

## CONTEXTUALIZANDO AS ACADEMIAS AO AR LIVRE (AAL)

Danielle Della Gata- Unibrasil- dellagatta2008@gmail.com

Elaine Christina Kluska- Unibrasil- elaineckluska@hotmail.com

Priscila Carla Silva- Unibrasil- prih.csilva@hotmail.com

Yuri Branco Scorsato- Unibrasil- scorsatoss@hotmail.com

### RESUMO

O presente artigo objetivou classificar as Academias ao Ar Livre (AAL) dentro dos conceitos do lazer, atividade física, treinamento e saúde. Podemos constatar que a AAL não possui um projeto base para sua instalação, assim o Centro de Referência Qualidade de Vida e Movimento (CRQVM), juntamente da Secretaria Municipal do Esporte, Lazer e Juventude (SMELJ) buscam a melhor maneira de trabalhar com essa ferramenta que foi imposta a sociedade por meio de um programa de política pública sem embasamento teórico.

**Palavras-chave:** Academias ao Ar Livre, lazer, Recreação, Atividade Física.

### INTRODUÇÃO

As Academias ao Ar Livre no Brasil começaram em 2005 quando o Ministério da Saúde lançou o Programa Brasil Saudável<sup>1</sup>, cumprindo com o compromisso das diretrizes e ações previstas na estratégia global de alimentação e atividade física de 2004<sup>2</sup> proposta pela OMS (Organização Mundial de Saúde). Levando isso em consideração a prefeitura de Maringá por meio do departamento de saúde criou o Programa Maringá Saudável, projeto com os mesmos objetivos do Programa Brasil Saudável e, nesse contexto, nasce a ATI (Academia da Terceira Idade) ou para a prefeitura de Curitiba a AAL.

A proposta de uma Academia ao Ar Livre surge em Curitiba a partir de 2009, devemos aqui salientar que a prefeitura de Curitiba não possui um projeto como o da prefeitura de Maringá, aqui as AAL foram instaladas através de licitação, pelas quais a prefeitura aprovou a empresa Ziober tendo com ela um contrato para a instalação de 155

<sup>1</sup> Disponível no site <http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/brasil%20saudavel.pdf>

<sup>2</sup> Disponível no site [http://www.who.int/dietphysicalactivity/strategy/eb11344/strategy\\_english\\_web.pdf](http://www.who.int/dietphysicalactivity/strategy/eb11344/strategy_english_web.pdf)

unidades e manutenção destes espaços pelos próximos 5 anos. A empresa Ziober, em contrapartida, ganha o direito de explorar a propaganda exibida nestas áreas.

Em fevereiro de 2009 foi instalada a primeira AAL no Parque Barigui, a segunda foi no Parque Tingui, que de acordo com a Revista de Gestão Pública (2010, p.67) nesta ocasião foram realizadas fotografias e vídeos para criar o folder que seria anexado nas unidades das academias e entregue pela Secretaria Municipal de Esporte e Lazer e Juventude (SMELJ) aos praticantes. Foram confeccionados 100.000 exemplares apenas em maio de 2010.

Em 2011, numa conversa com os senhores Eros Mathoso e Dalton Grande, ambos responsáveis pelo Centro de Referência Qualidade de Vida e Movimento (CRQVM), foi informado à inexistência de um projeto para a implantação das academias. Ambos também afirmam que tudo começou em Maringá e através do boca a boca chegou a Curitiba, foi quando a Ziober ofereceu o produto e a prefeitura decidiu investir nesta ideia, para incluir esta ferramenta no Plano de Governo como afirma a Revista de Gestão Pública em Curitiba (2010, p. 66).

Segundo a Revista de Gestão Pública (2010, p. 65), na qual é realizado o primeiro estudo de aplicabilidade das AAL, as academias são ferramentas de lazer, saúde e atividade física. Esta publicação traz conceitos pertinentes à Educação Física.

Devemos ter cuidado em utilizar essa ferramenta como “solucionador” de problemas referentes à qualidade de vida. Hoje o município de Curitiba possui 79 unidades de ALL, divididas em 9 regionais que visam ajudar a população no combate ao sedentarismo, melhorar a sua saúde e ao mesmo tempo atuar como forma de lazer.

