

## Perfil do Profissional de educação física e a saúde do idoso nas academias da cidade de Maceió

Tenildo Lopes<sup>1</sup>, Karla Medeiros Belem<sup>2</sup>, Priscila de Oliveira Cabral de Melo<sup>3</sup>, Maria do Socorro Meneses Dantas<sup>3,4</sup>

<sup>1</sup>-*Faculdade Unirb/Ibesa/*[tenildol@gmail.com](mailto:tenildol@gmail.com); <sup>2</sup>*Universidade Estadual de ciências da saúde de Alagoas/*[karla\\_mb\\_16@hotmail.com](mailto:karla_mb_16@hotmail.com); <sup>3</sup> *Universidade Federal de Alagoas/*[Priscila.cabral@live.com](mailto:Priscila.cabral@live.com); <sup>4</sup>- *Universidade Federal de Alagoas/*[msmd.ufal@hotmail.com](mailto:msmd.ufal@hotmail.com)

**Introdução** Esse estudo teve como objetivo analisar o perfil dos profissionais sobre os cuidados necessários a saúde do idoso nas academias da cidade de Maceió, buscando abordar sobre a relevância dos cuidados e necessidades físicas para os idosos; tratando sobre a atuação do profissional de Educação Física na promoção da qualidade de vida desses idosos, a partir de sua participação junto a academias, além de verificar se as estruturas das academias de Maceió estão aptas a receber o público idoso. **Metodologia** Utilizou-se uma pesquisa quantitativa descritiva, Para selecionar a amostra da pesquisa foi realizado um levantamento de dados junto ao conselho regional de educação física CREF12/PE que é responsável pelo estado de Alagoas. Foi encontrado no cadastro no cref em Maceió, uma lista de cadastro onde foi levantado o quantitativo de 135 academias em Maceió no total de 278 em Alagoas e foi selecionado como amostra de 45 academias localizadas em diversas regiões da cidade. aplicando-se um questionário estruturado para levantar os dados sobre os profissionais. **Resultado** Verificamos que a maioria dos profissionais apesar de terem tido disciplinas em sua graduação sobre saúde e atendimento do idoso não deram continuidade aos seus conhecimentos após a conclusão do curso, constatamos ainda que, apesar das academias de Maceió ter suportes para receber os idosos, o apoio aos profissionais que trabalham é insuficiente em se tratando de cursos e atualizações sobre atendimento dos mesmos.

**Palavras-chave:** Formação, Profissional de Educação física, Academia, Idosos.

The objective of this study was to analyze the profile of the professionals about the necessary health care of the elderly in the academies of the city of Maceió, seeking to address the relevance of care and physical needs for the elderly; dealing with the work of the Physical Education professional in the promotion of the quality of life of these elderly people, based on their participation in academies, as well as verifying if the structures of the academies of Maceió are apt to receive the elderly public. Methodology A descriptive quantitative research was used. To select the sample of the research, a data survey was carried out with the regional physical education council CREF12 / PE, which is responsible for the state of Alagoas. It was found in the register in the cref in Maceió, a list of records where the number of 135 academies in Maceió was raised, totaling 278 in Alagoas and was selected as sample of 45 academies located in several regions of the city. applying a structured questionnaire to collect the data about the professionals. Results We found that most of the professionals, despite having undergraduate courses in health and elder care did not continue their knowledge after the course was completed, we also found that, despite the academies in Maceió having support to receive the elderly, the support for working professionals is insufficient when it comes to courses and updates on attendance.

**Keywords:** Training, Physical Education Professional, Academy, Seniors.

## Introdução

Gradualmente a expectativa de vida da população mundial vem aumentando, assim também é no Brasil. A melhora nas condições de saúde (saneamento básico) e os avanços tecnológico-científicos no combate de doenças contribuíram para esta alteração no panorama populacional mundial. (Nóbrega et al., 1999).

Em todo o mundo o crescimento do número de idosos e a redução da população economicamente ativa, representada pela redução no número de nascimentos, gradualmente vêm elevando o envelhecimento da população. Segundo estimativas do IBGE, em 2030 o país alcançará a espantosa marca de 32 milhões de idosos, o que lhe renderá a sexta posição mundial em números absolutos de indivíduos com 60 anos ou mais.

