



**JULIA MARIA DOS SANTOS**

**A ATUAÇÃO DOS PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
DURANTE A PANDEMIA DA COVID – 19: LIMITES E  
POTENCIALIDADES DAS AÇÕES DURANTE O CONTEXTO  
PANDÊMICO**

**LAVRAS – MG**

**2022**

**JULIA MARIA DOS SANTOS**

**A ATUAÇÃO DOS PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
DURANTE A PANDEMIA DA COVID – 19: LIMITES E  
POTENCIALIDADES DAS AÇÕES DURANTE O CONTEXTO  
PANDÊMICO**

Trabalho de conclusão de curso apresentado à  
Universidade Federal de Lavras, como parte das  
exigências do programa de graduação em  
Educação Física, para a obtenção do título de  
bacharel.

Orientadora

Profa. Dra. Priscila Carneiro Valim-Rogatto

**LAVRAS-MG**

**2022**

**JULIA MARIA DOS SANTOS**

**A ATUAÇÃO DOS PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DURANTE A  
PANDEMIA DA COVID – 19: LIMITES E POTENCIALIDADES DAS AÇÕES  
DURANTE O CONTEXTO PANDEMICO**

**THE PERFORMANCE OF PHYSICAL EDUCATION PROFESSIONALS DURING  
THE COVID-19 PANDEMIC: LIMITS AND POTENTIALITIES OF ACTIONS DURING  
THE PANDEMIC CONTEXT**

Trabalho de conclusão de curso apresentado à  
Universidade Federal de Lavras, como parte das  
exigências do programa de graduação em  
Educação Física, para a obtenção do título de  
bacharel.

Aprovado em 08 de setembro de 2022

Profa. Dra. Priscila Carneiro Valim-Rogatto UFLA

Prof. Dr. Gustavo Puggina Rogatto UFLA

Profa. Dra. Priscila Carneiro Valim-Rogatto UFLA  
Orientador (a)

**LAVRAS – MG**

**2022**

## **AGRADECIMENTOS**

A vida nos leva a alguns caminhos que não tínhamos planejado e sem saber ao certo onde chegaria, mas graças a Deus no fim dá certo. Assim, agradeço primeiramente a Ele por me dar forças para continuar e me conduzir até aqui superando as dificuldades.

Agradeço meus pais pelo apoio ao longo de todo o período de tempo que dediquei a graduação e por tudo.

A minha orientadora, Profa. Dra. Priscila Carneiro Valim-Rogatto, pela confiança no meu trabalho, dedicação e paciência. Pela compreensão diante dos acontecimentos e por seu conhecimento que fez grande diferença no resultado.

Aos amigos que estiveram do meu lado. Em especial a Raquel Costa e o Alysson dos Anjos pelo incentivo e por não me deixarem desistir, minha eterna gratidão.

A todos aqueles que de alguma forma contribuíram direta ou indiretamente na minha formação acadêmica e pessoal, o meu muito obrigada!

## **RESUMO**

Nesse trabalho, buscamos analisar quais as estratégias e percepções dos profissionais de Educação Física atuantes em academias de musculação e ginástica, durante o contexto pandêmico devido ao COVID – 19. Participaram dessa pesquisa nove profissionais da área da Educação Física. A pesquisa desse trabalho é de caráter qualitativa, que contou com uso de questionários e posteriormente para analisar os dados obtidos, a análise de conteúdo de Bardin (2016), permitindo assim classificar os sujeitos em grupos de acordo com as características apresentadas em suas ações profissionais no contexto pandêmico. A pesquisa revelou que existiram três ações resultantes devido a pandemia, a desistência, a resiliência e a adaptação, notadas pelos sujeitos investigados e que permitiram um olhar mais crítico para a ação dos profissionais de Educação Física, bem como para futuras investigações.

Palavras-chave: Profissionais de Educação Física, contexto pandêmico, adaptações profissionais.

## **ABSTRACT**

In this work, we seek to analyze the strategies and perceptions of Physical Education professionals working in bodybuilding and gymnastics academies, during the pandemic context due to COVID - 19. Nine professionals in the area of Physical Education participated in this research. The research of this work is of a qualitative nature, which relied on the use of questionnaires and later to analyze the data obtained, the content analysis of Bardin (2016), thus allowing to classify the subjects into groups according to the characteristics presented in their professional actions in the pandemic context. The research revealed that there were three resulting actions due to the pandemic, giving up, resilience and adaptation, noticed by the investigated subjects and that allowed a more critical look at the action of Physical Education professionals, as well as for future investigations.

Keywords: Physical Education Professionals, pandemic context, professional adaptations.

## LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Potencial origem da Covid-19.....	13
Figura 2 - Cartilha da OMS incentivando a atividade física .....	15
Figura 3 - Consultoria online de atividade física.....	17
Figura 4 - Academia fechada devido ao Covid-19 .....	26
Figura 5 - Distanciamento para ir à academia de musculação e ginástica .....	30
Figura 6 - Cuidados para acessar a academia de musculação e ginástica .....	30
Figura 7 - Personal trainer ao ar livre .....	35
Figura 8 - Ação do profissional de educação física mediado pela tecnologia .....	35

## **LISTA DE TABELAS**

Tabela 1 Características dos profissionais participantes.....	26
---	----



## **LISTA DE SIGLAS**

<b>FIOCRUZ</b>	Fundação Oswaldo Cruz
<b>OMS</b>	Organização Mundial de Saúde
<b>UFMG</b>	Universidade Federal de Minas Gerais
<b>UNICAMP</b>	Universidade Estadual de Campinas

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO</b> .....	<b>10</b>
<b>2. A CONTEXTUALIZAÇÃO DA TEMÁTICA COVID-16 E SUA RELAÇÃO COM A ATIVIDADE FÍSICA</b> .....	<b>13</b>
2.1 Os benefícios da atividade física em relação à COVID-19 .....	15
2.2 Os benefícios da musculação em relação à COVID-19 .....	16
2.3 Consultoria online para atividades físicas .....	17
2.4 Utilização das mídias sociais .....	18
2.5 Relevâncias da presente pesquisa no frente ao contexto pandêmico e as mudanças por ele provocado .....	21
<b>3. METODOLOGIA</b> .....	<b>22</b>
3.1 Tipo de pesquisa.....	22
3.2 Participantes.....	22
3.3 Instrumentos e procedimentos de coleta de dados .....	23
3.4 Análise dos dados coletados .....	23
3.5 Cuidados éticos .....	24
<b>4. AÇÕES DOS PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO ÁPICE DO CONTEXTO PANDÊMICO</b> .....	<b>25</b>
4.1 Profissionais de Educação Física que desistiram da área devido o contexto pandêmico .....	26
4.2 Profissionais de Educação Física que foram resilientes durante a pandemia.....	28
4.3 Profissionais de Educação Física que conseguiram pensar e adaptar intervenções no contexto pandêmico .....	31
<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	<b>37</b>
<b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	<b>39</b>
<b>ANEXOS</b> .....	<b>45</b>

## 1. INTRODUÇÃO

Em janeiro de 2020 a pandemia vinculada a um novo coronavírus, a COVID-19 se instaurou pelo mundo, chegando ao Brasil em torno de fevereiro de 2020. O vírus apresentava uma alta taxa de contágio e de infecções respiratórias, causando assim mortes de diversas pessoas que se infectam. Como por exemplo no Brasil até dezembro de 2020 foram 6,7 milhões de pessoas infectadas, causando em média 180 mil mortes segundo dados da OMS (Organização Mundial de Saúde). Em abril de 2021 esses números subiram para 14,3 milhões de pessoas infectadas e aproximadamente 391 mil mortes.

Atualmente, em agosto de 2022 esses números somam 34,4 milhões de casos e 686 mil mortes, porém devido aos protocolos de segurança e as campanhas de vacinação a pandemia hoje está controlada.

A forma encontrada na época para diminuir o contágio da doença foi a prática de “distanciamento social” ou “quarentena”, e no fechamento de estabelecimentos que foram considerados não essenciais, como os comerciais, varejo, ambulantes, prestadores de serviços e demais, dentre eles as academias e studios de forma geral que é o interesse do estudo. As medidas tomadas têm por objetivo diminuir ou impossibilitar possíveis aglomerações, contribuindo na diminuição do contágio do vírus. Foi recomendado que as pessoas evitassem sair de casa, e caso necessário, sair somente para atividades essenciais.

Com as academias fechadas, pois foram indicadas mundialmente como serviço não essencial antes da flexibilização de horários, as pessoas não tiveram outra opção, a não ser fazer atividades físicas em casa, fazendo com que crescesse a prática dos atendimentos remotos. Tendo em vista que a prática de atividade física melhora o sistema imunológico contra doenças infecciosas, como é o caso da COVID-19, praticar atividades físicas é de extrema importância no período de isolamento social.

No período em que houve o isolamento social, as mídias sociais tiveram muita relevância, pois foram através delas que se tornou possível uma maior conexão entre as pessoas em diversos lugares. Como muitos outros profissionais, os de Educação Física viram na internet uma forma de divulgar os atendimentos on-line que estavam prestando, e também para realizar seus atendimentos.

Dessa forma, o presente trabalho tem como objetivo compreender os impactos decorrentes da COVID – 19 na atuação dos profissionais de Educação Física que atuam em academias no município de Lavras – MG.

Com a pandemia mundial, estabelecimentos que não estavam em grupos classificados como atividades essenciais tiveram seu funcionamento suspenso, entre eles se encaixam as academias, studios, atendimento com personal e demais atividades que tem como foco a prática de exercícios físicos de forma presencial. Dessa forma, muitos profissionais da área começaram a incorporar as mídias sociais para que o trabalho continuasse, para divulgação, consultoria e, inclusive, atendimentos online.

Considerando a nova realidade, este trabalho se colocou diante da seguinte problemática: quais foram os impactos decorrentes da pandemia do novo coronavírus para a atuação dos profissionais de Educação Física no desenvolvimento do seu trabalho, especificamente, nas academias de musculação e ginástica localizadas na cidade de Lavras – MG?

O trabalho tem como hipótese, que a partir da mudança imposta pela pandemia, os profissionais de Educação Física tiveram que se adequar às tecnologias digitais, utilizando plataformas como algumas redes sociais (Facebook, Instagram e WhatsApp), o Google Meet (ferramenta do Google criada para solucionar os problemas e que permite a realização de reuniões online e encontros de forma virtual), e outras que oferecem essa modalidade para prosseguir com suas aulas no período de quarentena devido ao coronavírus (COVID-19).

Assim, as redes sociais mostraram-se ter uma relevância maior para os profissionais, pois a divulgação dos serviços, dicas, consultorias e os atendimentos passaram a ser também realizados pelos meios de divulgação digital.

Segundo Rizola, Pilla e Rossignoli (2019) o marketing digital de forma estruturada e focada em um objetivo consegue gerar um compartilhamento das informações e conseqüentemente leva ao engajamento e confiabilidade do público alvo, que pode passar de um espectador a consumidor.

