



**CENTRO DE ESTUDOS OCTAVIO DIAS DE OLIVEIRA
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**PERSONAL TRAINER: Perfil do profissional que atua na região
metropolitana de Goiânia/GO.**

**Ranicléia Ramos Fernandes
Roberta Tomaz Valadão**

Orientador: Prof. Esp. Hederson Pinheiro de Andrade

Trindade - GO
2018

FACULDADE UNIÃO DE GOYAZES
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

PERSONAL TRAINER: Perfil do profissional que atua na região metropolitana de Goiânia/GO.

Ranicléia Ramos Fernandes
Roberta Tomaz Valadão

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Faculdade União de Goyazes como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

Orientador: Prof. Hederson Pinheiro de Andrade

Trindade - GO
2018

Ranicléia Ramos Fernandes

Roberta Tomaz Valadão

PERSONAL TRAINER: Perfil do profissional que atua na região metropolitana de Goiânia/GO.

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Faculdade União de Goyazes como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Educação Física, aprovado pela seguinte banca examinadora:

Prof. Orientador: Esp. Hederson Pinheiro de Andrade
Faculdade União de Goyazes

Prof. Interno: Anderson Félix de Araújo
Faculdade União de Goyazes

Prof. Externo: Marcelo Alves Arruda

Trindade – GO

20/12/2018

DEDICATÓRIA

Dedico esse trabalho a minha mãe Magali, ela é meu início, meu pilar, é meu tudo! É a pessoa que fez com que tudo fosse possível e sem a qual eu jamais chegaria onde estou. (Roberta).

Aos meus filhos Laís e Nathan, em ordem de nascimento para não criar conflito. À minha irmã Luciana minha inspiração, e em especial, a você Wanderley, o homem com quem adoro compartilhar a minha vida, por toda a ajuda e incentivo que tive para que se tornasse possível (Ranicléia).

PERSONAL TRAINER: Perfil do profissional que atua na região metropolitana de Goiânia/GO.

Ranicléia Ramos Fernandes¹
Roberta Tomaz Valadão¹
Hederson Pinheiro de Andrade²

RESUMO

Com o objetivo de analisar o perfil dos profissionais Personal Trainer que atuam na região metropolitana de Goiânia/GO, foi realizada uma pesquisa de campo numa abordagem de natureza qualitativa do tipo exploratória realizada com profissionais em exercícios, no total de 44 participantes. Como instrumento para a coleta de dados utilizou-se um questionário de avaliação adaptado, contendo 20 questões de múltipla escolha. Os resultados evidenciaram um perfil bem próximo quando comparado com outros estudos realizados anteriormente. Concluiu-se que na grande maioria, os profissionais pesquisados são do sexo masculino, a maioria ganha acima de R\$ 5.000,00 (cinco mil reais), trabalham em vários lugares como Personal Trainer e grande parte são donos do próprio negócio. Contudo é necessário que busquem formação adequada e novos conhecimentos para agregar ao trabalho oferecido, fazendo uso do marketing pessoal e prezem pela postura ética profissional.

PALAVRAS-CHAVE: Perfil, Personal Trainer, Educação Física, Profissão.

PERSONAL TRAINER: Profile of the professional that works in the metropolitan region of Goiânia/GO.

ABSTRACT

In order to analyze the profile of the Personal Trainer professionals who work in the metropolitan region of Goiânia / GO, a field survey was carried out in a qualitative exploratory type approach performed with professionals in exercises, for a total of 44 participants. As an instrument for the data collection, an adapted assessment questionnaire containing 20 multiple-choice questions was used. The results showed a very close profile when compared with previous studies. It was concluded that in the vast majority, the professionals surveyed are male, most earn over R \$ 5,000.00 (five thousand reais), work in various places as Personal Trainer and most of them own the business. It is necessary to seek adequate training and new knowledge to add to the work offered, making use of personal marketing and cherish professional ethics.

KEY WORDS: Profile, Personal Trainer, Physical Education, Profession.

1 Acadêmicas do Curso de Educação Física da Faculdade União de Goyazes

2 Orientador: Prof. Esp. do curso de Educação Física da Faculdade União de Goyazes

INTRODUÇÃO

A prática de exercícios físicos evoluiu devido à busca por uma qualidade de vida saudável, e ao surgimento dos problemas relacionados ao sedentarismo, obesidade e disfunções alimentares, isso fez com que os profissionais de Educação Física, na intenção de melhorar o atendimento, inserissem diversificadas metodologias de prescrição de exercícios físicos, personalizando os treinamentos (ZICA, 2010).

Em meio a essas transformações surge o Personal Trainer (PT), um profissional habilitado na prescrição de exercícios de forma individualizada, com intuito de melhora no condicionamento físico do indivíduo (ROBERTO, 2015).