Com o crescimento aumentam-se as preocupações em relação a qualidade de vida desses indivíduos, a assistência à saúde e os cuidados necessários para que esses idosos possam viver melhor, com menos problemas possíveis, sejam eles financeiros, sociais, emocionais ou físicos.

Dentre essas preocupações, sobressaem-se aquelas ligadas a saúde, considerando que o envelhecimento provoca mudanças graduais no organismo, o que leva à perda de função, fraqueza, doença e morte.

Em um estudo sobre a importância da atividade física aos idosos, Andrade (2003), destaca que cerca de 42% dos idosos brasileiros têm dificuldades para caminhar e que 50% deles sofrem quedas contínuas, devido a falta de treinamento físico.

Portanto, para ter um envelhecimento saudável é de suma importância a prática do exercício físico regular (Sharkey, 1998). Esta prática leva a uma maior longevidade, melhora da capacidade cardiorrespiratória e muscular, auxilia no controle de peso e nutrição, aumenta a força e a resistência de forma geral. Adicionalmente, melhora a flexibilidade, a coordenação e o equilíbrio (Skinner, 1991; Elward & Larson, 1992; McArld, Kath & Kath, 1998; Ghorayeb & Barros Neto, 1999; Nieman, 1999; Wilmore & Costil, 2001).

É nesse contexto que entra a necessidade de profissionais qualificados que possam atender a esse grupo de pessoas, respeitando as suas necessidades físicas, afetivas, emocionais e que proporcionem auxílio para o melhoramento da qualidade de vida desses idosos.

Estudos como de Lopes (2001) demonstram que os idosos que realizam atividades físicas freqüentes, possuem um aumento significativo na qualidade de vida, reduzem os problemas com as doenças que geralmente afetam a terceira idade e ampliam o nível de satisfação pessoal.

Portanto se mostra necessário uma preocupação profissional quanto a necessidade de exercimento de atividades físicas por parte desses idosos, especialmente em se tratando dos exercícios de estímulo muscular.

Deve-se trabalhar diretamente as necessidades de modo que possam obter um melhor desempenho físico e automaticamente possam conquistar mais qualidade de vida, tendo dias mais saudáveis.

No entanto, é relevante salientar que a simples realização de uma atividade física, pouco proporciona em se tratando de melhorias a saúde da terceira idade, caso não haja um acompanhamento profissional dessas atividades.

Almeida (2005) destaca que os treinamentos devem ser realizados de modo planejado e sempre acompanhados de um profissional, de modo que os idosos possam realmente obter êxito em termos de saúde, qualidade de vida e até mesmo prolongamento de sua vida.

É nesse contexto que os profissionais de educação física se mostram de extrema relevância e que as academias se tornam locais apropriados para que os idosos possam buscar o melhoramento de sua qualidade de vida, através da realização de atividades físicas rotineiras, especialmente no que se refere ao fortalecimento muscular.

Essa necessidade de acompanhamento profissional pode ser evidenciada inclusive no parecer CNE/CES 138/2002, que atribuiu competências e habilidades na atenção à saúde, ao profissional de Educação física, destacando que ele deve estar apto a desenvolver ações de prevenção, reabilitação, promoção e proteção da saúde dos idosos, tanto em nível individual quanto coletivo.

Sendo importante que o profissional de Educação Física assegure que sua prática seja realizada de forma segura, integrada e continua com as demais instâncias do sistema de saúde.

É necessário que o profissional tenha um perfil motivacional, que segundo Melchistes (2013) deve englobar requisitos básicos de sua formação profissional, elementos constitutivos de sua personalidade, e a influência que exerce, ou que vem a exercer, sobre todos com quem venha a atuar.

Deste modo, esse estudo nasceu devido a preocupação com a responsabilidade dos profissionais de educação física em um bom e eficiente atendimento aos alunos idosos. Tendo como seu objetivo abordar sobre a atuação dos profissionais de educação física frente as necessidades físicas e emocionais do idosos.

