



UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DANÇA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

NATHÁLIA COSTA MELO E SILVA

**TRANSFORMAÇÕES NA INDÚSTRIA DO *FITNESS* E O TRABALHO
DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

GOIÂNIA
2023



UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DANÇA

TERMO DE CIÊNCIA E DE AUTORIZAÇÃO (TECA) PARA DISPONIBILIZAR VERSÕES ELETRÔNICAS DE TESES

E DISSERTAÇÕES NA BIBLIOTECA DIGITAL DA UFG

Na qualidade de titular dos direitos de autor, autorizo a Universidade Federal de Goiás (UFG) a disponibilizar, gratuitamente, por meio da Biblioteca Digital de Teses e Dissertações (BDTD/UFG), regulamentada pela Resolução CEPEC nº 832/2007, sem ressarcimento dos direitos autorais, de acordo com a [Lei 9.610/98](#), o documento conforme permissões assinaladas abaixo, para fins de leitura, impressão e/ou download, a título de divulgação da produção científica brasileira, a partir desta data.

O conteúdo das Teses e Dissertações disponibilizado na BDTD/UFG é de responsabilidade exclusiva do autor. Ao encaminhar o produto final, o autor(a) e o(a) orientador(a) firmam o compromisso de que o trabalho não contém nenhuma violação de quaisquer direitos autorais ou outro direito de terceiros.

1. Identificação do material bibliográfico

☒ Dissertação ☐ Tese ☐ Outro*: _____

*No caso de mestrado/doutorado profissional, indique o formato do Trabalho de Conclusão de Curso, permitido no documento de área, correspondente ao programa de pós-graduação, orientado pela legislação vigente da CAPES.

Exemplos: Estudo de caso ou Revisão sistemática ou outros formatos.

2. Nome completo do autor

NATHÁLIA COSTA MELO E SILVA

3. Título do trabalho

Transformações na Indústria do Fitness e o Trabalho de Professores de Educação Física

4. Informações de acesso ao documento (este campo deve ser preenchido pelo orientador)

Concorda com a liberação total do documento ☒ SIM ☐ NÃO¹

[1] Neste caso o documento será embargado por até um ano a partir da data de defesa. Após esse período, a possível disponibilização ocorrerá apenas mediante:

a) consulta ao(à) autor(a) e ao(à) orientador(a);

b) novo Termo de Ciência e de Autorização (TECA) assinado e inserido no arquivo da tese ou dissertação.

O documento não será disponibilizado durante o período de embargo.

Casos de embargo:

- Solicitação de registro de patente;
- Submissão de artigo em revista científica;
- Publicação como capítulo de livro;
- Publicação da dissertação/tese em livro.

Obs. Este termo deverá ser assinado no SEI pelo orientador e pelo autor.



Documento assinado eletronicamente por **Roberto Pereira Furtado, Professor do Magistério Superior**, em 19/07/2023, às 16:42, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Nathália Costa Melo E Silva, Discente**, em 20/07/2023, às 10:00, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://sei.ufg.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **3901286** e o código CRC **6B76F082**.

NATHALIA COSTA MELO E SILVA

**TRANSFORMAÇÕES NA INDÚSTRIA DO *FITNESS* E O TRABALHO
DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Educação Física, da Faculdade de Educação Física e Dança, da Universidade Federal de Goiás (UFG), como requisito para obtenção do título de Mestra em Educação Física.

Área de concentração: Educação Física, esporte e saúde.

Linha de pesquisa: Aspectos socioculturais e pedagógicos da Educação Física e esporte.

Orientador: Professor Dr. Roberto Pereira Furtado

GOIÂNIA

2023

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor, através do
Programa de Geração Automática do Sistema de Bibliotecas da UFG.

Silva, Nathalia Costa Melo e
TRANSFORMAÇÕES NA INDÚSTRIA DO FITNESS E O TRABALHO
DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA [manuscrito] / Nathalia
Costa Melo e Silva. - 2023.
C, 100 f.: il.

Orientador: Prof. Dr. Roberto Pereira Furtado.
Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal de Goiás,
Faculdade de Educação Física e Dança (FEFD), Programa de Pós
Graduação em Educação Física, Goiânia, 2023.
Bibliografia. Anexos.
Inclui siglas, tabelas.

1. Trabalho. 2. Fitness. 3. Educação Física. I. Furtado, Roberto
Pereira, orient. II. Título.

CDU 796



UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS

FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DANÇA

ATA DE DEFESA DE DISSERTAÇÃO

Ata nº 39 da sessão de Defesa de Dissertação de Nathália Costa Melo e Silva, que confere o título de Mestre(a) em **Educação Física**, na área de concentração em **Educação Física, esporte e saúde**.

Ao/s vinte e sete de junho de dois mil e vinte e três, a partir da(s) 14:00, na Sala do grupo de pesquisa ECOS (FEFD), realizou-se a sessão pública de Defesa de Dissertação intitulada **“Transformações na Indústria do Fitness e o Trabalho de Professores de Educação Física”**. Os trabalhos foram instalados pelo(a) Orientador(a), Professor(a) Doutor(a) Roberto Pereira Furtado (PPGEF/UFG) com a participação dos demais membros da Banca Examinadora: Professor(a) Doutor(a) Hugo Leonardo Fonseca da Silva (FEFD/UFG), membro titular interno; Professor(a) Doutor(a) Álvaro de Azeredo Quelhas (FCED-UFJF), membro titular externo. Durante a arguição os membros da banca **não fizeram** sugestão de alteração do título do trabalho. A Banca Examinadora reuniu-se em sessão secreta a fim de concluir o julgamento da Dissertação, tendo sido(a) o(a) candidato(a) **aprovado(a)** pelos seus membros. Proclamados os resultados pelo(a) Professor(a) Doutor(a) **Roberto Pereira Furtado**, Presidente da Banca Examinadora, foram encerrados os trabalhos e, para constar, lavrou-se a presente ata que é assinada pelos Membros da Banca Examinadora, ao(s) **vinte e sete de junho de dois mil e vinte e três**.

TÍTULO SUGERIDO PELA BANCA



Documento assinado eletronicamente por **Roberto Pereira Furtado, Professor do Magistério Superior**, em 28/06/2023, às 15:35, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **ALVARO DE AZEREDO QUELHAS, Usuário Externo**, em 30/06/2023, às 19:56, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Hugo Leonardo Fonseca Da Silva, Professor do Magistério Superior**, em 07/07/2023, às 10:34, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://sei.ufg.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **3808504** e o código CRC **4DD7B9E2**.

AGRADECIMENTOS

Ao Programa de Pós Graduação em Educação Física da Universidade Federal de Goiás. À todos os professores e gestores que compõem o PPG que de alguma forma me ajudaram e contribuíram com a minha pesquisa. E um agradecimento especial ao meu orientador Dr. Roberto Pereira Furtado, pela paciência e dedicação durante todo o processo.

À CAPES, pela concessão da bolsa que obtive durante o último ano da minha pesquisa. Apesar de todas as dificuldades, cortes e sucateios enfrentados pelas Universidades Federais decorrentes da má gestão do governo federal anterior, a CAPES sobreviveu a duras penas.

À minha família, que lá do interior do nordeste, mesmo sem muitas condições financeiras, fez o possível para que eu tivesse condições de poder estudar e chegar até aqui.

Aos Professores entrevistados, pela disponibilidade e prontidão em contribuir com a pesquisa.

Aos meus orixás e guias espirituais, por me acompanharem e me auxiliarem durante este processo!

RESUMO

Dissertação de mestrado acadêmico desenvolvida pelo Programa de Pós-graduação da Faculdade de Educação Física e Dança da Universidade Federal de Goiás. Teve como objetivo analisar as transformações da indústria do *fitness* e seus encadeamentos na organização do trabalho de professores de Educação Física deste segmento, especialmente ao longo das três últimas décadas. Para a coleta de dados, foi realizada uma pesquisa de campo com três grupos focais formados por 4 a 6 participantes em cada um. Estes grupos foram compostos por professores de Educação Física que atuam na indústria do *fitness*. Foi feita também uma análise documental de materiais encontrados em sites na internet sobre as atuais características da indústria do *fitness*. Pode-se compreender que nas últimas décadas aumentou consideravelmente o trabalho precário e liberal dentro do *fitness*, personificado na figura do *personal trainer*. Em contrapartida, diminuem-se os números de professores assalariados nas academias de ginástica, em decorrência de muitos fatores, entre eles o novo modelo de academias com as empresas *low-cost*. Outras características, como as ginásticas coletivas, que possuíam grande força nas academias de ginástica nos anos 2000, passaram por grandes transformações recentemente. E as tecnologias de informação e comunicação têm cada vez mais adentrado a indústria do *fitness* e causado modificação no trabalho dos professores. As transformações que ocorreram neste segmento nas últimas décadas estão ancoradas nas transformações econômicas e sociais mais gerais que ocorreram no mundo do trabalho como um todo.

Palavras-chave: Trabalho; *Fitness*; Educação Física

ABSTRACT

Academic master's dissertation developed by the Graduate Program of the Faculty of Physical Education and Dance at the Federal University of Goiás. It aimed to analyze the fitness industry transformations and its chains in the organization of the work of Physical Education teachers at this segment over the last three decades. For data collection, a field research on focus groups with 4 to 6 participants each was carried out, this groups were formed by Physical Education teachers who work in the fitness industry. A documentary analysis of materials found on websites about the current characteristics of this market segment was carried out as well. It can be comprehended that in the last decades there was a significantly increase of liberal work within fitness, embodied in Personal Trainer's image. On the other hand, there is a decrease of salaried teachers in the fitness center as a result of the new gyms' models which emerged from the low-cost company modal. Other characteristics like collective gymnastics, which had great strength in gyms in the 2000s, have undergone major transformations recently. And information and communication technologies have increasingly penetrated the fitness industry and caused changes in the work of teachers. The transformations that have occurred in the fitness segment in recent decades are anchored by the economic and social transformations of these periods.

Keywords: Work; Fitness; Physical Education.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	11
1. O MUNDO DO TRABALHO: FORDISMO, TOYOTISMO E A EMERGÊNCIA DA INDÚSTRIA 4.0.	20
1.1. A reestruturação produtiva pós anos 1970 e seus impactos no mundo do trabalho: do fordismo ao toyotismo.	22
1.2. A organização da produção pós-crise de 2008: Do toyotismo à Indústria 4.0.	27
2. DESENVOLVIMENTO E TRANSFORMAÇÕES NA INDÚSTRIA DO FITNESS	34
2.1. Origem e expansão das academias de ginástica	35
2.2. Fordismo, toyotismo e o trabalhador de novo tipo na indústria do fitness	41
2.3. Personal trainer: o falso empreendedor do fitness	49
2.4. O fim das aulas coletivas?	55
2.5. Novas tendências: Aulas padronizadas, Crossfit e a emergência das empresas Low Cost e de equipes de personal	59
2.6. O fitness sai da academia de ginástica	66
3. OS AVANÇOS DAS TECNOLOGIAS DE INFORMAÇÃO E COMUNICAÇÃO E AS NOVAS CARACTERÍSTICAS NA INDÚSTRIA DO FITNESS.	74
3.1. O instagram e o marketing do personal trainer	76
3.1.1. Influenciadores fitness e o padrão de beleza atual	80
3.2. O trabalho uberizado na indústria do fitness.	82
3.3. O trabalho online na indústria do fitness	84
3.3.1. Consultoria online na indústria do fitness	88
CONSIDERAÇÕES FINAIS	90
REFERÊNCIAS:	94
ANEXOS:	99

INTRODUÇÃO

*“O proletariado passa por diferentes fases de desenvolvimento.
Sua luta contra a burguesia começa com a sua própria
existência”
(MARX, p. 53, 2003).*

*“A luta por uma tal política externa faz parte da luta geral pela emancipação do
proletariado. Proletários de todos os países, uni-vos!”
(MARX, p. 105, 2003)*

O meu intuito em iniciar o trabalho com estes trechos do Manifesto do Partido Comunista de 1848 de Karl Marx é deixar claro que o que se busca nas discussões desta pesquisa é em anteparo a classe trabalhadora!

Este estudo foi desenvolvido no Programa de Pós-graduação, nível mestrado acadêmico, da Faculdade de Educação Física e Dança da Universidade Federal de Goiás, com o propósito de apresentar as transformações percorridas no segmento *fitness* ao longo dos anos e suas implicações no trabalho dos professores atuantes nesse mercado de trabalho.

Ao longo do tempo, o modo de produção capitalista passou por reestruturações que provocaram reordenamentos na organização do trabalho como um todo, e conseqüentemente, no trabalho do professor de Educação Física. Abordaremos as transformações no segmento *fitness*, prioritariamente ao longo das três décadas que constituem o século XXI, e seus nexos com as transformações ocorridas no mundo do trabalho e no modo de produção capitalista de cada época.

O *fitness* representa um setor de grande influência na acumulação de capital e no trabalho dos professores de Educação Física, por possuir uma grande demanda profissional. Portanto, faz-se imprescindível estudos que buscam compreender as suas particularidades, de forma atualizada, com o propósito de contribuir com uma reflexão crítica por parte dos trabalhadores, além das contribuições para o campo científico relacionado à Educação Física e trabalho.

Dada a diversidade das ocupações e da necessidade cada vez mais ampliada do capital em mercantilizar a vida em todas as suas dimensões, é importante envidar esforços para a análise

do processo de exploração em todas as esferas da produção. Especificamente no setor serviços, as condições em que se expande o segmento fitness merecem atenção (QUELHAS, 2012, p. 11).

Apesar da necessidade e importância de pesquisas dessa natureza, Calesco e Both (2022, p. 2), argumentam o quão escassa se encontra a literatura sobre a atuação profissional desses trabalhadores:

Dentre os profissionais que atualmente não são contemplados com estudos direcionados estão os graduados em Educação Física que atuam como personal trainer. Estes necessitam de maiores conhecimentos a respeito da profissão e de como a carreira se desenvolve.

A década de 2000 possui, apesar de poucas, algumas literaturas bastante relevantes que se dedicaram ao estudo do movimento *fitness* da época em decorrência da reestruturação produtiva sofrida no final do século XX, que desencadeou grandes transformações na produção e no trabalho no início dos anos 2000. Para o *fitness*, foi um período de vasta expansão no mercado e para os trabalhadores do segmento, de grande reordenamento em seu campo de atuação.

A partir da década de 80 e 90, houve na Educação Física um forte crescimento do mercado de trabalho voltado ao *fitness* (FURTADO, 2007b). Nesse mesmo período, de acordo Nozaki (2004), o novo modelo de formação humana oferecido nas escolas voltado para a formação de trabalhadores polivalentes, têm descartado algumas disciplinas escolares, como a Educação Física, que sempre teve uma grande tradição nas escolas em épocas anteriores. Neste sentido, os professores de Educação Física esbarraram no enfraquecimento da Educação Física escolar e em contrapartida, a ascensão do *fitness* e das academias de ginástica. Com isso, veio a necessidade de os professores migrarem seu campo de atuação.

Nozaki (2015) afirma que, no campo da Educação Física, apesar de haver um aumento na produção do conhecimento sobre o mundo do trabalho no começo dos anos 2000, ainda são poucas as pesquisas e publicações que tratam desse tema. Segundo o autor, é possível identificar as produções neste

campo em duas principais linhas: a escolar e a dos campos não escolares, com forte concentração nas academias de ginástica.

Ao avaliar as produções sobre o trabalho do professor de Educação Física no campo não escolar, com aportes teóricos relacionados à tradição das pesquisas sobre o mundo do trabalho, Nozaki (2015) aponta como pioneira a dissertação de mestrado de Furtado (2007b). A posteriori, destacam-se as dissertações de Both (2009) e de Coimbra (2009) e, mais recentemente, a tese de doutorado de Quelhas (2012). Posterior a essas datas, pode-se perceber que a literatura não acompanhou as transformações que ocorreram nesse segmento nos anos subsequentes. Estudos desse caráter só voltam a ser publicados mais recentemente, devido às transformações que ocorreram no mundo do trabalho em detrimento da pandemia de 2020 e do avanço da Indústria 4.0.

Na década de 2010, estudos desse caráter são raramente encontrados. Apesar de ter sido uma década de movimentos significativos para que possamos entender a organização da produção e, por conseguinte, as características e o trabalho do segmento *fitness* atualmente. Isso porque a década de 2010 tratou-se de anos de transição, onde no segmento *fitness*, algumas tendências que já haviam começado a aparecer no início do século foram se corporificando até chegarem às características existentes hoje e outras características foram se enfraqueceram com o tempo.

De acordo com Antunes (2020), os anos que se desenvolveram pós-crise financeira de 2008 foram anos importantes para a estruturação do que conhecemos hoje como indústria 4.0. Esta última expandiu fortemente na crise sanitária de 2020, mas teve início ainda em 2008, e seu terreno vem sendo preparado desde os anos 70. Portanto, buscaremos fazer um resgate das características do segmento *fitness* e do campo de atuação profissional na década de 2010, entendendo-a como uma década de transição e efetivação de algumas tendências. Este período teve como principal característica a transição das transformações na indústria do *fitness* que ocorreram dos anos 2000 até os dias de hoje.

Publicações sobre o trabalho no *fitness*, são retomadas no início da terceira década do século XXI, em decorrência das efetivas transformações ocorridas na produção e nos serviços, geradas pela pandemia do Coronavírus,

o qual trouxe grandes impactos para esse segmento de mercado. Para Silvestre (2020), com os avanços tecnológicos da era digital, torna-se tendência os aplicativos relacionados ao *fitness*, tendo em média no ano de 2020 cerca de 150 mil aplicativos com destaque a condicionamento físico e dieta.

Além dos aplicativos, outras tendências surgem ou intensificam no segmento *fitness* com a ampliação da era digital, com impactos no trabalho dos professores deste segmento, como a acentuação de precarizações já existentes e surgimento de novas formas de precarização, como a chamada uberização¹ do trabalho. De acordo com Antunes (2020), a uberização já existia anteriormente, mas expandiu na pandemia de 2020 em diversos setores de serviços, inclusive no setor do *fitness*.

Desta forma, este trabalho tem como objetivo central analisar as transformações da indústria do *fitness* e seus nexos com a organização do trabalho de professores de Educação Física deste segmento, ao longo das três últimas décadas.

Este trabalho foi desenvolvido a partir de uma pesquisa de campo de natureza qualitativa. Para a análise do mundo trabalho de forma geral, no modo de produção capitalista, foram referenciados nesta pesquisa teóricos da sociologia do trabalho com base nos preceitos marxistas com destaque aos próprios conceitos de Karl Marx, e obras do sociólogo Ricardo Antunes, David Harvey e Giovanni Alves.

Para análise do trabalho especificamente na indústria do *fitness*, os referenciais teóricos utilizados, também de cunho marxista, foram majoritariamente dissertações de mestrado e teses de doutorado, com destaque aos trabalhos de tese de doutorado de Nozaki Hajimi (2004), dissertação de mestrado de Roberto Furtado (2007b), dissertação de mestrado Tatiane Coimbra (2009) e a tese de doutorado de Álvaro Quelhas (2012).

Como forma de enriquecer a investigação, foi realizada também uma análise documental com o intuito de captar as tendências atuais da indústria do

¹ Uberização do trabalho é um termo que surgiu com o modelo de prestação de serviço adotado pela empresa Uber, e se estendeu por inúmeras modalidades de trabalho, onde trabalhadores de diversos setores ficam a espera de uma chamada via aplicativo pelo smartphone, e quando a recebe ganha estritamente pelo serviço prestado e nada recebem pelo tempo que ficaram esperando (ANTUNES, 2020).

fitness. Estes documentos foram encontrados em sítios da internet, como revistas, reportagens e sites comerciais.

Para coleta dos dados, na pesquisa de campo foram realizadas entrevistas semi estruturadas em três grupos focais, compostos por professores de Educação Física que atuam neste segmento. Os três grupos foram formados por professores que se assemelham cronologicamente em períodos de admissão na indústria do *fitness*.

O Grupo Focal é uma estratégia metodológica qualitativa que “favorece a elaboração dialética do pensamento grupal, levando à construção coletiva do conhecimento” (ASCHIDAMINI e SAUPE, 2004, p. 13). Por se tratar de uma metodologia qualitativa, caracteriza-se por buscar investigar acerca de quais são os pensamentos e sentimentos dos participantes em relação ao assunto abordado, o que implica em uma análise também qualitativa dos dados sem intervenções estatísticas.

A organização e sistematização de uma investigação através dos Grupos Focais têm seus alicerces em Westphal, Bogus e Faria (1996), Debus (1997), Dall'agnol e Trench (1999), Iervolino e Pelicione (2001) que são unânimes quanto aos aspectos operacionais desde a escolha de seus participantes, do moderador (também chamado facilitador), do local dos encontros, da elaboração do guia de temas, quesitos fundamentais para o bom andamento das reuniões (ASCHIDAMINI e SAUPE, 2004, p.10).

De acordo com Aschidamini e Saupe (2004), alguns aspectos são considerados fundamentais em uma investigação que utiliza esta metodologia:

1. A definição dos participantes: A amostra deve ser intencional e os critérios socioeconômicos (como sexo, idade, escolaridade) podem variar, mas, devem apresentar pelo menos um traço comum importante para o objetivo proposto na pesquisa.
2. O número de sessões: Não existe um padrão de número de sessões de um Grupo Focal. Esse aspecto depende dos objetivos traçados pelo pesquisador. No caso de grupos distintos, um a dois encontros com cada grupo podem atingir o objetivo.

3. O local e o tempo de duração das sessões: O local precisa ser agradável, organizado de maneira que todos estejam dentro do campo de visão entre si e com o moderador, objetivando a participação e interação do grupo. Enquanto ao tempo, sugere-se que tenha duração de uma a duas horas, evitando desgaste e desconforto dos participantes, para que esses aspectos não tragam prejuízos aos resultados.

4. O guia de temas: Consta em uma lista de temas, que funciona como uma espécie de roteiro para o moderador conduzir o trabalho grupal e extrair as informações necessárias. Para isso, a elaboração desse instrumento exige clareza dos objetivos.

5. O moderador: É o facilitador, o condutor do debate, geralmente é o pesquisador, o qual deve proporcionar um ambiente adequado, e não deve expressar de forma alguma concordância ou discordância com o ponto de vista dos componentes do grupo.

Para a atual pesquisa, foram levados em consideração todos os critérios anteriores sugeridos pelos autores, com exceção ao local físico. A pesquisa foi realizada em salas virtuais do *google meet*.

Cada um dos grupos focais contou em média com quatro a seis entrevistados. Os grupos foram divididos por professores que atuam no segmento *fitness*, de acordo com a data exigida em cada um dos grupos.

Os grupos seguiram a seguinte divisão:

Tabela 01 – Divisão dos grupos focais de acordo período de atuação.

	Década de 2000	Década de 2010	Década de 2020
Participantes	G1: Professores que começaram a atuar no <i>fitness</i> na década de 2000 e estão até hoje	G2: Professores que começaram a atuar no <i>fitness</i> na década de 2010 e estão até hoje	G3: Professores que começaram a atuar no <i>fitness</i> na década de 2020 e estão até hoje

A letra “G” seguida da numeração 1, 2 e 3 representa cada grupo específico - G1, G2 e G3. E cada professor entrevistado possui uma letra em ordem alfabética como identificação pessoal. Nas análises dos dados, estas identificações informam que são fragmentos das exposições de professores entrevistados de cada um dos grupos como forma de manter o sigilo de suas informações pessoais.

O primeiro grupo (G1) foi composto por professores que entraram no mercado de trabalho do *fitness* nos anos 2000 e permaneciam até a data da coleta dos dados. A proposta desse grupo foi de analisar o histórico das características do *fitness* desde o início deste século, com ênfase na primeira década, e as mudanças que esses profissionais presenciaram em seu trabalho ao longo da sua carreira, facilitando o entendimento dos movimentos ocorridos até o atual momento. Participaram deste grupo quatro professores, sendo dois homens e duas mulheres, os quais são identificados ao longo das análises como: Professora (G1-A), professor (G1-B), professor (G1-C) e professora (G1-D).

O segundo grupo (G2), foi composto por seis professores que entraram no mercado do *fitness* na década de 2010 e permaneceram até o momento da coleta de dados. O intuito deste grupo foi de analisar os impactos e as transformações que ocorreram pós-crise de 2008, especificamente na segunda década deste século, nas características do mercado e no trabalho dos professores do segmento *fitness*, bem como resgatar informações importantes sobre esse período, que foram pouco exploradas em publicações anteriores. Neste grupo contamos com a participação de três mulheres e três homens que serão identificados como: professora (G2-A), professora (G2-B), professor (G2-C), professora (G2-D), professor (G2-E) e professor (G2-F).

O terceiro grupo (G3) foi composto por quatro professores recém-inseridos no mercado do *fitness*, de 2020 em diante, que atuam neste segmento há pelo menos um ano. Neste grupo, foram analisadas as características atuais do *fitness*, já no início da terceira década, durante a pandemia do Coronavírus e explosão da indústria 4.0, a partir do ponto de vista de profissionais que não passaram por experiências em momentos anteriores nesse mercado. Neste grupo, os professores entrevistados foram duas

mulheres e dois homens, identificados ao longo das análises como: Professor (G3-A), professora (G3-B), professor (G3-C) e professora (G3-D).

