

# ESSENCIAL OU NÃO? PERCEPÇÃO DOS ALUNOS DE ACADEMIAS EM FORTALEZA SOBRE A NÃO ESSENCIALIDADE DO SERVIÇO DURANTE A PANDEMIA COVID-19

*(ESSENTIAL OR NOT? PERCEPTION OF STUDENTS AT ACADEMIES IN FORTALEZA ABOUT THE NON ESSENTIALITY OF THE SERVICE DURING THE COVID-19)*

Carolina de Aguiar Carvalho Sousa<sup>1</sup>

Lucas Costa de Alencar<sup>2</sup>

Ruan Paulo de Lima<sup>3</sup>

Rosângela Gomes dos Santos<sup>4</sup>

## RESUMO

Em 2019, o mundo entrou em estado de alerta com a COVID-19. Uma doença de grande potencial de contágio, que se disseminou e foi reconhecida como pandemia em março de 2020. Com isso, um conjunto de ações de biossegurança foram estabelecidas a fim de conter um maior avanço da doença, tal como a contenção comunitária. Assim, diversos estabelecimentos considerados não essenciais foram fechados, incluindo os serviços que trabalham com práticas corporais, como clubes e academias. Posto isso, este trabalho tem como objetivo investigar a opinião dos usuários de Fortaleza-CE sobre a não essencialidade do serviço. A pesquisa tem uma abordagem quantitativa e é de natureza descritiva. Foi realizada uma análise de levantamento de dados com 167 indivíduos de 18 a 54 anos. A coleta de dados de seu por meio de 2 questionários através do Google formulários. Os achados mostraram que uma maior porcentagem de entrevistados apontou que as academias de ginástica são essenciais, em números percentuais, mais de 85% dos indivíduos concordaram que os serviços deveriam ter mantido o funcionamento durante a pandemia.

**Palavras-chave:** Pandemia. Isolamento social. Academia de ginástica.

<sup>1</sup>Acadêmica de graduação em Educação Física do Centro Universitário Ateneu. Unidade Lagoa. E-mail: aguiarcarol387@gmail.com

<sup>2</sup>Acadêmico de graduação em Educação Física do Centro Universitário Ateneu. Unidade Lagoa. E-mail: lucasalencar69@outlook.com

<sup>3</sup>Acadêmico de graduação em Educação Física do Centro Universitário Ateneu. Unidade Lagoa. E-mail: ru\_rpl@hotmail.com

<sup>4</sup>Mestre em Saúde Coletiva. Docente do Curso de Educação Física do Centro Universitário Ateneu. Unidade Lagoa. E-mail: rosangela.santos@professor.uniateneu.edu.br

## ABSTRACT

In 2019, the world went into a state of alert with COVID-19. A disease with great contagion potential, which spread and was recognized as a pandemic in March 2020. With that, a set of biosafety actions were established in order to contain a further advance of the disease, such as community containment. Thus, several establishments considered non-essential were closed, including services that work with body practices, such as clubs and gyms. That said, this work aims to investigate the opinion of Fortaleza-CE users about the non-essentiality of the service. The research has a quantitative approach and is descriptive in nature. A data collection analysis was carried out with 167 individuals aged 18 to 54 years. The collection of your data through 2 questionnaires through Google forms. The findings showed that a higher percentage of respondents pointed out that gyms are essential, in percentage numbers, more than 85% of individuals agreed that the services should have kept operating during the pandemic.

**Keywords:** Pandemic. Social isolation. Fitness center.

## 1 INTRODUÇÃO

Em 2019, a Organização Mundial da Saúde (OMS) foi alertada sobre novos casos de uma pneumonia em Wuhan, na República de China. Tratava-se da descoberta de uma nova variante de coronavírus – nCoV-2019 – a causadora da doença COVID-19 (ROBERTS; ROSSMAN; JARIC, 2021).

Coronavírus é o nome atribuído à família de um conjunto de vírus que causam infecções que prejudicam o trato respiratório. Tal nomenclatura foi criada em 1965, depois de realizada uma microscopia que mostrou seu formato semelhante a de uma coroa (VASCONCELOS; SILVA, 2020; BRASIL, 2021).

Segundo a Organização Pan-Americana da Saúde (2021), a doença apresenta diferentes sintomas, afetando os infectados de diversas maneiras diferentes. Entre os sintomas estão: febre, tosse, dor de garganta, dor no peito, dificuldade de respiração, perda de fala e percas sensoriais (olfato e/ou paladar).

Sendo potencialmente grave e de elevada transmissão, a principal forma de contágio da doença, consoante o Ministério da Saúde (2021), é o contato com o vírus através do ar e/ou toque direto com uma pessoa seguido por um toque em olhos, nariz ou boca.

Esse fácil contágio fez com que a doença tivesse uma rápida propagação em distribuição geográfica. Assim, logo foi se espalhando ao redor do globo terrestre e ganhou status de pandemia pela OMS, em 11 de março de 2020 (BRASIL, 2020).

No Brasil, o primeiro caso foi confirmado em 21 de fevereiro de 2020, tratava-se de um idoso de 61 anos, que após passar pela Itália, contraiu o vírus (VASCONCELOS; SILVA, 2020). Dados da plataforma Coronavírus Brasil (2021) apontam que desde então já foram contabilizados 601.213 óbitos, sendo 21.582,73 casos confirmados no país.

Em virtude do alto número de infectados, fez-se necessária a adoção de medidas protetivas com o intuito de minimizar sua disseminação. Assim, diretrizes de biossegurança foram orientadas por autoridades sanitárias em consonância com a OMS, as quais descreveram como parâmetros de proteção individuais à adesão a estratégias de cunho simples, como lavagem periódica das mãos com água e sabão, utilização constante de álcool 70% nas formas gel ou líquida, uso de máscaras de proteção individual, que podiam ser descartáveis ou não, isolamento social e distanciamento de, no mínimo, 2 metros (AQUINO *et al.* 2020; BRASIL, 2021).

Wilder-Smith e Freedman (2020) conceituam isolamento social ou contenção comunitária como a medida que restringe a circulação e interação de pessoas em locais públicos e privados, assim evitando aglomerações, limitando-as apenas a atividades para suprir o básico, como alimentação e higiene.