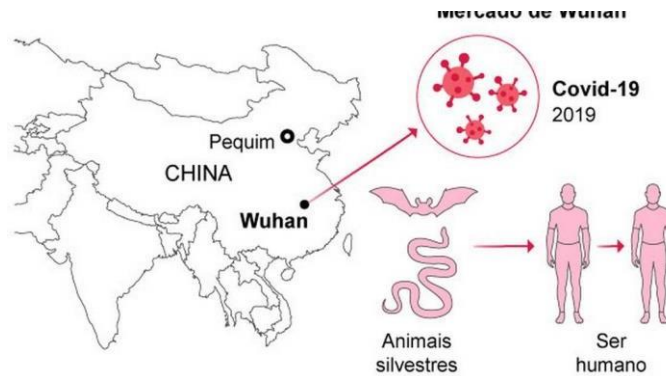
Considerando essa nova realidade e mudança repentina no trabalho de parte dos profissionais, para alguns pode ter sido benéfico, pois o meio online tem a possibilidade de alcançar novos nichos. Conseqüentemente pode haver aumento da captação de usuários para conhecer seu trabalho, levando a mais seguidores e possíveis consumidores do conteúdo.

Por outro lado, pode ter ocorrido casos em que o profissional obteve uma experiência negativa com tudo isso, por vários fatores diferentes. Dentre eles podemos citar a internet, que apesar de estar mais facilitado o acesso hoje em dia, não necessariamente é um acesso de qualidade. Camargos (1997) relata que um dos principais problemas desse crescimento da internet é a qualidade da instalação de telecomunicação que é baixa, explicando o problema acima.

Assim, ambos os casos trazem diferentes experiências de sua vivência e suas perspectivas a respeito do cenário.

## 2. CONTEXTUALIZAÇÃO DA TEMÁTICA COVID-19 E SUA RELAÇÃO COM A ATIVIDADE FÍSICA

Figura 1- Potencial origem da Covid 19



Fonte: O Globo (2020)

Em dezembro de 2019 a China informou a OMS (Organização Mundial de Saúde) e ao mundo sobre uma epidemia de um novo vírus com sintomas semelhante à pneumonia, causado por um coronavírus que desencadeia uma síndrome respiratória aguda grave (SARS-CoV-2), que mais tarde se espalharia pelo mundo inteiro (BEZERRA, et al. 2020, p. 2412). O nome da doença é COVID-19, em inglês Coronavírus Disease, sendo o termo coronavírus referente a uma família de vírus que causam infecções respiratórias, já conhecida desde a década de 1960, segundo a cartilha do Governo do Estado de São Paulo (2020, p.3)

Os casos foram se intensificando pelo mundo e em janeiro de 2020 estes não eram encontrados somente na China, mas também em outras localidades pelo mundo. O Brasil teve o primeiro caso da América Latina, diagnosticado em 26 de fevereiro de 2020, segundo Bezerra et al. (2020, p. 2412), sendo um vírus que possui uma alta taxa de contágio e de infecção. E em 11 de março de 2020 a OMS declarou que o surto evoluiu para uma pandemia, ou seja, o vírus se espalhou por muitos países da Terra e estava em transmissão contínua (LAU, et al. 2020)

Em função disso, o Brasil e o mundo tiveram que adotar diversas medidas de controle e prevenção da doença, sendo essas medidas tomadas por autoridades sanitárias locais e em diferentes esferas administrativas (governos federais, estaduais e municipais) (BEZERRA, et al. 2020, p. 2412). As medidas adotadas pelas autoridades foram divergentes entre si, porém a mais utilizada em todo o mundo foi a de distanciamento social (isolamento social ou quarentena).

Essas medidas são caracterizadas como controle da mobilidade da população, por exemplo ocorreu o fechamento de escolas, universidades, estabelecimentos comerciais, áreas de lazer e outros locais que potencialmente geram aglomerações de pessoas (NORONHA, 2020). Uma grande parte das cidades brasileiras aderiram ao isolamento social como alternativa para diminuir a curva de contágio da COVID-19. Visto que ainda não existia uma forma de cura da doença, sendo a prevenção a solução mais aceita até então.

As academias, clubes, parques e qualquer lugar onde se pudesse praticar exercícios físicos também foram fechados, e assim como em outras áreas de prestações de serviços, muitos profissionais ficaram sem trabalho. Essa estratégia, embora necessária para conter o avanço da doença, gerou preocupações em diversos estudiosos, pois ficar longos períodos em casa intensifica comportamentos que levam ao sedentarismo, prejudicando assim a saúde das pessoas segundo CHEN et al. (2020, p. 103).

Uma pesquisa online feita pela FIOCRUZ (Fundação Oswaldo Cruz) em parceria com a UFMG (Universidade Federal de Minas Gerais) e a UNICAMP (Universidade Estadual de Campinas), mostrou que muitas pessoas pararam de realizar atividade física durante a pandemia de forma geral. Além disso, passaram a ficar um tempo maior sentadas, seja no computador, televisão, celular e demais aparelhos eletrônicos, levando a um índice maior de sedentarismo na população. A pesquisa mostra também que em relação aos trabalhadores que passaram a realizar suas atividades em home office, sem talvez ter um ambiente adequado, acabaram desenvolvendo problemas lombares, de circulação e também prejudicando a saúde mental.

Praticar regularmente exercícios físicos é uma estratégia para o tratamento e prevenção de diversas doenças, sejam elas de caráter metabólico, físico e/ou psicológicos, sendo esse fato amplamente reconhecido na literatura científica e difundido para a população, sendo assim não seria diferente no momento em questão.

Nóbrega et al. (2020) traz dados da OMS (Organização Mundial da Saúde) relatando que neste momento a inatividade física traz efeitos negativos na saúde e bem estar. E que a prática de atividades física é essencial não só para a saúde, mas também para manter a calma durante o período de quarentena.

## 2.1 Os benefícios da atividade física em relação à COVID-19

Figura 2 - Cartilha da OMS incentivando a atividade física



Fonte: Formare (2020)

As medidas protetivas para o enfrentamento da COVID-19 e o isolamento fez com que boa parte da população adotasse rotinas sedentárias. Conseqüentemente, tem-se com isso, além da diminuição das atividades físicas diárias, um gasto de calorias reduzido em relação a rotina antes da pandemia. Podemos ressaltar também a perda de massa magra, força e aumento do percentual de gordura.

Sendo assim, não somente convivíamos com os riscos do vírus, mas também da inatividade física que leva ao sedentarismo, tornando-a essencial em ambos os casos e também para melhoria da nossa imunidade.

Os exercícios físicos tem ação também no sistema imunológico. A prática regular é capaz de fortalecer o mesmo, inclusive diminuindo a incidência de doenças transmissíveis como as de caráter infeccioso, incluindo o novo coronavírus SARS-CoV-2, causador da COVID-19.

Para as pessoas em grupo de risco, o cuidado tem que ser redobrado. E os exercícios para esse público, seguem três pilares de acordo com Raiol (2020):

1. Capacidade funcional; ela está relacionada com a capacidade dos seres humanos de realizar tarefas diárias.
2. Controle da comorbidade; pessoas com doenças associadas devem fazer acompanhamento e controle.



3. Melhora da imunidade; como mencionado no parágrafo acima, os exercícios físicos melhoram a imunidade de forma geral.

“Vale lembrar que as recomendações da OMS para indivíduos saudáveis e assintomáticos são de, no mínimo, 150 minutos de atividade física por semana para adultos e 300 minutos de atividade física por semana para crianças e adolescentes” (FERREIRA *et al.*, 2020).

Portanto, mesmo estando em isolamento, muitos desportistas e atletas procuraram formas de se manterem realizando suas práticas, principalmente no período em que a quarentena estava mais rigorosa, onde academias, estúdios, parques, e demais locais ainda não estavam em funcionamento. Sendo assim, a opção encontrada por muitos foi a realização de atividades físicas dentro de casa, o que aumentou a procura de profissionais de Educação Física que acompanhavam e prescreviam treinamentos online.

## **2.2 Os benefícios da musculação em relação à COVID-19**

A musculação tem um histórico bem antigo e não se tem uma data precisa do seu surgimento. Desde a pré história em que o homem já utilizava alguma forma de preparo para o corpo que possibilitasse realizar suas atividades diárias, ritos e cultos (caçada, competições entre tribos, fins recreativos) (Ramos 1982, apud Ferreira, p.11, 2015).

Na Grécia antiga, existia uma visão voltada para os cuidados e preparo com o corpo, tendo os “padrões de beleza grega”. Nessa mesma época, lá havia um atleta com o nome Milo de Crotona, que foi considerado o homem mais forte. Parte do seu treinamento, nos relatos, consistia em carregar um bezerro nas costas até que o animal chegasse ao seu tamanho adulto. Dessa forma a sobrecarga era progressiva, à medida que o animal crescia, a carga aumentava (LEAL, 2009 apud FERRAZ, 2012).

Durante a segunda guerra mundial, ela teve também um papel importante no treinamento dos soldados, pois a prática melhorava o condicionamento físico e tônus muscular (SANTOS, 2016).

A musculação é uma prática onde são feitos exercícios de forma sistematizada e possui diversos objetivos, como: ganho de forma muscular, resistência, hipertrofia, potência, entre outros. Os exercícios podem ser feitos utilizando cargas, aparelhos específicos, amplitudes e tempo de contração e descanso diferentes, enfim, é um dos tipos de exercício físico o qual pode ser trabalhado de várias formas.

Esse tipo de treinamento (musculação) é realizado em locais específicos que possuem um aparato para ser realizado. Esses locais são chamados de academia, seu espaço físico pode ser aberto ou fechado e os profissionais que trabalham coordenando o treinamento dos alunos são professores formados em educação física na modalidade bacharel.

Em Lavras, a maioria das academias são em ambientes fechados. Geralmente, estes espaços contam com itens básicos como colchonetes, bebedouros, materiais de higienização de aparelhos, banheiros e também os aparelhos de musculação. Os aparelhos são bem variados, podemos citar alguns que são comuns: esteira, banco supino, bolas, caneleiras, cross over, máquina hack, bicicleta ergométrica, steps, leg press, aparelhos extensores/ flexores, adutores/abdutores e outros.

Hoje, algumas academias oferecem não somente musculação, mas também outras modalidades de treinamento como funcional, pilates, jump, dança, hiit. Algumas possuem mais serviços complementares, como fisioterapia por exemplo e parceria com nutricionistas para ter um atendimento diferenciado.

### **2.3 Consultoria online para atividades físicas**

A tecnologia e a internet estão cada vez mais revolucionando a forma como vivemos, temos acesso a várias informações, conteúdos e entretenimento a qualquer momento, seja notícias, e-mails, chats, jogos, livros (e-books), aulas, vendas, prestação de serviços e demais funções, que tornam inúmeras as possibilidades de utilização das redes.

Figura 3 - Consultoria online de atividades física



Fonte: Monteiro (2020)

Crescitelli (2008, apud. Guilhoto 2004, p, 138 e Burke 1997) traz que a internet tem sua vantagem por ter um espaço onde não há limitação para propaganda, assim tem o acesso,

informação e o retorno de forma rápida com a comunicação barata, de forma instantânea e dispõem as informações completas e atualizadas sobre o serviço ou produto.

Acompanhando essas mudanças, muitos profissionais modificaram suas formas de trabalho, isso inclui os profissionais de Educação Física também, aderindo então a essa nova era tecnológica. Sendo assim tiveram de se adaptar a essa nova realidade e ao dinamismo do mercado atual, se habituando às plataformas digitais, por meio de consultorias online ou também denominado Personal Trainer Online, cuja inovação já vem se tornando tendência em muitos países pelo mundo, não sendo diferente aqui no Brasil.