Foram incluídos na pesquisa professores graduados em Educação Física que atuam no segmento *fitness* de acordo com os critérios anteriores de períodos de adesão e professores que concordaram e assinaram o termo de consentimento da pesquisa e estiveram presentes virtualmente no dia e horário da entrevista. Foram excluídos da pesquisa professores de Educação Física que nunca atuaram no segmento *fitness*, que já atuaram e não atuam mais, professores que atuam a menos de um ano e profissionais que atuam, mas que não possuem graduação em Educação Física, e aqueles professores que não concordaram ou não assinaram corretamente o termo da pesquisa e não apareceram no dia e horário da reunião.

Evidenciamos que dentro do segmento *fitness*, existem dois principais campos de atuação, que são os profissionais assalariados das academias de ginásticas, clubes e outras empresas que trabalham com o comércio de práticas corporais e o profissional autônomo denominado de *Personal trainer*. E são dentro desses dois campos de atuação que este estudo foi norteado. Utilizaremos ao longo da pesquisa o termo *Personal trainer* ou somente *personal* para referir aos profissionais autônomos do *fitness*.

A apresentação desta pesquisa foi elaborada de forma que apresentassem as transformações na indústria do *fitness* e no trabalho do professor, percorridas ao longo deste século, dividida em três capítulos. O primeiro capítulo tem como propósito retratar as características do mundo do trabalho ao longo deste século, retomando ao final do século XX na passagem do fordismo ao toyotismo, para que possamos entender as particularidades da década de 2000 e, mais atualmente, a emergência da indústria 4.0, como suporte às discussões que norteiam os tempos atuais. Para que possamos entender os movimentos recentes da organização do trabalho no *fitness*, é necessário que voltemos aos acontecimentos das décadas que antecederam.

A partir do segundo capítulo, os resultados da pesquisa de campo serviram como base norteadora para as discussões realizadas daqui em diante. O segundo capítulo trata das características do desenvolvimento e transformações da indústria do *fitness* ao longo do século XXI e final do século XX, amparado às mudanças de produção e do mundo do trabalho. E o último

capítulo, trata da especificidade de como as novas tecnologias de informação e comunicação vem impactando na indústria do *fitness*.

1. O MUNDO DO TRABALHO: FORDISMO, TOYOTISMO E A EMERGÊNCIA DA INDÚSTRIA 4.0.

O intuito deste capítulo é relatar os acontecimentos históricos e políticos que ocorreram no mundo do trabalho no final do século XX e durante o século XXI, para que possamos compreender como eles têm interferido nas transformações ocorridas no *fitness*.

A concepção de trabalho da qual trataremos aqui é a concepção apresentado por Marx (2001) e Marx (2013), ou seja, compreendemos o processo de trabalho como algo vital ao ser humano, pois é através do trabalho que o homem transforma a natureza para sua própria existência. No entanto, o trabalho no modo de produção capitalista retira do homem aquilo que seria sua atividade vital e a torna apenas um meio para sua subsistência.

Em diálogo com Marx, Antunes (2018b) explica o trabalho como um trabalho omnilateral e concreto, que possui um sentido estruturante para a humanidade, com grande potencial emancipador e capaz de transformar o sujeito. Já o trabalho que ocorre no mundo capitalista é classificado como um trabalho unilateral e abstrato. Esse último aliena e explora quem o realiza.

Neste sentido, o trabalho a partir do qual o modo de produção capitalista está estruturado é o trabalho alienado. Portanto, a própria produção do trabalhador é estranha a ele, não o pertence. "O trabalhador se torna tanto mais pobre quanto mais riqueza produz, quanto mais a sua produção aumenta em poder e extensão. O trabalhador se torna uma mercadoria tão mais barata quanto mais mercadoria cria" (MARX, 2001. p. 111).

No trabalho alienado, o trabalhador se relaciona com o produto do seu trabalho como um objeto estranho, como se ele não tivesse o produzido. E quanto mais objetos a classe trabalhadora produz, menos pode possuí-los. Esse estranhamento não se mostra somente no resultado, mas também no ato da produção. O trabalhador não possui controle sobre o seu próprio trabalho. Ele é controlado pelo capitalista, pelas máquinas, menos por si próprio. Esse trabalho se torna algo externo, é como se o trabalho não fosse seu próprio e pertencesse a outro. (MARX, 2001). E é neste trabalho alienado, explorador e unilateralizado que encontra-se o professor de Educação Física inserido na indústria do *fitness*.

No modo de produção capitalista, as inovações nas formas de produção tem como objetivo o aumento da produtividade e conseqüentemente do acúmulo de capital. “O capital acumulado e reinvestido como capital constante em maior proporção que o capital variável, faz as taxas de lucro, de uma maneira geral, decrescerem. Essa tendência do modo de produção capitalista se evidencia periodicamente com as crises de superprodução” (FURTADO, 2012, p. 120).

Sobre a crise de superprodução, Marx (2003, p. 51) define:

Nas crises comerciais é destruída regularmente uma grande parte não só dos produtos fabricados, como também das forças produtivas já criadas. Nessas crises, irrompe uma epidemia social que em épocas precedentes teria parecido um absurdo - a epidemia da superprodução. A sociedade vê-se repentinamente reconduzida a um estado de barbárie momentânea; é como se uma situação de miséria ou uma guerra geral de extermínio houvessem suprimido todos os meios de subsistência.

Quando o modo de produção capitalista não consegue mais controlar as riquezas por elas mesmo construídas, ela encontra formas de detê-las, seja pela destruição de uma massa de força produtiva, seja pela criação de novos mercados ou maior exploração daqueles já existentes (MARX, 2003). A necessidade do sistema capitalista de se reestruturar economicamente nessas crises é explicada por Mascarenhas (2005. p. 58 e 59):

Sob as mais variadas formas e portadoras de conteúdos diversos, as dinâmicas de crise enfrentadas pelo capital são permanentes e cíclicas, ocorrendo historicamente quando um dado modelo de acumulação e uma dada estrutura hegemônica não mais se revelam capazes de frear a tendência à queda das taxas de lucro inerente ao sistema, exigindo sua recomposição sobre uma nova base social.

De acordo com Antunes (2020), para cada crise enfrentada, há uma nova reestruturação no modo de produção capitalista. Conhecer essas transformações e movimentos que ocorreram no final do século XX é fundamental para que possamos entender o modo de trabalho que vem se erguendo no século XXI. Antunes (2018b) explica que em 1973, quando houve o marco de uma das grandes crises do capital, ocorreram mudanças

ideológicas e políticas as quais possuem o neoliberalismo como um traço marcante e essas mudanças afetaram profundamente o mundo do trabalho. Segundo o autor essa é uma reestruturação permanente, ou seja, que continuou ao longo das últimas décadas e continua até a atualidade.

1.1. A reestruturação produtiva pós anos 1970 e seus impactos no mundo do trabalho: do fordismo ao toyotismo.

As décadas de 1970 e 1980 foram marcadas por “um conturbado período de reestruturação econômica e de reajustamento social e político” (HARVEY, 2008, p.40). Neste período, o fordismo, que era até então o regime de acumulação predominante da época, já demonstrava sua incapacidade de sustentação ao capitalismo, e já emergia a passagem para um regime de acumulação completamente novo (HARVEY, 2008).

Sobre o fordismo, Harvey (2008, p. 121) explica:

A data inicial simbólica do fordismo deve por certo ser 1914, quando Henry Ford introduziu seu dia de oito horas e cinco dólares como recompensa para os trabalhadores da linha automática de montagem de carros que ele estabeleceu no ano anterior em Dearborn, Michigan. Mas o modo de implantação geral do fordismo foi muito mais complicado do que isso.

Para Harvey (2008), as características das quais o fordismo se iniciou foram provenientes do modo de produção taylorista, que trouxe inovações ao trabalho, como exemplo a esteira de produção, que tinha como objetivo aumentar a produtividade e, conseqüentemente, promover um trabalho mais organizado. Mas esse é apenas o modo de produção adotado pelo regime de acumulação fordista, que por sua vez foi algo bem mais amplo que o taylorismo:

O que havia de especial em Ford (e que, em última análise, distingue o fordismo do taylorismo) era a sua visão, seu reconhecimento explícito de que produção de massa significava consumo de massa, um novo sistema de reprodução da força de trabalho, uma nova política de controle e gerência do trabalho, uma nova estética e uma nova

psicologia, em suma, um novo tipo de sociedade democrática, racionalizada, modernista e populista (HARVEY, 2008, p 121).

De forma geral, o fordismo teve como principal característica avanços tecnológicos nos instrumentos de montagem de alta produtividade que levaram a uma nova organização do trabalho, mais especializada e repetitiva. Possuíam jornadas de trabalho bem definidas e separadas dos horários livres. No fordismo, a política econômica que se encontrava instaurada era o keynesianismo, a qual se opunha às idéias neoliberais, e tem o emprego formal como característica.

É importante destacar que Gramsci (2007), aproximadamente seis décadas antes que Harvey (2008) já explicitava estas transformações no modo de produção capitalista. Segundo Gramsci (2007, p. 241):

Pode-se dizer, de modo genérico, que o americanismo e o fordismo resultam da necessidade imanente de chegar à organização de uma economia programática e que os diversos problemas examinados deveriam ser os elos da cadeia que marcam precisamente a passagem do velho individualismo econômico para a economia programática.

Harvey (2008) explica que em meados da década de 1960 o fordismo já demonstrava sérios problemas e tornava-se cada vez mais evidente que seria incapaz de conter as contradições que pertenciam ao mundo capitalista. Então, a acumulação flexível surgiu com um sistema de regulamentação política e social bem distinto do conhecido até o momento, como um confronto à rigidez do sistema fordista.

Esta transformação ocorreu a partir da década de 1970, com uma reestruturação produtiva que, em relação à organização do trabalho, teve como característica a substituição do fordismo pelo toyotismo, com um desenvolvimento muito intenso das tecnologias de informação e o trabalho especializado perdendo espaço para o trabalho flexível. Dessa forma, o trabalhador não possuía mais somente uma função e sim várias funções distintas em um único trabalho. Os momentos de trabalho e de tempo livre deixam de ser tão distintos e definidos. Principalmente nos países centrais do modo de produção capitalista, os trabalhos formais perdem espaço para trabalhos autônomos e terceirizados. Do ponto de vista econômico, o

keynesianismo entra em suas fases terminais e é atacado pela política econômica neoliberal. Estas características dão origem a acumulação flexível. Vejamos a definição de Harvey (2008, p. 140):

A acumulação flexível, como vou chamá-la, é marcada por um confronto direto com a rigidez do fordismo. Ela se apoia na flexibilidade dos processos de trabalho, dos mercados de trabalho, dos produtos e padrões de consumo. Caracteriza-se pelo surgimento de setores de produção inteiramente novos, novas maneiras de fornecimento de serviços financeiros, novos mercados e, sobretudo, taxas altamente intensificadas de inovação comercial, tecnológica e organizacional. A acumulação flexível envolve rápidas mudanças dos padrões do desenvolvimento desigual, tanto entre setores como entre regiões geográficas, criando, por exemplo, um vasto movimento no emprego no chamado "setor de serviços", bem como conjuntos industriais completamente novos em regiões até então subdesenvolvidas.

De acordo com Furtado (2007b), o modelo japonês de organização do trabalho denominado toyotismo, foi criado pela necessidade do país se recompor financeiramente após a segunda guerra mundial, com o objetivo de apresentar bons resultados de produção, e logo se espalhou pelo mundo capitalista. Além da descentralização do processo produtivo e do uso da tecnologia avançada, Furtado (2007b, p. 70) apresenta outras características do toyotismo:

Além dessas, existem outras características importantes do toyotismo como a diminuição do estoque, a flexibilização do processo de produção, o enfoque no cliente, o envolvimento da subjetividade do trabalhador de forma ainda mais intensa com a organização, efetuado principalmente através dos Círculos de Controle de Qualidade, entre outras.

Uma mudança bastante significativa que esse novo regime de acumulação trouxe aos trabalhadores foi a expansão do setor de serviços e o aumento do trabalho informal.

Com a retração do binômio taylorismo/fordismo, vem ocorrendo uma redução do proletariado industrial, fabril, tradicional, manual, estável e especializado, herdeiro da era da indústria verticalizada de tipo taylorista e fordista. Esse proletariado vem diminuindo com a reestruturação produtiva do capital, dando lugar a formas mais desregulamentadas de trabalho, reduzindo

fortemente o conjunto de trabalhadores estáveis que se estruturavam por meio de empregos formais (ANTUNES E ALVES, 2004. p 336).

A classe trabalhadora desse novo regime de acumulação “compreende a totalidade dos assalariados, homens e mulheres que vivem da venda da sua força de trabalho e que são despossuídos dos meios de produção” (ANTUNES E ALVES, 2004. p 336). Na mesma direção, Antunes (2018b) compreende que as mudanças ocorridas no modo de produção capitalista contemporâneo ampliaram-se o conceito de classe trabalhadora, incorporando a ela a totalidade de trabalhadores que vendem sua força de trabalho como mercadoria em troca de salários de forma menos regulamentada.

Antagônico ao movimento da redução do proletariado estável, houve um aumento do novo proletariado de serviços, em todo o mundo, presente em distintas modalidades de trabalho. Esse proletariado sofreu uma significativa perda de direitos, e passaram a trabalhadores terceirizados e subcontratados (ANTUNES E ALVES, 2004).

Neste sentido, diferente do setor industrial e comercial em que acontece a produção, compra e venda de mercadorias, na prestação de serviços, o produto comercializado é a própria força de trabalho dos trabalhadores. A prestação de serviço tem como uma de suas consequências um considerável aumento na precarização do trabalho desse novo proletariado. Ampliou-se a pejetização do trabalho, sendo que segundo Antunes (2018b), esse termo refere-se aos trabalhos realizados por pessoas jurídicas (PJ), que é disfarçadamente conhecidas como trabalhadores autônomos e tem como propósito disfarçar as relações de trabalho assalariado existentes com o ideal de burlar direitos trabalhistas. Todo este processo forma uma base para o desenvolvimento do que o autor chama de “escravidão digital”.

O *fitness* se enquadra dentre as diversas modalidades de trabalho que podemos encontrar no setor de serviços e é desse setor que trataremos durante esse trabalho. Desta forma, podemos inferir que o trabalho realizado no segmento *fitness*, trata-se da prestação de serviço por meio da oferta das práticas corporais como mercadoria oferecidas pelos profissionais ou academias de ginástica aos seus alunos. Furtado (2007b, p. 21) diz:

O ramo das academias de ginástica e a indústria do *fitness/wellness* desenvolvem-se com a mesma tendência de quaisquer outros ramos rentáveis, industriais ou de serviços, na sociedade capitalista, de avançar até todos os locais onde o retorno ao investimento do capital seja lucrativo.

Harvey (2008, p. 115) explica que um novo regime de acumulação “implica alguma correspondência entre a transformação tanto das condições de produção como das condições de reprodução de assalariados”. Ainda segundo o autor, a mudança de um regime de acumulação causa “modificações radicais em processos de trabalho, hábitos de consumo, configurações geográficas e geopolíticas, poderes e práticas do Estado, etc.” (HARVEY, 2008, p.115). Estas “modificações radicais” foram tão drásticas que chegaram a acreditar, em meados dos anos 1980, que a classe trabalhadora estava chegando ao seu fim, e que o trabalho seria realizado quase que exclusivamente pelo mundo informacional-digital que vinha se expandido na acumulação flexível. Muitos autores defenderam essa tese por um bom tempo (ANTUNES, 2018b).

Entretanto, ao contrário da erradicação da classe trabalhadora pelo maquinário informacional-digital, o que de fato presenciamos foi a expansão do novo proletariado da era digital. Portanto, a era digital não nos trouxe o fim do trabalho, mas sim o crescimento desenfreado do novo proletariado de serviços que é denominado por Antunes (2018b) como uma escravidão digital do século XXI.

Essas transformações têm modificado o mercado de trabalho e, consequentemente, o mercado do *fitness*, que segundo Coimbra (2009), é o principal setor mercadorizado da cultura corporal. As transformações do *fitness*, por sua vez, reordenam a organização do trabalho dos professores atuantes nesse segmento.

Dentro dessa perspectiva, Nozaki (2004) mostrou como a busca incessante do capitalismo de utilizar-se de todas as formas sociais onde é capaz de fazer intervenção para controlar a crise na qual se encontra mergulhado, se relacionou com o campo da Educação Física. Em 1998, quando a regulamentação da profissão entrou em vigor, a Educação Física passou a atuar de forma indireta para compor o novo modelo de formação que o capital demandava. A regulamentação da profissão tratou-se de uma forma de estratégia de adaptação da Educação Física às transformações no mundo

do trabalho e ao controle da crise do capital, afetando o trabalho e a formação dos professores.

Quelhas (2012) enfatizou que a crise de acumulação capitalista de 1970, que deu origem à acumulação flexível, “provocou a busca dos capitais por novas fontes de exploração, encontrando no setor de serviços um campo fértil para tal finalidade” (QUELHAS, 2012, p.224). Essas inovações causaram grandes modificações para os trabalhadores do *fitness*. Uma delas foi a perda do antigo perfil de professor para os chamados instrutores (QUELHAS, 2012).

1.2. A organização da produção pós-crise de 2008: Do toyotismo à Indústria 4.0.

A década de 2010 foi influenciada por uma crise financeira mundial, ocorrida em 2008. Com isso, as políticas neoliberais e avanços tecnológicos se intensificaram, o que desencadeou transformações na organização da produção como uma nova estratégia de recomposição do modo de produção capitalista, denominada de indústria 4.0. Segundo Alves (2016, n.p):

O que se disputa na virada para a década de 2010 é o modo de resolução das contradições abertas pela crise financeira de 2008/2009 no plano histórico mundial. Trata-se de uma disputa no interior da ordem burguesa, tal como ocorreu por exemplo na década de 1930 a partir da crise de 1929. Esta necessidade de nova reestruturação da ordem do capital global é o que caracteriza a crise do capitalismo neoliberal.

Para Antunes (2020), a Indústria 4.0 vem se estruturando a partir das novas tecnologias de informação e comunicação (TICs). Essa proposta surgiu na Alemanha, em 2011, organizada para gerar um grande salto tecnológico no mundo produtivo. Sua expansão configura a ampliação da produção cada vez mais robotizada e automatizada. O autor afirma que entramos nessa organização de produção de fato em 2008. Mas, estamos caminhando para essa forma de produção desde 1973, com a reestruturação produtiva e a ascensão do neoliberalismo, quando a produção passou a priorizar os interesses capitalistas financeiros e não mais as necessidades humanas.

Com os avanços tecnológicos ainda mais desenvolvidos que no toyotismo, a substituição do trabalho humano por máquinas se agravou, acelerando ainda mais a conversão do trabalho vivo em trabalho morto e, conseqüentemente, causando transformações no trabalho.

E quanto maior a quantidade de trabalho morto materializado nos meios de produção menor a necessidade de trabalho vivo para produzir a mesma quantidade de mercadoria. Dizendo de outra forma, quanto mais desenvolvido qualitativamente os meios de produção, menor a necessidade de força de trabalho (FURTADO, 2007b, p. 43).

De acordo Antunes (2018b) podemos entender através da concepção marxiana o trabalho morto como aquele corporificado nos maquinários tecnológicos. E o trabalho vivo, como a própria força de trabalho realizada pelos trabalhadores. Em relação ao *fitness*, Furtado (2007a) já explicava a ascensão do trabalho morto nas academias de ginástica a partir dos anos 1990. Este processo aumentou sua intensidade com a chegada da Indústria 4.0, devido a um avanço tecnológico ainda maior do que o existente no toyotismo.

Um dos exemplos do aumento da tecnologia nas academias de ginástica são aparelhos de musculação, esteiras, bicicletas e outros instrumentos, com um sistema de informação computadorizada embutido no próprio aparelho que permite ao aluno saber, sem a necessidade do auxílio do professor, o exercício que precisa fazer, a quantidade de repetições, a carga, a amplitude do movimento e outras informações que demonstram claramente a materialização de um trabalho morto nesses equipamentos (FURTADO, 2007a, p. 44).

Podemos dizer que a formalização da Indústria 4.0 foi uma das principais características que difere a década de 2010 da década anterior. Gonsales (2020, p. 125) define:

A Indústria 4.0, termo cunhado pelo governo alemão, ou a Quarta Revolução Industrial, expressão utilizada pelos participantes do último Fórum Econômico Mundial de Davos, constitui um conjunto de tecnologias inovadoras, como a nanotecnologia, as plataformas digitais, a inteligência artificial (IA), a robótica, a internet das coisas, entre outras, que

representam um salto de qualidade na capacidade de organizar e de controlar o trabalho.

De acordo Antunes (2020) o que o grande capital chama de Quarta Revolução Industrial, faz parte de uma reestruturação produtiva permanente que vem sendo estruturada desde 1973. Toledo (2020), diz que não se sabe ainda se a indústria 4.0 se trata da consolidação de um novo regime de acumulação. O que se pode ver até o momento é uma intensificação da reestruturação neoliberal ocorrida no final do século XX. Pois, esse novo período não negou a política econômica neoliberal, como aconteceu na última reestruturação produtiva onde o neoliberalismo substituiu a política keynesiana, mas sim buscou aprofundar-lá dentro das novas condições tecnológicas, econômicas e produtivas.

Essas novas condições trouxeram ao mundo do trabalho novas formas de precarização e intensificaram algumas que já existiam anteriormente, como o crescimento do trabalho informal e o aumento da servidão digital que, segundo Antunes (2020), tem crescido devido à ampliação dos processos produtivos cada vez mais automatizados.

Havia uma expectativa que o desenvolvimento tecnológico traria um período auspicioso para a classe trabalhadora e que a flexibilização se trataria de novos tempos. Nos anos 1970 e 1980 a flexibilização foi saudada com um grande potencial capaz de transformar e “libertar” o trabalho. Entretanto, o que veio a ocorrer de fato foi a intensificação da exploração e da corrosão dos direitos do trabalho, organizadas em uma configuração de autoexploração através das subcontratações e dos trabalhos intermitentes e da expansão do setor de serviços, (PRAUN e ANTUNES, 2020). Os mesmos autores explicam que “o trabalho precário foi se tornando a realidade vivida por milhões de homens e mulheres mundo afora, tendência que se intensificou exponencialmente a partir da nova fase da crise estrutural aberta em 2008” (PRAUN e ANTUNES, 2020, p. 179).

Em uma entrevista dada ao jornal *Bella Ciao Connection* em 2018, Ricardo Antunes fala sobre o golpe de estado sofrido no Brasil em 2016 que levou ao *impeachment* da presidenta eleita Dilma Rousseff e teve como propósito a entrada de um governo de direita, para que pudessem de fato

redesenhar o capitalismo predatório no país, o qual já vinha sendo arquitetado nas grandes potências mundiais. Na mesma direção compreende Alves (2016):

A ruptura da institucionalidade democrática no Brasil em 2016 por meio de um golpe de Estado jurídico-parlamentar ocorreu no contexto da profunda crise do capitalismo global. E ao dizermos “crise do capitalismo neoliberal”, é importante salientar que não nos referimos a um bloqueio terminal da possibilidade de reprodução da ordem burguesa mundial. Muitas vezes, a ideia de “crise” remete a noção de estagnação e queda. Mas, pelo contrário, as “crises” do capitalismo histórico possuem uma função histórica crucial – elas tratam de oportunidades de renovação para que o sistema-mundo do capital se recomponha num patamar superior, constituindo assim, uma forma social no interior da qual ele irá desenvolver suas contradições candentes no século XXI. É claro que a “crise” opera não apenas oportunidades de renovação da dominância hegemônica do capital, mas expõe também riscos contingentes de rupturas sociais e políticas adversas à dominância do capital global tendo em vista a luta de classes (ALVES, 2016, n.p).

Após o golpe, em 2017, no governo de Michel Temer, presenciamos a aprovação de novas mudanças na legislação trabalhista brasileira, quando a Lei n. 13. 467, de 13 de julho de 2017, entra em vigor. Essa lei trouxe modificações a 117 artigos da Consolidação das Leis de Trabalho (CLT), que alterou significativamente a legislação sobre a terceirização do trabalho. Essa modificação foi fruto de uma intensificação do neoliberalismo. Essas alterações nos direitos trabalhistas atingiram fortemente a organização sindical dos trabalhadores, enfraquecendo-as e dificultando as ocupações e o acesso aos direitos (PRAUN e ANTUNES, 2020).

Os argumentos utilizados pelos defensores dessa reforma, se apoiavam em um discurso de que as flexibilizações dos direitos trabalhistas trariam bons resultados de reversão à situação do quadro de desemprego que o país vinha sofrendo. Entretanto, o que ocorreu foi a ampliação da informalidade e a persistente taxa de desemprego bem como um significativo aumento da corrosão do trabalho (PRAUN e ANTUNES, 2020).