Em Fortaleza-CE, o Governo do Estado sancionou, no decorrer dos anos 2020-2021, decretos de lei com o intuito de reduzir os índices de propagação da doença, bem como conter a demanda por leitos em Unidades de Terapias Intensivas (UTIs), Unidades Básicas de Saúde (UBS) e de Unidades de Pronto Atendimento (UPAs). Com isso, o governador pronunciou o primeiro isolamento social por meio do decreto de Nº33.684, de 21 de março de 2020, pelo qual todos os estabelecimentos de cunho comercial tidos como não essenciais seriam temporariamente fechados para atividades presenciais (CEARÁ, 2020).

Desta forma, foram incluídos os setores no rol de atividades “não essenciais”, como bares, shoppings, escolas, restaurantes e academias de ginástica, os quais foram fechados por medidas oriundas da campanha “fique em casa” (PASQUIM; MARTINEZ; FURTADO, 2021). Os mesmos autores apontam que as diversas trocas de Ministros da Saúde em pouco meses e a posição divergente do Presidente da

República sobre as medidas de contenção comunitária, trouxeram à população um cenário de dúvidas sobre qual a melhor opção para conter o vírus.

Loch, Rech e Costa (2020) pontuaram o cenário de polêmica política e as opiniões divergentes sobre a reabertura de academias de ginástica. Por um lado, havia profissionais de educação física que precisavam manter seus empregos, defendendo a importância do exercício físico no enfrentamento da COVID-19. Por outro lado, existiam argumentos que entendiam que mesmo os grupos que não eram considerados de risco e indivíduos ativos poderiam adoecer e terem sintomas graves.

A literatura também divergia das opiniões sobre a reabertura de academias. Alecrim (2020) apontou que o exercício traz diversos benefícios contra a COVID-19, entretanto, a prática não se restringe a academias, sendo o benefício adquirido da prática e não do local praticado. O autor afirmava que a atividade física no ambiente doméstico era uma boa alternativa para manter-se ativo e de maneira segura.

Já para os autores Cortez *et. al* (2020) era possível e necessária a reabertura das academias de ginástica de forma segura, respeitando os protocolos de segurança. Corroboraram com esse posicionamento (PASQUIM; MARTINEZ; FURTADO, 2021). Para esses estudiosos, naquele momento, era importante entender os espaços de academias para além de um espaço físico, pois o praticante é um ser social que necessita de interações para qualidade de vida, portanto, tal fechamento implicaria em uma brusca mudança de estilo de vida física e social.

Nesse cenário, surgiu a pergunta: Qual a opinião dos clientes de academias de ginástica sobre esta paralisação do serviço durante a contenção comunitária? Na hipótese que os usuários, naquele contexto, tinham a percepção de que os serviços são de grande importância para sua vida holisticamente e que deveriam ter sido mantidos durante a pandemia, este trabalho tem como objetivo principal investigar o ponto de vista dos usuários de centros de treinamento em fortaleza sobre a necessidade do funcionamento de suas atividades presenciais durante a pandemia COVID-19.

## **2 METODOLOGIA**

A pesquisa tem uma abordagem quantitativa com natureza descritiva. Para Proetti (2018), estudos que trazem dados quantitativos são usados para entender o

panorama geral de grandes populações usando números para demonstrar os resultados e apresentá-los utilizando técnicas estatísticas, como percentual, moda, média e mediana. Já a natureza descritiva tem como intuito descrever diferentes características em grupo, como levantamento de opiniões, que são observadas, retratadas e analisadas (RODRIGUES,2007).

Segundo Fontelles (2009), uma análise de levantamento ou estudo de campo, visa a obter dados e informações sobre determinado grupo de pessoas, como características e opiniões, podendo aplicar questionários que interroguem a população investigada.

A população deste estudo diz respeito a todos os praticantes de atividade física em academias de ginástica localizadas na cidade de Fortaleza – CE, os quais se disponibilizaram a participar da pesquisa.

A cidade de Fortaleza é um município do estado do Ceará. Ela é dividida atualmente por doze regionais. A capital do Ceará possui 313,140 km<sup>2</sup> e tem uma população estimada, em 2018, de 2 643 247 habitantes.

Afim de conseguir o maior número de praticantes de atividade física, foi utilizada a técnica amostragem não probabilística “bola de neve”, segundo Dewen (2013), a técnica é utilizada com populações de difícil acesso aos pesquisadores, sendo eficaz quando o número da amostra é desconhecido ou puramente aleatório. Nessa técnica, a pesquisa é enviada e incentivada a ser reenviada pelos próprios respondentes, a qual é divulgada em diversas redes sociais e e-mails, sendo comum a exclusão de um grande número dos respondentes após os critérios.

Após a divulgação em redes sociais – individuais e em grupos - foram coletadas 230 respostas.

Foram inclusos todos os indivíduos que estavam matriculados em algum tipo de academia de ginástica antes do fechamento dos serviços, durante a contenção comunitária da pandemia COVID-19 e que estavam matriculados no dia em que os dados foram coletados. Foram excluídos os indivíduos que não preencheram o questionário completamente. A amostra teve um total de 167 respondentes.

A coleta foi feita através da plataforma gratuita de formulários online do Google – *Google Forms*. Essa plataforma foi criada com o intuito de auxiliar e simplificar pesquisas de larga escala, ela foi escolhida com o intuito de facilitar posteriormente o confronto das respostas para análise.

Como instrumento, foram utilizados dois questionários criados pelos próprios autores, um sociodemográfico (Apêndice A), que foi utilizado para traçar o perfil da amostra, com perguntas de cunho pessoal, o qual buscou informações relacionadas à moradia, à condição econômica, ao perfil de saúde, ao perfil de treinamento, etc. Já o segundo questionário (Apêndice B), foi de opinião. Neste constaram perguntas subjetivas que tinham o intuito de entender a percepção dos investigados sobre a indispensabilidade ou não do serviço, para tanto, foram utilizadas cinco perguntas com respostas em escala Linkert, que vai de “concordo totalmente” a “discordo totalmente”.

