

Artigo Original

Levantamento, por áreas de atuação, de profissionais formados em pós-graduação de Pilates

Survey for areas of professionals trained in a post graduation program of Pilates

Stephania de Rezende¹, Cristina Aparecida Neves Ribeiro², Mara Lucia Lemke de Castro³

Resumo

Introdução: O método Pilates tem sido utilizado por diversos profissionais, tanto que atuam na performance de movimentos (treinamento de atletas e aperfeiçoamento de dançarinos), na prevenção (condicionamento físico) como no tratamento de distúrbios musculoesqueléticos. **Objetivo:** Neste trabalho foram pesquisados os profissionais que se especializaram em Pilates entre o segundo semestre de 2008 e o primeiro semestre de 2013; identificando quantos profissionais são de Fisioterapia, quantos de Educação Física; se há outro tipo de profissional e quantos realmente atuam na área de Pilates. **Métodos:** Foi realizado um estudo do tipo documental quantitativo e qualitativo por meio de entrevista. A coleta de dados foi feita através da análise dos alunos formados no curso de pós-graduação em Pilates numa instituição de ensino de Pós-Graduação. **Resultados:** Foram contatados onze profissionais concluintes do curso de pós-graduação, sendo que nenhum se negou a participar da pesquisa. Do universo amostral pesquisado, todos (100%) atuam na área de Pilates, sendo que a maioria destes profissionais são graduados em fisioterapia e educação física. Outras graduações como geografia e psicologia também foram encontradas. **Conclusão:** Os profissionais especializados em Pilates por uma instituição de pós-graduação de Goiânia atuam na área estudada e são, na maioria, fisioterapeutas e profissionais de educação física. **Descritores:** Terapia por Exercício; Educação Física e Treinamento; Especialização.

Abstract

Introduction: The Pilates method has been used by many professionals, working in the performance of movements (training athletes and improvement of dancers), prevention (fitness) as in the treatment of musculoskeletal disorders. **Objective:** In this study we surveyed professionals who specialized in Pilates from the second half of 2008 to the first half of 2013, identifying how many professionals are from the areas of physiotherapy, physical education or if there is another graduation areas of professionals and how many actually work in the

area of Pilates. **Methods:** We conducted a documentary type of study using a quantitative and qualitative method conducting interviews. Data collection was done through the analysis of graduation in a postgraduate course in Pilates in a post-graduation school. **Results:** Eleven post graduated professionals were interviewed, and none refused to participate. All (100%) were working in the area of Pilates. The degree of most of these professionals is in physiotherapy or in physical education. Other degrees such as geography and psychology were also found. **Conclusion:** The professionals specialized in Pilates by an institution of post graduation in Goiânia are mostly physiotherapists and physical education professionals.

Keywords: Exercise Therapy; Physical Education and Training; Specialization.

1. Educadora Física, graduada em Educação Física pela Universidade Federal de Goiás; Especialista em Pilates pela Pontifícia Universidade Católica de Goiás/CEAFI Pós-graduação/GO – Brasil.
2. Fisioterapeuta, graduada em Fisioterapia pela Universidade Estadual de Goiás; Especialista em Saúde da Mulher pela Universidade Gama Filho; Mestre em Saúde Coletiva pela Universidade de Brasília; Docente do CEAFI Pós-graduação/GO – Brasil.
3. Bióloga, graduada em Ciências Biológicas pela Universidade Estadual de Goiás; Doutora em Agronomia pela Universidade Federal de Goiás; Docente na Universidade Estadual de Goiás/GO – Brasil.

Artigo recebido para publicação em 13 de maio de 2014.

Artigo aceito para publicação em 01 de junho de 2014.

Introdução

Joseph Hubertus Pilates criou uma série de exercícios baseados nos movimentos progressivos que o corpo é capaz de executar, na sua época chamado de Contrologia, atualmente denominado de Pilates. O método Pilates é uma técnica dinâmica que visa trabalhar força, alongamento e flexibilidade, preocupando-se em manter as curvaturas fisiológicas da coluna tendo o abdômen como centro de força, tal chamado *Powerhouse*, que é trabalhado constantemente em todos os exercícios da técnica. A literatura aponta ainda como vantagens estimular a circulação e melhorar o condicionamento físico, que ajudam na prevenção de lesões e proporcionam alívio das dores, com ótimos resultados^{1, 2, 3}.

