

UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS
Escola Superior em Educação Física
Programa de Pós-Graduação em Educação Física
Mestrado em Educação Física



Dissertação

**A CRISE DO CAPITAL E AS RECONFIGURAÇÕES DO MUNDO DO TRABALHO
NA INDÚSTRIA *FITNESS***

LUAN SANT'ANNA DE SOUSA

Orientador: Prof. Dr. Giovanni Felipe Ernst Frizzo

Pelotas/RS, 2025

Luan Sant’Anna de Sousa

**A CRISE DO CAPITAL E AS RECONFIGURAÇÕES DO MUNDO DO TRABALHO
NA INDÚSTRIA *FITNESS***

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Escola Superior de Educação Física da Universidade Federal de Pelotas, como requisito parcial à obtenção do título de Mestre em Educação Física.

Orientador: Prof. Dr. Giovanni Felipe Ernst Frizzo

Pelotas/RS, 2025.

Universidade Federal de Pelotas / Sistema de Bibliotecas
Catalogação da Publicação

S725c Sousa, Luan Sant'Anna de

A crise do capital e as reconfigurações do mundo do trabalho na indústria *fitness* [recurso eletrônico] / Luan Sant'Anna de Sousa ; Giovanni Felipe Ernst Frizzo, orientador. — Pelotas, 2025.
151 f. : il.

Dissertação (Mestrado) — Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Escola Superior de Educação Física e Fisioterapia, Universidade Federal de Pelotas, 2025.

1. Mundo do trabalho. 2. Educação Física. 3. Precarização do trabalho. I. Frizzo, Giovanni Felipe Ernst, orient. II. Título.

CDD 338.4

Elaborada por Simone Godinho Maisonave CRB: 10/1733

**A CRISE DO CAPITAL E AS RECONFIGURAÇÕES DO MUNDO DO TRABALHO
NA INDÚSTRIA *FITNESS***

por

Luan Sant'Anna de Sousa

Dissertação submetida ao Programa de Pós-Graduação em Educação Física, PPGEF, da Escola Superior de Educação Física da Universidade Federal de Pelotas, como parte dos requisitos necessários para a obtenção do Título de

Mestre em Educação Física

Data da Defesa: 25/07/2025

Banca examinadora:

.....
Prof. Dr. Giovanni Felipe Ernst Frizzo (Orientador)
(PPGEF/UPel)

.....
Profª. Drª. Valdelaine da Rosa Mendes
(PPGE/UFPel)

.....
Profª. Drª Luciane Albernaz de Araujo Freitas
(PPGEdu/IFSul)

.....
Prof. Dr. Luz Carlos Rigo
(PPGEF/UFPel)

Dedicatória

Dedico esta dissertação à minha mãe, Ana Flávia Sant'Anna e à minha avó, Maria Elóia Sant'Anna, mulheres que, com amor incondicional, coragem e sabedoria, foram a base e a sinergia que me sustentaram ao longo desta caminhada. Seus ensinamentos, sua força e sua presença constante se entrelaçaram com cada etapa deste percurso, guiando-me mesmo nos momentos de incerteza. Esta conquista não é fruto de um esforço isolado, mas do vínculo e da energia compartilhada que sempre me impulsionaram a seguir. Com todo o meu amor, admiração e gratidão, reconheço que este sonho também é de vocês.

Agradecimentos

Primeiramente a Deus e a minha família, alicerce da minha formação, pelo apoio, amor, carinho, iniciativa, por suas rezas que serviram como um combustível sinérgico de perseverança e fé, no meu propósito por estar inserido na pós-graduação. Reconheço que a construção deste estudo foi marcada por uma árdua labuta, permeada de conflitos, desafios e incertezas. Cada etapa do processo exigiu enfrentamento, resiliência e constante superação, características inerentes ao percurso de quem se propõe a produzir conhecimento em meio às contradições e às tensões que atravessam o fazer acadêmico. Portanto, algumas pessoas impar neste processo merecem agradecimentos.

Ao professor Doutor Giovanni Frizzo, agradeço pela orientação atenta, pelas reflexões críticas e pelo compromisso acadêmico, que foram essenciais para minha formação e meu amadurecimento intelectual, especialmente no campo da sociologia do trabalho.

À professora doutora Luciane Freitas, agradeço imensamente pelos ensinamentos que transformaram minha forma de compreender o mundo e a educação. Sua atuação nas aulas sobre materialismo dialético e fundamentos epistemológicos do marxismo e de Gramsci, durante a graduação no IFSul/RS, foi um divisor de águas na minha trajetória, ampliando meu horizonte crítico e formativo.

Agradeço à minha companheira, Nataly Matos, pelo apoio incondicional e pela confiança em meu potencial, especialmente nos momentos de dúvida. Sua presença constante e parceria na construção deste trabalho reforçaram o quanto o afeto e o apoio são essenciais na trajetória acadêmica.

Aos seres de luz da minha família, em especial meu tio Adão e meu primo (in memoriam), que, com seus exemplos, formaram pessoas que seguem iluminando meus passos. De onde estiverem, sei que permanecem presentes em minha caminhada, guardados com gratidão e saudade no coração.

Os/as entrevistados/as do estudo que foram de suma importância para mesmo ser realizado.

Por fim, agradeço à Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) pelo apoio institucional e pelo fomento à pesquisa, fundamentais para a realização deste trabalho e para a continuidade da minha trajetória acadêmica.

RESUMO

Esta dissertação analisa as transformações do trabalho dos/as profissionais de Educação Física inseridos/as na Indústria *Fitness* na cidade de Pelotas/RS, considerando as reconfigurações do mundo do trabalho impulsionadas pela Indústria 4.0. O estudo parte da compreensão de que a Indústria *Fitness*, articulada à plataformização, à uberização e à mercantilização do corpo, expressa contradições próprias do capitalismo contemporâneo, aprofundando a precarização, a informalidade e a intensificação do trabalho. A pesquisa fundamenta-se no método histórico-dialético e adota uma abordagem qualitativa, utilizando entrevistas semiestruturadas com professores/as de Educação Física atuantes em academias da rede *SkyFit*. A análise dos dados foi realizada por meio da técnica de análise de conteúdo, estruturada em três categorias analíticas: precarização, (auto)intensificação e proletarianização do trabalho. Os resultados evidenciam que os/as profissionais enfrentam vínculos frágeis, ausência de direitos trabalhistas e jornadas extensas, além da intensificação do trabalho por meio de múltiplas atividades presenciais e *online*. Conclui-se que a Indústria *Fitness*, ao incorporar elementos da Indústria 4.0, amplia as exigências de polivalência e empreendedorismo individual, enquanto aprofunda as formas de exploração e alienação do trabalho, demandando a construção de alternativas coletivas para valorização profissional e garantia de condições dignas de trabalho.

Palavras-Chave: Mundo do Trabalho. Educação Física. Precarização do trabalho.

ABSTRACT

This dissertation analyzes the transformations in the work of Physical Education professionals working in the Fitness Industry in the city of Pelotas/RS, considering the reconfigurations of the world of work driven by Industry 4.0. The study is based on the understanding that the Fitness Industry, linked to platformization, uberization, and commodification of the body, expresses contradictions inherent to contemporary capitalism, deepening precariousness, informality, and work intensification. The research is based on the historical-dialectical method and adopts a qualitative approach, using semi-structured interviews with Physical Education professionals working in SkyFit gyms. Data analysis was carried out using the content analysis technique, structured around three analytical categories: precariousness, (self)intensification, and proletarianization of work. The results indicate that professionals face fragile employment ties, lack of labor rights, and long working hours, in addition to intensified work through multiple in-person and online activities. It is concluded that the Fitness Industry, by incorporating elements of Industry 4.0, increases the demands for versatility and individual entrepreneurship while deepening the forms of exploitation and alienation of work, reinforcing the need for collective alternatives to promote professional recognition and guarantee decent working conditions.

Keywords: World of Work. Physical Education. Labor insecurity.

Sumário

1. Introdução-----	9
1. Objetivos-----	21
1.1 Objetivo geral-----	21
1.2 Objetivos específicos-----	21
3. Metodologia-----	22
3.1 Descrição da academia-----	22
3.2 Instrumentos e Procedimentos de Coleta de Dados-----	31
3.3 Método de Análise dos Dados-----	33
4. O Mundo do Trabalho em Crise: Quando o Trabalho Perde seu Sentido-----	39
5. A Crise do Capital do Século XXI e as Reconfigurações do Mundo do Trabalho e as Implicações para Educação Física-----	47
6. O Reordenamento do Trabalho da Educação Física: As mediações com a Indústria Fitness-----	60
7. A Indústria do Fitness e a expansão de seus produtos: entre a mercantilização do corpo e os novos formatos de exploração e alienação no capitalismo contemporâneo	71
7.1 A Indústria Fitness 4.0 sob a Lógica da Plataformização: Transformações Tecnológicas e Desafios para o Trabalho dos/as Profissionais de Educação Física-----	84
8 Resultados e Discussões-----	92
8.1 Pesquisa de campo empírico-----	92
8.2 A precarização do trabalho na Indústria Fitness-----	97
8.3 A proletarização do trabalho na Indústria Fitness-----	115
8.4 A (auto)intensificação do trabalho na Indústria Fitness-----	121
Considerações Finais-----	132
Referências-----	138
Apêndices-----	152

1. Introdução

Como ponto de partida deste estudo, recupero as palavras de Mascarenhas (2005, p. 5) que em sua tese de doutorado intitulado: *Entre o ócio e o negócio: teses acerca da anatomia do lazer* que afirma: “Todo começo é difícil em ciência”. Essa citação sintetiza, de maneira precisa, os desafios que enfrentei ao longo do percurso que aqui apresento. Esta dissertação é fruto de um processo que não começou exatamente aqui, mas que se construiu ao longo do tempo, entrelaçando experiências pessoais, práticas profissionais e reflexões teóricas. É um trabalho que carrega em si as marcas de múltiplos recomeços — desde a escrita do projeto de pesquisa até a imersão no campo empírico — que me instigaram a olhar com mais atenção para os contextos de trabalho no universo das academias de ginástica. Mesmo estando posicionado no início deste texto, este estudo me acompanha desde muito antes de sua sistematização escrita. Ele emergiu das inquietações que me atravessaram ao longo da formação, tanto no plano epistemológico quanto nas vivências concretas no campo de trabalho.

Portanto, como fio condutor desta dissertação, apresento aqui a gênese deste estudo, que se origina a partir de dois momentos fundamentais para sua construção que se imbricam em minha trajetória acadêmica e profissional: primeiramente minha experiência como professor de Educação Física trabalhando em academias, atuando como *Personal Trainer*¹ no contexto do estágio obrigatório, e seguidamente a elaboração do meu Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) na graduação em Bacharelado em Educação Física intitulado: “*O Processo de Trabalho de Profissionais de Educação Física atuantes em Academias de Pelotas-RS*”. Ambos os momentos foram desenvolvidos e mediados pela Escola Superior de Educação Física (ESEF) da Universidade Federal de Pelotas (UFPel) e se entrelaçam para suscitar reflexões sobre as dinâmicas laborativas e as implicações do mundo do trabalho.

Neste bojo, ao longo da minha trajetória no curso de Educação Física, o período do estágio emergiu como um dos momentos mais marcantes da formação. Compreendo hoje que essa etapa ocupa um lugar de relevo na articulação entre teoria e prática que se circunscreve como práxis, na medida em que me colocou em contato direto com a realidade concreta do mundo do trabalho. Foi no chão da academia que passei a enxergar com mais clareza as tensões, contradições e determinações que atravessam o exercício

¹ . O *Personal Trainer* é definido por Sanches (2006, p. 51) como um “profissional formado/graduado em Educação Física que ministra aulas personalizadas, formulando e executando programas de treinamento específicos para cada aluno”. Este/a professor/a emergiu como um/a profissional que executa seu trabalho unicamente com um aluno/a individualizado, pautado pelo discurso da atividade física para a saúde.

profissional na Indústria *Fitness*.

Neste sentido, nesta dissertação, busco ampliar a compreensão sobre o trabalho dos professores e professoras de Educação Física inseridos na Indústria *Fitness*, entendendo que essa área reflete uma nova morfologia do trabalho. Demarcamos o trabalho como categoria central em nossa investigação, em específico nossa proposta temática faz menção a uma Indústria *Fitness*, pois entendemos que as mudanças tecnológicas trazem profundas alterações no setor produtivo. Antunes (2018) afirma que a adoção de termos como agroindústria, agronegócio, serviços industriais e por que não a Indústria *Fitness*, representam uma profunda intersecção entre os diferentes setores da economia, convertidos em mercadorias, sejam elas materiais ou imateriais (Neto, 2023). A Indústria *Fitness* é um setor econômico dedicado ao desenvolvimento, produção e comercialização de produtos e serviços relacionados à promoção da saúde física, bem-estar e condicionamento físico. Essa indústria abrange uma variedade gigantesca de segmentos, desde as empresas que são responsáveis pela fabricação de equipamentos e tecnologia modernizadas para ginástica e musculação até a prestação de serviços como academias, treinamento individualizado, aplicativos de *fitness* e programas de bem-estar (Pasquali, Niterói e Mascarenhas, 2011).

No interior dessa estrutura multifacetada, é possível identificar — ora de maneira explícita, ora de forma mais velada — contradições inerentes ao processo de trabalho, que se encontra progressivamente subordinado às lógicas de controle e acumulação do capital. Tal configuração revela tensões entre o discurso de promoção da saúde e bem-estar na forma de mercadoria² e a precarização das condições laborais dos/as profissionais que atuam nesse setor.

Como ponta de lança, minha entrada no campo da Educação Física, por meio dos estágios obrigatórios sobre esta tônica realizada em (2022-2023)³, se deu inicialmente de maneira idealizada. Acreditava, naquele momento, que o papel do/a professor/a de Educação Física estava fundamentalmente ligado à promoção da saúde, à prevenção de

² Taffarel (2010) explica que todo o produto do trabalho, ao ser inserido no processo de troca, converte-se em mercadoria. Nesse contexto, tudo aquilo que o ser humano produz, incluindo a sua própria força de trabalho, transforma-se em objeto de mercantilização, uma vez que, no interior do processo produtivo, o trabalho deixa de ter apenas um valor de uso e passa a ser trocado por outras mercadorias, integrando-se à lógica do mercado e à dinâmica da acumulação capitalista. Taffarel (2010) complementa que a mercadoria representa a forma assumida pelos produtos resultantes do trabalho humano quando inseridos em um sistema de produção estruturado pela lógica da troca. Assim, a mercadoria adquire um duplo caráter: possui valor de uso ao satisfazer uma necessidade humana concreta e, simultaneamente, apresenta valor de troca, uma vez que pode ser intermediária na obtenção de outra mercadoria que também possua valor de uso. Dessa maneira, a produção e a circulação de mercadorias articulam-se como elementos centrais do processo de acumulação e reprodução do capital.

³ Neste período realizei três estágios obrigatórios em distintos espaços do segmento fitness, bem como academia de musculação, treinamento funcional e levantamento de peso olímpico (LPO).

doenças e à melhoria da qualidade de vida. Essa concepção não vinha apenas dos discursos acadêmicos e institucionais, mas também das narrativas veiculadas pela mídia e por políticas públicas que colocam a atividade física, sempre como uma espécie de antídoto para os males da vida moderna. De fato, organismos como a Organização Mundial da Saúde (OMS) reforçam essa lógica. Segundo relatório de 2022, mais de 1,4 bilhão de adultos no mundo não atingem os níveis mínimos de atividade física, contribuindo para o avanço das doenças crônicas não transmissíveis. A inatividade física, de acordo com a OMS, é responsável por cerca de 5 milhões de mortes por ano. Influenciado por esses dados e discursos, imaginei que minha atuação profissional estaria profundamente ancorada no campo da saúde, como uma extensão da lógica biomédica, onde o conhecimento sobre o corpo, o movimento e a atividade física funcionaria como uma intervenção terapêutica. Via o/a professor/a de Educação Física como alguém que combate o sedentarismo e promove o bem-estar. No entanto, essa imagem idealizada começou a ruir nos primeiros dias de estágio.

Minha atuação ocorreu em academias de ginástica com propostas variadas — musculação, treinamento funcional, aulas coletivas — onde rapidamente percebi que o cotidiano profissional era atravessado por dinâmicas muito distintas daquelas que idealizei. Aos poucos, fui compreendendo que o trabalho na Educação Física não se desenvolve num espaço neutro, mas está imerso em lógicas mercadológicas sob cunha ideológica do capital, exigências de produtividade e uma cultura de eficiência voltada para a maximização dos lucros. As práticas pedagógicas, nesse contexto, se subordinam às engrenagens da chamada “Indústria *Fitness*”, em que a racionalidade neoliberal⁴ pauta o funcionamento das instituições e molda as formas de inserção dos/as profissionais.

No decorrer dos estágios, tornei-me cada vez mais consciente das condições precárias que atravessam o trabalho na área, especialmente fora do ambiente escolar. Estagiários/as, recém-formados/as e até profissionais experientes vendem sua força de trabalho em contextos marcados pela informalidade, ausência de vínculo empregatício e possuem remuneração fragmentada, baseada em hora-aula. Em meu caso, como estagiário, atuava seis dias por semana, durante cinco horas diárias, recebendo uma bolsa de R\$7,50

⁴ Dardot e Laval (2014) argumentam que a racionalidade neoliberal se caracteriza, principalmente, pela generalização da concorrência como norma de conduta e pela adoção da lógica empresarial como modelo de subjetivação. Os autores deixam claro que o uso do termo "racionalidade" não visa suavizar ou evitar a referência ao capitalismo, mas sim evidenciar que o neoliberalismo representa a forma atual e dominante do capitalismo — um sistema que se assume plenamente como construção histórica e como norma geral de vida. Nesse sentido, o neoliberalismo pode ser compreendido como um conjunto de discursos, práticas e dispositivos que instauram um novo modo de governar os sujeitos, fundamentado no princípio universal da concorrência.

por hora — valor significativamente inferior ao salário mínimo (por ser um estagiário era esperado o valor mais baixo salarial).

Observa, ainda, que os/as professores/as já graduados/as, mesmo assumindo as mesmas funções que eu desempenhava enquanto estagiário — como prescrição de treinos, acompanhamento de alunos/as e aplicação de avaliações físicas —, recebiam apenas R\$ 9,50 por hora trabalhada. A diferença de apenas R\$ 2,00 em relação à minha bolsa escancarava, ali, o quanto as fronteiras entre o processo formativo e o exercício profissional estavam diluídas no cotidiano das academias, refletindo a ausência de respaldo institucional e a fragilidade das garantias trabalhistas nesse espaço. Notei, ainda, falta de vínculos formais, a inexistência de férias, décimo terceiro ou qualquer tipo de estabilidade tornava evidente que a precarização não era exceção, mas regra no setor privado da Educação Física no contexto extraescolar. Em muitas academias, estagiários/as representam maior contingente, por esse motivo são utilizados/as como força de trabalho barata, ocupando o lugar que deveria ser destinado a profissionais contratados/as formados/as no caso se evidenciam por menor contingente, o que reforça uma lógica de desvalorização da profissão e de exploração da juventude em formação. Visto que normalmente é composta, seu quadro de trabalhadores e trabalhadoras são os mais jovens e pessoas com idades mais avançadas são donos de academias.

Esse cenário me impactou profundamente ao evidenciar a distância entre os ideais formativos defendidos pela universidade e a realidade concreta do mercado de trabalho. Compreendi que a precarização não se configura como uma falha pontual do sistema, mas como um elemento estrutural de seu funcionamento. Trata-se de um processo que se apropria das necessidades materiais dos sujeitos para legitimar práticas exploratórias. No meu caso, precisei me deslocar de São Lourenço do Sul/RS para Pelotas/RS, percorrendo uma distância de aproximadamente 80 km (cerca de 1h09min), para cumprir a exigência curricular dos estágios, o que implicou custos adicionais com moradia, alimentação e transporte. A bolsa de estágio, ainda que insuficiente, tornou-se essencial para minha permanência no curso. Essa realidade, no entanto, não era exclusivamente minha: observei que muitos colegas, mesmo residentes em Pelotas/RS, também enfrentavam condições precárias para conciliar estudo e trabalho, aceitando situações de exploração como única alternativa para seguir na formação acadêmica.

Ao longo desse processo, comecei a notar que as discussões sobre direitos, remuneração e condições de trabalho muitas vezes eram invisibilizadas, como se fizessem

parte natural da profissão. A ausência de debate crítico dentro e fora da universidade contribui para a naturalização da precarização, dificultando a organização coletiva e o enfrentamento das contradições do mundo do trabalho na Educação Física. Nesse prisma, toda pesquisa tem como intencionalidade indagar algo a partir de uma problemática vivenciada no contexto social.

Foi nesse contexto de inquietação e incômodo que surgiu o desejo de transformar minha experiência em objeto de estudo. Passei a investigar as condições de trabalho nas academias de ginástica, com o objetivo de compreender mais profundamente as dinâmicas de exploração que atravessam o cotidiano dos/as profissionais da área por meio de entrevistas semi-estruturadas daí vamos aos/as invisibilizados/as. Ao realizar essa investigação, busquei não apenas denunciar uma realidade por meio de singularidades das falas desses trabalhadores e trabalhadoras, mas contribuir com uma reflexão crítica e fundamentada sobre a valorização da profissão e a luta por condições dignas de trabalho. Admito, que foi uma tentativa minha de chamar atenção para os/as demais professores e professoras de Educação Física, se eu deflagrei essas condições calamitosas, acredito que os/as mesmos/as conseguissem constatar em *loco* esses padrões.

De acordo com Hartwig (2012), os profissionais de Educação Física exercem suas funções, em grande medida, sob formas de trabalho não formal, o que se evidencia pela alta rotatividade nos postos, pela ausência de registro em carteira e pela progressiva supressão de direitos e garantias trabalhistas. Tal cenário contribui para a precarização da atividade, promovendo instabilidade e insegurança ocupacional. Além disso, esses/as trabalhadores/as vivenciam uma (auto)intensificação do ritmo de trabalho, caracterizada pelo acúmulo de funções que vão desde o atendimento coletivo em salas de musculação, passando pelo trabalho personalizado como *Personal Trainer*, até a *consultoria online*, frequentemente realizada em horários extra profissionais, ou seja, desenvolvidas em horários que extrapolam a jornada formal de trabalho —, o limite entre tempo de trabalho e tempo livre se dissolve. Para muitos desses trabalhadores e trabalhadoras, o descanso e o lazer deixaram de existir como direitos concretos e passaram a ser um privilégio distante, cada vez mais inacessível diante das exigências e da sobrecarga que marcam o cotidiano profissional no setor *fitness*.

Com o objetivo de compreender essa realidade, o presente estudo partiu da seguinte questão de pesquisa científica: *Como as transformações do mundo do trabalho,*

impulsionadas pela Indústria 4.0⁵, afetam as condições laborais, os vínculos empregatícios e as estratégias adotadas por professores e professoras de Educação Física que atuam na Indústria Fitness na cidade de Pelotas/RS? Para responder a essa indagação, buscou-se analisar as relações estabelecidas entre o fenômeno da plataformização do trabalho e seu desdobramento na forma da uberização, tomando como referência a experiência concreta dos/as *Personal Trainers* que atuam nos bastidores da academia *SkyFitness*.

A fim de organizar a construção teórica e garantir o aprofundamento da análise, o estudo traçou como alvo: analisar as configurações do trabalho no contexto do modo de produção capitalista; identificar os aspectos que fomentam o avanço da plataformização e da uberização no mundo do trabalho e no exercício docente; examinar o perfil dos/as professores/as que atuam nessa academia de ginástica; e caracterizar elementos centrais da realidade laboral, como jornada de trabalho, remuneração e acesso (ou ausência) a direitos trabalhistas. Metodologicamente, a pesquisa se fundamentou na perspectiva do materialismo histórico⁶, compreendendo que as transformações no mundo do trabalho precisam ser analisadas a partir das contradições e da dinâmica concreta da práxis social. Assim, o estudo procurou captar as mudanças estruturais e o cotidiano vivido pelos/as trabalhadores/as da área. Os sujeitos da pesquisa foram cinco professores e professoras de Educação Física que atuam na academia *SkyFitness*, os quais participaram da investigação por meio de um questionário semi-estruturado, composto por questões abertas e direcionadas à compreensão das condições de trabalho, vínculos, estratégias e desafios enfrentados no. Como ponto de partida deste estudo, recupero as palavras de Mascarenhas (2005, p. 5) que em sua tese de doutorado intitulado: *Entre o ócio e o negócio: teses acerca da anatomia do lazer* que afirma: “Todo começo é difícil em ciência”. Essa citação sintetiza, de maneira precisa, os desafios que enfrentei ao longo do percurso que aqui apresento. Esta dissertação é fruto de um processo que não começou exatamente aqui, mas que se construiu ao longo do tempo, entrelaçando experiências pessoais, práticas

⁵ Antunes (2020) explica que a chamada Indústria 4.0, embora anunciada como uma revolução tecnológica, vem sendo apropriada pelo capital de forma a tornar o trabalho ainda mais subordinado, fragmentado e invisibilizado, agravando a precarização e consolidando o que denomina de nova morfologia do trabalho.

⁶ Frigotto (2010) defende a ideia que a dialética materialista histórica, deve ser considerada tanto uma postura, como um método de análise, assim como, uma práxis. Frigotto (2010) enfatiza que o materialismo histórico fundamenta sua concepção no que tange sua postura é a partir do pensamento reflexivo da realidade e se constitui na apreensão subjetiva da realidade objetiva. Segundo Gomes (2020, p. 20) “Ao mesmo tempo, admite-se que a existência dessa realidade objetiva é independente as ideias e ao próprio pensamento, cabendo ao último, trazer para o plano do conhecimento a dialética real, derivada da trama das relações contraditórias, conflitantes e dotadas de leis de construção, desenvolvimento e transformação dos fatos”. Para isso, a concepção utiliza-se das categorias totalidade, contradição, mediação, ideologia, práxis, entre outras para estruturar suas análises. (Frigotto, 2010).

profissionais e reflexões teóricas. É um trabalho que carrega em si as marcas de múltiplos recomeços — desde a escrita do projeto de pesquisa até a imersão no campo empírico — que me instigaram a olhar com mais atenção para os contextos de trabalho no universo das academias de ginástica. Mesmo estando posicionado no início deste texto, este estudo me acompanha desde muito antes de sua sistematização escrita. Ele emergiu das inquietações que me atravessaram ao longo da formação, tanto no plano epistemológico quanto nas vivências concretas no campo de trabalho.

Portanto, como fio condutor desta dissertação, apresento aqui a gênese deste estudo, que se origina a partir de dois momentos fundamentais para sua construção que se imbricam em minha trajetória acadêmica e profissional: primeiramente minha experiência como professor de Educação Física trabalhando em academias, atuando como *Personal Trainer*⁷ no contexto do estágio obrigatório, e seguidamente a elaboração do meu Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) na graduação em Bacharelado em Educação Física intitulado: “*O Processo de Trabalho de Profissionais de Educação Física atuantes em Academias de Pelotas-RS*”. Ambos os momentos foram desenvolvidos e mediados pela Escola Superior de Educação Física (ESEF) da Universidade Federal de Pelotas (UFPel) e se entrelaçam para suscitar reflexões sobre as dinâmicas laborativas e as implicações do mundo do trabalho.

Neste bojo, ao longo da minha trajetória no curso de Educação Física, o período do estágio emergiu como um dos momentos mais marcantes da formação. Compreendo hoje que essa etapa ocupa um lugar de relevo na articulação entre teoria e prática que se circunscreve como práxis, na medida em que me colocou em contato direto com a realidade concreta do mundo do trabalho. Foi no chão da academia que passei a enxergar com mais clareza as tensões, contradições e determinações que atravessam o exercício profissional na Indústria *Fitness*.

Neste sentido, a dissertação, busco ampliar a compreensão sobre o trabalho dos professores e professoras de Educação Física inseridos na Indústria *Fitness*, entendendo que essa área reflete uma nova morfologia do trabalho. Demarcamos o trabalho como categoria central em nossa investigação, em específico nossa proposta temática faz menção a uma Indústria *Fitness*, pois entendemos que as mudanças tecnológicas trazem profundas alterações no setor produtivo. Antunes (2018) afirma que a adoção de termos como

⁷ . O *Personal Trainer* é definido por Sanches (2006, p. 51) como um “profissional formado/graduado em Educação Física que ministra aulas personalizadas, formulando e executando programas de treinamento específicos para cada aluno”. Este/a professor/a emergiu como um/a profissional que executa seu trabalho unicamente com um aluno/a individualizado, pautado pelo discurso da atividade física para a saúde.

agroindústria, agronegócio, serviços industriais e por que não a Indústria *Fitness*, representam uma profunda intersecção entre os diferentes setores da economia, convertidos em mercadorias, sejam elas materiais ou imateriais (Neto, 2023). A Indústria *Fitness* é um setor econômico dedicado ao desenvolvimento, produção e comercialização de produtos e serviços relacionados à promoção da saúde física, bem-estar e condicionamento físico. Essa indústria abrange uma variedade gigantesca de segmentos, desde as empresas que são responsáveis pela fabricação de equipamentos e tecnologia modernizadas para ginástica e musculação até a prestação de serviços como academias, treinamento individualizado, aplicativos de *fitness* e programas de bem-estar (Pasquali, Niterói e Mascarenhas, 2011).

No interior dessa estrutura multifacetada, é possível identificar — ora de maneira explícita, ora de forma mais velada — contradições inerentes ao processo de trabalho, que se encontra progressivamente subordinado às lógicas de controle e acumulação do capital. Tal configuração revela tensões entre o discurso de promoção da saúde e bem-estar na forma de mercadoria⁸ e a precarização das condições laborais dos/as profissionais que atuam nesse setor.

Como ponta de lança, minha entrada no campo da Educação Física, por meio dos estágios obrigatórios sobre esta tônica realizada em (2022-2023)⁹, se deu inicialmente de maneira idealizada. Acreditava, naquele momento, que o papel do/a professor/a de Educação Física estava fundamentalmente ligado à promoção da saúde, à prevenção de doenças e à melhoria da qualidade de vida. Essa concepção não vinha apenas dos discursos acadêmicos e institucionais, mas também das narrativas veiculadas pela mídia e por políticas públicas que colocam a atividade física, sempre como uma espécie de antídoto para os males da vida moderna. De fato, organismos como a Organização Mundial da Saúde (OMS) reforçam essa lógica. Segundo relatório de 2022, mais de 1,4 bilhão de adultos no mundo não atingem os níveis mínimos de atividade física, contribuindo para o avanço das doenças crônicas não transmissíveis. A inatividade física, de acordo com a OMS, é

⁸ Taffarel (2010) explica que todo o produto do trabalho, ao ser inserido no processo de troca, converte-se em mercadoria. Nesse contexto, tudo aquilo que o ser humano produz, incluindo a sua própria força de trabalho, transforma-se em objeto de mercantilização, uma vez que, no interior do processo produtivo, o trabalho deixa de ter apenas um valor de uso e passa a ser trocado por outras mercadorias, integrando-se à lógica do mercado e à dinâmica da acumulação capitalista. Taffarel (2010) complementa que a mercadoria representa a forma assumida pelos produtos resultantes do trabalho humano quando inseridos em um sistema de produção estruturado pela lógica da troca. Assim, a mercadoria adquire um duplo caráter: possui valor de uso ao satisfazer uma necessidade humana concreta e, simultaneamente, apresenta valor de troca, uma vez que pode ser intermediária na obtenção de outra mercadoria que também possua valor de uso. Dessa maneira, a produção e a circulação de mercadorias articulam-se como elementos centrais do processo de acumulação e reprodução do capital.

⁹ Neste período realizei três estágios obrigatórios em distintos espaços do segmento fitness, bem como academia de musculação, treinamento funcional e levantamento de peso olímpico (LPO).

responsável por cerca de 5 milhões de mortes por ano. Influenciado por esses dados e discursos, imaginei que minha atuação profissional estaria profundamente ancorada no campo da saúde, como uma extensão da lógica biomédica, onde o conhecimento sobre o corpo, o movimento e a atividade física funcionaria como uma intervenção terapêutica. Via o/a professor/a de Educação Física como alguém que combate o sedentarismo e promove o bem-estar. No entanto, essa imagem idealizada começou a ruir nos primeiros dias de estágio.

Minha atuação ocorreu em academias de ginástica com propostas variadas — musculação, treinamento funcional, aulas coletivas — onde rapidamente percebi que o cotidiano profissional era atravessado por dinâmicas muito distintas daquelas que idealizei. Aos poucos, fui compreendendo que o trabalho na Educação Física não se desenvolve num espaço neutro, mas está imerso em lógicas mercadológicas sob cunha ideológica do capital, exigências de produtividade e uma cultura de eficiência voltada para a maximização dos lucros. As práticas pedagógicas, nesse contexto, se subordinam às engrenagens do chamado “Indústria *Fitness*”, em que a racionalidade neoliberal pauta o funcionamento das instituições e molda as formas de inserção dos/as profissionais.

No decorrer dos estágios, tornei-me cada vez mais consciente das condições precárias que atravessam o trabalho na área, especialmente fora do ambiente escolar. Estagiários/as, recém-formados/as e até profissionais experientes vendem sua força de trabalho em contextos marcados pela informalidade, ausência de vínculo empregatício e possuem remuneração fragmentada, baseada em hora-aula. Em meu caso, como estagiário, atuava seis dias por semana, durante cinco horas diárias, recebendo uma bolsa de R\$7,50 por hora — valor significativamente inferior ao salário mínimo (por ser um estagiário era esperado o valor mais baixo salarial).

Observa, ainda, que os/as professores/as já graduados/as, mesmo assumindo as mesmas funções que eu desempenhava enquanto estagiário — como prescrição de treinos, acompanhamento de alunos/as e aplicação de avaliações físicas —, recebiam apenas R\$ 9,50 por hora trabalhada. A diferença de apenas R\$ 2,00 em relação à minha bolsa escancarava, ali, o quanto as fronteiras entre o processo formativo e o exercício profissional estavam diluídas no cotidiano das academias, refletindo a ausência de respaldo institucional e a fragilidade das garantias trabalhistas nesse espaço. Notei, ainda, falta de vínculos formais, a inexistência de férias, décimo terceiro ou qualquer tipo de estabilidade tornava evidente que a precarização não era exceção, mas regra no setor privado da Educação Física no contexto extraescolar. Em muitas academias, estagiários/as representam maior

contingente, por esse motivo são utilizados/as como força de trabalho barata, ocupando o lugar que deveria ser destinado a profissionais contratados/as formados/as no caso se evidenciam por menor contingente, o que reforça uma lógica de desvalorização da profissão e de exploração da juventude em formação. Visto que normalmente é composta, seu quadro de trabalhadores e trabalhadoras são os mais jovens e pessoas com idades mais avançadas são donos de academias.