Os questionários foram disponibilizados do dia 15 de setembro de 2022 ao dia 15 de outubro de 2022. Eles foram divulgados nas redes sociais: WhatsApp; Instagram; Facebook; E-mail.

Os dados coletados foram organizados e tabulados em uma planilha do Microsoft Excel 2013 para Windows. Para análise das respostas, foi utilizada estatística descritiva, esta tinha o objetivo de entender a visão geral de uma amostra, para isso, organizou valores de mesma natureza e descreveu-os por meios de tabelas, gráficos e medidas descritivas.

O protocolo de pesquisa estava de acordo com a Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde que estabelece normas e diretrizes de pesquisas que envolvem humanos (BRASIL, 2012). O Termo de Livre e Esclarecido (Apêndice C) foi enviado através do *Google Forms* antes dos questionários, e estes só foram liberados após o indivíduo estar ciente da garantia de confidencialidade de suas respostas, do anonimato, e de que as informações dadas seriam utilizadas apenas para fins acadêmicos, além de informações sobre riscos e benefícios.

A pesquisa não ofereceu riscos físicos ao participante. Entretanto, corremos o risco de o indivíduo sentir-se constrangido, pois as perguntas tinham uma abordagem pessoal. Caso o respondente se sentisse desconfortável, ele tinha a liberdade para fechar o formulário sem nenhum tipo de dano que pudesse prejudicar a ele ou ao pesquisador.

O benefício da pesquisa está ligado aos possíveis achados, que terão relevância coletiva, uma vez que poderão somar-se aos estudos na área como argumento para a manutenção dos serviços presenciais de academias de ginástica em outra possível contenção comunitária.

### 3 RESULTADO E DISCUSSÃO

A amostra consistiu em 167 indivíduos de 18 a 54 anos de idade, que confirmaram praticar exercício físico antes da contenção comunitária devido à pandemia COVID-19. A pesquisa apresentou pessoas que começaram suas práticas desde 1980 a indivíduos que começaram suas práticas em 2019. A tabela 1 mostra a caracterização do perfil dos participantes do estudo.

**Tabela 1 - Perfil sociodemográfico da amostra**

<b>Variável</b>	<b>n (167)</b>	<b>%</b>
<b>Gênero</b>		
Feminino	77	46,1
Masculino	90	53,9
<b>Estado civil</b>		
Solteiro (a)	105	<b>62,9</b>
Casado (a)	41	24,6
Divorciado (a)	7	4,2
União estável	14	8,4
Viúvo (a)	0	0
<b>Raça ou cor</b>		
Pardo	88	<b>52,7</b>
Negro	16	9,6
Branco	61	36,5
Indígena	1	0,6
Amarelo	1	0,6
<b>Escolaridade</b>		
Não frequentei escola	0	0
Fundamental completo ou cursando	3	1,8
Médio completo ou cursando	34	20,4
Ens. Sup. completo ou cursando	119	<b>71,3</b>
Pós graduação	11	6,5
<b>Reside em que regional</b>		
I	3	1,8
II	8	4,8
III	6	3,6
IV	4	2,4
V	6	3,6
VI	98	<b>58,7</b>
VII	1	0,6

VIII	4	2,4
IX	22	13,2
X	3	1,8
XI	10	6
XII	2	1,2
<b>Tipo de Habitação</b>		
Próprio	136	<b>81,4</b>
Alugado	31	18,6
<b>Pessoas por residência</b>		
De 1 a 3	95	56,9
De 4 a 5	57	34,1
Mais de 6	4	2,4
Moro sozinho	11	6,6
<b>Tem filhos</b>		
Sim	69	41,3
Não	98	58,7
<b>Carga horária trabalhista</b>		
Atualmente nada	8	4,8
Estudante	24	14,4
Sim, até 20hs/semana	24	14,4
Sim, mais de 20hs/semana	102	<b>61,1</b>
Autônomo	9	5,3
<b>Renda familiar</b>		
Não tem renda	16	9,6
Menos de 0,5 salário	6	3,6
0,5 a 1 salário	25	15
1 salário a 2 salários	43	25,7
Mais de 2 salários	77	<b>46,1</b>
<b>Considera-se ativo fisicamente</b>		
Sim	160	<b>95,8</b>
Não	8	4,2
<b>Frequência semanal de exercício intenso ou moderado</b>		
Uma ou duas vezes por semana	13	7,8
Três ou quatro vezes por semana	51	30,5
Cinco ou mais vezes por semana	103	<b>61,7</b>
<b>Praticou exercício durante o isolamento social</b>		
Sim	123	<b>73,7</b>
Não	44	26,3

Fonte: Elaborado pelos próprios autores (2022)



Os dados mostram que a maioria dos respondentes se considera do gênero masculino (53,9%), de raça ou cor parda (52,7), solteiro (62,9%), estão cursando ou completaram a graduação de ensino superior (71,3%). Tais resultados demonstram que a prática de atividade física é mais procurada por públicos que têm maior acesso à escolaridade e à informação.

No que tange à moradia, a maior parte dos pesquisados reside na Regional VI - FORTALEZA (58,7%). Moram em um imóvel próprio (81,4%), moram com uma ou três pessoas (56,9%), não possuem filhos (58,7%). Quanto à renda, a maior porcentagem trabalha mais de vinte horas semanais (61,1%), recebem mais de 2(dois) salários mínimos (46,1%).

Tais resultados mostraram-se relevantes, pois denotaram que a maioria do público demonstrou condições favoráveis à permanência da prática. A falta de tempo e a condição econômica dos praticantes podem ser fatores favoráveis à evasão e ao aumento do comportamento sedentário (MELO, *et al* 2018).

No que concerne à prática de exercícios, quase todos se consideraram fisicamente ativos (95,8%), entretanto, apenas uma parte (73,7%) mantiveram suas práticas durante o isolamento social causado pela pandemia COVID-19. Atualmente, grande parte dos entrevistados (61,7%) praticam cinco ou mais vezes atividade física intensa ou moderada. Dentre os tipos de práticas, as mais citadas foram: musculação, lutas/artes marciais, dança, crossfit.

