

Frequentadores de academias do ramo *fitness* em condições de pendularidade na fronteira Brasil-Bolívia

Gym goers in the *fitness* industry in pendularity conditions at the Brazil-Bolivia border

Frecuentadores de gimnasio en la industria del *fitness* en condiciones de pendularidad en la frontera Brasil-Bolívia

Carlo Henrique Golin*, Karyellen Conceição Moreira dos Santos*, Mayara Rodrigues Gonzales*, Flavio Cestari Filho*, Edineia Aparecida Gomes Ribeiro*

*Universidade Federal de Mato Grosso do Sul - Câmpus do Pantanal (Brasil)

Resumo: O presente estudo teve como objetivo principal descrever aspectos gerais sobre os frequentadores (alunos/clientes - praticantes da musculação) de academias brasileiras do ramo *fitness* e que residem na Bolívia e, ao mesmo tempo, compreender a opinião dos responsáveis (proprietários/responsáveis/professores) desses espaços na cidade de Corumbá-MS (Brasil), especialmente considerando a condição de pendularidade dos usuários na fronteira estudada. Foram mapeadas, exclusivamente, as academias de «livre acesso» (sem treinamento personalizado), bem como que atendesse alunos em condição de pendularidade, praticantes de musculação e que autorizaram o desenvolvimento da pesquisa. Desta forma, a amostra teve duas unidades selecionadas, sendo que foram aplicados questionários com perguntas abertas e fechadas aos dois grupos delimitados (alunos/clientes e proprietários/responsáveis/professores). Os resultados preliminares mostram que a aderência e frequência desses espaços *fitness*, na visão dos alunos/clientes pendulares, se dá por diferentes motivos, destacando-se a *boa localização, preço/qualidade, emagrecimento, manutenção da saúde, treinamento esportivo*, enquanto que na visão dos proprietários/responsáveis/professores destacam-se a *boa comunicação* e a importância no fomento da *economia/comércio* local. Concluímos, portanto, que por se tratar de uma região fronteiriça, torna-se de extrema importância descrever os aspectos gerais desse público, sobretudo ressaltando os motivos do movimento pendular nesse seguimento *fitness*. Os resultados, embrionários, também reforçam a necessidade de mais estudos para compreender melhor a frequência e participação desses sujeitos em condição pendular nos diferentes espaços *fitness* da região.

Palavras-chave: Academia, exercício físico, *fitness*, fronteira, pendularidade.

Abstract: The present study had as main objective to describe general aspect the regulars (students/clients - bodybuilding practitioners) of brazilian *fitness* gyms that reside in Bolivia and, at the same time, to understand the opinion of those responsible (owners/guardians/teachers) of these spaces in the city of Corumbá-MS (Brazil), especially considering the condition of pendularity of users on the studied border. The «free access» gyms (without personalized training) were mapped, as well as that attended students in a condition of pendularity, practitioners of weight training and who authorized the development of the research. In this way, the sample had two units selected, and questionnaires with open and closed questions were applied to the two delimited groups (students/clients and owners/guardians/teachers). Preliminary results show that the adherence and frequency of these *fitness* spaces, in the view of students/clients pendularity, occurs for different reasons, highlighting the *good location, price/quality, weight loss, health maintenance, sports training*, while in the view of the owners/guardians/teachers, *good communication* and importance in fostering the local *economy/trade* are highlighted. We conclude, therefore, that because it is a border region, it becomes extremely important to describe the general aspect of this audience, especially highlighting the reasons for the pendular movement in this fitness segment. The embryonic results also reinforce the need for further studies to better understand the frequency and participation of these subjects in pendulum condition in the different *fitness* spaces in the region.

Keywords: Gym, physical exercise, *fitness*, border, pendularity.

Resumen: El presente estudio tuvo como objetivo principal describir aspectos generales los habituales (estudiantes/clientes - culturistas) de los gimnasios brasileños en la industria del *fitness* y residentes en Bolívia y, al mismo tiempo, conocer la opinión de los responsables (propietarios/tutores/profesores) de estos espacios en la ciudad de Corumbá-MS (Brasil), especialmente considerando la condición de pendularidad de los usuarios en la frontera estudiada. Se mapearon los gimnasios de «libre acceso» (sin entrenamiento personalizado), así como los que atendieron a los estudiantes en condición de pendulares, practicantes de musculación y que autorizaron el desarrollo de la investigación. De esta forma, la muestra tenía dos unidades seleccionadas, y se aplicaron cuestionarios con preguntas abiertas y cerradas a los dos grupos delimitados (estudiantes/clientes y propietarios/tutores/profesores). Los resultados preliminares muestran que la adherencia y la frecuencia de estos espacios de *fitness*, a juicio de los estudiantes/clientes en tránsito, se da por diferentes razones, destacando la *buena ubicación, precio/calidad, pérdida de peso, mantenimiento de la salud, formación deportiva*, mientras que en opinión de los propietarios/tutores/profesores, se destaca la *buena comunicación* y la importancia en el fomento de la *economía/comercio* local. Concluimos, por tanto, que por tratarse de una región fronteriza, se vuelve de suma importancia describir los aspectos generales de esta audiencia, destacando especialmente las razones del movimiento pendular en este segmento de *fitness*. Los resultados embrionarios también refuerzan la necesidad de más estudios para comprender mejor la frecuencia y participación de estos sujetos en condición de péndulo en los diferentes espacios de *fitness* de la región.