O reconhecimento internacional da técnica ocorreu nos anos 80 do século passado, com a abertura do espaço para a reabilitação de atletas e dançarinos nos Estados Unidos. O Pilates começou a ser difundido entre os brasileiros somente durante a década de 90^{3,4}. Neste mesmo período, o método ganhou reconhecimento na área da reabilitação em ortopedia geral, distúrbios neurológicos e dor crônica^{3,4,5,6}.

O método Pilates tem sido utilizado por diversos profissionais, tanto que atuam na performance de movimentos (treinamento de atletas e aperfeiçoamento de dançarinos), na prevenção (condicionamento físico) como no tratamento de distúrbios musculoesqueléticos⁷. É importante que profissionais que trabalham com movimento se especializem, pois a procura pela técnica do Pilates está se tornando cada vez mais popular.

O aumento da popularidade do método se dá em função do fato de diversos atletas de alto nível o praticarem⁸. Por ser uma atividade de baixo impacto, o método Pilates atrai uma grande variedade de praticantes, de diversas faixas etárias e de ambos os sexos.

O tipo de formação disponível são os cursos técnicos e o curso de pós-graduação em Pilates. Os cursos de formação em Pilates requerem dedicação e saúde dos seus alunos, pois as aulas são tanto teóricas quanto práticas. Porém, esta rotina é necessária, pois é preciso ter a vivência no exercício para poder indicá-lo corretamente.

Várias graduações permitem especialização em Pilates, porém a identificação e quantificação destes profissionais ainda é uma lacuna a ser preenchida. Dentre os vários profissionais já pós-graduados em Pilates, nem todos podem estar atuando efetivamente no mercado de trabalho. O levantamento qualitativo e quantitativo dos profissionais formados no curso de Pós-Graduação em Pilates é de grande relevância, pois visa diagnosticar qual o perfil do profissional que se insere no mercado de trabalho e quantos estão atuando neste segmento.

O objetivo deste trabalho foi pesquisar os profissionais que se especializaram em Pilates entre o segundo semestre de 2008 e o primeiro semestre de 2013; identificando quantos profissionais são de Fisioterapia, quantos de Educação Física; se há outro tipo de profissional e quantos realmente atuam na área de Pilates.

Métodos

Foi realizado um estudo do tipo documental quantitativo e qualitativo por meio de entrevista. A coleta de dados se deu através da análise dos alunos formados no curso de pós-graduação em Pilates numa instituição de ensino de Pós-Graduação entre o segundo semestre de 2008 e o primeiro semestre de 2013, período de existência deste curso. Como se trata de pesquisa baseada em entrevistas este estudo foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos sob o número CAAE: 19851214.4.0000.0037, recebendo parecer aprovado sob o número 611.282.

Os critérios de inclusão adotados foram: profissionais contatados da lista de concluintes que fizeram a pós-graduação no período compreendido entre o segundo semestre de 2008 e o primeiro semestre de 2013 e que assinaram o TCLE (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido). Enquanto os critérios de

exclusão foram: profissionais não contatados e profissionais que se negaram a participar da pesquisa.

Foi realizada uma pesquisa na base de dados da Instituição de Pós Graduação. A instituição assinou um termo de ciência sobre o uso destes dados na pesquisa. A caracterização dos profissionais formados conforme sua graduação foi feita a partir da lista de concluintes no período mencionado que foram contatados por telefone ou e-mail, e os que não foram contatados constam no estudo como não contatados. As pessoas entrevistadas assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE).

Para a atividade de análise, foi realizada uma ordenação preliminar dos dados, que foram organizados em uma tabela, com os seguintes elementos: número de Fisioterapeutas, número de Educadores Físicos, e se há outros tipo de profissionais e quantos. Dentre esses, quantos atuam na área de Pilates. Todas as respostas tiveram sua utilização autorizada pelos respectivos informantes mediante a garantia dos pesquisadores de utilização exclusiva no âmbito da pesquisa. O resultado final foi enviado para todos os entrevistados que solicitaram durante a entrevista o recebimento da conclusão do estudo.