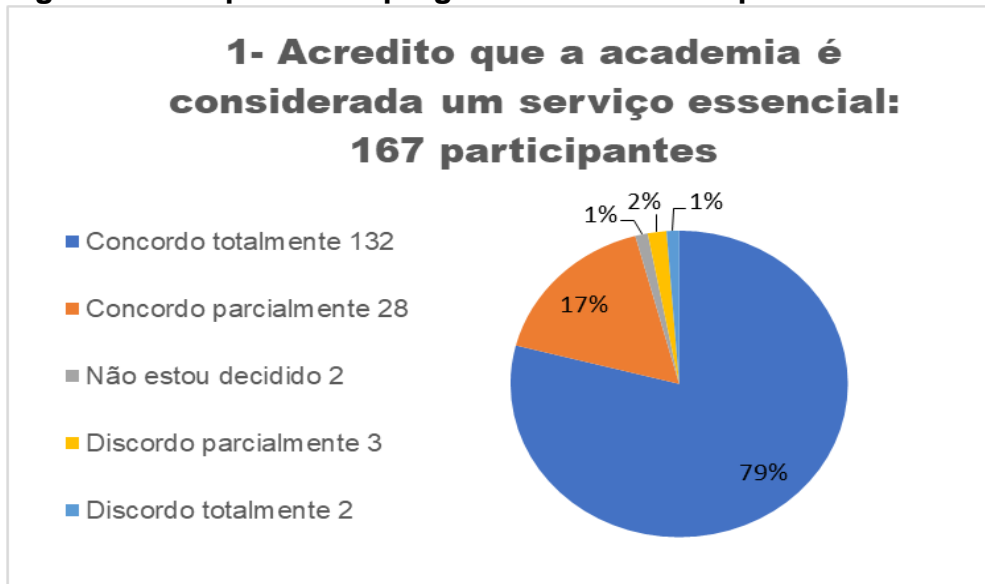
Assim, os achados apontaram que mesmo entre os indivíduos que se consideram fisicamente ativos, ocorreu uma queda na prática de exercício durante a pandemia. Tal inatividade física também é vista no estudo Silva, *et al* (2021), os quais investigaram 39.693 adultos brasileiros durante a pandemia. Seus achados mostraram um aumento de 26% de inatividade física nesses indivíduos, além do aumento no comportamento sedentário, como o uso de aparelhos eletrônicos.

Achados semelhantes foram encontrados por Ribeiro, *et al* (2022), que analisaram universitários de Educação Física, público que se espera um bom nível de atividade física. Os autores encontraram, como resultados, aumentos significativos durante a pandemia, a prevalência de tempo em TV (533%), o uso de computador/tablete/ou smartphone (161%) e de inatividade física (21%).

Para apurar a opinião dos usuários sobre a essencialidade ou não do serviço de academias, foram utilizadas cinco perguntas de natureza subjetiva, com respostas em escala Likert, que vão de “concordo totalmente” a “discordo totalmente”. A seguir,

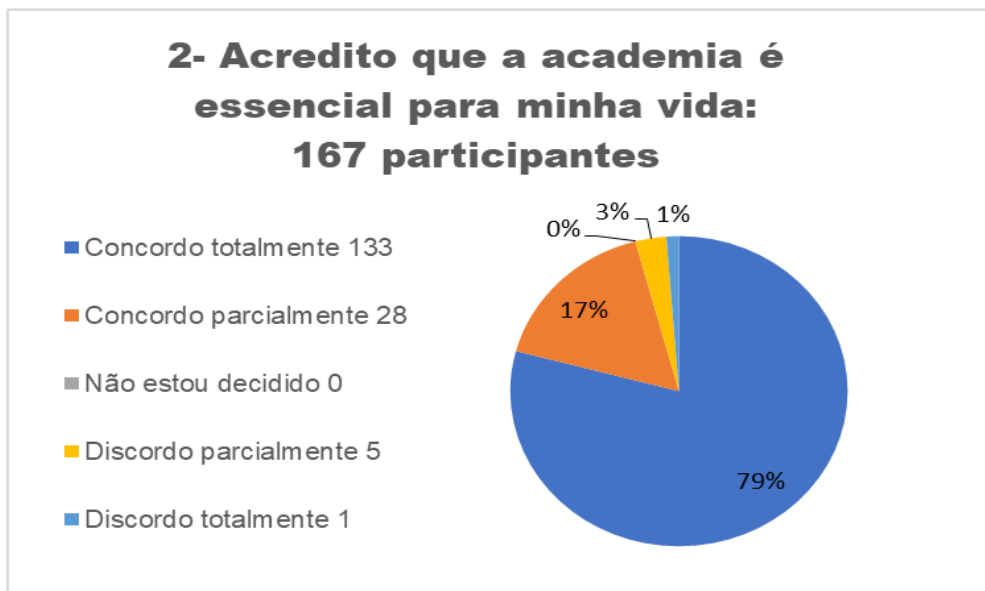
apresentamos as figuras 1, 2 e 3, que mostram os resultados obtidos nas três primeiras perguntas, as quais foram utilizadas no intuito de conhecer a opinião do usuário referente ao serviço para além do contexto pandemia.