Assim com as mídias e plataformas digitais vem ganhando cada vez mais o público, juntamente com um maior envolvimento da sociedade com os exercícios físicos, surgiu este novo campo de atuação. Mas sua criação não surgiu apenas agora, desde meados da década de 70 e 80, o acompanhamento online vem sendo utilizado por atores e artistas em muitos países, principalmente nos Estados Unidos, como uma forma de continuar praticando atividades físicas mesmo com suas vidas corridas, e em locais que eles possam fugir dos seus fãs, de repórteres e demais pessoas que querem atrair sua atenção. Assim surgiu esta nova forma de inovação nos atendimentos dados aos alunos/clientes dos profissionais de Educação Física.

Porém cabe pontuar, que este campo tem suas desvantagens, pois a internet trata-se de um local com alto índice de concorrência, sendo esta muitas das vezes desleal, sem a devida fiscalização por parte dos órgãos e conselhos competentes, estes que regularizam a profissão.

Pode-se ver presentes nesse contexto, pessoas que vendem e utilizam dos exercícios físicos para ganharem visibilidade, muitos deles sem estudo e formação na área, atuando livremente, prescrevendo e acompanhando “clientes”, como citado por Kurylo (2016). E isto não ocorre apenas na área de Educação Física, muitos desses “profissionais” além de montarem treinos, ainda passam dietas, reeducação alimentar, remédios, suplementos e até anabolizantes, indiscriminadamente.

## **2.4 Utilização das mídias sociais**

Tendo visto que é extremamente importante, as pessoas buscam meios alternativos de praticar os exercícios em locais sem aglomerações, como em suas casas e locais ao ar livre, como parques, loteamentos, praças, entre outros. Dessa forma surgiram os atendimentos remotos.

“É preciso reconhecer que um número cada vez maior de pessoas faz uso da internet para procurar por produtos e serviços” (GALINARI et al., 2015, citado por VICENTINI et al.2018, p. 438). Entre esses serviços estão os de consultoria online, tornando-se indispensável que o profissional de Educação Física adentre este mundo.

Com a demanda de atendimentos remotos, a solução encontrada foi a utilização das mídias sociais tais como WhatsApp, Facebook, Instagram e também pelo Google Meet (uma plataforma utilizada para se fazer chamadas de vídeo), para que conseguissem prestar os atendimentos on-line.

Com o confinamento, houve um maior consumo das mídias sociais, gerando assim uma rede de apoio à permanência doméstica, facilitando a comunicação entre as pessoas e também a propagação de notícias sobre a pandemia. As mídias sociais foram também uma forma de intensa divulgação, neste período, uma vez que eram a forma mais fácil de comunicação.

Assim o profissional teve que repensar sua atuação profissional em um campo já utilizado por outros profissionais, como nutricionistas, psicólogos e até médicos, neste momento, sendo um espaço de ampla atuação, financeiramente vantajoso, e que se pode perceber que veio por meio da necessidade das pessoas, porém para ficar.

Perante isto, o Conselho Regional de Educação Física (CONFEF) criou uma resolução que dá aporte a esta nova prática, sendo esta a Resolução nº 312/2015, de 09 de novembro de 2015, que dispõe sobre o treinamento resistido, onde em um dos artigos dispõe que ao profissional de educação Física compete: “VI- Prestar serviços de consultoria, auditoria e assessoria na área de especialidade;” (Art 5º, VI, Resolução CONFEF nº 312/2015, citado por Kurylo, 2016, p.54) , não sendo esta competência unicamente vinculada ao atendimento online, mas onde o cabe, neste ponto da resolução especificada.

Assim sendo, pode-se concluir que a consultoria online, passa a ser um ramo para os profissionais, onde eles podem fornecer informações e prestar serviços, desde que seja qualificado e disponha de conhecimentos sobre treinamento. Sendo este realizado por meio do desenvolvimento de metas, que devem ser procuradas pelos alunos/clientes, estabelecimento de ações, levantamento de conhecimentos prévios acerca da real necessidade do aluno/cliente, e de sua condição física, psicológica e motivacional, além da identificação de soluções. E por fim, o desenvolvimento de um projeto que esteja atrelado ao que o aluno espera e a necessidade

do mesmo, sendo estes os pontos a serem buscados pelo profissional que se aventura neste meio.

Cabe ainda pontuar, que nem todos os alunos podem e devem realizar este tipo de treinamento, para tal o aluno deve já ter treinado anteriormente, ter conhecimento básico sobre os exercícios e posicionamentos corretos dos mesmos, estar aptos para serem orientados a distância, serem motivados, e persistentes na prática, pois quando se comparado com o profissional presencial, ainda há pontos vistos como desvantagem quando se comparam ambos (VICENTINI et al. 2018).

E para melhor desenvolver esta prática, além de tudo o que foi explicitado, ainda cabe sempre ao profissional procurar ter o máximo de informações sobre o aluno, como doenças que o acomete, pedir um atestado médico para saber sua real condição, bem como utilizar de questionários e anamneses onde deve constar perguntas básicas sobre sua saúde e seu dia a dia, sobre quais práticas o aluno já realizou e qual seu conhecimento prévio em treinamento. É imprescindível a realização de uma avaliação física, ou pelo profissional que dará a consultoria, ou por algum profissional qualificado que esteja próximo ao aluno, fazendo com que este atendimento tenha qualidade, respeito e seja ético, para que consiga agregar ao aluno e manter sua fidelidade no treinamento, deixando o processo vantajoso para ambos e que consigam chegar aos seus objetivos.

Segundo Kurylo (2016), cabe ao profissional:

[...]estejam preparados para trabalhar com esse público, principalmente no que se refere aos ideais que fogem da realidade do indivíduo. Ou seja, conseguir equilibrar os objetivos do cliente com o que é possível e saudável de ser realizado, utilizando-se da ética e bom senso juntamente com os conhecimentos específicos da área. (KURYLO, 2016, p. 45.)

Portanto, este trabalho visa entender as modificações causadas na atuação do profissional de Educação Física durante a pandemia da COVID-19, abordando aspectos relacionados à utilização das mídias sociais, verificar as dificuldades, limitações na forma de trabalho e perspectivas.

## **2.5 Relevâncias da presente pesquisa frente ao contexto pandêmico e as mudanças por ele provocado**

Segundo Anversa e Oliveira (2011, p.1 apud FREIDSON, 1994), “o mercado de trabalho tornou-se um ciclo de metamorfose e complexidade, necessitando de profissionais altamente instruídos e readaptáveis (...)”. Essa readaptação pode ser notada desde o início da pandemia com o aumento do uso das redes sociais pelos seus usuários. Era e ainda é nitidamente notável que a produção de conteúdo publicados tanto em formato de vídeos, imagens, textos informativos, lives e afins estava aumentando.

Com o “lockdown”, o aumento do uso da internet de forma geral, principalmente para distração foi notável. Particularmente, várias pessoas à minha volta aumentaram também o consumo de conteúdos dispostos nas redes, tanto para distração, aulas, quando para trabalho. Pois, alguns deles que trabalhavam anteriormente de forma presencial, foram para o home office.

Bridi et al. (2020) traz que o home office já vinha como tendência e com o isolamento social devido a COVID -19, essa nova forma de trabalho ganhou um espaço ainda maior. Dessa forma, muitos trabalhadores para continuar ativos em seu trabalho, tiveram que se adequar.

Especificamente os profissionais de Educação Física que acompanho nas redes, percebi que estavam dando dicas de como se manter em movimento em casa de forma explicativa, tanto por texto, imagem ou vídeo. Alguns faziam live, com aulas de funcional utilizando “equipamentos” adaptados com os materiais encontrados em casa, danças (zumba, dança do ventre, dança fitness) e outras modalidades.

Sendo assim, esta pesquisa se justifica pela importância de compreender as mudanças na forma e jornada de trabalho durante esse período pandêmico. Este que antes a forma de realizar a prestação de serviço tinha a opção também do presencial, agora é predominantemente online. E ter que se adaptar a essas mudanças de forma repentina se torna um grande desafio.

### **3 METODOLOGIA**

Buscamos nesse capítulo, apresentar os caminhos metodológicos utilizados para acessar os dados empíricos da pesquisa, de forma a expor quais as ferramentas utilizadas para tal finalidade.

#### **3.1 Tipo de Pesquisa**

A presente pesquisa pode ser entendida como uma de abordagem qualitativa (YIN, 2016; CHIZZOTTI, 2003; BOGDAN e BIKLEIN, 1994). Conforme aponta Yin (2016), a pesquisa qualitativa tem o intuito de representar as percepções e os significados que a vida representa para as pessoas em um contexto específico, marcado pela possibilidade de influência deste contexto nos eventos da vida humana. Neste caso em específico, a influência da pandemia na forma de trabalho de profissionais de Educação Física que atuam em academias de musculação na cidade de Lavras - MG.

Deste modo, os dados colhidos por pesquisas qualitativas ocorrem “em forma de palavras e não de números” (BOGDAN; BIKLEIN, 1994), através de notas de campo, entrevistas, formulários e também de questionários, sendo este último o instrumento escolhido para o desenvolvimento desta pesquisa.

Por fim, é válido ressaltar que este tipo de pesquisa se compromete com o processo de interpretação das dimensões da vida social em detrimento de análises estatísticas e quantitativas.

#### **3.2 Participantes**

Participaram desta pesquisa profissionais de Educação Física que atuam em academias no município de Lavras – MG. Tendo em vista a grande quantidade de academias e de profissionais de Educação Física em exercício no município de Lavras – MG, foi utilizado o critério de conveniência para a cooptação dos participantes da pesquisa.

Os critérios de inclusão para participação nesta pesquisa serão: ser profissional de Educação Física que atuante em academias durante a pandemia decorrente da COVID – 19; profissional que possui graduação de Bacharelado no curso de Educação Física; ser devidamente registrado e com o CREF ativo e estar atuando há pelo menos dois anos.

Por outro lado, no critério de exclusão entrará os profissionais que não tiveram vivência com o trabalho de forma presencial antes do início da pandemia; profissionais que têm formação há menos de dois anos; e os que não quiserem participar da pesquisa.

### **3.3 Instrumentos e procedimentos de coleta de dados**

Para a coleta dos dados, foi utilizado um questionário aberto, a fim de que os participantes possam se expressar diante do tema de forma subjetiva, livre e flexível, proporcionando maior riqueza de detalhes nos dados coletados.

Por uma questão de cunho ético e na tentativa de contribuir com a diminuição do contágio e circulação do novo Coronavírus, o diálogo com os profissionais de Educação Física foi proposto em formato de questionário utilizando o Google Forms.

O Google Forms é uma plataforma que permite criar formulários online e gratuitamente. Nele é possível criar também questionários, acompanhar as respostas e o envio pode ser feito através de e-mail ou pelo link criado que pode ser mandado aos participantes pelo meio onde tem fácil acesso.

O questionário elaborado foi composto por quatro questões iniciais que caracterizam os participantes da pesquisa, seguidas de oito questões abertas e uma de múltipla escolha direcionadas ao tema da pesquisa.