Resultados

Foram selecionados 23 alunos da lista de concluintes que fizeram a pós-graduação no período compreendido entre o segundo semestre de 2008 e o primeiro semestre de 2013. Deste total, foram contatados onze profissionais, sendo que nenhum se negou a participar da pesquisa. Doze concluintes não foram contatados por falta de atualização de números telefônicos e e-mail ou não atendimento e não retorno do contato.

Do universo amostral pesquisado, todos (100%) atuam na área de Pilates. Sendo que a graduação da maioria destes profissionais é a fisioterapia e a educação física, conforme demonstrado na Figura 1. Outras graduações como geografia e psicologia também foram encontradas.

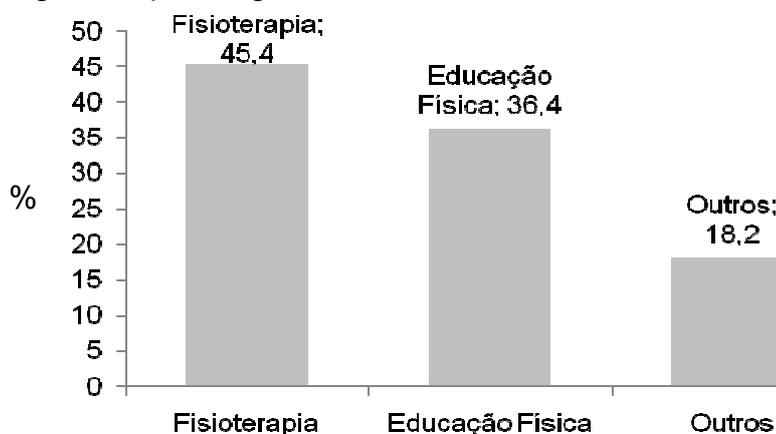


Figura 1. Graduação dos alunos de curso de Pós-graduação em Pilates.

Discussão

Em pesquisa feita em 29 academias de médio porte de Belo Horizonte que ofertam Pilates, Vaz e Signorini⁹ constataram que o educador físico e o fisioterapeuta compartilham o ambiente de trabalho em academias, e, supostamente, estão em situação propícia para o trabalho interdisciplinar. Porém na prática essa interação não foi observada a contento. Estes dados corroboram com os resultados encontrados em Goiás, tendo fisioterapeutas e educadores físicos atuando nesta área.

Em estudo realizado com egressos de curso de fisioterapia no Rio Grande do Sul, especificamente na região do Vale dos Sinos, Lamb¹⁰ verificou que num universo amostral de 116 profissionais, somente 17,3% realizaram alguma pós-graduação. E, destes, apenas 5,3% realizaram qualificação na área de Pilates.

Em pesquisa realizada em quinze centros de prática de Pilates no Rio de Janeiro, Cunha e Nogamy¹¹ verificaram que 66% dos profissionais que atuam com Pilates fizeram especialização na área. Dos profissionais atuantes, 27% são fisioterapeutas, 60% são profissionais de educação física e 13% dos profissionais possuem ambas as formações. Esses dados corroboram aos encontrados nesta pesquisa, citando fisioterapeutas e educadores físicos atuando em Pilates. Porém, no Rio de Janeiro a maioria é de educadores físicos enquanto em Goiás a maioria dos profissionais encontrados foi de fisioterapeutas.

Conforme demonstrado por Pilati¹², os cursos de especialização em nível de pós-graduação *lato sensu* vem crescendo no Brasil e, geralmente, precedem cursos de pós-graduação *stricto sensu*. As instituições privadas são maioria na oferta desta modalidade. Porém há uma diferença muito grande entre o número de matrículas e número de concluintes, superior a 50%. Assim sendo, fica evidente que a concepção, os objetivos e a natureza dos cursos de especialização devem ser mais bem explicitados e, inclusive, rediscutidos. Uma das premissas dos cursos de pós-graduação *lato sensu* é que se trata de uma verticalização e um aprofundamento em determinado campo do saber. Portanto, o aluno precisa ter tido contato com o assunto do curso durante a sua graduação, para posteriormente aprofundar seus conhecimentos.