Analisando o perfil dos profissionais sobre os cuidados necessários a saúde do idoso nas academias da cidade de Maceió, buscando abordar sobre a relevância dos cuidados e necessidades físicas para os idosos; tratando sobre a atuação do profissional de Educação Física (EF) na promoção da qualidade de vida desses idosos, a partir de sua participação junto a academias, além de verificar se as estruturas das academias de Maceió estão aptas a receber o público idoso.

## **Metodologia**

Tipo de estudo

Para realização desse estudo, utilizou-se uma pesquisa quantitativa descritiva.

População/ amostra

Para selecionar a amostra da pesquisa foi realizado um levantamento de dados junto ao conselho regional de educação física CREF12/PE que é responsável pelo estado de Alagoas. Para saber o quantitativo de academias com cadastro no cref em Maceió, foi solicitado uma lista de cadastro onde foi levantado o quantitativo de 135 academias em Maceió no total de 278 em Alagoas e foi selecionado como amostra de 45 academias localizadas em diversas regiões da cidade. A partir desse levantamento foi solicitada a autorização aos donos das academias para entrevistar os funcionários (professores) das academias de Maceió. E aplicado o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) aos professores autorizando a utilização dos dados.

Instrumento de Coleta de Dados

Para análise do perfil dos profissionais, foi aplicado um questionário estruturado para levantar os dados sobre os profissionais das academias da cidade de Maceió, o questionário será composto por 17 questões fechadas objetivas onde as perguntas serão voltadas para mensurar os conhecimentos dos professores em relação a saúde e atendimento ao idoso dentro do ambiente de musculação, bem como analisar se as academias de Maceió se tem suporte material e físico para atender os idosos

Critério de inclusão

Serão inclusos apenas os professores formados em bacharel ou licenciatura plena que atuem na musculação dentro das academias, excluindo os estagiários.

Análise dos Dados:

Os resultados serão agrupados e expressos em média, desvio padrão, frequência relativa e frequência absoluta. Para análise dos dados será utilizado o SPSS 16®.

#### - Resultados

A pesquisa foi realizada em 45 academias de Maceió, apresentando um número total de 149 profissionais de educação física com média entre 2 a 4 profissionais por academia, dentre esses profissionais 63,8% do sexo masculino e 36,2 do sexo feminino. A formação acadêmica desses profissionais atuantes nas academias são de 50,3% bacharéis, 4% licenciatura, 44,3% licenciados plenos e 2% não responderam. O tempo de conclusão médio de conclusão dos profissionais foi  $5,6 \pm 4,4$ , e o tempo de atuação em academia foi de  $9 \pm 5,7$ .

**Tabela 1:** titulação e Formação na área dos profissionais de educação física que atuam nas academias da cidade de Maceió.

<b>Variáveis</b>	<b>f.abs</b>	<b>f.rel</b>
<b>DICCIPLINA IDOSO</b>		
Sim	135	90,6
Não	14	9,4
<b>ESPECIALIZAÇÃO IDOSO</b>		
Sim	58	38,9
Não	91	61,1
<b>ULTIMO ANO FEZ CURSO SAÚDE/ IDOSO</b>		
Sim	39	26,2
Não	110	73,8
<b>INTERESSE CURSO SAÚDE/IDOSO</b>		
Sim	136	91,3
Não	13	8,7
<b>ESPECIALIZAÇÃO/MESTRADO/DOUT.</b>		
Sim	48	32,2
Não	101	67,8

Fonte: pesquisa

Quando perguntado se existia população idosa frequentando as academias, 98% dos entrevistados afirmaram que sim e apenas 2% não. Ao ser questionado se os idosos que frequentam as academias eram atendidos por estagiários 79,2% afirmaram que sim, 20,1% não e 0,7% não responderam. Perguntados se esse atendimento era feito com a supervisão dos profissionais formados 73,8% afirmam que sim, 5,4% não e 20,8% não responderam.

