprendizagem significativa:

*A oferta de um novo conhecimento estruturado de maneira lógica; a existência de conhecimentos na estrutura cognitiva que possibilite a sua conexão com o novo conhecimento; a atitude explícita de apreender e conectar o seu conhecimento com aquele que pretende absorver (p. 2).*

Vale ressaltar que, aquilo que é aprendido significativamente tende a durar mais do que se aprende mecanicamente.

Nesta perspectiva, a partir de 16 URs detectáveis nas falas de 7 dos 15 PTs, emerge a concepção de uma **“Prática educativa dialógica e reflexiva”**, tendo como subcategoria a *“Prática educativa como estratégia de transformação”*

- *“o Personal tem um papel importante e fundamental para que ele (o aluno/cliente) pense diferente..”*
- *“(…) nós educamos as pessoas para gerar autonomia de movimento, e através dessa autonomia de movimento envolve esses ajustes e adaptações que vão trazer efeitos benéficos, fisiológicos, emocionais e sociais sobre as dimensões da vida dele”*

Seguindo esta lógica, boa parte dos PTs participantes concorda ainda que é importante o desenvolvimento de autonomia para o auto-cuidado de seu aluno/cliente. Frente às assertivas “Na minha prática como Personal Trainer educo meus alunos/clientes a construir conhecimentos em saúde que contribuirão para a autonomia e manutenção no auto-cuidado.” e “Entendo que o diálogo com meu aluno/cliente sobre a prescrição de exercícios são fundamentais para construção de hábitos saudáveis.”, as respostas dos sujeitos tiveram médias, respectivamente, de 3,42 e 3,51.

Para Freire (2008) o que se espera com uma prática educativa é a transformação para a autonomia, a criticidade, a liberdade, a autoridade ética do ser humano que busca o saber. A autonomia dada aqui não isenta o profissional da área que observa, mas capacita o educando a construir o conhecimento dentro de seu meio e aperfeiçoa-lo junto à sociedade.

Tardif (2017) comenta que:

*...a arte de educar tem raízes num contexto de discussão marcado por interações linguísticas: a atividade educativa, aqui, diz respeito à comunicação e a interação enquanto processo de formação que se expressa através da importância atribuída ao discurso dialógico ou retórico. (p. 165)*

A Educação na área da saúde instiga à reflexão crítica sobre a prática do PT, com vistas à proposição de ações transformadoras aos alunos/clientes, tornando-os autônomos no cuidado (FALKENBERG, MENDES, *et al.*, 2014). Esta informação reflete a Nista-Piccolo, De Oliveira e Simões, (2015, p. 273) que dizem: *“A maneira como um docente atua está intrinsecamente relacionada à sua compreensão de ser humano e ao conceito que atribui à educação”*. O Trabalho do educador e da educadora trata, portanto, de um agir com a cultura, ou seja, algo muito maior do que o domínio superficial daquilo que será ensinado e das técnicas e métodos para tal (NEIRA 2010).

Enfim, voltando a Freire (2008, p. 143) *“A prática educativa é tudo isso: afetividade, alegria, capacidade científica, domínio técnico a serviço da mudança ou, lamentavelmente, da permanência do hoje”*.

Uma **“Consciência da presença da educação na prática do PT”** refletida na *“Conscientização do papel do PT como professor”* aparece em 16 URs detectáveis nas falas de 8 dos 15 PTs.

- *“o importante é você entender, é você saber o que esta trabalhando com seu aluno..”*
- *“aluno, ele se inspira muito no professor..”*
- *“..a gente tem um compromisso muito grande que é melhorar a saúde das pessoas (...) através da educação, através do exercício....”*

Frente a assertiva “Em minha prática educativa como Personal Trainer entendo a saúde como estado de bem estar do meu cliente, independente da presença ou não de doenças.” (média de 3,03), 80% dos respondentes concordam, com 20% de discordância.

É visto também na literatura a figura do PT como professor. Já vimos anteriormente que este profissional ensina procedimentos motrizes, além de procedimentos que buscam a transformação de seus alunos/clientes para melhoria da qualidade de vida (AZEVEDO e MUNDSTOCK, 2018; BECKER, GONÇALVES e REIS, 2016; BOSSLE e FRAGA, 2011).

Nesta lógica, cabe ao PT a necessidade de uma prática sistemática, planejada e dinâmica dos processos de aprendizagem que apontem para o início e fim dos objetivos desejáveis, instigando os alunos a resgatar seus saberes adquiridos em contextos anteriores, absorvidos em outros espaços educativos. Para Franco (2016, p. 14)

*O professor, em sua prática pedagogicamente estruturada, deverá saber recolher, como ingredientes do ensino, essas aprendizagens de outras fontes, de outros mundos, de outras lógicas, para incorporá-las na qualidade de seu processo de ensino e na ampliação daquilo que se reputa necessário para o momento pedagógico do aluno.*

Para Barros (2018), a aprendizagem de adultos tem importantes implicações para a natureza da educação dentro da EF porque exige que os educadores (no caso, os PTs) se movam para além do que procuram e permitam que os alunos/clientes sejam mais participativos.

Por fim, 11 entrevistados, por meio de 13URs, reconhecem a **“Prática educativa como resultado de múltiplos fatores”**:

- *"acho que o cara que usa manobras educacionais de conscientização, de motivação, de orientação do que realmente ele vai fazer (...), isso pra mim tem a ver com a educação!"*

O PT busca em seu cotidiano laboral uma prática fundamentada em análises de exercícios físicos bem como seus efeitos fisiológicos. Entretanto, para Bossle (2008), a prática laboral do PT vai além destes aspectos. Seus atos afetam seu aluno/cliente, também, no *“controle da sua rotina diária, dos seus hábitos alimentares, dos seus horários de sono, do seu vestuário, das suas relações familiares e sociais; interferindo, muitas vezes, em suas decisões pessoais”*(p 8).

Como um dos fatores que compõem a prática educativa do PT, os entrevistados salientam a necessidade de uma *“Prática educativa como resultado da articulação teoria/prática*

- *"Nós pessoais, vivenciamos muito na prática. aprender mais na prática que na teoria"*

Para Calvalcante, Bissoli, et al. (2012, p. 17):

*Os saberes profissionais e os saberes pedagógicos articulam-se, no dia a dia, por intermédio da mediação do professor. É na organização das atividades de ensino-aprendizagem que acontece a relação teoria-prática, fundamental à apropriação dos conhecimentos técnicos e da função político-social da atividade profissional a ser empenhada.*

Antunes (2015, p. 2) aponta que uma diminuição de distância entre competências possuídas e mudanças requeridas levarão o profissional em questão à uma construção de conhecimento singular, a ponto de impedir possíveis exclusões no mercado. Para tanto, o

autor sugere o estabelecimento do vínculo entre pesquisa, experimentação e negociação entre o profissional e a comunidade, vinculando teoria com a prática. Para o autor: “a organização profissional da área de Educação Física permite interação entre produção de conhecimento (teoria) e prestação de serviço (prática)”.

### 5.1.2 A Formação Inicial do PT Para a Prática Educativa

Esta dimensão foi explorada por 7 assertivas na escala atitudinal, obtendo uma média geral de 2,70, o que nos dá uma visão global de alerta com necessidade de melhoramentos. A análise das médias das respostas de cada uma das assertivas nos trás mais informações que iremos triangular com as entrevistas.

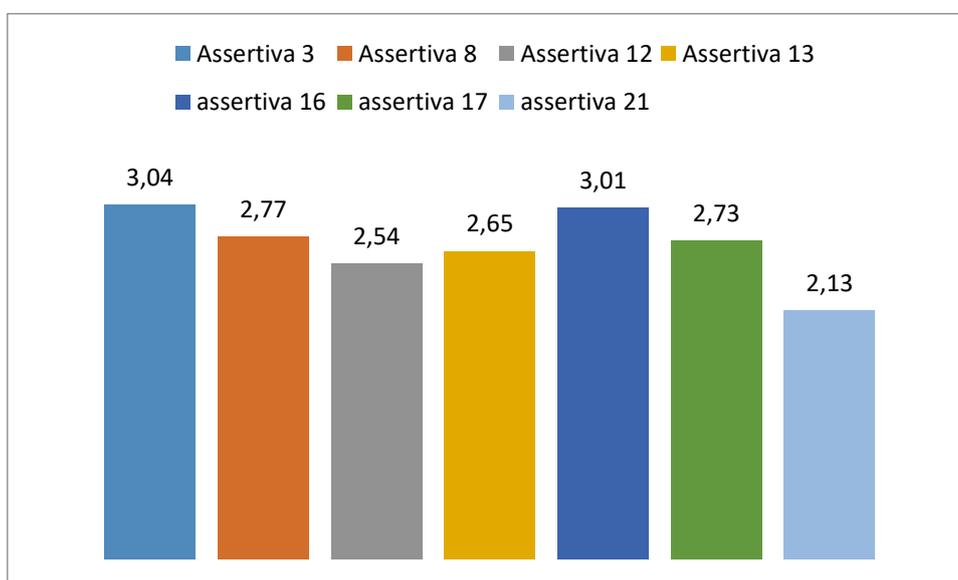


Gráfico 4: Média das assertivas correspondente a dimensão II: A formação inicial para a prática educativa do PT.

Das entrevistas, após realizadas, transcritas e submetidas à análise de conteúdo, obtivemos a identificação de 81 unidades de contexto e 91 unidades de registro relacionadas com a formação do PT. Destas unidades emergiram as categorias e subcategorias descritas no quadro a seguir:

Tabela 5: Categorias resultantes da análise da dimensão “Formação Inicial Para a Prática Educativa do PT”

<b>Graduação como momento exclusivo de Formação Biotecnicista para a Educação Física</b>	<b>41</b>
<b>Falta/carência de formação específica para a prática do PT na graduação</b>	<b>26</b>
<i>Superficialidade na formação</i>	
<i>Desvinculação Teoria e Prática</i>	
<i>Ausência de ações interdisciplinares</i>	
<i>Pouco embasamento científico</i>	
<i>Pouco interesse por parte do graduando</i>	
<b>Falta/carência de discussão da promoção de saúde na graduação</b>	<b>6</b>
<i>Insuficiência de tempo para discutir promoção de saúde na graduação</i>	
<b>Ausência de discussão sobre a prática educativa do PT na graduação</b>	<b>12</b>
<i>Carência de formação para a prática de atendimento ao aluno/cliente</i>	
<b>Formação para a prática educativa de promoção de saúde</b>	<b>13</b>
<i>Presença da promoção de saúde na formação</i>	
<i>Formação humanística no preparo do professor de EF</i>	
<i>Formação para a prática educativa dialógica</i>	
<b>Busca de Formação paralela para o preparo da prática educativa do PT</b>	<b>5</b>

Da fala de 11 dos 15 PTs entrevistados, com 41 URs, emerge a categoria de uma **“Graduação como momento exclusivo de Formação Biotecnicista para a Educação Física”**:

- *“o porque fazer a atividade física, a faculdade não nos ensina, ensina só biologicamente, mas a parte do benefício que vai proporcionar não.”*
- *“no meu curso era muito técnico (...)falavam muito de anatomia...enfim... de biomecânica...”*

Nunes, Votre e Santos (2012, p. 3) definem as possíveis áreas de atuação do Bacharel em EF que deseja trabalhar como PT:

*Em síntese, o bacharel em educação física é um profissional capaz de intervir acadêmica e profissionalmente nos campos da prevenção, promoção, proteção e reabilitação da saúde, na educação, projetos sociais, esportes, lazer e gestão de empreendimentos dessa área. A listagem é exaustiva, pois há espaço para o bacharel em todas as circunstâncias, em que se configuram atividades físico-esportivas fora da escola.*

Como dito anteriormente, o PT é o profissional que já pode inserir-se no mercado após seu bacharelado. No entanto, para Silva (2018, p. 3) esta formação *“pode não ser suficiente para preparar este profissional para as suas muitas responsabilidades”*. O autor enfatiza uma necessidade do desenvolvimento de competências específicas da área para uma atuação eficaz e transformadora.

Coerente com esta afirmação, 35,9% dos PTs participantes da escala atitudinal, quando deparados com a assertiva “Em minha graduação não fui preparado para a prática educativa de promoção de saúde de meu aluno/cliente, mas apenas para prescrição de exercício” concordam (média de 2,73).

Cruz, Reis, et al. (2019, p. 2) identificaram aspectos tecnicistas conceitualizados no militarismo, biomedicinas e estimuladores à competições desportivas na formação do profissional em EF. Tal situação reflete, segundo os autores, numa identidade profissional inexpressiva, resumida apenas à prescrição de exercícios junto à sociedade: *“Na Educação Física os currículos de formação de professores expressam disputas, entendimentos e as correlações de forças de uma área historicamente dividida e marcada por um caráter prático”*. Rezer e Fensterseifer (2008 p. 5) corroboram quando afirmam que as práticas pedagógicas esportivas dentro das IESs ainda são abordadas hegemonicamente, com metodologias tradicionais que visam ensinar os egressos o “saber fazer” da prática esportiva em questão. Para Nunes, Votre e Santos (2012, p. 4), *“O bacharel está sendo formado para intervir no “saber-fazer”*.

Além disso, 10 dos 15 PTs destacam, por meio de 26 URs, que há **“Falta/carência de formação específica para a prática do PT na graduação”**, ressaltando, dentre outros aspectos, *“Superficialidade na formação”, “Desvinculação Teoria e Prática”, “Ausência de ações interdisciplinares ” e “Pouco embasamento científico”*.

- *“(…) porque na minha faculdade, na minha graduação você não teve nada aprofundado no Personal, não teve (...) foi uma coisa muito pincelada”*
- *“a gente volta para a estrutura da graduação né?! tá faltando esse enfoque mais integrativo (...)”*
- *“É muito generalista eu acredito pelo que eu vejo, não dá embasamento (...) Tem que ver na prática aquilo que vi na teoria.*
- *“(…) conversando com pessoas recém formadas, então, é uma carência muito grande, uma lacuna muito grande nos profissionais. Como te falei, não tem embasamento científico.”*

Para Gomes e De Oliveira Caminha (2014), há inquietações a respeito da carência de discussão sobre a formação do PT no bacharelado, que necessita de aperfeiçoamento em sua grade curricular no tocante a esta prática. Para tanto, os autores sugerem que as IESs criem situações que estimulem seus egressos à reflexão, superação, crítica e

autonomia a respeito desta atuação. Sugerem também que promovam uma vivência teórico-prática favorável à construção de conhecimentos para resoluções de problemas do cotidiano da profissão em questão.

Para Onofre (2017), a articulação entre teórico e prático na formação em EF possibilita a vivência de situações próximas da realidade deste profissional. Não obstante, o autor observa certa valorização da formação prática, além de resultados não promissores oriundos da desarticulação entre a formação prática e a formação teórica.

Do Carmo Júnior, Gobbi e Texeira (2013, p. 15) observam a necessidade de uma complexa remodelação da formação do PT, dada as inovações sócio-culturais. Os autores refletem que *“aspectos tradicionais de formação pela experiência corporal e esportiva ainda se configuram como sendo um patrimônio conceitual da área”*. Os autores salientam, também, à uma necessidade de cuidadosa reflexão sobre a prática do PT, pois:

*A atuação do personal trainer se confunde com outras categorias profissionais por ausência de cultura da prática, não necessariamente a questão ética. Há uma necessidade emergente de associações profissionais, o diálogo de conhecimentos correlatos como mecanismo de incentivar a troca de conhecimento entre profissionais. Seria a concepção mais nítida do trabalho interdisciplinar e de cooperação para o ganho e para o bem comum (P. 9).*

Gomes e De Oliveira Caminha (2014) comentam que a formação do PT no Brasil está em fase de aprimoramento, sugerindo para os futuros formados uma busca equilibrada entre experiências e conhecimentos técnico-científicos.