Desta forma, o trabalho vem com o objetivo de auxiliar na orientação dos usuários, bem como, dos profissionais envolvidos com as AAL munindo-os de alguns referenciais teóricos para podermos compreender e aproveitar da melhor maneira possível este recurso que faz parte do cenário da atividade física na cidade de Curitiba.

## Metodologia

Segundo Marconi e Lakatos (2007), a pesquisa tem caráter descritivo, qualitativo e de levantamento bibliográfico, realizamos este trabalho com o objetivo de melhorar nossa compreensão a respeito das AAL. No período do segundo semestre do ano de 2011, consultamos alguns professores de Educação Física das Faculdades Integradas do Brasil (Unibrasil), para ajudar-nos a selecionar autores que tratassem dos conceitos de lazer, recreação, treinamento, atividade física e saúde.

Após analisarmos os autores estudiosos do tema aqui trabalhado selecionamos aqueles que tinham concepção próxima a de nossa análise. Sobre os conceitos de lazer e recreação optamos pelos autores Dumazedier (1983), Requiça (1980), Oleias (2003), Marcelino (1983 e 2000) e Valquiria Padilha (2000). Para a atividade física Caspersen, Powell E Christerson (1985); Matsudo (2000) e para a discussão sobre treinamento utilizamos Tubino (1984) e para a saúde a OMS (Organização Mundial de Saúde).

Depois de realizada a seleção dos autores, fomos coletar dados na Secretaria Municipal de Esporte e Lazer e Juventude (SMELJ), no Centro de Referência Qualidade de Vida e Movimento (CRQVM) e também na Secretaria Municipal de Saúde do município de Curitiba, para obtermos o projeto das AAL.

Como não existe um projeto escrito de implantação, apenas conseguimos obter o edital de licitação por meio do qual a Ziober tornou-se fornecedora dos aparelhos, assim como uma cópia do contrato de prestação de serviço firmado entre o município e a empresa. Realizamos a comparação das AAL não entre os autores e o projeto como era nossa intenção e sim dos autores e da realidade que nos deparamos a respeito da utilização das academias no segundo semestre de 2011.

## Revisão bibliográfica

Realizaremos aqui o levantamento de alguns autores que podem nos ajudar a entender o real objetivo dessas academias perante a sociedade curitibana. Começamos

por discutir a AAL pelo conceito de lazer. Dumazedier (1983, p.34) , ao discutir sobre este conceito afirma que:

O lazer é um conjunto de ocupações às quais o indivíduo pode entregar-se de livre vontade, seja para repousar, seja para divertir-se, recrear-se e entreter-se, ou ainda, para desenvolver sua informação ou formação desinteressada, sua participação social voluntária ou sua livre capacidade criadora após livrar-se ou desembaraçar-se das obrigações profissionais, familiares ou sociais.

Requixa (1980) traz uma idéia bem próxima a de Dumazedier que entende o lazer como uma ocupação não obrigatória, de livre escolha do indivíduo, cuja vivência propicia condições de recuperação psicossomática e de desenvolvimento pessoal e social. Já Oleias (2003, s/p) define lazer como:

Lazer, em sua forma ideal, seria um instrumento de promoção social, servindo para auxiliar no rompimento da alienação do trabalho, apresentando-se politicamente como um mecanismo inovador aos trabalhadores na medida em que estabelece novas perspectivas de relacionamento social; promover a integração do ser humano livremente no seu contexto social, onde este meio serviria para o desenvolvimento de sua capacidade crítica, criativa e transformadora e proporcionar condições de bem-estar físico e mental do ser humano para a população.

Marcelino (2000) ao dividir lazer em seis áreas fundamentais sendo elas: interesse artístico, intelectual, físico, manual, turístico e social, abre uma boa maneira de classificar a AAL como forma de lazer físico. Marcelino (1983) afirma que não há de fato, um consenso entre os autores sobre a forma de entender o lazer, há os que considerem uma atitude, um estilo de vida, portanto, independente de um tempo determinado, nesse sentido, até mesmo o trabalho poderia ser lazer.