Esse cenário me impactou profundamente ao evidenciar a distância entre os ideais formativos defendidos pela universidade e a realidade concreta do mercado de trabalho. Compreendi que a precarização não se configura como uma falha pontual do sistema, mas como um elemento estrutural de seu funcionamento. Trata-se de um processo que se apropria das necessidades materiais dos sujeitos para legitimar práticas exploratórias. No meu caso, precisei me deslocar de São Lourenço do Sul/RS para Pelotas/RS, percorrendo uma distância de aproximadamente 80 km (cerca de 1h09min), para cumprir a exigência curricular dos estágios, o que implicou custos adicionais com moradia, alimentação e transporte. A bolsa de estágio, ainda que insuficiente, tornou-se essencial para minha permanência no curso. Essa realidade, no entanto, não era exclusivamente minha: observei que muitos colegas, mesmo residentes em Pelotas/RS, também enfrentavam condições precárias para conciliar estudo e trabalho, aceitando situações de exploração como única alternativa para seguir na formação acadêmica.

Ao longo desse processo, comecei a notar que as discussões sobre direitos, remuneração e condições de trabalho muitas vezes eram invisibilizadas, como se fizessem parte natural da profissão. A ausência de debate crítico dentro e fora da universidade contribui para a naturalização da precarização, dificultando a organização coletiva e o enfrentamento das contradições do mundo do trabalho na Educação Física. Nesse prisma, toda pesquisa tem como intencionalidade indagar algo a partir de uma problemática vivenciada no contexto social.

Foi nesse contexto de inquietação e incômodo que surgiu o desejo de transformar minha experiência em objeto de estudo. Passei a investigar as condições de trabalho nas academias de ginástica, com o objetivo de compreender mais profundamente as dinâmicas de exploração que atravessam o cotidiano dos/as profissionais da área por meio de entrevistas semi-estouradas dei voz aos/as invisibilizados/as. Ao realizar essa investigação, busquei não apenas denunciar uma realidade por meio de singularidades das falas desses

trabalhadores e trabalhadoras, mas contribuir com uma reflexão crítica e fundamentada sobre a valorização da profissão e a luta por condições dignas de trabalho. Admito, que foi uma tentativa minha de chamar atenção para os/as demais professores e professoras de Educação Física, se eu deflagrei essas condições calamitosas, acredito que os/as mesmos/as conseguissem constatar em *loco* esses padrões.

De acordo com Hartwig (2012), os profissionais de Educação Física exercem suas funções, em grande medida, sob formas de trabalho não formal, o que se evidencia pela alta rotatividade nos postos, pela ausência de registro em carteira e pela progressiva supressão de direitos e garantias trabalhistas. Tal cenário contribui para a precarização da atividade, promovendo instabilidade e insegurança ocupacional. Além disso, esses/as trabalhadores/as vivenciam uma (auto)intensificação do ritmo de trabalho, caracterizada pelo acúmulo de funções que vão desde o atendimento coletivo em salas de musculação, passando pelo trabalho personalizado como *Personal Trainer*, até a *consultoria online*, frequentemente realizada em horários extra profissionais, ou seja, desenvolvidas em horários que extrapolam a jornada formal de trabalho —, o limite entre tempo de trabalho e tempo livre se dissolve. Para muitos desses trabalhadores e trabalhadoras, o descanso e o lazer deixaram de existir como direitos concretos e passaram a ser um privilégio distante, cada vez mais inacessível diante das exigências e da sobrecarga que marcam o cotidiano profissional no setor *fitness*.

Com o objetivo de compreender essa realidade, o presente estudo partiu da seguinte questão de pesquisa científica: *Como as transformações do mundo do trabalho, impulsionadas pela Indústria 4.0, afetam as condições laborais, os vínculos empregatícios e as estratégias adotadas por professores e professoras de Educação Física que atuam na Indústria Fitness na cidade de Pelotas/RS?*. Para responder a essa indagação, buscou-se analisar as relações estabelecidas entre o fenômeno da plataformização do trabalho e seu desdobramento na forma da uberização, tomando como referência a experiência concreta dos/as *Personal Trainers* que atuam nos bastidores da academia *SkyFitness*.

A fim de organizar a construção teórica e garantir o aprofundamento da análise, o estudo traçou como alvo: analisar as configurações do trabalho no contexto do modo de produção capitalista; identificar os aspectos que fomentam o avanço da plataformização e da uberização no mundo do trabalho e no exercício docente; examinar o perfil dos/as professores/as que atuam nessa academia de ginástica; e caracterizar elementos centrais da realidade laboral, como jornada de trabalho, remuneração e acesso (ou ausência) a direitos trabalhistas. Metodologicamente, a pesquisa se fundamentou na perspectiva do

materialismo histórico¹⁰, compreendendo que as transformações no mundo do trabalho precisam ser analisadas a partir das contradições e da dinâmica concreta da práxis social. Assim, o estudo procurou captar as mudanças estruturais e o cotidiano vivido pelos/as trabalhadores/as da área. Os sujeitos da pesquisa foram cinco professores e professoras de Educação Física que atuam na academia *SkyFitness*, os quais participaram da investigação por meio de uma entrevista semi-estruturada, composto por questões abertas e direcionadas à compreensão das condições de trabalho, vínculos, estratégias e desafios enfrentados no exercício da profissão.

¹⁰ Frigotto (2010) defende a ideia que a dialética materialista histórica, deve ser considerada tanto uma postura, como um método de análise, assim como, uma práxis. Frigotto (2010) enfatiza que o materialismo histórico fundamenta sua concepção no que tange sua postura é a partir do pensamento reflexivo da realidade e se constitui na apreensão subjetiva da realidade objetiva. Segundo Gomes (2020, p. 20) “Ao mesmo tempo, admite-se que a existência dessa realidade objetiva é independente as ideias e ao próprio pensamento, cabendo ao último, trazer para o plano do conhecimento a dialética real, derivada da trama das relações contraditórias, conflitantes e dotadas de leis de construção, desenvolvimento e transformação dos fatos”. Para isso, a concepção utiliza-se das categorias totalidade, contradição, mediação, ideologia, práxis, entre outras para estruturar suas análises. (Frigotto, 2010).

1. Objetivos

1.1 Objetivo geral

Analisar o trabalho de professores e professoras de Educação Física na Indústria *Fitness* em meio às transformações do mundo do trabalho decorrentes da Indústria 4.0.

1.2 Objetivos específicos

- Identificar as condições de trabalho de professores e professoras da Educação Física na academia *SkyFit* de Pelotas-RS;
- Problematizar as compreensões que profissionais de Educação Física têm sobre suas condições de trabalho, salário e direitos trabalhistas na academia *SkyFit* em Pelotas-RS;
- Analisar a inserção dos meios digitais e redes sociais no trabalho da Indústria *Fitness*.

3. Metodologia

Esta pesquisa caracteriza-se como um estudo de natureza qualitativa, de caráter descritivo e exploratório, fundamentado na abordagem histórico-dialética. O objetivo central do percurso metodológico foi compreender as condições de trabalho dos/as profissionais de Educação Física que atuam na Indústria *Fitness* da cidade de Pelotas/RS, considerando as reconfigurações contemporâneas do mundo do trabalho impulsionadas pela Indústria 4.0. Para tanto, a investigação utilizou a combinação de pesquisa de campo empírico, mais entrevistas semi-estruturadas por meio de roteiro contendo perguntas abertas e análise de conteúdo, conforme detalhado a seguir.

3.1 Descrição da academia

A rede de academias *SkyFit* é uma empresa brasileira que opera no modelo de franquias desde de 2020, ano em que inaugurou sua primeira unidade na cidade de São Carlos, no interior de São Paulo. Desde então, a marca expandiu significativamente sua presença no país, a título de exemplo, quando comecei a realizar este estudo há um ano atrás haviam 350 unidades distribuídas por todas as regiões do Brasil, incluindo o Nordeste, Norte, Centro-Oeste, Sudeste e Sul. Atualmente com mais de 600 unidades distribuídas, estima-se um crescimento de aproximadamente 70% no período. Observamos que há uma maior concentração de unidades de academias na região Sudeste e Sul, que vai ao encontro com o presente estudo.

No tocante ao município de Pelotas/RS, localizado no extremo sul do país, observa-se a consolidação da academia *SkyFit* como um empreendimento relevante no setor *fitness* local. Desde 2023, a rede opera com duas unidades: *SkyFit* Fragata e *SkyFit* Três Vendas, ampliando sua presença e capilaridade na cidade. Em relação aos valores praticados, a mensalidade cobrada dos clientes gira em torno de R\$ 120,00, valor que se alinha à média nacional. No contexto brasileiro, o custo médio da mensalidade em academias é de R\$ 110,85, um dos mais baixos do mundo¹¹.

Essa diferença pode ser explicada, em parte, pela elevada quantidade de academias no país e pela intensa concorrência entre elas, fatores que exercem pressão sobre os preços na tentativa de atrair e fidelizar clientes. No âmbito da ginástica e da musculação o aluno e aluna paga um mesmo valor mensal que dá acesso a todas as atividades existentes na academia.

¹¹ Brasileiros estão em 2º no ranking mundial dos que mais vão a academias. Estado de Minas, 18 jan. 2023. Disponível em: https://www.em.com.br/app/noticia/saude-e-bem-viver/2023/01/18/interna_bem_viver,1446196/brasileiros-estao-em-2-no-ranking-mundial-dos-que-mais-vao-a-academias.shtml. Acesso em: 4 jul. 2025.

Já no que tange o atendimento, ambas funcionam 24 horas por dia, de segunda a sexta-feira, com horários reduzidos aos sábados, domingos e feriados. Esse modelo de atendimento contínuo evidencia uma adaptação à lógica de flexibilização do trabalho e da prestação de serviços, característica das transformações contemporâneas no mundo do trabalho. No que reverbera, a organização da equipe segue a lógica de trabalho em turnos, composta por um/a professor/a formado/a em Educação Física e dois/duas estagiários/as, por turno, que se enquadram numa lógica de uma academia *low-cost*. Que é um estabelecimento que oferece serviços de treino com foco em reduzir custos operacionais e manter um preço mais acessível para os/as alunos/as de um lado ou outro menor quadro de trabalhadores e trabalhadoras.

Essa estrutura evidencia a articulação entre força de trabalho qualificada e força de trabalho em formação, condição que garante a operacionalização dos serviços prestados pela academia, como a elaboração de planos de treino e o acompanhamento das sessões de exercícios dos/as alunos/as.

No cerne da academia *SkyFitness*, vem ao encontro com o que Furtado (2007) apresenta em seu estudo a apontar que a presença de aparelhos informatizados na sala de musculação proporciona aos alunos e alunas maior autonomia na execução de seus treinos. Esses equipamentos indicam automaticamente o peso adequado, o número de séries, repetições e a amplitude dos movimentos, o que reduz a necessidade de intervenção constante dos professores e permite que os praticantes circulem de forma mais independente pelo espaço. Com isso, o professor ou professora consegue atender simultaneamente um maior número de pessoas, ou, de forma mais precisa, um maior número de máquinas, já que o atendimento na sala de musculação não ocorre de maneira individualizada por aluno e aluna, mas se organiza em função dos setores de equipamentos. Cada profissional (professor e professora formado/a e/ ou estagiário/a) são responsáveis por um corredor completo, monitorando as máquinas dispostas dos dois lados.

Grande parte do trabalho que exigia conhecimentos profissionais do [professor e da professora] agora é realizado pela máquina, o que desloca boa parte de sua participação na produção do serviço vendido pela academia da esfera dos conhecimentos profissionais para a esfera do atendimento. Sendo assim, a capacidade de comunicação do professor [e professora] passa a ter uma importância significativa para a academia, ou seja, esse fato juntamente com o fato de o conhecimento científico ser ainda necessário, faz estabelecer uma maior interação entre os conhecimentos científicos da [Educação Física] e as competências ligadas ao relacionamento, atendimento, motivação, comunicação e outras. [...] Isso não quer dizer que o professor [e professora] não dê atenção aos alunos e [alunas], mas sim que os alunos geralmente não precisam do professor para acompanhar as atividades tão diretamente graças à automação da sala de musculação. O professor [e professora] da continua dando atenção aos alunos e é exigido que ele faça isso, mas não fundamentalmente pela necessidade de ensinar o

aluno a executar a atividade no aparelho e sim pela necessidade de prestar um atendimento às dúvidas, curiosidades e interesses dos alunos e [alunas] a respeito da atividade física, além de manter uma relação extrovertida, de interação social, animação e amizade. (Furtado, 2007, p.314-315-316).

Corroborando Coelho Filho (2001, p.17, *grifo do autor*) em seu estudo apresenta outras singularidades de se atuar em academia de ginástica por meio dois polos, as dificuldades e facilidades da atuação profissional que:

As dificuldades podem encontrar-se, por exemplo, no tempo de inatividade, no medo em se expor, principalmente em ambiente com espelho e no argumento do gosto. As facilidades, por outro lado, manifestam-se no argumento de autoridade, quando algumas pessoas que procuram essa prática, respaldadas em representações *internalizadas*, acham que não precisam ser corrigidas, não necessitam passar por uma adaptação, por uma progressão, por um processo de conscientização. Já outros querem simplesmente se movimentar— mesmo que de forma "errada"—, sem maiores preocupações técnicas. Por sua vez, alguns realmente apresentam uma boa base de conhecimentos, de condicionamento orgânico, de consciência corporal. Certamente os exemplos poderiam se multiplicar, em todos os sentidos. Percebe-se, assim, que a realidade é múltipla, é contraditória, não é monocromática.

Vale destacar que, vamos discutir na seção específica do trabalho do campo império, nos debruçaremos de forma analítica sobre a singularidade das experiências laborais dos/as trabalhadores/as, explorando os bastidores das condições de trabalho no ambiente da academia.

Atualmente, as duas unidades da *SkyFit* são responsáveis pelo atendimento de aproximadamente 5 mil alunos e alunas¹², o que evidencia sua relevância no cenário local. Contudo, mais do que um empreendimento de grande porte, a *SkyFit* expressa as transformações estruturais em curso no mercado fitness, alinhando-se às tendências de concentração e centralização do capital, características inerentes à lógica da acumulação flexível. Com um investimento inicial estimado em R\$ 550.000,00 por unidade, a empresa se insere em uma dinâmica mercadológica que exige elevados aportes financeiros e constante capacidade de inovação.

Como destaca Coelho Filho (1998), a competitividade no setor *fitness* demanda investimentos robustos, o que contribui para a obsolescência progressiva das academias de bairro. Em analogia, o autor compara as novas redes de academias aos grandes supermercados, enquanto os antigos estabelecimentos assemelham-se às pequenas mercearias, cada vez mais inviabilizadas no atual mercado. Tal comparação revela, de forma contundente, o processo de reestruturação do setor fitness nas últimas décadas, marcado pela consolidação de grandes redes e pela progressiva exclusão dos pequenos empreendimentos locais.

¹² Informação de números de clientes disponibilizados pelo setor administrativo da academia.

De acordo com dados veiculados na edição 108 da Revista ACAD Brasil, o setor *fitness* brasileiro tem registrado um expressivo crescimento no número de redes e franquias de academias, com estimativas apontando a existência de mais de 500 marcas atuantes em todo o território nacional. Esse cenário inclui desde redes de abrangência nacional até modelos regionais consolidados, com dezenas ou centenas de unidades concentradas em estados, ou cidades específicas. Entre as principais redes mencionadas estão nomes como *Smart Fit*, *Bio Ritmo*, *Bodytech*, *Ultra*, *LifeFit*, além de academias independentes bem-sucedidas como *EcoFit*, *AMS Xperience*, *Personal Aqua Center*, *Wonder Fit* e *Unique Resultados*.

Nesse cenário, observa-se a ascensão das chamadas mega-academias, conceito cunhado por Filho, Moura e Antunes (2011), caracterizadas por elevada capacidade de atendimento, gestão empresarial profissionalizada, estratégias de *marketing* agressivas e uma oferta diversificada de serviços — que ultrapassam a musculação tradicional para incluir modalidades coletivas, avaliação física digitalizada, nutrição, estética e bem-estar. Esse modelo corporativo tem se consolidado sobretudo nas grandes metrópoles, onde a acirrada competição por clientelas promove uma padronização estética e simbólica dos espaços,

bem como nas academias, spas, clínicas de estética, clubes, estúdios de *personal training* (profissionais do corpo), estão cada vez mais especializados para captação de clientes que buscam o modelo de corpo ideal imposto pela sociedade atual de consumo. A exacerbação desse desejo, como algo a ser buscado de forma incessante e até desmedida, já tem denominação própria: corpolatria¹³ (Lima, 2009, p.1062).

A tendência ou paradigma do culto ao corpo como objeto de consumo simbólico levanta questionamentos sobre os efeitos do processo de mercadização corporal na saúde e na qualidade de vida dos frequentadores de academias (Lima, 2009). Ao aderirem a esse culto, tais praticantes contribuem para a transformação desses espaços em verdadeiras vitrines do corpo ideal contemporâneo. Ainda segundo Filho, Moura e Antunes (2011), essas instituições operam sob uma lógica voltada ao desempenho e à valorização da aparência física, promovendo padrões estéticos hegemônicos que moldam não apenas a experiência do/a aluno/a, mas também o *ethos* profissional. Ao subordinar a atuação docente a expectativas de performance corporal e imagem. Nesse cenário, o/a profissional de Educação Física não escapa às normas impostas: é igualmente interpelado/a a encarnar e performar um corpo compatível com os ideais estéticos que estruturam o ambiente, tornando-se, ele/a próprio/a, parte do imaginário normativo que sustenta a Indústria *Fitness*.

Como é evidenciada no estudo de Filho, Moura e Antunes (2011) diz respeito ao controle dos ideais subjetivos sobre os/as trabalhadores/as dessas academias. Os autores observam que profissionais atuantes em mega-academias frequentemente fazem uso de

¹³ O termo corpolatria é utilizado para designar essa busca por um padrão corporal esteticamente dominante.

suplementos alimentares e medicamentos com o objetivo de potencializar sua estética corporal e, com isso, melhorar o desempenho laboral e ampliar seus rendimentos. Tal conduta, no entanto, é acompanhada pela secundarização das próprias condições de saúde, como a negligência ao tempo de descanso, à alimentação equilibrada e à prevenção de doenças ocupacionais. Nesse contexto, a estética corporal não é apenas um produto desejado, mas uma exigência implícita de pertencimento e legitimação no ambiente de trabalho. Ela reafirma a centralidade da imagem e da performatividade no setor *fitness* contemporâneo, em que o corpo do/a profissional de Educação Física assume o papel simultâneo de vitrine, ferramenta de trabalho e moeda de valorização econômica. Nesse contexto, predomina a reprodução de um padrão corporal hegemônico — branco, magro, musculoso, atraente e frequentemente hipersexualizado — que se naturaliza nos espaços das academias e passa a ser vendido como ideal a ser alcançado.

Para Taffarel (2010, p.25) é preciso “ampliar ao máximo as possibilidades desta fonte de valor, o capital se desenvolve e se mantém enquanto relações econômicas e sociais, engendrando formas para a sua perpetuação, segundo suas próprias leis.” Contudo, não é apenas o corpo que se transforma em mercadoria. O ambiente arquitetônico das academias, tanto em seus aspectos internos quanto externos, também é cuidadosamente planejado para ser vendável e visualmente atrativo. Atrelados a essa lógica, ambientes modernos, equipamentos de última geração e estruturas sofisticadas são apresentados como parte do espetáculo do consumo, buscando aguçar os sentidos e gerar entretenimento, sempre com o objetivo final de estimular o desejo de pertencimento e o consumo por parte da clientela. Como destaca Furtado (2008, p. 7)

A primeira necessidade do aluno [e aluna] que procura academia está relacionada com a aliança saúde-estética. A partir do momento que o aluno [e aluna] passa a frequentar a academia, outra necessidade é enfocada: a necessidade de convívio social, diversão e entretenimento. A mercadoria vendida pela academia, portanto, além da saúde-estética, enfoca também esses outros elementos e, para isso, potencializa seus espaços como espaços de lazer.

Ainda de acordo com Furtado (2008), o setor abriga realidades bastante distintas: de um lado, grandes academias que operam com alto padrão tecnológico e estrutura administrativa sofisticada; de outro, as pequenas academias operam em espaços que apresentam recursos escassos, poucos equipamentos modernos e gestão precária. Esses são dois extremos e entre eles situam-se as academias de ginásticas, que tal processo é impulsionado por fatores estruturais do capitalismo, como o acesso desigual ao crédito e as barreiras impostas pela falta de liquidez para pequenos empreendimentos (Mascarenhas *et. al*,

2005). Isso favorece grandes redes, que, por meio da incorporação de tecnologias e da padronização dos serviços, modernizam suas ofertas e ampliam as barreiras de entrada no setor, restringindo a atuação de pequenos concorrentes. No cenário atual, academias que não investem em inovações tecnológicas e na aplicação de princípios de gestão alinhados à lógica da acumulação flexível tendem a ser excluídas da competição. A *SkyFit* exemplifica essa realidade: sua estrutura física e simbólica reflete a concepção de academia como “ideia”, como espaço de consumo e estilo de vida, conforme aponta Coelho Filho (1998, p. 73, *grifo nosso*): “a grande academia de ginástica atual não é apenas um lugar, é uma ‘idéia’ de academia, é o mundo do *fitness*” Nesse contexto, a prática da atividade física é ressignificada como parte de uma lógica mercadológica voltada à construção de experiências, *status* e pertencimento. Complementarmente, Rocha (2004) destaca que o *marketing* voltado para o mundo do *fitness* funciona como uma ferramenta estratégica para atrair e fidelizar clientes, otimizando os resultados comerciais. Segundo o autor, vivemos um momento em que os consumidores e consumidoras escolhem o nível de cuidado que desejam com sua qualidade de vida, e, para que as academias se mantenham competitivas, torna-se imprescindível construir uma “aura de distinção”. Essa diferenciação deve estar presente na filosofia institucional, nos sistemas e nas ações cotidianas das organizações, que passam a se apresentar como promotoras de excelência — uma “boa escolha” para o/a cliente contemporâneo (Rocha, 2004).

Essa lógica se confirmou durante o trabalho de campo, foi possível identificar que a busca por diferenciação e originalidade na oferta de serviços constitui um dos pilares estratégicos da *SkyFit*. A introdução de equipamentos modernos e tecnologicamente avançados, atende a múltiplas demandas simultâneas — estética, saúde e bem-estar — atraindo um público diversificado, composto por jovens, idosos, homens e mulheres. Tais investimentos não se limitam à tecnologia dos aparelhos, mas estendem-se às estratégias de *design* e ambientação de uma ¹⁴ambiente *instagramável*. É um espaço decorado de forma atrativa para tirar fotos e gravar vídeos, que reforçam a atratividade do espaço, consolidam a identidade visual da franquia e contribuem significativamente para sua projeção no mercado local. Neste contexto Furtado (2007) enfatiza que:

As aulas de ginástica são, por exemplo, “aulas-show”, com equipamentos, iluminação, decoração e sonorização que favorecem ao “espetáculo” e desempenham um papel importante na sedução do cliente. Assim também é toda a complexa estrutura que possui a academia, ou seja, não é só a aula que deve ser um “show” e sim também toda a academia com decoração, sonorização, iluminação e equipamentos que desempenhem funções de encantar e atender aos desejos dos

¹⁴ O termo “*instagramável*” refere-se à popular rede social onde se partilham imagens e vídeos.

clientes de experimentar sensações diversas, dentre elas a sensação de “status”(Furtado, 2007, p.301).

Nesta perspectiva, que academia *SkyFit*, acompanham as forças do mercado e produzem bens e serviços de consumo cada vez mais diversificados, diferentes modalidades são oferecidas com o objetivo de abrir um leque de possibilidades e satisfazer os gostos da demanda, onde o usuário é autônomo/a para decidir de qual ou quais atividades corporais vai participar.

É parte dessa lógica: além da musculação, a academia disponibiliza uma ampla grade de modalidades em salas especializadas, como aulas de dança (Ritmos, *Step Dance*, *Fit Dance*), lutas (*Muay Thai*), Pilates e *Jump*. Complementa essa estrutura o trabalho do *Personal Trainer*, responsável pelo atendimento individualizado, que agrega valor à experiência do/a cliente e reforça a personalização como diferencial competitivo.

Nessa mesma perspectiva, Coelho Filho (2001) destaca que, diante de um mercado cada vez mais orientado para o consumo de bens e serviços diversificados, os/as proprietários/as e investidores/as das academias ampliaram a oferta de modalidades e padronizaram as aulas de ginástica, visando atender às demandas e preferências específicas dos/as consumidores/as. Assim, a academia consolida-se como um espaço que articula oferta simbólica e material, no qual o espetáculo, o consumo e a padronização tornam-se elementos estratégicos para garantir competitividade e atratividade no setor *fitness*.

Essa pluralidade de ofertas não apenas amplia o leque de práticas corporais¹⁵ disponíveis, mas revela a forma como o mercado *fitness* transforma o corpo e o movimento em mercadorias. A prática corporal, antes compreendida como expressão cultural e social, passa a ser convertida em produto, integrado à lógica do consumo. Nesse processo, a adesão dos/as alunos/as torna-se um fator determinante na valorização do capital.

A diversificação dos serviços, portanto, não está dissociada da lógica de acumulação flexível: ela opera por meio da segmentação e da massificação, estratégias que se complementam para maximizar a extração de valor. Essa lógica mercadológica, ao articular a padronização dos serviços com sua intensa comercialização, posiciona a academia dentro do que neste estudo se compreende como “Indústria *Fitness*” — um setor marcado pela

¹⁵As práticas corporais, segundo Taffarel, Teixeira e D’Agostini (2005), englobam um conjunto de atividades como jogos, brincadeiras, ginástica, lutas, esportes, entre outras manifestações do movimento humano. Essas práticas são construídas historicamente pelos sujeitos em contextos sociais e culturais específicos, podendo ou não estar sistematizadas. Elas se constituem como expressões da cultura e são transmitidas de geração em geração, assumindo diferentes sentidos e funções — como formação, saúde, lazer, socialização e identidade (Taffarel, 1997). Neste sentido, Taffarel, Teixeira e D’Agostini (2005) propõe que, provisoriamente, se denomine esse campo de saber vinculado às atividades corporais como “Cultura Corporal”, reconhecendo-o como uma área de conhecimento em constante construção e ressignificação.

mercantilização do padrão do corpo saudável, por um lado. Pelo outro, pela fabricação incessante de novas demandas e pela promoção do consumo contínuo de produtos e serviços vinculados à prática corporal, como vestuário esportivo, suplementos alimentares e acessórios específicos. Por este ângulo, Lima (2009, 1069) argumenta que:

Métodos eficientes têm sido desenvolvidos, há algum tempo, para a conquista do corpo perfeito para a sociedade, propagandas televisivas, revistas especializadas, técnicas de *marketing*, livros com receitas infalíveis, atividades e treinamentos expressos, medicamentos proibidos, enfim, há uma entrega desmedida às teias da sociedade capitalista.

Nesta direção, Mascarenhas *et. al* (2007, p.239) destaca que “bens e serviços culturais revelam-se como mercadorias de superfluidade, assegurando menor tempo de giro e rápida valorização” e ainda diz:

Obviamente que este crescimento é estimulado por uma série de técnicas de inovação que se processam continuamente no universo das academias de ginástica. Além da promessa de felicidade difundida por uma verdadeira idolatria do corpo satelitizada pelo alto através do *marketing* e da moda, bem como de novas atrações em termos de práticas e técnicas corporais que de tempo em tempo são descartadas pelo processo obsoletismo planejado, todo o aparato, *design* e incremento de novos e modernos equipamentos, a segmentação das academias para nichos específicos de consumidores, o casamento da mercantilização das práticas corporais em ambientes de academia de ginástica.

A massificação das práticas corporais dentro das academias, ao mesmo tempo que amplia o acesso e diversifica as opções, também reforça uma lógica de consumo que padroniza as experiências e direciona as escolhas dos/as praticantes. Assim, a Indústria *Fitness* não apenas responde às demandas do público, mas também as cria, estimulando um consumo contínuo de novidades que reforçam a ideia de que o corpo ideal, padronizado socialmente e saudável depende da adesão a essas práticas e serviços. Podemos observar que a busca pela estética corporal padrão, impulsionada por uma verdadeira idolatria do corpo, é satirizada pelo *marketing* e pela moda. Um exemplo ilustrativo é uma postagem da academia *SkyFit* em seu *site*, que traz os slogans “Sua melhor versão” e “Transforme sua energia em resultados”. Esses enunciados promovem um discurso que merece ser problematizado, pois estão fortemente associados a uma lógica de fetichização do corpo e à ideia de que o sujeito precisa transformar sua aparência de forma drástica e imediata.

Como bem lembra Coelho Filho (2001) o estereótipo do corpo atlético é um valor orientador para entrada na academia de ginástica de um aluno ou aluno. Portanto, o corpo surge como uma síntese dos objetivos declarados por seus usuários/as como fator de permanência na realização do treinamento físico.

Nesta síntese, Lima (2009, p. 1067) traz provocações que:

A obtenção de um patamar de saúde considerado possível de se avaliar, permite uma corrida desenfreada, à busca do “corpo malhado”, o corpo dos olhares dessa sociedade, afinal indivíduos que se entregam a essa idolatria estão carentes de

conhecer outro mundo, constituído de um ser social crítico, para então, compreender a questão da saúde de forma menos consumista. Esse corpo exigido (corpo malhado) é escasso de saúde, de vida, de bem-estar, de autonomia.[...] Todas as relações atuais são medidas, o homem e [mulher] é medido, ou seja, até o simples prazer de um passeio de carro se avalia habitualmente pelo número de quilômetros percorridos, pela velocidade atingida e pelo consumo de gasolina. Em se tratando de atividade física, o homem [e mulher] entregue a corpolatria, é reduzido a um percentual de gordura e seus protocolos e ainda, ao aumento do perímetro de seus membros superiores ou inferiores conforme seu desejo (patológico?), ou objetivo diante do espelho, matéria (que reflete a imagem) e espelho da sociedade atual.

Em vez de valorizar a saúde integral e o bem-estar, esse tipo de comunicação reforça a urgência de mudanças estéticas, priorizando padrões corporais idealizados. Como Lima (2009, p.1069) “Deve-se considerar que o modelo de corpo padrão que as pessoas procuram nessa ânsia de busca do ideal exigido, é inatingível, pois as questões das diferenças genéticas são uma barreira natural a ser considerada, difícil de ser ultrapassada”. Além disso, evidencia-se a ênfase nas novas tendências de práticas e técnicas corporais voltadas mais para resultados visuais do que para a promoção da saúde em sentido amplo. Porque ao naturalizar a ideia de que o corpo deve ser constantemente moldado para atender a padrões estéticos e funcionais, operam na sociedade não apenas reforçando as lógicas de disciplinamento e controle social do capitalismo, mas também transfere para o indivíduo a responsabilidade pelo próprio sucesso ou fracasso. Dessa forma, ao invés de questionar os padrões impostos, o sujeito é culpabilizado por não alcançar a performance exigida, perpetuando um ciclo em que a adequação ao modelo ideal nunca se conclui.

Obviamente, que é importante destacar que, ao longo desta pesquisa, realizamos uma análise crítica dos discursos veiculados pela academia observada, compreendendo que suas práticas comunicacionais e estruturais não estão dissociadas das dinâmicas do mercado. A academia em questão opera inserida nos meandros da chamada Indústria *Fitness*, reproduzindo e reforçando lógicas mercantis que moldam as experiências corporais, os sentidos atribuídos ao exercício físico e até mesmo as expectativas individuais de sucesso e bem-estar. Assim, os discursos promovidos pela *SkyFit* — seja por meio do *marketing*, das redes sociais ou da organização de seus serviços — revelam uma adesão evidente aos jogos de mercantilização do corpo, nos quais a estética, a performance e a produtividade se tornam bens comercializáveis. Trata-se, portanto, de um espaço onde o corpo é constantemente interpelado a se transformar em produto, em vitrine e em investimento de si, reproduzindo as exigências do capitalismo contemporâneo e suas formas de controle simbólico e material.

3.2 Instrumentos e Procedimentos de Coleta de Dados

Neste ponto, descrevemos os caminhos metodológicos de nossa análise das mudanças do trabalho de um significativo contingente de trabalhadores e trabalhadoras dessa categoria profissional no contexto municipal de Pelotas/RS. Segundo os dados Conselho Regional de Educação Física da 2ª Região do Rio Grande do Sul - CREF2/RS, no ano de 2023, a cidade de Pelotas contava com 1.147 pessoas físicas registradas e pessoas jurídicas representadas por 141. Nesta direção, esta informação revela total importância de realização do presente estudo com esses professores/as que possuem forte representatividade econômica na cidade.

O delineamento do estudo é de uma pesquisa de natureza qualitativa de cunho descritivo e exploratório. Baseado na perspectiva de Gil (2002), a pesquisa de base descritiva será elaborada a partir de seus objetivos para proporcionar uma nova visão do problema das condições de trabalho dos/as *Personal Trainers* na Indústria *Fitness* e o sentido exploratório de aprofundar os elementos que constituem as determinações do trabalho que os sujeitos estão inseridos. Ancora-se esse estudo nas Ciências Sociais, como aponta, Minayo (2002, p.51) “tendo como referência a pesquisa qualitativa, o trabalho de campo se apresenta como uma possibilidade de conseguirmos não só uma aproximação com aquilo que desejamos conhecer e estudar, mas também de criar um conhecimento, partindo da realidade presente no campo”. Neste sentido, o campo empírico de análise foi na *SkyFit* Academia, uma empresa do ramo de academias de ginástica que possui mais de 600 unidades em diferentes Estados do Brasil, incluindo 46 no Rio Grande do Sul e duas na cidade de Pelotas/RS. Sendo uma localizada no bairro Fragata, e a outra situada no bairro Três Vendas. A escolha dessa academia se deve ao seu impacto econômico no mercado *fitness* na cidade e representa uma grande corporação da Indústria *Fitness* com atuação em âmbito nacional. Acreditamos que tal corporação empresarial representa o que se tem de mais avançado do ponto de vista capitalista no âmbito das mudanças trabalhistas no contexto da Indústria 4.0.

Para a construção do corpus, o instrumento utilizado na coleta de dados foi a entrevista face à face individualmente, em obediência a um roteiro semi-estruturada que se encontra nos apêndices desta dissertação. Neste caminho, Gil (2008, p.109) ensina que a entrevista constitui “[...] A técnica em que o/a entrevistador/a se apresenta frente ao investigado e lhe formula perguntas, com objetivo de obtenção dos dados que interessam à investigação”. Trata-se de uma modalidade de conversa em que o pesquisador, de um lado, conduz a coleta de dados e, de outro, o/a participante se expressa como fonte de informação. Essas abordagens possibilitam um mapeamento das condições laborais, importantes para a discussão, as

entrevistas conterão perguntas abertas, também chamadas de livres ou não limitadas, que permitem ao informante responder livremente, utilizando sua própria linguagem e emitindo opiniões (Lakatos e Marconi, 2003).