A coleta de dados foi realizada durante o período de novembro a dezembro de 2021. O contato com os profissionais de Educação Física se deu por meio do Instagram. A mensagem com convite para a participação da pesquisa juntamente com o link do formulário foi enviada pelo direct dos perfis. O direct é uma das funções que permite a troca de mensagens entre os usuários desta rede social.

Os perfis dos profissionais foram procurados e selecionados de forma aleatória na rede utilizando as palavras: personal, personal trainer, “edf”, ed. Física e nos perfis das academias. Sendo assim, o link do questionário foi distribuído para sessenta e sete usuários, sendo homens e mulheres atuantes da área.

### **3.4 Análise dos dados coletados**

A presente pesquisa, como já ressaltado, pode ser compreendida com uma abordagem qualitativa (YIN, 2016). Pesquisas qualitativas, tem o intuito de representar as percepções e os



significados que a vida representa para as pessoas em um contexto específico, marcado pela possibilidade de influência deste contexto nos eventos da vida humana. Neste caso em específico, a influência da pandemia na forma de trabalho de profissionais de Educação Física que atuam em academias de musculação na cidade de Lavras - MG. Deste modo, os dados colhidos por pesquisas qualitativas ocorrem “em forma de palavras e não de números” (BOGDAN; BIKLEIN, 1994), através de notas de campo, entrevistas, formulários e também de questionários, sendo este último o instrumento escolhido para o desenvolvimento desta pesquisa.

Dessa forma, a coerência em utilizar um método que tenha finalidade com a pesquisa qualitativa e com os objetivos desse estudo se faz necessário e emerge a possibilidade da Análise de conteúdo de Bardin, o qual foi eleito como instrumento avaliativo. No processo de análise e discussão dos dados coletados, será utilizada a Análise de Conteúdo, proposta por Laurence Bardin (2016). Esta análise de dados pretende identificar os significados contidos na comunicação.

Para a interpretação destes dados, será utilizado o protocolo de análise que possui as seguintes fases, concomitantemente: a pré-análise; a exploração do material e o tratamento dos resultados, a inferência e a interpretação (BARDIN, 2016).

Por fim, é válido ressaltar que este tipo de pesquisa se compromete com o processo de interpretação das dimensões da vida social em detrimento de análises estatísticas e quantitativas.

### **3.5 Cuidados éticos**

Para resguardar esta pesquisa, principalmente os participantes, este projeto foi submetido ao Comitê de Ética e Pesquisa com Seres Humanos (COEP) da Universidade Federal de Lavras (UFLA) e respeita todos os critérios éticos necessários à sua realização.

Após a aprovação deste projeto<sup>1</sup>, como mostrado nos anexos desse trabalho, os objetivos desta pesquisa foram expostos aos participantes desta pesquisa, que ao acordarem em participar, deverão assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

---

<sup>1</sup> Trabalho aprovado com os seguintes dados: CAAE 51352721.5.0000.5148 e número do parecer: 5.059.151, maior descrição nos anexos desse trabalho.

Com base nos expostos nesse capítulo, antecipamos que no próximo iremos apresentar as discussões realizadas após o contato com os sujeitos participantes da pesquisa e as principais categorias reverberadas após o acesso as respostas dos participantes.

#### **4. AÇÕES DOS PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO ÁPICE DO CONTEXTO PANDÊMICO**

Com base nas ideias lançadas por Bardin (2011), buscou nesse trabalho classificar três categorias de análise, essas foram pensadas após o acesso às informações, sendo posteriormente definidas permitiram um contato com o material empírico de forma crítica e consistente. Salientamos ainda que por mais que os sujeitos estejam inseridos em uma categoria, não significa que sejam iguais, mas que as diferenças são poucas se comparadas aos que estão em outras categorias.

Para definir as categorias levamos em conta as respostas e elementos que sejam excludentes, de forma que ao estar em uma categoria o sujeito seja excluído de outra. Então foram pensadas três categorias: a dos desistentes, resilientes e adaptados.

Na busca pela definição/classificação dos participantes, para auxiliar neste processo, pautamos na pesquisa extremamente relevante das autorias Almeida, Morais e Reis (2022), que apresentam um contexto que serviu de base para organização da análises. Na pesquisa citada, foram analisadas quarenta e duas empresas, identificadas como micro ou pequenas academias de ginástica e ou academias, visando quais as percepções dos gestores sobre o contexto pandêmico e quais as principais dificuldades. A investigação citada, narra que a compreensão das realidades analisadas, mostra que a pandemia por conta da COVID - 19, resultou em três tipos de possíveis perfis para os profissionais de Educação Física (no contexto da pesquisa), sendo eles a adaptação, resiliência ou desistência do campo de atuação.

Com base na pesquisa observada e levando em consideração as respostas dos participantes, seguimos as mesmas três categorias, contudo pautando em elementos que foram apresentados em nossa realidade, como os recortes e nos marcadores transmitidos pela seguinte pergunta feita a cada participante: O ou A participante desistiu, continuo ou usou estratégias diferenciadas em suas aulas?

Essa pergunta feita em cada uma das respostas, destacou a classificação de cada um dos nove participantes, que são a partir daqui apresentados com a sigla “P”, e categorizada na tabela 1, que segue abaixo:

**Tabela 1** Características dos profissionais participantes

CARACTERÍSTICA DOS PARTICIPANTES					
Identificação	Idade	Sexo	Cidade/estado que reside	Tempo de atuação	Categoria inserida
P1	27	F	Lavras (MG)	4 anos	Desistentes
P2	33	F	Lavras (MG)	12 anos	Adaptados
P3	35	F	Lavras (MG)	3 anos	Adaptados
P4	32	F	Lavras (MG)	10 anos	Adaptados
P5	24	F	Lavras (MG)	3 anos	Adaptados
P6	30	F	Lavras (MG)	4 anos	Resilientes
P7	32	F	Lavras (MG)	4 anos	Resilientes
P8	36	F	Lavras (MG)	6 anos	Desistentes
P9	38	M	Lavras (MG)	15 anos	Adaptados

Fonte: Construção dos autores (2022)

Tomando como base a tabela apresentada e as respostas dos investigados, nos próximos tópicos apresentaremos as categorias analisadas.

#### 4.1 Profissionais de Educação Física que desistiram da área devido ao contexto pandêmico

Figura 4 - Academia fechada devido ao covid -19



Fonte: Marreiros (2020)

Antes de apresentar nossa análise, é importante dizer que o classificamos como o perfil dos profissionais desistentes segundo Almeida, Morais e Reis (2022, p.07), como os sujeitos que “declararam falência e outros fecharam as portas e aguardaram as autoridades locais liberarem a abertura das academias de ginástica”. Com base nisso, dos nove participantes apenas dois se enquadraram nesse grupo, como mostra a tabela 1, sendo a P1 e P8.

A P1 apresenta uma narrativa que remete a perda de um empreendimento, que ocasionou na mudança de área de trabalho, para compensar a perda da fonte de renda que tinha enquanto profissional que trabalha na sua própria academia de musculação. A P8, partilha da mesma perda de um empreendimento, porém apresenta mais dificuldade referente a adaptação na área, fazendo com que o contexto pandêmico, resultou na mudança de campo de atuação após muitas frustrações.

Muitos foram os campos de atuação que tiveram perdas e até foram a falência no contexto pandêmico, devido ao imprevisto. Tais incertezas, fizeram com que muitos gestores de academias tivessem perdas em seus empreendimentos. Conseqüentemente, houve a diminuição das rendas e até mesmo a necessidade de auxílio do governo<sup>2</sup>. Valor esse que é incompatível ao antes recebido no mercado e no campo da educação física (DE SOUZA CRUZ E DA ROSA, 2021).

Essa situação é narrada por P1 e P8, quando dizem:

*Foram dias difíceis. O fechamento do meu studio me atacou financeiramente e sendo assim o meu psicológico abalou. Não me deixei levar, abri um novo negócio na pandemia, virei artesã, me reinventei (P1).*

*Eu tinha uma academia era bem conceituada e tinha tudo pra continuar crescendo. A pandemia fez meu sonho acabar. Tive que fechá-la (P8).*

*O sonho de anos jogados no vento, dívidas e incerteza. Personal um dia tem a agenda lotada, no outro pode ter vazia (P8).*

A experiência de P1 e P8, são de frustração por perda, que levaram por motivações de força incontrolável: a pandemia. De não poder permanecer com os espaços de trabalho em continuidade. Ambas desistiram, narraram que tentaram personal, que é um trabalho mais individualizado de atendimento dos alunos. Mas, devido as dificuldades ocasionadas pelo contexto pandêmico, não foi o bastante e assim foi necessário a desistência.

Mas essas desistências foram como? Iguais? Não. Para P1, foi uma desistência temporária, fato que é narrado como uma mudança de área para compensar a falta de renda pelo trabalho, não existem indícios de abandono na profissão, mas sim da atuação no contexto

---

<sup>2</sup> O auxílio citado, se trata da Lei n ° 13.982, de 02 de abril de 2020, que prevê auxílio emergencial aos brasileiros que tiveram perda em suas rendas e sejam comprovados como microempreendedores individuais (MEI) (BRASIL, 2020).

pandêmico. Já no caso do P8 é uma fala mais forte, marcada de forma mais intensa, remetendo a frustração e desistência.

*Na verdade, resolvi mudar de profissão! Creio que após a pandemia, com a vida voltando ao novo normal, as pessoas voltem a sua rotina antiga e esqueçam um pouco dos exercícios que são tão benéficos pra saúde. Eu infelizmente, não vou "pagar" pra ver. Resolvi mudar totalmente de ramo para ter uma estabilidade melhor! (P8).*

Não buscamos aqui entrar no campo de diagnosticar, pois essa não é a nossa área, mas narrativas que falam de depressão e ansiedade, passam a ser muito evidenciadas na pandemia com mostram Depolli et al. (2021) em seu trabalho. Segundos os autores, nos mais diferentes campos seja na saúde, na educação ou no trabalho, houveram várias falas de ansiedade e de depressão, sujeitos que afirmavam ter esses sintomas, causados pela pressão, medo e falta de medicações no ápice pandêmico que poderiam leva-los a morrer. Tais narrativas quando transpostas para realidade do P1, que apresentou de forma, mais branda e do P8 de forma mais intensa, mostra o quão forte foram as incertezas vividas durante a pandemia.

Dessa forma, apresentando a análise breve das duas profissionais não buscamos comparar, mas destacar que fatores epidemiológicos, financeiros e psicológicos foram as principais causas de suas desistências.

#### **4.2 Profissionais de Educação Física que foram resilientes durante a pandemia**

Profissionais de Educação Física entendidos como resilientes no contexto pandêmico, são os que:

[...]formularam estratégias e implantaram para poucos consumidores algumas aulas on-line por meio de vídeo-chamadas ao vivo (lives) e/ou visitas às residências para ensinar e auxiliar as atividades físicas. Por deterem um perfil racional, a criação de estratégias destacou [...] (Almeida, Morais e Reis, 2022, p.07)

Com base na definição apresentada, partilhamos e agrupamos aqui nesse tópico os profissionais tidos como resilientes. Para descrever essa classificação, identificamos nessa categoria, sujeitos que demonstram grandes dificuldades, como redução financeira, número de alunos dentre outras, mas não houve um abandono em nenhum momento da profissão. Outra característica é a pouca adaptação, fator esse que diferencia do outro grupo apresentado.