Todas essas abordagens possuem um caráter funcionalista do que é lazer, devemos nos atentar para o fato de que o lazer não deve ser ferramenta apenas funcional para deixar o indivíduo apto as suas funções de trabalho. Valquíria Padilha em seu livro “Tempo livre e capitalismo” (2000) traz uma reflexão do lazer por uma abordagem mais crítica que nos permite contemplá-lo não apenas como maneira de aliviar as tensões do dia-a-dia, mas como parte fundamental da estrutura social do capitalismo ao qual estamos inseridos. A palavra lazer em latim deriva do verbo *licere* que significa “ser permitido”,

“poder”, ou seja, o lazer esta ligado à idéia de liberdade e não de ferramenta para castrar o indivíduo mesmo fora de suas obrigações com seu trabalho.

Outra forma de classificar a AAL é como ferramenta de atividade física, considerando a definição de atividade física de Caspersen (1985, s/p):

As atividades físicas são todas as formas de movimentação corporal, com gasto energético acima dos níveis de repouso. Inclui exercícios físicos e esportes, deslocamentos, atividades laborais, afazeres domésticos e outras atividades físicas de lazer.

Estudos (CASPERSEN, POWELL E CHRISTERSON, 1985; MATSUDO e MATSUDO, 2000) indicam que as práticas de atividades de intensidade moderada atuam na redução do desenvolvimento de doenças degenerativas (hipertensão, diabetes, osteoporose, enfermidades cardiovasculares, enfermidades respiratórias e outras) e de mortalidade), assim qualquer forma de movimento é atividade física.

Se levarmos em conta que a prefeitura oferece para o uso dessa ferramenta um programa de treinamento na Revista Gestão Pública em Curitiba (2011), então devemos não mais analisar a AAL como uma ferramenta apenas para movimentar o corpo de maneira livre e despreocupada, pois o conceito de treinamento agrega muito mais do que apenas o movimento pelo movimento. Devemos lembrar alguns preceitos de treinamento como os definidos por Tubino (1984): o princípio da individualidade biológica, da adaptação, da sobrecarga, da continuidade, da interdependência volume-intensidade. Segundo Tubino: “Antes de passar ao estudo de cada princípio, é importante enfatizar que os 5 princípios se inter-relacionam em todas as suas aplicações.” (ibidem, 1984, p. 99). Assim contemplamos a AAL como ferramenta no modelo atual de atividade física e não de treinamento como a prefeitura de Curitiba também afirma na Revista de Gestão publica (2010, p.66).

No que diz respeito à saúde a Organização Mundial da Saúde (OMS) define saúde como: o estado de completo bem-estar físico, mental e social e não simplesmente a ausência de doença ou enfermidade, assim os conceitos de lazer e atividade física são parte da saúde.

Após reunir este coletivo de autores podemos classificar as AAL como ferramenta de lazer, de saúde e de atividade física, mas devemos primeiramente definir quais são os indivíduos que se utilizam dessas academias. Para isso devemos nos utilizar de um

trabalho realizado pela prefeitura de Curitiba apresentado na Revista de Gestão Pública em Curitiba (2011, p.74), que apresenta a prevalência maior para a faixa etária de 50 a 59 anos (26,4%), 40 a 49 anos (22,4%) 60 anos ou mais (23,3%), dentro desse grupo sendo 64% do sexo feminino e 33% masculino.

A referida publicação afirma que grande parte dos alunos utiliza essa ferramenta como forma de melhorar a saúde, obter perda de peso, melhorar o condicionamento físico e melhorar sua qualidade de vida, apenas poucos afirmaram ser a AAL uma ferramenta de lazer e convívio social.

Ao definir a AAL como política de qualidade de vida, estamos negligenciando a população, a prefeitura vende a ideia de que com essa ferramenta pode resolver todos os problemas da população curitibana nos quesitos de lazer e atividade física, que basta apenas exercitar-se nas unidades sem nenhum programa de auxílio de alimentação, cuidados médicos e psicológicos, para obter o resultado desejado.