A definição do conceito de PT é bastante diversificada, contudo diferentes autores partilham do mesmo pensamento. Segundo Deliberador (1998, p. 4), o

‘PERSONAL TRAINING’ se caracteriza pela sua forma de trabalho prático, que na sua origem deve ser desenvolvido através de uma atividade individualizada em todos os aspectos, como: social, psicológico, fisiológico, pedagógico etc. Trata-se de um programa no qual o orientador deve integrar várias áreas, proporcionando uma atividade com mais segurança, prazer, felicidade e com resultados mais significativos, se comparados a outros tipos de trabalho.

De acordo com Sanches (2006), o PT é o "profissional formado/graduado em Educação Física que ministra aulas personalizadas, formulando e executando programas de treinamento específicos para cada aluno".

A profissão apontou-se nos Estados Unidos, mais especificamente em New York e Los Angeles no ano de 1980, nos chamados centros de exercícios físicos. Ganhou força por meio das estrelas de Hollywood que passou a utilizar os serviços de um PT (RIBEIRO, 2015).

Sendo assim o trabalho de PT foi incorporado mundialmente e de muita aceitação no linguajar e no dia a dia das pessoas. Hoje, todos sabem o significado do termo escrito em inglês e usado para definir o “treinador pessoal”. A contratação dos serviços de um profissional que antes estavam restritas apenas a esportistas e celebridades devido ao alto custo, com o passar dos anos, cresceu a demanda e barateou o custo da hora/aula, popularizando assim, o treinamento individualizado.

Já no Brasil, essa especialidade surgiu em 1990, e obteve espaço no mercado do trabalho, principalmente devido à divulgação que os meios de

comunicação, tem feito em relação à saúde e qualidade de vida, sendo uma profissão recente no país (BOSSLE e FRAGA, 2011).

Deliberdor 1998 apud. Roberti (2014), afirma

Outro fato que impulsionou foram as Olimpíadas, pois um Personal Training treina em menos tempo, individualmente, e sem colocar em risco de vida a saúde do indivíduo. Porém, não se esperava uma aceitação tão rápida desse profissional no mercado.

A evolução do mercado de PT no Brasil fez com que os profissionais de Educação Física tivessem uma mudança significativa em relação às perspectivas e oportunidades de trabalho (MOSCATELLO, 2007). O serviço consiste em oferecer exclusividade no atendimento e no acompanhamento, promover maior motivação e incentivo do aluno ou cliente, viabilizar com objetividade, segurança e eficiência a elaboração dos programas.

Com essa popularização, as áreas de intervenção do personal, se diversificaram em parques, residências, academias, clubes. Assim como seus clientes que são de várias classes sociais, ou seja, de diferentes rendas financeiras (CASTRO, 2009).

Para que o PT possa atuar em todas as áreas que envolvam esportes e exercícios físicos, uma das preocupações das instituições acadêmicas é formar esse indivíduo capacitado e dar amplas possibilidades para que o mesmo possa intervir em diversos segmentos da área (ZICA, 2010).

Os problemas relacionados ao sedentarismo, obesidade, disfunção alimentar, entre outros, além da busca pelo corpo ideal, fez com que a prática de exercícios físicos passasse a ser objeto de desejo e consumo de muitas pessoas (ZICA, 2010).

Nessa vertente, a busca do público pelo treinamento personalizado cresceu vertiginosamente, em consequência, promoveu um crescimento proporcional ao número de PT na região Metropolitana de Goiânia, pela crescente demanda de vários bacharéis em educação física em razão de existir várias Faculdades localizadas nesta região.

De acordo com o Censo da Educação Superior divulgado em 2016, houve um aumento de 323% de profissionais formados na área de Educação física, entre o ano de 2000 e 2015. Gerando um grande dilema para os graduandos deste curso quanto à escolha da sua área de atuação.

Em pouco tempo a atividade expandiu e os dados reforçam que o PT é uma tendência do mercado fitness.

Em pesquisa realizada pela *American College of Sports Medicine*, em novembro de 2015, a função do PT está entre as 10 tendências da indústria de saúde e fitness no mundo. O estudo que está na nova edição, aponta desde o primeiro ano, que a profissão de PT é uma das mais fortes do mercado.

O mercado consumidor do serviço de Personal Trainer é formado por todos os tipos de pessoas que estão em busca por bom condicionamento físico, atletas, sedentários, obesos, portadores de problemas físicos, posturais ou cardiovasculares. Este público é formado, principalmente, por pessoas com idade variando entre 15 e 90 anos, isto é, cerca de 77% da população brasileira, em torno de 159 milhões de pessoas. (IBGE, 2016)

E são vários os motivos que contribuem para o sucesso da profissão: a atividade física orientada está em alta, à prática esportiva deixou de ser encarada como gasto e passou a ser vista como investimento na saúde e a procura por resultados mais efetivos em menor tempo. Pontos que reforçam a necessidade de um PT.

A cada dia, mais profissionais de Educação Física buscam a independência profissional e financeira nesse segmento em ascensão.