Palabras clave: Gimnasio, ejercicio físico, *fitness*, frontera, pendularidad.

Fecha recepción: 09-09-20. Fecha de aceptación: 01-12-20

Carlo Henrique Golin
carlo.golin@ufms.br

Introdução

O movimento pendular de pessoas em regiões fronteiriças, com interação/contato internacional, é muito comum, sobretudo considerando a realidade das fronteiras com «abertura» para o trânsito (fluxo) de pessoas entre as nações limítrofes. Desta forma, os fluxos fronteiriços costumam ter a migração diária de pessoas de ambos os lados, na qual os indivíduos moram em uma cidade/país e saem todos os dias para outra com diferentes finalidades, geralmente com foco na busca por trabalho, na formação pessoal como estudos e/ou outra atividade atrativa (dependente) no país vizinho.

Ressaltamos que a região estudada tem essa característica de fluidez, inclusive por fazer fronteira entre o Brasil e a Bolívia, o que torna a cidade de Corumbá (Brasil), *locus* do estudo, um dos principais (se não o maior) portais de acesso à Bolívia, via estado de Mato Grosso do Sul (MS). É de conhecimento, ainda, que a referida região conurbada sofre influência por diferentes questões, com destaque aos aspectos sociais, históricos, econômicos e culturais. De acordo com Kukiel, Costa e Benedetti (2015), esse local demonstra grande fluidez devido essas variáveis, o que influencia a constituição e dinâmica do contexto. Vale destacar, também, que o município brasileiro de Corumbá-MS exerce grande «centralidade» na região perante as outras cidades vizinhas, sendo que a sua área territorial consiste em de 64.721,719 km² e conta com 110.803 habitantes (Ibge, 2018), enquanto que a cidade boliviana de Puerto Quijarro/BO possui cerca de 1.430 km², com aproximadamente 19.000 habitantes (Ine, 2017).

O presente trabalho retrata, em parte, essa realidade da fronteira e a centralidade da maior cidade da região, adentrando na contextualização da mobilidade (pendularidade) da população fronteiriça quando frequentam academias do ramo «*fitness*»¹ em Corumbá-MS (Brasil). Portanto, o estudo considerou apenas os fluxos de pessoas que saem de Puerto Quijarro (Bolívia) para usufruir desses serviços nas academias de Corumbá (Brasil).

Desta forma, o objetivo do estudo foi descrever aspectos gerais sobre os indivíduos (alunos/clientes) que saem da fronteira boliviana e frequentam, semanalmente, as academias do ramo *fitness* na cidade de Corumbá-MS (Brasil).

Pereira (1996) cita que as academias se originaram, em parte, devido à necessidade de maior

segurança, pois os parques, praças e ruas têm sido considerados locais inseguros, sobretudo do ponto de vista da segurança pública, acrescido do crescimento populacional e a concentração de pessoas nos insuficientes espaços públicos disponíveis, algo que acaba interferindo na segurança e na livre movimentação. Além disso, outros motivos como a atendimento profissional, facilidade e praticidade de serviços, a busca por uma melhora na qualidade de vida, estética, sociabilização, podem contribuir para que as pessoas busquem praticar exercícios físicos de modo sistematizado em locais específicos, por exemplo: academias do ramo *fitness*, que são muito comuns no Brasil.

Vale ressaltar que no Brasil existe o Conselho Profissional que faz a fiscalização e controle das práticas dos profissionais que atuam nas academias do ramo de *fitness*. O Conselho Profissional desse segmento é o Conselho Federal de Educação Física (CONFEF), que por meio dos Conselhos Regionais (CREF's) devem acompanhar e monitorar esses espaços. Portanto, além dos órgãos reguladores da União, Estado e Município, esses locais que promovem as práticas do ramo *fitness* sofrem um controle dessa entidade profissional e devem, segundo a Lei nº 9.696, de 1 de Setembro de 1998², ser supervisionados por profissionais de Educação Física devidamente credenciados na entidade. Assim, esse aspecto profissional também pode ser um dos motivos que levam diferentes indivíduos em optarem pela prática do exercício físico sistematizado no «tempo livre» (lazer). Alguns exemplos da busca por essas práticas podem ser os exercícios físicos em «modalidades» como musculação, ginástica, natação, atividades disponibilizadas nos ambientes do ramo *fitness*, o que traria certa segurança e comodidade aos que procuram esse tipo de serviço. Esse fato leva, somente no Brasil, a segunda posição no mundo em número de academias para população, uma estimativa de 9,6 milhões de clientes, de acordo com dados da *International Health, Racquet & Sportsclub Association* (IHRSA) em 2018 (Silva, 2018).

Ao observar dados recentes de outros países, temos, por exemplo, o trabalho de Chávez, Zavalza e Rodríguez (2020) que analisou os profissionais da área de atividade física e instrutores de *fitness* que residem no México. Na ocasião os autores descreveram que, atualmente, os centros de treinamento físico estão em alta, especialmente compondo os diferentes estilos de vida da população,

sendo significativo no acúmulo de capital local, bem como prestando um relevante serviço social com atividades direcionadas à preservação da saúde da população. Já o estudo de Estrada-Marcén, Sánchez-Bermúdez, Simón-Grima e Casterad-Seral (2019) na cidade Zaragoza (Espanha), na mesma linha do ramo *fitness*, descrevem que 70% usam tecnologia para controlar os níveis de exercícios físicos, entretanto as modalidades que não são aeróbicas como a musculação, não seriam as mais usuais, sendo que as modalidades como corrida e o ciclismo (indoor) seriam as mais empregadas pelos usuários. Os mesmos autores também destacam que os aparatos tecnológicos não substituiriam os profissionais da área. Enquanto que no trabalho de Campos, Villora, Gómez e Martins (2019), realizado em Madri (Espanha), além de indicar um expressivo aumento nos últimos tempos no número de usuários e consumidores desse segmento *fitness* focado na melhoria da saúde e das aptidões físicas como principais razões de sua prática, também aponta que os profissionais da área precisam sempre levar em conta os interesses dos praticantes para prescreverem suas atividades nesses locais, buscando melhorar a satisfação e a continuidade dos seus clientes nos programas propostos.

