



# MAPEAMENTO DE LOCAIS DE AULAS DE INICIAÇÃO ESPORTIVA TARDIA EM GINÁSTICA PARA ADULTOS(AS) NO ESTADO DE SÃO PAULO

Palavras-Chave: INICIAÇÃO ESPORTIVA, ADULTOS, GINÁSTICA

Autores(as):

EDUARDO POLTRONIERI TOSCANO, FEF – UNICAMP

Prof(a). CAROLINA GODOY (coorientadora), FEF- UNICAMP

Prof(a). Dr(a). LAURITA MARCONI SCHIAVON (orientadora), FEF - UNICAMP

---

## INTRODUÇÃO:

Quando a ciência aborda o assunto “iniciação esportiva”, geralmente se fala sobre o universo infantil. Entretanto, pouco se aborda na ciência a iniciação esportiva quando acontece após a idade esperada, principalmente na idade adulta. O desenvolvimento motor, apesar de estar atrelado à idade, não depende somente dela ou fatores intrínsecos, mas também outros relacionados ao ambiente e à tarefa a ser realizada (Gallahue; Ozmun; Goodway, 2013). A iniciação esportiva tardia, ou seja, oferecer a jovens, adultos ou idosos a experiência, vivência e oportunidade de aprendizado da prática esportiva sistematizada, em contexto institucionalizado e orientado por um coordenador, em indivíduos que não estão mais na infância (Pimentel; Galatti; Paes, 2010) se torna, portanto, um campo de exploração fértil e que merece atenção.

No Brasil, temos poucos adultos praticantes de esporte, e quando se trata das ginásticas, os índices diminuem ainda mais (Ministério do Esporte, 2015). É possível afirmar que as ginásticas não estão no imaginário brasileiro, havendo pouco conhecimento da grande população sobre esses esportes. Isso afasta as pessoas de tais modalidades, fazendo-as acreditar, por exemplo, que as possibilidades de se desenvolver nas ginásticas ocorrem apenas na infância, não havendo muitas ofertas e/ou demanda de iniciação esportiva para a idade adulta.

Segundo *International Sport Coaching Framework (ISCF)* (2012) o esporte estar inserido em duas categorias: esporte de participação e esporte de desempenho. Nesse sentido, o esporte pode ocupar espaços que tenham por objetivo a promoção da saúde, divertimento, lazer ou mesmo o alto rendimento esportivo.

Segundo diagnóstico realizado pelo Ministério do Esporte (2015), 45,9% da população brasileira é sedentária e quanto mais velha a pessoa, mais essa porcentagem

umenta. A pesquisa também averiguou que entre os 16 e 24 anos encontra-se o maior índice de interrupção da prática de esportes e/ou atividades físicas (45%), sendo alguns dos motivos para isso a falta de tempo, e outras prioridades na vida por conta da idade. Há, portanto, um problema também relacionado à falta de oportunidades de práticas de esporte para adultos(as), além de tempo de lazer, podendo isso estar relacionado ao quadro de altos índices de sedentarismo dessa população.

Devido a esses fatores, é importante pensar em maneiras de introduzir o esporte novamente, ou pela primeira vez, na vida desses indivíduos adultos. No entanto, a iniciação esportiva tardia no Brasil é debilitada. Segundo Silva (2008), quando se fala de iniciação tardia, a falta de publicações e orientações na área faz com que professores(as) se sintam despreparados(as) e que a ocorrência de espaços que oferecem vivências esportivas a jovens e adultos(as) seja pequena. Além disso, segundo um estudo realizado sobre a Lei do Incentivo ao Esporte (LIE), o investimento público em esportes, no Brasil, é muito centralizado e não contempla áreas variadas do esporte e grupos diversos de atletas (Matias *et al.* 2015).

Com isso, o presente trabalho busca investigar a existência de locais que oferecem aulas de iniciação esportiva em Ginástica na idade adulta, na busca de compreender essa oferta e ao mesmo tempo essa possível lacuna de práticas corporais ginásticas nesta perspectiva esportiva.

## **METODOLOGIA:**

Esta é uma pesquisa exploratória, que envolve dados qualitativos e quantitativos. Segundo Piovesan e Temporini (1995), uma pesquisa exploratória serve para aproximar-se de um problema ou objeto de estudo pouco ou nada conhecido para melhor compreendê-lo, conhecendo a realidade como ela é, e não como o(a) pesquisador(a) pensa que seja, possibilitando, com isso, mais estudos sobre o assunto.

Como procedimento, foi realizado um questionário online, via plataforma *Google Forms*. Este trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Estadual de Campinas (CAAE: 67019222.5.0000.5404)

Os participantes desta pesquisa são gestores/responsáveis de estabelecimentos que oferecem aulas de alguma modalidade esportiva ginástica para adultos: GA, GT, GR, GAcro e/ou GAE, seja com fins competitivos ou participativos.