Diante do exposto o objetivo geral deste trabalho foi conhecer o perfil dos profissionais de Educação Física que atuam como Personal Trainer na região metropolitana de Goiânia/GO.

METODOLOGIA

Realizou-se uma pesquisa do tipo transversal, de natureza exploratória, de modelo descritivo por ser um estudo de campo, e caráter quantitativo. (SEVERINO, 2007).

Segundo Gil (2008), as pesquisas descritivas possuem como objetivo a descrição das características de uma população, fenômeno ou de uma experiência.

Tem por especificidades a assertividade, e o domínio estatístico, cujo fim determinado é fornecer conteúdos para averiguação de suposições (MARCONI & LAKATOS, 2005).

Este trabalho foi submetido ao Comitê de Ética da Faculdade União de Goyazes e aprovado em 15/06/2018 sob o nº 38/2018-1. Somente após a liberação do Comitê, deu-se o início da pesquisa.

Não apresentou nenhum risco aos participantes, pois não se trata de uma pesquisa invasiva. Todos os participantes atenderam os critérios de inclusão como: idade superior a 18 anos, graduado em Educação Física, estarem atuando como PT e concordar em assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

A amostra foi calculada com base na calculadora online pelo site survey monkey. O cálculo da amostra foi realizado considerando uma população de aproximadamente 40 indivíduos, estipulando um grau de confiança de 95% e margem de erro de 5%. O presente estudo teve por base a investigação realizada por Zica (2010) na cidade de Belo Horizonte.

A pesquisa de campo foi realizada nos meses de junho e julho de 2018. Como instrumento para a coleta de dados utilizou-se um questionário de avaliação, modelo adaptado de Zica, 2010. O questionário era composto por 20 questões entre dados gerais do participante como, sexo, idade e questões financeiras. Participaram da pesquisa 44 pessoas entre homens e mulheres.

Após aplicação dos questionários, os resultados foram reunidos e inseridos em planilhas do Excel e analisados de forma a serem apresentados em porcentagem.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

De acordo com NAHAS (2006), atividade física é entendida como uma particularidade inerente ao ser humano, com proporções biológicas e culturais além de ser demonstrada como uma temática multidisciplinar e complexa que segue atraindo cuidado de pesquisadores, da mídia e da saúde.

No presente estudo, de acordo com a coleta dos dados por meio do questionário (anexo I), dos 44 participantes, os resultados obtidos foram expostos

com alguns dados de forma textual referidos em porcentagem e outros evidenciados com acréscimo de gráficos ilustrativos.

No quesito característica do grupo estudado, verificou-se que a preponderância do sexo masculino e faixa etária estão de acordo com os estudos realizados (Silva et. al, 2016, Leal e colaboradores, 2011, Zica, 2010, Aguiar, Soares e Guimarães, 2008), com ressalva da pesquisa levantada por Fernandes (2008), na cidade de Formiga/MG, onde a maioria era do sexo feminino e com faixa etária inferior às dos demais estudos.

Essa questão está relacionada com o fato de o curso de Educação física ser voltada para a área do esporte, e a participação das mulheres ainda é pequena em nossa região, devido ao pouco incentivo durante a formação escolar. Assim há uma predominância masculina nessa área.

Levando em consideração a classificação usada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) "cor ou raça" "definidas em cinco categorias: branco, pardo, preto, amarelo e indígena", e quanto ao estado civil, os resultados apresentados informam que a maior parte dos entrevistados marcou a opção brancos e solteiros, sendo um total de 55% para cada. Quando comparado ao resultado do estudo de Zica (2010), pode ser observado que 69% se consideraram brancos, no entanto em relação ao estado civil da sua amostra, houve prevalência dos casados.

A maior porcentagem de pessoas consideradas brancas na amostra pode estar relacionada ao fato da diminuição da quantidade de pessoas declaradas preto. Conforme Censo divulgado em 2010 pelo IBGE apud Petruccelli (2012), o percentual da população preto no Brasil reduziu de 19,7% em 1972 para 7,6% em 2010.

Na amostra estudada, quando questionadas sobre em qual tipo de instituição educacional concluíram a graduação, 61% responderam que graduaram em instituições privada. Toda amostra referiram ser bacharéis, estando em desacordo com outros estudos (Silva et. al, 2016, Zica 2010) onde mais de 80% da amostra era de licenciados em Educação Física.

No entanto a pesquisa levantada por Antunes (2003) ficou evidenciado que apesar de uma grande parcela dos profissionais em Educação Física serem formados, a graduação não era um pré-requisito para admissão, ou seja, a falta de

formação não impedia que profissionais de outras áreas exercessem a atividade de personal.

Os PTs são profissionais prestadores de serviços que atuam diretamente com a vida das pessoas, ou seja, executam atividades com risco de dano a seus clientes, e como tal, dispõem de uma relação jurídica para com eles. Assim esses profissionais devem estar aptos para exercerem suas atividades, estando em conformidade com as normas que regem tal profissão.