**Figura 1 – Respostas da pergunta do item 1 do questionário de opinião.**



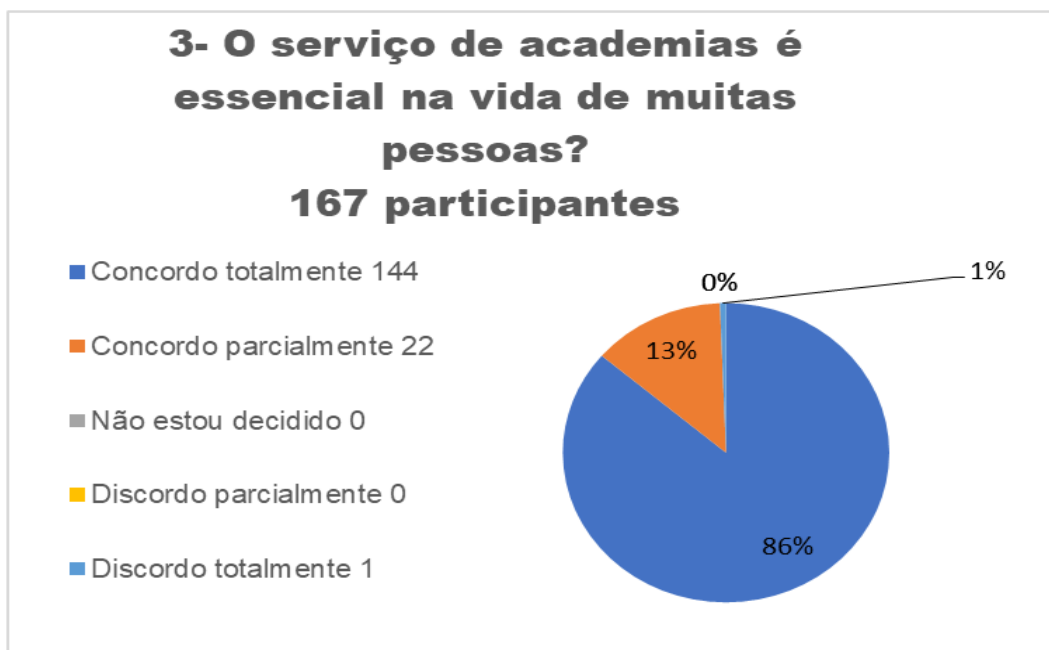
Fonte: Elaborado pelos próprios autores (2022)

**Figura 2 – Respostas da pergunta do item 2 do questionário de opinião**



Fonte: Elaborado pelos próprios autores (2022)

**Figura 3 – Respostas da pergunta do item 3 do questionário de opinião**



Fonte: Elaborado pelos próprios autores (2022)

Na questão de item 1, quando indagados sobre o serviço de academias ser essencial em um panorama geral, 79% dos respondentes “concordam totalmente”, enquanto 16,8% concordam parcialmente, sendo apenas 1,2% “não estou decidido”, e que “discordam parcialmente” e “discordo totalmente”, somando-se 3% dos respondentes.

O item 2 aborda uma visão de essencialidade mais individual, assim 79,6% dos respondentes “concordam totalmente” que a academia possui grande valor na sua vida e 16,8% “concordam parcialmente”, 3% responderam que “discordam parcialmente” e 0,6% que “discordam totalmente”.

A questão de número 3 aborda a perspectiva da academia na vida das outras pessoas, 86,2% responderam que “concordam totalmente” que a academia é essencial na vida de muitas pessoas, enquanto 13,2% “concordam parcialmente” e apenas 0,6% “discordam totalmente”.

Para Zamai, *et al* (2016), a percepção dos mecanismos de motivação a prática e continuidade em academias de ginástica é individual, podendo estar ligada a percepções ambientais, sociais e saúde do sujeito.

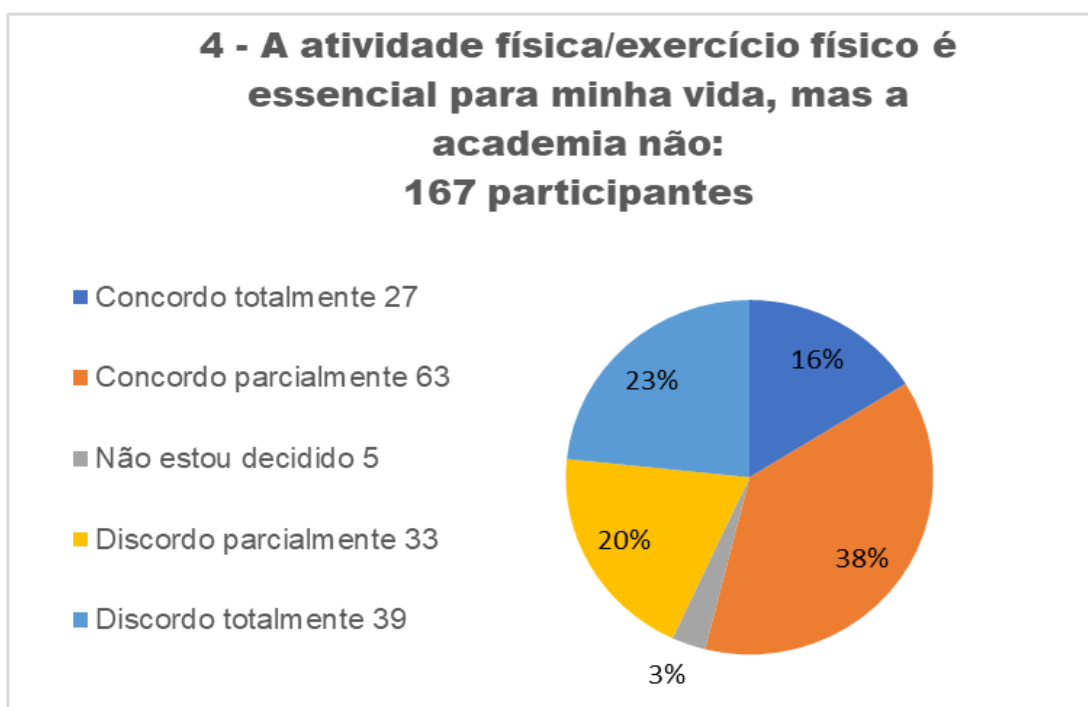
Evidências mostraram que a prática regular de exercício está ligada à percepção subjetiva de saúde das pessoas, ou seja, melhora na autopercepção

biopsicossocial, portanto, é considerada de suma importância para quem busca melhora na qualidade de vida (MACHADO; *et al*, 2015)

Para quem almeja resultados, as academias de ginástica são os principais ambientes capacitados para esses benefícios, pois possuem diversos fatores motivantes para a adesão e continuidade das práticas de exercícios destes indivíduos, tais como: a figura do professor, a estrutura oferecida para a prática, o ambiente, a higiene, os frequentadores, a localização, entre outros (RODRIGUES, 2015).

Como supracitado, a prática na academia possui diversos fatores que deixam a manutenção dessa prática mais provável, entretanto, vale salientar que os benefícios da atividade física não se restringem ao espaço em que é praticada. A figura 4 mostra a percepção da amostra quando exposto a assertiva “atividade física/exercício físico é essencial para a minha vida, academia não”.