O grupo investigado foi composto por 5 professores/as de Educação Física que atuam como *Personal Trainers* nessas duas unidades da academia, fundamenta-se na necessidade de compreender as particularidades das condições de trabalho desses trabalhadores e dessas trabalhadoras, relacionadas com a singularidade do campo de trabalho. Essa análise é essencial, pois a natureza da condição de trabalho gera uma ambiguidade que pode influenciar diretamente na qualidade do trabalho, na estabilidade profissional, na percepção de direitos e deveres, bem como o bem-estar e expectativas laborativas, no que tange às perspectivas de plano de carreira.

A justificativa para tal investigação ao entrevistar 5 profissionais sendo 2 sujeitos de uma unidade e 3 sujeitos de outra, busca-se garantir uma visão ampla e representativa das diferentes situações enfrentadas em contextos variados, permitindo identificar padrões e disparidades nos processos de trabalho entre as unidades. Como critérios de inclusão de participantes da pesquisa, só participaram professores e professoras formados/as na área de Educação Física e que trabalham na academia de ginástica selecionada para a investigação. Nos critérios de exclusão, não houve a participação de estudantes pelo fato de que estão na fase de formação inicial. Para a garantia de aspectos éticos, o estudo foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Pelotas- UFPel para apreciação da pesquisa, no qual foi aprovado sob o número do parecer: 7.458.918. Sobre os procedimentos do corpus foram: a) visita à academia de ginástica para a autorização da realização da pesquisa, neste contexto se encontra nesse trabalho os apêndices desses dois documentos, autorização e a carta de anuência assinada por um dos/as proprietários/as da academia. (Apêndice B baixo); b) convites aos professores e professoras de Educação Física que se encontram enquadrados/as nos critérios de inclusão do estudo; e c) a entrega do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), de modo que todos/as os/as participantes fiquem cientes dos objetivos da pesquisa, bem como sobre seus direitos, para que assim, possam aceitar serem voluntários e/ou voluntários do estudo.

Este documento esclareceu aspectos como a natureza voluntária da participação, o direito de desistência a qualquer momento, e a garantia de confidencialidade e anonimato dos dados coletados. É fundamental destacar que a proteção da identidade dos/as participantes foi uma prioridade absoluta. Todos os dados coletados foram tratados de forma confidencial, e os resultados serão apresentados de maneira a preservar o anonimato, garantindo o conforto e a

segurança de todos/as envolvidos/as no estudo. Este procedimento ético reflete o compromisso com a integridade científica e o respeito aos direitos dos/as participantes.

Nesta perspectiva, após a confirmação das participações, solicitou-se a assinatura do termo de consentimento. Em seguida, as entrevistas foram agendadas e realizadas no próprio ambiente de trabalho dos/as participantes, justificando-se essa escolha pela limitação de tempo para deslocamento a outro local. No entanto, ressalta-se que as entrevistas ocorreram em momentos convenientes para cada participante, respeitando suas agendas e preferências. No que se refere ao procedimento da pesquisa de campo no ambiente da academia, as entrevistas foram conduzidas em uma sala privada. O pesquisador realizou a leitura do questionário em voz alta, e os participantes responderam oralmente, com o áudio sendo gravado por meio de um aplicativo de captação de som no celular. Posteriormente, as respostas foram transcritas na íntegra. Por fim, destaca-se que os dados coletados serão armazenados digitalmente sob nossa guarda e responsabilidade pelo período de cinco anos após a conclusão da pesquisa.

3.3 Método de Análise dos Dados

A análise dos dados foi conduzida por meio da análise de conteúdo, conforme delineado por Bardin (1977), que define essa técnica como um conjunto de procedimentos sistemáticos e objetivos capazes de identificar, categorizar e interpretar padrões presentes em discursos e mensagens. Essa abordagem metodológica permite ao pesquisador adentrar gradualmente o universo simbólico dos sujeitos investigados, possibilitando a revelação de sentidos ocultos ou não imediatamente perceptíveis nas falas. O processo de análise foi iniciado pela fase de pré-análise, etapa caracterizada por leituras flutuantes e exploratórias dos materiais empíricos – neste caso, os arquivos contendo as transcrições das entrevistas. A pré-análise tem como objetivo sistematizar as ideias iniciais do pesquisador e orientar a estruturação das etapas posteriores, conforme enfatiza Bardin (1977) trata-se de um “período de intuições”, que busca operacionalizar e organizar os dados de modo a permitir o delineamento de um plano de análise consistente.

A partir desse primeiro contato com o corpus empírico, foi iniciado o processo de categorização temática, que consistiu na condensação e organização dos dados em torno de núcleos de sentido. Essa etapa possibilitou a formulação de três categorias analíticas principais, definidas a posteriori, com base nas regularidades identificadas nos discursos

dos/as participantes: (1) *Precarização*¹⁶ que se imbrica condições de trabalho: se aplicada a registros sobre vínculo, instabilidade e remuneração; (2) *(Auto)intensificação*¹⁷ correlata a carga horária: relacionada a ambientes de trabalho extensos e exigentes; (3) *Proletarização*¹⁸ associa-se ao plano de carreira: conectada a identidade, aspiração profissional e formação.

Tais categorias foram fundamentais para interpretar os dados à luz das mediações teóricas que sustentam esta dissertação, em especial aquelas relacionadas às categorias criadas, no setor *fitness*. Para aprofundar a compreensão desses fenômenos, a análise dos dados foi também orientada pelo método histórico-dialético, que permite uma leitura crítica e totalizante da realidade.

De acordo com Gil (2008), esse método possibilita compreender os fatos sociais a partir de suas múltiplas determinações – políticas, econômicas, culturais e históricas – evitando abordagens fragmentadas e isoladas. Dessa forma, a articulação entre análise de conteúdo e método histórico-dialético garante não apenas uma sistematização rigorosa dos dados empíricos, mas também uma interpretação crítica das contradições inerentes às transformações do mundo do trabalho, especialmente no contexto da plataformização e financeirização dos serviços prestados nas academias.

Os dados foram avaliados através do método de análise de conteúdo, técnica de pesquisa usada para identificar, analisar e interpretar padrões e significados em dados textuais e não textuais (Lima; Manini 2016). É um método amplamente utilizado em ciências sociais, a fim de inferir e entender sobre a origem e desenvolvimento das sociedades quanto às características dos indivíduos e grupos que as constituem, com propósito de “encontrar respostas para questões formuladas” e levantadas, confirmando ou não as hipóteses (Ferreira, 1994, p.74).

De acordo Chizzotti (2006), a análise de conteúdo tem como finalidade compreender criticamente o significado da comunicação, explícitas ou não, assim como a subjacente

¹⁶ A predominância de vínculos informais, como o trabalho autônomo ou por plataformas digitais, aliada à ausência de garantias como carteira assinada e contratos estáveis, evidencia um processo de precarização do trabalho, em que a instabilidade e a incerteza sobre a remuneração configuram um cenário de fragilidade estrutural para o profissional de Educação Física.

¹⁷ A atuação simultânea em diferentes espaços — como academias, estúdios e consultorias *online* — impõe uma carga horária fragmentada e extensa, revelando a (auto)intensificação do trabalho, em que o próprio trabalhador multiplica jornadas e funções numa tentativa de assegurar renda mínima e manter-se competitivo num mercado saturado.

¹⁸ Apesar da formação acadêmica e da experiência acumulada, a ausência de um plano de carreira institucionalizado reduz o trabalho a uma prestação de serviço precarizada, contribuindo para a **proletarização da profissão**, em que a identidade do *Personal Trainer* se aproxima cada vez mais da lógica do trabalho subordinado e desvalorizado.

(entrelinhas da comunicação). Este tipo de análise envolve diferentes abordagens, mas pode-se citar como as mais comuns as etapas como pré-análise, exploração do material, tratamento dos resultados e interpretação. Desta maneira, este estudo, seguirá a metodologia de acordo com Lima e Manini (2016) que tem como base Bardin (2011), assim como exemplificado na figura 1.

Figura 1: Detalhamento do método de análise de conteúdo.



Fonte: Lima e Manini (2016).

Preparação dos dados - Envolve a preparação do material de pesquisa, incluindo a seleção do conteúdo que será analisado e a transcrição ou codificação dos dados.

Categorização - Os dados são categorizados em unidades menores, como palavras, frases ou conceitos, para permitir que sejam analisados de forma mais eficiente.

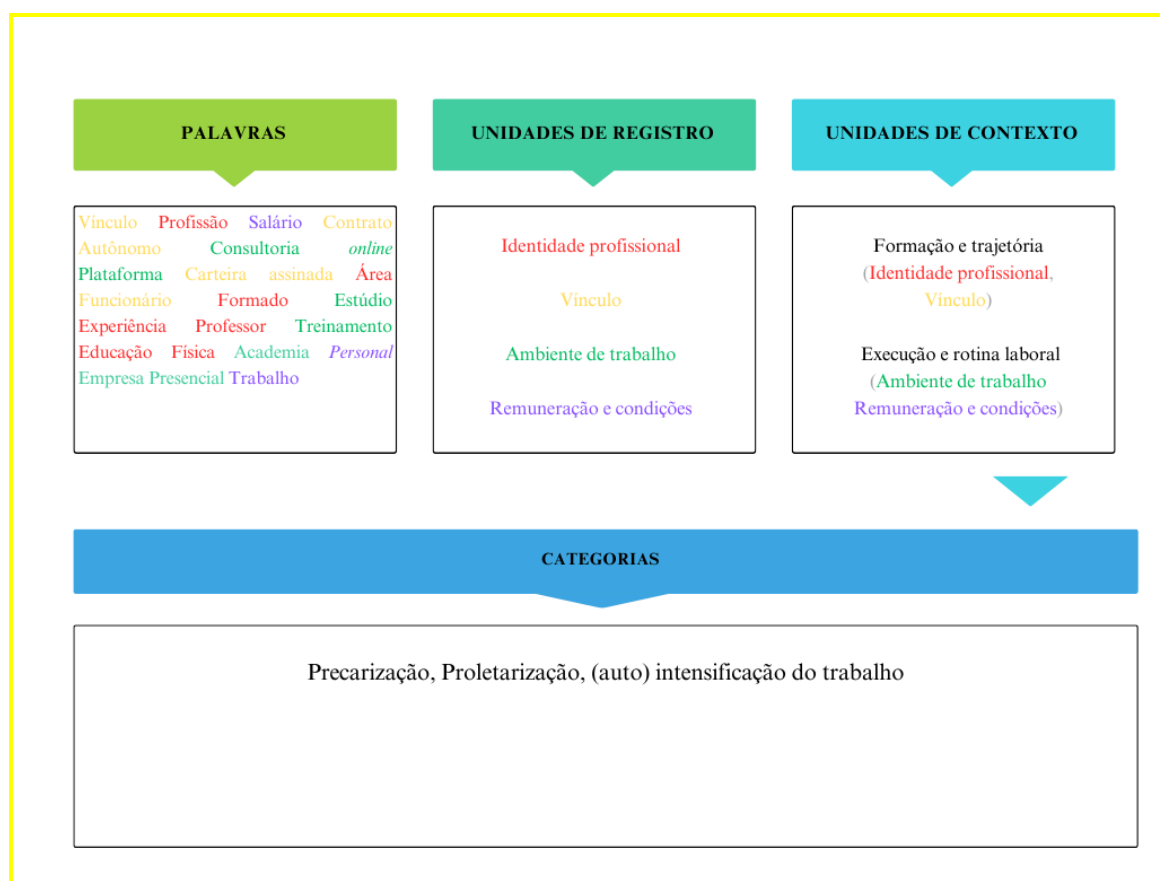
Codificação - As unidades de dados são codificadas, ou seja, são atribuídas a categorias ou temas específicos.

Identificação de padrões - Os dados codificados são examinados para identificar padrões ou temas emergentes.

Interpretação - Os dados são interpretados, com base na análise dos padrões e temas emergentes, para responder à questão de pesquisa ou para formular hipóteses sobre os dados, de modo a verificar e validar.

Após a realização das entrevistas, os dados foram organizados conforme os princípios da análise de conteúdo temática proposta por Bardin (1977). As etapas subsequentes consistiram em: (i) leitura flutuante e sistematização do material; (ii) seleção e síntese dos excertos mais relevantes; e (iii) definição das unidades de análise, com foco em examinar minuciosamente segmentos significativos das falas dos/as entrevistados/as. As palavras identificadas foram agrupadas por similaridade temática e frequência, como ilustrado na Figura 2.

Figura 2: Esquema de organização da análise de conteúdo: palavras, unidades de registro, unidades de contexto e categorias analíticas



Fonte: elaboração própria com base nos dados da pesquisa.

Inicialmente, foram identificadas e quantificadas palavras recorrentes nas entrevistas, tais como: vínculo (2), carteira assinada (9), contrato (3), funcionário (8), autônomo (8), consultoria *online* (4), plataforma (3), profissão (3), área (15), formado (9), experiência (8), professor (11), Educação Física (2), academia (66), estúdio (4), empresa (6), presencial (3), treinamento (3), salário (5), *Personal* (37), trabalho (25).

Com base na regularidade dessas ocorrências, foram definidas as seguintes unidades de registro: identidade profissional; vínculo; ambiente de trabalho; remuneração e condições. Essas unidades permitiram isolar trechos significativos das falas para posterior análise interpretativa, orientando a codificação inicial do corpus.

As unidades de registro foram, então, associadas a unidades de contexto, com o objetivo de captar os significados mais amplos das falas: formação e trajetória profissional (abrange *Identidade profissional* e *Vínculo*); execução e rotina laboral (abrange *Ambiente de trabalho* e *Remuneração e condições*). Essa etapa possibilitou a articulação entre o conteúdo empírico e os objetivos específicos do estudo, facilitando a construção das categorias analíticas.

As unidades de contexto foram interpretadas à luz de três categorias analíticas principais: Precarização; Proletarização e (Auto)intensificação do trabalho. A Figura 2 ilustra a relação entre as palavras-chave, unidades de registro, unidades de contexto e categorias analíticas. Cada uma dessas categorias foi sustentada por grupos de palavras associadas e por justificativas baseadas nos padrões de resposta dos participantes, conforme demonstrado em quadros analíticos no corpo do trabalho e detalhado no Apêndice B.

Essa sistematização possibilitou a aproximação das falas com os objetivos específicos do estudo, permitindo a identificação de padrões, regularidades e contradições nas experiências relatadas. Os resultados obtidos foram interpretados conforme exemplificado no Apêndice B, onde se detalham os agrupamentos por categoria e os pontos de convergência entre as falas dos/as participantes. Essas categorias foram construídas com base nas palavras associadas e suas justificativas, conforme apresentado na Tabela 1.

Tabela 1 – Categorias analíticas, palavras associadas e justificativas interpretativas.

Categoria	Palavras associadas	Justificativa
Precarização	autônomo, plataforma, consultoria online, contrato, carteira assinada, salário, empresa	Refere-se à insegurança nas relações de trabalho, evidenciada pela ausência de garantias formais. A presença de vínculos flexibilizados e descentralização da remuneração reforçam esse cenário.

Proletarização	funcionário, professor, profissão, formado, Educação Física, experiência, Personal	Indica a transição de profissionais qualificados/as para condições de subordinação funcional, com redução de autonomia e frustração quanto à valorização da formação e da expertise.
-----------------------	--	--

(Auto)intensificação	academia, Personal, trabalho, consultoria online, presencial, treinamento, experiência	Aponta para o aumento da carga e ritmo de trabalho, articulando múltiplas frentes de atuação (presencial e <i>online</i>), com reorganização constante da rotina e sobreposição de funções.
-----------------------------	--	--

Fonte: Autores, 2025.

4. O Mundo do Trabalho em Crise: Quando o Trabalho Perde seu Sentido

Ao iniciarmos este estudo sobre o mundo do trabalho, torna-se imprescindível compreendermos o significado da categoria trabalho, sua importância na construção do ser humano e a forma pela qual aparece na sociedade capitalista oblitera as relações sociais de exploração. “Se pensarmos a partir das novas relações pelo sistema do capital no mundo trabalho contemporâneo”, o trabalho em Educação Física também acompanhada “o movimento de mudanças que, influenciaram tanto a composição da área da atuação dos/as profissionais deste segmento, quanto conteúdo e a forma do trabalho em Educação Física” (Gomes, 2020, p.54).

Ainda Gomes (2020) aponta que as contradições observadas no mundo do trabalho são fruto direto da atual configuração da engrenagem capitalista, marcada pela crise estrutural do capital, que, por sua vez, aprofunda os conflitos históricos entre Trabalho e Capital. Nessa mesma perspectiva, Nozaki (2005) destaca que o mundo do trabalho, estruturado a partir dessas relações centrais, reflete diretamente o embate entre capitalistas e trabalhadores/as, moldando tanto o formato do mercado quanto a configuração dos campos de atuação profissional. Assim, o espaço do trabalho se consolida como um "território" onde as relações de classe — capital versus trabalho — subordinam historicamente a força de trabalho às necessidades do capital. Esse processo, mediado pela crise estrutural do capital, desdobra-se em crises particulares, sustentadas pela intensificação da precarização do chamado trabalho abstrato, com a argumentação Antunes (2005) que este acaba por diluir o trabalho concreto dotado na sua totalidade de sentido, esvaziando-o de seu sentido mais amplo e transformando-o em mera atividade fragmentada e alienada.

No que concerne ao labor humano, o trabalho, que historicamente é compreendido como uma “atividade vital” cheia de sentido em sua concretude histórica e social (Antunes, 2005). Portanto, postula em forma de uma atividade central à vida humana, ligada ao pertencimento, a criação e autonomia, na atualidade, tem sido paulatinamente a ser ressignificado de outras formas sem sentido e abstrato. O que antes era visto como outrora e carregava um sentido existencial, pois representava um meio de autorrealização por se ancorar a subjetividade humana, foi passando por muitas reformulação de contextualização no tocante a seu sentido do trabalho na sua concretude. Passou, ao longo do tempo, por sucessivas reformulações, perdendo gradativamente seu sentido concreto enquanto expressão do trabalho humano.

Assim, como destaca Nozaki (2005), o próprio conceito de mercado de trabalho é construído de forma a naturalizar as contradições do sistema capitalista e, ao mesmo tempo, adaptar o trabalhador e a trabalhadora às condições mais favoráveis à intensificação da exploração da força de trabalho. Portanto, o mercado de trabalho funciona como um referencial da venda da força de trabalho, cabendo, a classe trabalhadora, nessa perspectiva, a procura pelos melhores nichos de mercado sem avaliar as condições, resultando como produto, a reprodução de sua própria força de trabalho para o capital (Nozaki, 2005).

Neste sentido, é necessário direcionarmos o olhar para o processo de reestruturação produtiva incutido no movimento hegemônico socioeconômico que atinge também a área da Educação Física, que acompanha o ritmo da metamorfose da sociedade contemporânea. Contudo, antecipamos que este tema será explorado com maior profundidade no terceiro capítulo intitulado: *“O Reordenamento do Trabalho da Educação Física: As mediações com a Indústria Fitness”*. Aqui, debruçarmos sobre analisar os movimentos que rodeiam em torno do mundo trabalho também implica na reestruturação da cadeia produtiva da Educação Física.

Diante do exposto, nos interessamos em destacar que esse novo cenário socioeconômico marcado pela crescente flexibilização e intensificação do trabalho, bem como pelas dinâmicas aceleradas das relações socioprodutivas das últimas décadas, tem repercussões diretas sobre a formação dos/as profissionais de Educação Física. Diante dessas transformações, a formação acadêmica nessa área tem se curvado, mais uma vez, aos ditames impostos pelo mercado e pelo mundo do trabalho que se ancoram ao capital.

Para Proni (2011) esse movimento se expressa, entre outros aspectos, na fragmentação da área entre o campo escolar (licenciatura) e o não escolar (bacharelado), sendo este último cada vez mais incentivado sob a lógica do empreendedorismo individual (Nozaki, 2004). Nesse cenário, proliferam-se vínculos precários e flexíveis, materializados nas figuras dos terceirizados/as, subcontratados/as, trabalhadores/as em tempo parcial (*part-time*) e outras formas assemelhadas, conforme analisam Antunes e Alves (2004), aprofundando a precarização das relações de trabalho no setor.

Nesta perspectiva, as mediações que levam a Educação Física a perder a centralidade dentro do projeto dominante de recomposição do capital. Como aponta Nozaki (2004), esse contexto de intensas transformações nas relações de trabalho leva os trabalhadores e as trabalhadoras da área a buscar formas de enfrentamento às mudanças que afetam diretamente sua atuação profissional. Esse processo também deslocou o

professor e a professora de Educação Física do ambiente escolar e do compromisso com a formação humana integral. Sob horizonte deste deslocamento e a realocou num mercado emergente das atividades físicas – academias, clubes, condomínios, ou seja, o espaço não-escolar (Nozaki, 2004).

Campos (2014), acentua que as mudanças no conteúdo e na orientação da área redirecionaram o trabalho desses profissionais para novas demandas, centradas, sobretudo, na ginástica, no esporte e no paradigma da aptidão física. Assim, a Educação Física, passa a ser moldada pelas exigências do mercado e pela lógica da performance corporal, subordinando o conhecimento pedagógico às necessidades do consumo e da Indústria *Fitness*.

Nesse movimento, a regulamentação da profissão surge como uma estratégia recorrente, embora seja compreendida como uma saída de caráter corporativista, alinhada à gestão da crise do capital e subordinada aos interesses dos grupos dominantes. Uma lógica que nada sob a luz do sol, ou seja, que persiste mesmo quando exposta, sustentada por mecanismos que naturalizam desigualdades e dissimulam suas contradições.

Como sinaliza Laranjeira (2000), forja-se um novo perfil de trabalhador e trabalhadora, marcado pela polivalência, multifuncionalidade e pela valorização do pensamento abstrato na execução das tarefas. Contudo, essa configuração também dá origem a uma pseudoliberalidade no exercício do trabalho, que, embora aparente autonomia, máscara formas sutis de controle e intensificação das exigências laborais. Do mesmo modo, a “alienação do trabalho, encontra-se essencialmente preservada, mas fenomenicamente minimizada pela diminuição da fragmentação entre a elaboração e a execução, pela redução dos níveis hierárquicos nas empresas e a subjetividade tende a ser estranhada com relação ao que se produz e para quem se produz” (Gomes, 2020, p.39).

Furtado (2007) aponta que é importante destacar que a aparente “liberdade” para execução e planejamento das aulas é, na prática, limitada pela necessidade e pela consequente cobrança da academia sobre professores e professoras em relação à produtividade do seu trabalho. Em outras palavras, embora atuem sob o discurso da autonomia, são cobrados a entregar resultados mensuráveis, submetendo-se às exigências mercadológicas impostas pelas instituições.

Trata-se, portanto, de uma resposta que, ao mesmo tempo, em que busca assegurar reconhecimento formal e proteção à categoria, também se adapta às exigências e

contradições impostas pelo próprio sistema, frequentemente sem romper com a lógica de precarização que estrutura o mercado de trabalho.

Os princípios que fundamentam essa formação, por sua vez, se ajustam perfeitamente ao perfil de trabalhador e trabalhadora exigido pela sociedade contemporânea, marcado pela flexibilização, pela polivalência e pela responsabilização individual diante das condições instáveis do mundo do trabalho sobre as formas de horizontalização do capital produtivo, que demanda,

[...] a formação do trabalhador [e trabalhadora] de novo tipo para o capital, pois agora pretende um conteúdo no campo cognitivo e interacional, com o objetivo de trabalhar com a capacidade de abstração, raciocínio lógico, crítica, interatividade, decisão, trabalho em equipe, entre outros (Campos, 2014, p.74).

Campos (2014, p.75), sublinha que se tornam norteadoras da requalificação do trabalho, em torno da noção de competência para o setor de serviços, ocorre uma concorrência por um sistema de certificações. Trata-se da valorização formal e institucionalizada de determinados saberes e habilidades, geralmente adquiridos por meio de cursos rápidos, treinamentos específicos e títulos reconhecidos pelo mercado. Nesse cenário, a certificação passa a operar como um critério seletivo de empregabilidade, reforçando a ideia de que o sucesso profissional está diretamente ligado à capacidade individual de se adaptar às exigências mercadológicas.

Esse processo desloca para o/a trabalhador/a a responsabilidade por sua própria inserção ou permanência no mercado de trabalho, ignorando as barreiras estruturais e sociais que limitam o acesso à qualificação e à formação continuada. Assim, mais do que meros indicadores de competência, as certificações tornam-se mecanismos de exclusão simbólica e material, legitimando desigualdades sob o discurso da meritocracia.

Ainda o autor frisa que isto ocorre “por causa da crise estrutural do trabalho abstrato, e a instauração do emprego, o que implica em entender que não faltam empregos, mas condições de se empregar do trabalhador e trabalhadora.” apontando para a precarização e a individualização das responsabilidades diante de um mercado cada vez mais competitivo e excludente.

Trata-se de formar indivíduos orientados para sua "empregabilidade"¹⁹, entendida

¹⁹ Esse conceito, ao invés de garantir direitos coletivos e condições dignas de inserção profissional, transfere para os indivíduos a responsabilidade de desenvolver competências e habilidades específicas que lhes permitam disputar, de forma competitiva e isolada, os poucos e insuficientes postos de trabalho disponíveis. Assim, consolida-se um cenário em que a precarização, a instabilidade e a fragmentação do trabalho se naturalizam, ao mesmo tempo, em que se esvazia o debate sobre as condições estruturais que limitam o acesso ao trabalho digno e ao reconhecimento profissional no campo da Educação Física.

como a capacidade de desenvolver competências individuais para disputar, de maneira isolada e competitiva, as escassas oportunidades que o mercado oferece (Campos, 2014). Esse cenário evidencia como o discurso do empreendedorismo, longe de promover autonomia plena, se articula a um projeto de formação ajustado à precarização do trabalho, deslocando para o indivíduo a responsabilidade por enfrentar os limites estruturais impostos pela lógica do capital. Nesses termos, o autor ainda afirma,

[...] se a Educação Física não atende de forma imediata aos anseios de compor o novo quadro de formação humana de que o capital demanda, por outro lado, atua de forma mediata, ao tornar-se um distintivo de classe, na escola, para os que podem consumi-la, perdendo centralidade para as práticas corporais do meio não-escolar, as quais compõem a ideologia da empregabilidade, pautadas no trabalho precário. Assim, a Educação Física se insere em um movimento de totalidade, mediada por uma contradição: ao mesmo tempo, em que serve à recomposição do capital, desvaloriza-se enquanto forma de trabalho. Por outro lado, os seus trabalhadores não se tornam passivos e interagem com este processo, dividindo-se entre saídas com um corte de classe e outras de cunho corporativista, aliada à gerência da crise do capital.(Nozaki, 2004, p. 160).

Nesse conjunto de reconfigurações, o *status* do trabalho na Educação Física também é colocado em xeque, posicionando a atuação profissional sobre o fio da navalha de um mercado de trabalho cada vez mais desumanizado. Neste horizonte, de acordo, Gomes (2020), inserida na lógica da sociedade do trabalho precário e do desemprego estrutural contemporâneo, a área passa a exigir dos professores e professoras de Educação Física a internalização da chamada "empregabilidade" como "racionalidade dominante no mundo do trabalho, imputando aos trabalhadores a efetivação de competências individuais para a disputa dos insuficientes empregos disponíveis no mercado" (Gomes, 2020, p.56). Para Nozaki (2004, p. 168-169) a sociedade capitalista baseada no plano ideológico, do fetiche à mercadorização²⁰ da vida, transforma também o mercado de trabalho em:

Deus (fetichizado) que controla os destinos dos que vendem a sua própria força de trabalho como única mercadoria que possuem para trocar no interior da relação capital, e assim efetivar o seu meio de vida. Para a classe trabalhadora dos dias atuais, não se trata tão somente de adquirir mercadorias e tornar-se escravas delas sob o ponto de vista do seu consumo, mas, sobretudo, na sociedade do desemprego estrutural, de tentar garantir, inicialmente, condições mínimas para a reprodução da vida na forma do trabalho abstrato, escravizando-se, agora, sim, aos ditames do mercado de trabalho. Isto justifica a angústia contemporânea da busca para a formação humana voltada para a empregabilidade, na perspectiva do desenvolvimento de competências individuais como saída da crise, que é estrutural e global, sob o ponto de vista do sistema capitalista de produção.

²⁰ Esse conceito "mercadorização" (ou "mercantilização") refere-se ao processo de transformar algo que não era tradicionalmente considerado um produto ou serviço vendável em algo que pode ser comprado e vendido no mercado.

Como explica Nozaki (2005), na relação capitalista, a mercadoria deixa de ser percebida como fruto do trabalho humano mediado pelas relações sociais e passa a assumir, no imaginário social, uma existência própria, independente de sua origem. Nesse mesmo sentido, Antunes (2018, p. 172) ressalta que, no contexto do chamado "capitalismo flexível", a informalidade já não é uma exceção, mas sim a regra predominante. Embora essa flexibilidade alcance até mesmo as dimensões mais íntimas da subjetividade — “o cérebro, os nervos e os músculos [dos/as trabalhadores/as]” —, ela em nada altera a rigidez da lógica produtiva capitalista, que segue preservando e ampliando a extração do mais-valor. O trabalho, assim, transforma-se apenas em meio para a reprodução das relações sociais e econômicas do capital, desprovido de sua função emancipadora e cada vez mais distanciado de sua conexão com a dignidade humana.

Algo como: Nozaki (2004, p.12) argumenta que “hoje vivemos a ditadura das vontades e caprichos do deus mercado— o mercado de ações — como se esse fosse um menino minado, que ora acorda de bom humor, ora de muito mau-humor”, impactando diretamente as condições de vida e trabalho da classe trabalhadora. Neste cenário o trabalho, cada vez mais, ao assumir uma forma que se converte, em muitos casos, em mera obrigação voltada exclusivamente para produtividade e ao atendimento das exigências do capital, fica esvaziado e de sentido de sua conexão com o bem-estar humano.

Em vez de atender e satisfazer as necessidades do próprio trabalhador e trabalhadora, o trabalho é cada vez mais subordinado aos interesses dos detentores dos meios de produção, tornando-se instrumento da lógica de acumulação de capital. Assim, o labor humano é reduzido a uma função alienada e excedente, voltada à produção de mais-valia, em detrimento de seu sentido emancipador. Carvalho *et. al.*, (2022) argumenta que, sob a égide do capitalismo contemporâneo, sustentado por um novo padrão de acumulação e valorização do capital, observa-se um processo de reconfiguração do mundo do trabalho, no qual se intensifica a exploração da classe trabalhadora. Tal processo se dá por meio da revitalização de formas pretéritas de expropriação, articuladas a novas estratégias de extração de mais-valor. Nesse contexto, Antunes (2005) identifica a precarização estrutural do trabalho como um fenômeno característico desse novo momento histórico do capitalismo, afetando amplamente distintos segmentos da classe trabalhadora e degradando suas condições laborais e de

vida.

Como já assinalamos, historicamente, a categoria trabalho foi concebida como elemento vital à condição humana, compreendida não apenas como meio de subsistência, mas como eixo estruturante da identidade e da (re)alização pessoal.

No entanto, diante da crise estrutural do capital, intrincada aos tentáculos do capitalismo financeiro, essa centralidade vem sendo progressivamente deslocada. As transformações recentes são marcadas pela trípole destrutiva pela flexibilização, precarização e intensificação das formas de exploração da força de trabalho da *classe que vive do trabalho*²¹, que têm ressignificado profundamente o papel do trabalho na vida dos indivíduos, esvaziando sua função integradora e formadora de subjetividades.

No caso dos/as profissionais da Educação Física, especialmente aqueles e aquelas inseridos no meio não escolar, observa-se que sua força de trabalho e sua subjetividade — entendidas aqui como suas competências técnicas, conhecimentos pedagógicos, criatividade e autonomia — são progressivamente incorporadas à lógica do capital. Ou seja, não se trata apenas de uma simples “subordinação” ao mercado, como decorre Antunes e Alves (2004), mas de uma “subsunção” dialética, na qual os elementos subjetivos dos/as trabalhadores/as são moldados e reconfigurados para atender às exigências de produtividade, rentabilidade e competitividade impostas pelo segmento *fitness*.

Nesse contexto, o trabalho na Educação Física, que historicamente poderia ser voltado para uma formação humana integral, passa a ser esvaziado de seu conteúdo emancipador e instrumentalizado pelas demandas de mercado. A criatividade, a liberdade de planejamento e até mesmo as relações interpessoais no ambiente de trabalho são reduzidas a ferramentas que devem gerar lucro, fidelizar clientes e manter os padrões corporais impostos socialmente. Assim, o que antes poderia ter caráter formativo, educativo e crítico, é integrado de forma funcional à reprodução do capital, Antunes e Alves (2004) apontam que este processo configurando o que Marx chama de subsunção formal, e, em muitos casos, avançando para uma subsunção real, onde a lógica mercantil redefine o próprio conteúdo, o objetivo e o significado da prática profissional.

Esse processo produz o que se compreende como alienação ao trabalho. Como

²¹ Nesse contexto, é fundamental reconhecer que a classe trabalhadora hoje se constitui pela totalidade dos assalariados e assalariadas, homens e mulheres que vivem da venda da sua força de trabalho, denominados por Antunes e Alves (2015) como a *"classe-que-vive-do-trabalho"*, ou seja, aqueles que, despossuídos dos meios de produção, dependem exclusivamente do trabalho para garantir sua sobrevivência.

bem aponta Antunes (2005, p. 12), o trabalho revela uma dualidade constitutiva: “o mundo do trabalho cria, mas também subordina, humaniza e degrada, libera e escraviza, emancipa e aliena”. O trabalho humano, embora continue sendo elemento essencial na construção social e no desenvolvimento individual, transforma-se em uma questão paradoxal da vida moderna. Mas, vale frisar que ele impõe relações de subordinação, dependência e despossessão para trabalhar e gerar mais lucro para as empresas, neste novo modo de produção que aliena a classe trabalhadora.

Essa contradição está profundamente enraizada na estrutura do capitalismo, que transforma o trabalho em mercadoria e o trabalhador e a trabalhadora em recursos a serem explorados/as e explorados/as, convertidos/as em instrumentos para a acumulação de riqueza da classe dominante. O labor torna-se, assim, uma imposição externa, marcada pela separação entre o sujeito e os meios de produção, bem como pela submissão a uma lógica que não é própria, mas ditada por finalidades alheias, orientadas exclusivamente pelo imperativo do capital. Nessa dinâmica, o trabalhador e a trabalhadora perdem o controle sobre sua própria atividade e são submetidos a ritmos, metas e objetivos que não lhes pertencem, reforçando o caráter abstrato, alienado e desumanizador do trabalho contemporâneo.

Dessa maneira, observa-se que o trabalho, outrora fundamento da emancipação humana e da construção da identidade, é hoje atravessado por contradições profundas, impostas pela lógica do capital. A alienação, a fragmentação das relações laborais e a subordinação a uma racionalidade produtivista minam o sentido existencial do labor, esvaziando sua potência criadora e transformadora. Em consonância, é justamente sobre essas questões a reflexão crítica acerca da identidade do trabalhador e da trabalhadora, e a perda de sentido no trabalho é que vamos nos debruçar no próximo capítulo, à luz da crise estrutural do capitalismo, reconfigurações mundo do trabalho na atualidade.