Sudbrack (2014) comenta que muitos PTs não atuam na área devido a sua formação ruim e que é importante repensa-la desde o início. Em seu estudo, todos os entrevistados afirmaram que a sua graduação pouco ajudou em sua formação como PT. O autor conclui que há necessidade de ajustes no currículo acadêmico, visto que a procura por esta categoria pelos egressos, na atualidade, é grande.

Vieira, Maciel, et al. (2018 p. 7) reforçam que o trabalho de um PT deve ser embasado na ciência para um atendimento acolhedor, criativo, eficiente e seguro. Em seu estudo, os PTs entrevistados dão importância à ciência contemporânea expressa em *“revistas de alto impacto e de boas bases de dados, livros, revistas, congressos, palestras, cursos de pós-graduação, troca de ideias e informações com colegas de trabalho”*.

A falta/carência de formação específica para a prática do PT na graduação é, também, apontada pelos entrevistados em virtude do *“pouco interesse por parte do graduando”*:

- *“(...) tem muito desses: “isso aqui não me interessa”, passa por cima, falta..”*

Vieira, Maciel, et al. (2018) salientam que alguns PTs não possuem maturidade suficiente na escolha da carreira, e que isto traz impactos profissionais. Triani et al. (2017) corroboram ao afirmar que muitos egressos escolhem tal profissão por gostarem de praticar esportes. Gomes e De Oliveira Caminha (2014) relacionam o corpo esteticamente belo, o marketing pessoal e as influências midiáticas à escolha da profissão. Para Anversa e Oliveira (2011), ainda existem bacharelados em EF que buscam o “saber fazer” com maior relevância do que a reflexão naquilo que está fazendo.

Além desta carência de discussão sobre a prática do PT na graduação, aparece nas falas de 4 dos 15PTs entrevistados uma **“Falta/carência de discussão da promoção de saúde na graduação”**.

- *“(...) na faculdade, no curso eles falam muito pouco (...) muito básico o que eles passam né?! deveria enfatizar um pouco mais (...) a promoção da saúde.”*
- *“eu acho que (..) não enfatizaram a promoção da Saúde, o papel do profissional de educação física..”*

Frente à assertiva “O preparo do Personal Trainer para promoção de saúde tem ocorrido somente nos programas de pós-graduação, o que deveria ser feito já na graduação”, 72% dos participantes da escala atitudinal concordam (média 3,04). Da mesma forma, 34,5% discorda da assertiva “A promoção de saúde em seu conceito ampliado foi um tema bastante discutido em minha graduação.” (média de 2,77).

Para Pasquim (2010 p. 7), apesar de haver certo destaque da EF junto ao SUS desde 2006, estudos sobre o Sistema de Saúde e a Saúde Coletiva possuem pouca atenção junto as grades curriculares da graduação em EF. O autor enxerga que a fragmentação do curso em dois polos (licenciatura/bacharelado) desfavorece a prática integral do profissional em questão. Ademais, a falta de diálogo com outras disciplinas da área e/ou com cursos de outras profissões da saúde formam profissionais em EF carentes e inexperientes de conhecimentos para promover saúde e para trabalhar com equipes multiprofissionais. O autor ressalta, também, que há certo receio e desconhecimento por

parte dos egressos sobre este campo de atuação, o que pode gerar desinteresse dos mesmos. O autor conclui que *“as disciplinas dos cursos de educação física estudadas neste artigo não são suficientes para oferecer uma formação densa em Saúde Coletiva”*. Maia (2014, p. 118) aponta que *“nem sempre os docentes envolvidos na formação estão inseridos no SUS, sendo, portanto, distanciados da lógica e da dinâmica próprias do sistema”*.

Tais afirmações corroboram com 44,4% dos participantes da escala atitudinal que, frente à assertiva *“A minha graduação me incentivou a estabelecer parcerias com outros profissionais com vistas a um cuidado ampliado do aluno/cliente.”*, discordam (média de 2,65).

Cândido, Rossit e Oliveira (2018) apontam, também, pouco interesse por parte dos profissionais em EF para trabalharem com saúde coletiva. Os autores concluem que ainda existe pouco campo para o profissional em EF atuar neste segmento, apesar de o curso de EF na IESs estudada ter um currículo focado na promoção de saúde.

Há também nas falas um reconhecimento da *“Insuficiência de tempo para discutir promoção de saúde na graduação”*:

- *“(…)Faltou um pouquinho mais da faculdade expor (...) essa parte da qualidade de vida, proporcionar a atividade física, proporcionar uma saúde pro pessoal..”*
- *“(…) e como é muito curto o tempo, não teve essa matéria no caso (de promoção de saúde). Que não teve uma matéria, é uma matéria dentro da outra mas, não foi puxado pra esse lado.”*

No estudo de Cândido, Rossit e Oliveira (2018) é apresentada uma grade curricular que visa uma formação interdisciplinar e interprofissional a partir de quatro eixos: O ser humano em sua inserção social; Trabalho em saúde; O ser humano em sua dimensão biológica; e Aproximação a uma prática específica em saúde. Os autores explicam esta grade da seguinte maneira:

*Cada um desses eixos é formado por diversos módulos com áreas temáticas referentes. A parte específica da EF é abordada no eixo ‘Aproximação a uma prática específica em saúde’, a qual trabalha com conteúdos e atividades sistematizadas no horizonte da intervenção em serviços de saúde. É desenvolvida de forma crescente no decorrer do curso, chegando a ocupar toda a grade curricular no 4º ano. A perspectiva é a de formar profissionais aptos a trabalhar nos espaços competentes ao bacharel, resguardando-se as recomendações gerais das diretrizes curriculares sugeridas pela Resolução n.7/2004 (p. 4).*

Aqui vemos um exemplo de ação duradoura e contínua focada numa formação de um profissional em EF para a promoção de saúde. Entretanto, nos estudos discutidos até aqui observamos um enfoque de tempo em disciplinas biotecnológicas, desportivas e do marketing do PT (REZER e FENSTERSEIFER, 2008; SILVA, 2018; CRUZ, REIS, et al., 2019; GOMES e DE OLIVEIRA CAMINHA, 2014; DO CARMO JÚNIOR, GOBBI E TEXEIRA, 2013; SUDBRACK, 2014). No estudo de Saporetti, Miranda e Belisário (2016 p. 17), os profissionais em EF atuantes em programa de promoção de saúde junto ao Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF), além de desafios encontrados na prática, comentaram que há *“ausência de disciplinas relativas à saúde pública no curso de graduação e a necessidade de buscar mais conhecimentos”*.

Para Nunes, Votre e Santos (2012 p. 2), há certa semelhança entre os cursos de graduação no Brasil e *“uma tradição curricular burocrática”*, com disciplinas obrigatórias e excessivas que dificultam o desenvolvimento do graduando, prolongando seu tempo em formação.

Na fala de 6 dos 15 PTs entrevistados emerge, com 12URs, a categoria **“Ausência de discussão sobre a prática educativa do PT na graduação”**

- *“a minha universidade não me tornou um profissional reflexivo (...) sobre a prática educativa do personal trainer”*
- *(...) não tem uma reflexão.(...) a Educação Física tá tentando isso! Mas (...) não dá tempo de levar a uma reflexão né?! sobre a atuação do personal.*

Esta categoria vai ao encontro dos resultados obtidos na assertiva que diz: “Minha graduação para a prática educativa como Personal Trainer foi superficial.”, (média 2,13). Nela, 71,9% dos participantes reconhecem uma discussão superficial da prática educativa em sua formação inicial.

Além desta, tais afirmações corroboram com a concordância de 48,8% dos participantes da escala atitudinal quando deparados com a assertiva: “A Universidade na qual me graduei não me tornou um profissional reflexivo sobre a minha prática educativa como Personal Trainer” (média de 2,54).

Para Nunes, Votre e Santos (2012 p. 6), nos documentos oficiais referentes a formação do bacharel em EF, é evidente que existe uma transposição de competências e habilidades, mas com a ênfase no “saber-fazer”. Os autores seguem sinalizando a

necessidade de reformulações nos currículos dos bacharéis, tais como: *“Formar educadores profissionais críticos, com intenção educativa, que percebam a articulação dos conhecimentos com as dimensões política, sociocultural e socioeconômica”*.

Ainda sobre a ausência de discussão sobre a prática educativa do PT na graduação, os PTs apontam, também, uma *“Carência de formação para a prática de atendimento ao aluno/cliente”*:

- *“(…) a gente teve, assim, matérias como sociologia, etica profissional, mas nada voltado a como você deveria tratar um cliente é..pessoalmente, assim, individualmente...”*
- *“(…) tendo como exemplo a minha graduação, o foco educativo para o personal não era realmente o maior...”*

Para Nunes, Votre e Santos (2012), espera-se que o bacharelado em EF desenvolva nos seus egressos a apropriação de conhecimentos, procedimentos e atitudes interventivas que fundamentem-se na prevenção, promoção, educação e reeducação motora, dentre outros. Os autores ressaltam que:

*É criticamente relevante que esses futuros profissionais tenham tempo de viver suas experiências e possam identificar quais são as competências e habilidades que poderão mobilizar para a resolução daquela tarefa ou situação, de forma autônoma (p. 5).*

Pasquim (2010, p. 3) corrobora ao afirmar que *“Educar não é domesticar; a falta de espaços de criação faz com que o sujeito se torne apenas um instrumento”*.

Por outro lado, na fala de 7 dos 15PTs entrevistados foi enfatizada, por meio de 13 URs, uma **“Formação para a prática educativa de promoção de saúde”**. Alguns entrevistados reconhecem a *“Presença da promoção de saúde na formação”*:

- *“ela (a IES) tá te preparando sim (...) um cara que vai promover saúde (...) do básico ao mais avançado...”*
- *“durante a minha graduação a gente falava muito sobre promoção de saúde através da atividade física,”*

Como visto até aqui junto aos autores pesquisados, é esperado que as IESs discutam a promoção de saúde na formação de seus profissionais em EF. As DCNs (BRASIL, 2004) do curso de bacharelado em EF fomentam uma formação eficaz para orientar, planejar, ensinar e avaliar essa prática na perspectiva da promoção da saúde

dentro do contexto social que o profissional (como PT, por exemplo) se encontre. (NUNES, VOTRE e SANTOS, 2012).

Ainda sobre a formação para a prática educativa de promoção de saúde, 3 dos 15PTs entrevistados referem uma *“Formação humanística no preparo do professor de EF”*:

- *“(...) uma boa formação então ela sempre tinha uma visão holística do ser humano, então a saúde...faz parte.”*
- *“te prepara (...) entendendo que tem como função na vida das pessoas, seja ela jovem, criança ou adulto.”*

Para Onofre (2017, p. 15), a formação humanista tem embasamento nos princípios de uma educação aberta e dialógica com vistas a um processo de maturação psicológica, que visa o desenvolvimento de ideias e conceitos. Esta formação busca desenvolver o indivíduo a partir da *“provocação da interação entre as descobertas experienciais e os sistemas de convicções e crenças de diferentes tipos de ocupações”*. Ademais, tal formação instiga o egresso à participação nos projetos pedagógicos de sua formação, estimulando senso crítico-reflexivo.

Para o autor, a educação deve incluir tanto crítica social quanto transformação; deve visar tanto examinar as causas, relações sociais injustas e o fortalecimento dos esforços coletivos para mudança. É visto também neste estudo que a educação transformadora está enraizada no diálogo e na formulação de problemas. Em outras palavras, educadores não podem simplesmente passar uma série de etapas predeterminadas (Behaviorista) para seus alunos e esperar que isso os leve à uma transformação.

Para Triani, Barros, et al. (2019), apesar de saúde e atividades físicas se relacionarem, é observado certo equivoco por parte dos egressos em EF quando entendem que aspectos biológicos, biotécnicos e instrumentais fundamentam uma formação humanística. Os autores ressaltam o que as DCNs consideram: *“a formação deverá ser generalista, humanista e crítica, qualificando o graduando para a intervenção profissional, tendo o rigor científico como fundamento, bem como a reflexão filosófica”* (p. 6). No entanto, os autores desvelam indícios isolados da EF que não consideram relações sociais e humanas em suas práticas, contrariando aquilo que se espera desta profissão bem como daquele que presta este serviço à sociedade.

Nesta perspectiva da formação para a prática educativa de promoção de saúde, um entrevistado reconhece uma *“Formação para a prática educativa dialógica”* em sua graduação:

- *“Minha formação era muito voltada pra pessoas que pensam, pessoas que enxergam as pessoas como indivíduos (...) a gente não é só do exercício físico! Essa não é nossa formação! Nossa formação ela vem muito mais além! A gente escuta, ouve o aluno/cliente”*

Tal relato se relaciona com a concordância de 74,8% dos participantes da escala atitudinal frente à assertiva: “O Personal Trainer aprende em sua graduação a ser um profissional que dialoga com seus alunos/clientes sobre o papel da atividade física na melhoria da qualidade de vida” (média de 3,15).

Para Leal, Bartholomeu Neto, et al. (2011, p. 2), o PT *“é um professor, um educador, necessitando de uma boa formação pedagógica, crítico e compreensivo; que precisa saber adequar seu conhecimento à sua realidade, possibilidade e objetivos de cada cliente”*

Para Cruz, Reis, et al. (2019), é necessário que os graduandos em EF apropriem-se das bases necessárias para desenvolverem suas práticas educativas, amparadas no conceito de educação como processo de apropriação ativa e consciente do conhecimento humano, bem como um espaço de diálogo permanente entre a prática pedagógica e as discussões de natureza epistemológica. Cabe então ao futuro profissional preparar-se para encarar as dificuldades, compreendendo a relação do processo ensino-aprendizagem em suas práticas formativas.

No estudo de Llexià e Ríos (2015), por exemplo, é relatado o impacto de estratégias dialógicas em relação a atividade física com a socialização e processos de aprendizagem de egressos junto a presidiários em Barcelona. Os autores apresentam uma estratégia de ensino e aprendizagem que integra serviço comunitário significativo com instrução e reflexão, participando de atividades dialogadas que têm impacto nas comunidades. Tal dinâmica revelou benefícios expressivos à saúde dos presos, na qual as atividades propostas pelos profissionais fizeram com que eles esquecessem suas preocupações e, portanto, ajudou-os a superar desafios. Ademais, eles aprenderam a valorizar a atividade física como recurso para a intervenção social, a aplicar elementos educacionais a esse recurso e adaptar o conhecimento deste tópico a um contexto real.

Finalmente, como reflexo de carências na graduação, 3 dos 15PTs entrevistados, por meio de 5 URs, referem-se a uma **“Busca de Formação paralela para o preparo da prática educativa do PT”**:

- *“(...) e aí ele (o PT) sente a necessidade de buscar um curso, uma especialização voltada para personal trainer, e aí ele sente essa deficiência na universidade..”*
- *“(...) as pessoas não estão se atualizando elas acham que saindo de lá da faculdade já tá pronto não está pronto! Tem que estudar muito.”*

Maia (2014, p. 109), define esta busca paralela como *“experiências de formação procuradas pelo próprio estudante fora da instituição”* durante sua graduação. O autor observa que estas experiências podem não ser valorizadas pelas IESs em seus currículos planejados por *“falta de desejos políticos ou dificuldade de materiais”*.

Para Anversa, Bisconsini, et al. (2015, p. 6), a busca paralela por conhecimentos proporciona aos graduandos em EF uma *“formação mais abrangente indo além do pré-estabelecido nas matrizes curriculares”*. Os autores ressaltam a necessidade de incentivo à práticas que irão somar com a construção de saberes acadêmicos e profissionais. Logo, *“faz-se necessário que, ao longo da formação, os discentes sejam instigados a se engajar por meio das práticas aplicadas ou outras atividades disciplinares”*.