**Tabela 2:** capacidade de atendimento, avaliação específica ao idoso dentro das academias da cidade de Maceió.

<b>Variáveis</b>	<b>f.abs</b>	<b>f.rel</b>
<b>CAPAZ ATENDER IDOSOS/ACADEMIA</b>		
Sim	146	98,0
Não	3	2,0
<b>AValiação ESPECÍFICA IDOSO</b>		
Sim	115	77,2
Não	33	22,1
Não respond.	1	0,7
<b>LIBERAÇÃO MÉDICA P/TREINAR</b>		
Sim	135	90,6
Não	13	8,7
Não respond.	3	2,0

**Tabela 3:** Suporte das academias na cidade de Maceió voltado para o idoso e aos profissionais de Educação física

	<b>f.abs</b>	<b>f.rel</b>
<b>SUPORTE NAS ACADEMIAS P/IDOSO</b>		
sim	97	65,5
não	51	34,2
Não respond.	1	0,7
<b>DIVERSAS ÁREAS DA SAÚDE</b>		
sim	43	28,9
não	104	69,8
nãorespond.	2	1,3
<b>ACAD. PROMOVE CURSOS ATEND./IDOS</b>		
sim	14	9,4
não	133	89,3
Não respond.	2	1,3

Fonte: pesquisa

## Discussão

Este trabalho buscou verificar os conhecimentos dos profissionais de educação física voltados para o atendimento e saúde dos idosos dentro das academias da cidade de Maceió. Vale ressaltar que foram analisados seus conhecimentos tanto na graduação quanto pós-graduação, já exercendo suas atividades profissionais. Um dos dados dessa pesquisa identificou que a maioria dos profissionais (90,6%), teve disciplina em sua graduação voltada para o idoso. Um saldo positivo, pois é de grande importância que possuam boa base de informações para um futuro amadurecimento profissional. O que corrobora com Neri; Jorge (2006 p.134) constatou a evidência do papel importante dos estudos formais no estabelecimento de conhecimentos específicos sobre velhice, uma vez que os alunos que tiveram disciplinas teóricas e práticas (pela ordem os da Enfermagem, os da Educação Física e os da Medicina) mostraram conhecer mais sobre os aspectos físicos, psicológicos e sociais do envelhecimento do que os alunos que nunca antes expostos nas disciplinas teóricas e nem aos estágios com idosos.

Porém, se faz necessário que além do conteúdo relacionado ao tema é preciso uma eficiência e que seja totalmente adequada a realidade vivida no dia a dia. Em outras palavras, quando são oferecidas disciplinas que focam o envelhecimento, este é analisado somente na sua dimensão biológica, como acontece nas áreas da saúde, ao invés de ser analisado em todas as suas dimensões e considerado num contexto sócio-histórico-cultural.

TEIXEIRA, D.C. & OKUMA, S.S (2004) afirma que ao se estudar o idoso somente numa perspectiva e centrada nas perdas produzidas pelo envelhecimento, provavelmente, haverá um reforço dos estereótipos negativos, possivelmente induzindo os estudantes a rejeitarem o trabalho com idosos. Podendo ocasionar assim, uma possível falta de interesse em relação à atualização voltada para essa área. Um exemplo disso seria nos resultados da pesquisa atual onde mesmo possuindo conhecimento sobre os idosos, evidenciou-se que os profissionais de educação física atuantes em academias em Maceió, por algum motivo não deram continuidade na formação relacionado a especialização voltado para o idoso, onde 61,1% não possui nenhuma pós graduação nessa área e 73,8% não fizeram nenhum curso ou atualização no último ano.

Constatou no presente estudo que 67,8% não possuem mestrado ou doutorado, quanto ao resultado, Costa (2013) destaca algo similar, ao considerar em seu estudo que a maioria dos profissionais de Educação física acabou por conhecer suas responsabilidades junto aos idosos na

Graduação, mas perdeu o interesse por perfeiçãoar-se nesse seguimento, por falta de estímulo ou reconhecimento.

O profissional que trabalha com o público idoso sabe que a atualização profissional faz parte do seu cotidiano, o processo de formação não se extingue no término do curso universitário, mas se prolonga por toda a trajetória profissional, através da troca de experiências e da partilha de conhecimentos, processo em que os professores vão transformando, agregando e reorganizando ideias, conhecimentos, posturas e formas de organizar o trabalho em função da convivência com os alunos (WÜRDIG, 1999).