**Figura 4 – Respostas da pergunta do item 4 do questionário de opinião**



Fonte: Elaborado pelos próprios autores (2022)

No item 4, nota-se uma maior discordância entre as opiniões, a saber: 16,2% apontam que “concordam totalmente”, 37,7% “concordam parcialmente”, 3% “não estou decidido”, 19,8% “discorda parcialmente” e 23,4% “discordam totalmente”.

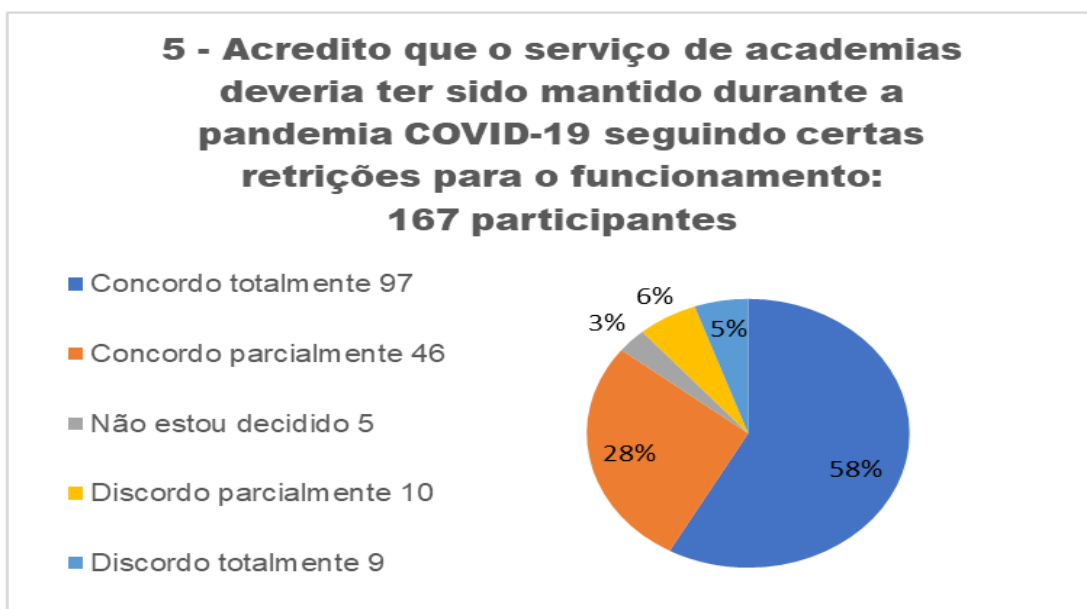
Tal resultado pode ser atribuído ao fato de que boa parte dos usuários não atrelam os benefícios da prática apenas ao ambiente, os quais podem ser atribuídos

a outros espaços, tais como praças, praias, parques e etc. Santos, *et al* (2015) afirmam que ambientes ao ar livre são alvos de diversos públicos que desejam realizar suas práticas. Os praticantes de exercícios se mostram mais motivados quando comparam espaços diferentes com uma academia convencional. Isso demonstra que é possível a obtenção de hábitos saudáveis sem academias de ginástica.

Paralelamente a isso, percebe-se que há uma grande quantidade de desinformação referente a hábitos saudáveis divulgados pelas mídias. As academias propiciam práticas sistematizadas e organizadas por um profissional de Educação Física, o que torna as instituições mais viáveis para as classes com menos acesso à informação obterem experiências autônomas (PASQUIM; MARTINEZ; FURTADO, 2021).

No que concerne à opinião dos usuários quanto ao funcionamento das academias durante a pandemia, foi apresentado o fato “O serviço de academias deveria ter sido mantido durante a pandemia COVID-19 seguindo certas restrições para o funcionamento”, seguem os resultados apresentados na figura 5.

**Figura 5 – Respostas da pergunta do item 5 do questionário de opinião**



Fonte: Elaborado pelos próprios autores (2022)

Os dados mostram que 58,1% dos entrevistados “concordam totalmente” que os serviços de academias deviam ter permanecido seguindo as restrições certas para o funcionamento e 27,5% “concordam parcialmente”, totalizando 85,6% de indivíduos

que concordam que as academias deveriam ter mantido o funcionamento. 3% responderam “não estou decidido”, 6% “discordam parcialmente” e 5,4% “discordam totalmente”.

Os dados sugerem que a maior parte dos indivíduos acreditam que os serviços de academias de ginásticas, seguindo certas medidas sanitárias, tal como lavar as mãos com frequência, uso de álcool, uso de mascarás, distanciamento, entre outros, poderiam ter sido mantidos.

Pasquim, Martinez e Furtado (2021) concordam que o fechamento das academias é insuficiente como medida de proteção ao coronavírus, pois não atingem a totalidade do problema, além de prejudicar o usuário, provoca prejuízos ao micro empresário do mercado *fitness*.

Diante do exposto, evidenciou-se que as opiniões na literatura são divergentes, uma vez que a pandemia, desde o início, foi marcada por polêmicas mesmo no âmbito global. Loch, Rech e Costa (2021) asseveram que o pensamento supracitado tem caráter reducionista perante o conceito de saúde. A atividade física mesmo sendo favorável à saúde, não é uma “pílula mágica”, uma vez que é uma dimensão humana que possui diversos determinantes, assim, em meio a uma crise epidemiológica, medidas protetivas devem ser respeitadas.

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Os achados deste estudo mostraram que a hipótese inicial estava correta, considerando que uma maior porcentagem de entrevistados apontou que as academias de ginástica são essenciais na vida de muitas pessoas, soma-se a isso o fato de mais de 85% dos indivíduos concordarem que os serviços deveriam ter mantido o funcionamento durante a pandemia.

Nota-se também que ocorreu uma discordância de opiniões dos participantes quando indagados sobre o que é essencial, o espaço físico ou a atividade propriamente dita. Pode-se atribuir isso o fato de que o respondente não considerava apenas o espaço físico nas respostas das perguntas anteriores.