Em 2020, com a chegada da pandemia do novo coronavírus, houve a explosão de uma nova crise, impulsionada pela questão sanitária, o que levou a intensificação da Indústria 4.0. Essa nova organização da produção vem

intensificando junto aos trabalhadores estas novas demandas relacionadas com as tecnologias de informação e comunicação (TICs) que são instrumentos de produção fundamentais nas relações de trabalho capitalista, atualmente. Ou seja, há um grande salto tecnológico nos meios de produção, tornando-os cada vez mais automatizados e robotizados (ANTUNES, 2020).

A principal consequência da Indústria 4.0 para o mundo do trabalho será a ampliação do trabalho morto, para recordar Marx, tendo o maquinário digital – a “internet das coisas”, a inteligência artificial, a impressora 3D, o big data etc. – como dominante e condutor de todo o processo produtivo, com a consequente redução do trabalho vivo, viabilizada pela substituição de atividades tradicionais e mais manuais por ferramentas automatizadas e robotizadas, sob o comando informacional-digital (ANTUNES, 2020, p. 14).

Celulares, tablets e assemelhados se tornaram instrumentos indispensáveis de trabalho. Além disso, há cada vez mais a expansão de um trabalho digital on-line. A Indústria 4.0 se concretizou de fato em 2020, como uma nova estratégia de reestruturação do sistema capitalista devido à crise sanitária do novo Coronavírus. Dessa forma, segundo Antunes (2020), a junção do ideário neoliberal, a reestruturação produtiva da tecnologia digital e a crise estrutural têm causado uma massa sobrando de força de trabalho na qual se ergue o trabalho uberizado. Segundo o autor, as plataformas digitais têm se aproveitado do desemprego para explorar os trabalhadores através da ideologia do empreendedorismo.

A uberização do trabalho é um termo que surgiu a partir do modelo de trabalho da empresa Uber, que consiste em uma alta tecnologia comandada pelas plataformas digitais com ofertas de trabalhos terceirizados e informais, onde reúne trabalhadores de diversos setores em aplicativos para oferecerem sua mão de obra sem nenhum vínculo ou direito trabalhista (ANTUNES, 2020). Assim, uma massa de trabalhadores de distintas áreas fica esperando por uma chamada em um aplicativo, sem ter controle de quantas horas trabalham por dia e nem de qual será a sua renda diária. Esse modelo conhecido como “contrato de zero hora”, ou trabalho intermitente, tira toda a obrigatoriedade da empresa para com o trabalhador que por sua vez só é remunerado se houver

chamada, caso contrário, ficam disponíveis as chamadas o tempo todo mesmo sem receber por isso. Essa ideia de empreendedorismo adotada pelas plataformas digitais tem como propósito negar o assalariamento do trabalho realizado pelos prestadores de serviços, privando-os de seus direitos (ANTUNES, 2020).

Antunes (2020) diz que com a chegada da indústria 4.0, as empresas que habitam hoje o topo do tabuleiro capitalista são empresas digitais como a Google, a Uber, a Amazon, entre outras. Com isso, o trabalho uberizado é o que mais cresce em todo o mundo. O autor afirma ainda que não foi a pandemia que criou o trabalho uberizado, antes dela já existia cerca de 40% de trabalhadores na informalidade, a pandemia apenas intensificou esse modelo de trabalho, caracterizado por grandes jornadas de trabalho de domingo a domingo, sem folga, sem férias, sem previdência, acentuando assim a precarização do trabalho em inúmeros setores. Uma das considerações do autor é que o “capitalismo de plataforma” atua como nos preceitos primitivos do capitalismo, lá do século 18, antes dos direitos trabalhistas, em que as empresas não arcavam com os trabalhadores, que por sua vez possuíam jornadas exaustivas de trabalho sem nenhum direito garantido. Só que agora tem como artifício o ideário do empreendedorismo.

Antunes (2020) diz que por se tratar de anos iniciais da eclosão da pandemia, o que se pode fazer são proposições preliminares do que podemos de fato vivenciar em um mundo pós pandêmico. O que já podemos visualizar é o aumento expressivo dos trabalhos informais, da precarização e do desemprego. Com isso, o crescimento do trabalho uberizado e intermitente que já faz parte de diversas atividades econômicas, também tende a aumentar. Alguns dados já informam essa realidade. O Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), em 2020, apresentou como as condições precárias de vida da classe trabalhadora aumentaram, com a informalidade nas relações de trabalho chegando a 40%.

Essa nova forma de produção, fundamentada na tecnologia digital, trouxe transformações ao mundo do trabalho e, conseqüentemente, ao professor do segmento *fitness*. Essas transformações acarretam no surgimento de novas tendências de mercado e novas demandas para o trabalho do professor de Educação Física. São com base nesses fundamentos históricos,

políticos e econômicos que apresentamos neste capítulo que os próximos capítulos serão desenvolvidos.

2. DESENVOLVIMENTO E TRANSFORMAÇÕES NA INDÚSTRIA DO *FITNESS*

Neste capítulo apresentaremos as transformações e as características que o *fitness* vem traçando nas últimas décadas e seus nexos com as transformações do mundo do trabalho. A literatura em conjunto com os dados coletados na pesquisa de campo sustentarão a compreensão desses processos de transformações. É fundamental compreender que essas transformações históricas não ocorreram de forma linear. Durante o texto, podemos perceber que algumas características foram originadas em anos anteriores, mas se concretizaram alguns anos depois, enquanto outras características marcantes de determinadas épocas, tem se desvanecido com o tempo, mas ainda não deixaram de existir.

Em relação à saúde, as políticas neoliberais adotadas no Brasil após a década de 90, ao enfraquecer o papel do Estado e responsabilizar o indivíduo pela sua condição de saúde e estética, contribuíram para a criação dessa nova necessidade. Porém, ao mesmo tempo diminui a oferta dessas práticas pelo Estado, cabendo à iniciativa privada aproveitar essa oportunidade de mercado pela crescente demanda, oferecendo as práticas corporais como mercadoria para aqueles que possuem condições financeiras de adquiri-la (FURTADO, 2007).

Dentro dessa mesma perspectiva, afirma Nozaki (2015, p. 189):

A implantação generalizada do neoliberalismo, desde os anos 1980, trouxe a desobrigação do Estado com a gerência das conquistas sociais e, no caso norte-americano, uma proliferação de serviços privados no setor da saúde, entre eles, o das academias de ginástica. Ainda que o Brasil não vivesse, à época, a implantação do neoliberalismo, acompanhou o crescimento das academias de ginástica que, somando-se à tradição esportiva e do lazer, começou a apontar novos campos de atuação do professor de educação física, que até então se concentrava, em grande expressão, no trabalho escolar.

Essa ascensão do mercado *fitness* provocou uma reorganização no trabalho dos professores de Educação Física, que viram a ampliação do seu campo de atuação, que tinham até então as escolas como campo principal, mas que cada vez mais ampliou-se no âmbito das academias de ginástica.

Sobre o faturamento da indústria do *fitness*, a Associação Brasileira de Academias (ACAD Brasil), lançou em agosto de 2018 na edição 82 de sua revista, uma análise sobre os dados do mercado brasileiro do *fitness*, trazendo dados do IRHSA sobre o faturamento das academias de ginástica no Brasil e no mundo. Segundo a ACAD, em 2017 o Brasil ocupava o segundo lugar em número de estabelecimentos e o quarto em número de clientes do *fitness* no mundo. Já na edição de 2019, a ACAD constatou que no Brasil já existiam 34 mil empresários de estabelecimentos desse tipo. Segundo o Ministério da saúde (2020, apud Hoffmann e Freitas, 2022), estima-se que entre os anos de 2009 e 2019, a parcela da população brasileira fisicamente ativa subiu de 14,7% para 39% , somente nessa década.

2.1. Origem e expansão das academias de ginástica

As décadas de 1980 e 1990 implicaram em grandes expansões e modificações para o segmento *fitness*. A começar pelo significado do termo *fitness*, que caracteriza-se pelo enfoque no condicionamento físico. Este segmento de mercado objetiva o condicionamento físico e a estética corporal a partir do modelo biomédico de saúde. Segundo Saba (2006 *apud* FURTADO, 2007b) o *fitness* enfatiza o lado biológico do sujeito e a formação desse conceito se deu pela junção de duas palavras: *fit*, que significa apto, e *ness*, aptidão, dando origem a expressão *physical fitness*, ou aptidão física.

No campo da Educação Física brasileira, os elementos do complexo médico industrial/financeiro se reproduzem e também são, em alguma medida, reforçados por um discurso hegemônico, que se expressa fortemente na expansão das academias de ginástica e musculação, no estímulo à compra e venda de produtos da indústria do *fitness/wellness* e a estética, compreendida, neste contexto, como boa forma física relacionada à saúde. Arelado histórica e organicamente às ciências biológicas e, portanto, da redução do processo saúde-doença a um fenômeno individual [...] (NEVES *et al.*, 2012, p. 2).

As academias de ginástica no Brasil, inicialmente, consistiam em ambientes voltados para a aptidão física de atletas do halterofilismo e do culturismo principalmente. Com o avanço desse setor, o qual demonstrava um

grande potencial para o acúmulo de capital, as academias tornaram-se um grande centro de práticas corporais, com finalidades mais abrangentes e com o objetivo de atrair clientes que buscavam objetivos que ultrapassam as práticas esportivizadas e a estética. Nesse sentido, as academias de ginástica passam a atender demandas variadas de públicos distintos (FURTADO, 2007b).

De acordo com Furtado (2007b), essas mudanças trouxeram um novo conceito, o conceito de “*wellness*”, que atribui novos sentidos à mercantilização das práticas corporais, pois além do condicionamento físico e da estética, incluem os objetivos de saúde e bem-estar envolvendo também uma dimensão subjetiva.

As academias de ginástica surgiram tendo essa finalidade, tanto é que os donos das primeiras academias muitos deles eram halterofilistas, atletas, ou pessoas que, em geral, eram envolvidas com práticas corporais. Com o desenvolvimento do ramo das academias de ginástica como negócio, ou seja, com a boa capacidade de acumulação de capital apresentada pelas academias de ginástica, a visão antes restrita ao *fitness* foi se ampliando e aos poucos foram sendo aglutinados outros enfoques para a academia de ginástica atingir seu mercado de forma mais eficaz e também ampliar seu público alvo (FURTADO, 2007b, p. 83).

Dessa forma, as academias de ginástica passam a ser empresas que vendem mercadorias para a satisfação da necessidade de estética, saúde e bem-estar, por vezes evocando o discurso da responsabilidade social, que por sua vez é uma das ideologias que ganharam força com ideário neoliberal, pois, essa responsabilidade social vinda do meio privado desresponsabiliza o Estado pelo bem-estar da população (FURTADO, 2009).

De acordo com Saba (2006) citado por Furtado (2007b), o responsável pela denominação *wellness* foi o americano Charles Corbin no início dos anos de 1970, que definiu *wellness* como sendo a junção de todos os aspectos da saúde (mental, social, emocional, espiritual e física) e da aptidão.

O *wellness* engloba o *fitness*. O conceito de *wellness* embora negue o conceito de *fitness*, também é composto por ele. O condicionamento físico não deixa de ser enfatizado, porém, é trabalhado em perspectivas mais amplas visando a qualidade de vida e bem estar. A estética não deixa de ser enfatizada, porém, é levada em consideração a saúde nessa busca pela estética.

Assim, nas academias que seguem o *wellness* como paradigma, os professores se preocupam em transmitir conhecimentos explicando para os alunos, por exemplo, prejuízos que podem causar a prática em excesso, os problemas do uso de anabolizantes, a importância da alimentação adequada, etc. Dessa forma, o *fitness* não deixa de ser trabalhado, mas fica subsumido ao *wellness* (FURTADO, 2007b, p 84).

Essas mudanças de propósitos percorridas pelas academias de ginástica, que foram de centros de treinamento para a melhoria da aptidão física de atletas à centros de promoção de bem-estar, saúde e estética, aconteceram ancoradas nas transformações econômicas, políticas e sociais ao longo do tempo e no desenvolvimento deste mercado, já que apresentavam grande potencialidade lucrativa.

Na entrevista realizada, a fala da professora (G1-A) sobre o seus primeiros alunos em meados da década de 2000 mostra como naquela época as pessoas já começavam a apresentar essa visão de treinos voltados para a saúde e ao bem-estar e não somente para a estética e o condicionamento físico:

O objetivo não era estética. Eles queriam fazer uma atividade física. Eles queriam estar em atividade, entendeu? Eles não tinham essa de aí, eu quero, eu quero é ficar bonito, eu quero ganhar músculo. Não, eles queriam fazer uma atividade física, era um casal de 40 e poucos anos, então assim, eles queriam treinar, eles queriam estar em atividade.

De acordo Furtado (2007b), as academias de ginástica passaram por três estágios ao longo da sua criação e expansão. O primeiro estágio foi nas décadas de 1960 e 1970, na sua origem, quando as academias de Goiânia pertenciam a professores de Educação Física e halterofilistas. Possuíam instrumentos rudimentares, de criação própria dos donos e frequentadores e não tinham o objetivo de reprodução de capital. Esses ambientes apresentavam ênfase no treinamento de atletas para fins competitivos de força e estética.

O segundo estágio teve início na década de 80, com o encadeamento da acumulação de capital e a disseminação do halterofilismo e das academias de ginástica com grande impulso da indústria cultural através de filmes como os de Arnold Schwarzenegger e das competições de fisiculturismo com prêmios

como o Mister Universo e Mister Olímpia. As academias de ginástica ganharam novos adeptos e apesar de ainda estarem muito vinculadas a atletas, praticantes e professores de Educação Física como proprietários. Até então as academias de ginástica ainda eram centros de halterofilismo, e tinham como nomes “Músculo e Poder”, “Academia do Tarzan”, “Centros de Fisiculturismo”. O termo musculação passou a substituir o halterofilismo somente em meados de 1980, com o objetivo de abranger um público maior de pessoas que não visavam competição ou corpos musculosos. Estes nomes foram substituídos por outros que evidenciam mais a ginástica e a musculação.

Aos poucos, com o aumento do público, as academias passaram a ser espaço de negócio bastante lucrativo. Com isso, empresas fornecedoras de aparelhos, máquinas e instrumentos também foram se desenvolvendo a partir dessa nova demanda de mercado (FURTADO, 2009). Dessa forma, cada vez mais foi ganhando corpo essa indústria do *fitness*, como explica Furtado (2007b, p. 21):

As academias de ginástica são espaços onde se vendem práticas corporais orientadas. Estas fazem parte do universo da cultura corporal. As academias, portanto, transformam cultura em mercadoria. As práticas corporais se mundializam, acompanhando a tendência da mundialização do capital. As práticas corporais do universo do *fitness/wellness* se mundializam por representar a cultura dominante no modo de produção capitalista que acompanha a venda de uma série de outras mercadorias, como peças de vestuário específico, suplementos alimentares, máquinas e equipamentos, entre outros.

Assim, inicia-se o terceiro estágio, que é o mais importante para esse trabalho, e de acordo Furtado (2007b), teve início a partir dos anos 1990, momento onde o Brasil passou por transformações na política econômica e assistiu a um grande avanço do neoliberalismo. O que aconteceu no sistema capitalista brasileiro naquele momento atingiu também as academias de ginástica, que se expandiram de pequenas e médias a mega empresas geridas por grandes capitais.

A demanda pelo serviço oferecido pelas academias cresceu. Capitais oriundos de outros ramos migraram e começaram a ser investidos em academias de ginástica. A academia, como

negócio, passou a romper com os laços de interesses dos donos pela área e foram transformando-se em empresas geridas a partir de teorias administrativas com o intuito fundamental de acumular capital (FURTADO, 2009, p. 4).

Com a popularização das academias de ginástica e o aumento da procura dos serviços oferecidos nesse mercado, algumas passaram de pequenas empresas geridas por atletas, praticantes ou profissionais da área, para grandes empresas com grande faturamento. Dessa forma, na década de 2000 o *fitness* já era considerado um grande setor produtivo. De acordo com Mascarenhas *et al* (2007) em 2005 o Brasil possuía 20.000 academias de ginástica, e já era o país com maior proporção de academias por habitantes.

De acordo Furtado (2007b), no processo de desenvolvimento desta indústria, constituíram-se dois tipos principais de academias, as academias segmentadas e as academias diversificadas, ambas podendo ou não apresentar grandes redes e franquias, mas independente disto, são academias que incorporam de modo intenso processos de racionalização da produção influenciados pelo vocabulário administrativo empresarial da época. Entretanto, permanecem aquelas academias que possuem ainda pessoas da área como proprietários, porém, que cada vez mais perderam espaços, ocupando mercados focados em públicos com renda inferior e tendendo a se extinguir futuramente (FURTADO, 2007b).

De acordo com Furtado (2007b), as academias segmentadas trabalham com nichos específicos. Esta segmentação de especialidade tem como propósito atender a um perfil específico de consumidor, como exemplo, academias para mulheres, academias para idosos, academias com práticas corporais voltadas para o público infantil, entre outras. Essa segmentação é uma forma de concorrência às academias híbridas ou diversificadas.

As academias diversificadas que incorporaram o processo de racionalização na organização da produção de modo intenso foram denominadas pelo autor como academias híbridas. São academias que possuem “uma grande diversificação na produção, ocorrida pela necessidade de se criar novas modalidades e oferecer, além do consumo de práticas corporais, o divertimento, o entretenimento e o convívio social” (FURTADO, 2007b, p.28). Abrange os mais variados perfis de públicos, modalidades e

gostos. São as grandes e mega academias que surgiram ao longo dos anos 1990 e anos 2000, com objetivo de reproduzir capital e atreladas à racionalização da produção e ao ideário administrativo bastante influenciado na época pelos sistemas “flexíveis” de produção, como o toyotismo (FURTADO, 2007b).

Algumas franquias com esta característica se tornaram tendência no país na época, como exemplos, a Fórmula Academia, a academia Bio Ritmo, a academia *Runner*, a academia *Rio Sports Centers*, a *Reebok Sports Club*, a *Competition*, a *Companhia Athletica* e a *A! Body Tech*. Já no ramo de franquias segmentadas a *Curves* e a *Contours Express*, que foram direcionadas especificamente ao público feminino (FURTADO, 2007b).

Segundo Quelhas (2012), o modelo de franquias em academias de ginástica está presente no Brasil há algum tempo, desde novembro de 2003 com a chegada da *Curves* no país. “Verifica-se uma tendência para a formação de redes e franquias, com a presença de grandes empresários de outros setores que passam a investir neste ramo de negócios” (QUELHAS, 2012, p.11). Mascarenhas *et al* (2007) indicam que as grandes academias, como as franquias, ainda que pareçam intencionar o bem-estar social e a melhoria da qualidade de vida da população, estão preocupadas realmente em agregar valor à sua marca.

As academias de ginástica continuaram a expandir, tanto em quantidade quanto em estrutura. O professor (G2-E) comentou em uma das suas falas: “Então, eu acho que é bem notório também que o aumento do número de academias ele meio que democratizou o acesso às pessoas usarem este tipo de ambiente, não é?”. Sobre essa análise, ao realizar uma comparação com a pesquisa realizada por Furtado (2007b), há 16 anos atrás, nota-se que o valor das mensalidades em academias médias variavam entre R\$ 152,00 a R\$ 158,00 reais com o salário mínimo a R\$ 380,00 reais na época. Atualmente, com o salário mínimo a R\$ 1.320,00², nota-se que as academias médias, continuam com essa média de valores de mensalidades, e algumas empresas como as *Low Cost*, que apresentaremos mais à frente nesta pesquisa,

² Informações sobre os valores de salários mínimos retiradas da DIEESE (Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Socioeconômicos).

possuem mensalidades de até 89,90 mensais. Essa manutenção de valores das mensalidades e o aumento da quantidade de academias em Goiânia nas últimas décadas, permitiram o acesso a uma maior parcela da população.

De acordo Furtado (2009), a partir dos anos 90, momento onde o Brasil passou por transformações na organização da produção e assistiu à entrada da política econômica neoliberal, as academias de ginástica expandiram-se de pequenas e médias à mega empresas geridas por grandes capitais.

A demanda pelo serviço oferecido pelas academias cresceu. Capitais oriundos de outros ramos migraram e começaram a ser investidos em academias de ginástica. A academia, como negócio, passa a romper com os laços de interesses dos donos pela área e foram transformando-se em empresas geridas a partir de teorias administrativas com o intuito fundamental de acumular capital (FURTADO, 2009, p. 4).

Segundo Furtado (2007b), neste período, as academias de ginástica de médio e grande porte, passaram a contar com uma grande quantidade de maquinários, capazes de desempenhar tarefas mais complexas, que antes dependiam do trabalho humano. De acordo Nozaki (2004), “o reordenamento do trabalho, causado pela introdução de novas tecnologias operacionais, altera a base técnica da produção, modifica a organização do trabalho e traz a demanda da formação de um trabalhador de novo tipo”.

2.2. Fordismo, toyotismo e o trabalhador de novo tipo na indústria do *fitness*

Esse processo de automação dentro das academias de ginástica modificaram as exigências do professor de Educação Física daquele campo. Anteriormente era exigido que os professores possuísem um bom conhecimento sobre treinamento. Com o processo de automação, as máquinas passaram a desenvolver esta função e o mercado passou a exigir um trabalhador de “novo tipo”, que de acordo Furtado (2007b. p.125-126), precisa ser “divertido, carismático, alegre, bem disposto, palhaço, comunicador”.

Podemos dizer que o trabalho deste profissional reduz-se e restringe-se em termos técnico-profissionais e amplia-se em termos sócio afetivos, isto é, pela valorização das relações interpessoais com os clientes e da capacidade de comunicação que se constituem como importantes mecanismos para a continuidade (fidelização) do cliente na academia (QUELHAS, 2012, p. 117).

No início dos anos 2000, por se tratar de um período de transição, apesar da emergência da acumulação flexível e de um trabalhador de novo tipo, nessa época, alguns atributos do regime fordista ainda se faziam presente. Como exemplo, ainda possuía em alguns locais uma exigência por um professor especializado em determinada função, assim como acontecia no modo fordista de produção. Essa característica é notória na fala do professor (G1-B):

Então eu era técnico de natação, aí quando eu fui trabalhar na academia, a coordenadora da academia falou assim: “ , você tem que escolher. Ser uma coisa ou outra que n  dá para você fazer as duas coisas”. E aí eu fui pra ginástica, eu tive que largar a nata o porque eu era mal visto fazendo as duas coisas. Aí, eu fui para outra academia e me convidaram para dar aula de muscula o, e eu virei coordenador de muscula o. Essa coordenadora me mandou embora da academia. Ela falou: “Te falei que n  d  certo, ou você   da ginástica ou muscula o, as duas coisas n  existe professor fazer isso, que isso   um absurdo”. E o mercado   tão engraçado n ? Que a gente viveu isso [...] O mercado mudou, as coisas foram mudando e hoje eu acho que a gente trabalha mais nessa, nessa, globalidade.

Esse trabalho especializado foi uma forte característica do regime fordista, que já vinha sendo substituído pelo toyotismo nessa época, o qual tem como caraterística um trabalho mais precarizado, flexível e diversificado. Entretanto já emergia a demanda para que este trabalhador de novo tipo desenvolvesse diversas funções ao mesmo tempo. Uma das professoras entrevistadas por Quelhas (2012), afirmou que já havia ministrado 10 aulas de diferentes modalidades em um mesmo dia. Essa   uma grande característica do trabalho flexível trazido pelo toyotismo nas academias de ginástica, que já apresentavam nesta época, novas formas de precariza o que a posteriori foram se intensificando na profissão com a chegada da Indústria 4.0. Podemos percebê-las nas falas de alguns dos entrevistados:

Lá onde eu trabalho mesmo, não trabalho apenas só com uma modalidade, trabalho com pilates, treinamento funcional, uma técnica nova que é que eles dizem que é alemã. Então junta todas as modalidades para fazer um tipo de aula só (PROFESSOR G3-A).

Então nós temos treinos diversificados, a gente não faz só musculação. Então tem dias na semana que a gente faz treinamento de resistência muscular e tem dias na semana que a gente faz pilares ou LPF, então o meu trabalho é muito diversificado nesse ponto de vista (PROFESSORA G3-B).

O personal de hoje, principalmente esse personal de casa, de condomínio, se tiver que jogar um basquete com aluno deles, se ele teve a vivência e ele tem um mínimo de conhecimento de biomecânica, fisiologia, ele vai jogar basquete com o aluno dele (PROFESSOR "G1-B").

Outra característica herdada da era fordista que podemos notar é a valorização por parte dos profissionais que iniciaram no mercado de trabalho no início da década de 2000 pelo trabalho formal. Com a chegada e expansão da acumulação flexível, o trabalho formal foi perdendo espaço para o trabalho liberal, informal e autônomo. Podemos notar essa preocupação nas falas dos professores do grupo dos anos 2000, que ainda prezam pela estabilidade e a aposentadoria.