Advertimos que na região (fronteira Brasil-Bolívia) existe ainda uma carência de evidências científicas sobre aspectos gerais dos frequentadores de academias do ramo *fitness* em condições de pendularidade. Por isso, o presente estudo traz alguns dados históricos e conceituais sobre o exercício físico (sistematizado) praticado em academias no tempo disponível (Lazer), analisando os dados gerais dos frequentadores (alunos/clientes) em condição de pendularidade e a percepção dos proprietários/responsáveis/professores dessas empresas do ramo *fitness* em relação aos seus próprios alunos/clientes (pendulares), uma vez que atravessam o limite internacional (Bolívia) em busca desse tipo de serviço que é oferecido no Brasil (Corumbá-MS).

Segundo Saba (2001) as atividades físicas, via movimentos «naturais» do ser humano, vem da pré-história, notadamente ligado à sua sobrevivência, aos seus movimentos instintivos, já o exercício físico controlado e regular (sistematizado) tem grande repercussão na contemporaneidade, particularmente devido as diferentes demandas sociais vigentes. De acordo com o autor, apesar do grande avanço, promoção e controle de diferentes tipos de exercícios físicos, contraditoriamente tem-se diminuído os

espaços livres e abertos, contribuindo para o aumento do sedentarismo da população na atualidade. Nesse momento, com o avanço tecnológico, houve uma significativa troca da mão de obra manufaturada (homem), que passou da dinâmica industrial (máquina) para a era digital, com um cenário atual de teletrabalho e maciça atividades digitais, o que causou uma diminuição «natural» da atividade física, levando as pessoas a adotarem cada vez mais atividades de comportamento sedentário.

A literatura destaca que o exercício físico é o movimento corporal planejado, estruturado e repetitivo que visa atender um determinado objetivo (Caspersen, Powell & Christenson, 1985). Assim, Saba (2001) destaca que a adesão de um plano de prática continuada de exercícios pelo indivíduo pode contribuir para outras práticas benéficas à saúde. O indivíduo, segundo o autor, adquire uma disciplina positiva que clama pela prática de atividades que preservem suas condições físicas e psicológicas, levando ao controle geral das atividades individuais e coletivas, por meio da adoção de princípios de saúde e bem-estar. Outro exemplo pode ser observado no estudo de Liz e Andrade (2016) quando ressaltam que o bem-estar é visto como consequência da prática de exercícios físicos, pois proporciona a vivência de emoções positivas.

Inclusive a esse respeito podemos notar que:

É natural ao homem movimentar-se. A ação corporal faz parte do seu cotidiano na realização de atividades corriqueiras da vida. Pode-se dividir a atividade física em dois grandes grupos principais: a atividade direcionada a busca à melhoria da aptidão física, visando saúde, ganhos estéticos e bem-estar; a atividade física como um fim em si mesma, que quando sistematizada, é denominada exercício físico. É a atividade física como meio de relação das atividades humanas corriqueiras, como meio de obtenção dos mais diversos objetivos (Machado, 2016, p.03).

Atualmente, o que chama a atenção é o papel de destaque adquiridos por lugares considerados especializados para as práticas de exercícios físicos, como afirma Machado (2016): «Nunca antes na história foram vistos em número tão grande, mesmo que em turmas proporcionais, locais especialmente destinados a prática de atividade física» (p. 04). Também destacamos que a procura por esses espaços «especializados» são variados, entretanto Toscano (2008) identificou que fazer e encontrar amigos estão

entre os principais motivos que impulsionam os indivíduos a frequentarem as academias de ginástica. Por exemplo, no aspecto de sociabilidade, Rufino (2000) relatam que muitos frequentadores das academias indicam que este espaço tem se transformado em lugar de lazer e socialização, em que os alunos se divertem e fazem novas amizades, o que ajuda a pertencer aos diferentes grupos de pessoas com objetivos semelhantes.

Para Godoy (2002), o exercício físico pode reduzir a ansiedade e a depressão, melhorar o autoconceito, a autoimagem e a autoestima, aumentar o vigor, melhorar a sensação de bem-estar, melhorar o humor, aumentar a capacidade de lidar com os fatores psicossociais de estresse e diminuir os estados de tensão nos praticantes. Nessa mesma linha de alegação, baseando-se em Saba (2001), Machado (2016) argumenta que, «[...] a rotina de vida moderna tem se mostrado pouco saudável, pois provoca estresse e estafa, agravada pela alimentação inadequada e pela falta de regularidade nas práticas de atividade física» (p.04). O grande desafio então é fazer com que haja o desenvolvimento atual da prática dos exercícios físicos no cotidiano dos indivíduos, se tornando praticantes ativos. Por isso o exercício físico «[...] é uma forma de lazer e de restaurar a saúde dos efeitos nocivos que a rotina estressante do trabalho e do estudo traz» (Silva, Silva, Silva, Souza & Tomasi, 2010, p. 1).

