

FATORES MOTIVACIONAIS PARA A ADESÃO EM ACADEMIAS

ALVES, Danilo (Graduando/ Educação Física)
CALIXTO, Ketleen (Graduanda/ Educação Física)

Com a evolução tecnológica observa-se nos seres humanos comportamento mais sedentários, o que compromete a saúde e a qualidade de vida. Na contramão deste fato, nota-se que a procura por academias vem crescendo, juntamente com os ideais de uma vida composta de hábitos mais saudáveis, visando à melhoria da qualidade de vida. (SAMULSKI; NOCE, 2000). Diante desta realidade, observa-se na sociedade a necessidade da existência de locais próprios para a prática de atividades físicas, sendo as academias um destes locais, que se adequa inclusive aos diferentes objetivos dos sujeitos. Analisando estes elementos, identificamos a necessidade de verificar quais os principais fatores que levam à adesão de pessoas em academias. O presente estudo será a princípio desenvolvido pelo método quantitativo, sendo uma pesquisa de campo com a aplicação de um questionário fechado, identificando os motivos pelos quais as pessoas iniciam a prática de exercícios físicos em academias. O grupo a ser investigado ainda não foi definido. Os procedimentos de coleta de dados serão: primeiramente pela observação, subsequente aplicação de protocolo com os praticantes, para posterior análise de conteúdo e comparação de resultados com pesquisas já realizadas e relacionadas ao tema. Este trabalho ainda não apresenta resultados e conclusões, pois trata-se de uma intenção de pesquisa para conclusão de curso.

Palavras chave: Adesão, Atividade Física, Academia.