5. A Crise do Capital do Século XXI e as Reconfigurações do Mundo do Trabalho e as Implicações para Educação Física

Há mais de três décadas, o mundo enfrenta uma crise estrutural do capital, entendida como um processo histórico, profundo e sistêmico de esgotamento das bases materiais, sociais e econômicas que sustentam a acumulação capitalista em escala global. Diferentemente de crises conjunturais, de caráter pontual ou cíclico, essa crise estrutural expressa-se como um colapso prolongado do próprio sistema, comprometendo sua capacidade de garantir crescimento sustentável, inclusão social e atendimento das necessidades humanas fundamentais, conforme analisam autores como Mészáros (2011) e Antunes (2022), que vem alterando profundamente as formas de convivência social e as relações econômicas, culturais e laborais. Essas transformações impactam diretamente o mundo do trabalho e os direitos sociais, exigindo das trabalhadoras, dos trabalhadores e das instituições uma adaptação permanente diante de um cenário cada vez mais instável e volátil.

Como apontam Silva e Neto (2021, p. 60), no atual estágio do capitalismo, “a intensificação das contradições sociais do sistema do capital, de modo candente, expõe uma realidade em que seus limites intrínsecos se colocam agora como limites absolutos.” Diante desse cenário de crise prolongada, como analisa Mészáros (2011), o capital passou a operar com a necessidade urgente de expandir sua margem de manobra dentro do seu próprio sistema sociometabólico. Trata-se de uma tentativa de sobrevivência: manter o controle, assegurar a reprodução do poder e construir válvulas de escape que contenham a ameaça representada pelos seus próprios limites estruturais, limites esses que se tornam cada vez mais visíveis (Mészáros, 2011).

Contudo, “aqueles e [aquelas] que operam sob a lógica do capital tendem a rejeitar a existência desses limites, pois os reconhecer significaria questionar a própria viabilidade do sistema”. Para eles, ainda vigora a crença de que “só o céu é o limite” (Mészáros, 2011, p. 656). Essa visão, no entanto, é cega às contradições internas do capitalismo e ignora as consequências globais que dele decorrem. Mészáros nos alerta para a importância de não permanecermos alheios às implicações negativas dessa conjuntura. Em suas palavras, “ninguém hoje pretenderia negar que devemos nos preocupar com a complexa situação de apuro de uma ordem planetária” (2008, p. 18). Reconhecer essa realidade não é apenas um gesto de lucidez teórica, mas uma condição para imaginar alternativas radicais que superem os impasses de um sistema que já não consegue mais responder às necessidades humanas fundamentais.

Nesta etapa do capitalismo, é assumido claramente o posicionamento de que não haverá salvação para todos os indivíduos do globo terrestre, ficando, portanto, a evidência de que a exclusão é preponderantemente necessária (Anderson, 1995). Desta feita, no plano social, esta exclusão, que demarca sociedades cada vez mais desiguais, só havia um modo de conter a crise: acabar com o poder dos sindicatos e diminuir os gastos sociais do Estado. Nessa perspectiva, o Estado, comumente, é compreendido como mínimo, pois transfere para a iniciativa privada, de modo que os serviços sociais participam mais diretamente do processo de acumulação do capital. Como aponta Cavalcante (2009), esses serviços, antes compreendidos como direitos universais, tornam-se mercadorias, propagando-se a ideia de que o que é privado é melhor, é o discurso dispersado pela classe dominante. Embora, na prática, só esteja acessível à parcela da população que possui recursos para pagar por eles. Nesta trilha, Antunes (2022,p. 3),

ou seja, privatizar tudo que der lucro (água, energia elétrica, previdência, saúde, educação.), o que é vital para o neoliberalismo desorganizar e desestruturar o Estado e não pagar seus funcionários, não ampliar a sua formação, porque quanto mais destruídas forem as empresas públicas, mais facilmente a população irá se voltar contra elas e o governo irá privatizá-las. Então, nós estamos em um mundo em que quase todos os serviços públicos que eu utilizava quando era criança, como os serviços públicos para suprir a população com água, energia elétrica, educação, previdência, estão privatizados.

No Brasil e em escala global, esse processo tem contribuído diretamente para o aumento da pobreza, da concentração de renda e, consequentemente, da desigualdade social, restringindo cada vez mais o acesso aos direitos básicos e ao emprego formal (World Bank, 2022). Parte fundamental dessa dinâmica é o chamado "assalto ao fundo público", prática que consiste na destinação de recursos estatais para fins privados, por meio de mecanismos como o endividamento público, privatizações, renúncias fiscais e cortes orçamentários em políticas sociais essenciais (Frizzo,2019). Tais medidas, adotadas por governos e organismos internacionais em nome da retomada das taxas de lucro das grandes corporações, reforçam o desmonte do Estado e a fragilização da proteção social (Frizzo, 2019).

Nesse cenário de avanço neoliberal, a reestruturação produtiva desempenha papel central ao moldar novas formas de inserção precária da classe trabalhadora. Um dos pilares dessa lógica é justamente a desregulamentação das relações de trabalho e o ataque aos direitos sociais historicamente conquistados. As chamadas reformas trabalhistas, disseminadas globalmente, são expressão direta desse projeto, promovendo

mudanças nos mecanismos de proteção e regulação do trabalho (Krein; Oliveira; Filgueiras, 2019).

No Brasil, a Reforma Trabalhista de 2017 (Lei nº 13.467) alterou significativamente a Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), sob o discurso oficial de "modernização" e adaptação às novas dinâmicas do mercado (Silva, 2020). Entre os principais impactos concretos, destacam-se: a prevalência do negociado direto entre empregador/a e empregado/a, permitindo acordos que flexibilizam direitos; a criação de novas modalidades contratuais com jornadas parciais e possibilidade reduzida de horas extras; a regulamentação do *teletrabalho* sem garantias plenas; o enfraquecimento financeiro dos sindicatos por meio da facultatividade da contribuição sindical; e a instituição da rescisão contratual por acordo mútuo, com redução de verbas rescisórias. Tais mudanças, na prática, reconfiguram o cotidiano laboral, fragilizando vínculos, ampliando a informalidade e intensificando as desigualdades no mundo do trabalho. Contudo, por trás dessa retórica, esconde-se um projeto que flexibiliza direitos, fragiliza vínculos e intensifica as desigualdades. Entre as principais mudanças, destaca-se a prevalência do negociado sobre o legislado, permitindo que acordos individuais ou coletivos se sobreponham à lei em temas como jornada de trabalho, banco de horas, intervalos e teletrabalho. Outro ponto sensível da reforma foi a flexibilização das jornadas, que agora podem ser organizadas por banco de horas firmado por acordo individual, ou em jornadas parciais, com limites de 30 horas semanais sem possibilidade de horas extras, ou 26 horas semanais com até seis horas extras. Além disso, a contribuição sindical tornou-se facultativa, exigindo autorização prévia e expressa do/a trabalhador/a, o que impactou diretamente o financiamento das entidades de representação da classe trabalhadora.

A reforma também regulamentou o teletrabalho, abrindo margem para que tempo de trabalho, responsabilidades e condições sejam definidos em contrato, muitas vezes sem o devido acompanhamento ou fiscalização, expondo os trabalhadores/as a uma rotina ainda mais incerta. Por fim, a criação da rescisão contratual por acordo entre empregado/empregada e empregador/empregadora trouxe novas formas de encerramento do vínculo de trabalho, reduzindo garantias e verbas rescisórias. Esse pacote de medidas foi propagado como parte de um plano de "modernização do mercado de trabalho", supostamente voltado a readequar a cadeia produtiva às transformações sociais e tecnológicas. Entretanto, como critica Silva (2020), o que se vendeu como modernização nada mais é do que um "cheque em branco" concedido ao capital para flexibilizar,

precarizar e reconfigurar o trabalho sem as amarras da proteção social construída ao longo de décadas.

Na prática, as negociações passaram a ocorrer diretamente entre a classe empresarial e a classe trabalhadora, mas em um cenário profundamente desigual, em que o poder de barganha dos/as trabalhadores/as é limitado. Dentro da chamada empresa "moderna", essa nova configuração garante maior autonomia ao empresariado para definir, de maneira unilateral, as condições de trabalho. Contraditoriamente, nessas circunstâncias, o poder de definir a chamada “empregabilidade do serviço”, bem como aspectos como jornada de trabalho, carga horária e valor da remuneração, permanece concentrado nas mãos dos proprietários e das proprietárias dos meios de produção, não estando mais sob o controle da classe trabalhadora. Dessa forma, o/a proletariado/a segue subordinado/a às condições impostas, sem real autonomia sobre sua inserção no mercado de trabalho.

Isso se traduz em jornadas irregulares, ausência de limites claros, espaços laborais precarizados ou inseguros e redução ou supressão de direitos. Como observam Galvão et al. (2019), a Reforma Trabalhista exemplifica um movimento maior de reconfiguração do padrão de acumulação capitalista. Sob o pretexto de impulsionar a competitividade e ampliar os lucros, o que se observou foi o aprofundamento da exploração, o enfraquecimento das garantias sociais e a deterioração concreta das condições de vida e de trabalho das camadas populares.

Como alerta Druck (2011, p. 44), os países que flexibilizaram suas legislações trabalhistas, reduzindo proteções e liberalizando demissões e contratos experimentaram o aumento do desemprego e da informalidade, acompanhados da retração dos sistemas de seguridade social, como aposentadorias, pensões, saúde e proteção contra acidentes e doenças ocupacionais. A autora ainda identifica seis categorias que expressam o avanço da precarização social do trabalho como consequência direta da reestruturação produtiva e do desmonte da proteção social: (a) inserção precária e aumento do desemprego, com forte avanço da informalidade; (b) intensificação do trabalho e terceirização; (c) insegurança e adoecimento no trabalho; (d) perdas de identidade individual e coletiva; (e) fragilização das formas de organização dos trabalhadores e trabalhadoras; e (f) desmonte e descarte dos direitos trabalhistas (Druck, 2011).

Como aponta Pupio (2020), a reestruturação produtiva desencadeou transformações profundas na organização do trabalho, refletindo-se em diversas dimensões da atividade laboral. Houve, em primeiro lugar, a descentralização das

estruturas produtivas, acompanhada pela informatização dos processos, o que alterou significativamente o conteúdo do trabalho. Além disso, as formas de gestão e de controle da força de trabalho foram reformuladas, assim como as relações entre as empresas e as organizações representativas da classe trabalhadora. Nesse novo cenário, a autora ressalta que se delineia o perfil do trabalhador e da trabalhadora ideal para o capital: polivalente, colaborativo, participativo e, sobretudo, flexível, ou seja, capaz de se adaptar às condições mais adversas de trabalho. Essas condições, longe de representar conquistas ou melhorias, envolvem superexploração, informalidade, subcontratação, jornadas exaustivas, supressão de direitos, instabilidade e o aprofundamento da precarização em diversas esferas do trabalho. Tais tendências vêm sendo confirmadas por organismos internacionais. A Organização Internacional do Trabalho (OIT), vinculada à Organização das Nações Unidas (ONU), em relatório recente sobre o mercado de trabalho brasileiro, evidencia que as reformas implementadas, longe de promover o emprego formal, resultaram no crescimento do desemprego, da informalidade e da precarização laboral. O documento destaca o aumento da insegurança nas remunerações, a fragilização da proteção social, a alta rotatividade da força de trabalho e o enfraquecimento das condições de estabilidade e dignidade no trabalho (OIT, 2006).

Essa guinada contribui para acentuar a vulnerabilidade da classe trabalhadora, à medida que a instabilidade sistêmica do capitalismo segue desestruturando mercados e empurrando milhões para o desemprego ou para formas cada vez mais precárias de inserção laboral. Mesmo aqueles e aquelas que permanecem empregados e empregadas se veem frequentemente submetidos a jornadas exaustivas, contratos instáveis e formas de exploração intensificadas, em que o aumento da mais-valia se torna um imperativo (Both, 2009).

É verdade que realidade se nos apresenta preocupante: altas taxas de desemprego, precisa do desemprego estrutural, intensificação do ritmo de trabalho, crescimento do trabalho temporário e de tempo parcial, polarização em termos de qualificação e para os que permanecem no emprego a chamada “síndrome dos sobreviventes”, angústia e medo, sentido mentes que acompanham os não demitidos [e demitidas]. (Laranjeira, p.14, 2000).

Como menciona Antunes (2022), vivemos hoje uma crise estrutural do capital, que não pode ser compreendida como uma crise pontual ou conjuntural, mas sim como um colapso permanente que, ao longo do tempo, vem produzindo bolsões de desempregados e desempregadas em diversas partes do mundo, alimentando as contradições e as desigualdades que caracterizam o atual estágio do sistema capitalista. Antunes (2022,

p.1-2) explica o que Karl Marx chamou da superpopulação relativa, de exército industrial de reserva

Tudo vem se ampliando de tal modo que... olharemos para o Brasil hoje, os dados oficiais geralmente minimizam a realidade das coisas, nós temos mais de 13 milhões de desempregados por desemprego aberto e em torno 6 milhões de desempregados por desalento. Se somarmos os grupos, teremos em torno de 19 a 20 milhões de desempregados e desempregadas no Brasil. Ora, se o Brasil tem 210 milhões de habitantes, se tem uma população economicamente ativa que já foi mais de 100 milhões e hoje é menor, se nós temos quase 20 milhões sem emprego, juntando o desemprego aberto ao desemprego por desalento, isso dá uma ideia da tragédia do mundo em que nós estamos. Entre os desempregados no Brasil, um pouco mais, um pouco menos de 40% desta força de trabalho se encontra na informalidade. Isto demonstra que a crise do brasileira é hoje e depois da pandemia.

De modo que a uma nova morfologia do trabalho, evidencia que há uma eminência quantitativa da proliferação do desemprego, subemprego e o trabalho informal no Brasil, que vem se alastrando. Recordando a pandemia da Covid-19, é relevante observar a situação do desemprego no Brasil em 2019, quando a taxa era de 8,5%, comparada ao período pandêmico. No 3º trimestre de 2020, a taxa de desemprego atingiu 14,9% (IBGE). Segundo dados do IBGE (2023), no 3º trimestre de 2023, o Brasil registrou 39 milhões de trabalhadores e trabalhadoras informais, o que representa 39,1% da população ocupada do país. Conforme a Organização Internacional do Trabalho - OIT (2023), a recuperação do emprego pós-pandemia foi impulsionada pelo aumento do emprego informal na maioria dos países latino-americanos e do Caribe. Vale destacar que a taxa de pessoas, subempregados e subempregadas no Brasil no trimestre até janeiro de 2024 foi de 17,6%, afirmam dados da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua (Pnad Contínua), do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). A taxa composta de subutilização da força de trabalho aumentou ligeiramente de 17,5% no trimestre até outubro de 2023 para 17,6% no trimestre até janeiro. No trimestre até janeiro de 2023, a taxa de subempregados e subempregadas de força de trabalho era de 18,7%. Esse indicador engloba a taxa de desocupação, a taxa de subocupação por insuficiência de horas e a taxa da força de trabalho potencial, composta por pessoas que, embora disponíveis, não estão procurando ativamente por emprego. Trata-se, em grande parte, de indivíduos que “desistiram” do emprego formal e passaram a buscar alternativas na informalidade, como o trabalho autônomo, intermitente, temporário ou outras formas de subemprego.

É por meio desta trípole destrutível, Gomes (2020), notabiliza que hoje:

[...] A organização do mundo do trabalho, forjada nas últimas décadas pelo sistema do capital, tem constantemente readequado os processos produtivos com vistas de operacionalizar, mais rapidamente, a obtenção de lucros. A utilização das recentes tecnologias, na organização do mercado, do trabalho e no atendimento dinâmico do consumo, tem sido a grande ferramenta para aperfeiçoar a circulação de produtos, pessoas e capitais na atualidade, demandando também, de trabalhadores [trabalhadoras] adaptados ao novo cenário do mercado de trabalho.

No que se refere à configuração contemporânea do trabalho, observa-se o avanço acelerado da uberização, fenômeno que reflete as transformações profundas e a rápida naturalização de novas formas de organização do trabalho no século XXI. Como enfatiza Abílio (2017), a uberização representa um estágio renovado das relações laborais, provocando mudanças qualitativas que afetam diretamente o papel social do trabalhador e da trabalhadora, a estrutura das empresas, além dos mecanismos de controle, gestão e exploração da força de trabalho.

Esse fenômeno global, fortemente associado ao discurso do empreendedorismo, vem configurando uma nova forma de organização e controle do trabalho, com forte presença das plataformas digitais, embora não se restrinja a elas. Trata-se de um processo que amplia a informalidade e flexibilização das relações laborais, redefinindo inclusive o próprio conceito de trabalho informal, ao eliminar limites legais que antes coíbiavam práticas abusivas de exploração. Nesse modelo, legitima-se e normaliza-se a transferência dos custos e dos riscos diretamente para o trabalhador (Abílio, 2020). Dentro dessa lógica, o trabalhador e trabalhadora é apresentado como gestor ou empresário de si mesmo, o que, na aparência, sugere autonomia. Contudo, na prática, esse indivíduo inicia sua atividade sem o real poder de definir sua carga horária, sua remuneração ou o tempo necessário para atingir uma renda minimamente adequada. Como resultado, é compelido a atuar simultaneamente em diferentes plataformas, enquanto as empresas que detêm o controle tecnológico centralizam o poder de estabelecer as regras, as condições e os valores do trabalho prestado (Abílio, 2020).

Para Slee (2019), a uberização está diretamente associada a um cenário capitalista denominado "Economia do Compartilhamento", no qual a internet opera como intermediária de uma série de negócios que conectam consumidores e consumidoras a provedores de serviços no mundo real — abrangendo, por exemplo, serviços domésticos, transporte individual e aluguel de imóveis. Os defensores dessa lógica argumentam que a tecnologia seria capaz de resolver os problemas sociais históricos da humanidade, levando à obsolescência das instituições e das regras tradicionais que regulavam as relações de trabalho e o próprio papel do Estado (SLEE, 2019). Em outras palavras, as

chamadas empresas-aplicativo promovem a negação do Estado enquanto mediador das relações sociais, muitas vezes entrando em conflito direto com ele, ao passo que buscam ampliar mercados desregulamentados e precarizados — pilares fundamentais desse "novo" modelo de negócios (Gomes, 2020).

É nesse cenário que se insere o presente debate sobre a Indústria *Fitness*, marcada pela atuação de profissionais de Educação Física enquanto prestadores de serviços, sustentados pelo discurso ideológico do “Profissional liberal” e do empreendedorismo — estratégia sofisticada que reforça e intensifica as formas de precarização do trabalho na contemporaneidade. Nesse contexto, a expansão do setor de serviços se apresenta como terreno fértil para a difusão do empreendedorismo e da empregabilidade, Silva e Neto, (2020), os conceitos que, sob uma roupagem moderna, resgatam e reconfiguram os fundamentos da teoria do capital humano.

Os autores ainda ressaltam que, de forma imediata, trabalhadores e trabalhadoras sem vínculos formais, situados nas margens do mundo do trabalho, são apresentados sob rótulos como “autoempreendedores”, “empreendedores individuais”, “microempreendedores”, ou ainda como “autônomos”, “por conta própria” e “pejotizados²²”. Embora essas denominações sugiram uma aparente autonomia, elas mascaram a intensificação da precarização, da instabilidade e da transferência dos riscos diretamente ao trabalhador. Como destacam Silva e Neto (2020, p. 59), [...] o trabalhador precarizado, no qual homens e mulheres estão inseridos, é revestido desses discursos como se fosse um modelo ideal, apresentado como o “melhor dos mundos” proporcionado pela flexibilização do mercado de trabalho”. Nessa lógica, essa massa de “empreendedores” representa, nas palavras de Antunes (2018, p. 34), uma “mescla de burguês-de-si-próprio e proletário-de-si-mesmo”, ilusão que oculta as reais condições de exploração e instabilidade vividas por esses sujeitos.

Essa lógica se materializa, sobretudo, na atuação de *Personal Trainers*, em

²² A pejotização, conforme apontam Gemelli, Clos e Fraga (2020), refere-se a uma forma de terceirização na qual o trabalhador ou a trabalhadora, enquanto pessoa física, é compelido a constituir uma pessoa jurídica, formalizando um contrato de prestação de serviços de natureza civil e, assim, perdendo o acesso a direitos trabalhistas básicos. Essa estratégia permite às empresas exigir que o profissional crie uma empresa própria como condição para manter o posto de trabalho, ao mesmo tempo, em que se evita o vínculo empregatício formal. Para limitar o uso indiscriminado dessa prática, a Lei 13.467/2017 estabelece, em seu artigo 5º-C, que um trabalhador ou trabalhadora demitido/a não pode prestar serviços como pessoa jurídica ao mesmo empregador antes de completar 18 meses do desligamento. Ainda assim, como denunciam Gemelli, Clos e Fraga (2020), a pejotização carrega uma contradição evidente ao associar a terceirização a trabalhos tidos como não especializados, de baixa remuneração e alta rotatividade, o que se choca diretamente com o reconhecimento histórico da qualificação e importância da atividade dos/as professores/as de Educação Física.

assessorias esportivas e em outras atividades do segmento, cuja oferta de serviços migra, de forma cada vez mais intensa, para as plataformas digitais, reafirmando a flexibilização, a informalidade e a fragmentação das relações de trabalho. Nosso objetivo é compreender o funcionamento dessas novas dinâmicas laborais e o potencial financeiro que esse mercado representa.,

[...] uma fase mais nefasta da subsunção do trabalho ao capital, assumindo contornos de inovação e possibilidade de trabalho a todos, mas que se materializa no rebaixamento, ou na inexistência da relação de trabalho, pois se atribui o papel de mediadora de oferta e procura de serviços, descaracterizando a relação patrão/empregado e, por consequência, destina a extinção de vínculos, bem como dificultar o acesso aos direitos dos últimos, que recebem pela exata quantia de trabalho executado (trabalho intermitente e uberizado) (Gomes,2020,p.77-78).

Ao direcionarmos o olhar para os estudos que analisam o fenômeno da uberização, torna-se evidente que essa dinâmica representa não apenas uma nova configuração das relações de trabalho, mas também o aprofundamento da precarização, da informalidade e da transferência dos riscos ao trabalhador e à trabalhadora, sob o discurso ideológico operado pelo capital travestido de autonomia e do empreendedorismo. Em consonância, a pesquisa de Brandão, Araújo e Brum (2020) demonstra que, no Brasil, esse processo é potencializado pelas plataformas digitais, que, ao mesmo tempo, em que promovem o discurso da liberdade e da flexibilidade, impõem aos trabalhadores longas jornadas, instabilidade e ausência de direitos, por meio de um rígido controle algorítmico. Mesmo com o discurso de suposta autonomia, decisões judiciais vêm reconhecendo o vínculo de subordinação nas relações mediadas por aplicativos.

Na mesma direção, o estudo de Abílio (2020) revela que a uberização do trabalho intensifica a precarização ao transformar trabalhadores em autogerentes subordinados, permanentemente disponíveis e desprovidos de garantias. A autora destaca que o controle algorítmico das plataformas determina remuneração, ritmo e condições de trabalho, ao passo que aprofunda a informalidade e generaliza características historicamente atribuídas ao trabalho feminino e periférico, como instabilidade, sobreposição entre vida pessoal e laboral e ausência de reconhecimento profissional. Apesar da aparência de autonomia, esse processo reforça as formas de exploração e fragiliza os direitos sociais.

Ainda segundo Brandão, Araújo e Brum (2020), torna-se urgente a intervenção estatal por meio de regulamentações que assegurem proteção social e condições dignas, enfrentando a exploração e a falsa noção de autonomia propagada pelo modelo das

plataformas. Já a pesquisa de Figueiredo (2023) complementa esse panorama ao evidenciar que, mesmo apresentados como autônomos, trabalhadores e trabalhadoras de plataformas como Uber e iFood enfrentam jornadas exaustivas, baixos salários, insegurança e ausência de direitos básicos, enquanto assumem os custos operacionais de suas atividades. O estudo revela, ainda, que embora algumas decisões internacionais reconheçam o vínculo de emprego, no Brasil, o cenário jurídico segue fragmentado, com a legislação ainda incipiente diante dessa nova realidade, o que reforça a necessidade de regulamentação e garantias para essa parcela da classe trabalhadora.

O estudo da Carvalho; Freitas; Akerman (2020), demonstra que a pandemia da Covid-19 não apenas aprofundou as desigualdades sociais e econômicas, como também acelerou processos de precarização do trabalho, especialmente no campo da Educação Física. A pesquisa revela que a prática da atividade física, apesar de amplamente divulgada como estratégia de saúde, permanece restrita, sobretudo entre as populações mais vulneráveis, devido à falta de acesso a espaços adequados, segurança e tempo disponível. Destaca-se que o discurso de promoção da saúde, ao ignorar essas condições, reforça uma lógica individualizante, responsabilizando o sujeito pelos cuidados com o próprio corpo, sem considerar as limitações estruturais. Outro resultado relevante do estudo aponta para o avanço da uberização no setor da atividade física, por meio do crescimento de plataformas digitais e aplicativos voltados ao treinamento remoto. Essa tendência, embora apresentada como solução inovadora, transfere os riscos e os custos para os/as profissionais, intensificando a informalidade e aprofundando a precarização das relações de trabalho. Além disso, o modelo do "empreendedorismo individual", propagado como ideal de autonomia, mascara a ausência de garantias trabalhistas e o enfraquecimento das proteções sociais. Por fim, o estudo alerta para a necessidade de políticas públicas que garantam o acesso efetivo à prática de atividade física como direito social, articuladas ao enfrentamento das desigualdades e à valorização do trabalho dos profissionais da área, de modo a evitar que o "novo normal" pós-pandemia consolide ainda mais o cenário de exploração e exclusão.

No âmbito da Indústria *Fitness*, essa dinâmica de precarização manifesta-se de maneira evidente na ampliação do trabalho informal, autônomo e altamente fragmentado, marcado pela forte presença de plataformas digitais que intermedia a relação entre profissionais e clientes. Como evidenciado no estudo de Sousa e Ilha (2023, p. 2), os relatos dos/as profissionais revelam a nova configuração do setor, na qual a informalidade e a multiplicidade de atividades se tornam estratégias quase

obrigatórias de sobrevivência:

[...] Sim, possuo outras atividades fora do local que atuo, dentro da área de Educação Física, como autônoma, trabalho como *Personal*, *consultoria online* e venda de planilhas [...] (Vitória).

[...] Com a pandemia, meu salário diminuiu bastante. Então, busquei trabalhar com *consultoria online*, fazer planilhas de treino e utilizar o *marketing* como uma ferramenta útil para minha divulgação. Comecei a ter que procurá-los, fiz clientes online também. Tenho esse retorno pelo *online*, por aulas, por vídeos, chamadas e consultoria pelo aplicativo que passo planilhas de treino [...] (Arthur).

Esses relatos evidenciam a rotatividade e a multiplicidade de atividades como estratégias recorrentes entre os/as profissionais que atuam no setor *fitness*, configurando o que pode ser compreendido como uma nova categoria de trabalhadoras e trabalhadores: o/a “professor/a eventual”, aquele ou aquela que está sempre disponível para atuar onde e quando houver demanda.

A necessidade de acumular outras funções, é preciso trabalhar em mais de um local ou recorrer a atividades paralelas — dentro ou fora das academias onde atuam — não se resume apenas a uma busca por complementação de renda. Esse cenário, acarreta uma (auto)intensificação do trabalho, como indicam as falas dos participantes da pesquisa, é consequência direta da insegurança financeira e da precariedade das condições laborais. Muitos/as recorrem ao meio digital como alternativa, oferecendo *consultorias online*, vendendo planilhas de treino ou prestando atendimentos de maneira fragmentada e sob demanda, o que resulta, inevitavelmente, em jornadas extensas e sobrecarga de trabalho. Nesse cenário, o tempo livre, o descanso e o lazer tornam-se cada vez mais escassos, revelando o aprofundamento da exploração e a deterioração da qualidade de vida dos/as profissionais da Educação Física no contexto da Indústria *Fitness*. Acarretando supercarga da jornada de trabalho como podemos observar abaixo:

[...] Eu faço a carga horária de 12 horas por dia que são divididas 10 horas trabalhando na academia [...] (Roberto)

[...] Na academia eu possuo a carga horária de 5 horas trabalhadas, com meus afazeres por fora dá interno entre 8 e 9 horas no dia [...] (Vitória)

[...] A carga horária semanal são 29 horas em academia de musculação, mais 4 horas semanais com *consultoria online* [...] (Arthur)

[...] Pela academia sou contratado, dou pessoal por fora. *Personal*, então são dias quebrados não como eu tenho tanta aptidão. Então o que posso dizer que é certo que eu vou trabalhar seis horas por dia, fora os *personais*, por fora que vão dar um pouco mais, se eu botar uma média de 8 horas [...] (Felipe)

Esses relatos evidenciam que, na prática, os/as profissionais acumulam extensas jornadas que combinam atividades presenciais em academias e serviços autônomos, como *consultorias*, atendimentos personalizados e produção de conteúdos digitais. Essa

configuração resulta em uma sobrecarga de trabalho invisibilizada, agravada pela ausência de direitos sociais e de estabilidade contratual, característica central da precarização e da lógica da uberização no setor *fitness*. Antunes (2020) destaca que esse processo se caracteriza pela individualização das relações de trabalho, que passam a ser disfarçadas sob o rótulo de "prestação de serviços", apagando, assim, os vínculos de assalariamento e as estruturas tradicionais de exploração. Da mesma forma, Silva (2019) reforça que se trata de um modelo que transfere os custos e riscos do trabalho diretamente para os trabalhadores e trabalhadoras, sem que haja qualquer amparo em termos de direitos sociais ou garantias mínimas.

Por outro lado, a precarização, a mercantilização do corpo e a uberização configuram dimensões interligadas da crise estrutural do capital, impactando diretamente o setor da Educação Física e a Indústria Fitness. Nesse contexto, destaca-se a contradição entre as exigências mercantis do setor, que promovem a informalidade e a superexploração, e a necessidade de uma formação crítica, pedagógica e emancipatória dos/as profissionais da área. Essa formação, no entanto, vem sendo constantemente tensionada pelas pressões do mercado, que privilegia discursos de empreendedorismo e flexibilização em detrimento dos princípios educativos e sociais da profissão. Torna-se, portanto, urgente articular políticas públicas de proteção social, regulamentação efetiva das relações de trabalho e iniciativas de fortalecimento da formação crítica, capazes de romper com as lógicas mercantis e resgatar o potencial emancipatório, inclusivo e transformador da Educação Física.

A Indústria *Fitness*, ao incorporar as novas configurações do mundo do trabalho, integra um cenário de exploração contemporânea da força de trabalho, no qual a precarização, a informalidade e a sobrecarga se intensificam. Esses elementos convivem com discursos hegemônicos de empreendedorismo e sucesso profissional, que operam como estratégias ideológicas para ocultar as contradições e os retrocessos presentes nas atuais relações laborais. Para além dessa constatação, é fundamental articular os dados empíricos e as análises teóricas aqui apresentadas, evidenciando como essas transformações configuram uma nova morfologia do trabalho que intensifica as desigualdades, fragiliza os direitos e compromete a dignidade profissional. Diante desse panorama, reforça a urgência de estratégias coletivas de enfrentamento, capazes de resgatar o caráter emancipatório e socialmente comprometido da atuação dos/as profissionais de Educação Física, dimensão que será aprofundada no próximo capítulo.

6. O Reordenamento do Trabalho da Educação Física: As mediações com a Indústria *Fitness*

Ao discutirmos as transformações do mundo do trabalho, em especial da Educação Física, é essencial observar sua inserção crescente no mercado fora do ambiente escolar e sua expansão na indústria da cultura corporal, principalmente, o mercado de academias de ginástica. Nas duas primeiras décadas do século XXI, esse reordenamento no campo de atuação teve um impacto profundo tanto no trato com o conhecimento da área quanto na formação de professores e professoras desse setor (Pupio, 2020). Para que possamos compreender que formação profissional está posta hoje, devemos investigar as determinações e relações que conformam o “movimento” do processo de trabalho no sistema capitalista de produção.

Esse movimento se manifesta em duas frentes: primeiro, a Educação Física escolar perde sua centralidade no projeto de formação exclusivamente humana. Dando lugar para o “projeto de formação de capital humano” — assim como ocorreu nas épocas higienista e militarista²³ — o que leva a um questionamento radical do paradigma das aulas focadas no treinamento desportivo e sua relevância no contexto escolar (Pupio, 2020). Em segundo lugar, o cultivo do hábito da prática contínua de atividades físicas vai sendo propagandeado e os elementos da cultura corporal são transformados em mercadorias cuja circulação e consumo se dão por meio de clubes e academias, ganhando nova relevância e valor para o capital (Coimbra, 2009).

Contudo, a partir das décadas de 1970 e 1980, começaram a emergir novas perspectivas que questionavam esse enfoque exclusivamente biológico e disciplinador. Com a expansão das teorias críticas e a influência de correntes filosóficas, sociológicas e antropológicas, a Educação Física passou a considerar os aspectos culturais das práticas corporais. Esse período também coincidia com o surgimento de novas demandas sociais e com a influência crescente do neoliberalismo, que trouxe uma abertura para novos campos de atuação para os profissionais de Educação Física além do ambiente escolar. Conforme aponta Saba (2001, p. 40), “a própria atividade física passou a ser contextualizada na cultura

²³ Como parte desse movimento, a partir das décadas de 1930 a 1960, a Educação Física no Brasil seguiu orientada por esses mesmos ideais, com um papel central nas escolas e instituições militares. A prática era compreendida, principalmente, como uma atividade de treinamento físico, disciplinando corpos e cultivando valores de ordem e obediência. O período da ditadura militar (1964-1985) reforçou ainda mais essa visão, utilizando a Educação Física como uma ferramenta ideológica, inserida no currículo escolar para formar cidadãos disciplinados e fortalecer a segurança nacional. Nessa época, a Educação Física reforçava o desenvolvimento de habilidades motoras e promovia atividades de treinamento físico intensivo, perpetuando um enfoque biológico e disciplinador.

daqueles[e daquelas] que a praticam.” Nesse contexto, a Educação Física se tornou um espaço de debate e disputa ideológica, onde as práticas corporais passaram a ser vistas como expressões culturais e sociais, inseridas em um contexto mais amplo.

Com o avanço das ideias neoliberais e o aumento das oportunidades de trabalho fora das escolas, consolidou-se a necessidade de formação específica para esses novos campos de atuação. Para os setores subordinados a lógica do capital e agente privados, a licenciatura, voltada para a docência em escolas, já não era suficiente para atender às demandas voltada para o mercado, principalmente no setor de “academias de ginásticas” e clubes esportivos “teve seu *bom*, nas principais cidades brasileiras, a partir década de 70”, Coelho Filho (2001, p.15, *grifo do autor*), que começavam a crescer e a atrair um público interessado na estética corporal e bem-estar. Sob esta linha, Coelho Filho (2001, p.16) explica que:

Houve difusão sistemática da ideia, e sua aceitação por muitos, o que progressivamente transformou as atividades corporais, específicas, e especificamente a ginástica em academia, em objetivo de consumo com fins lucrativos. As academias de [...] Educação Física e de esportes transformaram-se em supermercados [...], portanto o lazer de hoje estaria sendo resultado de um novo campo de consumo.