A características do P6 e P7, são profissionais que durante o ápice do contexto pandêmico, não usaram de outras formas para que suas atividades continuassem a ser ofertadas. O único local que esses frequentavam foram as academias onde trabalhavam. Um outro destaque se comparado aos sujeitos no tópico anterior apresentado, esses não são gestores de empresas, mas funcionários, acompanharam as ações políticas de permissão e liberação das academias de musculação e ginástica como atividades essenciais.

A questão financeira se fez presente na fala dos dois participantes de forma sutil e indireta, justificada pela redução dos alunos e possibilidade de ministrar suas aulas.

*Foi muito difícil, pois atuo principalmente em aulas com muitas pessoas e o medo além das ações necessárias não permitiu a continuação das mesmas (P7).*

*Não consigo explicar. Mas, muitas das pessoas que eu atendia e era residencial ficaram um período sem atendimento de acordo com a patologia e houve perdas significativas em seu tratamento por mim. Retrocesso grande (P7).*

*[...]as pessoas tinham bastante medo em ir para academia (P6).*

*Menos fluxo de pessoas, uso de máscara dentro da academia, aumento da limpeza no local (P6).*

No caso da P7, existe uma queixa sobre a redução de alunos, em seguida é narrado a suspensão dos atendimentos residenciais e o retrocesso das pessoas atendidas. Podemos notar ainda um destaque interessante no caso de P6, onde é mencionado o medo de ir à academia por parte alunos e mesmo após tomadas as ações sanitárias para o funcionamento ainda seguia com um menor fluxo de pessoas. Elementos essas que demonstram que esses sujeitos foram afetados, mas que tiveram percepções diferentes.

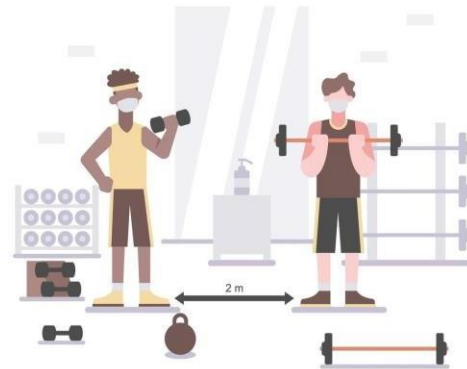
Com relação a redução de alunos e adeptos a ir nas academias de musculação e ginástica, como mostra o trabalho de Moratelli e Schwertner (2021) muitas foram as fatalidades trazidas pela COVID - 19, dentre elas as incertezas e o desconhecido. Segundo as autoras o medo da contaminação, fez com que muitas ações de abandono fossem tomadas, mesmo dentro da área da saúde. Outro ponto que justifica as falas apresentadas de P6 e P7, se deve ao fato de que a crise sanitária gerada, fez com que cerca de 88% dos empreendedores tivesse seus negócios afetados por essa imprevisibilidade, superlotações de hospitais e em alguns momentos a incerteza de uma vacina. Esses elementos fazem com que o um medo esteja presente em nossa sociedade em diferentes áreas de atuação (GUIMARÃES, 2022).

Figura 5 - Distanciamento para ir à academia de musculação e ginástica



Fonte: Prefeitura de Niterói (2020)

Figura 2 - Cuidados para acessar a academia de musculação e ginástica



Fonte: Vecteezy

A pesquisa de Santos Bataglia et al. (2022), dialoga diretamente com a realidade investigada, pois na pesquisa os autores buscaram compreender quais as mudanças necessárias no contexto pandêmico em academia na ótica de profissionais atuantes. Diante disso, foram investigados doze indivíduos e as principais problemáticas foram o medo, redução financeira e redução dos clientes, onde o medo foi o que mais foi notado nessa pesquisa, medo por parte das pessoas no ato de ir à academia e também de morrer ao contrair a doença. Esses elementos mostram uns dos motivos que ocasionaram na redução financeira dos profissionais.

Entretanto, a redução não ocasionou nesse caso na desistência de P6 e P7 da área. Um elemento que merece destaque é na fala de P6, onde é mencionado a redução de pessoas atendidas, mas destaca-se o aumento de uso de ações de segurança sanitária. A única pessoa investigada de nossa pesquisa que menciona tais atos, nesse caso com uso de máscaras e limpeza dos locais.

Antecedendo a menção sobre a limpeza ambiental, para segurança e saúde contra a COVID - 19, necessita o destaque nos movimentos realizados na sociedade brasileira sobre a permissão e flexibilização para a prática de exercício físico. Inicialmente, passou por impedimento gerado pelo medo e incertezas da doença (como já mencionado), conforme estudos e conhecimento iam sendo nutridos, a permissão de atividades ao ar livre foi se

popularizando e posteriormente a liberação das academias como atividades essenciais<sup>3</sup> com algumas ressalvas. Dentre essas ressalvas, tratam-se de equipamentos e ações de segurança como “o uso de máscara e seja disponibilizado álcool gel 70% em cada mesa ou bancada, respeitando a distância mínima de 1,5m”, propostas e ações que foram comprovadas cientificamente como eficazes juntamente com a vacinação (CORTEZ ET AL. 2020, P.07)

Comprendemos então, que esse “medo de ir a acadêmica”, não é um medo simples, mas algo que merece atenção devido a gravidade da saúde epidemiológica em que a sociedade viveu. As dificuldades mencionadas por P6 e P7 de manter-se na pandemia, não ocasionou nas desistências, mas resistiram até o ponto em que a flexibilização permitiu o retorno das atividades. Não existe menção de uso de equipamentos ou artefatos tecnológicos que auxiliaram no trabalho desses, mas no próximo tópico, iremos ver sujeitos que conseguiram ter menos dificuldades e usaram de elementos para adaptar suas práticas.

#### **4.3 Profissionais de Educação Física que conseguiram adaptar as intervenções**

A singularidade dessa categoria, é notada pelas estratégias identificadas pelos profissionais da área de Educação Física, em buscar adaptar-se as restrições, usaram de estratégias com que essas fossem superadas por diferentes campos de intervenção. Sendo essas abordagens, que os prejudicaram no começo, mas que passou a ser uma nova possibilidade no campo de trabalho.

A adaptação é ainda caracterizada, com uma forma de adequar ou ajudar uma ação para que seja viável num contexto previamente imprevisto ou impensado. Devido as normas de restrição, a grande presença de aulas virtuais e consultorias, foi uma estratégia muito usada para adaptar (ALMEIDA, MORAIS E REIS, 2022, P.07).

Dessa forma é possível ver que:

[...]A rede social de entretenimento Instagram foi utilizada como suporte para exibir as aulas (fotos, lives e reels) e, mediante ao aluguel de equipamentos de ginástica, foi possível criar um novo negócio. Vários desses empresários investiram em estudos e cursos para ampliar a oferta de serviço (ALMEIDA, MORAIS E REIS, 2022, P.07).

---

<sup>3</sup> Em maio de 2020, por decreto presidencial as academias de ginástica e musculação foram tidas como essenciais, permitindo assim sua reabertura. Esse movimento representou na para área da Educação Física um movimento presentes nas redes sociais #somosessenciais, fazendo referência a muitas áreas que tiveram prejuízos no contexto pandêmico. Essa permissão de essencialidade veio com rigorosidade de cuidados epidemiológicos e justificada por trabalhos acadêmicos que demonstram a relevância da atividade física para a saúde e bem estar biopsicossocial (CARVALHO, SILVA E OLIVEIRA, 2020).



Os participantes da pesquisa e pertencentes a esse grupo são P2, P3, P4, P5 e P9, que em meio a suas adaptações destacam que o reinventar foi necessário e alguns desses destacam quão forte foi a importância das redes sociais em sua manutenção de transição de trabalho devido o contexto pandêmico.

Os profissionais P2 e P3 trazem relatos, que permitem ver adaptação viabilizada muito forte pelas mídias digitais.

*Fiquei um bom tempo sem trabalhar por conta do fechamento das academias. Tive que me reinventar (trabalhar virtualmente) para ter uma fonte "mínima" de renda (P2)*

*Comecei a atender de forma online e a domicílio(P2).*

*[...]Aprendi a trabalhar com vários aplicativos de videoconferência, edição de vídeos, dentre outros. Para melhor atender os alunos a distância, precisei fazer uma revisão (estudar mais) e procurar adaptações para todo tipo de exercício, exercitando minha criatividade e quebrando o engessamento que as academias nos causam (P2).*

*Tive que estudar mais (P3).*

*Fiz um curso durante a pandemia sobre consultoria online. Com ele fiz um cronograma de que postar (conteúdo) no Instagram. Também fazia lives para ajudar quem queria se manter ativo. Conseguia atingir um bom público e através desse público (indicação) consegui um contrato com uma empresa para fornecer aulas via vídeos conferências. A mídia com certeza me ajudou a passar por esse momento(P3).*

No caso de P2, é mostrado primeiro uma dificuldade de trabalho devido o contexto pandêmico, mas que é superado pela reinvenção do trabalho por meio das mídias digitais. Um destaque é dado ao “aprendi a trabalhar com vários aplicativos”, demonstrando a importância que foi apreender mais sobre novas formas de intervenção. Nesse ponto, P3 não relata dificuldade, mas já segue dizendo que teve de realizar até curso para melhorar sua prática profissional, visto a emergência e carência (nossa percepção), sobre a importância de saber gerar intervenções e propostas usando as mídias digitais.

Devido a impossibilidade dos encontros presenciais, muitas foram as adaptações realizadas para que os ofícios continuassem, no caso da Educação Física nas áreas de musculação e ginástica, estratégias de marketing digital foram essenciais. Segundo Silva et al. (2019), os profissionais que se adaptaram a recursos tecnológicos tiveram menos chances de

falência e desistência da área, fato esse que se mostra verdadeiro aos relatos de P2 e P3, que viram uma nova possibilidade de continuidade.

Outro ponto mencionado por P2 e P3, que merece atenção é a formação que tiveram de buscar, o estudar mais como é mencionado por eles. Como mostra, as tecnologias digitais da informação, conceito usado para abordar todas as mídias e recursos virtuais tecnológicos, são usados pela Educação Física, mas a crise imposta pela pandemia fez com que ela fosse explorada profundamente, gerando a necessidade de apropriação ao máximo destas. Diante disso, é importante salientar que para sobrevivência mercadológica se fez necessário aprender mais sobre essas “novas” mídias mencionadas, criando a necessidade de estudo e reinvenção.

Além dos atendimentos virtuais outra estratégia é mencionada por P4, que apresenta a utilização de outra forma, destacando ao invés das mídias digitais, foi o atendimento ao ar livre. O que para o profissional é entendida como uma ação alternativa e que foi necessária.