Em se tratando de Okuma (1996) aponta uma outra visão a respeito das vivências práticas num curso de formação profissional em Educação Física. Ela nos apresenta que tão importante quanto a aquisição de conhecimento, são as vivências práticas a medida que tais vivências forneçam subsídios necessários para que o graduado aprenda a lidar com pessoas e possa conduzir sua ação profissional num nível de excelência.

Apesar da falta de treinamentos ou qualificações posteriores a graduação, evidenciou-se nesta pesquisa que a maioria dos profissionais (98%) se acha capaz de atender aos idosos. Mesmo achado foi compreendido por Gauderico (2009) ao destacar que grande parte dos profissionais ao trabalharem com idosos, se acham capazes para exercer tal atuação. No entanto Albuquerque (2014) aborda que “achar não é ter certeza de qualificação”. Oliveira (2009) destaca que para cuidar de idosos é necessário que o profissional de Educação Física tenha qualificações específicas e busque constantemente atualizar-se em seus conhecimentos, pois qualquer erro pode trazer danos a saúde desses idosos.

Atender o cliente seja ele de qualquer idade, portanto, exige qualificação, foco, respeito, comprometimento, domínio próprio, principalmente, profissionalismo, ética e paciência. Em se tratando do suporte oferecido pelas academias, os profissionais pesquisados nesse estudo 65,5% relataram que as academias de Maceió possuem suporte para atendimento aos idosos. Fato importante comparado a outros estudos, dentre eles o de Albuquerque (2014), relata que a maioria das academias não se preocupam em oferecer suporte aos seus profissionais de modo que eles exerçam atividades mais amplas no que se refere ao atendimento voltado a terceira idade. Sendo assim, a ampla competição está obrigando as academias a repensar a forma de gerenciar seus

colaboradores. Novos concorrentes, novas tecnologias, novos métodos de gerenciamento ditam o ritmo das atividades nos negócios (PEREIRA, 2005, p. 22)

No entanto, foi constatado na atual pesquisa que mesmo as academias dando um suporte adequado, o apoio aos profissionais em se tratando de oferecimento de cursos voltados para atendimento e saúde do idoso foi relativamente baixo apresentando 89,3% de respostas negativas. É notável a carência nessa área. Podendo ser observado que, os profissionais atuantes das academias são estimulados a participar de cursos gerais deixando a desejar os específicos relacionados com o público idoso. Diferentemente do encontrado por Gonçalves (2010), encontrou resultado diferente da pesquisa relatada acima, uma vez que através de seu estudo junto a 200 profissionais da cidade de Curitiba, que o suporte é garantido pelas academias locais que apoiam os cursos complementares de seus funcionários, de modo a oferecer um atendimento melhor aos idosos que frequentam a academia.

Através do treinamento o funcionário é capaz de assimilar novas informações, aprender e desenvolver habilidades, atitudes e comportamentos. Deve-se lembrar de que, funcionários competentes não permanecem assim para sempre. As habilidades se deterioram e podem tornar-se obsoletas. O treinamento pode incluir tudo, de ensinar leitura básica até cursos avançados, específicos de cada área (ROBBINS, 2002). Com a mudança de informações e perfil requerido do profissional, torna-se necessário o treinamento e desenvolvimento interno do funcionário, para que o mesmo possa se adequar constantemente à sua formação profissional.

## **Conclusão**

Diante do exposto do presente artigo constatou-se que os profissionais de educação física atuantes nas academias da cidade de Maceió em sua grande maioria tiveram disciplinas sobre a saúde do Idoso, no entanto percebe-se que não há continuidade no processo de conhecimento e formação sobre o processo de envelhecimento e que os profissionais não estão se aperfeiçoando para atender a uma população que cresce a cada dia e que tem necessidade de um atendimento diferenciado seja ele dentro e fora da academia que é o idoso. No mesmo sentido percebe-se que as academias estão com uma estrutura física boa para receber o idoso em seu estabelecimento, porem, não investem na qualificação profissional de seus funcionários para atender a pessoa idosa em sua academia o que pode ser prejudicial a saúde do idoso.