Ao correlacionar a questão da adesão da prática de atividade física, Iaochite (2006) define que o processo de aderência ao exercício físico está relacionado à manutenção num programa ou prática de atividade física estruturada ou não, coletiva ou individualizada. Segundo o autor esse processo é dinâmico, complexo, sofrendo influências de diferentes dimensões e seus respectivos fatores.

Outros autores afirmam que:

Inúmeros fatores são responsáveis pela aderência à atividade física oferecida nas academias como: a figura do professor, a estrutura oferecida para a prática, o ambiente, a higiene, as pessoas que a frequentam, a localização, entre outros. Entretanto, todos esses fatores dependem de a pessoa incorporar em seu estilo de vida a atividade física (exercício físico) regular, ligando-se a ele de forma permanente, ou pelo menos duradoura, criando condições para que a prática da atividade proposta seja continuada de forma prazerosa e produtiva (Strub & Limberger, 2015, p. 1).

Segundo Saldanha, Juchem, Balbinotti, Balbinotti e Barbosa (2008), alguns dos principais motivos que impulsionam as pessoas a optar pela prática de exercícios físicos em academias são: a busca pela melhoria da qualidade de vida/saúde e também preocupação com a estética corporal. De tal modo, autores como Alves et al. (2009) frisam que a insatisfação corporal é uma realidade para ambos os sexos e que o enquadramento corporal, nos padrões estéticos estabelecidos culturalmente, tem levado os indivíduos à procura de recursos «milagrosos» ou mesmo a prática de exercícios físicos «extremos». Essa realidade, apontada pelos autores, ainda é muito presente nas academias do ramo *fitness*, na qual muitos casos focam no lado estéticos ou na aparência física como o único objetivo, o que pode ser prejudicial à saúde das pessoas.

A literatura aponta a existência de diversas barreiras para as práticas de atividades físicas, por exemplo, a falta de tempo, o desencorajamento da família e amigos, privação de equipamentos e acessórios necessários, a sensação de ser excluído socialmente no ambiente da prática de exercícios físicos, experiências desagradáveis anteriores na adesão do exercício físico e/ou a falta de companhia para a execução das atividades físicas, bem como a falta de dinheiro, o cansaço e não gostar de praticar exercício físico/atividade física no lazer, elementos discutidos por Santos e Knijnik (2006) e também apontado por Reichert, Barros, Domingues e Hallal (2007).

Destacamos, também, que a prática de atividade física de maneira regular contribui para minimizar a morbimortalidade em decorrência das doenças cardiovasculares que, na maioria das vezes, está associada à obesidade (Long et al., 2015). Pensando nisso, as pessoas deveriam frequentar as academias do ramo *fitness* com orientação de um profissional de Educação Física, desejar uma qualidade de vida melhor e, também, atrelar o estilo de vida fisicamente ativo aos cuidados com os hábitos alimentares. Por isso, Guedes (2003) também afirma que, além do exercício físico sistematizado/regular, a nutrição é um fator importante para que o organismo humano obtenha resultados positivos decorrentes da atividade física no lazer.

Outro problema de Saúde Pública enfrentado na atualidade é o sedentarismo. Carvalho et al (1996) comentam que o sedentarismo é uma condição indesejável e representa risco para a saúde dos

indivíduos. Guedes, Santos e Lopes (2006) ratificam que, incentivar hábitos regulares de atividades físicas é uma das metas essenciais na área da saúde em contraponto com o comportamento sedentário que apresenta grande prevalência em todo mundo. No mesmo tema Machado (2016), baseando-se em Iachite (2006), afirma que a identificação e o conhecimento dos fatores do processo de aderência a prática de exercício físico podem ser benéficos, pois, além de permitir a compreensão desse fenômeno, possibilita a reflexão sobre estratégias que, a partir da análise de um referencial teórico, poderiam fornecer orientações mais seguras e eficazes no que tange aos processos de intervenção e pesquisa.

Assim, considerando este contexto de adesão sobre a prática de exercícios físicos sistematizadas temos em destaque, especialmente ao considerar os ambientes com potencial para promover a mudança de comportamento na população, as academias. Esses espaços «naturalmente» oferecem serviços de orientação e supervisão da prática de exercícios físicos por profissionais da área da saúde (Toscano, 2008).

Outro autor argumenta que:

As academias de ginástica, na particularidade como se apresentam atualmente, possuem uma história recente, de pouco mais de um século. Durante sua trajetória sofreram uma série de transformações até chegar à fase atual. Essas transformações se intensificaram principalmente nas últimas três décadas, quando as academias passaram a ser mais exploradas como um negócio favorável para a acumulação de capital (Furtado, 2009, p.09).

O mesmo autor também diz que as academias de ginástica surgiram com a finalidade e ênfase no condicionamento físico do indivíduo. Ressalta o autor que «[...] os donos das primeiras academias muitos deles eram halterofilistas, atletas, ou pessoas que, em geral, estavam envolvidas em práticas corporais» (Furtado, 2009 p.08). Assim, esses espaços acabam sempre sofrendo influência das demandas do momento, inclusive, de acordo com Machado (2016): «[...] nas décadas de 1970 e 1980, o treinamento de força passou a fazer parte não só dos programas de condicionamento dos atletas, mas também dos indivíduos que procuravam por estética e saúde» (p. 06.).