Nesse cenário, o bacharelado em Educação Física ganhou força, focando na preparação de profissionais para o “outro mercado de trabalho,” voltado para a promoção da saúde e o consumo de práticas corporais, especialmente nas academias e no ambiente *fitness*, que se expandiam rapidamente.

Em síntese, a trajetória da Educação Física no Brasil é marcada por uma adaptação às demandas e ideologias do projeto dominante do capital de cada período histórico. Enquanto no início se preocupava com a higienização e militarização dos corpos, mais tarde passou a se inserir na lógica mercantil e cultural das práticas corporais. Hoje, o setor se adapta aos ideais neoliberais e ao consumo, onde a saúde e o lazer e atividade ginástica ou esportiva se tornam produtos, e a prática corporal é transformada em uma mercadoria. Essa evolução histórica permite compreender como a Educação Física se desdobra em um espaço de disputa simbólica e comercial, refletindo as mudanças sociais e econômicas da sociedade brasileira.

Nesse contexto, a Resolução nº 03/87 do Conselho Federal de Educação (CFE) buscou responder a essas demandas ao estabelecer dois percursos distintos de formação: a Licenciatura, direcionada para o ensino escolar, e o Bacharelado, voltado para a atuação em espaços fora da escola, como academias, clubes esportivos e centros de saúde. Essa distinção adaptou a formação de profissionais aos critérios do mercado, permitindo uma

especialização mais alinhada às demandas das práticas voltadas ao segmento *fitness*.

No entanto, com a bifurcação do curso também contribuiu para a fragmentação da área em detrimento dos perfis distintos de atuação que atendem às necessidades do modelo hegemônico e refletem a crescente segmentação do campo da Educação Física em resposta à crise estrutural do trabalho abstrato, e a instauração da empregabilidade, às exigências de um mercado em constante transformação.

Corroborando Coelho Filho (2001) observa-se que, no setor *fitness*, muitos dos proprietários e proprietárias das academias são também profissionais formados na área, atuando simultaneamente como gestores/as e como professores/as em suas próprias instituições. Essa sobreposição de papéis evidencia as exigências de um mercado que, sob o véu do capital, naturaliza a multifuncionalidade como requisitos para se manter ativo no campo profissional. Em detrimento disso, Campos, (2014, p.74) para “o setor produtivo, a polivalência e a flexibilidade tornam-se norteadoras da requalificação do trabalho, mas estendem a noção de competência para o setor de serviços.”

Como Coelho Filho (2001) exemplifica que a expansão das academias como negócio no final dos anos 80 e início da década de 90 teve crescimento do mundo *fitness*, impactou tanto para profissionais tanto para área administração também se voltaram para os grandes empreendimentos.

Nesses empreendimentos, caracterizados pelo consumo de bens e serviços cada vez mais diversificados, [os/a proprietários/as/investidores/as] passaram a compor uma maior quantidade de ofertas aos alunos [e alunas], com a diversificação e a padronização das aulas de ginástica em diferentes modalidades, com o objetivo de abrir um leque de possibilidades com vistas a satisfazer os gostos da demanda. (Coelho Filho, 2001, p.16)

A reformulação das Diretrizes Curriculares Nacionais (DCNs) em 2004, consolidada pela Resolução 07/04, trouxe uma mudança estrutural significativa na formação acadêmica em Educação Física. Essa medida, alinhada à Resolução 01/02, diferenciou os cursos de Bacharelado e Licenciatura, atendendo tanto às demandas educacionais quanto às necessidades do mercado contemporâneo. Essa divisão não foi apenas um movimento técnico-administrativo, mas também um reflexo das transformações econômicas e sociais impostas pelo capitalismo global, evidenciando a influência direta das dinâmicas neoliberais na organização curricular. Nos anos seguintes, até a atualidade, novas DCNs da Educação Física foram promulgadas, sendo que todas elas mantiveram o caráter de fragmentação da área e vinculação aos ideais de mercado tendem a provocar a desconexão entre os pressupostos técnicos-pedagógicos mais provoca o aprofundamento na pedagogia das competências.

A introdução da pedagogia das competências, como apontado por Frigotto (1996), tornou-se o eixo norteador dessa formação. Ao priorizar a polivalência do/a trabalhador/a, esse modelo educacional busca preparar profissionais aptos a responder às exigências multifacetadas do mercado, desenvolvendo habilidades como resolução de problemas, capacidade de abstração, trabalho em equipe, criatividade e domínio de tecnologias digitais e idiomas estrangeiros. Essa abordagem reflete a necessidade de flexibilidade e adaptabilidade, marcas fundamentais do capitalismo competitivo e globalizado, mas, ao mesmo tempo, carrega a crítica de promover uma formação utilitarista, centrada exclusivamente nas demandas de mercado.

No setor *fitness*, essa lógica se traduz em uma formação técnica voltada para atender às necessidades comerciais de academias e centros de treinamento, priorizando competências específicas em detrimento de uma visão mais ampla e crítica do papel social da Educação Física. Essa instrumentalização reforça a lógica capitalista de exploração e alienação, moldando profissionais que não apenas respondem às demandas imediatas do mercado, mas também perpetuam as dinâmicas de mercantilização das práticas corporais.

Como a crise do capital não linear, nossas análises empíricas também não são. Nós traçamos uma linha analítica coadunando com essa reconfiguração não pode ser dissociada de um contexto histórico mais amplo. As décadas de 1960 e 1970, marcadas por crises econômicas globais e pela busca de soluções para a crise de superprodução capitalista, trouxeram estratégias como a reestruturação produtiva e o avanço do neoliberalismo (Nozaki, 2004). No Brasil, as décadas de 1980 e 1990 ocorre uma ruptura com tais propostas por uma tentativa de recomposição da crise do capital, associada ao maior desenvolvimento de políticas neoliberais no país (Campos, 2014), aprofundaram essa dinâmica, com o Estado flexibilizando relações de trabalho e reduzindo investimentos em conquistas sociais da classe trabalhadora.

Campos (2014l) logo, um novo modelo de trabalhador e trabalhadora é solicitado/a de outro tipo forjado na franja do capital. Essa conjuntura impactou diretamente a formação e a atuação dos/as profissionais de Educação Física, redirecionando sua inserção no mercado para além do espaço escolar e consolidando o setor *fitness* como um mercado emergente.

Ao mesmo tempo, em que o campo educacional se reconfigura atualmente para formar um trabalhador polivalente, com capacidade de abstração, raciocínio lógico, crítica, interatividade e decisão, por outro lado, a Educação Física gestada pelos modelos hegemônicos foi sempre vista como uma disciplina reprodutora de movimentos (Nozaki, 2004, p. 27).

Contraditoriamente, se analisarmos as condições de trabalho dos/as professores/as

de Educação Física, no que tange estar atuando fora do ambiente escolar, notaremos as condições e contradições postas ao próprio *locus* do trabalho subverte a própria identidade dessa classe. Como exemplifica Santos (2024, p.18), por sua vez:

a adesão ao campo não-escolar como área de atuação por parte dos professores de Educação Física, dar-se pela construção do arcabouço ideológico que indica a consumação do profissional de Educação Física como um profissional neoliberal, sobre o qual paira as noções [empregabilidade].

Nesta linha, Nozaki, (2004, p.168) ressalta que as noções de “empregabilidade e do auto-emprego, que pressupõem a possibilidade da busca individual de competências [do/a trabalhador/a] para a sua inserção e relação com o mercado de trabalho.” Ainda Santos (2024, p.18) complementa sua explicação

Ou seja, perpassa a construção da ideia de que o desemprego é produto da incapacidade dos desempregados em conquistar uma vaga de trabalho, ou mesmo a ideia de que a conquista do trabalho resulta unicamente das ações individuais dos trabalhadores e [trabalhadoras]. Assim, o trabalhador e [trabalhadora], pela sua criatividade e capacidade, deverá ser capaz de criar seu trabalho ou sua vaga de trabalho. Essas noções ideológicas convergem para a conversão [dos/as professores/as] de educação física em uma espécie de profissional neoliberal como um prestador de serviços, convencido da necessidade de apresentar no palco do mercado a supremacia de suas competências individuais, como única saída viável à luta pelo acesso ao emprego.

Como destacam Quelhas e Nozaki (2004), a criação dos cursos de bacharelado, respaldada pela Resolução nº 03/1987, marcou a consolidação do setor privado no mercado de atividades físicas. Sob o viés neoliberal, o Estado transferiu responsabilidades para o indivíduo, reduzindo sua participação como garantidor de direitos sociais fundamentais, como saúde e educação (Coimbra, 2009). Essa mudança contribuiu para a expansão de academias de ginástica e consolidou uma burguesia no setor *fitness*, transformando-o em um campo de disputas de classes, onde as dinâmicas de poder e capital moldaram o mercado como o conhecemos hoje.

Precisamos ter clareza que, para o capitalismo se fortalecer, necessita ter mercado. Se precisa de mercado, precisa de trabalhadores(as) por um lado (mão de obra produtiva), e da classe dominante por outro (que disponibilize capital e condições para conceder matéria-prima, seja ela qual for, em qual área for), para possibilitar a produção de mercadorias. Assim, a classe dominante somente gera mais capital para si, concedendo uma pequena quantia resultante do produto gerado, ou seja, a mais-valia (Ramalho; Cardoso 2020, p.11)

O trabalhador e trabalhadora no setor do *fitness* é um/a trabalhador/a produtivo/a, pois não produz para seu próprio consumo, mas sim para gerar mais-valia para o capital em forma excedente. Em outras palavras, ele/a contribui para a expansão do capital ao produzir mercadorias e serviços que, além de atenderem a necessidades de uso, como Quelhas (2011), identifica que as aulas de ginástica, ciclismo estacionário, artes marciais, entre outros,

também geram valor excedente. Segundo Quelhas (2011), esse/a trabalhador/a contribui para o processo de acumulação de capital ao criar um valor adicional, ou mais-valia, que excede o valor das mercadorias e dos serviços necessários para a sua produção. O capitalista do setor *fitness*, assim como em outros ramos da economia, investe dinheiro na compra de meios de produção e na contratação da força de trabalho, visando transformar esse investimento em mercadorias com valor agregado, superando o capital inicial empregado. Dessa forma, o capitalista obtém um retorno sobre seu investimento, que é a base da acumulação de riqueza no sistema capitalista.

Quelhas (2011, p. 85) explica que o objetivo do capitalista do setor *fitness* não é apenas produzir valor, mas também assegurar um valor excedente. Ele antecipa capital para adquirir os meios de produção e força de trabalho no mercado e, ao final do processo produtivo, espera obter uma mercadoria de valor superior ao valor conjunto dos recursos empregados. Essa análise evidencia como o setor do *fitness*, ao transformar o exercício e o bem-estar em mercadorias, adere ao mecanismo fundamental de exploração do trabalho, que visa à autovalorização do capital e à acumulação de riqueza.

No setor *fitness*, a mercantilização do exercício físico em forma de saúde e/ou estética exemplifica essa lógica de acumulação. A prática de atividades físicas, que historicamente esteve associada à saúde e ao lazer, é convertida em um produto comercializável. Academias, programas de treinamento e serviços personalizados tornam-se mercadorias, oferecendo não apenas benefícios funcionais, mas também uma promessa de *status* e pertencimento social. Dessa forma, o setor *fitness* adere ao mecanismo capitalista de geração de valor, integrando-se à lógica de exploração e reprodução do capital.

Além disso, essa mercantilização não apenas transforma o exercício físico em um produto, mas também redefine as relações de trabalho dentro do setor. Os/as profissionais de Educação Física, que atuam como *Personal Trainers* que alguns chamam de treinador/a, instrutores/as ou até mesmo professor, ou professora dependendo da academia, são inseridos em uma dinâmica produtiva que exige não apenas habilidades técnicas, mas também competências relacionadas fidelizar o público que frequenta aquele estabelecimento e ser um *expert* no uso de tecnologias. Esses trabalhadores/as não produzem para si, mas para gerar mais-valia, contribuindo para a expansão do capital do empregador e empregadora enquanto enfrentam condições laborais frequentemente precarizadas, como contratos flexíveis, informalidade e remuneração variável. Por não ser um segmento do mercado ainda não regulamentado pela legislação em suas relações trabalhistas, o que pode provocar um

contexto de insegurança (Coelho Filho, 2001).

Portanto, a análise de Quelhas (2011) revela como o setor *fitness*, ao transformar o bem-estar em uma mercadoria, não apenas reflete a lógica de exploração capitalista, mas também intensifica a alienação dos trabalhadores e trabalhadoras, que se veem subordinados/as às demandas do mercado e à busca incessante por eficiência e produtividade. Em outras palavras, o quantitativo no que tange o número de atendimentos, seja em sala de musculação atendendo um grande público heterogêneo, ou também o atendimento ao treinamento individual de alunos e alunas dentro de uma academia fornece os indicadores do sucesso ou do fracasso do profissional. Por outro lado, gera maior lucro para a academia, ou seja, quanto mais, melhor.

Essa finalidade oblitera os valores educativos tanto técnico ou pedagógico da Educação Física em relações do trabalho que envolvem práticas profissionais que acarretam negativamente o trabalho e sua atuação caracterizam alguns dilemas para os/as profissionais. Se pararmos para refletir sobre esta situação, os/as profissionais que atendem em uma sala de musculação de uma grande academia com grande público diversificado não conseguiram dar a devida atenção a todos e todas durante a sessão de treinamento.

Se pensarmos em outro cenário, dentro de uma academia menor executa “um trabalho singular, com maiores possibilidades criativas e apreciado apenas por um pequeno grupo” (Coelho Filho, 2001, p.17). Mas, quantidade não é sinônimo de qualidade, como diz o autor.

Apesar disso, abrir uma academia tornou-se um empreendimento lucrativo e atraente, em sintonia com o aquecimento do mercado e com a realização constante de feiras e eventos que promovem o avanço tecnológico e científico no setor. Furtado (2007) aponta que essa expansão reflete a popularidade crescente do mercado, que é confirmada pelos dados apresentados por Coelho Filho (1998): em apenas oito anos, o número de inscritos em convenções de *fitness* cresceu cerca de 2000%, ilustrando o forte aquecimento e a consolidação desse mercado.

O mercado brasileiro de academias se diversificou e ampliou significativamente, registrando pelo Conselho Regional de Educação Física - CREF, houve um salto de 797 academias em 2000 para cerca de 16 mil estabelecimentos em 2010 (SENAC, 2015). Entre 2007 e 2012, de acordo com dados da International Health, Racquet & Sportsclub Association (IHRSA), o faturamento desse setor dobrou, atingindo 2,4 bilhões de dólares e um total de 23,4 mil academias, colocando o Brasil como o segundo país com maior número de academias no mundo, atrás apenas dos Estados Unidos (Valor Econômico, 2013). Em 2014, o

setor movimentou R\$ 4,8 bilhões ao ano com mais de 30 mil academias em funcionamento, número que aumentou para aproximadamente 31.800 em 2015, atendendo a 7,9 milhões de alunos e alunas (Haydée, 2015). Mesmo em um cenário de crise estrutural do capitalismo, o setor de academias no Brasil continua a mostrar resiliência, tem sido empregado de forma positiva de pessoas que enfrentam adversidades, acho que aqui é somente expressar que o setor de academias segue em expansão em meio à crise. É, crescimento, refletindo três tendências principais: a) o aumento expressivo do número de academias (de 797 para mais de 30 mil em quinze anos), b) a ampliação da variedade de serviços e produtos oferecidos, e c) o crescimento do número de consumidores e consumidoras e praticantes de atividades físicas. Esse crescimento acompanha uma tendência mundial, conforme destacado na matéria de capa da revista da Associação Brasileira de Academias (ACAD), “Mercado mundial do *fitness*: principais *players* e mudanças no top ten²⁴”. Em 2017, o mercado global de *fitness* contabilizou 174 milhões de clientes em 201 mil academias, gerando uma receita estimada em 87,2 bilhões de dólares. Com uma meta de alcançar 230 milhões de clientes até 2030, a IHRSA projeta um crescimento de 32% no setor, com o Brasil posicionado como um dos principais captadores desse público crescente.

Por trás dessa expansão das academias, há uma organização crescente dos/as empresários/as do setor *fitness*, que, atuando de forma coordenada, buscam consolidar seus interesses e fortalecer sua posição econômica por meio de associações e entidades representativas. Coimbra (2009) interpreta essa articulação como uma estratégia da burguesia, que busca preservar seu domínio econômico e maximizar seus lucros ao mesmo tempo, em que molda as relações de trabalho no setor. No mercado *fitness*, o aumento do número de academias e a reorganização do setor indicam uma estrutura orientada pela lógica capitalista, onde a lucratividade dita as práticas empresariais e as relações laborais. Como observa Both (2009), essa reorganização ajusta as relações de trabalho conforme as necessidades econômicas, transformando a gestão das academias em uma prática cada vez mais eficiente e voltada para a acumulação de capital.

Nesse cenário de forte competitividade, as academias passaram a funcionar sob a lógica da acumulação flexível, buscando inovações tecnológicas e práticas modernas de administração que visam a maximização do retorno sobre o investimento. A possibilidade de lucro tem atraído investidores e investidoras, levando o setor a se expandir rapidamente. Segundo, Coelho Filho (1998) prevê que o setor deverá crescer cerca de 100% nos próximos

²⁴ Edição nº82, de agosto de 2018.

cinco anos, o que intensifica a competitividade entre as academias. Ele destaca que, para sobreviver nesse mercado, é preciso realizar investimentos substanciais: “para concorrer é preciso investir milhões em academias. Aquele salão [ou academia] de bairro não tem mais vez. Pode-se comparar a nova safra de academias aos supermercados, e as antigas às mercearias” (Coelho Filho, 1998, p. 9). Assim, as academias que não acompanharem essa modernização, especialmente aquelas que não investirem em tecnologia e em métodos administrativos avançados, enfrentam grandes desafios para se manterem competitivas e relevantes.

Nesse contexto, as academias modernas são mais do que espaços para a prática de atividades físicas; elas se tornaram uma “ideia” de academia, representando o “mundo do *fitness*” em si, como Coelho Filho (1998, p. 73) observa. Esse modelo promove uma experiência de vida e de consumo centrada na estética e no bem-estar, reforçando o fetichismo pela mercadoria, que transforma o corpo em objeto de desejo e *status*. A busca pela saúde e pela estética torna-se um apelo comercial, em que a academia não apenas oferece serviços, mas cria um ambiente de consumo que fomenta novas necessidades, moldadas por estratégias sofisticadas de *marketing* e propaganda. Os valores estéticos atribuídos ao corpo tornam-se uma extensão do mercado, com a Indústria *Fitness* utilizando campanhas que associam saúde à beleza e também o físico, promovendo a identificação dos/as consumidores/as com produtos e serviços específicos (Mascarenhas *et al.*, 2007). Dessa forma, as academias se convertem em espaços de consumo que não só sustentam as trocas mercantis como base das relações humanas, mas também transformam experiências pessoais em representações de *status* e identidade. O corpo idealizado – atlético e sarado – emerge como um espetáculo social, em que as interações passam a ser mediadas por imagens e representações que reforçam padrões estéticos. Esse fenômeno não apenas valoriza o corpo como mercadoria, mas consolida a academia como um espaço onde a identidade se constrói e se consome por meio da adesão ao “estilo de vida *fitness*”. Nesse contexto, o *fitness* é apresentado como uma *commodity*, simplificando e padronizando práticas corporais complexas para torná-las produtos replicáveis e consumíveis. Nesse modelo, o corpo é reduzido a um objeto de consumo, uma experiência superficial que desvaloriza o aspecto subjetivo e significativo da atividade física. Santos e Oliveira (2019) argumentam que essa “adesão programada” transforma a prática corporal em um produto adaptado à lógica do consumo em massa, alienando o indivíduo de sua experiência única e criando uma relação puramente funcional entre consumidor/a e serviço. Embora lucrativo, esse modelo negligencia o aspecto humano da prática física, reduzindo o corpo a uma mercadoria e

promovendo uma experiência alienante e desprovida de significado mais profundo.

Todavia, a visão da sociedade em relação ao *Personal Trainer* muitas vezes é a imagem de “prescritores de treinos” que ajudam as pessoas a conseguir alcançar seus objetivos de saúde e estéticos. Essa visão estereotipada ignora a complexidade do trabalho desses profissionais. Sendo que esses professores e professoras são vinculados/as à área da saúde e capacitados/as através da graduação em Educação Física, devem, portanto, passar essas habilidades, técnicas e conhecimentos científicos (Barros, 1996), impunham procedimentos melhores de serviços voltados à área da saúde. Pois, eles e elas têm conhecimento em anatomia, fisiologia humana, biomecânica, cinesiologia, psicologia do esporte e outras áreas, que acabam sendo aplicadas no desenvolvimento de metodologia para o programa de treinamento. Ainda que se possa compreender a profissão da Educação Física mesmo se distanciando do ambiente escolar, desempenhando seu trabalho em outros espaços como na academia de ginástica ou de musculação, etc. A sala de aula em seu *locus* escolar pode ter sido substituída pela sala de musculação, e o material didático tradicional (os livros, cadernos) foram trocados pelos *halteres*, anilhas, barras e o maquinário esportivo, por fim o *data show* foi trocado pela planilha de treino ou por um aplicativo de planilha de treino *online* pensando no imbricamento da expansão digital. A única coisa que não mudou foi a função social do/a professor/a de mediar o conhecimento. Entretanto, é fundamental compreender o caráter pedagógico que envolve o trabalho da Educação Física em qualquer âmbito de sua profissão, o fazer-docência está impresso de alguma forma ali.

Em acordo, Nozaki (2003,p.150) diz que: [...] “destaca que a Educação Física, em contextos não-escolares, frequentemente se limita a reproduzir o modelo dominante de manifestações corporais, reduzindo-se à perspectiva da aptidão física.” Essa abordagem reflete a hegemonia de um modelo mercantilizado que prioriza resultados rápidos e tangíveis, como a melhoria estética ou de desempenho, em detrimento de uma formação mais ampla e crítica. Essa limitação, amplamente influenciada pelas contradições do mercado de trabalho, desafia o potencial pedagógico e transformador da Educação Física.

Portanto, em meio a essas contradições, torna-se essencial resgatar o papel formativo e emancipatório da Educação Física. Isso implica reconhecer que, mesmo em ambientes altamente comercializados, como academias e programas *fitness*, o trabalho do/a professor/a de Educação Física pode – e deve – transcender a lógica utilitarista. É necessário enfatizar que o fazer-docência na Educação Física não se reduz à transmissão de técnicas, mas se expande para promover autonomia, consciência corporal e crítica social.

Não se trata apenas de prescrever um treino, mas de ensinar seus alunos e alunas a

realizarem práticas corporais e produzirem conhecimentos sobre a atividade física e seu próprio corpo. Portanto, o trabalho pedagógico também é parte central da atuação de professores e professoras de Educação Física em qualquer campo profissional da área. Em especial o meio não escolar, esses *Personal Trainers* exercem o seu trabalho, de maneira mais segura para cada indivíduo, respeitando a especificidade, fisiológica e motora.

A centralidade do caráter pedagógico, na prática da Educação Física é fundamental para que essa profissão contribua efetivamente para a transformação social e para a construção de práticas corporais que não se limitem ao consumo, mas que valorizem o desenvolvimento integral dos indivíduos. Assim, emergi o desafio é equilibrar as demandas mercadológicas com a missão de resgatar e fortalecer a dimensão pedagógica que define o trabalho do/a professor/a de Educação Física em resistência a grande Indústria do *Fitness*, que vamos discutir a seguir. Nesse sentido, aprofundaremos, no próximo capítulo, a análise sobre a Indústria do *Fitness*, entendida aqui como um campo em franca expansão, cuja oferta de bens e serviços ultrapassa os limites do cuidado com a saúde e se articula diretamente com a mercantilização do corpo, a flexibilização do trabalho e a intensificação de processos de exploração e alienação no contexto do capitalismo contemporâneo.

7. A Indústria do *Fitness* e a expansão de seus produtos: entre a mercantilização do corpo e os novos formatos de exploração e alienação no capitalismo contemporâneo

Na atual conjuntura, como aponta Silva (2024) a Indústria do *Fitness* tem experimentado um crescimento constante tanto no Brasil quanto em escala global, consolidando-se como um setor promissor no que diz respeito à inserção profissional de Educação Física. No entanto, a autora assinala que por trás do aparente sucesso comercial desse mercado, esconde-se uma realidade complexa marcada pela exploração e pela alienação dos trabalhadores e trabalhadoras. Autora salienta que muitos/as profissionais da área se veem submetidos/as a condições laborais precárias, com jornadas exaustivas, ausência de direitos básicos e insegurança contratual, sendo constantemente subjugados/as aos interesses do capital privado, que transforma o corpo e a saúde em mercadorias altamente lucrativas por intermédio da generalização do culto ao corpo.

Nesse processo de reconfiguração das relações sociais sob a lógica do capital, até mesmo a atividade física é capturada pela racionalidade do mercado, que é o fio condutor do fetichismo da mercadoria. Nesta trilha, Mascarenhas (2007, 249) se utiliza do conceito do Marx para explicar o fetiche da mercadoria no segmento *fitness*,

[...] são deste processo que provêm as ilusões e sutilezas que velam à consciência do consumidor as contradições do sistema monetário. Neste ínterim, dado que as práticas corporais mercantilizadas apresentam-se cada vez mais como mera abstração de uma promessa, de um valor de uso prometido – isto é, saúde e embelezamento, por exemplo –, a relação de troca em questão torna-se uma relação na qual somente interessa a forma da mercadoria, sua manifestação sensível, não o seu conteúdo racional, pois este acaba por ser secundarizado. Vale, sobretudo, seu apelo emocional.

No caso da Indústria *Fitness*, esse processo se intensifica ainda mais latente. Por meio de técnicas sofisticadas de *marketing* e inovação monetária, constrói-se uma aparência enganosa que recobre e dissimula a lógica da troca presente na compra e venda de seus serviços. A estética do produto, seja ele um corpo idealizado, um programa de treino personalizado ou um estilo de vida saudável, adquire um papel central, enquanto o conteúdo real, os limites e os efeitos concretos dessa mercadoria permanecem ocultos sob o véu da promessa emocional. Trata-se, portanto, de uma mercantilização que opera não apenas no corpo, mas sobretudo nos desejos e nas subjetividades, convertendo necessidades legítimas em estratégias de valorização do capital em sua forma generalizada, que circunscreve a ideia de consumo de bens e serviços do mercado *fitness*.

Lima (2009) chama atenção para a forma como a ideia de corpo saudável tem sido transformada em mercadoria, sendo amplamente promovida e comercializada em espaços

como academias, *spas*, clínicas de estética, clubes e estúdios de *Personal Training*. Esses ambientes se especializam em seduzir consumidores e consumidoras que, movidos pelas exigências da sociedade de consumo, buscam incessantemente atingir o padrão corporal idealizado. Trata-se de uma lógica na qual o corpo deixa de ser vivido em sua integralidade para se tornar objeto de investimento estético e símbolo de *status*.

A intensificação desse desejo por um corpo perfeito, muitas vezes perseguido de forma obsessiva e desmedida, que segundo Lima (2009) já recebeu nome próprio: corpolatria. Essa noção expressa uma verdadeira idolatria do corpo, na qual ele é elevado à condição de valor supremo, ao mesmo tempo, em que se torna produto da lógica mercantil. Nessa perspectiva, o culto ao corpo saudável e esteticamente idealizado serve menos à promoção da saúde integral e mais à reprodução simbólica de um padrão estético-social associado a um ideal de sucesso, controle e disciplina, que serve aos interesses e engrenagens do mercado. Como adverte Lima (2009, p. 1066), "a corpolatria se inscreve como fato social real, da sociedade de consumo, indicativo da agonia e alienação típicas desse paradigma societário". Trata-se de um fenômeno que ultrapassa a esfera individual, pois está inserido em um sistema de trocas comerciais que, como aponta Vaneigem (2002, p. 97), passou a governar as relações cotidianas do ser humano consigo mesmo e com os outros, de modo que "todos os aspectos da vida pública e privada são dominados pelo quantitativo". A obsessão pelo corpo ideal, nesse cenário, é alimentada por uma lógica de mercado que transforma até mesmo a saúde em mercadoria, ou seja, submete a vida a uma lógica de competição permanente por padrões idealizados e inatingíveis. Neste trajeto ainda Lima (2009, p. 1067) enfatiza que:

A obtenção de um patamar de saúde considerado possível de se avaliar, permite uma corrida desenfreada, à busca do "corpo malhado", o corpo dos olhares dessa sociedade, afinal indivíduos que se entregam a essa idolatria estão carentes de conhecer outro mundo, constituído de um ser social crítico, para então, compreender a questão da saúde de forma menos consumista. Esse corpo exigido (corpo malhado) é escasso de saúde, de vida, de bem-estar, de autonomia.

Quelhas (2012) acrescenta a esse debate ao mostrar como o processo de mercantilização das práticas corporais, promovido pela Indústria *Fitness* nas academias, é tão abrangente que incorpora até mesmo aquelas práticas que originalmente possuíam códigos, significados e filosofias desvinculados do culto ao corpo como a yoga, o pilates ou algumas artes marciais, esvaziando seus sentidos originários e reconfigurando-os sob o signo da performance, da estética e da lógica do consumo uma forma de "turbinar" essas práticas esportivas.

No bojo da Indústria do *Fitness* é um setor gigantesco, atravessada por segmento

dinâmico e diversificado da economia que engloba uma variedade de produtos e comercialização de serviços e tendências relacionadas à estética, à saúde e ao bem-estar (Mascarenhas *et. al*, 2007, Pasquali, Niterói; Mascarenhas, 2011, Neto, 2023, Nobre, 2024). Essa indústria abrange uma ampla gama de segmentos, desde a fabricação de equipamentos de exercício até a prestação de serviços como academias, clubes, treinamento personalizado, aplicativos de *fitness* e programas voltados a promoção da saúde (Pasquali; Niterói; Mascarenhas, 2011).

No contexto da "Indústria *Fitness*", observamos uma abordagem abrangente que vai além da simples oferta de produtos e serviços. Ela está integrada a um processo mais amplo de "mundialização da cultura", influenciando e sendo influenciada por diversas culturas em escala global. Além de seu impacto tangível na promoção da atividade física, a Indústria do *Fitness* desempenha um papel ativo na definição de padrões culturais, normas de beleza, hábitos de vida saudáveis e conceitos de bem-estar. Essa indústria reflete a crescente conscientização sobre a importância da saúde e do condicionamento físico na sociedade contemporânea (Neto, p.11, 2023, *grifo nosso*).

Neste caminho, é possível observar o encadeamento com a análise de Mascarenhas *et al.* (2007), que, ao abordarem as tendências da acumulação flexível que caracterizam o mercado do *fitness*, destacam a transformação dos serviços de lazer e entretenimento em mercadorias. Nesse contexto, Pasquali, Niterói e Mascarenhas (2011, p. 1) destacam que “aumenta a oferta e o consumo dos serviços ligados ao lazer e ao entretenimento, o que envolve as práticas corporais comercializadas em academias de ginástica.” Como reflexo desse movimento, amplos segmentos empresariais direcionam seus investimentos para o setor de serviços, especialmente no campo do lazer e da atividade física, reforçando o processo de mercantilização do corpo e da saúde.

Desde o uso de tecnologias avançadas até estratégias de atendimento altamente personalizadas, a Indústria *Fitness* tem buscado responder às múltiplas exigências dos/as consumidores/as contemporâneos/as, promovendo a adesão a estilos de vida considerados saudáveis e ativos (Pasquali; Niterói; Mascarenhas, 2011). Alinhado à lógica de mercado, esse setor organiza-se prioritariamente em torno da "embalagem da mercadoria", onde abarcam a flexibilidade tanto na oferta de serviços quanto nas relações de trabalho se estabelece como diferencial competitivo (Coelho Filho; Votre, 2010).

Nesse processo, as academias vêm sendo estruturadas sob uma lógica centrada no cliente, o que se traduz na diversificação de modalidades, na personalização de experiências e na adaptação constante dos serviços. Tal dinâmica não apenas reformula os modos de consumo, mas também impacta diretamente a configuração do trabalho. Como observa Furtado (2007, p. 311), “a academia funciona em uma dinâmica caracterizada pela

flexibilidade, pela diversificação de sua produção, pelo ‘foco no cliente’ e, consequentemente, pela mudança do perfil do/a professor/a que nela trabalha.”

Neste contexto, os/as profissionais de Educação Física que atuam como *Personal Trainers*, um/a “profissional neoliberal” cunhado por (Sousa, 2024), passaram a ocupar uma posição estratégica, sendo considerados essenciais na entrega de um serviço personalizado e eficiente. Esse movimento impulsionou uma crescente demanda por esses trabalhadores e trabalhadoras, ao mesmo tempo, em que estimulou o surgimento de uma gama de empresas voltadas à oferta de serviços relacionados ao exercício físico e ao *wellness*,²⁵ como academias, estúdios de treinamento funcional, estúdios boutique e assessorias esportivas. Contudo, essa valorização aparente esconde, muitas vezes, condições de trabalho marcadas pela informalidade, instabilidade contratual e intensificação das exigências do mercado cada vez mais excedente.

No entanto, de acordo com Quelhas (2011), a expansão do trabalho no segmento *fitness* tem se dado sobretudo na forma de trabalho assalariado, com um forte crescimento das empresas que vendem mercadorias-serviço no segmento. Isso significa que muitos e muitas profissionais de Educação Física estão submetidos à lógica do capital privado, que visa maximizar seus lucros através da exploração da força de trabalho desses trabalhadores e trabalhadoras.

Nesse contexto, a exploração e a alienação que marcam a realidade dos trabalhadores e trabalhadoras do segmento *fitness* se concretizam, sobretudo, por meio da extração da mais-valia, oriunda da exploração sistemática de sua força de trabalho, conforme analisa Quelhas (2011). Em termos concretos, isso significa que esses/as profissionais são remunerados/as por um valor inferior àquele efetivamente produzido por sua atividade, gerando um excedente que é apropriado pelo capital privado. Trata-se de um processo clássico de exploração que, no entanto, assume formas renovadas e sofisticadas no interior da Indústria *Fitness*. Além disso, esses trabalhadores/as enfrentam frequentemente condições precárias de trabalho, que se expressam em jornadas excessivas, baixos salários, vínculos frágeis e ausência de garantias e benefícios trabalhistas. Esse cenário está diretamente vinculado ao reordenamento contemporâneo do trabalho, caracterizado pela polivalência e pela exigência de múltiplas competências, o chamado trabalho poliprodutivo, que já destacamos ao longo do texto por atuar amplos espaços vinculados as práticas corporais

²⁵O conceito de *wellness*, que de acordo com Furtado (2007), busca um alargamento da visão das academias de ginástica como espaços que não se reduzem estritamente aos aspectos estéticos, de aptidão física e/ou condicionamento atlético, mas como espaços de produção de bem-estar e qualidade de vida amplos.

distintos.