Para Oliveira, Santos e Dias (2016, p. 2), a maneira que um egresso trata sua vida acadêmica influenciará nos resultados finais de sua formação e profissão. Os formandos que se conscientizam e praticam atividades paralelas desenvolvem autonomia e competências diferenciadas, além de serem bem vistos no âmbito universitário e profissional. Os autores salientam que nem sempre a grade curricular dos cursos de graduação oferece tudo que é necessário para a atuação profissional, sendo necessária a busca de experiências complementares.

## 5.2 – OS DESAFIOS ENCONTRADOS NA PRÁTICA EDUCATIVA DO PERSONAL TRAINER E SUGESTÕES PARA MELHORIA DA MESMA

Estas duas dimensões serão apresentadas separadamente para uma maior caracterização dos dados coletados, tanto na Escala atitudinal como nas Entrevistas.

### 5.2.1 - Os Desafios Encontrados na Prática Educativa do PT

Esta dimensão foi explorada na escala, sendo composta por 7 assertivas. Obteve uma média geral de 2,42, o que nos dá uma visão global de alerta com necessidade de melhorias. A análise das médias das respostas de cada uma das assertivas nos trás mais informações que iremos triangular com as entrevistas.

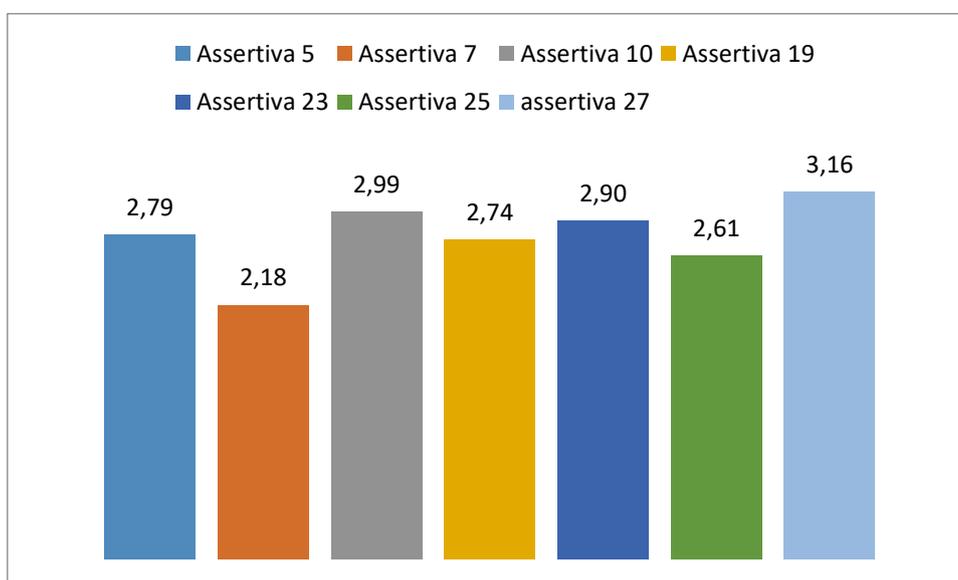


Gráfico 5: Média das assertivas correspondente a dimensão III: Os desafios encontrados na prática educativa do PT.

Após a análise temática, obtivemos a identificação de 28 unidades de contexto e 42 unidades de registro. Destas unidades emergiram as categorias e subcategorias descritas no quadro:

Tabela 6: Categorias resultantes da análise da dimensão “Os Desafios Encontrados na Prática Educativa do PT”

<b>Resistência do aluno/cliente ao exercício e, conseqüentemente, à prática educativa do PT</b>	<b>30</b>
<i>falta de gosto pelo exercício físico</i>	
<i>desinteresse do aluno/cliente pelas informações do PT</i>	
<i>influência do conhecimento empírico do aluno/cliente não favorável</i>	
<i>experiência prévia não motivadora (ruim)</i>	
<i>interesse específico do aluno/cliente por um resultado imediato</i>	
<b>Dificuldade do desenvolvimento de uma prática dialógica com o aluno/cliente</b>	<b>9</b>
<i>Falta de capacitação para a prática educativa</i>	
<i>Dificuldade no convencimento do aluno/cliente sobre a relevância do exercício físico</i>	
<i>Dificuldade do "Ser empático" na relação</i>	
<i>Comprometimento do PT com o aluno/cliente para além dos momentos presenciais</i>	
<i>Processo trabalhoso e que demanda tempo</i>	
<b>Influência negativa das mídias sociais</b>	<b>3</b>

Analisando as falas de 10 dos 15PTs, observamos através de 30 URs que os entrevistados atestam encontrar **“Resistência do aluno/cliente ao exercício e, conseqüentemente, à prática educativa do PT”**. Esta resistência se manifesta, dentre outros aspectos, pela *“falta de gosto pelo exercício físico”*:

- *“... Tem pessoas que odeiam tanto a atividade física que vai ser difícil, que vai levar um tempo pra ela habituar, e mesmo assim vai ser difícil!”*
- *“As pessoas em via de regra não gostam de exercício! Odeiam exercícios (...)”*

A falta de gosto pelo exercício físico se relaciona com os altos índices de sedentarismo no país (VIGITEL, 2017). Vieira e Da Silva (2019) apontam, dentre várias razões para o sedentarismo, a falta de gosto pelo exercício físico como um dos fatores para que adolescentes, adultos e idosos não o pratiquem. Lopes, Krug, et al. (2016) corroboram ao afirmar em estudo feito com idosos que outro aspecto para que estes não pratiquem exercícios físicos é o não gostar destas atividades, tanto individuais quanto coletivas, o que vem ao encontro dos achados de Esteves, Vieira, et al. (2017) que relatam que um dos fatores para a não prática de atividades físicas regulares de universitários é o desgosto pelo exercício.

Além desta falta de gosto, para os entrevistados, outro desafio se relaciona com o *“desinteresse do aluno/cliente pelas informações do PT”*:

- *“eu tenho alunos assim (...) as vezes entra por um ouvido e sai por outro as informações que eu passo”*

Da Silva, Santos e De Araújo (2016) comentam que grande parte da população abandona a sua prática fitness nos primeiros seis meses. Neste estudo, as maiores razões para desistência dos alunos entrevistados foram a falta de tempo e motivação. Para os autores, o sucesso de qualquer programa de exercício físico está relacionado com a motivação dos praticantes. As sensações do treino, tais como dores, cansaços físicos e mentais oriundos do exercício físico, além de fatores externos a estes podem incentivar a desistência e desinteresse do aluno/cliente. Para Vieira (2017), as condições ambientais bem como estímulos psicológicos podem fortalecer o desinteresse, comodismo, passividade e, até mesmo, certa agressividade deste aluno/cliente.

Estes dados dialogam com os resultados oriundos da assertiva que diz: “As peculiaridades de cada aluno, bem como os ambientes sugeridos por eles dificultam o desenvolvimento do componente educativo da prática do Personal Trainer” (média de 3,16), para a qual 32,5% dos Pts reconhecem que estas inquietações são obstáculos para que a prática educativa em seu labor aconteça.

Ainda observando a resistência do aluno/cliente, alguns dos entrevistados consideram, também, que uma *“influência do conhecimento empírico do aluno/cliente não favorável”* ocorre em algumas situações.

- *“... se a pessoa tá tendo essas peculiaridades, esses bloqueios que dificultam ...a ação do personal no trabalho dele, é porque a própria pessoa não quer mudar de hábito e o nosso desafio é esse!”*

Ademais, alguns entrevistados veem que uma *“experiência prévia não motivadora (ruim)”* que o aluno/cliente traz consigo também produz desafios à prática educativa do PT.

- *Nós queremos promover a atividade física só que às vezes você pega um aluno que já vem com uma (...) certa bagagem negativa de um (outro) personal”*

Para De Oliveira-Lopes, Júnior e Lopes (2017), o treino proposto pelo PT a seu aluno/cliente deve ser incentivador, desafiador, efetivo e divertido para que o entusiasmo do sujeito nunca se perca. Nesta direção, Silva, Babilônia e Marra (2017) comentam que é importante o PT apreender que o aluno/cliente buscará analisar e compreender, dentro de suas expectativas, os produtos que são direcionados à ele.

Alguns entrevistados observam um *“interesse específico do aluno/cliente por um resultado imediato”*, o que dificulta uma prática educativa com vistas a uma mudança de hábito que reflita um resultado mais abrangente da prática do exercício.

- *“Porque as vezes, o pessoal chega lá: “eu quero emagrecer!” e a mulherada: “eu quero ficar grande só daqui pra baixo!” ... e os caras só querem trabalhar daqui ...”*
- *“...Geralmente as pessoas procuram a gente pela estética! Maioria das vezes, porque tá acima do peso, porque quer ficar maior e tal...mas nunca pensam na saúde.”*

De Paula Rodrigues e Brandão (2017) atestam que o maior motivador para contratação do PT é a busca por resultados satisfatórios. Junior e Cardoso (2017) entende que o problema está na propagação do conceito do exercício físico (somente) como construtor estético ideal. Assim, o desafio de convencer este aluno/cliente a manter uma rotina fitness é demasiado, dada a concorrência muitas vezes desleal entre o PT contra diversas ofertas de produtos esteticistas e programas de exercícios físicos inadequados que prometem rápidos e baratos produtos, mas nem sempre favorecem a saúde do sujeito.

Frente à assertiva que diz: “A perspectiva do mercado de trabalho em relação ao Personal Trainer é que este atue como uma pequena empresa que entrega protocolos de exercícios físicos a serem cumpridos”. A média das respostas dos participantes foi de 2,61, com a concordância de 82% dos mesmos.

Kassab (2012) corrobora quando afirma que uma das características de um aluno/cliente é a de comprador de um determinado produto. Bossle (2008) esclarece que uma das justificativas da nomenclatura “cliente” se dá ao fato do mesmo comprar serviços e produtos. Silva, Bossle e Fraga (2016) comentam que o aluno/cliente que contrata um PT é considerado, além de outros adjetivos, um consumidor de serviços, entendendo que há relação de consumo entre as partes.

Bossle (2008) corrobora com esta tendência na relação do PT com o aluno/cliente quando diz que este, dado aqui como consumidor, parece transferir a preocupação por cuidar-se para o PT, agindo de forma passiva. Para o autor, o PT parece ser a versão atualizada do consultor que visa à dependência eterna do aluno/cliente ao seu trabalho e como consequência disso, não assegura a autonomia do indivíduo: *“o cliente parece*

*transferir a preocupação por cuidar-se para o seu treinador personalizado, isentando-se desta função”.*

É importante destacar ainda que, paradoxalmente, o PTs, quando deparados com a assertiva “Meus Alunos/clientes me contratam como "adestrador" de exercícios físicos, e não como promotor de saúde”, 82,3% discordam que são contratados apenas para protocolar e ensinar exercícios.

Nas falas de 5 dos 15 Pts , meio de 9 URs, emerge a “**Dificuldade do desenvolvimento de uma prática dialógica com o aluno/cliente**” como outro importante desafio. Esta dificuldade se dá, dentre outros fatores, pela “*Falta de capacitação para a prática educativa*”:

- *“como a gente não tem essa formação voltada mais pra promoção de saúde na graduação. Eu acho que, pra ser um profissional completo é..ele precisa realmente procurar cursos extras”*

Este achado vai ao encontro das respostas à escala atitudinal quando os PTs se posicionam frente à assertiva “A falta de preparo para a prática educativa na graduação é um desafio a ser aprimorado no meu cotidiano como Personal Trainer” (média 2,90). Observa-se que cerca de 75% concorda que há falta de preparo para a prática educativa do PT na graduação.

Bossle e Fraga (2011) afirmam que há baixa produção de estudos focados na formação deste profissional. Ademais, como dito anteriormente, grande parte destes estudos são voltados a marketing e técnicas fisio-motrizes.

Os PT referem uma “*Dificuldade no convencimento do aluno/cliente sobre a relevância do exercício físico*”, bem como uma “*Dificuldade do Ser empático*” nesta relação:

- *“você (PT) tem que entender quais são as dificuldades do seu aluno, e em cima dessas dificuldades criar facilidade pro aluno conseguir. Então entendo que esse hoje, na minha opinião, é o principal problema, é a principal foco, a principal falha é do personal”*
- *“(...) ele (o PT) precisa conversar com os alunos dele e tentar entender e se colocar, acho que falta, talvez, um pouco de empatia também! Se colocar no lugar*

*dele e tentar pensar em soluções pra que ele possa se exercitar, possa promover saúde”.*

Kain, Rombaldi, et al. (2016) comentam que uma das razões para desistência dos alunos ao treino é a falta de empatia entre o aluno/cliente e o PT. Para Strauch, Wäsche e Jekauc (2019), empatia é a competência ou capacidade de desenvolver um relacionamento positivo e apropriado entre partes, com gerenciamento de relacionamento e autogerenciamento. A empatia representa o sentir e entender a situação de outra pessoa da perspectiva dela. Os autores ressaltam que os profissionais em EF (dentre eles, o PT) que são empáticos são percebidos como compreensivos e sensíveis aos sentimentos de seus aluno/clientes.

Ainda como dificuldade do desenvolvimento de uma prática dialógica com o aluno/cliente, os PTs relatam a necessidade de um *“Comprometimento do PT com o aluno/cliente para além dos momentos presenciais”*:

- *“hoje o personal trainer ele tem que transcender no atendimento! (...) nada impede de eu te disparar um WhatsApp pra ele falar (...) coisas pequenas mas que tem a ver com esse gerenciamento que vai além do simplesmente dar o treino no momento do treino.”*

Advogam, assim, que a prática educativa é um *“Processo trabalhoso e que demanda tempo”*:

- *“Prescrever exercício é fácil! (...) Agora mudar a cabeça do aluno (...) pra que ele tenha mais saúde na vida é um processo lento, e que demanda um pouquinho mais de trabalho sim!”*

Souza, Iglesias e Pazin-Filho (2014, p. 6) concordam com tal inquietação ao afirmarem que: *“Trabalhar para além do conteúdo é um desafio, que corresponde à participação no processo de autonomia a ser conquistado com e pelo aluno”*. Abbott (2017) salienta que alguns PTs podem não trazer mudanças significativas no estilo de vida de seus alunos/clientes porque trabalham de forma rasa, ou seja, sem agregação de valores aos anseios daqueles que o procuram.

Por fim, frente às assertivas: *“A remuneração que recebo como Personal Trainer não comporta o desenvolvimento da prática educativa, limitando-a somente à prescrição de exercícios físicos.”* e *“A presença de outras atividades remunerativas além de Personal*

Trainer dificultam minha prática de promoção em saúde de meus alunos/clientes”, 32,5 e 26,6% respectivamente dos PTs concordam, entendendo-as como variáveis importantes no desenvolvimento da prática educativa do PT (médias, respectivamente, de 2,79 e 2,18, situadas em zona de alerta).

No estudo de Silva (2018), alguns PTs declararam trabalhar até 5 horas por semana nesta atividade e o restante do tempo em outras atividades laborais. Para Domingues Filho (2015), o excesso de trabalho pode afetar de forma negativa a qualidade do atendimento do PT junto ao aluno/cliente, mesmo que este tenha a capacidade de trabalhar várias horas semanais.

Outro desafio que emerge das falas de 3 dos 15PTs, fundamentada em 3 URs, é a: **“Influência negativa das mídias sociais”**:

- *“(...) os aplicativos continuam entre as maiores tendências de fitness (...) Não interessa o sujeito que tá treinando, interessa que ele vai fazer um programa de treinamento e tem exercícios”*

Tal desafio corrobora com os dados obtidos com a reação dos PTS frente à assertiva: “Vlogueiros e outros praticantes de atividade física que não possuem o devido conhecimento ou credencial em Educação Física dificultam a minha prática educativa como Personal Trainer” (média 2,99) na qual 67,9% concorda.