Desta forma, o artigo 47 do Decreto Lei nº 3.688 de 03 de outubro de 1941 dispõe: “exercer profissão ou atividade econômica ou anunciar que a exerce, sem preencher as condições a que por lei está subordinado o seu exercício: implica em pena, sendo prisão simples, de quinze dias a três meses, ou multa”.

Com relação ao registro no Conselho Regional de Educação Física (CREFGO), 95% respondeu essa questão, estando em acordo com a Lei nº 9.696, de 1 de setembro de 1998 (BRASIL, 1998) e o poder delegado ao sistema CONFEF/CREFs, todos os profissionais da área de Educação Física, devem estar devidamente registrados nos respectivos conselhos.

Os outros 5% que não responderam, provavelmente não possuem registro o que os tornam inaptos a exercerem tal função, uma vez que não estão habilitados legalmente para tal. Leal e colaboradores (2011) em estudo sobre a formação acadêmica e a metodologia de intervenção dos personal trainers atuantes em Gurupi-TO, encontrou 23,5% dos sujeitos da amostra atuando sem registro profissional.

Se a ausência na resposta realmente se tratar da falta de habilitação legal, comparando com o estudo de Leal e colaboradores (2011) com a presente pesquisa, é possível perceber que houve uma redução no percentual dos sujeitos da amostra que atuam sem o registro.

Questionados sobre possuírem uma pós-graduação, 52% responderam que sim. Assim como no estudo de Zica, 2010, com exceção de Silva et. al, (2016) onde verificou-se uma grande incidência de profissionais sem pós-graduação, ao qual atribuiu o resultado à necessidade de incentivo para capacitação e expansão da qualidade desse serviço na comunidade local.

Rosa e Zargo (2017) em um estudo demonstraram que o “comprometimento com a melhora da qualidade dos serviços ofertados, acontece por meio da

construção e aumento de seu conhecimento". Nesse sentido o trabalho do PT pode ser complementado e obterá melhores resultados, se for simultaneamente desenvolvido com outras áreas da saúde tais como: Nutrição, Fisioterapia e cardiologia.

Segundo Silva et. al, (2016) "a participação em eventos científicos e a leitura, são eficientes formas de adquirir conhecimentos, mas, deve-se saber quais as fontes confiáveis, as que têm objetivos verdadeiros de transmissão e troca de conhecimentos e experiências".

Quanto aos locais de atuação do PT, o maior número da amostra estudada trabalha em mais de um local (academias, estúdios, parques, etc). O mesmo ocorreu nos estudos anteriores (Silva et. al, 2016, Leal e colaboradores, 2011, Zica, 2010). Sobre a cidade de atuação os resultados foram 70% em Goiânia sendo o outro restante na cidade de Trindade/GO.

O evento ocorrido no presente estudo pode estar associado ao do número da amostra, uma vez que a maior porcentagem dessa amostra reside em Goiânia/GO. Outro fator que influencia nessa diferença, implica no fato de Goiânia ser a capital do Estado de Goiás, e também no caso de Trindade ter o equivalente em população a 8% do total da população de Goiânia.

Como referência aos anos de atuação do profissional, ou seja, há quanto tempo eles atuam como PT, 34% responderam entre 06 a 10 anos. O número de alunos que cada entrevistado possui, 55% tem acima de 10 alunos.

Na pesquisa de Rosa e Zargo (2011), a média de atuação apresentada foi de 1 a 5 anos, um pouco maior que o estudo presente que seria uma média de 1 a 4 anos. No entanto levando em consideração que o processo de regulamentação da profissão de Educação Física ocorreu em 09/98 e que o PT surgiu no Brasil na década de 90, percebe-se que este quadro está dentro da realidade da profissão.

Para Leal et al. (2011) apud Roberti (2014), "a Educação Física somente ganhou espaço com a expansão do ensino superior na década de 90, sendo denominada como uma profissão do futuro e coincidindo com a expansão das academias e crescimento Fitness".

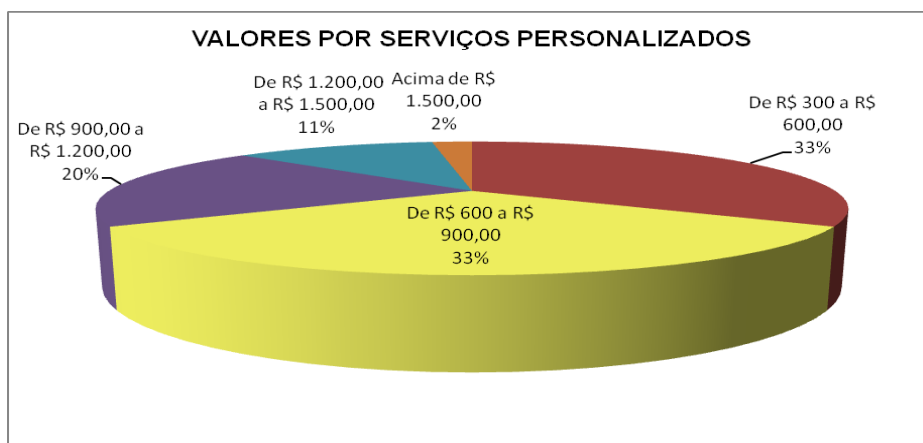
Outro fator que impulsiona e que mantém o profissional por muito tempo na área é a aglomeração da população nas cidades, o aumento do trabalho e de mão de obra, leva a população a ter uma vida bastante ativa e estressante, gerando a