[...] mas eu sempre tive o meu emprego fixo, que eu achava importante ter uma carteira assinada. Eu vou ser bem sincera para vocês. A gente tem que pensar no nosso futuro de aposentadoria. Nós não somos bobos, não é? E eu falo muito para os meninos hoje em dia que estão aí bonitinho, né? De corpo bonito, dando aula de personal, pega seu dinheiro e vai pagar seu carnezinho do INSS. (PROFESSORA G1-A).

Então naquela época eu trabalhava no Jaó, em uma academia e tinha um concurso no município. Mas eu não queria morrer de trabalhar na minha vida e não ver o meu dinheiro fluir, aí eu fui trabalhar na prefeitura, mas no interior, fiquei muitos anos trabalhando lá na área da natação, aos trancos e barrancos para conseguir um salário melhor e hoje eu trabalho fixa em uma única academia e trabalho pra mim, de personal (PROFESSORA G1-D).

Eu estava com muito medo porque há 7 anos atrás, foi meu último emprego celetista. E aí eu perdi uma coisa que era

pequena, era um valor baixo, mas eu pensava muito como as meninas falaram, essa coisa que, cara, e agora né? Eu vou ter que começar a pagar o INSS sozinho [...] eu sempre estou tentando buscar alguma coisa que me dê essa estabilidade. Acredito que vem da nossa geração. A nossa geração vem desse lugar, onde os nossos parentes, nossos pais ou alguém da família era concursado, então existe um certo conforto ali, não é? (PROFESSOR G1-B).

As falas acima, feitas por professores que iniciaram sua carreira ainda no início dos anos 2000, mostram uma preocupação em relação ao trabalho formal. As entrevistas realizadas com professores que entraram mais recentemente no mercado de trabalho não apresentam uma preocupação em relação à informalidade do trabalho autônomo. E é essa forma de trabalho que apresentaremos como uma tendência ao longo deste século.

Os professores entrevistados que iniciaram sua carreira profissional em momentos anteriores, quando questionados sobre a satisfação com o seu trabalho atual, demonstraram estarem bastante insatisfeitos. A professora (G1-A) perguntou aos outros professores: “Vocês fariam esse curso de novo? que eu vou responder por mim... Não. Não faria Educação Física de novo”.

Borges *et al* (2021) apontam em um estudo realizado recentemente, que professores do segmento *fitness*, ainda hoje, possuem as altas jornadas de trabalho e baixa remuneração como um dos fatores mais precários da profissão. Esses fatores vêm crescendo desde os avanços da precarização do trabalho e tendem a aumentar junto com o surgimento de novas formas de precarização. “A flexibilização das relações de trabalho no *fitness* encontra uma ampliação com a figura do *personal trainer*, que corresponde ao emprego de outra forma de precarização do trabalho, via adoção do trabalho autônomo” (QUELHAS, 2012, p. 151).

Os profissionais entrevistados que entraram mais recentemente no mercado de trabalho, a partir da década de 2010, não citaram ver importância no trabalho formal. Disseram não estarem satisfeitos com as remunerações oferecidas pelas academias e que não pretendem continuar trabalhando dessa forma. Os professores que possuem trabalho assalariado relataram estar nessas empresas apenas como forma de promover o seu trabalho de *personal trainer* e não pela estabilidade do trabalho.

Eu trabalho atualmente, carteira assinada, eu trabalho em uma academia. Mas também atendo *personal*, né? *Personal* é justo! Pelo que a gente trabalha, oferece um valor justo para as duas partes. Eu vejo assim. Agora, a questão da rememoração da academia, da que eu trabalho hoje, eu não acho justo. Eu acho que poderia melhorar uns 100%. E lá eu trabalho 3 horas só, é bem rápido meu período lá. Eu estou lá hoje em dia mais pela aparência. Para vender o peixe, vamos dizer assim, é que lá pego muitos alunos de *personal*. (PROFESSOR G3-C).

O salário já não acho justo também. Desde os estagiários, até o professor formado, ainda mais dentro dessa área *fitness*, onde realmente você consegue tirar uma quantidade boa porque você coloca o seu valor na aula de *personal*. Por mais que sejam lugares que você pensa que o professor vai ser bem remunerado por ser uma academia de alto padrão, por ser uma academia bem localizada, onde frequenta um público que tem uma condição melhor, melhora pouca coisa. O que dá dinheiro dentro dessa área *fitness* mesmo é quando você dá aula de *personal* ou se não, quando você mesmo monta o seu próprio negócio nesse segmento (PROFESSOR G3-A).

Apesar de relatarem que a remuneração com o trabalho informal de *personal trainer* seja melhor do que os salários pagos pelas empresas, os entrevistados demonstraram que apesar do pouco tempo de atuação, já perceberam que outras formas de precarização abarcam o trabalho do *personal*. Expôs a professora (G3-B): “Então, em relação a *personal*, de fato, é uma rentabilidade boa, mas, existe todo esse desgaste que eu acho que a longo prazo, detona muito quem é profissional”. Já a professora (G3-D) disse:

É muita trabalhadeira, vida de *personal*. Muita loucura. Por exemplo, eu começo às 5:30 da manhã e eu vou terminar minha última aula às 10 horas da noite. Isso de segunda a sexta. No sábado, eu ainda dou 2 aulas. Então assim, até que ponto que vai valer a pena, não é? Atualmente eu sou nova, tenho 25 anos. Mas eu acho que eu não consigo chegar nesse ritmo de vida até meus 30 e poucos, 40 anos nunca, é muito desgastante, né?

O trabalho informal tende a acentuar as exigências geradas pelo regime de acumulação flexível do sistema capitalista de um trabalhador de novo tipo, sem vínculos e sem direitos trabalhistas, que seja capaz de chegar ao fim das jornadas exaustiva de trabalho, sem saber quantas horas trabalhou no dia e, mesmo assim, esteja contente com o seu trabalho (QUELHAS, 2012). Essas jornadas extensas na maioria das vezes são formadas por aulas em diferentes

academias, em um mesmo dia, onde os professores precisam se deslocar diversas vezes de uma empresa a outra.

Quando questionados sobre o que pretendem fazer futuramente, quando não estiverem mais suportando essa rotina exaustiva de trabalho, apenas uma das entrevistadas do grupo de professores que começaram atuar agora na década de 2020, a professora (G3-D), falou que paga o MEI (Micro empreendedor individual), pensando em uma aposentadoria. O restante disse que pretendem abrir um negócio próprio. Um professor (G3-A) disse que pretende abrir um estúdio de treinamento próprio, e o professor (G3-C) disse que pretende montar sua própria assessoria de Triathlon. A professora (G3-B) disse que ainda não sabe, que está avaliando as opções.

Os movimentos de mudanças que ocorreram nas últimas décadas do século passado, resultaram nas transformações que desencadearam no *fitness* ao longo dos anos 2000. A chegada do toyotismo provocou uma transformação na organização do trabalho em todos os setores de produção, inclusive no trabalho do professor de Educação Física. Essa reorganização teve início na década de 1980, onde houve um grande crescimento no mercado de trabalho do *fitness*, amparado pelas forças produtivas, trazendo uma nova realidade ao mercado de trabalho e ao trabalho dos professores de Educação Física (FURTADO, 2020). “[...] crescia a demanda por uma força de trabalho vinculada ao paradigma da aptidão física e ao perfil do trabalhador de novo tipo a ser forjado, principalmente, para trabalhar no segmento *fitness*” (FURTADO, 2020, p. 116). Esse cenário desembocou em inúmeros debates na área, como por exemplo, o da regulamentação da profissão e da divisão da formação em licenciatura e bacharelado, com o propósito de formar profissionais específicos para atuar nesse novo ramo de mercado (QUELHAS E NOZAKI, 2006).

Gawryszewski e Coimbra (2008) dizem que as ideologias dominantes personificadas na figura da ACAD, SINDACAD e CONFEEF, possuem um discurso capaz de alienar os seus produtores (professores do segmento *fitness*), criando um falso mundo sobre o seu mercado de trabalho através da ideologia de empregabilidade, com objetivos de manter, elevar e concretizar as suas taxas de lucro através da exploração dos seus trabalhadores.

O professor de educação física da rede pública ou do organismo privado deve deixar de lado a sua cômoda posição de trabalhador assalariado e tornar-se um empreendedor da educação física, vendendo serviços e gerenciando o seu próprio desenvolvimento no mercado de trabalho (NASCIMENTO, 2002, p.12 *apud* COIMBRA, 2009, p. 119).

Essa é uma fala do interlocutor do sistema CONFEF/CREF, Juarez Vieira do Nascimento. Os discursos apresentados pelos representantes do CONFEF/CREF têm prováveis objetivos em defender os fins mercadológicos e lucrativos que não são compatíveis com os interesses dos trabalhadores da área. Tendências como essa, ligada ao trabalho autônomo e empreendedorismo, são claramente incentivadas pela intensificação da atual política econômica defendida pelo CREF/CONFEF.

A Educação Física foi regulamentada como profissão em 1998. Com isso, a década de 2000 ergueu-se em meio às mudanças geradas pela criação do sistema CREF/CONFEF. Gawryszewski (2008) informou que os defensores da regulamentação argumentam sobre o reconhecimento que um conselho fiscalizador traria aos professores de Educação Física. Entretanto, sabe-se que os interesses desse conselho visam a atender não aos que trabalham na área, e sim:

Aos grupos empresariais que tenham investimento no mercado das práticas corporais, os quais não defende e nem leva em conta a exploração sofrida pelos professores e ainda cria uma reserva de mercado para àqueles que desejem exercer sua profissão” (GAWRYSZEWSKI, 2008, p. 104).

A regulamentação influenciou no processo de divisão de formação na Educação Física. De acordo com Quelhas e Nozaki (p. 85, 2006):

A divisão da formação em educação física entre licenciatura e bacharelado é a expressão momentânea da vitória dos setores conservadores e corporativistas da área, afetos aos desígnios do capital e, portanto, empenhados neste momento histórico no asseguramento da formação do trabalhador de novo tipo, exigido enquanto componente de gerência da sua crise estrutural.

Nozaki (2004, p.9) fez uma reflexão crítica sobre a divisão do curso em Educação Física em licenciatura e bacharelado:

Se por um lado a educação física tem sido desvalorizada enquanto disciplina curricular no seio do projeto dominante de formação humana, pelas políticas educacionais, por outro lado, desde o final do século XX, no Brasil, as práticas corporais realizadas fora do meio escolar vêm recebendo uma carga valorativa positiva, sendo identificadas com a perspectiva da promoção da saúde e da obtenção da qualidade de vida, num viés liberal. A proliferação das práticas nas academias de ginásticas, clubes, condomínios e nos espaços de lazer fez com que a própria formação profissional da educação física fosse insistentemente questionada, sob o ponto de vista do preparo do professor para a atuação nos vários campos de trabalho, assim vislumbrados no horizonte daquela área.

Há uma insatisfação por parte dos profissionais em relação ao conselho federal e regional de Educação Física (CONFEF e CREF), na entrevistas a professora (G1-A) disse: “Nós somos importantes, mas nós somos desvalorizados. E a gente está longe de acabar com isso, viu? Porque a gente tem um conselho horrível para poder defender a gente”. E a professora (G2-D) também relatou insatisfação ao dizer: “A esperança era de que você pagando o CREF, você teria algum tipo de apoio, que eles poderiam padronizar o valor da hora aula. Mas não foi assim e não será, não é? Então é um pouco indignante”.

O Professor entrevistado (G1-B), lembra do processo de atuação do CREF em relação à retirada de profissionais provisionados:

Também nesse momento, é que houve a ruptura do CREF de tirar o provisionado, de começar a mostrar que não existia mais essa situação do cara não formado na sala, que é de 98 para cá, e começaram a dar valor no profissional formado, o cara da universidade, o cientificista. Então começou a busca dessas pessoas que trabalhavam com musculação, que até então as academias contratavam pessoas não formadas, e elas teriam que ir para faculdade. Não é? E aí começou a academia ter que buscar então um profissional formado, porque não teria outra forma de trabalhar neste momento. Então vem aí a vinda dos caras da faculdade para dentro da academia.

É importante destacar que não fizemos nenhuma pergunta que tematizava a atuação ou criação do Conselho. Entretanto, as falas apareceram no G1 e G2, evidenciando que este processo foi impactante naquele momento histórico. Como explicado por Gawryszewski (2008), a regulamentação da profissão ocorreu para acatar as demandas geradas pela reestruturação

produtiva e não como forma de amparo aos professores de Educação Física como classe trabalhadora. Ou seja, o Conselho que regulamenta a profissão respalda a reserva de mercado para a Educação Física no processo de desenvolvimento da indústria do *fitness*.

2.3. Personal trainer: o falso empreendedor do *fitness*

Na década de 2000, apesar do trabalho assalariado realizado pelos professores de sala de musculação ainda estar em voga, já havia emergido esta nova tendência no *fitness*, que é o trabalho do *personal trainer*. Essa forma de atuação dentro do segmento *fitness* era algo relativamente novo, que de acordo com Furtado (2007), havia surgido nas últimas décadas. Entretanto, ainda não havia sido tão difundido como vem sendo atualmente. Até meados dos anos 2000, em Goiânia, o trabalho do *personal trainer* atendia estritamente a um público que possuía boas condições financeiras, como citam os professores do grupo G-1 na entrevista:

Praticamente foi nessa época que começou essa forma de trabalho aqui em Goiânia. Antes eu não via ninguém fazer isso assim, era uma coisa que a gente enxergava quando via um cara dando curso de fora aqui, um galo da vida, que falava que era *personal* da Xuxa. Então eu acho que assim, mercadologicamente falando era uma coisa de estrelas. De um artista, de um piloto de Fórmula 1, alguma coisa assim. A gente estava muito distante disso (PROFESSOR G1-B).

O *personal*, então, começa a surgir com esses alunos, gente que tinha uma certa grana e que começa a buscar um tratamento mais especializado. “Ó, eu quero fazer um treinamento aqui”, que até então não era moda. E realmente quem fazia era quem tinha condição de morar na Aldeia do Vale na época. Se hoje é bom, na época era de quem era realmente muito rico (PROFESSOR G1-B).

E o interessante, é que nessa época eu não falava nem o nome, *personal*. Eu lembro que as pessoas falavam “quero pegar aula particular com você”, e não existia essa palavra, *personal trainer*, pra você ver o tanto que a coisa realmente evoluiu. Um treinador pessoal, alguma coisa desse tipo. As pessoas falavam “quero fazer aula particular” (PROFESSOR “G1-C”).

Nos anos seguintes, o trabalho como *personal* teve uma grande expansão entre os professores que atuavam no *fitness*. Podemos notar que a década de 2000 foi uma década onde as características do regime fordista e toyotista ainda se apresentavam atrelados. Nas décadas seguintes, as características herdadas do regime fordista foram se enfraquecendo. O trabalho informal já existia antes, mas foi bastante evidenciado e difundido no decorrer da década de 2010, onde o trabalho de *personal trainer* tomou maiores proporções na indústria do *fitness*.

O *personal trainer* é um profissional liberal, que não possui nem local nem carga horária fixa de trabalho, com grandes variações de valores de hora-aula e sem garantias trabalhistas (CALESCO E BOTH, 2022). Para Quelhas (2012), essa forma de trabalho autônomo tornou-se uma área de grande interesse dos profissionais por garantir uma melhor renda do que aquelas oferecidas pelas academias de ginástica aos professores contratados por ela, em contrapartida, esses trabalhadores não possuem nenhum vínculo empregatício e são isentos dos direitos trabalhistas, sofrendo todas as formas de precarização citadas anteriormente, como o não direito a férias, décimo terceiro salário, previdência e não possuem uma jornada de trabalho diária definida, podendo ter longos turnos em horários variados.

O valor da hora de trabalho como *personal trainer* é muito superior ao valor da hora da musculação, em torno de quatro a dez vezes maior, dependendo do professor e do salário pago pela academia. Assim, alguns professores de musculação deixam de atuar para a academia e passam a atuar como *personal trainer* apenas. Outros, quando não veem a promessa de ser bem sucedido como *personal trainer* se concretizar, deixam de trabalhar com o *fitness* e vão a busca de outras possibilidades (FURTADO, 2007b, p. 110).

Alguns professores falaram sobre como funcionava o trabalho do *personal* ainda no início da década de 2010:

Então, o que eu me lembro dessa época era uma galera que já estava com uma pós-graduação na área de *personal trainer*, e você não via estagiários tentando pegar aula personalizada. É o que eu lembro. Era o perfil da galera que já estava em uma pós-graduação ou já entrando em alguma área mais específica de treinamento, que pegava essas aulas (PROFESSORA G2-D).

Então, o que eu via nas academias era um personal atendendo ou alguém com algum quadro patológico ou então algum atleta visando performance na modalidade que praticava, sabe? Então era isso que eu via há 10 anos atrás, assim, e aí as demais pessoas que frequentavam a academia, fazia o que o instrutor da academia passasse (PROFESSOR G2-C).

No segmento *fitness* podemos ver claramente a relação do “empreendedorismo” com o trabalho do *personal trainer*. O acesso a esse tipo de serviço vem crescendo, o tornando menos elitizado. Diferente das décadas anteriores, onde os entrevistados relataram ser um trabalho vendido a uma pequena parcela da população que possuíam boas condições financeiras, hoje o atendimento do *personal trainer* tem se tornado mais acessível a setores da classe média, como relatado pelos professores entrevistados:

O valor do *personal* baixou ou estagnou de alguma forma. Há muito tempo já está um valor bastante assim, a não ser quem dá aula realmente para um público mais “A” [...] E uma outra mudança que aconteceu aqui, como o número de profissionais é muito mais alto, não é? É que pessoas que antes nem pensavam em sonhar em fazer aula com um *personal*, como vendedor de loja, gerente de loja, gerente de supermercado, consegue hoje ter um professor *personal*, porque o valor do mercado deu uma baixada. Então assim, existem vários tipos de profissionais, o que antes não acontecia, não é? Eram poucos profissionais que atuavam como *personal*, o valor da hora aula era um pouco maior e as pessoas que tinham acesso a isso, então, era realmente uma elite (PROFESSOR G-1 B).

Então, vou falar sobre os clientes, alunos, que procuraram um *personal*. Geralmente eram pessoas que tinham maior acesso, não é? Tinham melhor renda. É porque o serviço do *personal trainer* geralmente é de maior difícil acesso. Só que o que eu percebo hoje, inclusive com as pessoas que eu trabalho, é que pessoas de classe média, conseguem ter acesso à *personal* hoje em dia, [...] Então, antigamente eram mais pessoas que tinham acesso por maior renda. Hoje em dia, não (PROFESSOR G2-A).

Na entrevista realizada com o grupo de professores que começaram a atuar na década de 2010 podemos notar uma maior contentamento em relação ao trabalho autônomo como *personal trainer* em relação aos professores que iniciaram na década anterior. Se os professores frutos da década 2000 ainda

apresentam uma preocupação em manter um trabalho formal, os professores aqui entrevistados pareciam não possuir tanto essa preocupação:

Bom sobre a minha realidade, eu só fiz estágio porque era a minha condição. Porque desde quando eu estava cursando eu gostaria de ter alunos de *personal* [...] E aí depois, quando eu comecei a atuar eu nunca tive o menor interesse de ser vinculada com alguma academia ou com alguma empresa. Porque eu já sabia que não valeria a pena para mim em questão de remuneração. E aí, eu desde então, só trabalho de maneira autônoma. Mas eu acho que essa questão do *personal trainer*, vem sendo valorizado bastante para a gente. E eu acho assim, que dá para a pessoa ter uma renda até considerável de maneira autônoma (PROFESSORA G2 – A).

Eu vejo que muita gente se mantém em um trabalho de carteira assinada até conseguir se manter sozinho como autônomo. E muita gente já consegue sair da universidade, se mantendo sozinho com autônomo, mas muita gente prefere se manter, organizar uma carteira de aluno bem consistente para depois conseguir se manter apenas com os alunos autônomos (PROFESSOR G2 – F).

Os professores que ingressaram a partir da década de 2010, diferente dos professores que iniciaram nos anos 2000, possui um maior otimismo com o trabalho de *personal*, e vêem o trabalho assalariado apenas como uma forma de se promover de forma autônoma, e não demonstraram preocupação em manter um trabalho formal. O trabalho formal não só não foi visto como algo positivo, como uma das professoras entrevistadas chegou a falar sobre a falta de perspectiva com esse tipo de trabalho:

Sobre as minhas perspectivas com CLT eu não tenho nenhuma assim. Eu sou bem desiludida em relação a isso, em relação ao CREF nos ajudar em algo. Eu sou bem sem perspectivas mesmo. Agora a minha visão é que já que o *personal trainer* está sendo valorizado na nossa área, por que não correr atrás disso? Não é? Porque não os CLTs investir nisso não é?" (PROFESSORA G2-A).

Já outros professores, apesar de não citarem o trabalho assalariado como alternativa pessoal, contra-argumentaram dizendo se preocupar com a desvalorização dos profissionais assalariados das academias.

Eu acho importante também, a gente tá ligado com a coletividade, entendeu? Eu falei de maneira individual e de maneira coletiva. Eu acho que ainda assim é importante a gente estar de olho, né? Sobre as políticas públicas, sobre quanto que está pagando aquele professor que está lá na academia, que é CLT. Eu não passei por isso. Saí da faculdade e já comecei de forma autônoma depois que eu encerrei os contratos como estagiária. Mas eu acho importante as duas coisas (PROFESSORA G2-B)

A gente tem que olhar para o professor da sala de musculação, falando especificamente disso. Porque o professor, ele é a vitrine da classe. Então, as pessoas que não têm o acesso ao *personal trainer*, por exemplo, que vai até uma academia de bairro, fazer o seu treino, pagando 60 e 70 reais de mensalidade, ele quer sim ser atendido, sabe? Então a realidade que o professor que está na sala de musculação vive, desestimula ele a trabalhar. Então a gente tem sim que pensar em nós, obviamente, o nosso progresso, nosso desenvolvimento pessoal, em captar mais alunos, utilizar as redes sociais para nosso favor, melhorar o nosso valor de hora aula, é claro, a gente tem que pensar nisso que é muito importante. Mas a gente tem também que olhar de uma forma mais ampla, sabe? Eu acredito nisso. Porque eles são a vitrine da profissão, assim como nós somos também, mas são as pessoas que estão em pé lá 8 horas do dia, atendendo mais de 300 pessoas por dia, sabe? E é muito desmotivador receber 11 reais, por exemplo, na hora aula sendo formado (PROFESSOR G2-C).

Os professores de Educação Física que atuam como *personal trainer* são um grupo geralmente formado por profissionais jovens. Tanto por quesitos estéticos, quanto pela rotina exaustiva de trabalho que não é viável para profissionais mais velhos devido às próprias capacidades físicas que vão sendo diminuídas com o decorrer dos anos.

Sobre a valorização de profissionais mais jovens como requisito para atuar no *fitness*, Furtado (2007b, p.108) afirmou:

Como a mercadoria promete atender às necessidades da aliança saúde-beleza do corpo e sendo o corpo jovem o padrão de referência dessa aliança, a mercadoria vendida pela academia precisa manifestar em sua aparência esse valor de uso prometido. Como essa mercadoria tem no professor uma parte fundamental na sua constituição, por ser ele quem desenvolve o trabalho que produz a mercadoria e essa produção é simultânea ao consumo estando, portanto, seu trabalho explícito para o aluno na produção da mercadoria, o professor deve manifestar em si mesmo o valor de uso prometido pela mercadoria.

Além do fator estético, a preferência por profissionais jovens já estava relacionada também com as condições de exercer grandes jornadas de trabalho. Quelhas (2012) apresentou em sua pesquisa, noções sobre o tamanho excessivo de jornadas diárias de trabalho do profissional do *fitness*, onde ultrapassam com grande frequência às 8 horas previstas na legislação do regime mensalista. “Com isso, a tendência verificada é que a jornada se inicie muito cedo e terminam tarde, alargando o período do dia no qual o trabalhador está preso às suas atividades laborais. Esta parece ser a realidade da grande maioria dos profissionais do *fitness*” (QUELHAS, 2009, p.207).

Nessa perspectiva, na entrevista realizada, a professora (G1- A) que iniciou sua carreira nos anos 2000, demonstrou preocupação com a idade e prazo de validade em sua profissão:

Enquanto a gente está bonitinho dando aula, a gente serve. Daqui a pouco a gente está velho e a gente não está aguentando mais. O aluno da gente não quer mais, quer aquele gatinho lá: “Ó, aquele professor bonitinho. Não quero você mais cheia de ruga e velha, eu não quero você mais”. E a gente sabe que é assim. A nossa profissão é ingrata. Então eu acho sim que a gente precisa ter um emprego fixo, a não ser que você seja um personal muito “fodástico”. Que você ganha muito dinheiro, então você tem que ter a sua carteirinha do seu carnê de INSS para pagar que você vai se aposentar. Não dá pra ficar ali 70 anos trabalhando, dando aula de *personal*, entendeu? Então assim, eu tenho essa visão. Eu vou continuar aos trancos e barrancos, dando aula fixa numa academia, pensando na minha aposentadoria e dando aula de *personal* como meu segundo plano.