Storlaski, Lucena, et al. (2018) comentam que os chamados blogueiros, os quais são usuários de rede sociais da internet com interesse em autopromover-se e popularizar suas publicações, vêm preocupando pesquisadores da área da EF, seus conselhos reguladores, bem como outras profissões da saúde. Esses blogueiros influenciam parte de seus seguidores como formadores de opinião, divulgando e expondo ações estimulantes a hábitos que podem, segundo os autores, trazer risco ao bem-estar da população e falta de cuidado adequado, resultando em doenças.

Por outro lado, Renner (2017) salienta que o uso da tecnologia pode auxiliar na conexão do PT com o aluno/cliente no tocante à prática de exercícios físicos. Para o autor, o interesse do aluno/cliente somado ao acompanhamento do profissional via mídias digitais traz benefícios mútuos.

## 5.2.2 – Sugestões para a Melhoria da Prática Educativa do PT

Esta dimensão também foi explorada na escala, composta por 6 assertivas e complementada com as informações obtidas pela entrevista.

A maioria dos participantes desta investigação sugere que o PT deve se responsabilizar pela *construção do conhecimento autônomo de seu aluno/cliente, a ponto do mesmo não necessitar de sua presença para a manutenção do cuidado*. Na escala atitudinal, esta afirmativa teve a concordância de 77% dos respondentes. Para um dos entrevistados:

- *“o que eu vou mandar de sugestões, depende de uma análise de diagnóstico que eu tenha feito com o cliente(...) Esse é um ponto fundamental. (...) precisaria desenvolver algumas metas de entendimento do como o (treino do) cliente está acontecendo, como o treino dele está (sendo) aplicado.”*

Para Oliveira, Santos e Dias (2016, p. 2), *“ser autônomo significa que o indivíduo apresenta um sentido claro, seguro e estável de si mesmo, manifestando comportamentos coordenados e intencionais na busca de objetivos pessoais e/ou sociais”*. Para Dos Santos Freire, Verenguer e da Costa Reis (2002), o profissional em EF deve desenvolver competências para diagnosticar, planejar, orientar, aplicar e avaliar atividades que visem desenvolvimento do potencial motor e autonomia da comunidade.

Outra sugestão apresentada pelos respondentes da escala atitudinal é *um maior investimento em disciplinas de promoção de saúde na graduação em EF*. Esta necessidade é confirmada na concordância de 93% dos PTs participantes.

Um dos entrevistados também fortalece a sugestão:

- *“uma das sugestões seria as Universidades, né?! Enfatizar mais a promoção da Saúde lá na graduação então pegar o profissional desde o começo da carreira ali aonde ele está se graduando até o final; mostrar o significado para ele do que é nossa profissão e como promover isso né?!”*

Para Guarda, Silva, et al. (2014), a formação acadêmica do profissional em EF apresenta carências para este atuar como um promotor em saúde. Para o autor, os conceitos relacionados a promoção em saúde são pouco explorados nos cursos de graduação e pós-graduação da categoria, e isto pode trazer dificuldades à intervenção desses trabalhadores junto aos setores relacionados.

Paralelamente, 92,6% dos participantes da escala atitudinal também sugerem uma *intervenção mais profunda da importância da promoção de saúde para a carreira do PT já na graduação.*

Para Da Silva e De Oliveira (2018, p. 12), a busca gradativa de conhecimentos relacionados à promoção de saúde tende a favorecer o PT junto aos cenários competitivos, podendo expandir os seus serviços, conhecimentos e mostrar o seu potencial para diferencia-lo, atraindo e criando mais vínculos com seus alunos/clientes. Esta ação contínua e gradativa em aprender cada vez mais trará a este profissional ferramentas que irão resolver problemas que possam surgir na sua carreira, tais como *“poder trabalhar com diversos tipos de patologias e faixas etárias, atribuindo o exercício de forma correta para cada indivíduo, num ramo em que as procuras são peculiares”.*

A busca por parcerias multiprofissionais para atendimento de seus alunos/clientes é outra sugestão apontada por 98% dos participantes da escala atitudinal. Isto é também enfatizado nas entrevistas:

- *“É, ele (o PT) deve investir em diferentes fontes de relacionamento, não ficar preso só no mundo dele”*
- *O que eu acho importante (um trabalho conjunto com) nutricionista, psicólogo, fisioterapeuta, um trabalho que né?! é muito importante...”*

Para Roberti (2015, p. 15), a intervenção do PT é direcionada, também, à pessoas ou grupos distintos e com necessidades de atendimentos especiais, sendo estas atendidas de forma individualizada ou por um equipe multiprofissional. Logo, há chances do PT passar por avaliações destes outros profissionais, e também prestar sua assessoria e consultoria para eles. Para a autora, os PTs *“passam a atuar com outros profissionais da saúde, em academias, em locais públicos, parques, na residência ou local de trabalho do cliente”.*

Barnes, Desbrow e Ball, (2016) salienta que a busca por conhecimentos relacionados a outras áreas, como nutrição, por exemplo, como fatores determinantes pra resultados mais promissores.

Outra sugestão trazida por 91% dos participantes desta investigação é que o SUS *utilize os serviços do PT em seus programas de promoção de saúde.*

Cândido, Rossit e Oliveira (2018), observam que o PT está inserido com menos frequência nos programas do SUS. Para Gouveia e Catunda, (2017, p.4), a participação do profissional de EF numa equipe multidisciplinar se faz imprescindível para a identificação de problemas e formulação de ações. Para os autores:

*É importante que o profissional de Educação Física esteja preparado para os desafios do sistema de saúde, apresentando sempre novas temáticas e aprofundando o tema “Educação Física” como fator essencial na busca por saúde e qualidade de vida.*

Azevedo e Mundstock (2018) trazem resultados promissores oriundos da intervenção por seis meses em pacientes encaminhados por profissionais do programa Saúde da Família para profissionais em EF. Os dados obtidos neste estudo são de suma importância para mostrar a relevância da categoria junto a programas vinculados ao SUS.

Para De Cássia Melinski, Guerra, et al. (2018, p. 11), é importante salientar que apenas ter uma equipe multiprofissional atuando em um mesmo espaço físico não é suficiente para modificar o tipo de cuidado ofertado aos pacientes. Os autores reconhecem a necessidade da presença do profissional em EF junto à equipe multiprofissional para entrosá-los e uni-los, bem como ajuda-los a proporcionar uma integralidade do cuidado dos usuários. Apontam também para a eficácia vinda de atividades físicas lúdicas, pois consideram que *“por meio da ludicidade, as pessoas podem se expressar livremente, além de conhecer e transformar a própria realidade”*. Para Jason Bennie, Glen, et al (2018), estas participações trazem melhorias na formação, educação e competências deste profissional junto a comunidade.

Finalmente, 85% dos participantes da escala atitudinal sugerem ao PT *reconstruir seus conceitos de saúde*, pois a mesma não é ausência de doenças.

Para Almeida Filho (2011, p. 15):

*Durante muito tempo, a saúde foi entendida simplesmente como o estado de ausência de doença. Considerada insatisfatória, esta definição de saúde foi substituída por outra, que engloba bem-estar físico, mental e social.*

Para Do Espírito-Santo e Mourão (2006), o conceito sobre saúde para o paradigma dominante da EF está pautado numa visão biológica como, por exemplo, alimentação e sono.

Para Kassab (2012, p. 16):

*O personal trainer é um condutor de emoções, sobretudo porque a questão da saúde, estética, resultados são prerrogativas de quem necessita de um cuidado personalizado. O Personal despreparado nesse contexto poderá não cumprir seus serviços, não pela dificuldade técnica, mas pela dificuldade de não saber lidar com manifestações inconscientes de si mesmo e de seu cliente.*

Todas estas colocações colocam um desafio relevante para os PTs que é a busca constante por atualização profissional. Segundo um entrevistado:

- *“eu acho que as pessoas precisam estudar mais. ela tem que saber que se elas não souberem elas não tem como passar, elas tem que procurar saber como é que funciona, senão não seja personal, né?”*

Para Anversa e Oliveira (2011), a formação continuada é de suma importância para atendimento dos alunos/clientes. Os autores destacam uma necessidade autonomista de conhecimento e prática que atendam as *“dificuldades, aspirações, problemas, interesses e necessidades dos sujeitos que procuram seus serviços”*. Severo (2017, p. 20) reforça que *“é fundamental o profissional conhecer profundamente suas competências, e se planejar para a manutenção de seu trabalho com constantes atualizações dos saberes pertinentes da área”*.

Vieira, Maciel, et al. (2017) consideram que os PTs que enxergam previamente a necessidade de ampliar e melhorar o conhecimento, adquirindo cursos específicos e especializações na área, bem como procurando estágios e cursos durante a graduação, sentem maior confiança e segurança em sua prática.

Junior e Severo (2017) também salientam a importância da educação continuada como forma de atualização. Concordando com isto, Silva (2018) e Barnes (2016) apontam para um PT profissional com competência oriunda do conhecimento, habilidade e atitude, transformando a educação continuada parte de seu compromisso com o aluno/cliente.

## **CONCLUSÕES/CONSIDERAÇÕES FINAIS**

*“Só é útil o conhecimento que nos torna melhores”.*

Sócrates

## VI – CONCLUSÕES/CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta pesquisa, investigando a prática educativa do PT, nos permite chegar a algumas conclusões:

1 – Existe pouco entendimento do PT a respeito da prática educativa implícita à sua atividade laboral de orientação e prescrição de exercícios físicos com vistas à promoção de saúde de seus alunos/clientes.

2 – O pouco entendimento da maioria dos PTs participantes desta investigação faz com que esta prática se resuma à transmissão/prescrição de exercícios físicos, de forma verticalizada e com pouca participação do aluno/cliente na tomada de decisão e na conscientização do significado dos mesmos na promoção de sua saúde.

3 - A prática educativa vai além do exercício e não se limita na prescrição do mesmo! Os resultados apontam para a necessidade de uma conscientização mútua, PT e aluno/cliente, sobre educação no contexto da atividade que está sendo desenvolvida.

4 - A prática educativa deve motivar o aluno/cliente ao treino e à mudanças do estilo de vida. Neste sentido, o PT deve utilizar-se de recursos para incentivar seus alunos/clientes à estas novas rotinas, ampliando o ato de ensinar para além das maneiras corretas de uso do movimento.

5 – Embora em número mais reduzido, alguns PTs reconhecem e expressam ações dialogadas e planejadas com o aluno/cliente, estimulando a autonomia do mesmo. Entendemos que o PT precisa propor ações transformadoras para a construção do conhecimento de seu aluno/cliente em relação à prática do exercício e sua relação com a promoção de saúde. Para isto, o PT deve conhecer e considerar as individualidades de cada um de seus alunos/clientes.

6 – A formação inicial do PT se dá no bacharelado em EF e, para os participantes desta pesquisa, ocorre de maneira superficial e focada em conhecimentos biomecânicos, com abordagens tradicionais de ensino fundamentados no saber fazer relacionadas especificamente ao exercício físico. Os PTs referem uma insuficiente discussão sobre o componente educativo da prática, com escassez de ações interdisciplinares nas suas graduações.

7 – A discussão sobre a promoção de saúde e sua relação com o exercício físico na graduação, refletindo-se no preparo do PT para uma prática educativa dialógica e

transformadora junto ao seu aluno/cliente mostra-se insuficiente. Entendemos que faz-se necessária uma maior reflexão das IESs sobre seus projetos pedagógicos pois, ao que parece, os PTs ainda estão atuando de forma superficializada, equivocada e até descompromissada ao que se refere a prática educativa.

8 – A prática do componente educativo associado à orientação/prescrição do exercício físico mostra-se desafiadora para os PTs. A maioria dos PTs participantes desta investigação o relaciona com a resistência do aluno/cliente ao exercício, incluindo o desgosto pelo mesmo.

9 – Também desafia os PTs no desempenho de práticas educativas mais dialógicas e transformadoras dos alunos/clientes o desejo imediatista dos mesmos por um corpo esteticamente belo e a busca por resultados rápidos.

10 – Existe também uma dificuldade no desenvolvimento de uma prática dialógica com o aluno/cliente por parte do próprio PT. A pesquisa mostra a falta de capacitação, a dificuldade no convencimento do aluno/cliente sobre a relevância do exercício físico e a dificuldade do Ser empático como desafios importantes a serem superados.

11 – Como sugestões de melhoria no desenvolvimento de práticas educativas dialógicas e transformadoras, esta pesquisa aponta:

- o PT deve se responsabilizar pela construção do conhecimento autônomo de seu aluno/cliente para a manutenção do seu auto-cuidado,

- a necessidade de mais investimentos por parte das IESs na formulação de projetos pedagógicos comprometidos com a formação de profissionais melhor preparados para a promoção de saúde de seus alunos/clientes e, conseqüentemente, para práticas educativas mais transformadoras

- a necessidade da busca por parcerias multiprofissionais para atendimento de seus alunos/clientes, bem como o aprimoramento na construção de seus conceitos de saúde e na busca constante por atualização profissional.

12 – A pesquisa aponta que, condizente com a literatura, existem duas visões sobre a figura do PT. Por um lado, o de prestador de serviços, uma empresa, que é contratado para prescrever, transmitir e entregar protocolos relacionados às atividades físicas e seus resultados. Nesta ação, não há uma representação ao educar, ao transformar o seu cliente, pois, aqui, é esperada apenas a entrega eficaz de serviços em prol de resultados

imediatos. Por outro lado, este profissional reconhecido na visão de um professor, um educador, um orientador, um facilitador de aprendizagem. Aqui, ele estimula à conscientização para a mudança, estimulando seu aluno à ações autônomas de construção de conhecimento.

Por fim, observamos que ainda existem poucos estudos no tocante ao PT e sua possível intervenção nos programas do nosso Sistema Único de Saúde (SUS). Para isto, estudos são necessários no sentido da construção de projetos sustentáveis para validar a atuação de PTs junto ao Sistema. Por outro lado, destacamos que há poucos estudos abordando o componente educativo da prática do PT no Brasil. Esperamos que esta pesquisa possa alavancar novas pesquisas sobre esta temática.