necessidades de praticas de atividades físicas, resultando e direcionando para uma demanda de exercícios físicos direcionados.

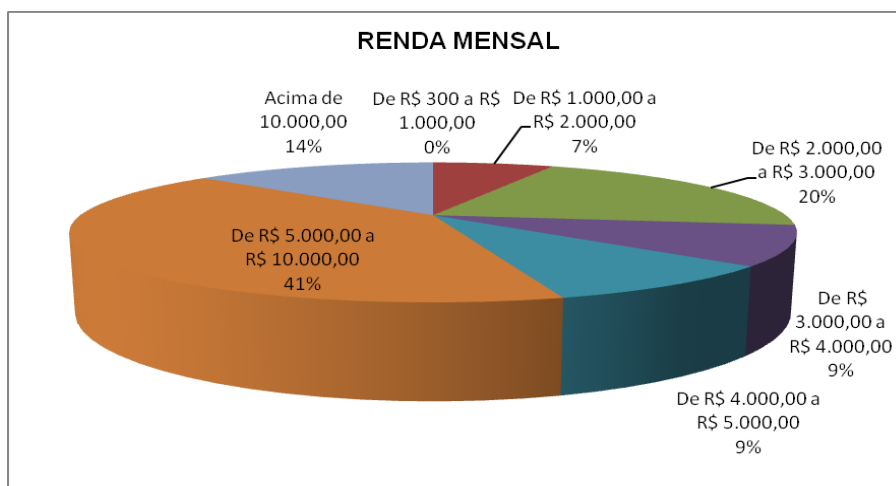
A quantidade de alunos vai depender muito do marketing pessoal e da metodologia aplicada pelo PT, como planejamento e organização das atividades, da sua avaliação e dos resultados proporcionados.

Com referência as questões financeiras, as respostas apresentadas apareceram assim:

O Gráfico 01 destaca o valor cobrado pelo serviço personalizado. De acordo com as respostas temos que 63% cobram de 300 a 900 reais.



O Gráfico 02 aponta a renda mensal dos entrevistados. Nenhum deles recebe menos que R\$1000. Da amostra, 41% marcaram a opção entre R\$ 5.000 a 10.000 mil reais mensais.



O resultado apresentado nos gráficos 1 e 2, pode ser reflexo da economia atual, pois segundo IBGE, em 2016, o salário médio mensal era de 3.2 salários mínimos e devido a região assim como local de atuação deste profissional, pois quanto maior a classe da região de atuação do profissional, melhor remunerado ele será.

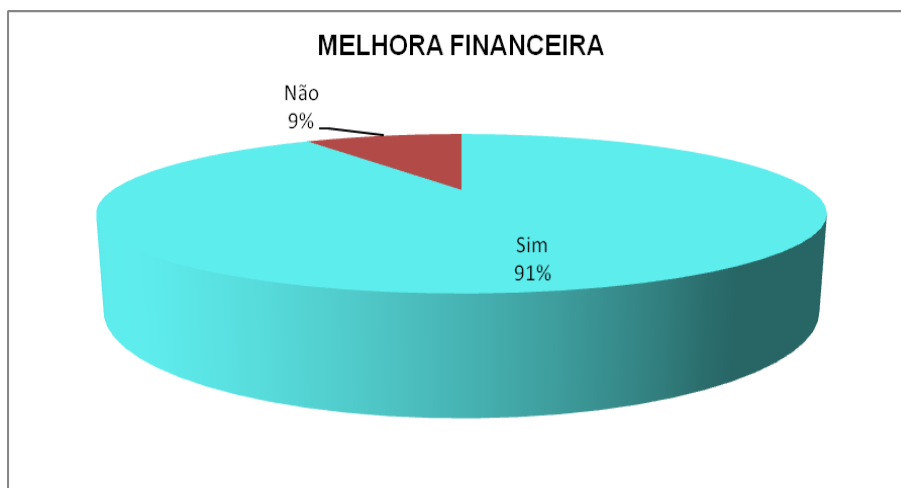
No estudo do realizado por Antunes (2003) a questão salarial também foi abordada no questionário, de forma a medir o nível de satisfação dos entrevistados na época, e como resultado foi "76,92% dos instrutores estavam pouco ou nada satisfeitos com o salário".