Os profissionais mais jovens, assim como os da década anterior, também demonstraram preocupação em relação ao prazo de validade da carreira do *personal trainer*. Mas diferente do grupo anterior eles não apresentam o trabalho assalariado e aposentadoria como alternativa para quando estiverem mais velhos:

Eu vejo que quando a gente atua como *personal*, a gente tem um prazo de validade, não é? Para quem tem a oportunidade de buscar outra área, seja ela na área da saúde, ou seja ela em outras áreas, isso é interessante porque pensando a longo prazo, a gente sabe que não vai conseguir manter essa profissão, não é? Depois dos 50, dos 40 anos. Pode acontecer,

Claro. Mas é uma exceção. [...] Eu espero em breve sair da área de maneira presencial, mas continuar de maneira semi-presencial e *online*. Mas justamente pela qualidade de vida. Eu vejo que a gente se desgasta muito. O rendimento, ele é de acordo com aquilo que a gente trabalha [...] Vejo que grande parte das pessoas que atuam hoje como *personal*, elas entendem isso. Que uma hora vai precisar migrar para outro lado. Ou a pessoa já imagina abrir uma empresa, um estúdio onde ela não atue tão diretamente com o cliente, mas que ela delegue funções (PROFESSORA G2-B).

Essa questão de pensar no longo prazo é muito necessária. É em todas as áreas inclusive, mas, principalmente a nossa que requer muito isso. E talvez não migrar de área, talvez mesmo dentro da nossa área. A gente pode se manter na área e pensar no longo prazo. Talvez empreendendo, talvez voltando para academia, academia, eu digo, universidade. Ou se especializando dentro da área, em outras sub áreas dentro da área. Mas é necessário, sim, pensar a longo prazo (PROFESSOR G2-F).

Como já discutido anteriormente, essa falta de preocupação com a formalidade laboral por parte de profissionais mais jovens, está ligada ao momento econômico em que adentraram no mercado de trabalho, com grande estímulo ao trabalho liberal.

2.4. O fim das aulas coletivas?

Uma das práticas corporais bastante comercializadas nas academias de ginástica nas últimas décadas do século XX, foram as ginásticas aeróbicas. Criadas e desenvolvidas nos EUA, chegaram ao Brasil e também se difundiram por aqui, porém, aqui esse processo aconteceu de forma combinada, “pois ao lado da aeróbica tal qual foi criada nos EUA e aproveitando o caminho que esta abre nas academias de ginástica, algumas práticas corporais da cultura local também são vendidas como mercadorias” (FURTADO, 2007b, p.27). Nas entrevista do G-1, a fala de um dos professores evidencia esse período:

[...] a gente ainda tinha muito aquela, por exemplo, a ginástica aeróbica, que não era coreografada. Mas tinha uma ideia de calistenia mesmo, se a gente for pegar a ginástica Sueca, francesa, a gente meio que herdou aquilo lá. Então a gente colocava nossos alunos para correr mesmo em volta da sala, por exemplo, para fazer polichinelo, agachamento. Nada sistematizado, não é? Aí a gente, nós da aeróbica, dali ela foi

criando força, criando força... E logo em seguida também elas foram criando as ramificações [...] (PROFESSOR G1-C).

As ginásticas aeróbicas foram uma das características mais marcantes das academias de ginástica nesse período. Entretanto, a partir do século XXI as ginásticas aeróbicas foram desaparecendo e abrindo espaço para as ginásticas coletivas, que diversificaram modalidades como o *spinning*, o *step*, a ginástica localizada, o *jump*, entre outras. Essas ginásticas coletivas tomaram grandes proporções dentro das academias a partir de então. Algumas falas dos professores entrevistados abaixo, referentes à década de 2000 evidenciam essa informação:

Eu lembro que naquela época teve esse “boom” do *spinning*, as aulas de *spinning* eram bem cheias. Aí a gente vê que tem essa diferença hoje em dia (PROFESSORA G1-A).

A galera tinha que chegar muito cedo para colocar o nome na lista. Porque assim, na época, tinha 20 bicicletas na sala de aula de RPM e logo enchia. Eram 3 aulas seguidas. Assim, tinha gente que não conseguia fazer a aula. Porque todo mundo queria muito fazer aula, no caso, era rpm, que era o similar ao *spinning*, não é? Então eu acho que nessa época do ano 2000, a galera gostava mais de fazer ginástica coletiva do que hoje em dia (PROFESSORA G1-A).

É, em 2002, 2004 a gente mesmo dava aula, era para 50, 60 pessoas na sala. Não é? Quando eu comecei a dar aula de *jump*, a aula de ritmos principalmente, as aulas eram lotadas. Eu comecei a dar aula de *spinning* em 2004. Naquela época eram poucos professores de *spinning*, por exemplo, em Goiânia. Eu fui um dos primeiros, eu e a [nome oculto] a fazer curso e a dar essas aulas. Depois, logo em seguida, foram surgindo outras possibilidades (PROFESSOR G1-C).

Nesse período, devido ao crescimento das aulas coletivas, essas modalidades passaram a ser muito almeçadas pelos profissionais, por possuírem o melhor valor de hora/aula do mercado da época. Sobre isso, Furtado (2007b, p.110) afirma que “o professor de ginástica recebe um valor maior pela hora/aula e ela dificilmente será de sessenta minutos, podendo ser de trinta a cinquenta minutos dependendo da modalidade trabalhada”. Como relatado pelo professor G1-B:

Eu lembro exatamente que eu ganhava tipo, cinco reais na hora da natação, e quando eu fui dar aula de, de ABS em uma academia, passei num teste pra dar aula de ABS na [nome oculto], eles me pagavam quarenta reais a hora. Assim, a diferença é gigantesca. [...] Essas aulas coletivas eram as maiores horas/aulas do contexto, ali, daquela época.

Furtado (2007b) observou que as aulas de ginástica coletivas tinham uma função importante para as academias que era atrair o público visando evitar que as salas de musculação ficassem superlotadas. Para comportar mais alunos na academia em um mesmo horário, seria necessário investimento em novos espaços e maquinários na sala de musculação, enquanto na aula de coletiva um único professor poderia ministrar a aula para grandes quantidades de alunos, sem a necessidade de investimentos muito elevados. Observações semelhantes foram feitas por alguns dos entrevistados:

Acho que a característica principal daquela época, que eu acho que a gente pode ressaltar, é essa questão, que realmente havia um investimento muito grande nas aulas coletivas. É porque o mercado queria abraçar esse tipo de aula, esse tipo de situação, para poder esvaziar as salas de musculação. Era uma situação base. Não era só porque aquilo tinha um modismo, ou tinha uma característica que ia trazer mais perdas de calorias ou alguma coisa assim (PROFESSOR G1-B).

Quando eu entrei na Academia a gente fazia reuniões, os coordenadores falavam isso muito nas reuniões, para os professores de musculação: Ô, a sala tá cheia. Vocês precisam encaminhar os alunos para as aulas de coletiva (PROFESSORA G1-A).

Nesse período, de acordo Furtado (2007b), houve um movimento de passagem de cobrança por cada modalidade específica para um valor único que dá acesso a todas as atividades, justamente como forma de incentivar os alunos a frequentarem as aulas coletivas. Um professor entrevistado noticiou sobre como funcionou esse movimento:

Essas aulas coletivas, em geral, elas tinham um papel muito importante porque não tinha espaço suficiente na musculação para garantir todos os alunos dentro, em um horário de pico, por exemplo. Então essas aulas eram de suma importância porque elas tiravam da musculação e colocava num lugar onde podia ficar 60 pessoas numa sala, 50 pessoas numa sala, 24 em cima de bicicletas. (PROFESSOR G1-B).

Furtado (2022) explica que as ginásticas coletivas possuem um melhor custo para as academias em relação a musculação. Pois a musculação utiliza de aparelhos que são de alto custo, enquanto nas ginásticas coletivas, um único professor em uma única sala é capaz de oferecer uma aula para diversos alunos ao mesmo tempo.

No início da segunda década do século XXI, às aulas coletivas nos padrões apresentados até aqui ainda possuía forte presença dentro das academias de ginástica. Na entrevista realizada com professores que entraram nesse segmento na década de 2010, isso pode ser evidenciado na fala de alguns professores sobre o início de sua atuação:

Quando eu iniciei [...] as práticas de exercício físico dentro da academia eram muito baseadas em aulas coletivas. Tinha lutas, que era o Muay Thai, o Jiu Jitsu, o karatê. É as aulas coletivas que eram mais voltadas para o segmento feminino era o GAP que era glúteo, abdômen e pernas, e o *jump*, também tinha aula de ritmos, né? Na época, também foi quando surgiu as aulas de zumba. Então essa é a grande diferença de antes da pandemia para hoje (PROFESSORA G2 – B).

Bom! da minha experiência dessa época, o “*boom*” mais forte das academias, realmente foi a ginástica, principalmente o ritmos e o *jump, step*... Sim, e ginástica localizada [...] E as academias nessa época eram bem cheias. Eu lembro que pelo menos nas academias onde eu trabalhei, as pessoas tinham que pegar senha, para pegar as aulas, porque eu dava *jump* e a cada meia em meia hora as pessoas chegavam, pegavam a senha para pegar a próxima aula para não faltar. (PROFESSORA G2- D).

Esta característica de forte presença das ginásticas coletivas nas academias, que surgiu no final do século XX e permaneceram até a segunda década do século XXI, passou a perder forças em detrimento de novas características emergentes nos últimos anos. É esta a compreensão de professores dos grupos um e dois, que atuaram nas ginásticas coletivas ainda no início do século. Eles mencionaram que essas aulas têm perdido bastante força atualmente nas academias em relação a alguns anos atrás. O Professor (G1-C) afirmou que essas modalidades poderiam até mesmo acabar dentro de

alguns anos: “É, a tendência agora é cada vez ficar pior, né? As aulas coletivas, praticamente elas morreram”.

Eu falo que as aulas coletivas ela não vai dar muito tempo, não vou jogar nem mais 5 anos. O que vai sobreviver de repente hoje, assim, vamos falar do mundo contemporâneo, talvez o pilates, e essas aulas que eu falo, treinamento funcional, crossfit (PROFESSOR G1- C).

Podemos notar que as aulas coletivas ainda não deixaram de existir, mas já passaram por grandes mudanças em suas características. Entre elas, podemos citar os ambientes em que são ministradas as aulas, as modalidades que se encontram em alta no mercado e até mesmo o público frequentador. Modalidades que estavam em voga no início dos anos 2000, como o *jump*, o *step*, a zumba, entre outras, têm perdido espaço para novas modalidades. Esse processo de mudança também foi percebido na fala de uma Professora entrevistada, que entrou no mercado de trabalho mais recentemente e atua com aulas coletivas por vídeo chamada. A professora (G3-B) relatou ministrar aulas coletivas por meio de vídeo, inclusive para mulheres brasileiras que moram no exterior e não podem frequentar uma academia de ginástica por lá:

Em relação às aulas coletivas, eu fiz até alguns cursos de formação nesse período pós pandemia e foi falado que uma das vertentes que estavam tendo uma mudança. Na verdade, isso já vem acontecendo há algum tempo (PROFESSORA G3-B).

Até o momento, o que podemos evidenciar é que a ginástica coletiva está passando por transformações, que têm desencadeado em novas tendências e a falência de antigas modalidades. Sobre as ginásticas coletivas, a empresa *Les Mills* possui fortes influências desde as origens até as novas modalidades. Conheceremos este empreendimento no próximo item.

2.5 Novas tendências: Aulas padronizadas, *Crossfit* e a emergência das empresas *Low Cost* e de equipes de personal

A empresa *Les Mills* teve e continua a ter uma forte influência nas aulas coletivas. As aulas padronizadas e pré-coreografadas vendidas por esta

empresa tem como proposta oferecer um modelo único de ginástica às academias que aderirem ao seu programa. Dessa forma, a mesma aula era desenvolvida independente da academia ou do professor que a ministrava (FURTADO, 2007b).

A empresa *Les Mills*, oferece um modelo de aulas prontas, ou pré-coreografadas e padronizadas. Sediada e originária da Nova Zelândia, a *Les Mills* é representada no Brasil e demais países da América Latina pela *Body Systems*. As aulas padronizadas pré-coreografadas são renovadas a cada três meses e apenas professores com a certificação da empresa, após realização do curso ou *workshop*, podem ministrar essas aulas em academias também credenciadas pela empresa. A mesma aula, com a mesma coreografia e música é ministrada em qualquer parte do mundo em um dos setenta países onde exista uma das dez mil e quinhentas academias credenciadas pela *Les Mills* e um professor certificado (FURTADO, 2007, p. 25-26).

Entre os entrevistados, alguns dos professores tiveram o credenciamento da *Les Mills* e trabalharam com esses modelos de aula nos anos 2000. A professora (G1-A) declarou:

Quando a *Les Mills* entrou no Brasil, ela entrou com tanta força. As aulas eram de *body pump*, *body step*, *body jump*... Elas ficaram tão cheias, por que as aulas chegavam assim montadas e sistematizadas. As aulas chegaram aqui, porque eu fui credenciada deles, mas eu fui credenciada da piscina, o meu credenciamento era do *Power pool* [...] A gente não precisava ter essa preocupação de montar uma aula, porque ela já chegava para gente pronta.

De acordo Gomes, Chagas e Mascarenhas (2010), a *Les Mills* se encontra no mercado brasileiro desde 1997, representada pela *Body Systems*, e traz ao professor credenciado uma exigência totalmente relacionada a um bom condicionamento físico, e relações pedagógicas totalmente acríticas, tornando o professor um mero técnico reprodutor de movimentos.

No que diz respeito às relações pedagógicas subjacentes a organização do trabalho interna proposta pelo Sistema, há uma perda de autonomia quanto ao papel docente dos professores, que assumem a função de reprodutores de um programa preestabelecido, que substitui o trabalho educativo, limitando sua interferência na rotina de exercícios pré-coreografados. As tecnologias de informação e comunicação substituem o papel docente dos professores,

tornando seu trabalho rígido e acrítico, restringindo a ação diretiva relacionada ao planejamento do trabalho a ser realizado (GOMES, CHAGAS e MASCARENHAS, 2010, p. 182).

Inicialmente, até os primeiros anos do século XXI, a *Les Mills* oferecia apenas este modelo de aulas coletivas pré-coreografadas. Atualmente, a *Les Mills* passou por algumas mudanças e começou a atuar com novas tendências, onde oferece diferentes tipos de modalidades, como yoga, ciclismo, dança, artes marciais, HIIT, entre outras. Todas as modalidades continuam sendo de aulas padronizadas e atualizadas a cada três meses, com mais de 20.000 academias espalhadas por todo o mundo vinculadas aos programas da *Les Mills*³.

Dentro das franquias segmentadas, podemos citar a marca *Crossfit* como uma das mais difundidas no mundo. Apesar de ter sido criada oficialmente em 1995, pelo ex-ginasta californiano Greg Glassman, nos Estados Unidos, o *Crossfit* ganhou popularidade alguns anos depois. O *Crossfit*, assim como a *Les Mills*, é também uma marca corporativa, que trabalha com aulas coletivas. Portanto para se tornar um afiliado, é preciso efetuar o licenciamento da marca, ou seja, para abrir um *box* de *Crossfit* e ministrar aulas é necessário realizar o curso para a emissão do certificado e pagar a franquia, um valor anual de afiliados, que custa em torno de 3.000 dólares (HEUER, 2019).

As aulas de *Crossfit* consistem em uma espécie de treinamento funcional, variados e em alta intensidade, realizados a partir da junção de elementos advindos do atletismo, da ginástica e do levantamento de peso, realiza em um estúdio próprio, nomeado de *box* (BISOL e GOMES, 2019). No Brasil, o *Crossfit* cresceu e se expandiu de fato na segunda década do século XXI. Em 2013 o país possuía apenas 99 estabelecimentos franqueados, chegando a 650 em 2016. E em 2018 o Brasil já era o 4º país com maior número de *box* afiliados, chegando em cerca de 1.050 *box* (HEUER, 2019).

Podemos notar a crescente tendência ao *crossfit* no país ao longo da década de 2010, podendo ser considerado uma das grandes tendências do segmento *fitness* nesse período, um exemplo de academia segmentada como

³ Informações retiradas de: <https://www.lesmills.com/br/>

explicado por Furtado (2007). Essa característica de academia segmentada do *Crossfit* fica evidenciada em dois aspectos, sendo eles: a definição de uma única prática corporal ofertada, ou seja, o treinamento funcional e o perfil específico de público frequentador dessas academias, geralmente jovens e já familiarizados com o treinamento corporal. Em um estudo realizado por Bisol e Gomes (2019), foi evidenciado que o perfil do público que frequenta as aulas de *Crossfit* são em sua maioria adultos jovens com idade média de 18 a 39 anos, que possuem rendas salariais mensais entre 4 a 8 salários mínimos.

Mais recentemente, chegaram ao Brasil as franquias “*low cost*” (baixo-custo). Essas franquias também têm como proposta o modelo de academias segmentadas, apresentadas por Furtado (2007b), onde possuem o propósito de atender a um público com perfil específico. Por não possuir professores em suas salas de musculação, o seu público é constituído na sua maioria por adultos jovens, que treinam ou sozinhos ou com auxílio de um *personal trainer*. Quelhas (2012) explica que apesar de possuir maquinários de última geração, as franquias de baixo-custo cobram preços acessíveis, pois, ao contrário das demais academias, que possuem muitos professores em sala de musculação e muitas atividades diferentes, as *low-cost* surgiram com o objetivo de oferecer apenas sala de musculação e aparelhos aeróbicos. Essa diminuição do número de profissionais como funcionários da empresa, permite que as mensalidades equivalham a um terço de outras redes.

Esse modelo de franquia brasileira teve início com a empresa *Smart Fit*, lançada em 2009 em São Paulo por Edgard Corona, presente hoje em vários estados do Brasil e em mais 12 países. Até o ano de 2012 a *Smart Fit* contava apenas com a sala de musculação e aparelhos de aeróbico, a partir de então passa a oferecer também aulas coletivas em suas grades de horários⁴.

Em 2015 surgiu outra franquia brasileira que vem ganhando espaço no mercado, a *Bluefit*, que também opera nas ideias *Low Cost*, e oferece além da musculação e aeróbico, outras modalidades, como lutas, ginásticas de academia e dança. A *Bluefit* foi criada em Santo André - SP, e após 6 anos a rede expandiu para 14 estados brasileiros. As modalidades coletivas oferecidas

⁴ Informações retiradas de: <https://www.smartfit.com.br/>

pela *Bluefit* são modalidades da empresa *Les Mills*, que apresentamos anteriormente⁵.

Ao analisar a prestação de serviços ofertada pelo sistema *fitness Low-Cost*, Bastos e Farias (2019) constataram que estas empresas possuem práticas questionáveis em relação à saúde tanto dos profissionais, quanto dos clientes. Por trabalharem com redução da mão de obra, consequentemente acometem uma sobrecarga de trabalho sobre os poucos professores disponíveis ao atendimento, que por sua vez, oferece um acentuado risco à saúde dos alunos destas empresas.

Esse afã acentua o crescimento de riscos à saúde do consumidor e simultaneamente à saúde do trabalhador estafado, pois carrega sobre os ombros maior responsabilização. O modelo empresarial em questão é dito como ousado, provido por questionável prática, a qual limita a aplicação da devida qualidade no serviço prestado, pois impossibilita a estimada orientação e supervisão do profissional ao beneficiário (BASTOS e FARIAS, p. 46-47. 2019).

Essa afirmação feita pelos autores acima, pode ser evidenciada na fala dos professores entrevistados:

Outra mudança que eu acho que é outra questão de mercado é o surgimento das academias *low cost*, não é? A *Bluefit* e a *Smart Fit*. Que é a desvalorização praticamente total do profissional. Que paga muito pouco para o professor da sala e gasta-se muito dinheiro com os aparelhos, não é? (PROFESSOR G1-B).

Enfim, por conta do estresse do ambiente de trabalho, não é? Você tem que atender muito aluno, você não consegue executar de forma eficiente o seu trabalho. Você tem que fazer aquele trabalho bem generalista, por conta dessa dinâmica não é? De poucos profissionais, enfim, de você não se sentir motivado a trabalhar de uma maneira eficiente, porque a sua hora/aula está muito abaixo. (PROFESSOR "G2 – E").

Essa diminuição no número de professores contratados pelas academias e em contrapartida o oferecimento de maquinários de última geração é uma característica que surgiu nas empresas *Low-Cost* e vem se tornando uma tendência no ramo das demais academias de ginástica. Essa

⁵ Informações retiradas de: <https://ri.bluefit.com.br/>

tendência surge ancorada nos avanços tecnológicos, onde o trabalho morto, realizado por maquinários, se sobressai em relação ao trabalho vivo.

Antunes (2020) afirma que a expansão da Indústria 4.0 que se deu pelo crescimento do maquinário informacional-digital é hoje muito maior do que tivemos no Toyotismo. Por sua vez, essa ampliação do trabalho morto, terá um efeito muito maior aos trabalhadores nessa nova forma produtiva. No *fitness*, um grande exemplo da ampliação do trabalho morto em comparação ao trabalho vivo é a expansão das franquias *Low Cost*, onde as academias operam com maquinários tecnológicos e com a redução da quantidade de profissionais na sala de musculação. Entretanto, a indústria 4.0 aponta para outro patamar ainda maior de ampliação do trabalho morto no segmento *fitness*, que são as plataformas digitais, que apresentaremos no próximo capítulo.

Um dos exemplos do aumento da tecnologia nas academias de ginástica são aparelhos de musculação, esteiras, bicicletas e outros instrumentos, com um sistema de informação computadorizada embutido no próprio aparelho que permite ao aluno saber, sem a necessidade do auxílio do professor, o exercício que precisa fazer, a quantidade de repetições, a carga, a amplitude do movimento e outras informações que demonstram claramente a materialização de um trabalho morto nesses equipamentos (FURTADO, 2022, p. 41).

De acordo com Furtado (2022), os maquinários ofertados por essas academias, permite um aumento da produtividade, porque assim um único professor pode atender a mais alunos em um mesmo horário e a academia pode vender mais a sua mercadoria sem precisar contratar mais professores. O Professor (G2-E) citou em sua fala que acredita que o crescimento do trabalho de *personal trainner* nessa década sofre influências da diminuição de professores em sala de musculação ofertados pelas próprias empresas.

Vejo também que um dos motivos para um crescimento da atuação do *personal* tanto em ambiente de academia, tanto fora de academia, acho que a própria lógica da academia de colocar poucos profissionais para atender uma demanda muito alta de alunos, contribuiu para essa expansão de nicho de trabalho (PROFESSOR, G2-E).

É notório que esse movimento acontece de forma mútua. Diminui-se o número de professores nas academias de ginástica e aumenta a demanda pelo *personal trainer*, ao mesmo tempo, o aumento da quantidade de alunos que já se matriculam na academia com *personal trainer* estimula a academia a diminuir a quantidade de professores contratados. Esse é um movimento que acontece ancorado à nova organização do mundo do trabalho, como explicado no capítulo anterior, onde diminui-se a quantidade de profissionais assalariados e aumenta-se a quantidade de profissionais liberais, denominados ideologicamente como empreendedores. Como já explicado, este movimento já existia, mas aumentou consideravelmente na década de 2010, devido a aceleração do trabalho flexível causado pela chegada da Indústria 4.0, após a crise financeira de 2008 (ANTUNES, 2020).

Uma tendência que tem crescido nos últimos anos são as chamadas equipes de *personal trainer*, como citada pela professora (G3-D), são uma forma de atuação de trabalho informal, onde um *personal* que consegue destaque no mercado e possui muita procura para atendimento, contratam outros profissionais para atender a sua demanda de alunos, utilizando o seu nome/marca e a sua metodologia de treino. Esse profissional que possui a equipe, paga para os *personal trainers* contratados por ele uma porcentagem do valor da hora aula pagas pelos alunos ou um valor fixo por aluno.

Eu comecei a trabalhar com um personal. Que ele tinha. Ele tem muita procura. Então, pelo menos aqui em Goiânia, eu conheço vários profissionais, não é? Que contrata outras pessoas também para dar aula no lugar deles, usando o nome deles. Entendeu? E aí eu comecei a trabalhar com esse cara (PROFESSORA G3-D).

Atualmente existem inúmeras equipes/empresas que atuam nessa perspectiva, utilizando-se da estratégia de gestão baseada na quarteirização do trabalho. A quarteirização por sua vez, apresenta condições de trabalho ainda mais precárias que a terceirização. Essa estratégia surgiu com a reestruturação produtiva, e tem como base a formação de parcerias que levam à formação de uma rede de contratações por um conjunto de empresas

contratadas que exercem atividades também relacionadas às atividades de serviços (SILVA e VALENÇA, 1997).