Assim, esperamos ter contribuído para que novas questões sejam levantadas e discutidas à luz do conhecimento, seja ele básico ou aplicado, no desejo de se chegar a um consenso a respeito da qualificação do profissional em Educação Física. Com o intuito de lançar novos questionamentos e promover novas reflexões a respeito de como o profissional de Educação Física pode melhor se capacitar profissionalmente em relação ao público idoso assim como proporcionar as academias de Maceió um questionamento sobre a qualidade de seus atendimentos específicos para esse público. Sugerimos também que novos estudos sejam feitos nesse sentido para melhor entender e compreender a evolução do profissional de educação física sobre o processo de envelhecimento em que o Brasil se encontra.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1- Elward, K. & Larson, E. B. (1992). Benefits of exercise for older adults: a review of existing evidence and current recommendations for the general population. *Clin. Geriatr. Med.*, 8, 35-50.
- 2- Ghorayeb, N. & Barros Neto, T. L. (1999). *O exercício: Preparação Fisiológica, avaliação médica, aspectos especiais e preventivos*. São Paulo: Atheneu.
- 3- McArdle, W. D.; Katch, F. K. I. & Katch, V. L. (1998). *Fisiologia do exercício. Energia, nutrição e desempenho humano* (4a. Ed.). Rio de Janeiro: Guanabara Koogan.
- 4- Neri, A. L. E Jorge, M. D. (2006). Atitudes e conhecimentos em relação à velhice em estudantes de educação e de saúde: subsídios ao planejamento curricular. *Estudos de Psicologia*, v. 23, n. 2, pp. 127-138.
- 5- Nieman, D. C. (1999). *Exercício e saúde*. São Paulo: Manole.
- 6- Nóbrega, A. C. L.; Freitas, E. V.; Oliveira, M. A. B.; Leitão, M. B.; Lazzoli, J. K.; Nahas, R. M., et al. (1999). Posicionamento oficial da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte e

- da Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia: Atividade física e saúde no idoso. Rev. Bras Med Esporte, 5(6), 207-11.
- 7- Okuma, S.S. “ Significado da experiência: Outra visão sobre vivências práticas no curso de graduação em Educação Física.” - Caderno Documentos - nº2 - p.28-31- Escola de Educação Física - Universidade de São Paulo,1996.
- 8- Oliveira, G. A. S. O. & Votre, S. J. V. (2009). Assimetria de gênero na distribuição das mulheres na gestão esportiva. In XVI Congresso Brasileiro de Ciências do Esporte e III Congresso Internacional de Ciências do Esporte. Salvador, BA.
- 9- Pereira, Marynês (2005). Administração sem segredo: sua academia rumo ao sucesso. São Paulo: Phorte, p. 22.
- 10- Robbins, S. P. Comportamento Organizacional. São Paulo, Prentice Hall, 2002.
- 11- Siqueira, Fernando Vinholes et. al. Aconselhamento para a Prática de Atividade Física como Estratégia de Educação à Saúde. Caderno de Saúde Pública. Rio de Janeiro, 25(1): 203-213. jan 2009.
- 12- SHARKEY, Brian Jeffrey. Condicionamento físico e saúde. 4ª edição. Porto Alegre: Artmed, 1998.
- 13- Skinner, J. S. (1991). Prova de esforço e prescrição de exer-cício para casos especiais. Rio de Janeiro: Revinter.
- 14- Teixeira, D.C. & Okuma, S.S (2004). Efeitos de um programa de intervenção para idosos sobre a intenção de estudantes de educação física de trabalhar com este grupo etário. Rev. bras. Educ. Fís. Esp., São Paulo, v.18, n.2, p.137-49, abr./jun.

15- Würdig, R. C. Dos Bancos Universitários aos Pátios Escolares: da formação inicial à prática pedagógica dos professores de Educação Física. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, Campinas, v. 1, n. 21, p. 632-638,1999.

16- Wilmore, J. H. & Costil, D. (2001). Fisiologia do esporte e do exercício. São Paulo: Manole.

17- Artigo: Políticas públicas de atenção à saúde do idoso: reflexão acerca da capacitação dos profissionais da saúde para o cuidado com o idoso  
Revista: Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia 2007