Nesta pesquisa, encontramos profissionais de áreas não afins, como a geografia e psicologia, e isso pode estar refletindo no baixo índice de conclusão do curso de pós-graduação. Uma vez que não exige experiência

como profissional do movimento para matrícula no curso, vários profissionais de outras áreas não afins podem iniciar e não concluir o mesmo.

A pós-graduação *lato sensu* em Pilates sem dúvida é uma forma de aperfeiçoamento profissional reconhecida e gabaritada pela chancela da instituição de ensino superior que a oferece. Prova disso é que os profissionais que concluíram o curso todos estão atuando na área. A busca, no mercado de trabalho, por profissionais liberais capacitados nesta área torna-se cada vez mais intensa. Para otimizar a relação matrículas e concluintes sugere-se que alguns requisitos sejam exigidos na hora da matrícula, como: graduação em áreas afins e experiência como profissional do movimento.

Conclusão

Os profissionais especializados em Pilates por uma instituição de pós-graduação de Goiânia atuam na área estudada e são, na maioria, fisioterapeutas e profissionais de educação física. Porém encontramos psicólogos e geógrafos atuando nesta área também.

Sugerimos que esta pesquisa seja realizada com um número maior de instituições de ensino de Pós-Graduação em Pilates abrangendo a região Centro Oeste a fim de aumentar a fidelidade do artigo aqui realizado.

Referências

1. Pereira CM, Casa Junior A J, Campos RS. Os efeitos do método Pilates na dor lombar – Revisão de literatura. Revista Eletrônica Saúde e Ciência. 2013; 3(1):23-37.
2. Sekendiz AB, Altuna O, Korkusuza B, Akinb S. Effects of Pilates exercise on trunk strength, endurance and flexibility in sedentary adult females. J Bodyw Mov Ther. 2007; 11(4):318-26.
3. Anderson BD, Spector A. Introduction to Pilates-based rehabilitation. Orthop Phys Ther Clin N Am. 2000; 9(3):395-410.
4. Gallagher, S.P.; Kryzanowska, R. O Método Pilates de condicionamento físico. São Paulo: The Pilates Studios Brasil; 2000.
5. Netto, C.M.; Colodete, R.O.; Jorge, F.S.; Silva, J. Estadiamento da força desenvolvida pelas diferentes molas do Pilates em diferentes distâncias de tensão. Perspectivas Online. 2008; 2(8).
6. Muscolino, E.; Cipriani, S. Pilates and “power-house” I. Journal of Bodywork and Movement Therapies. 2004; 8(1):15.
7. Oliveira AT, Mota B, Castagno F, Ruiz I, Sá KN, Freire V, et al. Análise cinesiológica de exercícios de pilates. SB [periódicos na Internet]. 2013 [acesso em 20 set 2013]; Disponível em: <http://www.portalsaudebrasil.com/artigospsb/pilat053.pdf>

8. Friedrich AW. Método pilates e a formação de bailarinas [monografia/dissertação/tese]. Novo Hamburgo: Centro Universitário FEEVALE; 2008. 71 p.
9. Vaz ACA, Signorini LM. Relação interdisciplinar entre fisioterapeutas e educadores físicos nas academias de Belo Horizonte: utopia ou realidade? [monografia/dissertação/tese]. Belo Horizonte: Universidade Federal de Minas Gerais; 2009. 48 p.
10. Lamb MS. Distribuição dos fisioterapeutas no mercado de trabalho, egressos de uma instituição de ensino superior do Vale dos Sinos/RS. [monografia/dissertação/tese]. Novo Hamburgo: Centro Universitário FEEVALE; 2007. 62 p.
11. Cunha LHCM, Nogami ST. Estratégias de captação e retenção de clientes adotados em centros de pilates no bairro de Campo Grande – RJ. [monografia/dissertação/tese]. Rio de Janeiro: UniFOA Centro Universitário de Volta Redonda; 2011. 16 p.
12. Pilati O. Especialização: falácia ou conhecimento aprofundado? RBPG, 2006; 3 (5): 7-26.

Endereço para correspondência:

Stephânia de Rezende

Endereço: Rua Rio Grande do Sul, número 1319, Centro

CEP: 75.650-000 - Morrinhos/GO

E-mail: stephaniaderezende@hotmail.com