Durante o decorrer da pesquisa, algumas complicações ocorreram. Uma delas foi a quantidade de respondentes, que foi bem menor do que o esperado, impactando diretamente no tamanho da amostra. Outro achado foi a escassez de produção

encontrada na literatura sobre o assunto, não foi encontrado nenhum outro estudo com o mesmo propósito.

É importante salientar a importância deste estudo, pois soma-se a literatura que busca mostrar a importância do movimento, bem como das instituições de academias de ginástica. Por fim, sugere-se que o estudo seja replicado com uma maior população e durante mais tempo, para isso, torna-se viável fazer a mesma análise em outras regiões.

## REFERÊNCIAS

ALECRIM, J. V. da C. Uma análise Sobre a essencialidade das academias e possíveis alternativas para a prática de exercícios. **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, Boa Vista, v. 2, n. 6, p. 48–52, 2020.

AQUINO, Estela ML et al. Medidas de distanciamento social no controle da pandemia de COVID-19: potenciais impactos e desafios no Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, p. 2423-2446, 2020.

BRASIL. Agencia Brasil. **Organização Mundial da Saúde declara pandemia de coronavírus.** Brasília, 2020. Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/geral/noticia/2020-03/organizacao-mundial-da-saude-declara-pandemia-de-coronavirus> Acesso em: 24 nov 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Como se proteger.** Brasília, 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/coronavirus/como-se-proteger>. Acesso em: 24 nov 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Novo Coronavírus (Covid-19): informações básicas.** Biblioteca Virtual em Saúde, Brasília, 2021. Disponível em: <https://bvsmis.saude.gov.br/novo-coronavirus-covid-19-informacoes-basicas/>. Acesso em: 24 nov 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. **O que é a Covid-19?** Brasília, 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/coronavirus/o-que-e-o-coronavirus>. Acesso em: 24 nov 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Painel Coronavírus.** Brasília, 14 abr. 2021. Disponível em: <https://covid.saude.gov.br/>. Acesso em: 24 nov 2021.

CEARÁ, **Decreto Nº33.684**, de 21 de março de 2020.

CORTEZ, Antônio Carlos Leal et al. Centers of physical activities and health promotion during the COVID-19 pandemic. **Revista da Associação Médica Brasileira**, v. 66, p. 1328-1334, 2020.

DEWEN, João Osvaldo. **Amostragem em Bola de Neve e Respondent-Driven Sampling: uma descrição dos métodos**. 2013.

FONTELLES, Mauro José et al. Metodologia da pesquisa científica: diretrizes para a elaboração de um protocolo de pesquisa. **Revista paraense de medicina**, v. 23, n. 3, p. 1-8, 2009.

LOCH, Mathias Roberto; RECH, Cassiano Ricardo; COSTA, Filipe Ferreira da. A urgência da Saúde Coletiva na formação em Educação Física: lições com o COVID-19. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, p. 3511-3516, 2020.

MACHADO, Daniel Gomes da Silva et al. Exercício físico em academia, qualidade de vida e satisfação com a saúde. **Revista Brasileira de Qualidade de Vida**, v. 7, n. 4, 2015.

MELO, Cristina Carvalho et al. Fatores que influenciam a evasão de clientes em uma academia: estudo de caso. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, v. 7, n. 2, 2018.

PASQUIM, Heitor Martins; MARTINEZ, Jessica Felix Nicacio; FURTADO, Roberto Pereira. Academias de ginástica e exercícios físicos no combate à Covid-19: reflexões a partir da determinação social do processo saúde-doença. **Movimento** (Porto Alegre), v.27, p.e27031, jan./dez. 2021.

PROETTI, Sidney. As pesquisas qualitativa e quantitativa como métodos de investigação científica: Um estudo comparativo e objetivo. **Revista Lumen-ISSN: 2447-8717**, v. 2, n. 4, 2018.

RIBEIRO, Brena Francyhellen Lopes et al. O impacto da pandemia da COVID-19 no comportamento sedentário e inatividade física em estudantes universitários. **Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício**, v. 21, n. 1, p. 26-35, 2022.

ROBERTS, David L.; ROSSMAN, Jeremy S.; JARIĆ, Ivan. Dating first cases of COVID-19. **PLoS pathogens**, v. 17, n. 6, p. e1009620, 2021.

RODRIGUES, André da Silva. **Motivos de adesão em programas de exercícios em academias**. 2015.

RODRIGUES, William Costa et al. Metodologia científica. **Faetec/IST**. Paracambi, p. 2-20, 2007.

SANTOS, Rogério Márcio Luckwu et al. Exercício físico ao ar livre, motivação e aderência: um estudo sobre a satisfação das necessidades psicológicas em mulheres. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, 2015.



SILVA, Danilo Rodrigues Pereira da et al. Mudanças na prevalência de inatividade física e comportamento sedentário durante a pandemia da COVID-19: um inquérito com 39.693 adultos brasileiros. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 37, 2021.

VASCONCELOS, Ana Alice; SILVA, Larissa Lauriele da. Aspectos históricos e epidemiológicos do COVID-19. **Centro Universitário CESMAC** (Maceió-AL) 2020.

WILDER-SMITH, A; FREEDMAN D. O. Isolation, quarantine, social distancing and community containment: pivotal role for old-style public health measures in the novel coronavirus (2019-nCoV) outbreak. **Journal of Travel Medicine**, Rockville, v. 27, n. 2, p. 1-4, mar, 2020. DOI: 10.1093/jtm/taaa020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32052841/>. Acesso em: 24 nov 2021.

ZAMAI, Carlos Aparecido et al. Motivos de adesão, manutenção e resultados alcançados através da prática de atividades físicas em academias. **Revista Saúde e Meio Ambiente**, v. 3, n. 2, p. 13-22, 2016.