Nesse mesmo sentido da história e evolução do segmento *fitness*, o autor acrescenta que:

[...] na década de 1990, em virtude da percepção dos inúmeros benefícios do treinamento de força para

a aptidão física e saúde, esse tipo de treinamento passou a ser procurado por indivíduos de praticamente todas as faixas etárias, inclusive como forma recreativa para crianças e idosos (Machado, 2016, p. 06).

Os aspectos levantados por Machado (2016) corroboram com o trabalho de Martínez, Montero e Rodríguez (2020), notadamente quando exemplificam que a prática regular de atividade física e/ou exercício físico, trabalhado de forma múltipla, pode melhorar consideravelmente outros parâmetros de saúde no público idoso, tais como a autoestima, ansiedade e depressão.

Por último, ressaltamos que existem inúmeras realidades dentro do segmento *fitness*, acarretada, em parte, pela sua própria história evolutiva no mercado, sendo que algumas delas ainda são muito presentes no tempo atual. Podemos ainda afirmar, a princípio, que no Brasil, com base nos autores citados anteriormente, as academias tiveram como grande objetivo dar segurança aos praticantes de atividades físicas, concomitantemente, abrangendo também nesses espaços os aspectos como: estética, lazer, sociabilização, qualidade de vida, comodidade, especialmente levando em consideração as diferentes necessidades dos seus clientes, tendo como pano de fundo a ênfase na saúde.

Materiais e métodos

Neste estudo foi considerado como critério metodológico para inclusão dos locais (objetos) e das pessoas (sujeitos) a serem pesquisadas, sobretudo para atingir os objetivos da presente pesquisa, os seguintes aspectos: academias do ramo *fitness*, de «livre acesso»³ (sem treinamento personalizado), com serviços disponibilizados na cidade de Corumbá localizado no Mato Grosso do Sul (Brasil); aplicação de questionários em sujeitos (alunos/clientes) que estivessem em condição de pendularidade, isto é, que moram de um lado da fronteira (Bolívia) e frequentam as academias do outro (Brasil); espaços que fornecem no mínimo o serviço de musculação; faixa etária dos participantes (masculino e feminino) com idade igual e/ou superior a dezoito anos.

Foram elaborados e utilizados dois questionários com perguntas fechadas, sendo um questionário destinado especialmente aos clientes/alunos e outro aos proprietários/responsáveis/professores das academias. Esses questionários, enquanto aspectos

metodológicos, revelaram-se desafiadores, principalmente por não haver um exemplo metodológico específico para tratar de forma articulada os temas *fitness* e fronteira.

Já os critérios de exclusão da amostra foram: academias do ramo *fitness* que só ofereciam serviços (treinamento; aulas...) no formato personalizado (treinamento individualizado); espaços que não disponibilizassem atividade de musculação com «livre acesso»; pessoas com dificuldades/deficiências na comunicação;

Desta forma, num primeiro momento, foi realizado o mapeamento das possíveis academias existentes na fronteira do Brasil-Bolívia. Posteriormente, fizemos as visitas em todos os espaços *fitness*, até para que pudéssemos adotar critérios de filtragem e definir melhor a amostra.

De modo geral, identificamos 15 academias e após aplicar os critérios de exclusão, selecionamos um total de oito academias consideradas de «livre acesso». Todavia, ao considerar o momento atual de isolamento social devido a pandemia (COVID-19) e as autorizações dos proprietários/responsáveis/professores para realizar a pesquisa, o trabalho foi desenvolvido somente em duas academias. Aspecto limitante que pode e deve ser considerado na pesquisa. Vale ainda destacar que algumas academias não possuíam, segundo informações coletadas preliminarmente, o nosso público alvo (alunos/clientes – pendulares). Ressaltamos que a pesquisa de campo teve início quando os pesquisadores realizaram um mapeamento de todas as academias de «livre acesso», limitando as que possuíam o oferecimento do serviço de musculação.

Para realizar a coleta de dados desses participantes, foram criados (desenvolvidos) pelos pesquisadores questionários com dez perguntas fechadas aos alunos/clientes, podendo ser respondidas mais de uma alternativa em algumas delas. Ao mesmo tempo foi elaborado também um questionário com seis perguntas fechadas e abertas para os proprietários/responsáveis/professores das academias selecionadas. Todos estes documentos foram respaldados e efetivados após os envolvidos terem aceitado participar e assinado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Deste modo, tivemos um total de três proprietários/responsáveis/professores pesquisados e três alunos/clientes (pendulares) pesquisados que frequentam essas academias do ramo *fitness*.

Para chegar neste número de sujeitos pesquisados, a abordagem dos indivíduos foi realizada numa espécie de «plantão» nas academias selecionadas, sobretudo para identificá-los e aplicarmos os referidos questionários. Ao invés de ser feito uma divisão de horários, optamos inicialmente por fazer as coletas em conjunto, além de horários aleatórios em que um dos integrantes (pesquisadores) pudesse estar se dirigindo à essas academias, afim de aplicar os questionários e coletar os dados.

Resultados e Discussão

Participaram do estudo três proprietários/responsáveis/professores e três alunos/clientes das duas academias selecionadas do ramo *fitness*, ambas da região central da cidade de Corumbá-MS. Considerando os gargalos locais da região, como o fechamento da fronteira devido à instabilidade e mudança na política em novembro de 2019, bem como o atual cenário vigente da pandemia (COVID19), a proposta se limitou ao território fronteiriço brasileiro e acabou tendo dificuldades na coleta de dados, aspectos que influenciaram no número de participantes da pesquisa.