## REFERÊNCIAS

*“Você cita referências, eu trabalho para ser uma”.*

César MC

## VI - REFERÊNCIAS

- ABBOTT, A. Professional Competency and Risk Management for Personal Trainers. **ACSM's Health & Fitness Journal**, 21, n. 1, Jan-Fev 2017. 38-40.
- ALMEIDA FILHO, N. D. O que é Saúde?, 2011.
- ANTUNES, A. C. O Mercado de Trabalho e Educação Física: Aspectos da Preparação Profissional. **Revista de Educação**, 10, n. 10, 2015.
- ANVERSA, A. L. B. et al. O Estágio Curricular em Educação Física-Bacharelado, 33, n. 1, 2015.
- ANVERSA, A. L. B.; OLIVEIRA, A. A. B. Personal Trainer: Competências Profissionais Demandadas Pelo Mercado de Trabalho. **Pensar na Prática**, 14, n. 3, 2011.
- APELMO, E. You do it in your own particular way.'Physical education, gender and (dis) ability. **Sport, Education and Society**, 24, n. 7, 2019.
- APELMO, E. You do it in your own particular way.'Physical education, gender and (dis) ability. **Sport, Education and Society**, 24, n. 7, 2019. 702-713.
- AZEVEDO, J.; MUNDSTOCK, E. Efeitos da Prática Orientada de Exercícios Físicos em Pacientes do SUS no Município de Canelas, Brasil. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Ceará, 2018. 339-45.
- BARDINI, A. D. B. Fatores que Influenciam o Cliente no Momento da Escolha de seu Personal Trainer. **Educação Física-Bacharelado**, 2017.
- BARNES, K.; DESBROW, B.; BALL, L. Personal trainers are confident in their ability to provide nutrition care: a cross-sectional investigation. **Public health**, 2016, 2016. 39-44.
- BARROS, R. Revisitando Knowles e Freire: Andragogia versus pedagogia, ou O dialógico como essência da mediação sociopedagógica. **Educação e Pesquisa**, 44, 2018.
- BECKER, L.; GONÇALVES, P.; REIS, R. Programas de promoção da atividade física no Sistema Único de Saúde brasileiro: revisão sistemática. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 21, n. 2, 2016. 110-122.
- BENITES, L. C.; SOUZA NETO, S. D.; HUNGER, D. BENITES, Larissa CerignO processo de constituição histórica das diretrizes curriculares na formação de professores de Educação Física. **Educação e Pesquisa**, 34, n. 2, 2008. 343-60.
- BOSSLE, C. B. O Personal Trainer e o Cuidado de Si: Uma Perspectiva de Mediação Profissional. **Movimento**, 14, n. 1, 2008. 187-98.
- BOSSLE, C. B.; FRAGA, A. B. O personal trainer na perspectiva do marketing. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, 33, n. 1, 2011. 149-62.
- BRASIL. **Resolução CFE nº3**. Brasília: BRASIL. 1987.
- BRASIL. **Lei nº 9696**. [S.I.]: BRASIL. 1998.
- BRASIL. Parecer CNE/CES nº 138/2002, aprovado em 3 de abril de 2002. **Diretrizes Curriculares Nacionais do Curso de Educação Física**, Brasília/DF, 2002.

BRASIL. Parecer CNE/CES nº 58/2004, aprovado em 18 de fevereiro de 2004. **Diretrizes Curriculares Nacionais para os Cursos de Graduação em Educação Física, Bacharelado**, Brasília/DF, 2004.

CALESCO, V. A.; NAKANO, D. M.; BOTH, J. **Satisfação no Trabalho: A Visão do Personal Trainer**. Congresso Internacional de Pedagogia do Esporte. São Paulo: [s.n.]. 2015.

CANDIDO, L. D. O.; ROSSIT, A. S.; OLIVEIRA, R. C. D. CANDIDO, Luana de Oliveira; ROSSIT, R. Inserção profissional dos egressos de um curso de Educação Física com ênfase na formação em saúde. **CANDIDO, Luana de Oliveira; ROSSIT, Rosana Aparecida Salvador; OLIVEIRA, Rogério Cruz de. Inserção profissional dos egTrabalho, Educação e Saúde**, 16, n. 1, 2018. 305-318.

CANO, I. Nas Trincheiras do Método: o Ensino da Metodologia das Ciências Sociais no Brasil. **Sociologias**, 14, n. 31, 2012. 94-119.

CAVALCANTE, L. I. et al. A DOCÊNCIA NO ENSINO SUPERIOR NA ÁREA DA SAÚDE: Formação continuada/desenvolvimento profissional em foco. **Revista eletrônica Pesquisa e Educação**, 3, n. 6, 2012. 162-82.

CAVALCANTE, R. B.; CALIXTO, P.; PINHEIRO, M. M. K. Análise de conteúdo: considerações gerais, relações com a pergunta de pesquisa, possibilidades e limitações do método. **Informação & Sociedade: Estudos**, 24, n. 1, 2014. 13-18.

CONFEEF. Educação Física e Saúde. **Educação Física**, São Paulo, v. 17, n. 68, p. 12-14, jun-ago 2018.

CREFA4/SP. Educação Física e Saúde. **Educação Física**, Junho-Agosto 2018. 12-15.

CROSTON, A.; HILLS, L. A. The challenges of widening 'legitimate' understandings of ability within physical education. **Sport, Education and Society**, 22, n. 5, 2017. 618-34.

CRUZ, M. M. et al. Formação Profissional em Educação Física: Histórias, Avanços, Limites e Desafios. **Caderno de Educação Física e Esporte**, 17, n. 1, 2019. 227-35.

DA SILVA, A. B.; JUNIOR, P. C.; STECKLOW, M. V. Perfil dos Educadores Físicos que Atuam com treinamento Personalizado em Academias da Baixada Fluminense. **Revista Uniabeu**, Belford Roxo, 6, n. 12, Jan-Abr 2013. 258-9.

DA SILVA, I. C.; SANTOS, A. M. L.; DE ARAÚJO, D. M. E. Perfil Profissional do Personal Trainer Atuante em Academias de Teresina-PI. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, São Paulo, 10, n. 61, Set-Out 2016. 634-44.

DA SILVA, J. S.; DE OLIVEIRA, L. O Personal Trainer e sua Qualificação Profissional. **Revista Campo do Saber**, 3, n. 2, Jul-Dez 2018. 114-28.

DA SILVA, M. L.; BOSSLE, C. B.; FRAGA, A. B. Em Companhia do Personal Trainer: Significados Atribuídos Pelos Alunos ao Atendimento Personalizado. **Motrivivência**, 28, n. 49, Dez 2016. 26-37. Disponível em:.

DANTAS, E. H. M.; SOARES, J. S. Flexibilidade Aplicada ao Personal Trainer. **Fitness & Performance Journal**, Rio de Janeiro, 1, n. 0, Outubro 2001. 7-12.

DE BRITTO JÚNIOR, Á. F.; JÚNIOR, N. F. A Utilização da Técnica da Entrevista em Trabalhos Científicos. **Revista Evidências**, Araxá, 7, n. 7, 2012. 237-50.

- DE CÁSSIA MELINSKI, A. et al. Repercussões Biopsicossociais de uma Capacitação em Práticas Corporais/Atividades Físicas em uma Unidade de Saúde da Família. **revista Interdisciplinar de Estudos em Saúde**, Caçador, 7, n. 1, 2018. 401-15.
- DE OLIVEIRA-LOPES, V.; JÚNIOR, A. J. R.; LOPES, E. L. Um Estudo Experimental Sobre os Efeitos da Propaganda na Intenção de Uso dos Serviços de Personal Trainer. **PODIUM Sport, Leisure and Tourism Review**, 6, n. 2, Mai-Ago 2017. 242-62.
- DE PAULA RODRIGUES, A. L.; BRANDÃO, D. C. Fatores Motivacionais que Levam Mulheres entre 18 e 30 Anos a Procura e Adesão ao Treinamento com Personal Trainer em uma Academia na Cidade de Fortaleza-CE. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, Fortaleza/CE, 11, n. 62, 2017. 168-75.
- DIAS, L. L. R.; SILVA, T. A.; MARRA, S. B. F. Atuação do Personal Trainer na Terceira Idade. **Revista Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**, 1, 2017. 5-21.
- DO CARMO JÚNIOR, W.; GOBBI, S.; TEXEIRA, C. V. L. Personal Trainer: A Profissão, O Profissional e a Estrutura de um Novo Mercado. **Pensar a Prática**, 16, n. 1, Jan-Mar 2013. 1-319.
- DO ESPIRITO-SANTO, G.; MOURÃO, L. A Auto-Representação da Saúde dos Professores de Educação Física de Academias. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas, 27, n. 3, Maio 2006. 39-55.
- DOMINGUES FILHO, L. A. **Manual do Personal Trainer**. 5ª. ed. São Paulo: Icone, 2015.
- DOS SANTOS FREIRE, E.; VERENGUER, R. D. C. G.; DA COSTA REIS, M. C. Educação Física: pensando a profissão e a preparação profissional. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, 1, n. 1, 2002.
- ESTEVES, D. et al. Nível de Atividade Física e Hábitos de Vida Saudável de Universitários Portugueses. **Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte**, Las Palmas - Espanha, 12, n. 2, 2017. 261-70.
- FALKENBERG, M. B. et al. Educação em Saúde e Educação na Saúde: Conceitos e Implicações para a Saúde Coletiva. **Ciência & Saúde Coletiva**, Brasília/DF, 19, n. 3, Mar 2014.
- FERNANDES, H. Motivação no contexto da Educação Física: Estudo Centrado no Valor Preditivo das Intenções de Prática Desportiva, em Função da Motivação Intrínseca. **Monografia-Vila Real: Universidade de Trás os Montes e Alto Douro**, 2003.
- FERNANDES, H. M.; RAPOSO-VASCONCELOS, J. Continuum de autodeterminação: Validade Para sua Aplicação do Contexto Esportivo. **Estudos da Psicologia**, 19, n. 3, 2005.
- FERREIRA, J. S.; DIETRICH, S. H. C.; PEDRO, D. A. Influência da prática de atividade física sobre a qualidade de vida de usuários do SUS. **Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, 39, n. 106, Jul-Set 2015. 792-801.
- FONTELLES, M. J. et al. Metodologia da Pesquisa Científica: Diretrizes para a Elaboração de um Protocolo de Pesquisa. **Revista Paranaense de Medicina**, Belém, 23, n. 3, 2009. 1-8.
- FRADE, B. R. et al. A Melhoria na Qualidade de Vida de Quem Contrata um Personal Trainer. **Diálogos e Saúde**, 1, n. 1, Jan-Jun 2018.

FRANCO, M. A. R. S. Prática pedagógica e docência: um olhar a partir da epistemologia do conceito. **Rev. bras. Estud. pedagog. (on-line), Brasília, v. 97, n. 247, p. 534-551, set./dez. 2016**, Brasília/DF, 97, n. 247, Set-Dez 2016. 534-551.

FRANCO, M. L. P. B. **Análise de Conteúdo**. 3ª. ed. Brasília/DF: Liber, 2008.

FREIRE, P. **Pedagogia da Autonomia: Saberes Necessarios à Prática Educativa**. 37ª. ed. São Paulo: Paz e Terra, 2008.

GOERSCH FONTENELE LAMBOGLIA, C. M. et al. Efeito do Tempo de Prática de Exercício Físico na Aptidão Física Relacionada à Saúde em Mulehres Idosas. **Revista Brasileira d ePromoção da Saúde**, Fortaleza, 27, n. 1, Jan-Mar 2014. 29-36.

GOMES VOSER, V. C. et al. Análise da Percepção do Serviço de Treinamento Físico Personalizado Sob a Ótica do Aluno/Cliente e do Personla Trainer. **Revista Intercontinental de Gestão Desportiva**, 7, n. 1, Jan-Abr 2017. 16-27.

GOMES, I. S. Apropriação e Decodificação dos Sentidos de Corpo Belo e Saudável: a Percepção de Personal Trainers. **Interface-Comunicação, saúde, Educação**, São Paulo, 18, n. 49, Abr-Jun 2014. 429-430.

GOMES, I. S.; DE OLIVEIRA CAMINHA, I. Um Olhar Sobre a Formação e Atuação Profissional no Brasil: O Caso dos Personal Trainers. **Pensar na Prática**, Goiânia, 17, n. 2, Jan-Mar 2014. 560-77.

GONÇALVES, M. P.; ALCHIERI, J. C. Motivação à Prática de Atividades Físicas: Um Estudo com Praticantes Não-Aletas. **Psico-Usf**, Itatiba, 15, n. 1, Jan-Abr 2010. 125-34.

GOUVEIA, C. M. B.; CATUNDA, R. Atuação do Profissional de Educação Física nos Programas de Promoção à Saúde: Visão dos Beneficiários de uma Operadora de Planos de Saúde do Ceará. **Educação Física em Foco**, Ceará, 2017. 137-45.

GUARDA, F. R. B. et al. Intervenção do Profissional de Educação Física: Formação, Perfil e Competências para Atuar no Programa Academia da Saúde. **Revista Pan-Amazônica de Saúde**, 5, n. 4, Dez 2014. 63-74.

GUARDA, F. R. B. et al. Intervenção do profissional de educação física: formação, perfil e competências para atuar no Programa Academia da Saúde. **Rev Pan-Amaz Saude v.5 n.4 Ananindeua**, p. 63-74, 2014.

JASON, B. A. et al. Assessment and Monitoring Practices of Australian Fitness Professionals. **Journal of Science and Medicine in Sport**, 21, n. 4, Abril 2018. 433-8.

JÚNIOR, C. A. M. Questões em bioestatística: o Tamanho da Amostra. **Revista Interdisciplinar de Estudos Experimentais-Animais e Humanos**JÚNIOR, Carlos Alberto Mourão. **Questões emRevista Interdisciplinar de Estudos Experimentais-Animais e Humanos Interdisciplinary Journal of Experiment**, 1, n. 1, 2009. 26-8.

JÚNIOR, C. A. P.; CARDOSO, M. V. Fatores que Impactam a Intenção de Compra do Consumidor do Serviço de Personal Trainer. **PODIUM Sport, Leisure and Tourism Review**, 6, n. 4, Set-Dez 2017. 310-32.

JUNIOR, S. D. D. S.; COSTA, F. J. JÚNIOR, Severino Domingos da Silva; CMensuração e Escalas de Verificação: Uma Análise Comparativa das Escalas de Likert e Phrase Completion. **JÚNIOR, Severino Domingos da Silva; COSTA, Francisco José**.

**Mensuração e escalas de verificação: uma análise PMKT–Revista Brasileira de Pesquisas de Marketing, Opinião e Mídia**, 15, n. 1-16, Out 2014. 61.

KASSAB, Y. K. Personal Trainer:(Profissional, Prestador de Serviços, Professor, Valorização das Diferenças e Competências), Um Novo Conceito de Profissional, 2012. Disponível em: <[https://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/119520/kassab\\_yk\\_tcc\\_rcla.pdf?sequence=1](https://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/119520/kassab_yk_tcc_rcla.pdf?sequence=1)>.

KLAIN, I. P. et al. Adesão e Ddesistencia de Programas de Treino Personalizado. **Revista Iberoamericana de Psicologia del Ejercicio y Deporte**, 11, n. 1, 2016. 15-21.

LARSSON, H.; KARLEFORS, I. Physical education cultures in Sweden: fitness, sports, dancing... learning? **Sport, Education and Society**, 20, n. 5, 2015. 573-87.

LEAL, P. H. S. et al. Perfil Profissional de Personal Trainers que Atuam na Área de Muscução na Cidade de Gururpi-TO. **Revista Cereus**, 3, n. 1, Jun-Dez 2011. Online.

LLEIXÁ, T.; RÍOS, M. Service-learning in physical education teacher training. Physical education in the Modelo Prison, Barcelona. **Qualitative Research in Education**, 4, n. 2, 2015. 106-33.

LOPES, M. A. et al. Barreiras que Influenciam a Não Adoção de Atividade Física por Longevas. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, 38, n. 1, Jan-Mar 2016. 76-83.

MAIA, J. A. O Currículo no Ensino Superior. In: BATISTA, N. A.; BATISTA, S. H. **Docência em Saúde: Temas e Experiências**. 2ª Revista e Ampliada. ed. São Paulo: SENAC, 2014. p. 99-129.

MAIA, J. A. O Currículo no Ensino Superior em Saúde. In: ALVES, B. N.; HELENA, B. S. **Docência em Saúde**. 2ª. ed. São Paulo: SENAC, 2014. p. 99-129.

MALEK, M. H. et al. Importance of Health Science Education for Personal Trainers. **Journal Stregth and Conditioning Reseach**, n. 16, 2002. 19-24.

MALTA, D. C. et al. A Política Nacional de Promoção da Saúde e a Agenda da Atividade Física no contexto do SUS. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, Brasília, 18, n. 1, Mar 2009. 79-86.

MALTA, D. C. et al. **A Política Nacional de Promoção da Saúde e a Agenda da Atividade Física no Contexto do SUS**. Brasília/DF. 2009.