Ter uma vida organizada é importante em todas as áreas, mas quando falamos da vida financeira, organizar as despesas e lucros se torna ainda mais essencial. Quem tem emprego fixo acaba tendo mais facilidade para lidar com as contas e quem é autônomo, como os personal trainers, precisam redobrar a atenção para saber como cobrar e como se organizar para as eventualidades.

Porém é preciso estar atentos para não desenvolver a síndrome de Burnout, os autores Espírito Santo e Mourão (2006) apud Mendes e Azevedo (2014), identificaram que os profissionais desta área trabalhavam em média 50,7 horas por semana, com salários abaixo da média.

Tratar o trabalho de PT como uma atividade empresarial como outra qualquer é a forma mais segura de aperfeiçoar o trabalho, e conseqüentemente, otimizar o tempo e obter um retorno financeiro mais satisfatório. Para isso, adotar controles rígidos para o negócio, fazer planilhas evolutivas, avaliações constantes para cada treino e aprimorar a técnica permanentemente, é o desafio. Os retornos aparecerão como desenvolvimento natural.

O Gráfico 03 salienta sobre a vida financeira do profissional, se houve mudança para melhor após a atuação do mesmo como personal. Apenas 43 pessoas responderam a essa pergunta. 91% disseram que sim.



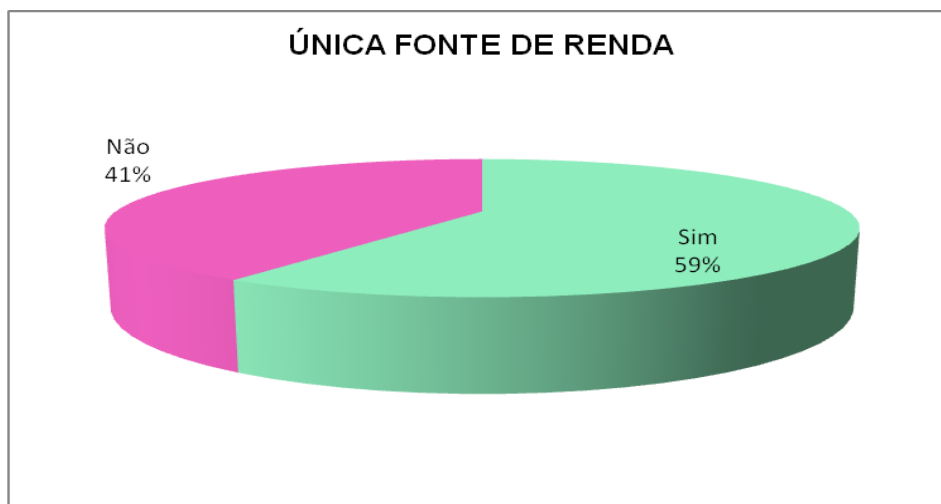
Segundo Roberti, (2014) constatou em sua pesquisa “a rentabilidade, portanto, agrega valor na renda de quem já trabalha no ramo, sendo, também, uma das razões de escolha da profissão”.

Contudo, para que essa melhoria seja contínua é indispensável que os PT detenham um maior número de informações a fim de atender adequadamente as particularidades das populações especiais, sendo este público cada vez mais presente e exigente. (SOUZA, 2011).

Como a qualidade de vida está em voga, isso faz com que o mercado se mantenha aquecido, e a tendência é expandir mais, uma vez que as pessoas estão percebendo a importância da prática de atividade física e os seus benefícios ao organismo. Esses fatores concorrem para o aumento da procura por um profissional de qualidade, o que conseqüentemente traz retorno e rentabilidade a esse profissional.

É preciso dedicar tempo e investir dinheiro para adquirir conhecimentos fora da área de atuação do PT, como marketing e vendas. Tem que saber como criar valor para o aluno querer comprar o produto, que vão ajudar no exercício da profissão.

O Gráfico 04 mostra se o entrevistado vive exclusivamente como PT ou atua dentro de outra área da Educação Física. Os resultados evidenciaram que 59 % atuam apenas como PT.



Possivelmente o resultado desta questão está associado ao fato de 65% da amostra possuir empresa (academia) na área de Educação Física, ou seja, são donos do próprio negócio, o que faz com que essas pessoas venham viver unicamente dessa fonte de renda.

Uma contratação foi encontrada nos estudos (Silva et. al, (2011), Zica, (2010), Aguiar, Soares e Guimarães (2008), quando comparado com o estudo atual, já que nesses estudos a maioria dos profissionais afirmaram não possuir a atividade de PT como a única forma de trabalho, considerando outras fontes de renda para complementar o salário.

Embora a administração tenha as mesmas lacunas a serem preenchidas por quem é personal e por quem tem empresa, este segundo precisa ter capacidade para lidar com uma equipe e para gerir aspectos como está 24 horas disponível para a empresa e se preocupando com ela, lidar com custos de aluguel, despesas trabalhistas, contabilidade, entre outros, o que pode ser considerado como risco para o profissional.