A busca por sujeitos foi feita através de divulgação nas redes sociais, sites de instituições e diretamente com treinadores(as) de modalidades ginásticas, via mensagem de *Instagram*, *Facebook* e e-mail. O convite para participação foi enviado por e-mail contendo o

link de acesso ao formulário, para garantir a privacidade dos participantes. Todas as etapas da coleta de dados, portanto, ocorreram de maneira não presencial.

Os dados qualitativos foram analisados pela técnica de análise de conteúdo (Bardin, 2011). Já os dados quantitativos foram analisados e organizados por estatística descritiva (Appolinário (2011)).

## RESULTADOS E DISCUSSÃO:

Obtivemos seis respostas válidas ao questionário, provenientes de estabelecimentos situados em algumas cidades do estado de São Paulo, localizadas nas regiões da Grande São Paulo e Região Metropolitana de Campinas. A seguir, temos um quadro que ilustra as principais informações relevantes para os objetivos dessa pesquisa.

Quadro 1 - Estabelecimentos, localização, frequência de aulas, e modalidades oferecidas a partir de 18 anos

Estabelecimento	Cidade	Oferecimento semanal das aulas	Modalidades oferecidas
E1	São Paulo	5 vezes por semana	Ginástica Artística.
E2	Campinas	7 vezes por semana	Ginástica Aeróbica.
E3	Campinas	3 vezes por semana	Ginástica Acrobática, Ginástica Artística.
E4	Itatiba	2 vezes por semana	Ginástica Acrobática, Ginástica Artística, Ginástica Rítmica.
E5	São Paulo	3 vezes por semana	Ginástica Artística.
E6	Campinas	4 vezes por semana	Ginástica Acrobática, Ginástica Artística, Ginástica de Trampolim.

Fonte: elaborado pelo pesquisador

A distribuição dos espaços que oferecem práticas de ginástica para o público adulto, segundo nossos resultados obtidos, se dá na região da Grande São Paulo e Região Metropolitana de Campinas. Os resultados sugerem uma baixa distribuição da oferta de práticas gímnicas pelo estado de São Paulo e uma maior oferta em grandes centros urbanos, o que condiz com nossas expectativas e com os dados encontrados na literatura, como por exemplo, o estudo de Carvalho (2018).

Além do exposto acima, podemos estimular uma discussão sobre alguns outros temas pertinentes, como o papel do lazer e lazer ativo na vida das pessoas, a questão do gênero dentro das práticas e os objetivos dos estabelecimentos ao oferecerem aulas para o público adulto.

O único estabelecimento encontrado que oferece Ginástica Aeróbica (E2) também oferece práticas de condicionamento físico como *fitdance*, treinamento funcional e postural e

apontou a Ginástica Aeróbica como um meio de atrair mais pessoas para a academia. Já os outros estabelecimentos oferecem Ginástica Artística (E1,E3,E4,E5,E6), Ginástica Acrobática (E3,E4,E6), Ginástica de trampolim (E6) e Ginástica Rítmica (E4).

Todos os seis locais afirmaram oferecer aulas para crianças e adolescentes no mesmo espaço que as atividades para adultos, o que condiz com nossas expectativas, já que o diferencial desses estabelecimentos é justamente a oferta de prática de Ginástica para adultos, sendo a oferta para crianças e adolescentes mais comum.

Além disso, os seis estabelecimentos oferecem atividades de forma mista (homens e mulheres simultaneamente), não havendo divisão por modalidade/aparelhos como no alto rendimento, correspondendo com a ideia do esporte de participação.

Em relação à participação e assiduidade dos(as) alunos das aulas de Ginástica para adultos(as), um estabelecimento (E5) apontou uma dificuldade de participação nas aulas e frequência inconstante dos alunos devido a compromissos pessoais e/ou profissionais. No entanto, todos os outros cinco estabelecimentos apontaram a participação como positiva e até destacaram a procura elevada das aulas

No entanto, a falta de tempo para as aulas e frequência inconstante também é observada pelo pesquisador em minha atuação profissional como professor de ginástica para adultos, e nos leva a pensar a distribuição de tempo e priorização do lazer na vida adulta, bem como seu papel em nossas vidas.

O lazer é um direito garantido pela constituição, mas que nem sempre é realmente contemplado por políticas públicas, e reivindicado pela população. (Brasil, 1998) (Pintos et al. 2017). Além disso, é muito comum, especialmente para adultos, a manutenção de hábitos de lazer sedentário, que não envolvem a prática de nenhuma atividade física. (Pitanga; Lessa, 2005).