Um exemplo desse modelo de empresa/equipe é a *Pinkfit*, uma equipe de *personal trainers* formada exclusivamente por profissionais mulheres para atender mulheres. As *personal trainers* que atuam por meio dessa equipe oferecem aulas de musculação em academias de ginástica, aulas a domicílio ou em ambientes a céu aberto, aulas por vídeo aulas, e oferecem especialidades em treino para emagrecimento e estética, para gestantes e pós parto, para noivas e para mulheres acima de 50 anos⁶.

2.6. O *fitness* sai da academia de ginástica

As academias de ginástica foram crescendo ao longo do tempo e se transformaram em grandes centros empresariais. Entretanto, as práticas corporais típicas da indústria do *fitness* que são oferecidas fora das academias também têm crescido nos últimos anos. É perceptível o aumento de professores de Educação Física que têm oferecido serviços de *personal trainer* em ambientes externos às academias. Este fenômeno acompanha, produzindo e reproduzindo, uma nova tendência na indústria do *fitness* que são as práticas corporais que passaram a ser realizadas em ambientes externos às academias, podendo ser elas coletivas ou individuais, geralmente oferecidas pelo *personal trainer*.

Esses serviços variam desde treinamento de força com pesos livres e peso corporal como o treinamento funcional, corrida de rua, até modalidades esportivas, como o *personal* de lutas, de natação, de tênis, entre outras modalidades. Esses profissionais fazem atendimento em domicílios, áreas esportivas, academias de condomínios, praças, praias entre outros espaços que diferente das academias de ginástica não são apropriados privadamente e oferecem uma vasta opção de práticas corporais para diferentes objetivos, sejam eles, estéticos, de saúde ou de aperfeiçoamento em determinada prática esportiva.

⁶ Informações retiradas de: <https://www.pinkfit.com.br/>

Como exemplo, seguem os resultados de uma pesquisa realizada pelo Colégio de Medicina do Esporte (ACSM – sigla em inglês), que publica de forma anual um ranking com as vinte principais tendências mundiais do *fitness*. Essa pesquisa é feita desde 2007, e teve em 2022 sua 16ª edição. A revista “Empresário *Fitness & Health*” publicou no ano de 2020 um quadro⁷ comparativo com as principais tendências do *fitness* de forma anual de 2007 a 2020, traduzido do próprio ACSM (2020). Esse Ranking tem sido uma fonte importante para diversos sites da internet voltados a empresários e profissionais do *fitness*, como *blogs*, revistas e jornais.

Tabela 02 – As principais tendências *fitness* dos últimos de acordo com ACSM ⁸

- Treinamento intervalado de alta intensidade (HIIT)
- Treinamento em grupo
- Tecnologia vestível
- Treinamento de força
- Treino funcional
- Treinamento de peso corporal
- Treinamento com pesos livres
- Profissionais de fitness certificados e experientes
- Personal Training
- Atividades ao ar livre
- Exercício e perda de peso
- O exercício é remédio
- Treinamento para bem-estar
- loga
- Treino para idosos
- Exercício físico e crianças para tratamento e prevenção da obesidade
- Programas de prevenção à saúde no local de trabalho

As tendências destacadas acima foram as que apareceram com maior frequência ao longo dos últimos 14 anos, exceto as de treinos por aplicativos e treino online/digital, que apareceram somente nos últimos dois anos da pesquisa. Essas tendências do *fitness* estão relacionadas a práticas corporais que independem do ambiente oferecido pelas academias. Como por exemplo, treinos ao ar livre, treinos funcionais, treinos com peso corporal, aulas em

⁷ Link para acesso:

<https://revistaempresariofitness.com.br/wp-content/uploads/2020/01/comparacao-das-tendencias-do-fitness-ao-longo-dos-anos.pdf>

⁸Informações retiradas do ACSM's Health & Fitness Journal.

grupo, treinamento HIIT, pilates, yoga, entre outras. Nenhuma delas requer o espaço físico de uma academia de ginástica para sua prática. Uma das práticas que tem ganhado força ultimamente é o treinamento funcional. Geralmente realizados em estúdios, condomínios, residências, clubes, praia ao ar livre ou em salas próprias dentro das academias de ginástica. O treinamento funcional pode ser definido como um treinamento especializado de força, que utiliza de exercícios livres, com o próprio peso corporal ou com materiais e independem de maquinários, com o intuito de causar instabilidades e desequilíbrios, trazendo inúmeros benefícios para as capacidades físicas (SILVA e GARCIA, 2017).

O fechamento das academias de ginástica durante o início da pandemia do Coronavírus, impulsionou alguns aspectos que já vinham sendo explorados para ganhar maior popularidade. Entre eles estão os treinos em ambientes ao ar livre, em ambientes virtuais, em domicílio, etc., o que tem causado transformações na organização do trabalho do professor do *fitness*. É notória a força dessa transformação entre os professores entrevistados que começaram a atuar a partir de 2020. Todos os quatro professores entrevistados atuam em ambientes não convencionais nas academias de ginástica. O professor (G3-C) relatou atuar em uma assessoria esportiva, enquanto a professora (G3-B) disse atuar em uma empresa de aulas online e como personal de forma presencial em academia de condomínios. O professor (G3-A) também atua em uma academia de condomínio e em um estúdio de treinamento e a professora (G3-D) disse que atua como personal dando aulas em academias de condomínio ou a domicílio e que já trabalhou em uma equipe de *personal trainer*. A seguir alguns relatos feitos pelos professores entrevistados que ingressaram a partir de 2020, sobre essa forma de atendimento:

Então hoje eu dou muita aula na casa das pessoas, eu tenho todo o material, desde anilhas, barra, colchonete [...] No meu carro anda uma pessoa, duas no máximo, com tanto “trem” lá dentro. Então eu comecei a dar essas aulas, né? A domicílio, na casa das pessoas. E também teve essa grande procura de aulas em condomínio, para as academias de prédios de onde as pessoas moram, aí eu não preciso levar o meu material (PROFESSORA G3-D).

Eu trabalho com aulas online, que foi algo que foi advindo da pandemia que aconteceu. E *personal trainer*, que também é outra função que eu exerço fora do ambiente das academias de ginástica [...] Eu dou aula no condomínio da minha aluna, que eu acho que é uma coisa que mudou tanto, foi o formato da nossa vida (PROFESSORA G3- B).

Alguns professores entrevistados nos grupos anteriores, que passaram pelas transformações ao longo dos anos, antes e depois da pandemia de 2020, mencionaram suas percepções sobre essas mudanças:

Mas só fazendo um gancho nessa questão da pandemia, eu acho que também viabilizou muita coisa. Eu acho que os profissionais, eles tiveram que forçar uma versatilidade, sabe? E procurar maneiras de viabilizar pros alunos. E com o atendimento presencial também não só dentro dos ambientes de academia. A prática do exercício físico em outros ambientes também, como atendimento a domicílio. Eu acho que são avanços também para a nossa área. Além da consultoria online, além das formas que a gente tem disponível hoje para poder periodizar treino, deixar com que esse treino seja disponível para os alunos, sabe? Então, eu acho que a gente evoluiu, deu um passo a mais aí em relação a isso (PROFESSOR G2-C).

Eu acho que a gente não pode negar também que as pessoas ficaram mais atentas no cuidado com a saúde, não é? Além de tudo, eu atendi muitos pacientes, alunos, no caso, pós Covid. E que eles relataram sentir muita cansaço, aí eu fui fazer um treinamento para essa questão. Mas o que mais a gente pode enfatizar, depois da pandemia, foi o que os meninos já falaram, de treino em casa. Hoje eu atendo muitas alunas que preferem treinar em casa (PROFESSORA G2-A).

Um dos entrevistados mencionou sobre os benefícios que esse movimento de saída das academias para ambientes externos trouxe aos *personais* e alunos, segundo a sua perspectiva. Para ele, hoje existe uma nova opção de escapar das taxas que as academias cobram dos *personais*:

Os alunos entenderam que isso não é tão interessante quando surgiu com a pandemia a possibilidade de migrar para um espaço próprio, seja academia própria, academia de condomínio, academia do prédio e tal. [...] eu acho que esse é um novo normal do *personal*, que é trabalhar em condomínio, trabalhar em clube. Tentando fugir, principalmente das taxas abusivas das academias (PROFESSOR G1- B).

Um exemplo à essa reflexão feita pelo professor (G1-B) é de uma reportagem retirada da revista *Idéias de Negócios da Globo*⁹ publicada em 2023, na qual possui como chamada o título “Professor de educação física do RN fatura R\$ 10 mil por mês com academia ao ar livre”. Essa matéria relata que:

O professor de educação física de Caicó (RN) Malthus Medeiros começou a testar o modelo de academia ao ar livre no começo da pandemia, em 2020. Naquela época, ele utilizava equipamentos emprestados e levava tudo no porta-malas do seu carro. Medeiros teve essa ideia depois de ouvir reclamações de clientes de academias convencionais, onde trabalhou por anos. Em 2022, após dois anos aperfeiçoando as aulas, ele fundou oficialmente a *Hiit Truck*. Com mensalidades a partir de R\$70,00 a academia ao ar livre tem treinos de segunda a sexta-feira em todos os períodos do dia (IDEIAS DE NEGÓCIO, 2023, n.p).

Essa tendência por ambientes externos às academias para a prática de atividades corporais possui potenciais lucrativos para o mercado. Para além dos trabalhos autônomos, Rocha (2020) informa que o poder público promove ações de criação de parques, ciclovias e academias ao ar livre em espaços públicos das cidades com o intuito de incentivar a atividade física para a população por também promovem rebatimentos no mercado de produtos voltados à prática da atividade física. Ancorada a essa perspectiva de mercado, percebe-se que espaços imobiliários passaram a oferecer locais específicos para a prática de atividades físicas. Alguns prédios e condomínios já foram projetados com esses ambientes e outros passaram a adaptar locais para as práticas corporais (ROCHA, 2020).

Atualmente, as áreas fitness nos prédios e condomínios são componentes básicos para a comercialização de empreendimentos imobiliários voltados para diversos segmentos de renda. Desde condomínios de alta renda a prédios segmentados para as classes de média e baixa renda também oferecem em seus projetos espaços específicos para exercícios físicos. As áreas fitness em condomínios, via de regra, são equipadas com equipamentos de ginástica básicos, alguns

⁹ Informações retiradas do site:

<https://revistapegn.globo.com/ideias-de-negocios/noticia/2023/05/professor-de-educacao-fisica-do-rn-fatura-r-10-mil-por-mes-com-academia-ao-ar-livre.ghml>

conjuntos de pesos livres e também possuem aparelhagem específica de som, televisão e piso (ROCHA, 2020, p. 266).

Segundo Rocha (2020), o mercado de imobiliárias ainda vem se adaptando a esse novo nicho, assim como os profissionais da área da Educação Física e das demais áreas que envolvem esse segmento. Todas as expansões e processos que estamos passando atualmente são muito novos, trata-se de especulações e possíveis tendências, pois ainda não podemos deduzir o que será concreto no futuro.

Uma das tendências que tem ganhado força ultimamente é o treinamento funcional. Geralmente realizados em estúdios, ao ar livre ou em ambientes próprios, como os *box* de *crossfit*. O treinamento funcional pode ser definido como um treinamento especializado de força que utiliza de exercícios livres, com o próprio peso corporal ou com materiais e independem de maquinários, com o intuito de causar instabilidades e desequilíbrios, trazendo inúmeros benefícios para as capacidades física (SILVA e GARCIA, 2017).

Uma outra tendência que ganhou muito espaço principalmente em ambientes externos às academias, são as modalidades coletivas ou individuais, de aulas curtas com mais ou menos 30 minutos de duração. São aulas que utilizam do método de treinamento *HIIT*, que prometem resultados estéticos em poucos minutos de treino por semana. Os treinos HIITs (High Intensity Interval Training)¹⁰, sigla em inglês que significa “Treino intervalado de alta intensidade”, são treinos que combinam momentos de alta intensidade, onde o corpo trabalha próximo a sua capacidade máxima e momentos de recuperação ativa ou passiva. São treinos feitos em tempo reduzido, que prometem uma aceleração na queima de gordura e melhoramento da composição corporal assim como os treinos de longa duração.

Nos sites e blogs analisados, com marketings voltados para o treinamento HIIT é notável que a procura por esses treinos são pelo seu tempo reduzido e pela sua eficiência em resultados estéticos. A maioria das matérias acompanham títulos como: “Falta de tempo? Estudos mostram que treino de 7 minutos pode ser eficiente” ou “sem tempo para ir à academia? Treinos HIIT de

¹⁰ Essa parte do texto se trata de uma análise documental, e contém informações retiradas dos seguintes sites: www.polar.com.br; www.uol.com.br; www.ge.globo.com.

curta duração para pessoas ocupadas”. Pressupõe-se que com as jornadas de trabalho cada vez mais extensas as pessoas vêm possuindo cada vez menos tempo disponível para a prática de exercícios físicos, mas são fortemente influenciadas pelo padrão estético de beleza atual e pelo discurso do estilo de vida que relaciona de modo direto a atividade física e saúde. Com isso, a procura por treinos em tempo reduzido tem crescido nos últimos tempos, e o mercado do *fitness* assumiu o treinamento *HIIT* como uma modalidade de treino capaz de abranger essas necessidades.

Essas modalidades também apresentam uma possibilidade ao *personal trainer* e ao aluno de realizar treinos em ambientes ao ar livre, ou domiciliar. A revista Acad Brasil de 2019 trouxe uma matéria sobre a expansão do treinamento HIIT na indústria do *fitness* nos últimos anos. Segundo a Acad (2019, p. 30)

Em 2014, o Treinamento Intervalado de Alta Intensidade (HIIT, na sigla em inglês) apareceu pela primeira vez na lista anual de tendências do *fitness*, publicada pelo *American College of Sports Medicine*. Desde então, não deixou de subir posições rumo ao topo deste ranking.

A matéria apresentada pela Revista Acad (2019) apresenta as diversas possibilidades que o treinamento HIIT vem oferecendo nessa indústria, para diversas idades e objetivos, em ambientes próprios, ao ar livre e até mesmo em ambientes virtuais. Os treinos são de curta duração e costumam levar em média 30 minutos, 3 vezes na semana. Segundo a revista, "o treinamento já é uma tendência líder e agora inspira ainda mais programas e seguidores de diferentes nichos" (ACAD, 2019, p. 31).

Outra característica acentuada atualmente são as modalidades de treinamento direcionados aos esportes que passaram a ser oferecidas pelos *personal trainers*. Essa prática já existia em momentos anteriores, entretanto, atualmente tem se tornado muito mais comum ver *personal* oferecendo modalidades esportivas, como a natação, o tênis, as lutas, entre outras modalidades. A professora (G1-A) trouxe uma observação sobre esse movimento em uma de suas falas:

Eu trabalhava na musculação como *personal* e na água não tinha professor considerado *personal*. Nem de natação nem de hidroginástica. Hoje eu tenho uma aluna por exemplo que ela tem *personal* pra hidroginástica e para musculação.

Além dos *personal trainers*, algumas academia tem oferecido modalidades esportivas em sua grade de atividades, como exemplo, a rede *Bodytech*, que oferece modalidades esportivas individuais e coletivas possuindo espaços físicos próprios para essas modalidades¹¹.

Por fim, apresento a seguir uma reflexão do professor entrevistado (G2-E) sobre o mercado do *fitness* atual, o qual considero bastante pertinente para a conclusão deste tópico e início do próximo capítulo:

Então, o que eu notei pós-pandemia, foi que a gente acelerou um processo, que o mercado *fitness* estava caminhando, não é? Ou seja, com esse aumento e com a visibilidade das redes sociais, enfim, com o surgimento de aplicativos para montagem de treinos. Vejo que, de certa maneira, isso potencializou para a gente estar entrando num novo formato de academia, onde pessoas vão começar a treinar sozinhas, e acontece isso. Muitas pessoas vêm treinos de pessoas na internet, vão e copiam igual, pagam aplicativos para ter a montagem de treino e até mesmo nos surgiu também uma nova forma do *personal trainer* atuar, né? São as consultorias online. Então acho que, de certa forma, a pandemia ela potencializou esse processo e acelerou isso, vejo que de forma um pouco até precoce. Não é? Porque hoje a gente não está preparado para tal transformação.

Essas formas de trabalhos realizados no segmento *fitness* através das tecnologias digitais serão a pauta do capítulo a seguir.

¹¹ Informações retiradas do site: <https://www.bodytech.com.br/agenda/marista>

3. OS AVANÇOS DAS TECNOLOGIAS DE INFORMAÇÃO E COMUNICAÇÃO E AS NOVAS CARACTERÍSTICAS NA INDÚSTRIA DO *FITNESS*.

Uma das características do *fitness* mais marcantes nesses últimos anos tem sido a expansão das novas tecnologias de informação e comunicação que têm se mostrado cada vez mais presentes no modo de produção capitalista e têm modificado as tendências de mercado e, conseqüentemente, do mercado do *fitness*. As novas exigências do *fitness*, por sua vez, modificam a organização do trabalho dos professores atuantes nesse segmento.

A pesquisa citada no capítulo anterior, realizada anualmente pelo Colégio de Medicina do Esporte, contendo as 20 principais tendências mundiais do *fitness* a cada ano, somente nos anos de 2021 e 2022 apontou tendências relacionadas a treinos por aplicativos e treino online/digital. Apesar de aparecerem como uma tendência bastante recente, o “Treinamento Online” já ocupou o top 1 das tendências em 2021, seguido pelo “Treinamento Virtual” em 6º lugar e “Aplicativos de exercícios móveis” em 12º lugar. No ano de 2022 a “tecnologia utilizável” aparece como top 1 das tendências mundiais do *fitness*, em 9º lugar “exercícios on-line ao vivo e sob demanda”, em 16º “aplicativos de exercícios móveis” e em 17º lugar “Treinamento pessoal *online*”.

No III Seminário de Educação Física (III SEFIS), ocorrido em outubro de 2020, evento acadêmico online em decorrência ao isolamento social do COVID-19, transmitido pelo youtube, na mesa cuja tema foi “A Atuação (inserção) da Educação Física e as novas TICs” contou com a participação do professor palestrante Bruno Modesto Silvestre, que em sua fala contextualizou a inserção das mídias digitais e do trabalho uberizado no trabalho do Professor de Educação Física do segmento *fitness*.

Em sua palestra, Silvestre (2020) diz que com a chegada da era digital, torna-se tendência os aplicativos relacionados ao *fitness*, tendo em média no ano de 2020 cerca de 150 mil aplicativos com destaque a condicionamento físico e dieta. Segundo o autor, as atuais transformações do mercado do *fitness* acompanham o atual momento histórico e são causadas pela inserção das tecnologias da informação e comunicação, que por sua vez, causam impactos sobre o trabalho em geral e, conseqüentemente, sobre o trabalho do professor

de Educação Física. Segundo o autor, essa temática ganha relevância na atual conjuntura por uma série de fatores e classifica como principais: a crescente experiência do trabalho remoto, o chamado *Home Office*, causado pela pandemia mundial do Coronavírus e o trabalho uberizado, realizado pelas plataformas digitais.

Neto e Húngaro (2022) afirmaram que no caso das plataformas digitais que oferecem o trabalho realizado pelos professores da indústria *fitness*, é comum a busca por prestadores de serviços através do falso discurso do empreendedorismo, o qual traz como argumento que daqui um tempo não haverá possibilidades de trabalho para os profissionais que fiquem fora dessa forma de atuação. Segundo Neto e Húngaro (2022, p.3) “Sem dúvida não se trata aqui de uma negação dos avanços tecnológicos, mas sim de uma problematização desses avanços quando voltados, apenas, para a ampliação da exploração do trabalho humano”.

Não bastasse o enfrentamento das condições de trabalho impostas pela política neoliberal, que destrói conquistas trabalhistas e fragiliza os instrumentos de luta da classe trabalhadora, o professor e a professora da indústria *fitness* também estão diante do desafio de lidar com os avanços tecnológicos que, contraditoriamente, não significam melhoria nas suas condições de trabalho. Ao contrário, a forma como a tecnologia tem sido utilizada pelas empresas do setor aponta para uma violenta transformação no campo de trabalho da Educação Física, com o aumento da informalidade e uma reformulação na formação e habilitação para o trabalho desses sujeitos. A indústria do *fitness* segue a lógica geral que assola o mundo do trabalho e brutaliza os seres humanos a partir da superexploração do trabalho (NETO e HÚNGARO, 2022, p. 3 e 4).

As plataformas digitais e aplicativos de treino ganharam ainda mais visibilidade no início da pandemia de 2020 que teve como medida preventiva para contenção da disseminação do COVID-19 durante algum tempo, o distanciamento social. Neste período, o capital se movimentou forçando a reabertura das atividades econômicas.

Os lucros da burguesia só são garantidos com a transformação da força de trabalho humano em mercadorias e a sua realização. Com relação ao mercado do *fitness* é necessário

que as academias de ginástica estejam abertas para realização da mercadoria (QUELHAS *et al.* 2021. p 4).

Nessa perspectiva, Pasquim, Martinez e Furtado (2021) expõem que os exercícios físicos, apesar de serem uma necessidade, quando produzidos nas academias de ginástica como mercadorias tem como prioridades abarcar as necessidades da acumulação de capital.

O discurso que, nessa particularidade da pandemia de Covid-19, considera o serviço prestado pela academia de ginástica como essencial à saúde humana entra em contradição com a resposta que defende o distanciamento social, embora ambos sofram influências da mesma concepção comportamentalista e multicausal de saúde. A determinação fundamental desta contradição está no fato de que o exercício físico, nestes estabelecimentos, é produzido como mercadoria e, como tal, apesar de responder a uma necessidade humana, ou seja, a um valor de uso, é produzido com a finalidade de responder à necessidade de acumulação de capital (PASQUIM, MARTINEZ e FURTADO. 2021. p. 6 e 7).

Nesse período, a indústria do *fitness* expandiu grandemente o mercado das práticas corporais através do uso das tecnologias de informação e comunicação (TICs), como aulas *online*s, aulas por vídeo chamadas, aulas através de aplicativos, entre outras formas. Esses modelos de prestação de serviço que já existia do *fitness*, sofreu uma grande expansão no isolamento social, e permaneceu enquanto tendência mesmo após a pandemia.

Pode-se notar que na entrevista realizada com os professores do G-3, que entraram nesse mercado de trabalho a partir de 2020, as relações com o trabalho informal e digital são muito mais normalizadas e naturalizadas que nos grupos anteriores. Veremos a seguir algumas formas como o trabalho no *fitness* se reorganiza a partir da incorporação destas tecnologias.

3.1. O instagram e o *marketing* do *personal trainer*

Um dos primeiros movimentos que impactaram o *fitness* a partir dos avanços tecnológicos e digitais foi a influência das redes sociais na divulgação do trabalho e de estereótipos de estética e de estilo de vida ativo. Castro (2015), em sua dissertação de mestrado que teve como objetivo estudar as

mulheres *fitness* em Goiânia, discorre sobre a relevância das redes sociais nesse assunto.

Destacar as mídias digitais se fez necessário, pois, em relação à comunicação, se encontra nesses ambientes virtuais a possibilidade de estabelecer uma rede de relacionamentos com interesses afins, além de permitir que as pessoas sejam, ao mesmo tempo, personagens e autoras de suas histórias, suas ideias, opiniões e gostos, influenciando e sendo influenciadas por outras que usam a rede, numa dimensão sem barreiras com abrangência mundial (CASTRO, 2015, p 61).

Segundo a autora, as redes sociais possuem um papel importante nas ascensões a esse “estilo de vida” por parte da população, através das figuras influenciadoras denominadas “musas *fitness*”. A autora cita a rede social *Instagram*, criada em 2010, como a rede mais importante para essa função, no ano de 2015. Até 2023, o *instagram* permanece em ascensão e ainda não perdeu espaço para nenhuma rede mais recente.

Hoffmann e Freitas (2022) concluiu que a rede social *Instagram* tem sido a mais utilizada como um meio de divulgação de trabalho de *personal trainers*, de oferecimento de cursos, consultoria *online*, entre outros serviços do *fitness*, através da exposição das figuras dos próprios profissionais ou de seus alunos como forma de *marketing*. De acordo com os autores, foi constatado como primordial em sua pesquisa “o uso do *marketing* pessoal e das mídias sociais, principalmente o *instagram*, como forma de potencializar a visibilidade e a autopromoção no meio profissional” (HOFFMANN e FREITAS, 2022, p. 81).

No trabalho do *personal trainer*, o *marketing* pessoal está fortemente ligado aos fatores estéticos do próprio profissional. Hoffmann e Freitas (2022) disseram que o *personal* é o seu próprio vendedor e o seu corpo é como se fosse a sua empresa. Dessa forma, relacionando com o quesito de profissionais mais jovens serem o perfil principal da profissão, os autores pressupõem que os profissionais com idade menos avançada, geralmente possuem um corpo que se encaixa no padrão estético estabelecido socialmente que funcionam como um requisito para essa atuação profissional.