MINAYO, M. C. D. S.; SANCHES, O. Quantitativo-qualitativo: oposição ou complementaridade? **Cadernos de saúde pública**, Rio de Janeiro, 9, n. 3, Jul-Set 1993. 237-48.

MIOT, H. A. Tamanho da Amostra em Estudos Clínicos e Experimentais. **Jornal Vasculuar Brasileiro**, Porto Alegre, 10, n. 4, Dez 2011. 275-8.

MIRANDA, S. M. D. et al. Construção de uma Escala Para Avaliar Atitudes de Estudantes de Medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Rio de Janeiro, 33, n. 1, 2009. 104-110.

MORAES, L. C. et al. Relação Personal-Aluno: A Influência do Método ERE no Ensino Aprendizado de Exercícios de Muscução. **Motricidade**, Ribeira de Pena, 11, n. 4, 2015. 211.

MOREIRA, M. A. Mapas Conceituais, Diagramas V e Organizadores Prévios. **Conjunto de Artigos Sobre Possíveis Estratégias Facilitadoras da Aprendizagem Significativa com o Objetivo de Subsidiar Didaticamente o Professor Pesquisador, em Particular da Área de Ciências**, Porto Alegre, n. 1, 2009.

MOTA, M. M. P. E. Metodologia de Pesquisa em Desenvolvimento Humano: Velhas questões Revisitadas. **Revista Psicologia em Pesquisa**, 4, n. 2, Jul-Dez 2010. 144-9.

NEIRA, M. G. Desvelando Frankensteins: interpretações dos currículos de licenciatura em Educação Física. **Revista mackenzie de educação física e esporte**, 9, n. 1, 2010.

NISTA-PICCOLO, V. L.; DE OLIVEIRA, A. A. M.; SIMÕES, R. M. R. Um estudo sobre a formação do professor de Educação Física no estado de São Paulo. **Série-Estudos-Periódico do Programa de Pós-Graduação em Educação da UCDB**, n. 40, 2015. 271-86.

NUNES, M. P.; VOTRE, S. J.; SANTOS, W. D. O Profissional em Educação Física no Brasil: Desafios e Perspectivas no Mundo do Trabalho Motriz. **Revista de Educação Física**, Rio Claro, 18, n. 2, Abr-Jun 2012. 280-90.

OLIVEIRA, C. T. D.; SANTOS, A. S. D.; DIAS, A. C. G. Percepções de Estudantes Universitários Sobre a Realização de Atividades Extracurriculares na Graduação. **Psicologia: Ciência e Profissão**, Brasília/DF, 36, n. 4, Out-Dez 2016. 864-76.

OMS, O. M. D. S. Atividade Física - Folha Informativa N° 385 - Fevereiro de 2014, 2014. Disponível em: <[http://actbr.org.br/uploads/arquivo/957\\_FactSheetAtividadeFisicaOMS2014\\_port\\_REV1.pdf](http://actbr.org.br/uploads/arquivo/957_FactSheetAtividadeFisicaOMS2014_port_REV1.pdf)>. Acesso em: Set 2019.

ONOFRE, M. Elementos Para a Reflexão Sobre Formação de Professores de Educação Física. **Boletim Sociedade Portuguesa de Educação Física**, n. 1, 2017. 75-95.

PAGANOS, A. Lições de Estatística - Reedição, São Paulo, 1956.

PALMA, A. Atividade Física, Processo Saúde-Doença e Condições Sócio-Econômicas: Uma Revisão da Literatura. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, 14, n. 1, Jan-Jun 2000. 97-106.

PASQUIM, H. M. A saúde coletiva nos cursos de graduação em Educação Física. **Saúde e Sociedade**, São Paulo, 19, n. 1, Jan-Mar 2010. 193-200.

PIZZANI, J.; BARBOSA-RINALDI, I. P. Identidade dos Cursos de Licenciatura e Bacharelado em Educação Física no Paraná: Uma Análise das Áreas do Conhecimento. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, 28, n. 4, Out-Dez 2014. 671-82.

PROGRAMAS de promoção da atividade física no Sistema único de Saúde brasileiro: revisão sistemática. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, 2016. 110-22.

REDELIUS, K.; QUENNERSTEDT, M.; ÖHMAN, M. Communicating Aims and Learning Goals in Physical Education: Part of a Subject for Learning? **Sport, Education and Society**, 20, n. 5, 2015. 641-55.

RENNER, H. F. M. Plano de Negócios de uma Plataforma Online Para a Oferta de Serviços de Personal Trainer no Mercado Nacional, 2017. Disponível em:.

- REZER, R.; FENSTERSEIFER, P. E. Docência em Educação Física: Reflexões Acerca de Sua Complexidade. **Pensar na Prática**, 11, n. 3, Set-Dez 2008. 319-29.
- RIBEIRO, J. N. S. et al. Doce Vida - Programa de Exercício Físico Supervisionado Para Diabéticos. **Revista Andaluza de Medicina del Esporte**, 2017.
- ROBERTI, R. A Identidade Social e Profissional do Personal Training: Um Estudo com Profissionais que Atuam na Academia Active Center no Município de Ijuí-RS, 2015. disponível em:.
- RÚBIO, K. Da Psicologia do Esporte que Temos à Psicologia do Esporte que Queremos. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, 1, n. 1, 2018.
- SALERMO, M. et al. Conhecimento Sobre Atividade Física e Saúde dos Profissionais de Academias de Pelotas/RS, BR. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, São Paulo, 5, Set-Out 2015.
- SANTOS A, L. P.; SALES, M. M. Prevalência de Sedentarismo e Excesso de Peso em Professores de Educação Física da Rede de Ensino Público de Santa Maria - DF. **Jornal Brasileiro de Ciência da Saúde**, 1, n. 1, 2015. 1-8. Disponível em.
- SAPORETTI, G. M.; MIRANDA, P. S. C.; BELISÁRIO, S. A. O Profissional de Educação Física e a Promoção de Saúde em Núcleos de Apoio à Saúde da Família. **Trabalho, Educação e Saúde**, Rio de Janeiro, 14, n. 2, Abr 2016. 523-43.
- SEVERO, J. Aspectos Relevantes ao se Planejar a Carreira de Personal Trainer, 2017.
- SILVA, O. Personal Trainer: Domínio Percebido Sobre as Competências Profissionais. **Educação Física Bacharelado - Pedra Branca**, 2018.
- SILVA, Y. F. B.; BABILÔNIA, J. A.; MARRA, S. B. F. Adesão e Desligamento de Atividades Físicas em Academias: Problemas Motivacionais de Retenção de Clientes. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**, 1, Junho 2017. 313-32.
- SOUZA, C. D. S.; IGLESIAS, A. G.; PAZIN-FILHO, A. Estratégias Inovadoras Para Métodos de Ensino Tradicionais - Aspectos Gerais. **Medicina**, Ribeirão Preto, 47, n. 3, 2014. 284-92.
- STOLARSKI, G. et al. Blogueiros Fitness no Instagram: O Corpo e o Merchandising Editorial de Suplementos Alimentares. **Reciis – Rev Eletron Comun Inf Inov Saúde**, 12, n. 4, Out-Dez 2018.
- STRAUCH, U. G.; WÄSCHE, H.; JEKAUC, D. Coach Competences to Induce Positive Affective Reactions in Sport and Exercise—A Qualitative Study. **Sports**, 7, n. 1, 2019. 16.
- SUDBRACK, A. P. A Formação do Personal Trainer e Suas Perspectivas, 2014. Disponível em.
- TARDIF, M. Saberes Docentes e Formação Profissional. 17ª. ed. [S.l.]: Vozes, 2014. p. 150-82.
- TAVARES, R. Aprendizagem Significativa. **Revista Conceitos**, 10, Jun 2004. 55-60.
- TEOTONIO, J. D. S. et al. Perfil dos Personal Trainers Atuantes na Cidade de Cacoal Rondônia-BRASIL. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, São Paulo, 8, n. 50, Nov-Dez 2014. 855-63.

TEXEIRA, F. C. et al. O Estágio Curricular do Curso de Bacharelado em Educação Física na Percepção de Acadêmicos. **Revista Corpo Consciência**, Cuiabá/MT, 21, n. 1, Jan-Abr 2017. 33-47.

TRIANI, F. D. S. et al. As Representações Sociais de Bacharelados Sobre ser Profissional de Educação Física. **Journal of Physical Education**, Maringá, 30, Jul 2019.

TRIANI, F. S.; MAGALHÃES JUNIOR, C. A. O.; NOVIKOFF, C. As Representações Sociais de Estudantes de Educação Física Sobre a Formação de Professores. **Movimento**, Porto Alegre, 23, n. 2, Abr-Jun 2017. 575-86.

VIEIRA, J. P. B. A Relevância de Uma Avaliação do Estado Psicológico do Aluno em uma Aula de Personal Training: Uma Revisão, 2017.

VIEIRA, V. R.; DA SILVA, J. W. P. Barreiras à Prática de Atividades Físicas no Lazer de Brasileiros: Revisão Sistematizada. **Pensar a Prática**, 22, 2019.

VIERIA, G. M. A. et al. Percepção de Graduandos no Bacharelado em Educação Física e Profissionais Atuantes Acerca de Gestão de Carreira e Visão Social do Personal Trainer. **Revista Ensino, Educação e Ciências Humanas**, Londrina, 18, n. 4, 2017. 363-71. disponível em.

VIGITEL. **Estimativas Sobre Frequência e Distribuição Sociodemográfica de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas nas Capitais dos 26 Estados Brasileiros**. Ministério da Saúde. Brasília/DF. 2017.

WARYASZ, G. R. et al. Personal Trainer Demographics, Current Practice Trends and Common Trainee Injuries. **Orthopedic Review**, 8, n. 3, 2016.

# APÊNDICES

## VII – APENDICES

### 7.1 ENTREVISTA DE APROFUNDAMENTO

Caro Personal Trainer! Agradecemos desde já seu interesse e participação neste projeto. Lembramos que todas as suas declarações serão tratadas de maneira confidencial. Os resultados serão apresentados de maneira a não permitir a identificação de participantes individuais.

Meu nome é Fábio Lima de Brito, com Pseudônimo “Fábio Brito”. A atividade física e o contato com o público acompanharam meu crescimento, com ênfase a partir da minha graduação, em 2011.

Ao longo do meu percurso profissional trabalhei em áreas distintas, dentre elas a área Lúdico-Recreativa, onde identifiquei-me com o desporto e qualidade de vida.

Trabalho como Personal Trainer há 4 anos, com sólidos resultados apresentados pelos alunos/clientes. Possuo experiência em: Ginástica coletiva, Treinamentos personalizados, Promoção de saúde, palestras, bem-estar além de bons conhecimentos na área da educação em saúde.

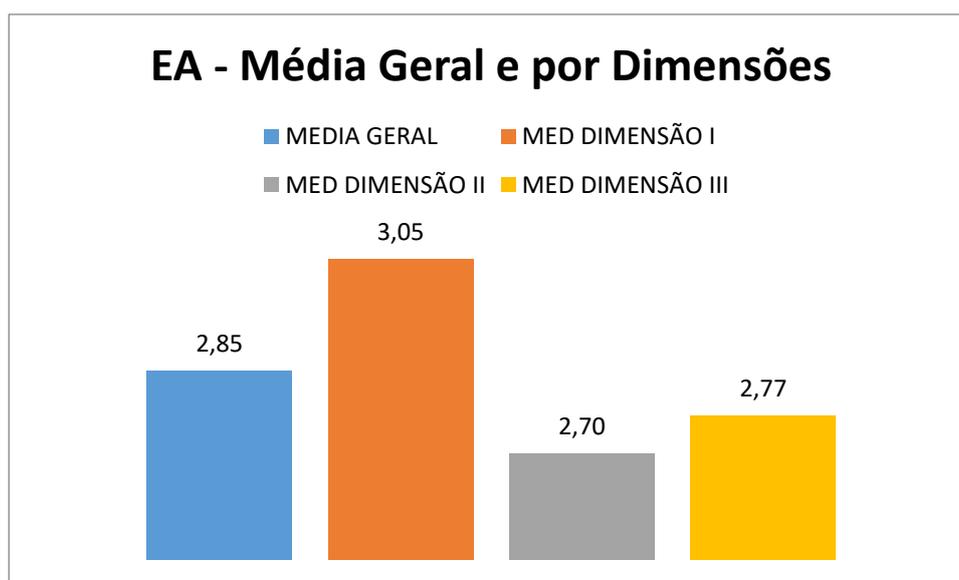


Gráfico 6 Pontuação Geral Atitudinal e por cada uma das Dimensões sobre a “A Prática Educativa do Personal Trainer”, São Paulo, 2019

**Q1)** o nosso projeto de pesquisa buscou investigar a prática educativa do Personal Trainer. Para isso, utilizamos de algumas ferramentas investigativas, dentre elas a Escala Atitudinal que você respondeu junto com outros 202 PTs. A escala utiliza como sistema analítico a separação as assertivas por dimensões. As dimensões desta escala são: a) O entendimento do PT sobre a prática educativa; b) A formação do PT para a prática

educativa; e c) Os desafios encontrados para a prática educativa. As respostas dadas nas assertivas são validadas de 1 a 4, sendo 1 considerado como “perigo com necessidade de mudança emergencial” à 4 como “conforto sem necessidade de mudança”; e os valores entre 2 à 3 como “alerta com necessidade de melhorias”.

Sabendo disso, o gráfico acima mostra a pontuação média geral da investigação sobre a prática educativa do PT, o qual dá-se média das respostas é de 2,85, num zona de alerta próximo ao conforto. O que você consegue interpretar neste resultado?

6. Compreendo que minhas ações na promoção de saúde se dão na atividade física como ferramenta transformadora de hábitos para melhor qualidade de vida.

203 respostas

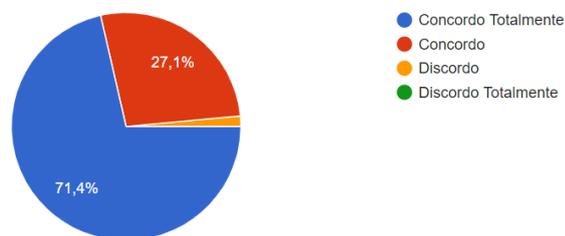


Gráfico 7: Resultados da Assertiva 6 Para Apresentação ao Entrevistado

**Q2)** A promoção de saúde se dá por vários meios, e não somente na atividade física. Como vemos no gráfico acima, a maioria dos PTs participantes concordam que as ações de promoção de saúde se dão na atividade física. Como você analisa este dado e a interpretação dos entrevistados sobre o assunto?

**Q3)** Poderia nos explicar o que você entende como definição de “Saúde”?

**Q4)** O gráfico abaixo aponta uma divergência de opiniões sobre a aprendizagem significativa. Você concorda que só o aprendizado só acontece se existir um por que de aprender algo? Justifique a resposta.

24. Entendo que o meu aluno/cliente só irá mudar os hábitos de vida no tocante a saúde mediante a significância que o mesmo der nas atividades propostas por mim.

203 respostas

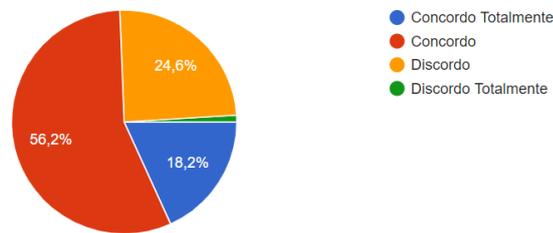


Gráfico 8: Resultados da Assertiva 24 para Discussão com Entrevistado

A Assertiva 24: Apresenta estado de alerta e necessita melhoramento. Pontuação 2,92.