*O impacto foi grande, pois ficamos fechados por muito tempo. Tivemos que recorrer a alternativas como atendimentos personalizados à domicílio, ao ar livre e consultoria on-line (P4).*

*Com o fechamento das academias, recorri ao atendimento personalizado ao ar livre e a domicílio. Tive que me reinventar como personal trainer para continuar oferecendo um bom treinamento mesmo fora da academia(P4).*

Como pode ser notado, ao contrário de P2 e P3, P4 não existe uma queixa quanto a dificuldade em usar os aplicativos/recursos digitais, mas sim um meio termo onde é usando o trabalho virtual e ambientes adaptados. O trabalho de Neca e Rechia (2021), demonstra que no contexto pandêmico, não eram permitidas as idas as academias, o uso de espaços de lazer e ao ar livre seguindo os protocolos de segurança foram muito usados para realização de atividades físicas, uma vez que o lazer fez mais que nunca necessário para suprir a carência de uma vivência devido a reclusão social. Diante disso, profissionais da área da saúde, em especial da Educação Física, veem nesses espaço de lazer e ambientes ao ar livre uma forma de manutenção da sua ação profissional (SÁ ET AL., 2020).

Corroborando com tal ideia mencionada pela adaptação de trabalho ao ar livre, Soares et al. (2020), demonstra que mais de treze países para continuar as aulas de Educação Física e/ou retorno delas, dentro e fora do contexto escolar. Na pesquisa mostra que foi usado além dos protocolos de segurança como distanciamento social, máscaras e álcool gel, espaços abertos.

Academias e exercícios resistidos ao ar livre, não são uma invenção que surgiu na pandemia, ela popularizou por conta da necessidade, mas como demonstra Oliveira et al. (2016), é uma estratégia e possibilidade usada a muito tempo, distanciando-se e sendo uma alternativa a espaços fechados, padronizados e por vezes uma aproximação da natureza.

As adaptações podem ainda ser notadas, sobre outro viés além do ar livre ou da apropriação pelas mídias digitais, ao passo que essas foram em outro caso, vistas como cruciais para o desenvolver profissional, que fica eminentemente claro na fala de P5.

*Me incentivou a ter um trabalho mais autônomo (P5).*

*Muitas pessoas perceberam que o exercício é necessário (P5).*

*Ajuda bastante a divulgação do trabalho melhorando os adeptos nas atividades afins (P5).*

Adaptações também são narradas por P9, que demonstra que ao desenvolvê-las, suas aulas tiveram uma boa aceitação e também um aumento de vínculo com os alunos.

*Tive que me adaptar fazendo atendimento em domicílio e em praças da cidade (P9).*

*Restringi o número de clientes, incluí protocolos de segurança e higienização, diminuí sessões de treinamento (P9).*

*Foram de grande valia, pois era um elo de ligação com os alunos (P9).*

Um ponto mencionado por P5, que merece destaque é a autonomia profissional, isso se deve ao fato de que o profissional teve que ir atrás dos alunos que antes eram oportunizados com mais facilidade na academia. P5 passou ao que demonstra em sua fala, de ser empregado para ser dono de suas intervenções. Esse fenômeno principalmente na educação física, segundo Oliveira (2020), foi muito grande no contexto de pandemia, chamando os sujeitos que tiveram essa abordagem de Personal trainer digital e para Nakamae (2020) de profissionais de adaptação ou resiliência. Essa necessidade vinculada a oportunidade, gera o que entendemos pela fala de P5 como autonomia, uma mudança de concepção e oportunidade de intervenção, nova e potencial, uma vez que a adaptação foi de grande valia.

Figura 7 - Personal trainer ao ar livre



Fonte: Costa (2021)

Figura 8 - Ação do profissional de educação física mediado pela tecnologia



Fonte: Gympass

O atendimento a domicilio foi o grande diferencial mencionado por P9, mas que é contemplado e considerado como uma adaptação bem sucedida, uma vez que levou em consideração o contexto, sujeito e uma abordagem para resolução do problema que está em sua eminência. Oliveira (2020), menciona que essa abordagem dos profissionais em pensar intervenções para serem realizadas nas casas dos alunos com os distanciamentos sociais, foi tão benéfica e vantajosa, que muitos ficaram adeptos a essa abordagem. Houve uma melhora salarial e também uma forma de sobrevivência no mercado de trabalho.

Considerando todas as adaptações aqui mencionadas, é de grande importância destacar, que todos desse grupo usaram de recursos tecnológicos, em especial Instagram e o WhatsApp. Por que esses foram os grandes balizadores de suas intervenções profissionais durante contexto pandêmico.

Em tempos pandêmicos, as redes sociais destacam-se como o meio de comunicação privilegiado da população mundial. Nesse contexto, se sobressai a utilização do Instagram, uma rede social focada no aspecto visual, em especial o seu stories, criado em 2016, com o intuito de promover marketing digital. Esse recurso permite a elaboração de postagens com textos, imagens e/ou vídeos, visíveis para os usuários por 24 horas, cuja exibição varia entre 5 e 15 segundos. Embora no início estivesse vinculado à divulgação de marcas empresariais, logo o stories foi apropriado pela sociedade brasileira em geral, e se transformou em um meio para o compartilhamento, principalmente, de fatos/imagens relativos à vida particular [...] (BRANDÃO, 2021, P.183)

Apenas usar um recurso digital não significa que é ou será bem sucedida as intervenções. Nogueira (2020) entende que o Instagram passou a ser usado como ferramenta de marketing, para suprir a carência causada pela pandemia, recurso esse que foi muito bem aceito por vários gestores. Como fica evidente em nossa pesquisa por aqueles que narraram suas certas adaptações, mas não é uma regra e sim possibilidade, porque nem todos usaram as mídias digitais e nem todos foram bem sucedidos.

Entretanto levando em consideração as boas adaptações e como mostra a tese de doutorado de Borges (2021), que analisou e verificou que influenciadores<sup>4</sup> digitais. Borges mostra que foram de grande importância esses sujeitos para conscientizar e estimular a atividade física na pandemia, por meio de postagens de seu dia a dia e apropriações de práticas de ginástica e musculação. Na mesma direção, Araújo et al. (2021), reinterpreta que no contexto pandêmico os profissionais de educação física e especialistas em saúde, adaptaram seu trabalho. Muitas foram e podem ser observadas as estratégias que se tornaram relevantes e referentes, uma vez que as carências causadas pela não atividade física e emergência desses profissionais se fez necessária.

---

<sup>4</sup> São considerados os novos atores da comunicação digital, Pessoas que usam da rede social e tem muito reconhecimento em suas mídias, isso é seguidor, número grande de pessoas que acompanham e considerar esses sujeitos como influentes e relevantes. (CAMARGO, ESTEVANIM E SILVEIRA, 2017).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esse trabalho segue alguns movimentos que orientaram sua dinâmica, importante salientar que a pesquisa foi realizada no ápice do contexto pandêmico, acontecimento que ao mesmo tempo foi de grande importância para o trabalho, mas também um desafio para pesquisar quando muita das incertezas tais como a vida eram colocadas em questão.

Buscamos dessa forma investigar, como já mencionado, quais os desafios e abordagens usadas por profissionais de Educação física no contexto pandêmico. Pesquisa que foi realizada por meio da plataforma Google Forms e diante das perguntas feitas para os nove participantes, entendemos como necessário o recorte para analisar apenas as questões relacionadas a desistência, adaptação e resiliência em suas práticas profissionais, essas orientadas e baseadas pelas análise de Bardin (2011).

Entretanto, por mais que tenhamos que analisar e focar nas três categorias formadas, muitas outras questões poderiam ser abordadas nesse trabalho. Por isso, entendemos como limitações a possibilidade de analisar qual a relevância da Educação Física no contexto pandêmico se comparado a outras áreas, narrativas de desrespeito por partes dos participantes em demorar considerar a área como essencial. Outro ponto foi quanto e quais as redes sociais mais usadas e como são usadas, para pensar quais delas tem mais ferramentas que auxiliam no trabalho profissional de educação física.

Essas questões tidas como limitantes não foram analisadas, por questão de tempo de dinâmica limitante desse trabalho, mas entendemos que abre margens para trabalhos futuros, pois talvez sejam questões pertinentes a outras investigações. Contudo, esse trabalho apresenta potencialidades, como as análises dos profissionais que adaptaram, desistiram e resistiram (resiliência). As principais características de cada uma das categorias analisadas, entendemos que possam servir de base para trabalhos futuros, mas também orientar e mostrar o quanto é importante não padronizar uma realidade como única e verdadeira.

Segundo a percepção sobre as categorias, os profissionais que desistiram, demonstraram grande dificuldade de adaptar esse novo modelo de virtualidade, porque ou seus negócios (empresas) eram de grande investimento físico ou limitações nesse novo formato. Não há menção sobre uso ou interesse em apropriar as redes ou tecnologias virtuais e em um dos casos até levando a mudança de área de forma definitiva e no outro a desistência temporária.

No que se refere aos profissionais que resistiram, esses manifestam muito uma abordagem que usa de espaços abertos e protocolos de segurança como elementos viabilizadores para permanência de seus trabalhos, mas com poucas mudanças e/ou sem mudanças que aumentaram suas aulas ou questões financeiras. Pelo contrário, esse grupo demonstra dificuldade financeira, menos que o grupo que desistiu, mas que conseguiram resistir, mas não houveram grandes mudanças no que se refere as intervenções.

Contudo, no grupo de adaptação, é possível ver práticas inovadoras, que vão de encontro com a as emergências epidemiológicas, mas também pela autonomia desenvolvida pelos participantes, que antes eram empregados e passam a ser gestores diretos de suas intervenções. Uma análise crítica é importante, pois se comparar os que adaptaram dos que desistiram, os que desistiram tinham grandes investimentos em seus patrimônios físicos ao ponto de que os que adaptaram não tinham essa preocupação e sim apenas migrar para uma nova abordagem, a virtual e a de protagonistas.

Um outro ponto que notamos que foi de grande relevância para os sujeitos que adaptaram, foi o buscar estudar e ver novas formas de intervenção, não negar ou resistir as ferramentas virtuais como as redes sociais, mas além delas, usar adaptações espaciais, como praças e idas a domicílios, resultando em atendimentos personalizados.

Por fim, entende-se que essas análises foram e são de grande relevância para área, para pensar a formação dos futuros profissionais de Educação Física. Olhar novos campos de atuação que se mostram rentáveis financeiramente. Esses por sua vez, que não são uma singularidade dessa pesquisa, mas de muitas outras que foram sendo demonstradas ao decorrer desse trabalho emergem novas possibilidade de pesquisas e intervenção, que cada vez mais criteriosas e críticas poderão contribuir com o avanço de pesquisas e melhorar a condição de trabalho para os profissionais.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALMEIDA, Thairone Ezequiel de; DE MORAIS, Isabela Carvalho; REIS, Luciana Paula. Comportamento de empresários e consumidores de academias de ginástica na adaptação de atividades físicas durante a pandemia de COVID-19. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 2, p. e52811226143-e52811226143, 2022.

ALVES, João Guilherme Bezerra *et al.* **Associação de fatores de risco para doenças cardiovasculares em adolescentes e seus pais.** Revista Brasileira de Saúde Materna Infantil. V.6, supl. 1, Recife, maio, 2006. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbsmi/a/wGNtvCtHqbNBZkYKLPGznqN/?lang=pt>> . Acesso em 21 de março de 2022.

ARAÚJO, Angélica Ferreira de et al. Como os profissionais de educação física se reinventaram durante a pandemia do COVID-19. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 13, p. e04101321045-e04101321045, 2021.

ARIÈS, Philippe. **História social da criança e da família.** Rio de Janeiro: LTC, 2006.