Geralmente as academias funcionam em média 18 horas por dia, levando em consideração que muitos desses entrevistados trabalham e são proprietários das academias, é comum que tenham essa atividade como única fonte de renda.

CONCLUSÃO

Pela análise dos dados coletados verifica-se que, o perfil dos Profissionais de Educação Física que atuam como Personal Trainer na região Metropolitana de Goiânia/GO, são do sexo masculino, com idade superior a 30 anos, solteiros, brancos. Atuantes na cidade de Goiânia/GO. Bacharéis, graduado em instituição privada, com registro no CREF, tem como tempo de atuação de 6 a 10 anos, sendo que a maioria são pós-graduados. Grande parte atua somente como Personal Trainer, a classe A é onde localiza sua maior área de atuação.

Nota-se que a maioria ganha acima de R\$ 5.000,00 (cinco mil reais), trabalham em vários lugares como Personal Trainer e grande parte são donos do próprio negócio.

Pode ser caracterizada como uma área em avanço, onde as pessoas estão cada vez mais buscando o serviço do Personal Trainer, impulsionados por objetivos e diversificados e por diferentes realizações pessoais. O que torna o mercado de trabalho bastante promissor, principalmente após o reconhecimento da profissão, resultando em boas oportunidades mercadológicas.

Contudo é necessário que o profissional esteja atendo as mudanças ocorridas e busquem qualificação profissional, façam uso do marketing pessoal e preze pela postura ética profissional.

REFERÊNCIAS

ANTUNES, Alfredo Cesar. **Perfil profissional de instrutores de academias de ginástica e musculação**. Lecturas Educ Fís Deportes, v. 9, p. 60, 2003.

BOSSLE, C. B. Bossle¹; FRAGA, A. B. **Rev. Bras. Ciênc. Esporte (Impr.)** vol.33 no.1 Porto Alegre Mar. 2011.

Brasil (1998). Congresso Federal. Lei nº.9.696 de 1º de set. de 1998. D.O.U. nº.168 de 02/09/98. Dispõe sobre a regulamentação da profissão de educação física e cria os respectivos conselhos federal e regional de educação física.

CASTRO, S.C. **O perfil do cliente do profissional de Educação Física que atua como personal trainer na região metropolitana de Belo Horizonte. Monografia.**

Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional Universidade Federal de Minas Gerais, 2009.

DA SILVA, Francisca Islandia Cardoso; SANTOS, Arcângela Mayara Luz; DE ARAÚJO, David Marcos Emérito. **Perfil profissional do personal trainer atuante em academias de Teresina-PI**. RBPFX-Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício, v. 10, n. 61, p. 634-644, 2016.

DE AGUIAR, Daniela Lima; SOARES, Amanda; DE AZEVEDO GUIMARÃES, Adriana Coutinho. **Personal trainer e o idoso**. Fitness & performance journal, n. 3, p. 185-194, 2008.

DELIBERADOR, Angelo. **Metodologia do desenvolvimento personal training**. Midiograf, 1998.

DO ESPÍRITO-SANTO, Giannina; MOURÃO, Ludmila. **A auto-representação da saúde dos professores de educação física de academias**. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, v. 27, n. 3, 2006.

FERNANDES, Marcela de Melo. Perfil Profissional do Personal Trainer. **EEFDesportes Revista Digital, Buenos Aires**, n. 124, 2008.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6 ed. São Paulo: Atlas, 2008.
http://www.cref1.org.br/estatuto_TIT_II.php> Acesso em 02/10/2018.
http://www.fiepbrasil.org/index.asp?c=manifestomundial_c7> Acesso em 28/10/2010.

IBGE – INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios**. Rio de Janeiro, 2016.

LEAL, Paulo Henrique Sousa et al. **Perfil profissional de personal trainers que atuam na área de musculação na cidade de Gurupi-to**. Revista Cereus, n. 5, jun./dez. 2011. Disponível em:. Acesso em: 16 nov. 2018.

MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. **Fundamentos de metodologia científica**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2005.

MOSCATELLO, Tavico. **Personal training: histórico, tendências e perspectivas de carreira** <http://www.personalsa.com.br>

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: Conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. Londrina, Editora Mediograf, 4ª edição, 2006.

PETRUCCELLI, José Luis. **Ethnic/racial statistics: Brazilandan overview oftheAmericas**. In: FERRÁNDEZ, Luis Fernando Angosto; KRADOLFER, Sabine (Ed.). Everlastingcountdowns: race, ethnicityandnationalcensuses in Latin American states. Newcastle: Cambridge Scholars Publishing, 2012. p. 264-303.

RIBEIRO, William Roberto Juchok. **Estratégias de marketing do personal trainer**. 2015. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Tecnológica Federal do Paraná.