**Q5)** Fale-nos como se deu a sua graduação para trabalhar como Personal Trainer.

**Q6)** Como você vê a formação do PT para o MT? Em outras palavras, você acredita que os cursos de pós graduação formam o PT para a prática educativa? Justifique.

**Q7)** Estamos vivendo uma era do ser como multitarefas, onde o indivíduo possui mais de uma atividade remunerativa no MT. O que você pensa sobre isso quando falamos do PT multitarefas? Você acha que isto pode influenciar na prática educativa do mesmo?

**Q8)** Na sua opinião, qual(is) é(são) o(s) desafio(s) encontrados no MT do PT que visa a prática educativa?

**Q9)** Na sua opinião, o perfil do aluno/cliente que contrata seus serviços influenciou na sua prática educative de alguma maneira? Se sim, como?

**Q10)** Após esta nossa entrevista, existe alguma sugestão que você posso nos dar para aprimoramento da prática educativa do PT?

Sexo:            Masculino ( )                      Feminino ( )

Idade:

- a) 22-25
- b) 26-30
- c) 31-35
- d) 36-40
- e) 41 ou mais

Tempo de Graduação:

- a) 4-8 anos

- b) 9-12 anos
- c) 13 anos ou mais

Tempo de experiencia como Personal Trainer:

- a) menos de 1 ano
- b) 2-5 anos
- c) 6-9 anos
- d) 10 anos ou mais

Agradecemos mais uma vez seu interesse e participação neste projeto. Lembramos que todas as suas declarações serão tratadas de maneira confidencial. Os resultados serão apresentados de maneira a não permitir a identificação de participantes individuais. Obrigado!

## 7.2 ESCALA ATITUDINAL

O instrumento de coleta de dados abaixo denomina-se "Escala Atitudinal" tipo likert. É composto por 28 assertivas, com 4 opções de respostas que variam entre "DISCORDO TOTALMENTE" a "CONCORDO TOTALMENTE", direcionadas para a percepção dos Personal Trainers quanto ao entendimento sobre suas práticas educativas no tocante a promoção de saúde.

Legenda:

CT= *Concordo Totalmente*; C= *Concordo*; D= *Discordo*; DT= *Discordo Totalmente*

1	O Personal Trainer deve buscar parcerias multiprofissionais para atendimento de seus alunos/clientes.	CT	C	D	DT
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	Sugiro que o SUS utilize-se dos serviços prestados pelos Personal Trainers para promover saúde em seus variados ambientes e pacientes.	CT	C	D	DT
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	O preparo do Personal Trainer para promoção de saúde tem ocorrido somente nos programas de pós-graduação, o que deveria ser feito já na graduação.	CT	C	D	DT
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	Como Personal Trainer, valorizo as informações prévias que meus alunos/clientes possuem sobre sua saúde e cuidado da mesma, utilizando-se destas informações prévias para prescrição dos exercícios e cuidado.	CT	C	D	DT
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	A remuneração que recebo como Personal Trainer não comporta o desenvolvimento da prática educativa, limitando-a somente à prescrição de exercícios físicos.	CT	C	D	DT
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	Compreendo que minhas ações na promoção de saúde se dão na atividade física como ferramenta transformadora de hábitos para melhor qualidade de vida.	CT	C	D	DT
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	A presença de outras atividades remunerativas além de Personal Trainer dificultam minha prática de promoção em saúde de meus alunos/clientes.	CT	C	D	DT
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	A promoção de saúde em seu conceito ampliado foi um tema bastante discutido em minha graduação.	CT	C	D	DT
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

9	Devo reconstruir meus conceitos em saúde e educação baseados na qualidade de vida, prevenção e manutenção da saúde, compreendendo que saúde não é ausência de doença.	CT	C	D	DT
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	Vlogueiros e outros praticantes de atividade física que não possuem o devido conhecimento ou credencial em Educação Física dificultam a minha prática educativa como Personal Trainer.	CT	C	D	DT
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11	A minha prática educativa frente a meu cliente se dá na prescrição de exercícios que atendam os objetivos propostos por ele.	CT	C	D	DT
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12	A Universidade na qual me graduei não me tornou um profissional reflexivo sobre a minha prática educativa como Personal Trainer.	CT	C	D	DT
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13	A minha graduação me incentivou a estabelecer parcerias com outros profissionais com vistas a um cuidado ampliado do aluno/cliente.	CT	C	D	DT
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14	Meus programas de treinamento devem ser prescritos com a ajuda do meu cliente, com o conhecimento que ele já possui sobre exercícios físicos.	CT	C	D	DT
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15	A atividade física deve ser usada como ferramenta na promoção e manutenção da saúde em pacientes internados em hospitais e clínicas.	CT	C	D	DT
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16	O Personal Trainer aprende em sua graduação a ser um profissional que dialoga com seus alunos/clientes sobre o papel da atividade física na melhoria da qualidade de vida.	CT	C	D	DT
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17	Em minha graduação não fui preparado para a prática educativa de promoção de saúde de meu aluno/cliente, mas apenas para prescrição de exercício.	CT	C	D	DT
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18	Em minha prática educativa como Personal Trainer entendo a saúde como estado de bem estar do meu cliente, independente da presença ou não de doenças.	CT	C	D	DT
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19	As peculiaridades de cada aluno, bem como os ambientes sugeridos por eles dificultam o desenvolvimento do componente educativo da prática do Personal Trainer.	CT	C	D	DT
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

20	As Instituições de Ensino Superior deveriam investir mais em disciplinas de Promoção em Saúde na graduação em Educação Física.	CT <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>	D <input type="checkbox"/>	DT <input type="checkbox"/>
21	Minha graduação para a prática educativa como Personal Trainer foi superficial.	CT <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>	D <input type="checkbox"/>	DT <input type="checkbox"/>
22	Na minha prática como Personal Trainer educo meus alunos/clientes à construírem conhecimentos em saúde que contribuirão para a autonomia e manutenção no auto-cuidado.	CT <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>	D <input type="checkbox"/>	DT <input type="checkbox"/>
23	A falta de preparo para a prática educativa na graduação é um desafio a ser aprimorado no meu cotidiano como Personal Trainer.	CT <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>	D <input type="checkbox"/>	DT <input type="checkbox"/>
24	Entendo que o meu aluno/cliente só irá mudar os hábitos de vida no tocante a saúde mediante a significância que o mesmo der nas atividades propostas por mim.	CT <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>	D <input type="checkbox"/>	DT <input type="checkbox"/>
25	A perspectiva do mercado de trabalho em relação ao Personal Trainer é que este atue como uma pequena empresa que entrega protocolos de exercícios físicos a serem cumpridos.	CT <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>	D <input type="checkbox"/>	DT <input type="checkbox"/>
26	Entendo que o dialogo com meu aluno/cliente sobre a prescrição de exercícios são fundamentais para construção de hábitos saudáveis.	CT <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>	D <input type="checkbox"/>	DT <input type="checkbox"/>
27	Meus Alunos/clientes me contratam como "adestrador" de exercícios físicos, e não como promotor de saúde.	CT <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>	D <input type="checkbox"/>	DT <input type="checkbox"/>
28	Sugiro que haja mais estudos com foco na importância do Personal Trainer como promotor de saúde, e não somente em marketing ou técnicas.	CT <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>	D <input type="checkbox"/>	DT <input type="checkbox"/>
29	O Personal Trainer deve se responsabilizar pela construção do conhecimento de seu aluno/cliente na busca constante de sua qualidade de vida sem necessidade de sua presença.	CT <input type="checkbox"/>	C <input type="checkbox"/>	D <input type="checkbox"/>	DT <input type="checkbox"/>

### 7.3 TCLE Para Entrevista de Aprofundamento

#### **TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO – TCLE BASEADO NAS DIRETRIZES CONTIDAS NA RESOLUÇÃO CNS Nº466/2012.**

Caro(a) Senhor(a) Personal Trainer.

Você está sendo convidado a participar da pesquisa sobre **O PERSONAL TRAINER E SUA PRÁTICA EDUCACIONAL** que está sendo desenvolvida por mim, **PROFESSOR FÁBIO LIMA DE BRITO** do Curso de **PÓS-GRADUAÇÃO MESTRADO EM ENSINO EM CIENCIAS DA SAUDE** da Universidade Federal de São Paulo, sob a orientação do Professor **DOUTOR NILDO ALVES BATISTA**.

O objetivo do estudo é **Investigar/discutir a prática educativa do Personal Trainer na sua atuação como promotor de saúde**. A finalidade deste trabalho é contribuir para a **Compreensão mais profunda quanto o tema**. Solicitamos a sua colaboração para **responder a uma entrevista presencial sobre a prática educativa do Personal Trainer**, como também sua autorização para apresentar os resultados deste estudo em eventos da área de saúde e publicar em revista científica nacional e/ou internacional. Para tal, não haverá custos ou compensações financeiras.

Por ocasião da publicação dos resultados, seu nome será mantido em sigilo absoluto. Informamos que essa pesquisa visa buscar suas opiniões/entendimentos sobre o tema. Se ocorrer qualquer problema ou dano pessoal durante ou após os procedimentos aos quais o Sr(a) for submetido, lhe será garantido os direitos cabíveis, bem como possíveis indenizações. Esclarecemos que sua participação neste estudo é voluntária e, portanto, o(a) senhor(a) não é obrigado(a) a fornecer as informações e/ou colaborar com as atividades solicitadas pelo Pesquisador(a). Caso decida não participar do estudo, ou resolver a qualquer momento desistir do mesmo, não sofrerá nenhum dano, nem haverá modificação na assistência que vem recebendo na Instituição caso haja vínculo. O pesquisador estará a sua disposição para qualquer esclarecimento que considere necessário em qualquer etapa da pesquisa.

Declaro que obtive de forma apropriada e voluntária, o Consentimentos Livre e Esclarecido deste Personal Trainer descrito para a participação neste estudo. Declaro ainda que me comprometo a cumprir todos os termos aqui descritos.

data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

---

Fábio Lima de Brito – Pesquisador Responsável

## **DECLARAÇÃO DO PARTICIPANTE**

Considerando, que fui informado(a) dos objetivos e da relevância do estudo proposto, de como será minha participação, dos procedimentos e riscos decorrentes deste estudo, declaro o meu consentimento em participar da pesquisa, como também concordo que os dados obtidos na investigação sejam utilizados para fins científicos (divulgação em eventos e publicações). Estou ciente que receberei uma via desse documento.

Data: \_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/2019.

\_\_\_\_\_  
Nome do Participante

\_\_\_\_\_  
Assinatura

Caso necessite de maiores informações sobre o presente estudo, favor acionar-me: Fábio Lima de Brito; sito a Rua Alvorada, 286 – Jd Santo Eduardo – Embu das Artes/SP CEP 06823-010; pelo Cel: (11) 96883-5344; por Email: fajovem@hotmail.com ou pelo Se você tiver alguma consideração ou duvida sobre a ética da pesquisa, entre em contato com o CEP-UNIFESP – sito a Rua Prof. Francisco de Castro, 55 – CEP 04020-050; Tel: (11) 5571-1062/5539-7162; email: [cep@unifesp.edu.br](mailto:cep@unifesp.edu.br) referindo ao estudo CEP 014-2019.

## 7.4 TCLE Para Escala Atitudinal

### **TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO – TCLE BASEADO NAS DIRETRIZES CONTIDAS NA RESOLUÇÃO CNS Nº466/2012.**

Convido o Sr. (a) a participar como voluntário da pesquisa intitulada “O PERSONAL TRAINER E SUA PRÁTICA EDUCACIONAL” que está sendo desenvolvida no Centro de Desenvolvimento do Ensino Superior em Saúde (CEDESS) da Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP).

O objetivo desse projeto é investigar/discutir a prática educativa do Personal Trainer na sua atuação como promotor de saúde do município de São Paulo.

O instrumento de coleta de dados será uma Escala Atitudinal tipo likert com duração aproximada de dez minutos. A escala é composta por 29 assertivas, com 4 opções de respostas que variam entre "DISCORDO TOTALMENTE" a "CONCORDO TOTALMENTE", direcionadas para a percepção dos Personal Trainers quanto ao entendimento sobre suas práticas educativas no tocante a promoção de saúde.

O Sr.(a) é livre para retirar seu consentimento ou interromper a participação a qualquer momento. Sua participação é voluntária e a recusa em participar não acarretará qualquer penalidade.

Embora pouco provável, o único risco ao participante talvez seja algum constrangimento ou desconforto. Todas as informações obtidas a seu respeito neste estudo, serão analisadas em conjunto com as de outros voluntários, não sendo divulgada a sua identificação em nenhum momento. O Sr.(a) tem a garantia de que todos os dados obtidos a seu respeito, assim como qualquer material coletado só serão utilizados neste estudo.

Não será oferecida nenhuma compensação financeira relacionada à sua participação neste estudo. Da mesma forma, o Sr.(a) não terá nenhuma despesa pessoal em qualquer fase do estudo.

É de seu direito solicitar informações sempre que necessitar sobre o estudo, em qualquer momento da pesquisa. Os resultados e conclusões do estudo serão encaminhados para o Sr.(a) e permanecerão confidenciais. O Sr.(a) não será identificado em nenhuma publicação que possa resultar deste estudo.

O Sr.(a) terá acesso aos profissionais responsáveis pela pesquisa para esclarecimentos de eventuais dúvidas em qualquer etapa do estudo. O principal investigador é o mestrando Fábio Lima de Brito que poderá ser encontrado no endereço: Centro de Desenvolvimento do Ensino Superior em Saúde/CEDESS, situado à Rua Pedro de Toledo, 859 – Vila Clementino e contatada no telefone (11) 96883-5344 e/ou email: fajovem@hotmail.com; sob a orientação do Prof. Dr. Nildo Alves Batista.

## **DECLARAÇÃO DO PARTICIPANTE**

Eu acredito que fui suficientemente informado a respeito das informações que li ou que foram lidas para mim, descrevendo o estudo "O Personal Trainer e Sua Prática Educacional". Ficaram claros para mim quais são os propósitos do estudo, os procedimentos a serem realizados, seus desconfortos e riscos, as garantias de confidencialidade e de esclarecimentos permanentes. Ficou claro também que minha participação é isenta de despesas. Concordo voluntariamente em participar deste estudo e poderei retirar o meu consentimento a qualquer momento, antes ou durante o mesmo, sem penalidades ou prejuízo ou perda de qualquer benefício que eu possa ter adquirido, ou no meu atendimento neste Serviço.

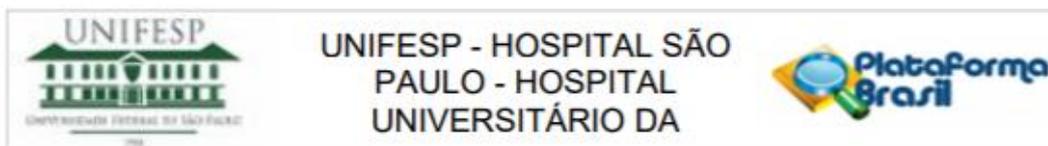
CONCORDO

Se o Sr. (a) tiver alguma consideração ou dúvida sobre a ética da pesquisa, poderá entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa CEP-UNIFESP – sito a Rua Prof. Francisco de Castro, 55 – CEP 04020-050; Tel: (11) 5571-1062/5539-7162; email: cep@unifesp.edu.br referindo ao estudo CEP 014-2019.