Já a argumentação que relaciona *marketing* à imagem corporal enfatiza um tipo de preocupação dos sujeitos que é com o produto a ser divulgado, reivindicando as redes sociais como

plataformas fundamentais para tal. Une-se a isto, um trabalho cuja natureza, segundo eles, é muito ligada à aparência, chamando atenção para o caráter estético tanto do próprio corpo quanto de seus clientes como forma de propaganda. Um dos participantes diz “a profissão e o *marketing* estão totalmente relacionados hoje, por ser um trabalho também muito visual, onde pessoas se inspiram nos nossos resultados ou de alunos e acabam nos procurando” (HOFFMANN e FREITAS, 2022, p. 77).

Anteriormente, o *fitness* já era promovido em outras redes, como blogs, por exemplo, mas é na era do *Instagram* que a sua promoção via rede social se expande. Por se tratar de uma rede recente, criada em 2010, nas entrevistas, foi possível notar que as menções às influências das redes sociais foram feitas apenas pelos professores que entraram no mercado de trabalho a partir desta segunda década do século XXI. Alguns professores fizeram as seguintes afirmações:

A gente consegue reparar que com o passar dos anos, a estética, ela foi cada vez mais imposta, não é? Através das redes sociais e a quantidade de pessoas que influenciam pessoas com o atendimento personalizado. Que tem *personal* ou então que trabalham com a imagem e enfim, e vendem isso nas redes sociais. Eu acho que isso ajudou demais, sabe? Essa questão da demanda para a nossa classe também. Acredito que essa valorização da estética e do nosso trabalho também como *personal*, ela é muito influenciada, sabe? Pela rede social (PROFESSOR G2-C).

É, eu acho que uma coisa que a gente deve agregar bastante também são as redes sociais. As redes sociais estão nos ajudando bastante, todo mundo quer fazer vídeo treinando, todo mundo quer fazer o vídeo com o *personal*, e isso também é bom (PROFESSORA G2-A).

Isso porque, segundo Hoffmann e Freitas (2022, p. 77), “as redes sociais assumem um papel fundamental quando o objetivo do *personal* é otimizar a publicidade de seus serviços e de sua própria imagem”. Ao analisar a rede *Instagram*, pode ser encontrado, com grande frequência, a oferta de serviços através de publicações nas redes de *personal trainers*. Esses serviços em sua grande maioria trata-se ou da oferta de estratégias para a captação de alunos, ou ofertas de cursos para outros profissionais. Segue alguns exemplos:

Figura 01 - Curso de consultoria online

Personal

O mercado fitness digital é o que mais cresce em 2022 e você, ainda está de fora?

Dos dias 15 à 18 de fevereiro

eu vou te ensinar de forma simples, como montar sua consultoria online, do zero, e faturar de

5 à 10 mil reais por mês.

Evento 100% gratuito
Clique em saiba mais e cadastra-se



Ver curtidas.

. 2021 foi um ano que fez muitas pessoas perceberem que precisam de novas formas de gerar receita, de proteger sua família e principalmente mudar a estratégia se quiser conquistar um estilo de vida top.

O mercado fitness cresce ano após ano e explodiu nos últimos 12 meses com a mudança no modo de consumo dos serviços e conteúdos por conta da população. Vivemos novos tempos e precisamos nos adaptar!

Figura 02 - Curso de HIIT

DESCOMPLICANDO A FISIOLÓGIA DO TREINAMENTO
Descomplicando a fisiologia para que você tenha uma carreira de sucesso.

NOVO!

Treinamento Intervalado de Alta Intensidade (HIIT): da Fisiologia à Periodização
CERTIFICADO DE 2H
VAGAS LIMITADAS

E-BOOK BONUS
5 PROTOCOLOS DE HIIT PARA VOCE APLICAR AMANHÃ

EVENTO 100%
GRATUITO
06/06/2021 (DOMINGO)
09h00



Ver curtidas

at Curso que reúne da Fisiologia aos Métodos de Treinamento, passando por todos os detalhes que o profissional do exercício precisa saber sobre otimizar a TREINAMENTO AERÓBICO

Ver todos os 10 comentários

Figura 03 - Curso de funcional para terceira idade



E quando relacionado a captação de alunos, foram encontradas muitas publicações onde os *personal trainers* utilizam da própria imagem ou da imagem de seus alunos para o marketing pessoal.

3.1.1 Influenciadores *fitness* e o padrão de beleza atual

A manifestação do atual padrão de beleza em sua emergência, recebeu em meados de 1980, influências de figuras como o Arnold Schwarzenegger. Nesse período aconteceu também o aumento da procura da prática de musculação pelas mulheres, através de incentivos de figuras públicas como a cantora e atriz Madonna, com musculatura bem aparentes e definidas (FURTADO, 2009), mais uma vez a indústria cultural contribuindo para o desenvolvimento desta indústria do *fitness*. O professor (G1-B) fez uma reflexão sobre este assunto em sua fala na entrevista:

Antigamente a musculação era vista como uma coisa anti-feminino, muito masculino e meio Arnold, né? Então, existia um medo de ir para a musculação e que você lá fosse transformar nesse monstro, da televisão. A partir daí começaram então a mudança, o estudo de desmistificar essas teorias.

Nesse momento, como ainda se tratava de um período de ruptura desse estereótipo de mulheres com a prática da musculação, muitas mulheres passaram a frequentar as academias, mas ainda com certa resistência pela prática da musculação e preferência pela prática das ginásticas coletivas. O professor (G1-C) que ministrava aulas de coletivas na época relatou que essas aulas eram compostas majoritariamente por mulheres: "Se a gente analisar essa questão da trajetória, era uma sala cheia, só praticamente eram 100% de mulheres mesmo".

Segundo o professor (G1-C), nessa época, as mulheres passaram a frequentar as academias de ginástica mas ainda tinham uma preferência pelas ginásticas coletivas à musculação pelo receio de um corpo masculinizado. Atualmente, pode-se notar que com a influências de blogueiras *fitness* e a disseminação das redes sociais, esse padrão passa a ser difundido de forma muito mais intensa.

Castro (2015) cita em seu trabalho algumas blogueiras *fitness* brasileiras bastante conhecidas, entre elas a Gracyanne Barbosa, uma das mais destacadas atualmente, por possuir altos índices de massa muscular e um baixo percentual de gordura em um corpo feminino e ser totalmente adepta a uma rotina de alimentação e treinamento. Com essas influências, o padrão de beleza *fitness* tem se tornado o mais almejado pelas pessoas que buscam a prática de atividade física atualmente.

O professor (G2-F) reconheceu que essas influências impactaram nas características do *fitness*: "Então, acho que cada vez mais as aulas estão voltadas mais para uma questão estética. A galera tem ficado muito preocupada com a auto estima, questões estéticas". E a professora (G1-A) falou ainda que "os blogueiros que ficam lá no Instagram postando vídeo de treino e pescando um monte de alunos".

Podemos notar que o movimento de ascensão do *wellness* exposto por Furtado (2007b), onde crescia a demanda pela "qualidade de vida" na indústria do *fitness* foi uma tendência que se concretizou. Entretanto, a tendência que já existia anteriormente do *fitness*, relacionada a melhoria da aptidão física e da estética continuou em ascensão nas décadas subsequentes. Hoje, podemos

notar que de acordo aos dados da pesquisa apresentados até aqui, essas duas demandas coexistem dentro da indústria do *fitness*.

3.2. O trabalho uberizado na indústria do *fitness*.

Antunes (2020) diz que o trabalho uberizado é uma tendência no mundo do trabalho atual, que iniciou antes da pandemia de 2020, mas que teve uma grande expansão e acentuação nessa época, devendo crescer grandemente pelos próximos anos. Segundo Neto e Húngaro (2022) a indústria do *fitness* é um setor que vive uma grande expansão no Brasil, principalmente em relação às plataformas de trabalho, nas quais os profissionais são reduzidos “à ubers do treinamento”.

Um exemplo no segmento *fitness* é a chegada ao Brasil do atendimento de *personal trainer* com aplicativos como o da *Magic Fitness* - que funciona como uma espécie de Uber dos *personal trainers* com aulas no valor de 35,00 reais. Esse aplicativo tem como propósito uberizar o trabalho do *personal*, que por sua vez, fica à espera de uma chamada, assim como na empresa de transporte Uber (SILVESTRE, 2020). Outro aplicativo de uberização, categorizado por Neto e Húngaro (2022) como um dos mais recorrentes nos sites de busca, é o aplicativo “Hora do treino”. Segundo Neto e Húngaro (2022, p. 2) esse aplicativo oferece:

Serviços de *personal trainers* (acompanhamento de treinamento, orientação de caminhadas e corridas, etc) conforme localização do cliente (semelhante aos serviços da Uber). Isto é, aquele que estiver mais próximo ao local que o cliente deseja atendimento será direcionado para realizar o serviço. A plataforma explicita aos usuários que a responsabilidade pela realização e qualidade do trabalho é dos profissionais. A plataforma repassa aos/as trabalhadores apenas um percentual do que foi pago pelo cliente (em torno de 65%); afirma que não tem funcionários, e sim parceiros/as, e que não há nenhum vínculo entre a plataforma e o/a prestador do serviço.

Um outro exemplo é o aplicativo *GymPass* que faz a mediação entre as empresas ou profissionais autônomos com clientes que buscam a prática de exercício físico mais perto de onde moram, oferecendo uma imensa variedade

de modalidades. O *GymPass* é uma plataforma corporativa de atividade física presente em 12 países, que dá acesso a milhares de empresas e profissionais parceiros, como academias, estúdios, aulas online e *personal trainer*, onde com uma única mensalidade o usuário pode acessar diferentes locais para realizar treinos de diferentes modalidades, mais próximo de onde mora ou participar das aulas oferecidas online¹².

Nessa perspectiva, assistimos também à entrada da uberização no âmbito público, com a criação do programa “Brasil em Movimento” apresentado pelo Ministério da Saúde em 2019. Consiste em um aplicativo para *smartphones* que pretende mediar o trabalho dos professores de Educação Física do SUS (sistema único de Saúde) com a população. Esse programa vem a disparar um processo de uberização em massa da profissão, totalmente orientada pelo atual governo federal (SILVESTRE, 2020), como forma de se isentar das obrigações trabalhistas com a classe de trabalhadores do *fitness*.

Em contrapartida a este último exemplo, o Colégio Brasileiro de Ciências do Esporte (CBCE), lançou uma carta de repúdio ao programa Brasil em Movimento do governo federal. Esta carta questiona várias falhas relacionadas a esse programa e afirma que “a proposta de privilegiar o uso de tecnologias associado ao discurso de empreendedorismo na atenção à saúde não criará trabalho digno com direitos e não contribuirá para ampliar o acesso da população à prática de atividade física de qualidade” (CBCE, p.2). Continua:

Pelo contrário, o modelo produz um desligamento do profissional com o contratante e com a equipe de saúde. Consolida, dessa forma, a valorização de um falso “empresário-de-si” permanentemente disponível, que não define o valor do próprio trabalho, que não controla os algoritmos que o comanda e que é avaliado por procedimento, constituindo, assim, um campo de atuação instável e sem direitos trabalhistas. Além disso, o modelo provocará o aumento do adoecimento dos trabalhadores da Educação Física, devido à instabilidade, precarização e rebaixamento do seu trabalho (CBCE, p.2 e 3).

As discussões sobre a uberização, por se encontrar em estágios iniciais na profissão, se encontram ainda como indagações. Carvalho et. al. (2021, p. 9) disseram que “a uberização da atividade física, se confirmada,

¹² Informações retiradas do site: <https://gympass.com/pt-br>

possivelmente terá repercussões negativas na saúde do trabalhador”. Pela ótica da categoria profissional, a uberização traria oportunidade de renda para professores desempregados. Entretanto, “teremos longos períodos laborais com intensificação do trabalho e a necessidade de criação de estratégias de concorrência em busca de auferir ganhos financeiros adequados ou, no mínimo, suficientes” (CARVALHO, et. al. 2021, p.9).

O trabalho uberizado, que significa o suprassumo da exploração da força de trabalho através do uso de plataformas digitais, assume, na contemporaneidade, lugar de destaque nas relações sociais de trabalho. Esta forma de trabalho significa um enorme retrocesso pois o trabalhador, que recebe apenas por atividade realizada, tem que disponibilizar boa parte do seu dia para o labor, mesmo sem garantias que irá ter qualquer retorno financeiro ao final da sua jornada (NETO e HÚNGARO, 2022, p.1).

Essas novas tendências de organização do mundo do trabalho aos aplicativos e ao trabalho uberizado são anteriores à pandemia mundial de 2020, como já explicado. Antunes (2020) afirma que essas mudanças vêm ocorrendo desde a década de 70, mas, foram intensificadas neste início de século, com o crescimento das tecnologias informacionais digitais, tornando-se ainda mais acentuadas durante a pandemia do Coronavírus, que por sua vez, trouxe inúmeras mudanças para o mercado de trabalho. O trabalho uberizado acentua as exigências geradas pelo regime de acumulação flexível por um trabalhador de novo tipo, sem vínculos e sem direitos trabalhistas, com jornadas exaustivas de trabalho (ANTUNES, 2020).

3.3. O trabalho *online* na indústria do *fitness*

Outro tipo de trabalho que se fez presente na indústria do *fitness* a partir da introdução das TICs é o trabalho online. Nesse novo modelo, o Professor de Educação Física acompanha o seu aluno por aparelhos eletrônicos. Dos quatro professores entrevistados que iniciaram sua carreira profissional na década de 2020, dois disseram trabalhar de forma online. Já os professores entrevistados que começaram a atuar nas décadas anteriores não relataram fazer esse tipo de trabalho. Podemos perceber que essa forma de trabalho é algo recente, que

vem se difundido nos últimos anos, principalmente entre profissionais recém inseridos na indústria do *fitness*. Esse tipo de atendimento teve uma grande ascensão em detrimento ao fechamento das academias no início da pandemia de 2020 e teve esse período como um fator determinante para essa aceleração, como já foi explicado anteriormente neste trabalho.

Eu trabalho com aulas *online*, que foi algo que foi advindo da pandemia que aconteceu [...] Antes da pandemia eu já conhecia alguns profissionais que faziam esse tipo de trabalho, mas era um trabalho individual, de *personal*. Na empresa que eu trabalho, existe essa possibilidade de trabalho de *Personal*, né, que é para um aluno, em tempo ao vivo, é ao vivo acompanhamento real, apesar de ser remoto. E existe um formato que eu achei super interessante dessa empresa, que a gente tem como se fosse aulas coletivas. Então, por exemplo, a gente tem horário cheio, todo mundo entra junto e faz as aulas, todo mundo junto, como se fosse uma aula coletiva (PROFESSORA G3- B).

Como exemplificado pela professora (G3-B), existem atualmente empresas que trabalham com treinos *online*s. Um exemplo é a empresa *Nike*, que oferece através de um aplicativo chamado *NikeTrainingClub*, rotinas de exercícios para os usuários, de acordo com o nível de aptidão que é determinado pelos próprios alunos. Essas rotinas consistem em acompanhamento individualizado através de aulas gravadas ou de atendimento *online*, que podem ser individuais ou em grupos. E oferece uma grande diversificação de atividades como musculação, yoga, corrida, ginástica, entre outros. Nesse aplicativo, os professores de Educação Física atuam através de contratos de prestação de serviços (NETO e HÚNGARO, 2022).

Ao analisar as chamadas da internet sobre os treinos *online*s, foram encontradas em diversos sites, matérias sobre o acompanhamento do *Personal Trainer* por vídeo chamada. Como exemplo, um noticiário que possui destaques em muitos sites, sobre o professor de Educação Física chamado Bruno Sapo, onde a notícia ganha o seguinte título: “Bruno Sapo, *personal trainer*, se torna uma ‘academia completa’ e passa a treinar *online* mais de 100 alunos por semana”¹³. O noticiário traz informações sobre o professor Bruno Sapo e sobre a sua forma de atuação no mercado, como também algumas

¹³ Análise documental com Informações retiradas do site: www.sopacultural.com

falas do próprio professor. Trata-se de um relato que apresenta como Bruno se tornou uma “academia completa” mesmo sem possuir o espaço físico de uma academia de ginástica, atendendo diversas modalidades de treino de forma *online*.

O Bruno diz que o TDB (Treino do Sapo), nome que dá a sua empresa digital, existe desde 2014, mas ganhou força em 2020 na pandemia do Novo Coronavírus devido ao fechamento das academias de ginástica. Na reportagem, o professor Bruno não apresenta nenhum tipo de problematização ao seu trabalho, e trata o fator como algo gratificante, como uma forma de superação diante a crise de 2020, sem fazer nenhuma menção às precarizações que essas formas de prestação e serviços tem trazido aos trabalhadores.

A ausência dessa visão crítica a respeito do trabalho informal, não deve ser considerada responsabilidade dos profissionais. Como dito anteriormente, os discursos apresentados pelas ideologias dominantes da Educação Física, representadas pela ACAD, SINDACAD e CREF/CONFED, como também das empresas digitais que operam com a uberização do trabalho, utilizam da ideologia da empregabilidade para elevar as suas taxas produtivas.

Com a ascensão da era digital, Oliveira e Fraga (2021) afirmam que o trabalho dos profissionais do *fitness* não tende a acabar, mas os profissionais precisarão se adequar às novas exigências. O que diferencia professores de Educação Física de aplicativos de treino são as relações interpessoais que as máquinas não são capazes de oferecer. Então, além de conhecimentos sobre treinamentos, o professor precisa oferecer uma relação afetiva com seus alunos. Atualmente, aumentaram-se essas exigências para que o trabalho do profissional do *fitness* continue a fazer sentido. Principalmente devido ao isolamento social ocorrido no início da pandemia. Os professores do grupo que iniciaram seu trabalho em 2020 perceberam que esse isolamento trouxe às pessoas uma espécie de solidão e um maior anseio pelas relações socioafetivas:

Personal nunca foi só *personal*, não é? Sempre foi um pouco fisioterapeuta, nutricionista, psicólogo... Ele é um pouquinho de cada, né? Mas eu vejo que depois da pandemia, o hábito de conversar com o *personal* se tornou muito mais constante. Eu

tenho muitos alunos que eu tenho que podar o tempo inteiro, porque é carente de conversar. Então não sei se é porque as pessoas às vezes parou de socializar com outras, não é? Ter muitos amigos e ir para os lugares. Então eu tenho até hoje aluno que não sai para barzinho, para shopping para reunião de família. (PROFESSORA G3-D).

E por mais que você tenha um objetivo ali para ser feito, você tem que conversar com o aluno e essa conversa é boa, porque às vezes descobre certas coisas que ele não passou, por exemplo, dentro da ficha de anamnese. Então essa conversa é boa, mas tem que ter um certo limite (PROFESSOR G3-A).

Esse vínculo interpessoal entre professor e aluno já havia sido descrito por Furtado (2007), como uma nova demanda ao trabalho dos professores de academias de ginástica. E tem acentuado devido às demandas trazidas pela Indústria 4.0.

Existem hoje, diversos aplicativos que fazem a intermediação dessas formas de prestação de serviço no *fitness*, entre eles, aplicativos oferecidos pelas próprias academias de ginástica. Como são os casos de empresas como o da *BodyTech* e o da *Smartfit*, onde os alunos recebem o treino pronto pelo celular, já com vídeos que ensinam a execução dos exercícios e oferecem inúmeras possibilidades para o atendimento *online*.

Existem também aplicativos que não necessitam de um profissional para o seu funcionamento. Oliveira e Fraga (2021) realizaram uma pesquisa sobre a prescrição de exercícios físicos por inteligência artificial. Essa pesquisa apresenta uma espécie de *personal trainer* digital, que se trata de um aplicativo *fitness* vinculado à empresa alemã *Freeletics*, bastante difundido no mundo, que prescreve exercícios físicos de forma automática. Segundo Neto e Húngaro (2022, p.3), o *Freeletics*:

Diferencia-se das demais plataformas pois ela se utiliza apenas de inteligência artificial em todo o processo de formulação de rotinas de treinamento. Inteligência artificial que é alimentada, unicamente, pelas informações enviadas pelos próprios/as usuários/as, não havendo nenhuma participação de *personal trainer* ou qualquer outro/a trabalhador/a da indústria do *fitness*. Não há oferta de serviço de *personal trainer* ou qualquer outro profissional da indústria do *fitness*.

Outra forma de atendimento *online* ofertada pela indústria do *fitness* que se encontra em evidência, são as consultorias *online*s, as quais falaremos no tópico a seguir.

3.3.1. Consultoria *online* na indústria do *fitness*

A consultoria *online* é outra forma de trabalho no *fitness* que já existia na década anterior, mas, que se expandiu fortemente durante a década de 2020, onde o *personal trainer* oferece aos seus alunos planilhas de treinamento personalizadas e individualizadas, que são prescritas a partir de uma anamnese e/ou avaliação física.

Como principal auxiliar neste processo, e devido à sua eficiência, a internet tem sido muito utilizada pelos treinadores, durante o período de treinamento, para o envio das planilhas e para o fornecimento de orientações aos clientes. Clientes que recebem estas planilhas se organizam para realizá-las e posteriormente transmitir os resultados, impressões e percepções sobre seu rendimento e nível de esforço ao treinador, para que este possa avaliar tal sessão e saber como proceder com as próximas (ISLER, 2015, p 35).

Com isso, a consultoria *online* oferece um treino personalizado, mas não de forma presencial, com a promessa de melhores resultados do que os de treinos oferecidos pelas próprias academias. É como se fosse treinar com um *personal trainer*, mas com custos mais baixos e sem a presença física do profissional durante os treinos.

Damasceno (2019 p. 5 e 6) diz que com a consultoria *online* o *personal trainer* consegue a captação de uma maior quantidade de alunos sem precisar estar presente nos treinos. “Com a consultoria *online* ele pode contribuir com esse aumento sem precisar estar presente, utilizando horários alternativos, finais de semana e horários de intervalo para atender seus clientes virtuais”.

A consultoria *online* oferece aos clientes um serviço com custo menor e aos profissionais a capacidade de atender inúmeros clientes, o que não seria possível presencialmente. Entretanto, o profissional utiliza-se do seu tempo disponível fora das suas jornadas de trabalho presencial para elaborar as

consultorias, transformando horários que seriam livres também em horários de trabalho.

Essa característica da não separação do momento do trabalho com o tempo livre foi explicada por Antunes (2020), ao afirmar que esse modelo de trabalho remoto, o chamado “*home office*” tem estreitado ainda mais as lacunas entre o tempo de trabalho com o tempo livre, de descanso e lazer dos trabalhadores. Esse processo vem se acentuando desde o surgimento do trabalho flexível, explica Mascarenhas (2005, p. 278):

Na esfera econômica, apesar de toda inovação tecnológica aplicada à reestruturação produtiva, as mudanças mais recentes resultaram na intensificação da exploração do trabalho, sendo que a duração e as relações entre tempo de trabalho e tempo livre, num movimento contraditório de flexibilização, sofrem enormes reveses. Cai a antiga rigidez do fordismo que garantia a clara delimitação dos tempos sociais. Tempo livre de final de dia, de final de semana, de final de ano e do final da vida, tudo se desmancha no ar. O encurtamento, a descontinuidade, a incerteza e a pulverização do tempo livre dados pela flexibilização da jornada de trabalho provocam uma imensa reviravolta nas práticas culturais, com a aceleração dos ritmos e processos diários de vida. Possuindo cada vez menos tempo livre, as pessoas acabam se vendo obrigadas a se preocupar com o aqui e agora, rendendo-se à busca do prazer imediato.

Além da consultoria *online* e das formas digitais de oferta da atividade física apresentadas neste capítulo, outras formas vêm surgindo e se difundindo na indústria do *fitness*, e essa tendência tende a se aperfeiçoar e ampliar ao longo dos próximos anos.

Evidenciado ao longo desta pesquisa, que as novas tendências da indústria do *fitness* geradas pelos avanços tecnológicos trazidos pela indústria 4.0 ocasionaram de fato uma intensificação do trabalho flexível, autônomo e precário que já vinha sendo desenvolvido no toyotismo.

Como citado por Antunes (2020), o que a indústria 4.0 tem de fato oferecido é a intensificação do trabalho liberal e a corrosão dos direitos trabalhistas. O que muitos autores reconhecem enquanto uma quarta revolução industrial, até o momento, tem apresentado apenas uma intensificação da reestruturação produtiva permanente que teve início em 1970 e vem desenvolvendo-se até a atualidade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo desta pesquisa foi analisar as transformações da indústria do *fitness* e seus nexos com a organização do trabalho de professores de Educação Física deste segmento, prioritariamente ao longo das três últimas décadas. Apesar de percorrermos um caminho do final do século XX, passando por todo o século XXI, por se tratar de processos históricos, as tendências verificadas neste trabalho ainda se encontram em andamento e transformações. Ao mesmo tempo, esperamos que as lacunas que ficaram abertas, possam atizar a vontade de realização de novos estudos deste caráter. A indústria do *fitness* estruturou-se ao longo dos anos de acordo com as determinações do modo de produção capitalista. Modificaram e acompanharam os processos históricos, sociais, econômicos e culturais os quais vivemos durante as últimas décadas.