Apesar da existência dos entraves já relatados, a pesquisa mostrou resultados interessantes nos dois grupos investigados. De tal modo, para facilitar o entendimento dos resultados, os dados são apresentados e discutidos de maneira dissertativa, primeiramente dos participantes proprietários/responsáveis/professores e, posteriormente, as informações dos alunos/clientes.

De acordo com os dados obtidos na pesquisa de campo, dois sujeitos do grupo proprietários/responsáveis/professores disseram ser regular a frequência de alunos/clientes em condições de pendularidade nas suas empresas (academias). Quanto ao período do ano em que essa procura se torna mais recorrente, os pesquisados, de ambas as academias, disseram ser nos meses de outubro a dezembro.

Com relação a comunicação entre os proprietários/responsáveis/professores com os alunos/clientes, todos concordaram não sentir quaisquer dificuldades para se comunicarem com esse tipo de público.

Quando perguntado sobre a importância da frequência desses alunos/clientes em suas academias, todos descreveram ser importantes, ressaltando a melhora da economia e do comércio local. Essas

informações corroboram com os dizeres de Furtado (2009), notadamente ao explicar a importância das «academias» como um «negócio» rentável.

Tendo em vista o tempo de frequência habitual desses alunos/clientes, dois proprietários/responsáveis/professores responderam ser de 1 a 3 meses, enquanto que um respondeu de 3 a 6 meses.

A respeito dos motivos que levam esse público a escolherem essas empresas (academias), nos deparamos com múltiplas respostas fornecida pelos proprietários/responsáveis/professores, dentre elas destacam-se: os profissionais adequados; boa localização; preço/qualidade; instalações/equipamentos.

Quanto aos dados relativos aos três clientes/alunos (pendulares) que utilizam dos espaços *fitness* (academias) na cidade de Corumbá-MS (Brasil), tivemos a idade variando de 18 a 40 anos, sendo todos do sexo masculino. Destacamos que todos os pesquisados praticam musculação e estão em condição de pendularidade ao frequentar as academias brasileiras em Corumbá-MS e residirem na Bolívia.

Sobre a forma de pagamento que aderem, dois responderam que de forma mensal e o outro de forma semestral. Com relação ao número de vezes que costumam frequentar esses espaços, dois responderam que cinco vezes por semana, enquanto que um relatou seis vezes semanais. Os dados demonstram uma prática semanal «regular», essa «adesão» pode ser justificada, em parte, pela manutenção de um possível «programa» estruturado de atividade, conforme relatado nos trabalhos de Iaochite (2006) e Campos, Villora, Gómez e Martins (2019), quando levantam aspectos, preferências e os motivos sobre a adesão da prática de atividade física e/ou fidelidade aos programas de exercícios físicos (sistemizados). Entretanto, esses dados dos clientes/alunos são bem divergentes das informações do outro grupo pesquisado (proprietários/responsáveis/professores).

Estes resultados iniciais podem ser similares com o estudo de Estrada-Marcén, Sánchez-Bermúdez, Simón-Grima, e Casterad-Seral (2019), trabalho realizado em Zaragoza (Espanha) e que teve uma amostra composta por 126 usuários de academias (homens e mulheres), sendo que seus resultados demonstraram que 66% de seus sujeitos pesquisados realizaram um mínimo de 4 dias semanais de atividade física, bem como mais de 30% realizaram 3 dias semanais de exercício físico na academia.

O tempo de suas sessões de treinamento também

variaram, segundo os próprios alunos/clientes, sendo que dois praticam em torno de uma hora a uma hora e meia, enquanto que o outro, pratica de uma hora e meia a duas horas, ambos na modalidade de musculação, o que demonstra a permanência nesses espaços entre uma hora a duas horas.

Referente aos motivos que os levaram a optar por essas academias, se destacaram a boa localização, o preço e a qualidade. Sobre os motivos pelos quais os clientes/alunos optaram pela musculação, obtivemos também uma variação de resultados: anabolismo/ganho de massa muscular; treinamento esportivo; manutenção da saúde e emagrecimento, resultados semelhantes ao trabalho de Saldanha et al. (2008) quando descreve alguns dos principais motivos que impulsionam as pessoas a optar pela prática de exercícios físicos em academias. Esses dados também encontram respaldos nos trabalhos de Saba (2001) e de Liz e Andrade (2016), particularmente quando apontam que a prática continuada de exercícios físicos pode contribuir à saúde e ao bem-estar.

Para os alunos/clientes investigados, os fatores que acabam levando-os a frequentar o país vizinho são: compras, passeio/lazer e academia/musculação, sendo que o uso de carro é o meio de locomoção que utilizam para chegar nesses espaços.

Destacamos, também, que os levantamentos obtidos, por meio dos questionários aplicados em nosso público alvo (alunos/clientes em condições de pendularidade e proprietários/responsáveis/professores), indicam as mesmas proposições descritas por Strub e Limberger (2015), na qual ressaltam, por exemplos: a figura do professor, a estrutura oferecida para a prática, a boa localização, entre outros.