Todavia, esse processo de flexibilização e precarização das relações de trabalho não ocorre de forma aberta ou direta, mas muitas vezes é mascarado por discursos que exaltam o empreendedorismo e a autonomia individual. Assim, o que emerge é uma nova forma de inserção no mercado em sintonia com a lógica do “empreendedor de si”, nova definição que os exclui da condição de assalariados/as, na qual o trabalhador e a trabalhadora são instigados a assumir riscos, responsabilidades e investimentos próprios, enquanto o capital se beneficia da redução de custos e da diluição das obrigações sociais.

Nesse jogo, o que se apresenta como o verdadeiro “pulo do gato” é justamente a capacidade do sistema em avançar com a precarização sob o disfarce sedutor da liberdade individual. A promessa de autonomia, flexibilidade e empreendedorismo pessoal se torna o verniz que oculta a intensificação da exploração. Enquanto os/as trabalhadores/as são incentivados/as a se enxergar como gestores de si mesmos, assumindo riscos e responsabilidades que antes cabiam ao empregador, o capital se apropria das vantagens: reduz custos, flexibiliza contratos e amplia a extração de mais-valia (Quelhas, 2012). Assim, sob o manto do discurso da liberdade e do sucesso individual, o que se consolida é um cenário de maior vulnerabilidade e desproteção para quem vive do próprio trabalho.

Assim, sob o manto do discurso da liberdade e do sucesso individual, o que se consolida é um cenário de maior vulnerabilidade e desproteção para aqueles e aquelas que dependem exclusivamente da venda da própria força de trabalho. Quelhas (2012) essa lógica se apresenta como uma solução fictícia à crise estrutural do mercado de trabalho capitalista, pois, ao se disseminar, não resolve as contradições centrais do sistema, ao contrário, aprofunda-as. O que se oferece como alternativa emancipatória para *classe que vive do trabalho*. Contraditoriamente, o empreendedorismo de si, a autonomia individual, a gestão da própria carreira revela-se, na prática, como um mecanismo de deslocamento das responsabilidades e dos riscos para o/a trabalhador/a, enquanto o capital preserva e amplia seus privilégios e sua capacidade de acumulação pelos detentores e detentoras do meio de produção.

A alienação, por sua vez, se dá pela perda de controle dos/as trabalhadores/as sobre o processo de produção e a desumanização do trabalho. Segundo Harvey (2000), a alienação ocorre quando os/as trabalhadores são privados/as do controle sobre as condições e os resultados de seu próprio trabalho, tornando-se meros instrumentos nas mãos dos detentores do capital. No segmento *fitness*, a alienação do trabalho se materializa por meio da padronização dos serviços oferecidos, da rigidez dos protocolos de treinamento e da redução

das atribuições do/a profissional de Educação Física a tarefas meramente técnicas e operacionais, o que contribui para tornar o trabalho cada vez mais abstrato e desprovido de autonomia. Nesse contexto, emerge um novo perfil de trabalhador e trabalhadora: polivalente, flexível e adaptável a diferentes demandas mercadológicas, conforme analisa Nozaki (2004).

Essa lógica se insere em um movimento mais amplo, próprio do capitalismo contemporâneo, de criação e manipulação de necessidades sociais, neste itinerário Lima (2009, p.1061) enfatiza que:

O capitalismo forja, incessantemente, novas necessidades, veiculando-as como naturais, de acordo com os interesses do mercado, controlando, manipulando e potencializando o consumo. Tratando-se de atividade física, institui e reforça a ideia do corpo saudável como uma mercadoria.

Assim, o setor *fitness* não apenas mercantiliza o corpo e a saúde, mas também submete os/as profissionais a formas de trabalho cada vez mais precarizadas e alienadas, distanciando-os do caráter educativo, emancipador e crítico que deveria nortear a atuação na área da Educação Física. No entanto, o fenômeno ultrapassa a mera mercantilização das práticas corporais, envolvendo um processo muito mais amplo e complexo, como descrevem Mascarenhas *et al.* (2007, p. 254):

[...] mas também corpos, odores, músicas, espaços, equipamentos, roupas, calçados, acessórios, alimentos e vários outros produtos e serviços carregam os traços e evidências de um envolvente processo que se espalha pelo mundo, definindo formas de sociabilidade, amoldando subjetividades, modificando e definindo hábitos, valores e comportamentos.

Trata-se, portanto, de uma dinâmica cultural multifacetada, em que a Indústria Fitness ocupa papel central na constituição de modos de vida e na produção de representações sociais contemporâneas. Nesse processo, o corpo e suas práticas são ressignificados, enquadrados dentro de uma lógica de consumo que atravessa a vida cotidiana e redefine os parâmetros de existência. Como enfatiza Lima (2009, p. 1067), na sociedade atual todas as relações passam a ser mediadas por métricas, números e resultados mensuráveis, inclusive aquelas relacionadas ao lazer e à atividade física. A autora exemplifica:

Todas as relações atuais são medidas, o homem e [mulher] é medido, ou seja, até o simples prazer de um passeio de carro se avalia habitualmente pelo número de quilômetros percorridos, pela velocidade atingida e pelo consumo de gasolina. Em se tratando de atividade física, o homem entregue a corpolatria, é reduzido a um percentual de gordura e seus protocolos e ainda, ao aumento do perímetro de seus membros superiores ou inferiores conforme seu desejo (patológico?), ou objetivo diante do espelho matéria (que reflete a imagem) e espelho da sociedade atual.

Entretanto, ao voltarmos o olhar para o contexto brasileiro, percebe-se que a Indústria *Fitness* está profundamente marcada por desigualdades estruturais. Fatores como a vasta extensão territorial do país e a distribuição desigual da população interferem diretamente na organização e no acesso aos espaços destinados à prática de atividades físicas. As complexidades socioeconômicas acentuam essas disparidades, fazendo com que academias, clubes esportivos e estúdios de treinamento estejam concentrados em regiões mais favorecidas economicamente, limitando o acesso da maioria da população trabalhadora.

Essa realidade evidencia a seletividade do mercado fitness no Brasil, que restringe os benefícios da prática esportiva, da atividade física e até mesmo do discurso da saúde aos grupos com maior poder aquisitivo. Para grande parte da classe trabalhadora, a atividade física acaba não sendo uma prioridade, frequentemente inviabilizada pelas jornadas exaustivas de trabalho e pela limitação de recursos econômicos e de tempo.

Além disso, a inclusão mediada pelo consumo não elimina as contradições estruturais que atravessam o cotidiano das classes populares. Ainda que a ampliação do poder de compra possibilite um acesso pontual a determinados bens e serviços, ela não garante sua permanência nem o usufruto pleno dessas experiências. Esses acessos continuam marcados pela precariedade, pela instabilidade e pelas desigualdades que limitam, de forma concreta, o direito ao bem-estar, à saúde e à prática corporal como expressão de qualidade de vida.

Como destacam Mascarenhas et al. (2007, p. 236-237),

[...] o lazer tem ocupado lugar de relevo na sociedade contemporânea. Todavia, bem distintas das práticas sociais de recreação e divertimento presentes em época anterior, as experiências de lazer atuais estão cada vez mais subordinadas à forma mercadoria. No caso do Brasil, tal transformação se evidencia a partir da década de 1990, no bojo da desintegração dos direitos sociais, quando do início do processo de implementação das políticas neoliberais e estruturação do Estado Mínimo. Diante da reorientação na destinação dos gastos do fundo público e recuo da participação estatal na implementação de políticas distributivas asseguradoras do acesso aos direitos sociais, bem como do processo de desregulação econômica consoante aos interesses privatistas, crescem os investimentos na produção do lazer mercantil

Nos últimos anos, esse processo tem se intensificado em meio à crise do capital. A classe trabalhadora inserida nesse sistema capitalista, estruturado por jornadas de trabalho intensas, muitas vezes desprovidas de direito ao lazer, ao ócio ou mesmo a uma folga regular, a chamada nova classe média vivenciam um cotidiano tensionado entre o desejo de ascensão e os limites estruturais que dificultam sua concretização. O acesso ampliado a bens e serviços, frequentemente alardeado como símbolo de progresso, esbarra em contradições marcantes da vida cotidiana, atravessada por rotinas sobrecarregadas, pela ausência de

políticas públicas efetivas e por profundas desigualdades estruturais que ainda persistem.

Nesse contexto, variáveis como região de residência, faixa etária, renda e hábitos socioculturais exercem papel determinante na adesão ou não da população às práticas corporais. Em diversas localidades, a atividade física ainda é percebida como um privilégio, reservado àqueles e aquelas que dispõem não apenas de recursos financeiros, mas também de tempo livre, para acessar esses espaços, disponibilizam atividades físicas ligados ao lazer e ao esporte. Neste cenário evidencia as barreiras que persistem para a efetiva democratização dos serviços e espaços oferecidos pela Indústria *Fitness*, revelando que a promoção da saúde, nesses moldes, ainda está profundamente condicionada a fatores socioeconômicos e simbólicos presentes na sociedade contemporânea.

Se olharmos para o mercado *fitness* figura atualmente entre os setores de maior crescimento global, e o Brasil ocupa uma posição de destaque nesse cenário. Segundo dados da Associação Brasileira de Academias (ACAD), em 2017 o país movimentou cerca de 2,1 bilhões de dólares, alcançando a 12ª colocação em faturamento mundial. Paradoxalmente, esse desempenho econômico contrastava com a expressiva estrutura física do setor: naquele mesmo ano, o Brasil era o segundo país com o maior número de academias no mundo — 34.509 unidades — atrás apenas dos Estados Unidos, com 38.477.

Em particular, o crescimento do setor no Brasil pode ser atribuído a diversos fatores, como o aumento da conscientização sobre saúde e bem-estar, a busca por alívio do estresse, o desejo de socialização e o estímulo por meio de políticas públicas voltadas à prática de atividades físicas. No entanto, o perfil majoritário das academias brasileiras revela outra face desse cenário: cerca de 72,8% são micro e pequenas empresas com faturamento anual de até R\$ 360 mil, enquanto 26,9% registram receitas entre R\$ 360 mil e R\$ 4,8 milhões. Apenas 0,3% são classificadas como médias empresas, e apenas 0,02% correspondem a grandes negócios.

No Brasil, os processos sociais são moldados pela circulação de mercadorias, que atuam simultaneamente como produto e condição das transformações em curso, seguindo uma lógica de desenvolvimento desigual. Essa desigualdade também se expressa no próprio arranjo empresarial do setor: em seu movimento expansivo, a “Indústria do *Fitness*” apresenta uma forte polarização entre grandes redes, altamente capitalizadas e estruturadas, e pequenas academias, muitas vezes vulneráveis às flutuações do mercado e à precarização das condições de trabalho da classe trabalhadora da Educação Física. Isto configura não apenas a concentração de capital, mas também a reprodução das assimetrias econômicas e sociais no interior do setor. Neste cenário, observamos que o mercado *fitness*, possui uma “alta

concentração de academias em regiões e lugares por onde mercadorias e [consumidores/as] circulam com maior fluidez, fica patente a disparidade da distribuição espacial das academias, opondo centro e periferia” (Pasquali, Niterói e Mascarenhas, 2011, p.12). É claro que essas oposições heterogêneas, no que tange a distinção entre grandes e pequenas academias, não devem ser entendidas de forma rígida ou absoluta. Como apontam os autores, elas servem, antes, como ferramentas didáticas e analíticas para ilustrar as diferenças e desigualdades que atravessam a Indústria do *Fitness*. Uma academia com maior poder financeiro pode, por exemplo, se configurar como uma grande estrutura voltada a consumidores e consumidoras de classes mais altas. No entanto, também pode operar em formatos menores, direcionando suas estratégias a nichos específicos dentro desse mesmo público, cujas características são atravessadas por fatores como faixa etária, gênero e estilo de vida. Essas nuances revelam a complexidade do setor, em que tamanho e público-alvo não seguem uma lógica linear, mas sim múltiplas formas de inserção no mercado.

Sob outro ponto analítico, os autores sinalizam que a academia grande, aliás, costuma adotar estratégias que combinam massificação e segmentação, buscando ampliar o consumo por meio da diversificação de práticas que atendem a diferentes interesses e perfis. De modo geral, o que eles observavam é um mercado fortemente segmentado, seja por faixa de renda, por nichos específicos ou pela sobreposição desses critérios. Nesse cenário, citam que os métodos de inovação mais recorrentes seguem três frentes principais: a) inovação organizacional, relacionada à gestão e à forma como o trabalho é estruturado nas academias, com destaque para a diversificação e especialização dos/as profissionais; b) a inovação estrutural, que abrange o projeto arquitetônico dos espaços e o aprimoramento dos equipamentos; e c) a inovação estética, voltada à renovação da aparência sensível tanto da academia quanto das práticas corporais oferecidas, promovendo uma experiência de consumo cada vez mais adaptada aos desejos do público.

E, os autores concluem que o fato é que uma academia de grande porte dificilmente está associada à escassez de recursos, que, geralmente, essas unidades estão localizadas nos centros mais dinâmicos das cidades, onde circulam capitais e consumidores e consumidoras com maior poder aquisitivo. Nas periferias, por outro lado, predominam academias de pequeno porte, com estrutura modesta e recursos financeiros limitados. Muitas delas funcionam com baixos investimentos, apresentam pouca capacidade de inovação e operam ainda sob uma lógica mais tradicional de organização do trabalho, frequentemente sustentadas por esforços domésticos e familiares. Essas academias, mesmo com restrições estruturais, oferecem um conjunto reduzido de serviços, com foco principal na musculação e,

em alguns casos, na ergonomia. Sua sobrevivência depende, em grande medida, do consumo dos moradores e moradoras do entorno e da prática de preços acessíveis, compatíveis com a realidade econômica desse segmento da população.

Neste panorama, segundo relatório da International Health, Racquet & Sportsclub Association (IHRSA, 2017), a um salto quantitativo no número de praticantes de academias no Brasil também é expressivo: cerca de 9,6 milhões de brasileiros frequentavam academias, posicionando o país como o quarto maior em número de membros, atrás apenas de Estados Unidos, Alemanha e Reino Unido. No entanto, uma análise mais crítica desse dado revela contradições importantes. Em 2023, o Brasil contava com aproximadamente 211,1 milhões de habitantes; logo, os 9,6 milhões de praticantes representavam apenas cerca de 4,55% da população total, o que equivale a 4.548 pessoas a cada 100 mil habitantes. Esses números, embora expressivos, ainda indicam um acesso restrito às práticas corporais em espaços formais, como academias, revelando disparidades estruturais e sociais que marcam o setor (IHRSA, 2023).

Complementando esse panorama, dados recentes da empresa de inteligência de mercado Cortex apontam que o Brasil já ultrapassa a marca de 32²⁶ mil academias em funcionamento. O estudo aponta que entre janeiro e abril de 2023, cerca de 894 novas unidades foram inauguradas, evidenciando a resiliência e o ritmo acelerado de expansão do setor, especialmente após o retorno das atividades presenciais no pós-pandemia. Ao observar a distribuição geográfica das academias, torna-se evidente uma concentração em regiões mais desenvolvidas economicamente. O estado de São Paulo lidera com 6.496 academias, seguido por Minas Gerais (3.684), Rio de Janeiro (2.098), Bahia (1.995) e Rio Grande do Sul (1.963). Em termos regionais, o Sudeste concentra a maior parte das unidades (13.349 academias), seguido pelo Nordeste (8.727) e Sul (5.604). Tal distribuição evidencia que o crescimento do setor não ocorre de maneira equitativa em todo o território nacional. As regiões Norte e Centro-Oeste, por exemplo, permanecem com participação menos expressiva, revelando o quanto fatores como infraestrutura urbana, poder aquisitivo da população, presença de grandes centros urbanos e investimentos em bem-estar impactam diretamente na oferta e no consumo desses serviços.

Essa desigualdade regional também aponta para a interseção entre o setor fitness e as condições socioeconômicas da população. Em muitas localidades, especialmente nas

²⁶ SISTEMA PACTO. Levantamento mostra que Brasil tem mais de 32 mil academias. Blog Sistema Pacto, 10 maio 2023. Disponível em: <https://blog.sistemapacto.com.br/levantamento-mostra-que-brasil-tem-mais-de-32-mil-academias/>. Acesso em: 4 jun. 2025.

periferias e nas regiões Norte e Nordeste, o acesso à atividade física ainda depende majoritariamente de espaços públicos ou iniciativas comunitárias, o que contrasta com o modelo hegemônico das academias como espaços privatizados de prática corporal. Isso indica que o crescimento do setor, apesar de contínuo, está profundamente atrelado às lógicas de mercado e à capacidade de consumo das camadas médias e altas da população.

Portanto, embora os dados apontem para uma expansão concreta do setor *fitness* no Brasil, esse crescimento precisa ser analisado criticamente. A concentração regional e o baixo percentual de adesão em relação à população total revelam limites importantes para o acesso democrático às práticas corporais. É necessário que políticas públicas, programas de incentivo à atividade física e ações de inclusão estejam articuladas para garantir que o direito ao movimento e à saúde não seja privilégio de uma parcela da sociedade, mas um bem acessível a todos.

Essa proporção modesta evidencia que o acesso a academias ainda está concentrado em uma parcela restrita da população, majoritariamente de classes média e alta, revelando limites objetivos na suposta democratização desses espaços. Apesar do crescimento das academias do tipo *low-cost* conhecidas por oferecerem espaços amplos, grande quantidade de equipamentos de boa qualidade e aulas com menor supervisão em função da equipe reduzida (Lemes, 2019).

A partir deste ponto, voltaremos nosso olhar para o contingente de trabalhadoras e trabalhadores do setor *fitness*, considerando suas singularidades e as contradições que atravessam suas condições de inserção no mercado. Como ao longo do texto destaquei questões de gênero, é relevante abrir espaço para uma discussão sobre a divisão sexual do trabalho, no que tange as transversalidades entre as dimensões de classe e gênero dentro do mercado da Indústria *fitness*, conforme abordado por Antunes (2009). Ele explora as interseções complexas entre classe e gênero na organização do trabalho, argumentando que a divisão sexual do trabalho não apenas perpétua a desigualdade de gênero, mas também se entrelaça com as estruturas de classe, criando múltiplas camadas de exploração e opressão. Essas dinâmicas são especialmente visíveis no campo da Educação Física, onde as profissionais enfrentam desafios específicos devido à sua posição de gênero. Às mulheres nessa área frequentemente são relegadas as funções de menor prestígio e remuneração, como aponta IBGE (2024) no Brasil as mulheres ganham 79% da renda dos homens, mesmo estudando e trabalhando mais como aponta em outro estudo do IBGE de 2022, as mulheres trabalharam 54,4 horas por semana, e os homens, 52,1 horas. Além disso, a precarização e a informalidade, características do trabalho contemporâneo, afetam desproporcionalmente as

trabalhadoras, exacerbando as desigualdades de gênero. Outro aspecto é a questão da aparência das trabalhadoras como apresenta a reportagem "*As Personal Trainers rejeitadas por estar acima do peso padrão e ser feliz*"²⁷, destaca o preconceito enfrentado por *Personal Trainers* que, apesar de estarem acima do peso considerado ideal, são altamente capacitadas em suas áreas. Elas defendem a ideia de que o sucesso e a saúde não estão necessariamente ligados ao corpo magro ou musculoso.

Como podemos observar, a reportagem com a *Personal Trainer* Carla Borges compartilha uma importante reflexão sobre o estigma no mercado de trabalho: "Eu sei do meu potencial. Se você quer emagrecer, eu consigo te ajudar. Se você quer ganhar massa, eu posso também. Eu sempre estudei muito para que a minha aparência não seja algo que leve as pessoas a desconfiarem do meu trabalho". Com essa fala, Carla reforça seu compromisso com o conhecimento técnico e a competência, independentemente do seu corpo não se encaixar nos padrões forjados pela Indústria *Fitness* como fetiche da mercadoria que vende.

Ela e outras profissionais como Juliana Diniz falam sobre a importância de uma abordagem mais inclusiva e realista sobre saúde e bem-estar. Embora algumas enfrentem rejeição devido ao seu peso, elas optam por focar no empoderamento de suas clientes e na construção de um ambiente onde a autoestima e a saúde emocional prevalecem sobre estereótipos estéticos.

A matéria destaca que essas *Personal Trainers* estão redefinindo a narrativa ao demonstrar que felicidade e saúde não estão necessariamente ligadas a um corpo "perfeito", mas sim a uma relação equilibrada e saudável consigo mesmas e com o próprio corpo.

Entre os/as profissionais de Educação Física com emprego formalizado, a participação masculina é significativamente maior do que a feminina. Para corroborar com esta afirmação, o estudo de Proni (2010) realizado com professores e professoras de Educação Física nacionalmente, quase dois terços (63%) dos profissionais são homens, enquanto pouco mais de um terço (37%) são mulheres. No entanto, em estados como São Paulo e Amazonas, a participação feminina já ultrapassa os 40%. Por outro lado, em estados como Bahia, o emprego permanece altamente concentrado nas mãos dos homens, com 77,5% dos profissionais sendo homens e apenas 22,5% mulheres. A análise da contratação de jovens profissionais nos estados selecionados também revela diferenças marcantes. Santa Catarina (18,6%) e Amazonas (16,2%) possuem uma alta proporção de empregados com até 24 anos de idade, enquanto Pernambuco (5,1%) e Bahia (7,4%) apresentam percentuais baixos. Em

²⁷ A reportagem "*As Personal Trainers rejeitadas por estar acima do peso padrão e ser feliz*", publicada pelo Portal G1, em setembro de 2024.

contraste, a presença de profissionais com 50 anos ou mais é significativa em Goiás (15,5%), mas baixa no Distrito Federal (2,6%). A remuneração também varia conforme o sexo e a idade dos profissionais de Educação Física. Ainda o autor aponta que, em alguns estados, a diferença salarial entre homens e mulheres é bastante elevada. No Rio de Janeiro, os homens ganham quase 60% mais que as mulheres, e em Minas Gerais, a diferença é de 50%. Entretanto, no Distrito Federal e no Pará, praticamente não há diferença salarial por sexo. Curiosamente, no Amazonas e no Ceará, as mulheres têm uma média salarial superior à dos homens (Proni, 2010).

No estudo dos autores Hartwing *et al.*, (2012), no qual foi realizado em Pelotas/RS, através de um censo com trabalhadores/as de Educação Física que atuam em academias de ginástica, para investigar suas características de saúde. Observou-se que dos 546 profissionais identificados em 170 academias, 497 completaram o questionário, do qual 57,9% eram homens e 42,1% eram mulheres. A minoria tinha graduação em Educação Física em bacharéis, representando apenas 6,6%. A renda mensal mediana exclusivamente das atividades nas academias foi de R\$ 1.000,00, e 82,9% dos entrevistados pertenciam às classes econômicas A e B. Entre os profissionais, 48,5% trabalhavam como instrutores de musculação e 38,8% ofereciam treinamento personalizado. A constante mudança no ambiente de trabalho, variações na rotina e exposição a fatores de risco, como pressão por desempenho, ausência de pausas e características da profissão, podem levar a transtornos psicofísicos e alterar o estilo de vida dos trabalhadores. Apesar desses aspectos, a situação desses profissionais ainda é pouco abordada na literatura, como apontam os autores Hartwing *et al.*, (2012).

Para compreender plenamente essa nova morfologia do trabalho dentro dessa Indústria *Fitness*, é necessário analisar as dinâmicas econômicas, sociais e políticas que moldam a organização social da classe trabalhadora. Isso inclui a influência das políticas neoliberais, a busca incessante por maximização dos lucros pelas academias de ginástica e musculação e a resposta dos/as trabalhadores/as se encontram sem representação sindical a essas transformações que causam crises sistêmicas. Em suma, esta investigação do trabalho, buscamos entender as profundas mudanças estruturais que estão redefinindo o mundo do trabalho e as implicações dessas mudanças para os/as trabalhadores/as.

Dessa forma, a relação entre burguesia e proletariado no campo da Educação Física expressa uma estrutura em que os interesses da classe dominante, ao transformar as práticas corporais em mercadorias, aprofundam a dependência dos/as trabalhadores/as em relação aos meios de produção, que permanecem sob controle do capital. Essa configuração da Indústria

Fitness não apenas molda o mercado, mas também intensifica as desigualdades sociais e reproduz condições laborais alienantes, características centrais da relação entre capital e trabalho.

A suposta valorização profissional dos/as trabalhadores/as da Educação Física, frequentemente propagada no discurso mercadológico do setor, precisa ser analisada com cautela. Na prática, ela se insere em um contexto de reformulação produtiva da Indústria *Fitness*, que se articula ao avanço do capitalismo informacional e digital. Como aponta Antunes (2019, p. 512), vivemos sob um capitalismo em que “o avanço do maquinário informacional e digital, sob o comando financeiro, vem se desenvolvendo de tal forma que a produtividade do capital se valoriza sempre no seu ponto de ápice”, enquanto os trabalhadores se tornam cada vez mais subordinados às exigências tecnológicas e mercadológicas.

Diante desse cenário, avançaremos no próximo capítulo para discutir o que denominamos Indústria *Fitness* 4.0, marcada pela digitalização, pela plataformização dos serviços e pelas novas formas de precarização que se inserem nesse processo.

7.1 A Indústria *Fitness* 4.0 sob a Lógica da Plataformização: Transformações Tecnológicas e Desafios para o Trabalho dos/as Profissionais de Educação Física

Para Coelho (2019) em meio a este gigantesco universo tecnológico, no início do século XXI, imersos em um cenário de vertiginosa evolução tecnológica, testemunhamos a expansão da *internet*, o surgimento de sensores menores, mais eficientes e acessíveis, além do constante aperfeiçoamento de *softwares e hardwares*, integrar vastas redes de dispositivos interconectados. Neto (2023) Essa profunda transformação, que afeta desde a competitividade empresarial até as estruturas sociais e a economia global, segundo Coelho (2016) foi nomeada pelos professores Erik Brynjolfsson e Andrew McAfee, do MIT, como a “Segunda Era das Máquinas”. Esse conceito marca uma era de convergência entre tecnologias digitais, inteligência artificial, automação e conectividade, que vêm redesenhando profundamente os modos de produção e as relações de trabalho. É a partir desse novo paradigma que emerge a chamada Quarta Revolução Industrial — ou Indústria 4.0 — como uma resposta às mudanças aceleradas nas últimas décadas (Schwab, 2016).

Idealizada pelo governo alemão e popularizada no Fórum Econômico Mundial de Davos (Coelho, 2016). A chamada Indústria 4.0 representa mais do que um avanço tecnológico; trata-se de uma reconfiguração estrutural dos processos produtivos e das

relações de trabalho. Sob o discurso da inovação e da eficiência, esse modelo aprofunda a integração entre o mundo físico e o digital, consolidando uma lógica produtiva baseada em sistemas ciberfísicos (CPS), Internet das Coisas (IoT) e computação em nuvem — conceitos que ganharam projeção internacional a partir da Feira de Hannover, em 2011, na Alemanha (Schwab, 2016).

Embora propagandeada como sinônimo de progresso, a Indústria 4.0 carrega contradições profundas. Por um lado, promove a automação em larga escala, permitindo que máquinas e sistemas operem de forma autônoma, comuniquem-se entre si, aprendam e tomem decisões de maneira programada, quase independente. Por outro, esse avanço técnico acelera a substituição da força de trabalho humana, intensifica o desemprego estrutural e precariza os vínculos laborais.

Além disso, essa transformação amplia as exigências de qualificação, restringindo o acesso ao trabalho digno àqueles que dominam competências tecnológicas altamente especializadas, ao passo que os demais trabalhadores e trabalhadoras são empurrados/as para atividades instáveis, mal remuneradas ou para o desemprego. Assim, sob o manto da “revolução tecnológica”, a Indústria 4.0 potencializa as desigualdades sociais e aprofunda a assimetria entre capital e trabalho, subordinando ainda mais a força de trabalho às exigências do capital em um contexto de produtividade exacerbada e esvaziamento dos direitos trabalhistas.

Na prática, o avanço da Indústria 4.0 significa que máquinas e sistemas não apenas operam de forma autônoma, mas também interagem entre si, processam dados, se adaptam em tempo real. Os chamados sistemas ciberfísicos (CPS) constituem o pilar dessa nova configuração produtiva ao integrar recursos computacionais diretamente aos ambientes físicos, o que possibilita o monitoramento, o controle e o ajuste dos processos com níveis inéditos de precisão e velocidade.

Complementarmente, a Internet das Coisas (IoT) amplia essa lógica de conectividade ao conectar não apenas máquinas e objetos, mas também pessoas, integrando-as a um ecossistema digital de monitoramento e troca permanente de dados. Embora esse discurso enfatize ganhos de eficiência, flexibilidade e produtividade, oculta-se o fato de que esse mesmo sistema aprofunda o controle sobre o trabalhador e contribui para uma precarização generalizada das relações laborais.

O ambiente hipertecnológico e interconectado característico da Indústria 4.0 promete um sistema produtivo mais ágil, automatizado e supostamente mais responsivo às

dinâmicas do mercado global, marcado pela competitividade exacerbada e pela obsolescência acelerada (Coelho, 2016). Contudo, na essência, essa nova etapa da revolução tecnológica não se limita a promover “inovação”, mas inaugura formas de gestão e controle baseadas na vigilância digital, na desvalorização do trabalho humano e na concentração de poder nas grandes corporações que detêm o domínio sobre dados e tecnologias.

Ao excluir trabalhadores/as que não conseguem acompanhar as exigências de qualificação impostas, ao mesmo tempo, em que estimula uma elite tecnológica altamente valorizada e um exército de reserva de força de trabalho submetido à informalidade, à instabilidade e à perda de direitos.

Nesse cenário, o trabalho continua sendo uma categoria central de análise, pois, mesmo diante do avanço tecnológico e da automação, as relações laborais seguem sendo mediadas por novas formas de controle, intensificação do ritmo produtivo e transferência de responsabilidades aos trabalhadores e trabalhadoras. A plataformização, ao reorganizar as práticas produtivas e promover a falsa ideia de autonomia, evidencia que o trabalho permanece no centro das transformações sociais, econômicas e tecnológicas contemporâneas. Direcionamos o olhar para o setor da Indústria *Fitness*, compreendendo que as inovações tecnológicas impactam não apenas a indústria tradicional, mas também os setores vinculados à saúde, ao corpo, ao bem-estar e ao condicionamento físico.

Antunes (2023) reforça essa compreensão ao destacar que expressões como agroindústria, serviços industriais e indústria de serviços refletem a crescente intersecção entre os diversos setores da economia, sob as novas cadeias produtivas de valor. Nesse sentido, a Indústria *Fitness* emerge como parte integrante desse processo, articulando-se às lógicas da Indústria 4.0 ao incorporar tecnologias digitais, plataformas e sistemas inteligentes, o que impacta diretamente a organização do trabalho, as relações laborais e o próprio significado do corpo no contexto produtivo contemporâneo.

A Indústria *Fitness* 4.0, marcada pela convergência entre inovações tecnológicas, plataformas digitais e conectividade em tempo real, insere-se de forma direta no debate contemporâneo sobre a plataformização do trabalho. Grohmann (2021, p. 12) define o conceito de “plataformização do trabalho” ao utilizar as expressões trabalho em plataformas e plataformização como sinônimos, apontando que ambas se referem às novas formas de controle e gerenciamento exercidas pelo capital, ao passo que as possibilidades reais de construção de alternativas para a classe trabalhadora permanecem restritas.

Com o advento da pandemia da Covid-19, as dinâmicas produtivas e as relações laborais foram profundamente impactadas, ao mesmo tempo, em que se difundia a ideia de

um "novo normal", no qual a reinvenção pessoal e profissional passou a ser amplamente incentivada, principalmente por meio das redes sociais e das plataformas digitais.

Nesta conjuntura, Grohmann (2021) chama atenção para o trabalho remoto, ensino à distância, live e trabalho por aplicativos são sintomas por dados dependes de infraestruturais digitais geralmente alimentas por dados e automatização por algoritmos de atividades laborais.

No epicentro dessas transformações, o setor *fitness* emergiu como um campo privilegiado para observar os desdobramentos da plataformização, que se consolida como resposta do capitalismo globalizado em crise e como alternativa de continuidade da lógica neoliberal, mesmo diante do caos sanitário e econômico provocado pela pandemia. Nesse contexto, as plataformas digitais se tornaram centrais para reorganizar o trabalho na Indústria *Fitness*, reconfigurando práticas como o oferecimento de aulas e treinos *online*, o atendimento personalizado via aplicativos e o uso de redes sociais como ambiente de captação de clientes. Tais práticas intensificam o discurso da autonomia, pois promovem a ideia de que o/a profissional de Educação Física pode gerir seu próprio negócio de forma independente, ao passo que, na realidade, enfrentam a precarização, a instabilidade de renda e o aumento das exigências de disponibilidade e performance.

Além da precarização evidenciada nessas modalidades de trabalho mediado por plataformas digitais, destaca-se o aumento do uso de tecnologias baseadas em inteligência artificial (IA) na formulação e acompanhamento dos treinamentos. Um exemplo emblemático dessa tendência é o aplicativo *Freeletics*, desenvolvido na Alemanha, que ganhou notoriedade ao empregar algoritmos de IA para elaborar programas de exercícios personalizados. O sistema utiliza os *feedbacks* dos próprios usuários para determinar as próximas etapas de treinamento, criando um ambiente *gamificado* que estimula a competição e a superação individual. Nesse modelo, o/a profissional de Educação Física é retirado do processo de elaboração e acompanhamento dos programas, enquanto a tecnologia passa a exercer, de forma automatizada, funções tradicionalmente desempenhadas por profissionais qualificados.

Os resultados do estudo de Neto (2023) apontam que a incorporação massiva de tecnologias digitais e algoritmos inteligentes aos processos produtivos não apenas transforma as dinâmicas de trabalho, mas também redefine o papel da força de trabalho humana, especialmente em setores de serviços como o *fitness*. O autor destaca que, sob o discurso da eficiência, da personalização e da autonomia, observa-se, na prática, o aprofundamento da precarização, da informalização e da desresponsabilização das empresas. Além disso, o estudo

evidencia o fortalecimento do controle algorítmico, no qual métricas de desempenho, avaliações e dados fornecidos pelos próprios usuários substituem o acompanhamento técnico qualificado, ao mesmo tempo, em que ampliam o monitoramento e a vigilância sobre trabalhadores e consumidores.

Como apresentam Neto e Húnguro (2022) as plataformas da Indústria *Fitness*, ilustrado na Tabela 1 apresenta um panorama de algumas das principais plataformas digitais que operam no setor fitness, detalhando os tipos de serviços oferecidos e as implicações para a vinculação profissional dos/as trabalhadores/as de Educação Física. Observa-se que, embora essas plataformas se apresentem como facilitadoras do acesso aos serviços de treinamento, elas também expressam características típicas da plataformização do trabalho, como a flexibilização dos vínculos, a precarização das condições laborais e a ampliação da responsabilização individual dos/as profissionais. Tais aspectos serão problematizados nas análises subsequentes.