Estamos sendo hipócritas ao afirmar que apenas ao implantar uma Academia ao Ar Livre em uma determinada região iremos melhorar significativamente a qualidade de vida da população daquele local, como afirma a prefeitura de Curitiba na Revista de Gestão Pública em Curitiba (2011, p.75). Devemos também levar em conta que estas academias estão sendo implantadas em parques e praças da cidade, muitas vezes retirando áreas verdes, acarretando também um impacto não só visual como também ambiental, privando aqueles indivíduos que tem seu lazer diretamente ligado com a relação homem natureza.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao começar este trabalho optamos primeiramente em realizar o levantamento dos autores que iríamos utilizar na realização de nossa análise, consideramos essa a parte mais complexa, contudo ao descobirmos que as AAL não possuem um projeto oficial para sua implantação e utilização nos deparamos com uma situação inusitada com a qual

não contávamos, pois desde o início acreditávamos que estas academias tivessem sido incorporadas ao cenário curitibano com uma base sólida.

Compreendemos que o modelo atual adotado pela prefeitura de Curitiba não possui embasamento teórico, tendo poucas publicações à respeito desta temática, sem muito referencial teórico. Dados apresentados pela Revista de Gestão Pública, nos mostra uma população que está aderindo a este programa de política pública apenas por acreditar ser esta uma forma de melhorar sua saúde.

Contudo como mostra a Revista de Gestão Pública (2011, p. 75) os praticantes destas academias sentiram melhoras por muitas vezes significativas em sua saúde, trazendo um bem estar nos indivíduos após de aderirem às academias.

Após levantamento apresentado na Revista de Gestão Pública (2011, p. 70-71), onde constatamos a frequência e público que utiliza as Academias ao Ar Livre a SMELJ tem atuado com capacitação de seu grupo de funcionários para melhor atender a população que utiliza das academias e colocando seus colaboradores em atendimento nos horários de maior fluxo, para prestar orientações aos usuários deste recurso.

## REFERÊNCIAS

CAMARGO, Luiz Otávio de Lima. **O que é Lazer**. São Paulo, Brasiliense, 1989.

CASPERSEN, C.J.; Powell, K.E. & Cristensen, G.M. (1985). **Physical activity exercise and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research**. Public. Health Reports

DUMAZEDIER, Joffre. **Lazer e cultura popular**. São Paulo, Perspectiva, 1976.

Kraemer, W.J.; Zatsiorsky, V.M., **Ciência e Prática do Treinamento de Força**. 2º ed. , Phorte, 2008.

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade. **Fundamentos de metodologia científica**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2007.

MARCELINO, Nélon Carvalho. **Lazer e Humanização**. Campinas, Papyrus, 1983.

MATSUDO, S. M. M. **Envelhecimento e atividade física. Atividades físicas para a terceira idade**. Brasília: SESC, 1997.

REQUIXA, R. **Cadernos de Lazer – Documento 1**, São Paulo , SESC, 1976.

REQUIXA, R. **O Lazer no Brasil**. SP, Braziliense, 1977.

Revista Gestão Pública em Curitiba – **Prática de exercícios em academias ao ar livre** – Volume I – Número III – Setembro/Dezembro 2010 – p.65-68.

Revista Gestão Pública em Curitiba – **Utilização do ambiente construído: Academias ao ar livre em Curitiba** – Volume II – Número II – Maio/Agosto 2011 – p.67-80.

PADILHA, V. **Tempo Livre e Capitalismo: um Par Perfeito**. Campinas. Alínea e Átomo. 2000.

## REFERÊNCIAS DIGITAIS

OLEIAS, V. J. Disponível em: <<http://www.cds.ufsc.br/~valmir/cl.html>>. Acesso em: 11/11/2011.

Disponível em: <<http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/brasil%20saudavel.pdf>>. Acesso em: 09/05/2012

Disponível em: <[http://www.who.int/dietphysicalactivity/strategy/eb11344/strategy\\_english\\_web.pdf](http://www.who.int/dietphysicalactivity/strategy/eb11344/strategy_english_web.pdf)>. Acesso em: 09/05/2012