Contudo, os gestores entrevistados relataram uma boa experiência com os adultos e afirmaram ser possível a prática de ginástica em qualquer idade: “Eu exerço ginastica desde meus 10 anos, hoje tenho 59, minha experiencia diz que qualquer pessoa pode iniciar a ginastica a qualquer idade!” (E1).

## **CONCLUSÕES:**

Os resultados da pesquisa confirmaram a hipótese inicial de que são poucos os locais, públicos ou privados, que enxergam as ginásticas como uma possibilidade de prática de esporte e/ou atividade física para adultos no estado de São Paulo.

Apesar das ginásticas oferecerem diversos benefícios físicos, psíquicos e sociais (Nunomura, 2016), elas ainda se encontram distantes de ser uma oportunidade de movimento para o público adulto. Esse fator, que acontece em diversos esportes, não só com as ginásticas, pode ser um dos contribuintes para os altos índices de sedentarismo da

população adulta brasileira (Ministério do Esporte, 2015) (Pontes et al.,2019) (Pitanga; Lessa, 2005), já que há poucas opções de prática de exercícios físicos disponíveis para esse público, além das práticas de condicionamento físico de academia. Além disso a falta de políticas públicas abordando o lazer, e o lazer sedentário agravam o problema, ainda mais ao se tratar do público adulto e das ginásticas.

Como limitação do estudo, verificamos a dificuldade de encontrar estes estabelecimentos e gestores(as), assim como que estes respondessem ao questionário.

## BIBLIOGRAFIA

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011. 279 p.

BRASIL. Constituição (1988). Constituição da República Federativa do Brasil. Brasília: Senado Federal: Centro gráfico, 1988. 292 p

CARVALHO, Kássia Mitally da Costa. Avanços e descontinuidades das ginásticas no Ceará (1996-2017). 2018. 1 recurso online (175 p.) Dissertação (mestrado) - Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física, Campinas, SP. Disponível em: <https://hdl.handle.net/20.500.12733/1637825>. Acesso em: 30 jul. 2023.

GALLAHUE, David L.; OZMUN, John C.; GOODWAY, Jacqueline D. **Compreendendo o desenvolvimento motor**: bebês, crianças, adolescentes e adultos. 7. ed. Porto Alegre: AMGH Editora Ltda., 2013. 487 p. GONÇALVES, Elisa Pereira. Iniciação à pesquisa científica. Campinas, SP: Editora Alínea, 2001.

MARQUES, R. F. R., GUTIERREZ, G. L., & ALMEIDA, M. A. B. de. (2008). O esporte contemporâneo e o modelo de concepção das formas de manifestação do esporte. *Conexões*, 6(2), 42–61. <https://doi.org/10.20396/conex.v6i2.8637803>

Matias, W. B.; Athayde, P. F.; Húngaro, E. M.; Mascarenhas, F. A lei de incentivo fiscal e o (não) direito ao esporte no Brasil. *Movimento*, [S. l.], v. 21, n. 1, p. 95–110, 2015. DOI: 10.22456/1982-8918.46419. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/Movimento/article/view/46419>. Acesso em: 29 jul. 2023.

MINISTÉRIO DO ESPORTE. Diagnóstico Nacional do Esporte. Disponível em: <http://arquivo.esporte.gov.br/diesporte/> Acesso em: 14 mai. 2022.

NUNOMURA, Myrian; TSUKAMOTO, Mariana H. C. Iniciação esportiva e infância: um olhar sobre a ginástica artística. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*. N. 3, v. 26, Campinas: Maio de 2005.

PITANGA, F. J. G.; LESSA, I.. Prevalência e fatores associados ao sedentarismo no lazer em adultos. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 21, n. 3, p. 870–877, maio 2005.

PIMENTEL, Rogério Matos; GALATTI, Larissa Rafaela; PAES, Roberto Rodrigues. Pedagogia do Esporte e iniciação esportiva tardia: perspectivas a partir da modalidade basquetebol. *Pensar A Prática*, Goiânia, v. 13, n. 1, p. 1-15, jan./abr. 2010.

Pintos, A. E., Pereira, C. C., Salvador, E. S., & Athayde, P. A. (2017). O DIREITO AO ESPORTE E AO LAZER NO CONTEXTO DA POLÍTICA NACIONAL DO ESPORTE. *Revista Brasileira De Estudos Do Lazer*, 3(1), p.38–52. Recuperado de <https://periodicos.ufmg.br/index.php/rbel/article/view/508>

PIOVESAN, Armando; TEMPORINI, Edméa Rita. Pesquisa exploratória: procedimento metodológico para o estudo de fatores humanos no campo da saúde pública. *Revista de Saúde Pública*, São Paulo, v. 29, n. 4, pp. 318-325, 1995.