# **ANEXOS**

## VIII ANEXOS

### 8.1 Aprovação da Pesquisa junto ao Comitê de Ética:



#### PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

##### DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

**Título da Pesquisa:** O PERSONAL TRAINER E SUA PRÁTICA EDUCACIONAL

**Pesquisador:** FABIO BRITO

**Área Temática:**

**Versão:** 2

**CAAE:** 05492918.5.0000.5505

**Instituição Proponente:** Centro de Desenvolvimento do Ensino Superior em Saúde

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

##### DADOS DO PARECER

**Número do Parecer:** 3.183.842

##### Apresentação do Projeto:

Projeto CEP/UNIFESP n: 0014/2019 (parecer final)

Trata-se de projeto de Mestrado de FABIO BRITO.

Orientador: Prof. Dr. Nildo Batista Alves

Projeto vinculado ao Centro de Desenvolvimento do Ensino Superior em Saúde, Campus São Paulo, Escola Paulista de Enfermagem, UNIFESP.

**APRESENTAÇÃO:** A busca pela qualidade de vida foi o marco substituível do corpo esbelto. O corpo belo visto anteriormente como padrão de saúde hoje é um complemento e até consequência de hábitos saudáveis. Promover saúde através da atividade física é necessário para transformação do ser humano, no tocante a trazer melhorias ao ser. Tarefa esta nada simples, tendo em vista da necessidade de um profissional que entenda vários aspectos envolvidos na inércia do indivíduo em questão. Cabe a sociedade buscar orientação junto a um profissional devidamente experiente para evitar certos riscos.

**HIPÓTESES:** Os Personal Trainers não conhecem os fundamentos da educação em saúde;

- Os Profissionais em Educação Física não são preparados na graduação para a promoção em saúde; e
- Os Personal Trainers são influenciados em suas práticas pela inovação tecnológica.

**Endereço:** Rua Francisco de Castro, 55  
**Bairro:** VILA CLEMENTINO **CEP:** 04.020-050  
**UF:** SP **Município:** SAO PAULO  
**Telefone:** (11)5571-1062 **Fax:** (11)5539-7162 **E-mail:** cep@unifesp.edu.br



Continuação do Parecer: 3.183.842

**Objetivo da Pesquisa:**

**OBJETIVO PRIMÁRIO:** Investigar/discutir a prática educativa do Personal Trainer na sua atuação como promotor de saúde, com vistas à elaboração de um material instrucional direcionado a estes profissionais.

**OBJETIVO SECUNDÁRIO:**

- Analisar a literatura disponível sobre a prática educativa do Personal Trainer como promotor de saúde;
- Apreender as concepções do PT sobre saúde, educação e prática educativa;
- Descobrir como se deu a formação inicial destes profissionais para a prática educativa;
- Identificar os desafios encontrados no cotidiano da prática profissional do PT no tocante ao seu papel de educador em saúde;
- Mapear as sugestões que os Personal Trainer apresentam para aprimorar esta dimensão de suas práticas.

**Avaliação dos Riscos e Benefícios:**

Em relação aos riscos e benefícios, o pesquisador declara:

**RISCOS:** Sem riscos a saúde, integridade física e emocional dos participantes

**BENEFÍCIOS:** Levantamento sobre o assunto junto a categoria.

**Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:**

**TIPO DE ESTUDO:** Prospectivo. Pesquisa tipo corte transversal, exploratória e descritiva.

**LOCAL:** Centro de Desenvolvimento do Ensino Superior em Saúde

**PARTICIPANTES:** 417 que desenvolvem suas práticas no município de São Paulo e sua região metropolitana, sito na região Sudeste do País.

**PROCEDIMENTOS:** A pesquisa será realizada em 3 etapas: revisão sistematizada da literatura, aplicação de uma escala atitudinal e uma entrevista de aprofundamento.

- A coleta de dados será realizada por meio do instrumento escala atitudinal e de entrevista de aprofundamento.
- Na entrevista de aprofundamento, o primeiro contato com os entrevistados será realizado por meio eletrônico, via e-mail, fazendo a apresentação do pesquisador, dos objetivos da pesquisa, esclarecendo a importância de sua participação.
- As entrevistas serão gravadas, transcritas na íntegra e analisadas posteriormente.

**Endereço:** Rua Francisco de Castro, 55

**Bairro:** VILA CLEMENTINO

**CEP:** 04.020-050

**UF:** SP

**Município:** SAO PAULO

**Telefone:** (11)5571-1062

**Fax:** (11)5539-7162

**E-mail:** cep@unifesp.edu.br



Continuação do Parecer: 3.183.842

(mais informações, ver projeto detalhado).

**Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:**

- 1-Foram apresentados adequadamente os principais documentos: folha de rosto; projeto completo; cópia do cadastro CEP/UNIFESP e orçamento financeiro.
- 2-TCLEs a ser aplicado aos participantes: entrevistados e os que irão responder ao questionário;
- 3- O modelo de entrevista de aprofundamento e a escala atitudinal estão anexados no final do projeto detalhado.

**Recomendações:**

Sem recomendações

**Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:**

Trata-se de resposta a pendências apontadas no parecer n: 3.115.227, de 17 de Janeiro de 2019. Todas as pendências foram atendidas. APROVADO.

1) No documento PB Informações Básicas do Projeto, lê-se "Riscos: Sem riscos a saúde, integridade física e emocional dos participantes". Lembramos que deve ser sempre informado quais são os riscos, por mínimo que sejam. No que diz respeito a esta pesquisa, por exemplo, a entrevista e questionários podem causar algum desconforto ou constrangimento ao participante. (Resolução CNS nº 466 de 2012, item III.1.b).

Resposta: Como aconselhado pelo CEP, seguimos com a correção do exposto junto a PB;  
PENDÊNCIA ATENDIDA

2) O cronograma do estudo não está adequado. Sendo assim, solicita-se esclarecimento e adequação do cronograma com relação à data de início do estudo, dado que este ainda se encontra em análise no Sistema CEP/Unifesp até a presente data. Ressalta-se ainda a necessidade de adequação do cronograma de forma a descrever a duração das diferentes etapas da pesquisa, com compromisso explícito do pesquisador de que o estudo será iniciado somente a partir da aprovação pelo Sistema CEP/Unifesp (Norma Operacional CNS nº 001 de 2013, item 3.3.f).

**Endereço:** Rua Francisco de Castro, 55  
**Bairro:** VILA CLEMENTINO **CEP:** 04.020-050  
**UF:** SP **Município:** SAO PAULO  
**Telefone:** (11)5571-1062 **Fax:** (11)5539-7162 **E-mail:** cep@unifesp.edu.br



Continuação do Parecer: 3.183.842

Corrigido na PB como exposto.

PENDÊNCIA ATENDIDA

3) No documento PB Informações Básicas do Projeto, item " Grupos em que serão divididos os participantes da pesquisa neste centro", adequar o número de participantes para o grupo Escala Atitudinal, que não será 0, mas sim, 397.

Por erro de calculo, informamos anteriormente que o numero de participantes totais no projeto seriam 417, fazendo com que o sistema não reconhecesse os 397 participantes da Escala Atitudinal. Logo, ao corrigir o numero total de participantes que, ou seja, 412, conseguimos corrigir a informação junto ao sistema PB

PENDÊNCIA ATENDIDA

4) No documento PB Informações Básicas do Projeto consta que "Na entrevista de aprofundamento, o primeiro contato com os entrevistados será realizado por meio eletrônico, via e-mail". Solicita-se que esclareça se a entrevista será realizada pessoalmente ou por via eletrônica. Adequar a metodologia do projeto, informando em que local as entrevistas serão realizadas.

O primeiro contato com o possível entrevistado será via eletrônica, ou seja, por email ou plataformas de redes sociais, em forma de convite. Já a entrevista propriamente dita acontecerá presencialmente em local pré-estabelecido entre o entrevistador e o entrevistado. A correção foi feita junto ao escopo do projeto (anexado junto a PB).

PENDÊNCIA ATENDIDA

5) Qual a procedência dos participantes? De que modo e onde serão recrutados/convidados? Em que local as avaliações serão realizadas?

Os Personal Trainers serão convidados/recrutados via plataformas de redes sociais, como Facebook, Instagram, Whatsapp, etc; seguindo como um sistema de rede compartilhada. Este convite será enviado inicialmente a todos os Personal Trainers conhecidos pelo pesquisador, (hoje aproximadamente 50), solicitando aos mesmos a ampliação deste convite a outros profissionais conhecidos. Espera-se, assim, que alcancemos o numero de amostra estabelecido ou seja, para Escala Atitudinal, 397, e para Entrevista, 15. A Escala Atitudinal será aplicada via web, na plataforma "Google Forms", e a entrevista será pessoalmente em local pré-estabelecido entre entrevistador e entrevistado.

PENDÊNCIA ATENDIDA

**Endereço:** Rua Francisco de Castro, 55

**Bairro:** VILA CLEMENTINO

**CEP:** 04.020-050

**UF:** SP

**Município:** SAO PAULO

**Telefone:** (11)5571-1062

**Fax:** (11)5539-7162

**E-mail:** cep@unifesp.edu.br



Continuação do Parecer: 3.183.842

6) Se o local de recrutamento e ou avaliações não for a UNIFESP ou um local público, será necessário enviar carta de anuência/autorização de responsável pelo local, a respeito da pesquisa. O responsável deve estar ciente de que estará sendo uma pesquisa no local. Se o recrutamento for realizado por meios de mídias, redes sociais, cartazes, etc., deve ser enviado ao CEP para análise, o texto deste recrutamento. Para responder a primeira questão, vide a resposta da questão 5; para a segunda questão, o texto está em anexo na PB como "TEXTO CONVITE".

PENDÊNCIA ATENDIDA

7) O objetivo informado foi: "Objetivo Primário: Investigar/discutir a prática educativa do Personal Trainer na sua atuação como promotor de saúde, com vistas à elaboração de um material instrucional direcionado a estes profissionais.". Favor esclarecer: não ficou claro como será realizada a elaboração do material instrucional direcionado aos profissionais. Não foram dadas informações na metodologia sobre essa etapa. A elaboração do material instrucional será realizada posteriormente em uma outra pesquisa?

Este material será elaborado após esta pesquisa, com base nos levantamentos alcançados na mesmo. Esclarecemos que este material não faz parte diretamente da metodologia usada na pesquisa. Pretendemos, com os resultados da presente investigação, elaborar esta proposta com vistas a aplicação do conhecimento produzido no contexto da prática. Assim, será delineado o seu formato após o término da pesquisa.

PENDÊNCIA ATENDIDA

8) Quanto aos TCLEs, dirigidos aos entrevistados e aos que irão responder ao questionário (ambos estão no mesmo arquivo):

8a) O TCLE deve ser redigido no formato de convite, pois trata-se de um convite por parte do pesquisador. Favor redigir novamente, dirigindo-se ao participante (exemplo: "você está sendo convidado a participar desta pesquisa que tem como objetivo..."). No final do documento poderá haver um parágrafo de declaração do participante, concordando com todas informações dadas. Separar este parágrafo final com um subtítulo, por exemplo: "Declaração do participante (Resolução CNS nº 466 de 2012, item II.10).

Feito. Vide anexo "TERMO" na PB

8b- incluir a informação de que não haverá custos ou compensações financeiras pela participação

Endereço: Rua Francisco de Castro, 55  
Bairro: VILA CLEMENTINO CEP: 04.020-050  
UF: SP Município: SAO PAULO  
Telefone: (11)5571-1062 Fax: (11)5539-7162 E-mail: cep@unifesp.edu.br



Continuação do Parecer: 3.183.842

(Resolução CNS nº 466 de 2012, item II.21).

Feito. Vide anexo "TERMO" na PB

8c) - informar os procedimentos e direitos do participante em caso de danos (exemplo: " Se ocorrer qualquer problema ou dano pessoal durante ou após os procedimentos aos quais o Sr. será submetido, lhe será garantido o direito a tratamento imediato e gratuito na Instituição e o Sr. terá direito a indenização determinada por lei."). (Resolução CNS nº 466 de 2012, itens II.3.1, II.3.2, II.6, III.2.o, IV.3.c e V.6; Resolução CNS nº 466 de 2012, itens II.7, IV.3.h, V.7 e Lei nº 10.406 de 2002, Artigos 927 a 954, dos Capítulos I, II, do Título IX, Livro I).

Feito. Vide anexo "TERMO" na PB

8d)- devem ser disponibilizados os dados completos do(s) pesquisador(es) para possíveis contatos, fornecendo informações: dar nome do pesquisador, endereço, telefone e e-mail.

Feito. Vide anexo "TERMO" na PB

8e) Indicar os dados do CEP/UNIFESP (exemplo: Se você tiver alguma consideração ou dúvida sobre a ética da pesquisa, entre em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Unifesp – Rua Prof. Francisco de Castro, n: 55, - 04020-050, telefones: (011)-5571-1062; (011)-5539-7162, E-mail: cep@unifesp.edu.br), com a indicação de que o mesmo pode ser procurado caso haja dúvida quanto à ética do estudo (Resolução CNS Nº 466 de 2012, item IV.5.d);

Feito. Vide anexo "TERMO" na PB

8f)-no campo de assinaturas, além da assinatura, inserir local para o nome do participante.

Feito. Vide anexo "TERMO" na PB

8g) todas as páginas devem ser numeradas (exemplo: 1/4, 2/4, etc.), mesmo que seja uma só (1/1). Ressaltamos que as páginas deverão ser rubricadas pelo pesquisador e pelo participante da pesquisa no momento da aplicação do TCLE; 8h) Lembramos que a via eletrônica do TCLE deve conter os mesmos elementos da via impressa, principalmente a verificação de concordância do participante da pesquisa.

Exemplos:

Feito. Vide anexo "TERMO" na PB

"Estamos a considerar que, se o (a) Sr (a) passar a responder o questionário houve concordância com a participação e compreensão do que foi apresentado neste termo de consentimento até então e, em caso de dúvidas antes ou mesmo depois de responder ao questionário favor enviar suas dúvidas por meio do email (...)" "Ao assinalar a opção "Concordo", a seguir, você atesta sua anuência com esta pesquisa, declarando que compreendeu seus objetivos e a forma como ela será realizada, conforme descrição aqui efetuada. E após concordar, o questionário será disponibilizado. "

**Endereço:** Rua Francisco de Castro, 55  
**Bairro:** VILA CLEMENTINO **CEP:** 04.020-050  
**UF:** SP **Município:** SAO PAULO  
**Telefone:** (11)5571-1062 **Fax:** (11)5539-7162 **E-mail:** cep@unifesp.edu.br



Continuação do Parecer: 3.183.842

Feito. Acesse o link: <https://goo.gl/forms/P6AVw9FCEVsUxyYY2>

PENDÊNCIA ATENDIDA

**Considerações Finais a critério do CEP:**

O CEP informa que a partir desta data de aprovação, é necessário o envio de relatórios parciais (semestralmente), e o relatório final, quando do término do estudo.

**Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:**

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1276241.pdf	29/01/2019 17:26:27		Aceito
Outros	CARTA.docx	29/01/2019 17:25:07	FABIO BRITO	Aceito
Outros	CONVITE.pdf	29/01/2019 17:23:19	FABIO BRITO	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_revista.pdf	24/01/2019 16:03:12	FABIO BRITO	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_PB.pdf	24/01/2019 15:58:52	FABIO BRITO	Aceito
Folha de Rosto	Folha.pdf	08/01/2019 12:52:09	FABIO BRITO	Aceito

**Situação do Parecer:**

Aprovado

**Necessita Apreciação da CONEP:**

Não

SAO PAULO, 06 de Março de 2019

---

**Assinado por:**  
**Miguel Roberto Jorge**  
**(Coordenador(a))**

**Endereço:** Rua Francisco de Castro, 55  
**Bairro:** VILA CLEMENTINO **CEP:** 04.020-050  
**UF:** SP **Município:** SAO PAULO  
**Telefone:** (11)5571-1062 **Fax:** (11)5539-7162 **E-mail:** cep@unifesp.edu.br