A pesquisa também mostrou a existência de divergência e convergência apontadas pelos proprietários/responsáveis/professores. As diferenças encontradas se dão: na percepção do movimento das pessoas vindo do país vizinho; o porquê esse determinado público optou por essas academias e o período de tempo que costumam frequentá-las. Com relação aos pontos de convergência, se destacam: a troca de experiência, o fortalecimento/melhora da economia, a fácil compreensão da língua espanhola (responderam não possuir quaisquer dificuldades em se comunicar com esse tipo de público) e a questão de ter profissionais qualificados para o atendimento.

Quanto aos dados dos alunos/clientes, também foi possível identificar as convergências e divergências por meio dos questionários aplicados. As divergências se deram: na forma de pagamento que aderem; turno de treinamento; a frequência semanal que costumam usar o serviço do espaço; duração da sessão de treinamento; qual o motivo para a prática da musculação e qual o motivo de sua pendularidade. No que se refere às convergências, apenas uma foi apontada pelos mesmos, que aparece no meio de locomoção que utilizam para chegar nesses espaços, tendo o carro como resposta unânime.

Não obstante, também foi possível identificar convergências (semelhanças) de respostas ao analisar ambos os grupos pesquisados (proprietários/responsáveis/professores e alunos/clientes), tais como: a boa localização; preço/qualidade; instalações/equipamentos.

O estudo indica que, além da atração pelas atividades físicas ligadas ao segmento do *fitness*, esses espaços (academias) contribuem, de certa forma, para a promoção da economia e desenvolvimento da região. É necessário também frisar que esses dados descrevem uma realidade historicamente situada, bem como o número reduzido acaba limitando o estudo e a possibilidade de aprofundadas análises. Contudo, mesmo com esse número reduzido da amostra, foi possível identificar diferentes nuances e aspectos gerais dos sujeitos pendulares (moram na Bolívia) que frequentam as academias do ramo *fitness* em Corumbá-MS (Brasil). Inclusive, a falta de identificação, momentânea, de mulheres que vivem na Bolívia e frequentam estes espaços específicos (*fitness*) brasileiros.

Outro aspecto a considerar é a possibilidade de desenvolver no futuro pesquisas mais amplas que considerem os dois lados da região em estudo, algo que seria de extrema importância para compreender melhor a dinâmica local no segmento *fitness*, em especial um trabalho que adentre nas variáveis do movimento pendular dos habitantes da fronteira Brasil-Bolívia.

Conclusões

Concluimos que são vários os fatores que levam as pessoas que moram na Bolívia a atravessar o limite internacional na busca de atividades físicas em academias (segmento *fitness*) do lado brasileiro, especificamente na cidade de Corumbá-MS. Os

resultados sobre os aspectos gerais desse público em condição pendular, por meio dos questionários aplicados aos dois grupos investigados (alunos/clientes e proprietários/responsáveis/professores), apontam elementos significantes na frequência e adesão de exercícios físicos (musculação) nesses espaços *fitness*, tais como: a figura do professor, a estrutura oferecida para a prática, a boa localização, preço do serviço.

Um dos pontos que devemos ressaltar nesta pesquisa é a facilidade de ir e vir, o que torna o movimento pendular um elemento de fluidez na fronteira, que a depender do momento pode facilitar e dar um maior acesso aos bens e serviços de forma dinâmica aos fronteiriços (brasileiros e bolivianos). No caso em específico, das academias dos ramos *fitness* sem atendimento personalizado, essa realidade de intercâmbio fronteiriço pode possibilitar o fomento e uma procura recorrente nas academias da região, além dos possíveis outros espaços no mesmo ramo que esse público específico pode vir a aderir.

Assim, considerando que a pesquisa ocorreu em uma região fronteiriça e que nela contém diferentes nuances, torna-se fundamental que tenhamos uma boa relação/convivência com essa população, observando os vínculos interdependentes entre os aspectos culturais, sociais e econômicos. Esses elementos reforçam a necessidade de ampliar pesquisas que tratem sobre, por exemplo, o «perfil» desse público pendular que busca o seguimento *fitness*, de modo especial para compreender melhor a frequência e participação deles nas diferentes academias do ramo *fitness* da região, o que inclui também a possibilidade de análises sobre o lado boliviano fronteiriço.

Agradecimentos

À Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS).

Referências

- Alves D. et al (2009). Cultura e imagem corporal. *Revista Motricidade. Fundação Técnica e Científica do Desporto*. v.5 n.1 Santa Maria da Feira.
- Campos, F., Villora, S. G., Gómez, D. G., & Martins, F. M. L. (2019). Benefits of 8-week fitness programs on health and fitness parameters. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (35), 224-228.
- Carvalho, T. D., Nóbrega, A. D., Lazzoli, J. K., Magni, J. R. T., Rezende, L., Drummond, F. A., ... & Teixeira, J. A. C. (1996). Posição