ARRAZ, Fernando Miranda. **A Importância da Atividade Física na Infância.** Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento. Ano 03, Ed. 08, Vol. 01, 2018. ISSN: 2448-0959. Disponível em <<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/educacao/atividade-fisica-na-infancia#:~:text=%C3%89%20preciso%20ressaltar%20que%20a,ser%20fundamental%20na%20vida%20adulta.>> Acesso em 04 de Mar. de 2022.

AYOUB, E. **Reflexões sobre a educação física na educação infantil.** Revista Paulista de Educação Física, [S. l.], n. supl.4, 2001. DOI: 10.11606/issn.2594-5904.rpef.2001.139594. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rpef/article/view/139594>. Acesso em: 13 de Mar. de 2022.

AYOUB, Eliana. **Narrando experiências com a Educação Física na Educação Infantil.** Rev. Bras. Cienc. Esporte, Campinas, v. 26, n. 3, 2005.

BARBANTI, V. J. **Dicionário de educação física e do esporte.** São Paulo, SP: Manole, 2011.

BASEI, A.P. **A Educação Física na Educação Infantil:** a importância do movimentar-se e suas contribuições no desenvolvimento da criança. Revista Ibero - Americana de Educacion, Santa Maria/RS, 2008. Disponível em: <<https://rieoei.org/historico/deloslectores/2563Basei.pdf>>. Acesso em: 02 de Mar. de 2022.

BATAGLIA, Danielle Camila dos Santos et al. Academias de Ginásticas em Tempos de Pandemias: impacto, estratégias e oportunidades empreendedoras. **Revista de Empreendedorismo e Gestão de Micro e Pequenas Empresas**, v. 7, n. 01, p. 23-47, 2022.

BORGES, Mariana Isabel Oliveira. **Influência de Conteúdos Digitais do Instagram na Intenção de Prática de Atividade Física em Tempos de Pandemia.** 2021. Tese de Doutorado. Instituto Politecnico do Porto (Portugal).



BOTTCHER, Lara Belmudes. **Atividade física como ação para promoção da saúde: um ensaio crítico.** Revista Eletrônica Gestão & Saúde, 2019.

BRACHT, V. **A constituição das teorias pedagógicas da educação física.** Cadernos CEDES: Corpo e Educação, n. 48, 1999.

BRANDÃO, Cláudia. Imagens e comunicação em tempos de pandemia: o que nos mostra o Instagram?. **Perspectivas multidisciplinares da Comunicação em contexto de Pandemia**, p. 182-198, 2021.

BRASIL. Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional, **LDB**. 9394/1996.

BRASIL. Lei nº 13.982, de 2 de abril de 2020. Altera a Lei nº 8.742, de 7 de dezembro de 1993, para dispor sobre parâmetros adicionais de caracterização da situação de vulnerabilidade social para fins de elegibilidade ao benefício de prestação continuada (BPC), e estabelece medidas excepcionais de proteção social a serem adotadas durante o período de enfrentamento da emergência de saúde pública de importância internacional decorrente do coronavírus (Covid-19) responsável pelo surto de 2019, a que se refere a Lei nº 13.979, de 6 de fevereiro de 2020. Diário Oficial da União, 2 abr. 2020. p.1. Edição Extra.

BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais: Educação física.** Brasília: MEC/SEF, 1998.

CAMARGO, Isadora; ESTEVANIM, Mayanna; SILVEIRA, Stefanie C. da. Cultura participativa e convergente: o cenário que favorece o nascimento dos influenciadores digitais. **Revista Comunicare**, v. 17, p. 96-118, 2017.

CARVALHO, Fabio Fortunato Brasil de; DA SILVA, Rodolfo Guimarães; OLIVEIRA, Ricardo Brandão. A essencialidade das academias de ginástica para a saúde diante da pandemia da COVID-19 no Brasil. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 25, p. 1-5, 2020.

CAVASINI, Rodrigo et al. Gestão de riscos de atividades ao ar livre durante a pandemia de COVID-19: um relato de experiência. **Revista Thema**, v. 18, p. 243-258, 2020.

CORREIA, M. *et al.* **O papel da educação física escolar diante do fenômeno da violência na escola.** Integração, São Paulo, ano XVI, n. 61, 2010. Disponível em: [http://www.usjt.br/prppg/revista/integracao/integracao\\_61.php](http://www.usjt.br/prppg/revista/integracao/integracao_61.php). Acesso em: 15 de Mar. de 2022.

CORTEZ, Antônio Carlos Leal et al. Centros de atividades físicas e promoção de saúde durante a pandemia da Covid-19. **Ponto de vista**, 2020.

COSTA, Mariana. COVID-19 faz atividade física ser reinventada. **Jornal Estado de Minas**, 11 fev. 2021. Disponível em: [https://www.em.com.br/app/noticia/economia/2021/02/11/internas\\_economia,1236812/covid-19-faz-atividade-fisica-ser-reinventada.shtml](https://www.em.com.br/app/noticia/economia/2021/02/11/internas_economia,1236812/covid-19-faz-atividade-fisica-ser-reinventada.shtml). Acesso em: 20 jul. 2022.

COTRIM, J. R. *et al.* **Desenvolvimento de habilidades motoras fundamentais em crianças com diferentes contextos escolares.** Journal of Physical Education, Maringá. v. 22, n. 4, 2011.

CRUZ, Karen de Souza; DA ROSA, Marcelo Victor. Os impactos da pandemia no exercício profissional de professores de dança em academias de Campo Grande (MS). **Motrivivência**, v. 33, n. 64, 2021.

D'AVILA, Alexandra da Silva; SILVA, Lisandra Oliveira e. **Educação física na educação infantil: O papel do professor de educação física.** Revista Kin esis, Santa Maria v.36 n.1, 2018. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/kinesis/article/view/31365/pdf>. Acesso em: 07 de março de 2022.

DEPOLLI, Gabriel Trevizani et al. Ansiedade e depressão em atendimento presencial e telessaúde durante a pandemia de Covid-19: um estudo comparativo. **Trabalho, Educação e Saúde**, v. 19, 2021.

DICIONÁRIO **Oxford Advanced Learner's Dictionary**. Oxford University Press. Oxford. 1990.

FORMARE. **OMS aumenta para 300 minutos a recomendação de atividade física semanal.** 23 dez. 2020. Disponível em: <https://formare.org.br/oms-aumenta-para-300-minutos-a-recomendacao-de-atividade-fisica-semanal/>. Acesso em: 13 maio 2022.

FREIRE, J.B. **Educação de Corpo Inteiro**. São Paulo: Scipione, 1997.

GALLAHUE, D.; OZMUN, J. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. São Paulo: Phorte, 2005.

GALLAHUE, D.L *et al.* **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. 7ª ed. São Paulo: Artmed, 2013.

GAVA, Diana, *et al.* **Educação Física na Educação Infantil: considerações sobre a sua importância.** Revista Digital - Buenos Aires - Ano 15 - Nº 144 - 2010. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd144/educacao-fisica-na-educacaoinfantil.htm>. Acesso em 16 de Mar. de 2022.

GOMES, Maria Christina Soares *et. al.* **O professor de Educação Física: uma análise da valorização profissional e social.** Revista Digital. Buenos Aires, Ano 15, Nº 144, 2010. Disponível em <<https://www.efdeportes.com/efd144/o-professor-de-educacao-fisica-valorizacao-social.htm>> Acesso em 08 de Mar. de 2022.

GRUPO DE ESTUDOS AMPLIADOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA. **Diretrizes curriculares para a Educação Física no ensino fundamental e na educação infantil da rede municipal de Florianópolis/SC**. Florianópolis: NEDEF/UFSC – SME/Florianópolis, 1996.

GUEDES, Joana Elisabete Ribeiro Pinto; GUEDES, Dartagnan Pinto. **Características dos programas de educação física escolar.** Revista Paulista de Educação Física. 1997. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rpef/article/view/138555>. Acesso em 20 de Mar. de 2022.

GUIMARÃES, Cristiane Pereira et al. O empreendedorismo no contexto da covid-19: necessidade, oportunidade e solidariedade. **Pensar Acadêmico**, v. 20, n. 1, p. 93-105, 2022

GUISELINI, Mauro. **Aptidão física, saúde e bem-estar: fundamentos teóricos e exercícios práticos**. 2ª edição. São Paulo: Phorte, 2006.

GYMPASS. Personal trainer online: como funciona e como posso encontrar um? Disponível em: <https://news.gympass.com/personal-trainer>. Acesso em: 20 jul. 2022.

- HOLLY, M.L. **Investigando a vida profissional dos professores: diários biográficos.** Porto: Porto Editora, 1992.
- KINCHELOE, Joe L. A natureza do pensamento pós-formal. **A formação do professor como compromisso político: mapeando o pós-moderno.** Porto Alegre. Artes Médicas, 1997.
- KISHIMOTO, T. M. **A LDB e as Instituições de Educação Infantil: desafios e perspectivas.** Revista Paulista de Educação Física, São Paulo, n.4, 2001.
- KUNZ, E. **Educação Física: ensino e mudança.** Ijuí: Unijuí, 1991.
- KUNZ, E. **Fundamentos Normativos para as Mudanças no Pensamento Pedagógico em Educação Física no Brasil.** Educação Física Escolar: política, investigação e intervenção. V. 1. Vitória: Proetoria, 2001.
- LACORDIA, R. C; SILVA, L. C. da. **Atividade Física na Infância, seus Benefícios e as Implicações na Vida.** Revista Eletrônica da Faculdade Metodista Granbery <http://re.granbery.edu.br> - ISSN 1981 0377. Curso de Educação Física – N. 21, 2016. Disponível em: <http://re.granbery.edu.br/artigos/NTU3.pdf>. Acesso em 22 de março de 2022.
- LE BOULCH, J. **Educação Psicomotora: a psicocinética na idade escolar.** 2ª ed. Porto Alegre: Artmed, 1988.
- LIBÂNEO, J.C. **Didática.** São Paulo: Cortez, 1992.
- MARREIROS, Lucca. O prejuízo nas academias devido ao Covid-19. **Portal Comunicare**, 20 maio 2020. Disponível em: <https://www.portalcomunicare.com.br/o-prejuizo-nas-academias-devido-ao-covid-19/>. Acesso em: 15 jul. 2022.
- MATTOS, M. G.; NEIRA, M. G. **Educação Física Infantil: Construindo o Movimento na escola.** 2ª ed. Guarulhos, SP: Phorte, 1999.
- MONTEIRO, Ana Carolina. Projeto em Tocantinópolis avalia nível de atividade física durante a pandemia. **Fundação Universidade Federal do Tocantins**, 15 dez. 2020. Disponível em: <https://ww2.uft.edu.br/index.php/es/ultimas-noticias/28504-projeto-em-tocantinopolis-avalia-nivel-de-atividade-fisica-durante-a-pandemia>. Acesso em: 12 jul. 2022.
- MORATELLI, Kelen; SCHWERTNER, Suzana Feldens. RECURSOS UTILIZADOS POR PROFISSIONAIS DA SAÚDE DO MUNICÍPIO DE ARROIO DO MEIO-RS NO PERÍODO DE PANDEMIA. **Revista Acadêmica em Humanidades**, v. 2, n. 2, 2021.
- NAKAMAE, Atlas Edson Moleros. Sobre resiliência, adaptação e projetos de futuro. **Revista FFO**, n. XIII, 2020.
- NECA, Bruno Rodrigues; RECHIA, Simone. Ficar em Casa ou Ocupar os Espaços de Lazer ao Ar Livre?: Reflexões e Possibilidades para uma Apropriação Segura dos Diferentes Espaços Públicos de Lazer em Tempos de Pandemia. **LICERE-Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, v. 23, n. 4, p. 471-509, 2020.
- NEIRA, M.G. **Educação física: desenvolvendo competências.** São Paulo: Phorte, 2003.
- NOCE, F; SAMULSKI, D.M. **A importância da atividade física para a saúde e qualidade de vida: um estudo entre professores, alunos e funcionários UFMG.** Rev. Bras. Atividade Física

e Saúde. V.5, n.1, p.07, 2000. Disponível em: <https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/992>. Acesso em 21 de março de 2022.