Tabela 2: Plataformas digitais vinculadas ao setor fitness, tipos de serviço oferecidos e implicações na vinculação profissional.

PLATAFORMA	TIPO DE SERVIÇO	VINCULAÇÃO PROFISSIONAL
NikeTrainingClub https://www.nike.com.br/LandingPage/Index/para-treinar/ntc/app-nike-training-club/	Rotina de Exercícios conforme o nível de aptidão do usuário (o próprio aluno “determina” esse nível); Acompanhamento individualizado (aulas gravadas ou atendimento <i>online</i>) ou em grupos; Diversificação de atividades (musculação, yoga, corrida, ginástica).	Os professores de Educação Física responsáveis pela organização desses treinamentos atuam através de contratos (prestadores de serviços); os vencimentos variam conforme os serviços contratados.
Hora do Treino https://horadotreino.com.br/	Oferece os serviços de <i>personal trainers</i> (acompanhamento de treinamento, orientação de caminhadas e corridas, etc) conforme localização do cliente (semelhante aos serviços da Uber). Isto é, aquele que estiver mais próximo ao local que o cliente deseja atendimento será direcionado para realizar o serviço. A plataforma explicita aos usuários que a responsabilidade pela realização e qualidade do trabalho é dos profissionais.	A plataforma repassa aos/as trabalhadores apenas um percentual do que foi pago pelo cliente (em torno de 65%); afirma que não tem funcionários, e sim parceiros/as, e que não há nenhum vínculo entre a plataforma e o/a prestador do serviço.

GymPass https://site.gympass.com	A plataforma funciona como uma grande “cooperativa” na indústria do <i>fitness</i> , uma espécie de <i>pool fitness</i> capaz de juntar celebridades a grandes marcas de academias e suplementos oferecendo os mais variados serviços nessas áreas.	Para que o profissional ou a empresa possa fazer parte da plataforma é necessário aderir a um plano - conforme queira dar visibilidade a sua marca. São oferecidos pacotes para cada perfil de cliente.
MeuAppFitness https://www.meua-pffit.com.br/	Oferece suporte aos profissionais do <i>fitness</i> que estão migrando para o atendimento virtual, com disponibilização de vídeos e programas que auxiliam na formulação dos treinamentos de uma forma em geral.	O professor paga um pacote de serviços (postagens, site, vídeos, etc) conforme sua necessidade e recebe o suporte desse serviço ao longo de seu contrato.
Freeletics https://www.freeletics.com/pt/	Diferencia-se das demais plataformas pois ela se utiliza apenas de inteligência artificial em todo o processo de formulação de rotinas de treinamento. Inteligência artificial que é alimentada, unicamente, pelas informações enviadas pelos próprios/as usuários/as, não havendo nenhuma participação de <i>personal trainer</i> ou qualquer outro/a trabalhador/a da indústria do <i>fitness</i> .	Não há oferta de serviço de <i>personal trainer</i> ou qualquer outro profissional da indústria do <i>fitness</i> .

Fonte: Neto e Húgaro (2022)

No caso da Indústria *Fitness* 4.0, o crescimento de aplicativos como *Nike Training Club*, *Gympass*, *Meu App Fitness*, *Hora do Treino* e *Freeletics* revela um processo contraditório: de um lado, os discursos de inovação, personalização e acesso facilitado; de outro, o aprofundamento da precarização das relações de trabalho, a fragilização das garantias trabalhistas e a progressiva substituição do trabalho humano por sistemas automatizados.

Mais do que um fenômeno técnico, essa transformação revela uma reestruturação produtiva no setor *fitness*, na qual o capital explora a narrativa da autonomia do usuário/a e da eficiência tecnológica como estratégia para reduzir custos com mão de obra qualificada e maximizar os lucros, transferindo os riscos e as responsabilidades diretamente aos trabalhadores.

Frente a esse cenário, os resultados do estudo de Neto (2023) reforçam a necessidade urgente de debate crítico e de regulamentação das novas tecnologias, sob o risco de aprofundamento da informalidade, da precarização e da exclusão dos/as profissionais de Educação Física do mercado de trabalho, comprometendo não apenas a dignidade da atuação profissional, mas também a qualidade do serviço ofertado à população.

A ascensão vertiginosa da Indústria *Fitness* 4.0, associada ao fenômeno da plataformação, opera como divisor de águas nas estruturas laborais, desafiando paradigmas tradicionais e impondo uma profunda reelaboração das dinâmicas do trabalho. Nesse contexto, observa-se a intensificação da informalidade, da fragmentação dos vínculos empregatícios e do deslocamento de riscos e custos aos trabalhadores e trabalhadoras, sob a aparência de flexibilidade e empreendedorismo.

Dessa forma, a interseção entre a busca por bem-estar físico, a cultura da alta performance e as transformações impulsionadas pelas plataformas digitais delineia um cenário laboral repleto de ambivalências, no qual os/as profissionais de Educação Física enfrentam desafios crescentes relacionados à precarização, ao controle algorítmico e à fragilização dos direitos, características centrais do atual modelo produtivo da Indústria *Fitness* 4.0. Exemplos concretos desses desafios incluem a ausência de garantias trabalhistas formais, a dependência das plataformas para conquistar e manter clientes e o monitoramento constante por métricas de engajamento em redes sociais, que, muitas vezes, condicionam a remuneração e a visibilidade desses profissionais à sua performance online e à quantidade de seguidores, em detrimento da qualidade do serviço prestado.

A pesquisa de Skroch; Camargo (2022) evidencia que a Indústria 4.0, impulsionada pelas tecnologias digitais, como inteligência artificial, big data e plataformas, aprofunda a precarização, a informalidade e a exploração da força de trabalho. O fenômeno da uberização e da plataformação reorganiza o mundo produtivo, normalizando vínculos precários e a retirada de garantias trabalhistas, sob o discurso do empreendedorismo e da falsa autonomia. O estudo demonstra que o trabalho mediado por plataformas digitais impõe o controle algorítmico, jornadas flexíveis e imprevisíveis, ao mesmo tempo, em que amplia a informalidade e torna os/as trabalhadores/as invisíveis. Os conceitos de “trabalhador *just-in-time*” e “panóptico algorítmico” ilustram como as novas tecnologias intensificam o controle e a exploração no mundo do trabalho. Além disso, a autora destaca que o trabalho digital aprofunda as desigualdades sociais, com impactos mais severos sobre mulheres, migrantes e populações vulnerabilizadas. A uberização ultrapassa o universo das plataformas, afetando toda a classe trabalhadora e reforçando o esvaziamento dos direitos e a precarização. Segundo, Skroch; Camargo (2022) aponta que as tecnologias digitais são utilizadas para maximizar o lucro e ampliar os mecanismos de vigilância e controle sobre os/as trabalhadores/as, o que exige o fortalecimento da organização coletiva e formas de resistência frente às novas estratégias do capital.

Por fim, Nobre *et al.* (2024) ressaltam a necessidade de adaptação dos/as trabalhadores/as às exigências contratuais, enquanto o modelo de atendimento flexível se mostra atraente para os consumidores em busca de serviços personalizados de saúde e estética. Essa flexibilização, no entanto, frequentemente transfere aos profissionais a responsabilidade pela gestão de sua carga horária, pelos investimentos em qualificação e pelas ferramentas tecnológicas necessárias ao exercício da atividade. Além disso, o acesso a clientes e a possibilidade de atuação em múltiplos espaços não garantem estabilidade ou proteção social, mas sim expõem os profissionais a altos níveis de competitividade, insegurança econômica e dependência das plataformas digitais. Nesse cenário, os profissionais de Educação Física, atuando em academias, residências, parques e clubes, operam sob a lógica de um trabalho intermitente e precarizado, em que o discurso de autonomia camufla a ausência de direitos trabalhistas. Essa realidade é sintetizada por Antunes (2020) ao conceituar a figura do "*Professor Delivery*", que traduz a informalidade e a fragmentação das relações de trabalho nesse setor.

A Indústria *Fitness* 4.0, ao se articular às novas tecnologias e às plataformas digitais, exige uma análise crítica dos impactos sobre o trabalho e a necessidade de organização coletiva diante das novas estratégias de controle e exploração do capital. Nesse contexto, é fundamental reconhecer que, apesar do discurso de inovação e empreendedorismo, o modelo da Indústria *Fitness* 4.0 tende a aprofundar as desigualdades, precarizar vínculos e desestabilizar a segurança socioeconômica dos profissionais do setor. Assim, pensar alternativas exige o fortalecimento de espaços de resistência, a defesa dos direitos trabalhistas e a construção de mecanismos que garantam condições dignas de trabalho, assegurando que o avanço tecnológico não se traduza em retrocesso social.

8 Resultados e Discussões

8.1 Pesquisa de campo empírico

Foram entrevistados/as cinco profissionais de Educação Física atuantes na academia *Sky Fit*, sendo dois/as vinculados/as à unidade *Sky Fit* Fragata e três à unidade *Sky Fit* Três Vendas. Enfatiza-se que a primeira unidade possui cinco *Personal Trainers* fixos mais dez estagiários/as, enquanto a segunda conta com apenas três e seis estagiários/as. Por um lado, a realização das entrevistas foi limitada pela disponibilidade dos/as trabalhadores/as, o que resultou em um número reduzido de participantes. Por outro lado, destacamos que tivemos o cuidado de um equilíbrio de gênero entre professores e professoras das academias: 2 homens e 2 mulheres de quem tem vínculo formal com a academia. Para fins analíticos, foi realizada uma estratificação dos/as participantes: apenas um dos profissionais, aqui denominado Bernardo, atua como autônomo; os/as demais possuem vínculo formal com a academia. Vale ressaltar também que não foi possível entrevistar outros/as trabalhadores/as autônomos/as devido à indisponibilidade dos/as mesmos/as em participar do estudo. Por essa razão, a análise referente a essa modalidade de trabalho baseia-se em um único representante.

O Quadro 1 apresenta os dados referentes à caracterização geral dos/as profissionais de Educação Física participantes do estudo.

Quadro 1: Identificação dos entrevistados/as

Nome Fictício e idade	Local e Tempo de formação inicial	Tempo de atuação em academia
Pedro, 27 anos	Faculdade Anhanguera de Pelotas/RS, há três anos.	Três anos
Marina, 40 anos	Faculdade Anhanguera de Pelotas/RS, há cinco anos.	Cinco anos.
Matheus, 33 anos	UFPe/ESEF, há seis anos.	Seis anos
Bernardo, 25 anos	Faculdade Anhanguera de Pelotas/RS, há cinco anos	Cinco anos
Amanda, 26 anos	Faculdade Anhanguera de Pelotas/RS, há quatro anos	Sete anos

Fonte: Próprio autor, 2025.

De acordo com o quadro 1, evidenciamos que quando questionados sobre o tempo de serviço em academias de ginástica, 2 entrevistados/as disseram que atuam há 5 anos, 1 disse que atua 3 anos e os outros dois há disseram, 6 anos e 7 anos. Além disso, destacamos as falas abaixo por trazerem outros elementos:

[...] Em academia eu trabalho desde 2016, desde o primeiro semestre da faculdade
[...] (Matheus)

[...] Eu entrei para a faculdade em 2018. E comecei a estagiar logo em seguida, [...] eu já comecei a trabalhar. [...] (Amanda)

Tais relatos revelam que a atuação em academias ocorre, em alguns casos, desde os primeiros semestres da graduação, muitas vezes sem domínio dos conhecimentos fundamentais da área ou consideração à legislação que regulamenta os estágios supervisionados. Esse cenário dialoga com os achados de Manfro (2017), ao evidenciar a realocação de funções em curtos períodos de estágio, como ilustra a seguinte citação: “Em pouco tempo de atuação como estagiário (duas semanas, para ser mais específico), acabou assumindo um cargo semelhante ao de um coordenador dentro da academia” (Manfro, 2017, p. 48). Essa prática aponta para um processo de precarização do trabalho de profissionais formados/as em Educação Física, ao serem substituídos/as por estagiários/as ainda em processo inicial de formação. Embora tal substituição possa ser apresentada como uma oportunidade profissional, ela revela-se como uma estratégia mercadológica de redução de custos salarial com mão de obra. Os/as estagiários/as acabam exercendo atribuições semelhantes às dos/as profissionais efetivos/as, porém com remuneração inferior e sem a devida qualificação. Conforme destacam Freitas *et al.* (2014), trata-se da utilização de estagiários/as como “mão de obra barata”. Como alerta o entrevistado Bernardo: “A minha hora na academia era 12,00 reais e alguma coisa.” Em seguida, complementa:

[...] Para o dono da academia, o negócio é o lucro, os números; portanto, ele vai contratar alguém que aceite trabalhar por 13,00 reais. [...] Ele não quer saber se esse profissional sabe, por exemplo, o que é um agachamento. Basta que tenha um registro, caso a fiscalização apareça, para dizer que está tudo legalizado. Mas ele não se importa se o profissional tem formação ou não. [...] Às vezes, esse certificado foi obtido em um curso EaD em que a pessoa sequer frequentava as aulas, apenas respondia às provas com respostas retiradas da *internet*. Não importa se o profissional é, de fato, formado, se estudou, se busca qualificação após a graduação, se tem histórico... ou se não tem.[...]

Ao analisarmos o Quadro 1 em articulação com os depoimentos, evidencia-se um fenômeno recorrente: a inserção precoce e desregulamentada de estudantes de Educação Física em espaços formais de trabalho, antes mesmo do cumprimento legal e pedagógico dos estágios supervisionados. Mas, ainda, salientamos outro aspecto destacado pelos/as entrevistados/as diz respeito ao momento em que iniciaram suas atividades como *Personal Trainer*. Apenas uma das entrevistadas relatou ter desempenhado essa função ainda durante o período de estágio. Sabe-se que, de modo geral, não é comum que estagiários/as atendam alunos/as personalizados/as nas academias, uma vez que essa atribuição costuma ser destinada

a profissionais já formados/as. Entretanto, os depoimentos a seguir sugerem uma certa flexibilização dessa lógica institucional:

[...] Como *Personal*, primeiro ano depois que eu me formei.[...](Pedro)

[...] Trabalho há três anos como *Personal* e, no total, atuo há cinco anos na área.[...]
(Marina)

[...] Bota aí sete anos em pista e desde lá já com um *Personal* junto. [...] (Amanda)

No caso específico de Amanda, observa-se uma sobreposição entre a formação inicial e o início das atividades como *Personal Trainer*, indicando que, mesmo durante o processo formativo, já havia atuação direta com alunos/as personalizados/as — prática que ultrapassa os limites legais e pedagógicos previstos para os estágios supervisionados, pelo simples fato de se compreender que o/a estagiário/a ainda está em fase de formação e aperfeiçoamento, sua atuação deve ser cuidadosamente delimitada. No que tange ao atendimento de públicos com doenças crônicas de saúde, como hipertensos, diabéticos e outros quadros clínicos específicos, é imprescindível que essa responsabilidade recaia sobre profissionais devidamente formados/as, com conhecimento técnico e experiência para lidar com possíveis riscos e necessidades de adaptação nos treinos. A exposição precoce a situações complexas pode não apenas comprometer a segurança do/a aluno/a, mas também gerar responsabilidades que o/a estagiário/a ainda não tem preparo legal e pedagógico para assumir.

Como salienta Barros (1996, p. 51), uma “profissão surge para atender a alguma necessidade específica da sociedade”. Sob essa ótica, a profissão de Educação Física se configura como uma atividade prática de prestação de serviços especializados, cuja atuação exige formação específica, geralmente obtida por meio de um curso de graduação (Barros (1996). Entre os objetivos centrais da formação acadêmica, destaca-se a preparação de profissionais qualificados/as para o exercício ético e competente da profissão.

A Educação Física, por sua natureza, responde diretamente às demandas sociais, promovendo saúde, bem-estar e qualidade de vida por meio de práticas corporais. Para tanto, exige domínio de saberes técnicos, científicos e metodológicos próprios da área. Assim, cabe aos cursos de graduação garantir uma formação sólida, crítica e ética, que capacite os/as futuros/as profissionais para uma atuação segura e responsável.

Nesse sentido, o relato de Bernardo reforça a recorrência de trajetórias que antecipam a inserção no mercado de trabalho *fitness*, ainda durante a graduação, muitas vezes de maneira informal. Tal prática, embora comum, acarreta a assunção de funções que deveriam estar restritas a profissionais legalmente habilitados/as. Conforme relatado anteriormente, Bernardo afirma:

[...] Como estagiário até me formar em 2023, no final do ano, e depois em 2024, praticamente todo o ano até novembro, atuei como instrutor de pista formado, responsável pelo turno. A partir do final de 2024, resolvi por conta própria pedir demissão. [...] Decidi me tornar *Personal* autônomo, porque meus ganhos eram muito maiores. Se eu fizer a mesma carga horária que faria na academia, o meu ganho é cerca de quatro vezes maior, [...] a minha hora hoje como *Personal* é 40 reais. É muito mais expressivo, e para mim, tem menos incomodação, porque eu gerencio o meu próprio trabalho.

Como referido pelo investigado, atuar como *Personal Trainer* autônomo tem se revelado, em muitos casos, mais lucrativo do que os vínculos empregatícios formais mantidos por colegas contratados/as por academias. Essa constatação contribui para consolidar, no interior da Indústria do *Fitness*, a percepção de que os espaços informais de trabalho — sobretudo aqueles ligados ao atendimento personalizado — são mais vantajosos em termos econômicos. Tal realidade impulsiona o distanciamento em relação às formas tradicionais de contrato de trabalho, alimentando o discurso da autonomia como alternativa desejável e eficaz. A grosso modo, o relato do entrevistado ilustra, de forma contundente, a lógica do autoempreendedorismo presente no setor, associada não apenas à busca por autonomia e reconhecimento profissional, mas também à desvalorização crescente do trabalho assalariado. No entanto, essa transição para o regime autônomo não ocorre sem custos: a autogestão e a flexibilidade, comumente celebradas como expressões de liberdade, são, na prática, estratégias de sobrevivência diante da ausência de planos de carreira estruturados e da fragilidade dos vínculos institucionais. Nesse contexto, a análise de Tavares (2002) é particularmente elucidativa ao argumentar que o trabalho informal, longe de ser um fenômeno periférico, assume funcionalidade direta no interior do sistema capitalista. A autora demonstra que a informalidade não se limita a atividades de subsistência, mas inclui também relações em que a compra da força de trabalho é dissimulada sob formas contratuais aparentemente autônomas. Assim, como as categorias clássicas de formalidade e informalidade tornam-se cada vez menos eficazes para compreender a complexidade do mundo do trabalho contemporâneo, torna-se necessário desconstruir os mecanismos que mascaram as relações de exploração, agora mediadas por uma suposta autonomia.

Esse cenário reflete a incorporação progressiva de uma racionalidade neoliberal no campo da Educação Física, que transforma trabalhadores/as em gestores/as de si mesmos/as, responsabilizando-os/as por sua empregabilidade, desempenho e sucesso individual. O que se apresenta como liberdade de escolha — tornar-se *Personal Trainer* autônomo/a — muitas vezes constitui uma imposição estrutural disfarçada de autonomia. Como discutido por Dardot e Laval (2016), o neoliberalismo não apenas impõe regras econômicas, mas também fabrica sujeitos, moldando comportamentos, desejos e afetos com base na lógica da concorrência, da

performatividade e da maximização de si. Nesse sentido, a figura do profissional autônomo emerge como emblema de uma subjetividade neoliberal que internaliza os imperativos do mercado, ainda que à custa de segurança, estabilidade e reconhecimento coletivo.

Além disso, esse processo pode ser compreendido como parte da chamada pedagogia da empregabilidade, conforme analisa Saviani (2007), na qual a formação e a atuação profissional são orientadas para a adaptação ao mercado, e não para a transformação das condições de trabalho. A busca por melhor remuneração vem acompanhada da renúncia a direitos básicos, como estabilidade, descanso remunerado, previdência e plano de carreira — elementos fundamentais para o exercício profissional digno.

Em síntese, os/as entrevistado/as expressam uma contradição estrutural: ao mesmo tempo que afirmam sua autonomia como escolha racional, revelam a condição precarizada que a sustenta. A ideologia do autoempreendedorismo, nesse caso, opera como um dispositivo de captura subjetiva, ocultando relações assimétricas e reproduzindo uma lógica de intensificação e desproteção do trabalho no setor do *fitness*.

Como observa Nozaki (2005), à classe trabalhadora resta apenas a busca por nichos aparentemente mais promissores dentro do próprio mercado, num movimento contínuo e desgastante — como num jogo de gato e rato. Ainda assim, o trabalho que realizam, imerso em uma lógica alienada, serve apenas para garantir a reprodução de sua própria força de trabalho, alimentando, por consequência, a engrenagem do capital. Diante desse cenário, nossa análise volta-se para as condições concretas de trabalho vivenciadas por essa classe, cujos sentidos são moldados pelas experiências cotidianas e pelas exigências de um mercado cada vez mais flexibilizado e competitivo. Interrogamos aqui as formas como essas práticas laborais se manifestam, tanto no interior da Indústria *Fitness* quanto em outros espaços de atuação profissional nos quais o capital impõe suas exigências. Isso porque a academia de ginástica deixou de ser o único *locus* de atuação desses/as profissionais — sua presença tem se expandido para ambientes diversos, especialmente o espaço virtual, onde novas formas de trabalho, controle e intensificação também se fazem presentes.

Tais elementos revelam, com clareza, como esses trabalhadores e trabalhadoras constroem suas rotinas e estratégias de sobrevivência diante das contradições entre a suposta autonomia empreendedora e as reais condições de precarização estrutural. Essas dinâmicas tornam-se ainda mais visíveis à luz dos eixos analíticos centrais que orientam esta pesquisa: precarização, proletarianização e (auto)intensificação do trabalho no campo da Educação Física, especialmente nos bastidores da Indústria *Fitness* — aspectos que serão aprofundados nas seções seguintes.

8.2 A precarização do trabalho na Indústria *Fitness*

Quando questionados/as sobre a sua rotina de trabalho em relação às atividades que desenvolvem, quantidade de horas trabalhadas e se também treinam para o seu exercício profissional, foi estimado que os/as entrevistas que trabalham de 9 a 12 horas diárias, tal configuração decorre da necessidade de se desdobrarem para atender às múltiplas demandas impostas pela dinâmica do setor, que exige intensa disponibilidade. Nesse cenário os/as profissional dividem suas atividades entre atendimentos personalizados como *Personal Trainers*, e aulas coletivas na pista (sala de musculação). Conforme visualizamos nas falas abaixo:

[...] Minha rotina é um pouco exaustiva, admito. Pela manhã, dou três aulas de *Personal* — às 8h, 9h e 10h. Costumo treinar antes, por volta das 7h. Faço isso de duas a três vezes por semana para aliviar um pouco. Depois, do meio-dia até a meia-noite, trabalho na *Sky Fit*. [...] (Pedro)

[...] Aqui eu trabalho seis horas pela manhã e, à noite, atuo como *Personal*. Treino há nove anos, porque gosto. Trabalho das 5h às 11h, de segunda a sexta. Em dois sábados do mês, trabalho por seis horas. No terceiro sábado, não trabalho, mas fico até o meio-dia para compensar as horas. Tenho folga de sábado e domingo a cada dois finais de semana. Essa é minha rotina.[...] (Marina)

[...] Acordo às 5h e geralmente começo a dar aula às 5h 50 min, indo até umas 11h. No turno inverso, dou aula como *Personal*, quando não estou na pista. À tarde, trabalho na academia, e, depois que saio de lá, dou mais aulas de *Personal* até por volta das 21h Depois disso, vou para casa. Treino quando é possível, por exemplo, se algum aluno personalizado desmarcar. Hoje, por exemplo, tinha aula só às 7h, então vim às 6h para treinar. É absolutamente puxado [...] (Matheus)

[...] Costumo trabalhar de 6h a 9h por dia, às vezes mais, às vezes menos, dependendo dos cancelamentos dos alunos. Geralmente são de seis a nove aulas por dia, só na academia. Às quartas de manhã, minha agenda é bloqueada — não marco nenhuma aula. Uso esse tempo para acordar um pouco mais tarde e estudar [...] Costumo me dedicar a cursos e à leitura de artigos, especialmente agora que iniciei uma pós-graduação. Gosto muito de me aprofundar em temas específicos. Sobre minha rotina: minha primeira aula é às 6h da manhã. Acordo por volta das 5h, tomo café e chego na academia às 6h50min. Às vezes dou aula até às 18h. Sempre paro no horário de almoço. Minha última aula da manhã termina às 11h. Nunca marco aula depois disso. Retorno às 14h. Em casos específicos, marco às 13h, quando preciso recuperar um aluno. À tarde, sigo até às 18h, 19h ou até 20h, dependendo do dia. Como *Personal* autônomo, os horários são muito quebrados. Alguns alunos treinam às 6h nas segundas, quartas e sextas. Nas terças e quintas, começo mais tarde. Se o aluno precisar mudar de horário, tento realocar, desde que avise com antecedência. (Bernardo)

[...] Acordo sempre às 4h 30 da manhã para tomar banho, café e me organizar. Começo às 5h na *Sky*. Trabalho entre 6h e 7h diárias, dependendo do fim de semana.[...] O professor formado que trabalha no sábado faz 6h; quando folga no sábado, trabalha 7h durante a semana, por conta da carga horária mensal. Fico na academia das 5h até às 11h ou 12h. [...] Depois, faço meu treino ali mesmo e estou liberada. Atualmente, atendo uma aluna de *Personal* às 17h em outro local.

Trabalho, em média, 36 horas semanais, dependendo do sábado.[...] Não trabalho domingos nem feriados. [...] Trabalho dois sábados sim e um não.[...] (Amanda)

Tais características refletem uma lógica de funcionamento laboral que ultrapassa a formalidade do emprego e insere os/as profissionais da Educação Física em um cenário de (auto)intensificação do trabalho, no qual a gestão do tempo é individualizada e constantemente adaptada à lógica da produtividade. Conforme descreve Antunes (2018), vivemos uma reconfiguração da classe trabalhadora, múltiplas inserções e uma subjetividade moldada pela pressão por desempenho contínuo. Para o autor, “o novo padrão de precarização do trabalho combina subordinação, informalidade e responsabilização individual, criando o que denomino de nova morfologia do trabalho precarizado” (Antunes, 2018, p. 35).

Nesse cenário, a atuação dos/as profissionais de Educação Física é atravessada pela ideologia do autoempreendedorismo, como já sinalizamos, é amplamente difundida no segmento *fitness*. Como aponta Quelhas (2012), mesmo quando inserido/a em uma estrutura institucional, como uma academia, o/a trabalhador/a assume funções autogeridas — é responsável por captar seus próprios/as alunos/as, definir sua carga de trabalho e negociar diretamente seus ganhos. O autor afirma que “a existência deste [trabalhador/a] nas empresas expressas, com nitidez, a presença da ideologia do autoempreendedorismo neste segmento da moderna economia capitalista” (Quelhas, 2012, p. 110). Tal lógica promove a flexibilização das relações de trabalho e transfere ao indivíduo a responsabilidade pela sua estabilidade financeira.

Essa responsabilização é ainda mais evidente no que diz respeito à formação continuada. Bernado, por exemplo, menciona reservar parte de sua semana para estudar, buscar cursos e ler artigos, destacando a importância da atualização profissional. No entanto, como observam os achados de Quelhas (2012), esse tipo de investimento raramente é incentivado pelas instituições empregadoras. A maior parte dos cursos realizados são de curta duração, financiados pelos próprios profissionais, geralmente realizados aos finais de semana, fora da jornada de trabalho formal. Não há, portanto, políticas institucionais estruturadas para valorização do aperfeiçoamento.

Nesse cenário, torna-se evidente o processo de subjetivação da precarização. Conforme analisa Nozaki (2004), no contexto da racionalidade neoliberal, os/as trabalhadores/as passam a internalizar a instabilidade como uma responsabilidade individual, naturalizando como escolha aquilo que, na realidade, é resultado de imposições estruturais do mercado. Como destaca o autor: “[O/a trabalhador/a] se torna sujeito da precarização,

assumindo como liberdade aquilo que, na verdade, é imposição estrutural do mercado” (Nozaki, 2004, p. 51).

Portanto, a partir dos relatos dos/as profissionais entrevistados/as e do referencial teórico mobilizado, compreende-se que a rotina desses/as trabalhadores/as é marcada por jornadas longas, fragmentadas e intensificadas, mediadas por uma lógica de autogestão forçada e ausência de suporte institucional efetiva.

Ao serem questionados/as sobre sua satisfação com o trabalho e com o salário que recebem atualmente, todos/as os/as 5 profissionais entrevistados/as revelaram percepções ambíguas. Embora alguns/as expressem contentamento com a atuação profissional e com o ambiente laboral, os relatos também revelam sinais de desgaste, instabilidade e insatisfação com as condições estruturais da profissão, especialmente no que se refere à remuneração e à longevidade da carreira. Como pode ser visualizado abaixo:

Com o trabalho, estou satisfeito, por mais que a carga horária seja grande, mas foi uma escolha minha de fazer o trabalho de dois turnos. Estou satisfeito, mas ainda quero procurar mais. Hoje é meu salário: juntando a academia e *Personal Trainer*, dá em torno de 5.500 reais, às vezes 6.500 reais. Vai depender ali dos *Personal*. Ali que entra, mês sem mês, às vezes para um, sai outro, mas é, em média, fixo só de academia, 5.200 reais. Minha hora-aula eu cobro 45 reais. Aí vai de quantas vezes a pessoa vai fazer na semana e joga ali um total de aulas por mês. Recebeu, mas geralmente está em torno de 490,00 reais, que a maioria faz 3 vezes na semana. (Pedro)

Sim, aqui eu estou satisfeita. É o melhor que tem na cidade. É uma academia de rede, eles pagam bem. Pelo campo de trabalho, é 2.300 reais, líquido, mais o vale-transporte. (Marina)

Eu gosto do que eu faço. Eu gosto de dar aula e tal. Acho uma rotina bem cansativa. Claro, se a gente parar para olhar na sala de musculação, quantos *Personal* — que eu digo os autônomos — que estão trabalhando por conta acima de 40 anos de idade? Não tem na pista quase nenhum. Então, o meu pensamento é o seguinte: eu não acho que eu aguento mais muito tempo nessa rotina pesada. Eu precisei criar um plano B para poder sair disso. Hoje, como funcionário da academia, recebo, em média, uns 3.000 reais. Os alunos de *Personal*, assim, devem dar mais uns 3.000, totalizando 6.000 reais. Mas, com uma rotina bem pesada, às vezes, não compensa. (Matheus)

Então, satisfeito... Eu acho que não me considero 100% satisfeito, porque eu acho que eu poderia fazer mais. Só que isso não depende só de mim; isso depende muito da adesão dos alunos. Acho que dá para dizer que sim, no sentido de que eu consigo... Te dizer: eu consigo gerar minha própria riqueza, assim como eu faço hoje. Eu consigo me sustentar e ainda guardar uma certa quantia para pensar em projetos futuros. Então, para o que eu quero hoje, estou satisfeito. Poderia estar melhor? Poderia, mas estou satisfeito. Isso de salário é meio complicado, porque, como a gente é autônomo, a gente varia muito. Tem aluno que vai viajar, tem aluno que não sai e volta. Mas, o maior valor: 6.000 reais, mais ou menos, e o mínimo que já tirei foi 4.000 reais. É mais ou menos essa variação. (Bernardo)

Aqui, na empresa, na *Sky*, eu estou satisfeita, porque foi a primeira vez que eu fui valorizada. Com relação à carteira e todos os benefícios que o trabalhador deveria sempre ter, atualmente o meu salário gira em torno de 2.400 reais. Fora o vale-transporte, então fecha ali uns 2.500 reais, mais ou menos. E aí, claro, fora o *Personal*, que aí eu adiciono em cima desse valor para ter a renda total. Mas aqui

mesmo é 2.500 reais, mais ou menos. O máximo que eu já tirei foi quando trabalhava em dois lugares: aqui e em outro lugar. Com os valores de pista, chegava a mais ou menos uns 3.300 reais. Mas era aquilo... É uma rotina extremamente exaustiva, que eu não aguentei: trabalhar 12 horas por dia. (Amanda)

Esses relatos dialogam com os achados de Silva e Krug (2007), que indicam que a satisfação no ambiente de trabalho está fortemente relacionada à interação com os/as alunos/as, ao ambiente coletivo e ao reconhecimento simbólico da prática profissional. No entanto, Anversa *et al.* (2019) destacam que a satisfação profissional é determinada por um conjunto mais amplo de fatores interdependentes, como o equilíbrio entre remuneração e carga horária, possibilidades de ascensão, condições contratuais e valorização da formação. Quando esses elementos não estão presentes de maneira equilibrada, o resultado é um sentimento difuso de frustração e descontinuidade com sua área de atuação.

Nesse sentido, os depoimentos revelam que, embora haja certo contentamento com o exercício da função — mediado pelo gosto pelo ensino e pela construção de vínculos interpessoais —, há também indícios de descontentamento com a estrutura da carreira na Educação Física, sobretudo no setor privado e no ambiente das academias. A ausência de planos de carreira, a dependência de remuneração variável e a sobrecarga de trabalho configuram uma realidade de fragilidade ocupacional. Como destaca Castel (1998), essa fragilidade não implica apenas perda de direitos, mas desfiliação progressiva das proteções sociais e simbólicas que estruturam o trabalho estável.

Além disso, o fato de a renda de muitos/as profissionais, depender de múltiplas frentes (como aulas em academias e atendimentos personalizados) mostra que a construção da estabilidade é autogerida e fragmentada, colocando sobre o/a trabalhador/a à responsabilidade pelo próprio sustento, sem garantias coletivas. Como podemos evidenciar na tabela 3, abaixo:

Tabela 3: Distribuição dos participantes segundo jornada diária de trabalho e faixa de remuneração mensal.

Categorias	Resultados				
Participantes (%)	50%	6,25%	12,50%	25%	6,25%
Jornada Diária (h)	4h	6h	8h	10h	12h
Valor Mensal (R\$)	1000 -1500	1500 - 2250	2000 -3000	2500 - 3750	3000 - 4500

Fonte: Borges *et al.* (2021)

Neste sentido, segundo o estudo de Borges *et al.* (2021), demonstra que os/as professores/as de Educação Física que atuam em academias de ginástica apresentam jornadas diárias bastante variáveis, oscilando entre 4 e 12 horas. Aproximadamente 50% dos/as

profissionais trabalham apenas 4 horas por dia, enquanto uma parcela menor estende sua carga horária até 10 ou 12 horas. A remuneração mensal acompanha essa variabilidade, situando-se entre R\$ 1.000,00 e R\$ 4.500,00, a depender da jornada cumprida. Esse cenário evidencia a precarização do trabalho docente no setor privado de academias, com vínculos parciais e remunerações pouco atrativas, obrigando muitos/as professores/as a atuarem em múltiplos locais para garantir sua subsistência.