- oficial da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte: atividade física e saúde. *Rev Bras Med Esporte*, 2(4), 79-81.
- Caspersen, C. J., Powell, K. E., & Christenson, G. M. (1985). Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. *Public health rep*, 100(2), 126-131.
- Chávez, L. F. J. G., Zavalza, A. R. P., & Rodríguez, L. E. A. Encuesta Nacional de Tendencias Fitness para México en 2020 (National Survey of Fitness Trends in Mexico for 2020). *Retos*, (39), 30-37.
- Estrada-Marcén, N., Sánchez-Bermúdez, J., Simón-Grima, J., & Casterad-Seral, J. (2019). Uso de dispositivos fitness por parte de usuarios de gimnasios. *Retos*, 38(38), 26-32.
- Furtado, R. P. (2009). Do fitness ao wellness: os três estágios de desenvolvimento das academias de ginástica. *Pensar a prática*, 12(1).
- Godoy, R. F. (2002). Benefícios do exercício físico sobre a área emocional. *Movimento*, 8(2), 7-15.
- Guedes, D. P. (2003). Musculação: estética e saúde feminina. *São Paulo: Phorte*, 16.
- Guedes, D. P., Santos, C. D., & Lopes, C. C. (2006). Estágios de mudança de comportamento e prática habitual de atividade física em universitários. *Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum*, 8(4), 5-15.
- Iaochite, R. (2006). Aderência ao exercício e crenças de auto-eficácia. *Auto-eficácia em diferentes contextos*, 127-147.
- IBGE, G. (2018). Fundação Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Disponível em <<https://www.ibge.gov.br/cidades-e-estados/ms/corumba.html>>. Acessado em 26 de maio de 2020.
- INE (2020). Instituto Nacional de Estadística (INE). Disponível em <<https://www.ine.gov.bo/index.php/puerto-quijarro-cuenta-con-aproximadamente-19-000-habitantes-a-2017/>>. Acessado em 26 de maio de 2020.
- Kukiel, É. D. G., COSTA, E., & Benedetti, A. G. (2015). Fronteira Brasil-Bolívia: A construção histórica dos relacionamentos comerciais entre Corumbá e Puerto Quijarro. *V Seminário em Estudos Fronteiriço*, 1-12.
- Liz, C. M., & Andrade, A. (2016). Análise qualitativa dos motivos de adesão e desistência da musculação em academias. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 38(3), 267-274.
- Long, G., Watkinson, C., Brage, S., Morris, J., Tuxworth, B., Fentem, P., ... & Wareham, N. (2015). Mortality benefits of population-wide adherence to national physical activity guidelines: a prospective cohort study. *European journal of epidemiology*, 30(1), 71-79.
- Machado, C. D. V. (2016). *Motivos da procura e desistência da prática de atividade física em uma academia de Santa Rosa-RS*. Curso de Pós-Graduação Lato Sensu MBA em Gestão Empresarial. UNIJUÍ- UNIVERSIDADE REGIONAL DO NOROESTE DO ESTADO DO RS DACEC – Dep. de Ciências Administrativas, Contábeis Econômicas da Comunicação.
- Martínez, M. A. A., Montero, P. J. R., & Rodríguez, E. M. A. (2020). Efectos de un programa de ejercicio físico multicomponente sobre la condición física, la autoestima, la ansiedad y la depresión de personas adultas-mayores. *Retos*, 39, 1024-1028.
- Pereira, M. M. F. (1996). *Academia: estrutura técnica e administrativa*. Sprint.
- Reichert, F. F., Barros, A. J., Domingues, M. R., & Hallal, P. C. (2007). The role of perceived personal barriers to engagement in leisure-time physical activity. *American journal of public health*, 97(3), 515-519.
- Rufino, V. S. (2000). Características de frequentadores de academias de ginástica do Rio Grande do Sul. *Kinesis*, (22).
- Saba, F. (2001). *Aderência*. Editora Manole Ltda.
- Saldanha, R. P., Juchem, L., Balbinotti, C. A. A., Balbinotti, M. A. A., & Barbosa, M. L. L. (2008). Motivação à prática regular de atividades físicas: um estudo sobre a estética em adolescentes do sexo feminino. *Coleção Pesquisa em Educação Física*, 6(2).
- Santos, S. C., & Knijnik, J. D. (2006). Motivos de adesão à prática de atividade física na vida adulta intermediária. *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte*, 5(1).
- Silva, M. (2018). Brasil se destaca no IHRSA Global Report 2018. *International Health, Racquet & Sportsclub Association*, 2018. Disponível em <<http://hub.ihrsa.org/brasil/brasil-se-destaca-no-ihrsa-global-report-2018>>. Acessado em 26 de maio de 2020.
- Silva, R. S., Silva, I. D., Silva, R. A. D., Souza, L., & Tomasi, E. (2010). Atividade física e qualidade de vida. *Ciência & Saúde Coletiva*, 15, 115-120.
- Strub, A. & Limberger, O. (2015). Perfil de usuários de musculação: um olhar sobre o comportamento no exercício físico de praticantes de academias de regiões opostas de Santa Cruz do Sul, RS, Brasil. *Revista EFDportes*, Año 19, nº 202.
- Toscano, J. J. O. (2008). Academia de ginástica: um serviço de saúde latente. *Revista brasileira de ciência e Movimento*, 9(1), 40-42.

(Footnotes)

¹A palavra *fitness* tem origem inglesa e significa «estar em boa forma física». O termo é geralmente associado à prática de atividade física e se refere ao bom condicionamento físico, formada a partir da junção de «fit» (um dos significados é «boa forma») e «ness», um sufixo que transforma adjetivos em substantivos, designando um estado, uma condição. Aqui iremos adotar para designar todas as atividades desenvolvidas em academias, como ginástica, musculação, dança, natação, entre outras modalidades.

²Lei brasileira que regulamenta a prática dos profissionais de Educação Física, sobretudo no ramo *fitness*

³Espaços que não tem atendimento de horário personalizado, na qual o cliente tem «livre acesso» de horário no espaço da empresa para suas atividades físicas, normalmente tem horários de algumas modalidades específicas (ginástica, lutas...) e fica a disposição os aparelhos para a musculação com supervisão de profissional de Educação Física.