De acordo com o percurso percorrido neste trabalho, foi possível compreender as transformações no segmento *fitness* nas últimas décadas, de forma que a reestruturação produtiva ocorrida a partir da crise dos anos 1970 impactou diretamente nas décadas de 1990 e 2000, a crise de 2008 por ocorrer no final da década de 2000, tiveram grandes impactos no decorrer da década de 2010 e a crise sanitária do novo Coronavírus, que ocorreu de fato no primeiro ano da década de 2020, intensificou tendências surgidas anteriormente.

A reestruturação produtiva dos anos 1970, caracterizada pela passagem do fordismo para o toyotismo provocou grandes transformações no trabalho. Podemos considerar como as mais marcantes: o limiar dos trabalhos especializados para a ascensão dos trabalhos flexíveis; a diminuição considerável nos trabalhos formais em detrimento ao aumento dos trabalhos liberais - característica advinda da substituição da política econômica keynesiana pela neoliberal; e o avanço da tecnologia. Essas transformações iniciadas no final do século XX impactaram diretamente na indústria do *fitness*, principalmente, a partir dos anos 1990. Nesse período, na indústria do *fitness* estava em voga as ginásticas coletivas nas academias de ginástica, essa pode ser considerada uma das principais características do *fitness* da época. As aulas coletivas passaram a ser uma das mais procuradas pelos professores da

época, devido o seu valor da hora/aula ser consideravelmente superior ao valor pago nas salas de musculação. Nesse período as salas de ginásticas eram bastantes cheias e tiveram o *jump*, *step*, *GAP*, *spinning*, como as modalidades mais citadas durante a entrevista realizada com os profissionais que iniciaram nessa época.

Além disso, nesse período, a prática da musculação, antes realizada majoritariamente por homens e atletas, começou a ser realizada também por mulheres e idosos, incentivadas pelo discurso da qualidade de vida e pelo surgimento de um novo padrão de beleza feminino. Nessa época, as academias de ginástica passam por uma grande expansão, tanto em relação ao quantitativo quanto ao tamanho das academias. Entre em voga franquias, que passam a receber grandes investimentos financeiros de outros ramos. O trabalho do professor de Educação Física no *fitness* se dividia principalmente em duas formas, sendo o assalariado pelos professores empregados pelas academias, clubes, etc. e o autônomo, personificado na figura do *personal trainer*.

Com esta pesquisa, percebeu-se que nesse período, o trabalho de *personal trainer* já existia, mas não tão difundido como hoje. Os trabalhadores assalariados do *fitness* ainda sobressaíam em relação aos autônomos. Isso porque apesar de já termos entrado em um novo regime de acumulação, características herdadas da era fordista ainda se faziam presentes.

Outra transformação no mundo do trabalho analisada nesta pesquisa foi a ocorrida pós crise financeira de 2008, onde começa-se a emergir a Indústria 4.0. Marcada pela acentuação ainda maior das tecnologias de informação e das políticas neoliberais. A Indústria 4.0 apesar de possuir um potencial para ser considerado um novo regime de acumulação, para alguns autores, trata-se apenas da acentuação do que já vivíamos no toyotismo. Identificamos em nossa pesquisa as grandes transformações no trabalho e na produção, bem como a emergência de trabalhos remotos e cada vez mais robotizados. Esse fenômeno influenciou fortemente o mundo do trabalho da segunda década deste século.

No segmento *fitness*, essa década foi considerada neste trabalho, como uma década de transição. Onde características surgidas a partir dos anos 1990 e concretizadas na década de 2000, ganharam ou perderam destaque na

indústria do *fitness* no desenrolar dos anos da década de 2010, como exemplo: as aulas coletivas nas configurações da década anterior vão perdendo espaço no decorrer dessa década para novas modalidades, coletivas ou não; o trabalho do *personal* cresce em relação ao trabalho do professor assalariado; as franquias se expandem e surge um novo modelo de franquia, nomeada de “*low-cost*” (baixo custo), onde suas características se expandem para os demais formatos de academias; o *crossfit* entra em ascensão; aulas padronizadas passa por mudanças e volta a fazer parte da indústria do *fitness*, mas agora com outras modalidades; entre outras mudanças.

Mas nessa década, as principais transformações no trabalho do professor estão relacionadas à crescente tendência ao trabalho autônomo e as precarizações que esse modelo de trabalho abarca, como grandes jornadas de trabalho, a perda de direitos trabalhistas, a instabilidade, entre outras formas de precarização. Nesse período os treinos *onlines* e por aplicativos já existiam, mas não apresentavam grandes potencialidades de mercado.

Após o período pandêmico, que teve início em 2020 a Indústria 4.0 se concretiza e fortalece, tornando o trabalho ainda mais digitalizado, devido a expansão do *home office* e dos trabalhos via plataformas digitais, adotados durante o isolamento social. Atualmente, especificamente nos três últimos anos, o *fitness* tem sido marcado principalmente por uma vasta extensão de trabalho *online*, via plataformas digitais. Esse modelo de trabalho, autônomo e *online*, tende a intensificar ainda mais as precarizações relacionadas ao trabalho liberal. O trabalho *online*, feito em casa, tem cada vez mais estreitado os momentos de descanso do trabalhador, ficando quase impossível diferenciar o seu trabalho do seu tempo livre.

Outra forma de potencialização das precarizações são as relacionadas a uberização do trabalho, onde o trabalhador se encontra disponível em alguma plataforma digital por tempo indeterminado e de forma não remunerada, recebendo somente pelo trabalho realizado e quando realizado. Esse modelo de atuação profissional tem causado ainda mais instabilidade financeiras e maiores jornadas de trabalho, como todas as outras precarizações geradas pelo trabalho autônomo.

No momento atual, algumas modalidades que surgiram nas décadas passadas ganham força no mercado e as principais delas são as realizadas em

ambientes externos às academias de ginástica. Essas modalidades são oferecidas pelo *personal* e geralmente são realizadas em praças públicas, em academias de condomínio, a domicílio, em estúdios de treinamentos ou até mesmo em modalidades esportivas, como a natação, as lutas, o tênis, etc.

Esses modelos de treinos entram em voga na pandemia, em detrimento do fechamentos das academias que ocorreu em 2020 como medida de prevenção a disseminação do vírus, e continuam em ascensão até os dias atuais. As características apresentadas nesse período, são muito recentes e estão sujeitas a mudanças nos próximos anos, por tanto, o que podemos concluir até aqui é que o crescimento e fortalecimento do neoliberalismo, mascarados pelo discurso da empregabilidade, tem agravado as precarizações de trabalho de forma geral e, especialmente, no *fitness*.

REFERÊNCIAS:

ACAD. Brasil mais ativo: Acad lança projeto nacional de combate ao sedentarismo. **Rev. Associação Brasileira de Academias**. 4ª ed. nº 87. Rio de Janeiro, 2019.

ACAD. Mercado mundial do fitness: principais players e mudanças no top ten. **Rev. Associação Brasileira de Academias**. 3ª ed. nº 82. Rio de Janeiro, 2018.

AGENDA Bodytech. **BODYTECH**. Disponível em: <https://www.bodytech.com.br/>. Acesso em: 23 de Março de 2023.

ALLEVATO, L. Panorama do mercado fitness em 2021. **Rev. Empresário Fitness & Health**. Ed. 97, 2021. Disponível em: <https://revistaempresariofitness.com.br/edicao-97/> . Acesso em: 16 de Outubro de 2021.

ALVES, G. O golpe de 2016 no contexto da crise do capitalismo neoliberal. **Blog da Boitempo**, 2016. Disponível em: <https://blogdaboitempo.com.br/2016/06/08/o-golpe-de-2016-no-contexto-da-crise-do-capitalismo-neoliberal/>. Acesso em: 21 de Abril de 2023.

ANTUNES, Ricardo; ALVES, Giovanni. As mutações no mundo do trabalho na era da mundialização do capital. **Educação & Sociedade**, v. 25, p. 335-351, 2004.

ANTUNES, R. L. C. Estamos vivendo a 4ª Revolução Industrial? **Jornal Bella Ciao Connection**. YouTube, 1º de Outubro de 2018a. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=On4nt82iEVI>. Acesso em: 20 de abril de 2023.

ANTUNES, R. L. C. **Trabalho intermitente e uberização do trabalho no limiar da indústria 4.0**. in: ANTUNES, R. L. C. **Uberização, Trabalho Digital e Indústria 4.0**. 1ª ed. – São Paulo: Boitempo, 2020.

ANTUNES, R. L. C. **O privilégio da servidão: o novo proletariado de serviços na era digital**. 1. Ed. São Paulo: Boitempo, 2018b.

BASTO, A. J. N; FARIAS, P. J. L. O lucro acima dos direitos: Destruindo a promoção de saúde na gestão low-cost fitness. **Revista de Direito-Trabalho, Sociedade e Cidadania**, v. 6, n. 6, p. 25-52, 2019.

BISOL, G. R.; GOMES, L. F. Perfil dos Praticantes de Crossfit® em Academias Afiliadas de Campo Grande-Ms. In: **Anais do I CONINS - Congresso Interdisciplinar em Saúde do MS**. Anais. Campo Grande(MS) Unigran Capital, 2019. Disponível em: <<https://www.even3.com.br/anais/conins/188558-PERFIL-DOS-PRATICANTES-DE-CROSSFIT%ae-EM-ACADEMIAS-AFILIADAS-DE-CAMPO-GRANDE-MS>>. Acesso em: 16 de Maio de 2023.

BORGES, A. F.; BORGES, C. N. F.; SANTOS A. A. dos.; FURTADO, R. S. Condições de trabalho e aspectos pedagógicos de professores de Educação Física em academias de ginástica. **Arquivos em mov**. v. 17, n. 1, p. 454-470, 2021.

CALESCO, V. A.; BOTH, J. Os ciclos de desenvolvimento da carreira do personal trainer. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 44, 2022.

CARVALHO, F. F. B. de; FREITAS, D. D.; AKERMAN, M. O “NOVO NORMAL” NA ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE: PANDEMIAS E UBERIZAÇÃO?. **Movimento**, [S. l.], v.

27, p. e27022, 2021. DOI: 10.22456/1982-8918.105524. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/Movimento/article/view/105524>. Acesso em: 23 de Fevereiro de 2023.

CASTRO, J. B. de. **“Não é apenas uma modinha, é um estilo de vida”**: um estudo sobre mulheres fitness em Goiás. 2015. 165 f. Dissertação (Mestrado em Sociologia) – Faculdade de Ciências Sociais, Universidade Federal de Goiás, Goiás, 2015.

CBCE. **Carta de repúdio ao programa Brasil em Movimento do Governo Federal**. GTT Atividade Física e Saúde, 2019. Disponível em: < cbce.org.br/upload/biblioteca/carta%20repúdio%20programa%20Brasil%20em%20Movimento.pdf >. Acesso em: 16 de Outubro de 2021.

COIMBRA, T. C. **O reordenamento no mundo do trabalho e a precarização do trabalho do professor de educação física**: Mediações da mercadorização da cultura corporal. Niterói, 2009.

CONCEITO Smartfit. **SMARTFIT**. Disponível em: <https://www.smartfit.com.br/conceito>. Acesso em: 14 de Março de 2022.

DAMASCENO, Alexandre Souza Barros. **Análise da viabilidade da prescrição online do treinamento de força**. 2019. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) – Faculdade de Ciências da Educação e Saúde, Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2019.

DIEESE. **Departamento Intersindical de Estatísticas e Estudos Socioeconômicos**. 2023. Disponível: <https://www.dieese.org.br/>. Acesso: 14 de Maio de 2023.

FURTADO, R. P. **André Gorz**: trabalho, tempo livre e liberdade. Tese (Programa de Pós-Graduação em Educação) – Faculdade de Educação, Universidade Federal de Goiás, Goiânia, 2012.

FURTADO, R. P. Do fitness ao wellness: os três estágios de desenvolvimento das academias de ginástica. **Pensar a Prática**, Goiânia. 2009

FURTADO, R. P. **Novas diretrizes e antigos debates**: Uma análise das Diretrizes Curriculares Nacionais para a Graduação em Educação Física – Resolução CNE/ CES 06/2018. In: SOARES, M. G.; ATHAYDE, P.; LARA, L. Ciências do Esporte, Educação Física e Produção do Conhecimento em 40 Anos de CBCE. Formação profissional e mundo do trabalho. 4ª ed. Natal: editora edufn, 2020. p 115-135.

FURTADO, R. P. Novas tecnologias e novas formas de organização do trabalho do professor nas academias de ginástica. **Pensar a Prática**, v. 10, n. 2, p. 139-154, 2007a.

FURTADO, R.P. **O não-lugar do professor de Educação Física em academias de ginástica**. 2007.187f. Dissertação (Programa de Pós-Graduação em Educação) – Faculdade de Educação, Universidade Federal de Goiás, Goiânia, 2007b.

FURTADO, R. P. **Trabalho e Capital**: A Produção do Valor nas Academias de Ginástica. In: SILVA, C. A. Corpo e práticas corporais em academias de ginástica. 1. ed. Curitiba-PR: Editora Bagai, 2022.

GAWRYSZEWSKI, B.; COIMBRA, T. C. A precarização do trabalho do professor de Educação Física e a burguesia do fitness: ACAD/ SINDACAD e CONFEEF. **Revista Digital**, Buenos Aires, 2008.

GOMES, I. R.; CHAGAS, R. de A.; MASCARENHAS, F. A Indústria do Fitness, A Mercantilização das Práticas Corporais e o Trabalho do Professor de Educação Física: O Caso Body Systems. **Movimento**, [S. l.], v. 16, n. 4, p. 169–189, 2010. DOI: 10.22456/1982-8918.14561. Disponível em: <https://www.seer.ufrgs.br/index.php/Movimento/article/view/14561>. Acesso em: 14 de Maio de 2023.

GONSALES, M. **Indústria 4.0**: Empresta Plataformas, Consentimento e Resistência. in: ANTUNES, R. L. C. Uberização, Trabalho Digital e Indústria 4.0. 1ª ed. – São Paulo: Boitempo, 2020.

GRANCHI, J. Treinos virtuais, ao ar livre e HIIT são tendências fitness em 2021. **Viva Bem UOL**, 2021. Disponível em: <https://www.uol.com.br/vivabem/noticias/redacao/2021/01/03/treinos-virtuais-ao-ar-livre-e-hiit-sao-tendencias-fitness-em-2021.htm>. Acesso em: 19 de Agosto de 2021.

HARVEY, D. **Condições pós-moderna**: uma pesquisa sobre as origens da mudança cultural. 17ª ed. São Paulo: Edições Loyola, 2008.

HEUER, Silvia. **“Lazer sério” e crossfit**: as características da “identidade guerreira” em atletas amadores. Dissertação (Mestrado). Curitiba, 2019.

HOFFMANN, S. C.; FREITAS, G. da S. **Personal Trainers de Musculação**: Notas Sobre Perfil, Atuação e Uso de Marketing Pessoal Em Uma Cidade No Sul Do Brasil. In: SILVA, C. A. Corpo e práticas corporais em academias de ginástica. 1. ed. Curitiba-PR: Editora Bagai, 2022.

ISLER, G. L. **A díade treinador personalizado online e cliente**: análise das relações interpessoais. 2015. 157 f. Tese - (doutorado) - Universidade Estadual Paulista, Instituto de Biociências de Rio Claro, 2015.

LES MILLS Brasil. **LES MILLS**. Disponível em: <https://www.lesmills.com/br/sobre-nos/>. Acesso em: 12 de Junho de 2022.

MARX, K. **Manifesto do Partido Comunista**. Tradução de Pietro Nassetti. São Paulo: Martin Claret, 2003.

MARX, K. **Manuscritos Econômico-filosóficos**. Tradução de Alex Marins. São Paulo: Martin Claret, 2001.

MARX, K. **O Capital - Livro I – crítica da economia política**: O processo de produção do capital. Tradução de Rubens Enderle. São Paulo: Boitempo, 2013.

MASCARENHAS, F. Entre o ócio e o negócio - Teses acerca da anatomia do lazer. LICERE - **Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, [S. l.], v. 8, n. 2, 2005. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/1526>. Acesso em: 7 de Março de 2023.

MASCARENHAS, F.; Vieira, C. A.; Marques, T. M. A.; Borges, P. J. A.; Silva, B. de O. e Santos, W. B. dos. Acumulação flexível, técnicas de inovação e grande indústria do fitness: o caso Curves Brasil. **Pensar a Prática**, Goiânia. 2007.

MODALIDADES Bluefit. **BLUEFIT**. Disponível em: <https://bluefit.com.br/>. Acesso em: 14 de Março de 2022.

NETO, W. A. de S.; HÚNGARO, E. M. Plataformas de trabalho no setor fitness: qual o futuro deste serviço?. **Revista Ciências do Trabalho**, n. 21, 2022.

NOZAKI, H. T. **Educação física e reordenamento no mundo do trabalho:** Mediações da regulamentação da profissão. Niterói: UFF, 2004.

NOZAKI, H. T. Trabalho e educação na atualidade: mediações com a Educação Física brasileira. **Rev. Educação**, Santa Maria, v. 40. n. 1. p. 183-200. 2015.

OLIVEIRA, B. N. de e FRAGA, A. B. Prescrição de exercícios físicos por inteligência artificial: a educação física vai acabar?. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**. 2021, v. 43. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/rbce.43.e002921>. Acesso: 30 de Novembro 2021.

PASQUIM, H. M.; MARTINEZ, J. F. N.; FURTADO, R. P. Academias de ginástica e exercícios físicos no combate à covid-19: reflexões a partir da determinação social do processo saúde-doença. **Movimento**, v. 27, 2021.

POVOLERI, D. Falta de tempo? Estudos mostram que treino de 7 minutos pode ser eficiente. **Globo**, 2021. Disponível em: [ge.globo.com/eu-atleta/treinos/noticia/2016/12/falta](https://g1.globo.com/eu-atleta/treinos/noticia/2016/12/falta). Acesso em: 19 de Agosto de 2021.

PROFESSOR de Educação Física do RN fatura R\$ 10 mil por mês com academia ao ar livre. **Ideias de negócios**, 2023. Disponível em: <https://revistapegn.globo.com/ideias-de-negocios/noticia/2023/05/professor-de-educacao-ao-fisica-do-rn-fatura-r-10-mil-por-mes-com-academia-ao-ar-livre.ghtml>. Acesso em: 30 de maio de 2023.

PRAUN, L.; ANTUNES, R. L. C. A Demolição Dos Direitos Do Trabalho Na Era Do Capitalismo Informacional-digital. in: in: ANTUNES, R. L. C. **Uberização, Trabalho Digital e Indústria 4.0**. 1ª ed. – São Paulo: Boitempo, 2020.

QUELHAS, A. de A.; RAPOSO, B. M.; DIAS, G. P.; NOZAKI, H. T.; LOPES, M. J.; COIMBRA, T. C.; MACIEL, T. B.; BOTREL, T. V. O setor empresarial do fitness brasileiro em meio à pandemia da Covid-19. **Rev. Edu. Foco**. Juiz de Fora, 2021. Vol. 26, Nº Esp. 04.

QUELHAS, A. de A. NOZAKI, H. T. A formação do professor de Educação física e as novas diretrizes curriculares frente aos avanços do capital. **Rev. Motrivivência**, Ano XVIII, Nº 26, P. 69-87. Juiz de fora, 2006.

QUELHAS, A. de A. **TRABALHADORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO SEGMENTO FITNESS:** um estudo da precarização do trabalho no Rio de Janeiro. Tese (Doutorado). São Paulo, 2012.

QUEM somos - **BLUEFIT**. Acesso: <https://ri.bluefit.com.br/a-companhia/perfil-corporativo/>. Disponível: 14 de Maio de 2023.

QUEM somos? **Gym Pass**. Disponível em: <https://gympass.com/pt-br>. Acesso em: 23 de Fevereiro de 2023.

QUEM somos? **Pinkfit training**: *personal* para mulheres. Disponível em: <https://www.pinkfit.com.br/>. Acesso em: 05 de Junho de 2023.

ROCHA, L. M. da. **A expansão geográfica das academias de ginástica e musculação na RMSP**: biopolítica, consumo estético e usos do território. 2019. Dissertação (Mestrado em Geografia Humana) - Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2019. doi:10.11606/D.8.2020.tde-20022020-151654. Acesso em: 2023-03-07.

SEM tempo para ir à academia? Treinos HIIT de curta duração para pessoas ocupadas. **Polar Brasil**, 2021. Disponível em: < <https://www.polar.com/br/fitness-zone/quick-hiit-workouts-for-busy-people> >. Acesso em: 19 de ago. De 2021.

SILVA, R. A. R. da; VALENÇA, M. C. de A. **Terceirização e quarteirização**: indicativos estratégicos para implementação. 1997.

SILVA, T. A. O da.; GARCIA, V. B. **Efeitos Do Programa De Treinamento Funcional Nas Capacidades Físicas Do Futsal**. 2016. Disponível em www.unisalesiano.edu.br/biblioteca/monografias/60268.pdf. Acesso em 27/10/2017.

SILVESTRE, B. M. A atuação (inserção) da educação física e as novas T.I. III **Seminário de Educação Física e Saúde coletiva**. YouTube, 31 de outubro de 2020. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=xDPmrkiSC-Ua> . Acesso em: 01 fev. 2021.

THOMPSON WR. Worldwide survey of fitness trends for 2020. **ACSMs Health Fitness J**. 2020

THOMPSON WR. Worldwide survey of fitness trends for 2021. **ACSMs Health Fitness J**. 2021

THOMPSON WR. Worldwide survey of fitness trends for 2022. **ACSMs Health Fitness J**. 2022

TONELO, I. **Uma nova reestruturação produtiva pós-crise de 2008?** in: ANTUNES, R. L. C. **Uberização, Trabalho Digital e Indústria 4.0**. 1ª ed. – São Paulo: Boitempo, 2020.

TOP 10 tendências do fitness ao longo dos anos. **Rev. Empresário Fitness & Helth**. 2020. Disponível em: <https://revistaempresariofitness.com.br/wp-content/uploads/2020/01/comparacao-das-tendencias-do-fitness-ao-longo-dos-anos.pdf>. Acesso em: 21 out. 2021.

UBERIZAÇÃO da atividade física: Bruno Sapo, personal trainer, se torna uma 'academia completa' e passa a treinar online mais de 100 alunos por semana. **Portal de Notícias Sopa Cultura**, 2021. Disponível em: <https://www.sopacultural.com/noticias/uberizacao-da-atividade-fisica-bruno-sapo-personal-trainer-se-torna-uma-academia-completa-e-passa-a-treinar-online-mais-de-100-alunos-por-semana/> Acesso em: 19 de ago. de 2021.

ANEXOS:

ROTEIROS PARA ENTREVISTAS EM GRUPOS FOCAIS.

Roteiro de entrevistas para os professores do Grupo 01.

Professores que atuam no <i>fitness</i> desde a década de 2000	
1.	1.1. Quais as principais características do <i>fitness</i> vivenciadas por vocês na década de 2000 nas academias de ginástica? (Quais modalidades estavam em alta; Qual era o perfil do público frequentador; etc). 1.2. E quais as características do trabalho de <i>personal trainer</i> da época?
2.	2.1. Quais transformações vocês notaram nas características das academias de ginástica ao longo do tempo até os dias de hoje? E quando começaram essas transformações? 2.2. E quais as transformações no trabalho de <i>personal trainer</i>?
3.	Falem sobre o vínculo de trabalho (assalariado e/ou autônomo) e a remuneração no <i>fitness</i> .
4.	Quais as perspectivas de vocês com a profissão?

Roteiro de entrevista para os professores Grupo 02.

Professores que atuam no <i>fitness</i> desde a década de 2010
1. 1.1. Quais as principais características do <i>fitness</i> vivenciadas por vocês na década de 2010 nas academias de ginástica? (Quais modalidades estavam em alta; Qual era o perfil do público frequentador; etc).

1.2. E quais as características do trabalho de <i>personal trainer</i> da época? 2. 2.1. Quais transformações vocês notaram nas características das academias de ginástica ao longo do tempo até os dias de hoje? E quando começaram essas transformações? 2.2. E quais as transformações no trabalho de <i>personal trainer</i>? 3. Falem sobre o vínculo de trabalho (assalariado e/ou autônomo) e a remuneração no <i>fitness</i>. 4. Quais as perspectivas de vocês com a profissão?

Roteiro de entrevista para os professores do Grupo 03.

Professores que começaram a atuar no <i>fitness</i> na década de 2010
1. 1.1. Quais as principais características atuais do <i>fitness</i>? (Quais modalidades estão em alta; Qual o perfil do público frequentador; etc). 1.2. E quais as características do trabalho de <i>personal trainer</i>? 2. Falem sobre o vínculo de trabalho (assalariado e/ou autônomo) e a remuneração no <i>fitness</i>. 3. Quais as perspectivas de vocês com a profissão?