NOGUEIRA, Shirlane Valerio et al. O uso do Instagram como ferramenta de marketing digital nas agências de intercâmbio da cidade de Maceió/Al durante a Pandemia Covid-19. In: **Congresso de Gestão, Negócios e Tecnologia da Informação–CONGENTI**. 2020.

NÓVOA, A. **As organizações escolares em análise**. Lisboa: Publicações Dom Quixote, 1992.

NUNES, Bataghin e Costa (2020). **O instagram no contexto pandêmico foi de grande relevância pra para criação de conteúdos**

NUNES, Willian Caetano Carlos; BATAGHIN, Fernando Antonio; COSTA, Marcela Avelina Bataghin. Instagram Marketing: Alavancando as vendas em tempos de Pandemia. **Revista Acadêmica-Ensino de Ciências e Tecnologias**, v. 7, p. 1-19, 2020.

O GLOBO. **Guia visual do coronavírus: tire suas dúvidas saiba como prevenir**. 9 mar. 2020. Disponível em: <https://oglobo.globo.com/saude/coronavirus-servico/guia-visual-do-coronavirus-tire-suas-duvidas-saiba-como-prevenir-24290668>. Acesso em: 15 jul. 2022.

OLIVEIRA, Bráulio Nogueira de. **Personal trainer de bolso: uma tecnologia disruptiva na produção de imperativos para uma vida fitness**. 2020.

OLIVEIRA, Diego Marafiga de et al. **Exercitar-se conversando ou treinar focado: estudo sobre técnicas de si entre participantes de academia ao ar livre e academia de ginástica e musculação em Santa Maria-RS**. 2016.

OLIVEIRA, Z. M. R. **Educação Infantil: fundamentos e métodos**. São Paulo/SP: Cortez, 2002.  
PANSERA, S.M. *et al.* **Educação física no ensino infantil: sua influência no desempenho das habilidades motoras fundamentais**. Cinergis, v. 9, n.2, p. 2008.

PELIÇÃO, Taís. O uso das Tecnologias Digitais da Informação e Comunicação em atividades físicas remotas durante a pandemia de Covid-19: uma revisão sistemática. 2022.

PÉREZ GALLARDO, J.S. **Instrumentos para a estimulação vertical e horizontal do ser humano. Resumo das pesquisas realizadas**. Campinas: Editora UNICAMP (3 ed.) 1995.

PERMAN, Gastón et al. Daños colaterales de la pandemia por COVID-19; Consecuencias inevitables?. **Revista del Hospital Italiano de Buenos Aires**, v. 40, n. 4, p. 185-190., 2020.

PREFEITURA DE NITERÓI. **Cuidados na academia: Não tire a máscara!** 15 set. 2020. Disponível em: <https://twitter.com/niteroipref/status/1305923969757872129>. Acesso em: 22 jul. 2022.

ROSE, J. D. **Esporte e atividade física na infância e adolescência: uma abordagem multidisciplinar**. Porto Alegre: Artmed, 2009.

SÁ, Cristina dos Santos Cardoso de et al. Distanciamento social covid-19 no Brasil: efeitos sobre a rotina de atividade física de famílias com crianças. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 39, 2020.

SAYÃO, D.T. **Corpo e Movimento: Notas para problematizar algumas questões relacionadas à Educação Infantil e à Educação Física**. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, Campinas, v.23, n.2, p.55- 67, jan. 2002.

SILVA, Aline et al. ESTRATÉGIAS DE MARKETING DIGITAL UTILIZANDO REALIDADE VIRTUAL E AUMENTADA. **EnPE**, v. 6, n. 1, 2019.

SILVA, Marcio Jose Rodrigues da; FINGER, Jéssica; CALVE, Tatiane. Baixo número de idosos matriculados em academias de ginástica em 2021: impacto da COVID-19 no aumento do sedentarismo na vida adulta tardia. **Caderno Intersaberes**, v. 11, n. 31, p. 4-18, 2022.

SOARES, Letícia et al. Medidas de prevenção à Covid-19 no retorno às aulas: protocolos de 13 países. 2020.

TESTA-JÚNIOR, Ademir. **Por uma Educação Física escolar moderna**. Revista Proativa, 2020. Disponível em <<https://revistaproativa.com.br/por-uma-educacao-fisica-escolar-moderna/>> Acesso em 12 de Mar. de 2022.

TISI, L. **Educação física e a alfabetização**. Rio de Janeiro: Sprint, 2004.

TOLEDO, E. **Proposta de conteúdo para a ginástica escolar**: um paralelo com a teoria de Coll. Dissertação (Mestrado em Educação Física). Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas - UNICAMP, Campinas, 1999.

**VECTEEZY**. Homens usando máscaras na academia e praticando distância social Vetor Pro. 25 ago. 2022. Disponível em: <https://pt.vecteezy.com/arte-vetorial/1267155-homens-usando-mascaras-faciais-na-academia-e-praticando-distancia-social>. Acesso em: 22 jul. 2022.

VYGOTSKY, L.S. **Formação social da mente**. São Paulo: Martins Fontes. 1999.

WEBSTER-STRATTON, C. **Como promover as competências sociais e emocionais das crianças**. (P.M. Seixas, Trad.). Braga: Psiquilíbrios Edições, 2017.

ZURAWSKI, M.P. O corpo e o movimento da criança de 0 a 6 anos. **Revista Criança - do professor de educação infantil**. N.31. Brasília, 1998.

## ANEXOS

UNIVERSIDADE FEDERAL DE  
LAVRAS



**PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP**

**DADOS DO PROJETO DE PESQUISA**

**Título da Pesquisa:** A atuação do profissional de Educação Física durante a pandemia da COVID-19.

**Pesquisador:** Priscila Carneiro ValimRogatto

**Área Temática:**

**Versão:** 2

**CAAE:** 51352721.5.0000.5148

**Instituição Proponente:** Universidade Federal de Lavras

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

**DADOS DO PARECER**

**Número do Parecer:** 5.059.151

**Apresentação do Projeto:**

Com o surgimento de um novo vírus ao final de 2019, após alguns meses este gerou a doença que conhecemos como COVID-19 e se instalou uma pandemia mundial, no qual todos seguiam formas de se proteger e amenizar o contágio da mesma. Dessa forma, a rotina de vida e trabalho modificou. Dentre esses trabalhadores, os profissionais de educação física que atuavam em academia tiveram que se adequar à nova forma. Muitos utilizaram redes sociais para produção de conteúdo, atendimentos online, diversas formas para se manter ativos. Logo, o objetivo desse trabalho é analisar quais foram esses impactos na rotina de trabalho desses profissionais na cidade de Lavras – MG. Será passado o TCLE (termo de consentimento livre e esclarecido) e a coleta de dados será através de um questionário feito pelo Google Forms e os dados qualitativos serão analisados através do método de análise de conteúdo proposta por Laurence Bardin.

**Objetivo da Pesquisa:**

II – OBJETIVO

Compreender os impactos decorrentes da Covid-19 na atuação de profissionais de Educação Física que trabalham em academias no município de Lavras – MG.

**Avaliação dos Riscos e Benefícios:**

III - RISCOS ESPERADOS

Os riscos e desconfortos para participação nesta pesquisa são mínimos ou inexistentes, porém, se

**Endereço:** Campus Universitário Cx Postal 3037

**Bairro:** PRP/COEP

**CEP:** 37.200-900

**UF:** MG

**Município:** LAVRAS

**Telefone:** (35)3829-5182

**E-mail:** coep.nintec@ufla.br

Continuação do Parecer: 5.059.151

o participante sentir qualquer desconforto em relação as questões e demais parâmetros da pesquisa, poderá interromper sua participação a qualquer momento.

#### IV – BENEFÍCIOS

O resultado dessa pesquisa poderá contribuir para o conhecimento da realidade de trabalho dos profissionais de Educação Física atualmente, podendo servir para ajustes e a respeito das novas possibilidades e expectativas com o "novo normal" após esse período de pandemia.

#### Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

vide lista de pendencias

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

Trata-se um Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Universidade Federal de Lavras, como parte das exigências do Curso de Graduação em Educação Física, para a obtenção do título de Bacharel.

#### Recomendações:

Não há recomendações

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

Não há pendencias, todas foram sanadas

#### Considerações Finais a critério do CEP:

Ressalta-se que cabe ao pesquisador responsável encaminhar os relatórios parciais e final da pesquisa, por meio da Plataforma Brasil, via notificação do tipo "relatório" para que sejam devidamente apreciadas no CEP, conforme norma operacional CNS nº001/13, item XI.2.d.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1793216.pdf	06/10/2021 19:39:19		Aceito
Outros	carta_resposta.doc	06/10/2021 19:37:21	JULIA MARIA DOS SANTOS	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento /	TCLE_versao_2.docx	06/10/2021 19:35:34	JULIA MARIA DOS SANTOS	Aceito

Endereço: Campus Universitário Cx Postal 3037  
 Bairro: PRPICOEP CEP: 37.200-900  
 UF: MG Município: LAVRAS  
 Telefone: (35)3829-5182 E-mail: coep.nintec@ufal.br

UNIVERSIDADE FEDERAL DE  
LAVRAS



Continuação do Parecer: 5.059.151

Justificativa de Ausência	TCLE_versao_2.docx	06/10/2021 19:35:34	JULIA MARIA DOS SANTOS	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_TCC_versao_2.docx	06/10/2021 19:34:34	JULIA MARIA DOS SANTOS	Aceito
Folha de Rosto	Folhaassinada.pdf	20/08/2021 13:41:21	JULIA MARIA DOS SANTOS	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	projetotoc.docx	20/08/2021 13:40:37	JULIA MARIA DOS SANTOS	Aceito
Outros	questionario.docx	20/08/2021 13:37:52	JULIA MARIA DOS SANTOS	Aceito
Outros	comentarios.docx	20/08/2021 13:37:44	JULIA MARIA DOS SANTOS	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.docx	20/08/2021 13:37:16	JULIA MARIA DOS SANTOS	Aceito

**Situação do Parecer:**

Aprovado

**Necessita Apreciação da CONEP:**

Não

LAVRAS, 25 de Outubro de 2021

Assinado por:  
**ALCINÉIA DE LEMOS SOUZA RAMOS**  
(Coordenador(a))

Endereço: Campus Universitário Cx Postal 3037  
 Bairro: PRP/COEP CEP: 37.200-900  
 UF: MG Município: LAVRAS  
 Telefone: (35)3829-5182 E-mail: coep.nintec@ufal.br