ROBERTI, Rosana. **A identidade social e profissional do personal training: um estudo com profissionais que atuam na Academia Active Center no município de Ijuí-RS**. 2015.

ROBERTO, Thiago Andriolli. **Motivação e personal training**. 2015. 37 f. Trabalho de conclusão de curso (bacharelado - Educação Física) - Universidade Estadual Paulista, Instituto de Biociências de Rio Claro, 2015. Disponível em: <<http://hdl.handle.net/11449/136610>> Acessado em 18 de mar. 2018.

ROSA, Lucas Castilho; ZAGO, Ederlei Aparecida. **PERFIL PROFISSIONAL DO PERSONAL TRAINER NA CIDADE DE VIDEIRA-SC**. Anuário Pesquisa e Extensão Unoesc Videira, v. 2, p. 13259, 2017.

SANCHES, Eduardo Walmory. **Responsabilidade civil das academias de ginástica e do personal trainer**. Editora Juarez de Oliveira, 2006.

SEVERINO, A. J. **Metodologia do trabalho científico**. 23. ed. rev. e atual. São Paulo: Cortez, 2007

SOUZA, Daniel Faganello de. **Perfil dos instrutores de musculação: um estudo sobre as estratégias utilizadas na formação profissional**. 2011.

SURVEY MONKEY. **Calculadora de tamanho de amostra**. Disponível em: <<https://pt.surveymonkey.com/mp/sample-size-calculator/>>. Acesso em: mai. 2018.

ZICA, Luiza CF. **O perfil do profissional de educação física que atua como Personal Trainer na região metropolitana de Belo Horizonte**. Monografia. (Graduação)-Curso de Educação Física–Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2010.

**ANEXO I - QUESTIONÁRIO ADAPTADO PARA OBTENÇÃO DE DADOS SOBRE
A PESQUISA INTITULADA “PERSONAL TRAINER: perfil do profissional que atua
na região metropolitana de Goiânia/GO.”**

Marque com um X nos parênteses abaixo, de acordo com a opção escolhida:

1.Sexo

- Feminino
 Masculino

2. Idade:

- 15 a 18 anos
 18 a 21 anos
 21 a 24 anos
 24 a 27 anos
 27 a 30 anos
 acima de 30 anos

3. Levando em conta a classificação usada pelo IBGE, como você definiria a sua cor?

- Branca
 Preta
 Parda
 Amarela
 Indígena

4. Qual o seu estado civil?

- Solteiro(a)
 Casado(a)

5.Qual a cidade que você trabalha?

- Trindade Goiânia

6. Bacharel em Educação Física?

- Sim
 Não

7. Instituição de graduação:

- Pública
 Privada

8. Possui registro no Conselho Regional de Educação Física (CREF/14-GO-TO)?

- Sim
 Não

9. Marque a sua Titulação Acadêmica:

- Doutorado

- Mestrado
- Pós-graduação
- Graduado

10. Há quantos anos você atua como Personal Trainer?

- De 01 a 06 meses
- De 06 meses a 1 ano
- De 1 ano a 3 anos
- De 3 anos a 5 anos
- De 5 anos a 10 anos
- Há mais de 10 anos

11. Em qual região da sua cidade você mais atua?

- Bairro classe A
- Bairro classe B
- Bairro classe C

12. Você considera a profissão de Personal Trainer concorrida?

- Sim
- Não

13. Quanto você cobra pelo seu trabalho Personalizado?

- Até R\$ 300,00
- De R\$ 300,00 a R\$ 600,00
- De R\$ 600,00 a R\$ 900,00
- De R\$ 900,00 a R\$1.200,00
- De R\$ 1.200,00 a R\$ 1.500,00
- Acima de R\$ 1.500,00

14. Qual sua renda mensal, aproximadamente?

- De R\$ 300,00 a R\$ 1.000,00
- De R\$ 1.000,00 a R\$ 2.000,00
- De R\$ 2.000,00 a R\$ 3.000,00
- De R\$ 3.000,00 a R\$ 4.000,00
- De R\$ 4.000,00 a R\$ 5.000,00
- De R\$ 5.000,00 a R\$ 10.000,00
- Acima de R\$ 10.000,00

15. A sua vida financeira mudou para melhor depois que passou a exercer a profissão de Personal Trainer?

- Sim
- Não

16. Foi preciso uma titulação além da graduação para garantir rentabilidade?

- Sim
- Não

17. Em qual local você desenvolve a atividade de *Personal Trainer*?

- Academia

- Estúdio
- Residência
- Parques ou Praças
- Clubes
- Outros -----

18. Quantos alunos você tem?

- 01 02
- 03 04
- 05 06
- 07 08
- 09 10
- Acima de 10

19. Você vive exclusivamente da profissão de Personal Trainer?

- Sim
- Não

20. Você é proprietário do seu próprio negócio?

- Sim
- Não