## Apêndice A - Questionário Sociodemográfico

**1 Idade?** \_\_\_\_\_

**2- Sexo:** ( ) Masculino ( ) Feminino ( ) Prefiro não definir ( ) Outro \_\_\_\_\_

**3- Estado civil:**

- ( ) Solteiro(a)
- ( ) Casado(a)
- ( ) Divorciado(a)
- ( ) Viúvo(a)
- ( ) União Estável

**4- Você se considera:**

- ( ) Branco(a)
- ( ) Negro(a)
- ( ) Indígena
- ( ) Pardo(a), Mulato(a)
- ( ) Amarelo(a) de origem asiática

**5- Escolaridade:**

- ( ) Não frequentei escola
- ( ) fund. Incompleto ou cursando
- ( ) Médio incompleto ou cursando
- ( ) Ens. Sup. incompleto ou cursando
- ( ) Outro? \_\_\_\_\_

**6- Ocupação:**

- ( ) Atualmente nada
- ( ) Estudante
- ( ) Trabalho até 20h semanais
- ( ) Trabalho mais de 20h semanais
- ( ) Outro? \_\_\_\_\_

**7- Em qual regional você mora:**

- ( ) I ( ) VII
- ( ) II ( ) VIII
- ( ) III ( ) IX
- ( ) IV ( ) X
- ( ) V ( ) XI
- ( ) VI ( ) XII

**8- Você reside em:**

- ( ) Imóvel próprio ( ) Imóvel alugado

**9- Sua casa possui quantos moradores**

- ( ) Moro sozinho
- ( ) De uma a três pessoas
- ( ) De 4 a 5 pessoas
- ( ) Mais de 6 pessoas

**10- Você possui filhos?**

- ( ) Não
- ( ) Sim. Quantos? \_\_\_\_\_

**11- Qual é sua renda mensal?**

- ( ) Não tenho nenhuma renda mensal
- ( ) Menos do que 0,5 salário-mínimo
- ( ) De 0,5 salário-mínimo até 1 salário-mínimo
- ( ) De 1 salário-mínimo á 2 salário-mínimo
- ( ) Mais de 2 salário-mínimo

**12- Você se considera fisicamente ativo?**

- ( ) Não
- ( ) Sim

**13- Em que ano você começou a praticar atividade física**

---

**14- Que tipo de atividade física você pratica**

- Musculação
- Lutas/Artes marciais
- Dança
- Outro ? \_\_\_\_\_

**15- Qual sua frequência semanal de atividade física intensa ou moderada?**

- Uma a duas vezes por semana
- Três a quatro vezes por semana
- cinco ou mais vezes por semana
- Outro ? \_\_\_\_\_

**16- Praticava atividade física antes da paralisação das academias antes da pandemia COVID-19?**

- Sim
- Não

**1- Acredito que a academia é considerada um serviço essencial:**

- Concordo totalmente
- Concordo parcialmente
- Não estou decidido
- Discordo parcialmente
- Discordo totalmente

**2 - Acredito que a academia é essencial para minha vida:**

- Concordo totalmente
- Concordo parcialmente
- Não estou decidido
- Discordo parcialmente
- Discordo totalmente

**3- O serviço de academias é essencial na vida de muitas pessoas:**

- Concordo totalmente
- Concordo parcialmente
- Não estou decidido
- Discordo parcialmente
- Discordo totalmente

**4 - A atividade física/exercício físico é essencial para minha vida, mas a academia não:**

- Concordo totalmente
- Concordo parcialmente
- Não estou decidido
- Discordo parcialmente
- Discordo totalmente

**5 - O serviço de academias deveria ter sido mantido durante a pandemia COVID-19 seguindo certas restrições para o funcionamento:**

- Concordo totalmente
- Concordo parcialmente
- Não estou decidido
- Discordo parcialmente
- Discordo totalmente

Prezado(a),

O senhor(a) está sendo convidado(a) para participar da pesquisa intitulada “Essencial ou não? Percepção dos alunos de academias em Fortaleza sobre a não essencialidade do serviço durante a pandemia COVID-19” do Curso de Educação Física do Centro Universitário Ateneu, que possui como pesquisadora responsável Rosângela Gomes dos Santos, profissional de Educação Física. O objetivo geral da pesquisa é investigar a percepção dos usuários de duas academias em Fortaleza sobre a essencialidade do serviço durante a pandemia COVID-19.

Dessa forma, pedimos a sua colaboração nesta pesquisa, respondendo a dois questionários sobre o tema acima proposto, se o(a) Sr(a) concordar. Garanto que as informações obtidas serão utilizadas exclusivamente para a execução desta pesquisa, com garantia do sigilo das informações coletadas. O(a) senhor(a) terá acesso a mesma, caso solicite. Os benefícios do estudo serão coletivos, pois pode somar-se a estudos a fim de servir como argumento para manutenção dos serviços em outras possíveis contenções comunitárias.

Os riscos inerentes ao estudo restringem-se a possíveis constrangimentos ao respondente do questionário, pois trata-se de questionário que responde perguntas de cunho pessoal. Contudo, todas as medidas serão tomadas com o intuito de resguardar o anonimato e a utilização das informações apenas no âmbito desta pesquisa.

Informamos também que o(a) Sr(a) não será submetido a despesas financeiras, nem receberá gratificação ou pagamento pela participação neste estudo. Você poderá receber esclarecimentos sobre o andamento da pesquisa quando requisitar, podendo desistir de continuar colaborando se assim o desejar, sem penalização alguma. Comprometemo-nos a utilizar os dados coletados somente para a pesquisa e os resultados poderão ser veiculados através de artigos científicos e revistas especializadas e/ou encontros científicos e congressos, sempre resguardando sua identificação.

Caso seja solicitado, todos os participantes poderão receber quaisquer esclarecimentos acerca da pesquisa e, ressaltando novamente, terão a liberdade para não participarem quando assim não acharem mais conveniente.

Contatos com a professora Ma. Rosângela Gomes dos Santos, telefone (85) 99793-1619, E-mail: [rosangela.santos@professor.uniateneu.edu.br](mailto:rosangela.santos@professor.uniateneu.edu.br).

Eu, \_\_\_\_\_, tendo sido esclarecido(a) a respeito da pesquisa, os procedimentos nela envolvidos, as finalidades, assim como possíveis riscos e benefícios decorrentes de minha participação, aceito participar desta com tema: Essencial ou não? Percepção dos alunos de academias em Fortaleza sobre a não essencialidade do serviço durante a pandemia COVID-19

Fortaleza, \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

Profa. Ma. Rosângela Gomes dos Santos

---

Assinatura do participante

---