Coelho Filho (2001) distingue duas realidades polares de academias de ginástica: de um lado, as academias de menor porte, marcadas por relações mais próximas e personalizadas; de outro, as grandes academias, caracterizadas por interações mais impessoais e fortemente voltadas para a lógica dos negócios. O autor observa, ainda, que a divisão sexual do trabalho tende, atualmente, a favorecer profissionais do sexo masculino nas grandes academias — especialmente nas atividades de "ginástica localizada", enquanto, nas academias menores, mantém-se um certo equilíbrio na distribuição de empregos entre homens e mulheres.

O estudo citado anteriormente, em consonância com os achados desta pesquisa, permite evidenciar que, ao analisarmos a divisão sexual do trabalho e suas transversalidades de gênero, como pôr exemplo, as mulheres ainda recebem remunerações inferiores às dos homens deve, em grande parte, à menor demanda pelos serviços prestados por mulheres atuantes como *Personal Trainers* nas academias. Essa diferença impacta diretamente seus ganhos mensais e reforça um preconceito historicamente enraizado: a ideia de que "treinar como uma mulher" é sinônimo de fragilidade ou inferioridade. Tal lógica não apenas desvaloriza o trabalho das profissionais, como também perpétua estereótipos de gênero no ambiente do campo de atuação da Educação Física.

Outro ponto que merece destaque diz respeito às opressões vivenciadas pelas mulheres no ambiente da academia. As duas entrevistadas relataram situações em que se sentiram sobrecarregadas e subvalorizadas. Mariana, por exemplo, afirma: “[...] Eu comando mais uns dois estagiários na pista, sou muito cobrada por isso, faço tudo: o serviço de estratégias e monto a planilha de treinamento de todos os alunos [...]”. Já Amanda complementa esse relato, como se observa a seguir:

“[...] Então, o professor aqui tem uma responsabilidade muito grande em relação aos estagiários. Então, se o Joãozinho, que é estagiário, fez algo de errado, teve reclamação do Joãozinho, vão vir em mim para eu chamar o Joãozinho para conversar, entendeu? E se não der certo? No último caso, é o meu que está na reta, não é o do Joãozinho, porque eu não consertei. Então, é muita responsabilidade para cima de mim. Aí tu vai falar: 'Joãozinho, assim, assim, assado, cuida disso.' Joãozinho não quer ouvir, porque o Joãozinho quer fazer o que o Joãozinho quer, mas não é assim. É o que a Sky quer, entendeu? Então, é muita responsabilidade assim! [...]”

Sob outro ponto de vista, os entrevistados do sexo masculino não relataram esse tipo de cobrança, o que evidencia que o segmento *fitness* ainda é marcado pelo machismo, privilegiando a atuação masculina. Em detrimento disso, as mulheres tendem a permanecer menos tempo atuando dentro das academias, enquanto os homens expandem sua jornada de trabalho para além desses espaços, exercendo maior carga horária em outras frentes da profissão.

Ainda o estudo do Coelho Filho (2001) revela que, no mercado das academias de ginástica, além das restrições impostas às mulheres, há forte discriminação etária contra profissionais mais velhos. Nas grandes academias, a permanência está atrelada à performance, aparência e juventude, sendo raro que profissionais ultrapassem os 40 anos de atuação. Aqueles e aquelas que prolongam sua carreira o fazem, em geral, por meio do controle estético do envelhecimento, seja por meio de treinos intensos, seja pelo uso de substâncias e medicamentos, o que evidencia a relação direta entre idade, desempenho e aceitabilidade no setor altamente regulado por padrões estéticos. Por outro lado, academias pequenas e médias, com relações mais personalizadas, tendem a ser espaços de maior acolhimento para profissionais mais experientes, amenizando os efeitos dessa exclusão.

Segundo estudo de Santos Neto *et al.* (2020), esse tipo de configuração tem levado muitos/as professores/as de Educação Física a experimentarem um cotidiano de insegurança, oscilação financeira e desgaste físico e mental, especialmente em fases mais avançadas da carreira.

Portanto, ainda que os/as entrevistados/as demonstrem envolvimento com suas funções, suas respostas revelam um cenário marcado pela limitação de possibilidades e pela ausência de garantias institucionais, o que impacta diretamente sua permanência e motivação na profissão. A valorização simbólica da profissão, embora importante, não é suficiente para compensar a ausência de reconhecimento econômico, estabilidade e perspectivas de ascensão — elementos essenciais para uma atuação profissional digna e sustentável. Observa-se, nesse sentido, uma dualidade entre o apreço pela atividade profissional e as dificuldades em manter-se na área a longo prazo. Coelho Filho (2001) alerta que não há ascensão em função da idade, nem garantias trabalhistas; portanto, não há como vislumbrar uma "carreira" para o/a profissional nas academias de ginástica (no "mundo do *fitness*"), onde essa profissão não passa de uma ocupação.

Esse conflito é ilustrado nos relatos de Matheus, que expressam uma tensão recorrente entre o gosto pela docência e a insustentabilidade das condições de trabalho. Apesar de

afirmar: “Eu gosto do que eu faço. Eu gosto de dar aula e tal”, ele também reconhece que a rotina é “bem cansativa” e aponta que “poucos profissionais autônomos acima dos 40 anos permanecem atuando na musculação”. Essa percepção se confirma em sua necessidade de estruturar uma saída: “Eu precisei criar um plano B para poder sair disso”. Mesmo com uma renda total estimada em R\$ 6.000,00, a carga horária exaustiva e o desgaste físico e mental tornam a permanência na profissão limitada e, muitas vezes, insustentável ao longo do tempo.

Esse relato confirma os achados de Broch et al. (2021), que apontam que a remuneração insuficiente, aliada ao esgotamento físico e à longa carga de trabalho, constitui uma das principais causas de insatisfação, desmotivação e abandono da carreira entre profissionais de Educação Física que atuam em academias. À medida que envelhecem, muitos/as acabam por migrar para outras formas de vínculo, geralmente buscando estabilidade no sistema formal ou fora da área. A fala de Matheus ilustra, portanto, o impacto direto das condições laborais sobre o horizonte de permanência na profissão e reforça a ideia de que a valorização simbólica, por si só, não é suficiente para garantir sustentabilidade profissional, especialmente em contextos marcados por sobrecarga e ausência de reconhecimento estrutural.

Quando questionados sobre os vínculos empregatícios mantidos com a academia, os/as profissionais entrevistados/as evidenciaram uma predominância de relações formais. Dos 5 participantes, 4 relataram possuir carteira assinada, enquanto apenas 1 atua como autônomo, sem vínculo contratual. Esses dados demonstram que, embora o setor tenha avançado em termos de formalização, ainda coexistem diferentes formas de inserção profissional, combinando contratos celetistas com práticas informais de prestação de serviços. Pedro destaca que, “após anos atuando sem qualquer vínculo formal, apenas recentemente teve sua carteira assinada”, o que representa uma mudança significativa em sua trajetória laboral. Matheus, por sua vez, menciona “que seu contrato prevê uma carga horária semanal de 36 horas, distribuídas em jornadas diárias de seis horas, com compensações previstas para garantir folgas”. Em contraste, Bernardo descreve um modelo de atuação informal, no qual sua permanência na academia se dá mediante a assinatura de um termo de responsabilidade. Nesse caso, a única exigência institucional consiste na aquisição da camiseta do uniforme, sendo o uso do espaço condicionado à captação de clientes, sem o pagamento de taxas. Amanda, por fim, ressalta o valor simbólico e prático da formalização, enfatizando que, “após oito anos de atuação na área, é a primeira vez que poderá usufruir de direitos trabalhistas como as férias”. Como podemos visualizar todas as falas abaixo:

[...] Sim, sou carteira assinada. Vai fazer agora, semana que vem, um ano de carteira assinada com a *Sky*. Antes, nunca tive carteira assinada; nenhuma empresa assinava a carteira. Então, quando surgiu a oportunidade de trabalhar em uma empresa com carteira assinada, para a gente ter todos os benefícios, eu não pensei duas vezes. [...] (Pedro)

Sou CLT daqui da academia. É contrato para 6h diárias. Na verdade, não são 6h diárias, são 36 horas semanais. Tem um dia que eu folgo no sábado. Eu trabalho uma hora a mais na semana para compensar a folga. (Matheus)

Não, a única coisa que nós assinamos é um termo de responsabilidade. E a única exigência é o uso da camiseta da academia, que a gente compra, no caso, por R\$ 60,00. [...] Eu não tenho vínculo, apenas utilizo o espaço [...] (Bernardo)

Tenho carteira assinada e todos os benefícios. Vou tirar férias, e, por incrível que pareça, é a primeira vez em oito anos da minha vida. Porque, mesmo sendo formada, nas outras academias onde trabalhei não havia carteira assinada. Se tu quisesse tirar férias, até daria, mas eles iriam te descontar. Do mesmo jeito, se tu ficasses doente, eles iriam te descontar também. Tu não irias receber. (Amanda)

Esses relatos revelam a coexistência de dois modelos de inserção no mercado do *fitness*: de um lado, profissionais com contratos celetistas, que valorizam a formalização pelos benefícios assegurados; de outro, a atuação autônoma, mais flexível, mas também marcada pela ausência de direitos. Essa realidade é coerente com o que Castel (1998) denomina de "zona de vulnerabilidade", onde o/a trabalhador/a encontra-se economicamente ativo, mas desprotegido pelas garantias legais e institucionais. A fala de Amanda, em especial, explicita como a ausência de vínculo formal compromete direitos básicos: férias, afastamento por doença e estabilidade no cenário das academias de ginástica que anteriormente havia trabalhado.

O relato de Bernardo exemplifica um modelo de gestão que transfere ao *Personal Trainer* a responsabilidade pela captação e manutenção de sua própria clientela, utilizando a estrutura da academia sem qualquer vínculo formal de trabalho ou contrapartida institucional. Nesse contexto, a academia se configura como um espaço que disponibiliza a infraestrutura, enquanto delega ao profissional a função de atrair e fidelizar os/as alunos/as, neste caso o trabalhador e trabalhadora recebem por número de alunos/as atendidos/as.

Como destaca Patricio (2012, p. 30), trata-se de um ambiente “bem equipado e com as condições apropriadas para o desenvolvimento das atividades [...] que oferece a musculação, atividade que faz uso de equipamentos como esteiras, bicicletas, elípticos e aparelhos específicos para os grupos musculares”, atendendo às exigências de um público cada vez mais exigente. No entanto, apesar dessa estrutura, a ausência de remuneração formal revela a precarização da relação de trabalho, mascarada por uma lógica de suposta autonomia profissional.

Essas diferentes experiências expressam o quanto a formalização do trabalho ainda é uma exceção no setor, e não uma regra, e como a informalidade impacta diretamente na permanência, motivação e valorização dos/as profissionais de Educação Física. Nesta esteira, ao serem questionados/as sobre o acesso a direitos trabalhistas — como carteira assinada, férias, décimo terceiro salário e FGTS — os relatos revelam disparidades marcantes entre os/as profissionais com vínculo formal e aqueles/as que atuam como autônomos/as. Pedro confirma o acesso pleno aos direitos garantidos pela Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), destacando: “Eu tenho décimo terceiro, férias, fundo de garantia... Tudo certinho!” De forma semelhante, Mariana afirma: “Tenho décimo terceiro, férias, etc.” Matheus também confirma o acesso aos direitos, embora mencione que as férias são definidas pela instituição, de acordo com a sazonalidade do serviço: “Sim, tenho tudo certo. Sobre as férias, aqui a gente não tem muita escolha: é junho, julho e agosto. Antes do verão. Porque chega setembro e são seis meses do “projeto verão”, que vai até fevereiro. Então, a gente não tem como tirar férias no verão.”

No que abarca o fenômeno social denominado “febre do projeto verão”, observa-se que o praticante contemporâneo, conforme aponta Coelho Filho (2001), baseia-se em conhecimentos adquiridos tanto por meio de vivências pessoais quanto da influência dos meios de comunicação. Esse público, frequentemente, busca alcançar metas corporais a curto prazo, visando modelar o corpo para a estação do verão. Nesse contexto, a academia assume um papel que vai além da simples prestação de serviços: ela se consolida como uma verdadeira agência cultural, que não apenas reproduz, mas também reforça os padrões corporais idealizados e veiculados pela mídia. Assim, o/a profissional de Educação Física é constantemente pressionado a adaptar sua atuação às demandas imediatistas e estéticas do mercado, muitas vezes dissociadas de princípios educativos ou de saúde integral.

Por outra perspectiva, Lima (2009), a chamada corpolatry — o culto exagerado ao corpo — também se insere nessa lógica mercadológica, o “projeto verão” se encaixa neste contexto. Como toda ideologia, ela se alimenta da quantidade e da reprodução contínua de padrões e discursos vazios, transformando cultura, informação e até mesmo o cuidado com o corpo em mercadorias esvaziadas de sentido, sustentadas apenas por sua capacidade de se multiplicar no tempo e no espaço: “ela não passa de uma ideia reproduzida no tempo (condicionamento pavloviano) e no espaço (a sua adoção pelos [consumidores/consumidoras]) um grande número de vezes.” (p.1067) “A ideologia, a informação, a cultura tendem cada vez mais a perder o seu conteúdo para se tornarem quantitativo puro”. Neste caminho, ainda Lima (2009, p.1068, *grifos nossos*)

[...]o/a profissional de Educação Física que atua em academias está enredado nesse sistema de mercadorização do corpo. Somente é considerado como um bom profissional quando o número de alunos [e aluna] que frequentam suas aulas é elevado, principalmente nos períodos de *pouca procura durante o ano*. Assim, o qualitativo está comprovadamente tomado pelo quantitativo e esse profissional passa a ser um mero repetidor de técnicas de *marketing*, adestrado para a conquista do aumento dos números da empresa. Esse profissional não tem nome, ele é reconhecido por números, ele é mais “um”, nessa sociedade regida pelo quantitativo.

Essa lógica quantitativa e precarizada, vivenciada diariamente por muitos trabalhadores e trabalhadoras da Educação Física, é evidenciada no relato de Bernardo, profissional autônomo, relata a ausência de qualquer direito formal. Suas “férias” são autogeridas, sem remuneração, negociadas diretamente com os/as alunos/as, e muitas vezes fragmentadas: “Como eu sou autônomo [...] eu aviso o período que vou estar fora. Aulas que eu viajo eu não recupero. [...] Você reduz o valor das aulas e só sai. E como a gente é autônomo, não presta o trabalho, não recebe.”

A fala de Bernardo evidencia o que Castel (1998) denomina de “desfiliação institucional”, processo caracterizado pela retirada progressiva de proteções sociais e pela substituição destas por arranjos individuais e informais, que colocam o/a trabalhador/a em situação de vulnerabilidade. Ao atuar sem qualquer vínculo empregatício, Bernardo exemplifica a condição de muitos/as profissionais da área da Educação Física que não acessam direitos básicos como férias remuneradas, décimo terceiro salário ou FGTS. Essa ausência de garantias é frequentemente compensada, no discurso, por uma suposta liberdade de organização pessoal e autonomia profissional. Contudo, como o próprio entrevistado admite, a remuneração está diretamente atrelada à efetiva prestação de serviço, de modo que qualquer ausência — seja por motivo de descanso ou doença — implica perda de renda, sem cobertura legal ou proteção social. Essa realidade encontra respaldo na análise de Nozaki (2004, p. 333), ao afirmar que “por não possuir qualquer tipo de vínculo empregatício [...] percebemos aqui que [os/as trabalhadores/as] não gozam de nenhum direito trabalhista; pelo contrário, tal campo tem como característica tratar-se de um trabalho precário, desregulamentado, informal e temporário.” Essas experiências contrastam com as dos/as profissionais que atuam sob o regime da CLT. Para esses/as trabalhadores/as, a formalização do vínculo empregatício representa mais do que segurança jurídica e estabilidade financeira: configura também um reconhecimento emblemático da sua condição profissional. Como revelam outros depoimentos do presente estudo, profissionais com carteira assinada valorizam o acesso a direitos como férias, décimo terceiro e vale-transporte, expressando maior previsibilidade na organização da vida laboral e sentimento de pertencimento institucional.

Por outro lado, a informalidade, embora muitas vezes associada à flexibilidade e à liberdade de horários, impõe instabilidade, amplia a incerteza quanto à renda mensal e transfere para o/a trabalhador/a a responsabilidade exclusiva pela autogestão da carreira. Isso implica, entre outros aspectos, a negociação direta com os/as alunos/as, a captação da própria clientela e a ausência de respaldo da academia diante de qualquer imprevisto. Trata-se, portanto, de um cenário de individualização dos riscos e fragilização das relações de trabalho. Por este lado, os depoimentos reforçam que o acesso a direitos trabalhistas é um marcador decisivo da qualidade das condições de trabalho no campo da Educação Física. Enquanto os/as profissionais com vínculo formal se organizam com maior segurança e estabilidade, os/as autônomos/as enfrentam limites significativos à permanência na profissão — sobretudo quando fatores como envelhecimento, sobrecarga de trabalho e ausência de políticas públicas de valorização se fazem presentes nas academias.

Dando continuidade à investigação, quando questionados/as sobre suas perspectivas profissionais a curto e longo prazo e se atuariam com consultoria *online* esportiva, emergiram diferentes trajetórias e intenções entre os/as entrevistados/as. Nesse contexto, 3 profissionais relataram que pretendem atuar com consultoria *online*, considerando essa modalidade. Contudo, afirmaram não pretender abandonar completamente o atendimento presencial, ressaltando a importância da relação direta com os/as alunos/as e da personalização do acompanhamento. Por outro ângulo, 2 entrevistados/as indicaram interesse em migrar para outras áreas de atuação. 1 deles manifesta o desejo de abrir um estúdio próprio voltado à reabilitação física com abordagem multidisciplinar, enquanto a outra entrevistada projeta a transição para o meio escolar, por meio da obtenção da licenciatura, visando maior estabilidade, compatibilidade com seu perfil e melhores condições de trabalho. Esses relatos demonstram que, diante da ausência de um plano de carreira estruturado, os/as profissionais buscam alternativas individuais e estratégias de reinvenção, seja por meio do empreendedorismo, da ampliação de serviços no meio digital ou da reorientação para outros campos de atuação. Tais decisões refletem não apenas uma adaptação ao mercado, mas também um reposicionamento subjetivo frente às limitações da prática profissional nas academias de ginástica. Como podemos viabilizar baixo:

A curto prazo, agora em junho, já vou me desvencilhar de um turno, porque já estou cansado, já mesmo to fazendo essas 12 horas, mais o *Personal*. [...] A minha ideia futuramente é abrir um estúdio para mim mesmo. [...] Quero abrir alguma coisa diferente, voltada para o meu nicho, que é idoso cardiopata. (Pedro)

Eu quero continuar com a consultoria *online*, sair da pista. [...] Hoje o que eu quero é o digital, é o que está ganhando mais, dando mais visibilidade. [...] Eu não vou baixar meu preço, porque eu sei meu valor. (Mariana)

Talvez voltar a trabalhar com consultoria *online*. [...] Hoje, meus planos, claro, na medida que forem se encaminhando as coisas, é isso. Mas o objetivo é abandonar tudo depois.(Matheus)

A curto prazo, quero me inserir no âmbito digital, talvez com uma consultoria [...]. A longo prazo, é ter meu próprio negócio na área. (Bernardo)

Futuramente, pretendo mudar para outra coisa. Talvez ano que vem continue a licenciatura. [...] A sala de aula é algo mais dinâmico, mais rápido [...] É muito mais da minha vibe.(Amanda)

As projeções de futuro apresentadas pelos/as entrevistados/as evidenciam estratégias de reinvenção profissional, especialmente diante da ausência de um plano de carreira estruturado no campo da Educação Física. Coadunando com os achados de Calescoa e Both (2020, p. 5, *grifo nosso*), observa-se que “quanto à busca por qualidade de vida, o personal trainer almeja diminuir a carga horária de trabalho, aumentar o valor de suas horas-aula. A qualidade de vida desejada se mostra como outro fator que leva o *Personal* ao pluriemprego, visto que a conquista de garantias reduziria prejuízos profissionais, pessoais e financeiros.” Nesse cenário, a atuação por meio da consultoria *online* e o desejo de empreender surgem como alternativas estratégicas para amenizar os impactos da sobrecarga de trabalho, da instabilidade contratual e da desvalorização salarial que ainda marcam o setor. A curto prazo, manifestam o desejo de reduzir a carga horária como forma de aliviar o desgaste físico e emocional decorrente da intensa jornada de trabalho. Em médio e longo prazo, vislumbram projetos mais autônomos/as e personalizados/as, como a criação de um centro de reabilitação voltado ao público idoso cardiopata ou a expansão da atuação no meio digital. No entanto, essa transição não implica, necessariamente, o abandono total do atendimento presencial, mas sim sua manutenção em formato mais seletivo e personalizado. É evidenciam um sentimento recorrente de incerteza quanto à permanência na atuação em academias de ginástica, refletindo transformações mais amplas que atravessam o mundo do trabalho contemporâneo, especialmente no campo da saúde imbricado no atendimento do treinamento no que tange individual e coletivo em meio as metamorfoses do trabalho em meio a emergências de atuar no meio digital. Tais transformações têm reconfigurado de maneira significativa a estrutura ocupacional do setor, evidenciando a flexibilização dos vínculos empregatícios, a descentralização dos espaços físicos de trabalho e a incorporação intensiva de tecnologias digitais.

Nesse contexto, destacam-se os chamados “aplicativos de treinamento”, amplamente utilizados por *Personal Trainers* para a oferta de consultorias *online*. Nesta perspectiva,

identificamos a utilização do aplicativo, o *Tecnofit Personal* se sobressai por ser uma plataforma desenvolvida especificamente para profissionais autônomos que atuam à distância. Direcionado à prescrição de treinos em qualquer localidade, o aplicativo busca otimizar o tempo de trabalho, ampliar a capacidade de atendimento e profissionalizar a prática. Permite o cadastro ilimitado de alunos e alunas, a prescrição de treinos completos em até cinco minutos com base em um banco de mais de 250 vídeos tutoriais, além de notificar em tempo real quando o/a aluno/a conclui a atividade, viabilizando a devolutiva imediata. Após a montagem do treino, o/a profissional pode compartilhá-lo com o/a aluno/a diretamente pela própria plataforma ou por meio do *WhatsApp*, o que contribui para uma interação mais dinâmica e personalizada. O aplicativo ainda se destaca por seu *layout* intuitivo e pelas ferramentas que facilitam a experiência do treinamento remoto, especialmente no que diz respeito à edição e personalização de formulários de avaliação física e anamnese, recursos que estão disponíveis no aplicativo. Essa modalidade de atuação permite que os profissionais ofereçam um atendimento mais individualizado e um acompanhamento mais próximo de cada aluno e aluna, mesmo a distância, favorecendo a construção de estratégias alinhadas aos seus objetivos e necessidades específicas. Por outro ângulo, essa forma de organização do trabalho acarreta desafios importantes para professores e professoras, que acabam atuando sob a lógica do profissional liberal. Trata-se de uma dinâmica marcada pela ausência de local fixo, falta de carga horária definida, variações nos valores da hora-aula e, sobretudo, pela inexistência de garantias trabalhistas (Calesco; Both, 2022). Para Quelhas (2012), essa condição autônoma de trabalho tem sido vista, muitas vezes, como uma alternativa mais vantajosa por parte dos/as profissionais, diante da possibilidade de obtenção de uma renda superior àquela ofertada pelas academias — percepção que também emergiu nas falas dos/as entrevistados/as deste estudo anteriormente. Contudo, ao observarmos o caso específico dos/as professores/as contratados/as pela rede Sky, percebe-se uma contradição: apesar de possuírem vínculo empregatício e, portanto, acesso aos direitos trabalhistas, esses/as trabalhadores/as enfrentam uma carga intensa de trabalho, marcada por sobrecarga e desgaste físico e emocional. Como destaca Marina: “Eu quero continuar com a consultoria *online*, sair da pista.”

Seu desejo reflete uma tendência cada vez mais presente no campo da Educação Física: o uso das tecnologias digitais como ferramenta de reorganização do trabalho. Inicialmente concebidas como recursos auxiliares, essas tecnologias passaram a desempenhar um papel central dentro da lógica produtiva da Indústria 4.0, permitindo que profissionais expandam sua atuação para além dos limites físicos das academias, alcançando novos

públicos e formatos de atendimento. Com isso, surgem novos territórios de trabalho em ambientes ciber físicos, como é o caso das consultorias *online*, que demandam novas competências, mas também impõem formas sutis de controle, intensificação e precarização. Esse movimento foi impulsionado, entre outros fatores, pela crescente conectividade proporcionada pela evolução da internet de alta velocidade e pela ampla disseminação das redes sem fio. Como destaca Pin (2011), essa infraestrutura tecnológica facilitou o contato entre pessoas de diferentes partes do mundo e contribuiu diretamente para o surgimento e a popularização das redes sociais, que hoje desempenham papel central na mediação das relações de trabalho e consumo.

No setor da saúde, os avanços tecnológicos também se fazem presentes por meio de dispositivos e aplicativos que monitoram parâmetros fisiológicos e incentivam hábitos saudáveis. Dentro desse contexto mais amplo de digitalização da vida, emerge uma tendência cada vez mais consolidada: o *Personal Trainer online*. Trata-se de uma modalidade de atendimento que, ao prescindir da presença física do/a profissional, ocorre por meio de plataformas como *e-mail*, *Google Meet*, *Instagram*, *Facebook* ou *WhatsApp*, e que, segundo Pin (2011), tende a ser financeiramente mais vantajosa para o/a aluno/a do que a contratação tradicional de um/a profissional presencial. Entretanto, nem todos/as os/as alunos/as conseguem se adaptar plenamente a essa forma de orientação a distância, seja pela ausência de motivação, pelo baixo domínio das ferramentas digitais, ou pela preferência por um acompanhamento mais próximo e corporalizado. Ainda assim, a consolidação desse modelo revela uma reconfiguração significativa na lógica do trabalho do profissional de Educação Física, caracterizada por maior flexibilidade, mas também pelo aprofundamento da precarização e pela despersonalização das relações entre o profissional e o cliente.

A mediação tecnológica, longe de representar apenas um vetor de inovação, reconfigura profundamente as relações laborais. Profissionais tornam-se “*Professores Delivery*”: prestadores/as de serviço sob demanda, sem vínculo formal, previsibilidade de carga horária ou proteção jurídica, atuando em regime intermitente e dependentes da demanda imediata de seus/suas alunos/as. Trata-se de um modelo que intensifica a vulnerabilidade, deslocando os riscos da atividade para o/a próprio/a trabalhador/a. Apesar disso, muitos/as entrevistados/as reconhecem na consultoria *online* uma alternativa mais lucrativa em comparação à atuação convencional nas academias. A possibilidade de negociar diretamente os valores, sem a mediação institucional, e de gerir de forma mais autônoma a própria agenda, oferece atrativos como maior margem de lucro, redução do desgaste físico e compatibilização

com outras atividades profissionais ou pessoais. No entanto, essa autonomia aparente não elimina as fragilidades estruturais desse tipo de inserção, revelando os contornos ambíguos do trabalho no setor *fitness* em tempos de plataformação do trabalho.

Contudo, como alerta Sennett (2015), esse tipo de arranjo configura o que ele denomina trabalhador/a em *flexitempo*. Nesse modelo, para Neto (2023,p.177) [...] o/a trabalhador/a “tem controle sobre seu local de trabalho, mas não necessariamente sobre os processos de trabalho, que podem ocorrer em qualquer lugar, inclusive em casa” por meio da atuação em plataformas digitais e redes sociais, o que favorece a construção de uma marca pessoal e a captação de novos/as clientes. Essa modalidade também permite atender pessoas em diferentes localidades, rompendo com os limites geográficos impostos pela estrutura física das academias, o que amplia o alcance da atuação e a diversificação do público atendido. Alicerçada nesse cenário em transformação, a plataformação do trabalho por meio da consultoria *online* emerge como uma resposta à sobrecarga associada às exigências do trabalho presencial nas academias. Ao permitir certa autonomia na gestão do tempo e do espaço, essa modalidade reorganiza práticas e relações laborais no setor *fitness*. No entanto, Neto (2023) informa que, ao mesmo tempo, em que flexibiliza formatos de atuação, ela dissolve progressivamente as fronteiras entre as esferas pessoal e profissional, promovendo uma coalescência entre o espaço digital e o ambiente físico dos praticantes. Ainda autor enfatiza ascensão vertiginosa da lógica neoliberal expressa na "plataformação" representa um marco de inflexão nas estruturas laborais dessa área, desafiando os paradigmas tradicionais de emprego e impondo uma reconfiguração substancial das dinâmicas que regem o mundo do trabalho. Nesse novo arranjo, o desempenho profissional passa a ser mensurado por métricas de visibilidade, engajamento e alcance, frequentemente submetido aos imperativos algorítmicos das plataformas.

Ainda o autor conclui que a interseção entre a busca incessante por bem-estar físico e as metamorfoses operadas pelas tecnologias digitais delinea, assim, uma paisagem laboral marcada por ambivalências: de um lado, a promessa de maior autonomia e acesso ampliado a clientes; de outro, a intensificação do trabalho invisível, a autoexploração e a precarização encoberta por discursos de inovação e empreendedorismo. Trata-se de um campo em que as práticas corporais são mercantilizadas sob a mediação das plataformas, enquanto os/as profissionais se veem convocados/as a produzir a si mesmos/as como marcas e produtos de um mercado altamente competitivo e desregulado.

Como observa Sennett (2015), essa característica é central no modelo de trabalho flexível, que oferece ao/a trabalhador/a uma aparente liberdade na execução de tarefas, desde que os resultados esperados por suas qualificações sejam atingidos. No entanto, esse modelo não considera o impacto subjetivo do trabalho na vida do indivíduo, tampouco questiona as condições em que essas metas são produzidas. Nessa perspectiva, a liberdade oferecida pelo trabalho flexível não se revela verdadeiramente libertadora, mas sim como uma forma sutil de controle, onde a autonomia é instrumentalizada para manter a produtividade, deslocando para o indivíduo a responsabilidade por sua própria performance e bem-estar. É no contexto do regime flexível de trabalho que a noção de empregabilidade ganha destaque. Com as transformações econômicas recentes, duas abordagens principais surgem: o discurso hegemônico que enfatiza a responsabilidade individual do/a trabalhador/a pelo desenvolvimento e sucesso de sua carreira, e a abordagem de empregabilidade interativa, que se concentra em características pessoais, habilidades específicas da ocupação e interação com políticas de qualificação profissional. Como afirmam Antunes e Braga (2020), no contexto do capitalismo de plataforma, a individualização da condição laboral se torna central, promovendo a informalidade como solução aparente. Assim, ainda que busquem autonomia, os/as profissionais acabam por internalizar valores liberais — como a meritocracia e a eficiência — que mascarando as relações de salariedade e a necessidade constante de autoexploração para garantir a própria subsistência.

Essa busca por autonomia, contudo, esbarra em contradições estruturais do mercado *fitness*, especialmente no que diz respeito aos vínculos institucionais frágeis. Abreu (2010) aponta os impasses vivenciados por profissionais que, ao migrarem para o trabalho autônomo, continuam a depender da infraestrutura das academias, como exemplifica o caso de um *Personal Trainer* desligado da função formal que segue atendendo seus clientes mediante contrato de locação de espaço. Segundo o autor, “[...] o que, em tese, lhe permite frequentar o estabelecimento de seu antigo emprego, o que normalmente não é desejado pelo antigo empregador” (Abreu, 2010, p. 8). Esse exemplo evidencia os conflitos gerados pela informalidade das relações contratuais e pela indefinição dos papéis institucionais nas academias, especialmente quando os/as profissionais transitam entre funções formais e autônomas. Desse modo, os planos projetados pelos/as profissionais refletem tanto um anseio por maior reconhecimento e liberdade quanto uma adaptação às fragilidades estruturais da profissão. As falas refletem, portanto, uma realidade em que a reinvenção profissional é menos uma escolha e mais uma exigência imposta pela precariedade estrutural do setor,

revelando o tensionamento entre o desejo de autonomia e os limites objetivos de uma profissão marcada pela informalidade, pela sobrecarga e pela falta de reconhecimento.

Nesse panorama, questionados/as ainda sobre seus projetos futuros de carreira na área da Educação Física, os/as entrevistados/as expressaram trajetórias marcadas por incertezas, reorientações e estratégias de saída, o que evidencia a fragilidade de um percurso estruturado e a ausência de políticas institucionais de valorização e permanência na profissão. As falas revelam tanto a busca por alternativas dentro da própria área, como também desejos de migração para outras ocupações, como 2 falaram sobre planos a longo prazo, almejando serem empresários do segmento *fitness* e montar suas repetitivas academias, e curto prazo mesmo buscam especialmente uma vaga no serviço público e outra entrevistada cobiça trabalhar como docente. Por fim, uma entrevistada disse que ter mais tempo para si, pois já teve uma péssima experiência como gestora de um estúdio, quer cuidar de si. Conforme visualizados nas falas abaixo:

Se não passar o concurso que eu venho me preparando já faz um tempo, é focar de novo, porque eu já vinha fazendo isso aí, mas aí dei uma aliviada. E tentar. Esse meu centro de reabilitação já até fiz procuras em empresários que querem investir. Então, a longo prazo, essa é a ideia. (Pedro)

Eu já tive um estúdio, mas eu não quero mais. Eu tive um estúdio com meu ex-marido, mas ele continua. Foram quatro anos de trabalho dobrado, é muito complicado, dor de cabeça, onde tinha que cuidar de tudo, sozinha do treinamento e da questão financeira. Hoje eu quero ter um tempo para mim. (Mariana)

Minha meta agora é fazer um concurso para ter um cargo público, a partir do momento que eu tomar posse eu tenho mais estabilidade. Eu quero sair da área da Educação Física. (Matheus)

[...] Meu plano de carreira [...] Eu não pretendo continuar como *Personal*, eu quero desenvolver meu negócio na área. Ainda não sei se vai ser um espaço físico, de academia ou de clínica, enfim, é porque eu gosto muito de trabalhar com reabilitação, de lesão também. Então não sei se vai ser com clínica ou com academia, ou se vai alguma coisa no sentido de desenvolvimento de profissionais, também pode ser que seja, ou uma coisa voltada à realização de cursos. Ainda vou ver o que vai ser, mas a minha ideia é montar o meu próprio negócio. Então esse é meu plano de carreira, digamos assim, é meu ao longo prazo. (Bernardo)

Meu plano de carreira futuramente, mais brevemente, na verdade, é conseguir a licenciatura para poder migrar para a sala de aula. Acho que é a única coisa que me vem na cabeça e se futuramente surge uma outra área que eu consiga ganhar, o que eu ganho aqui, com os benefícios que eu tenho, quem sabe. (Amanda)

Cabe salientar que todos os/as sujeitos/as entrevistados/as não possuem um projeto de carreira bem delineado, o que evidencia uma fragilidade estrutural recorrente no campo da Educação Física, sobretudo nas academias. Essa ausência de perspectivas profissionais claras

revela não apenas a precariedade dos vínculos de trabalho, mas também a inexistência de mecanismos institucionais que orientem o crescimento ou a valorização dos/as trabalhadores/as ao longo do tempo. Assim, os dados revelam que o plano de carreira, como conceito estruturante, quase não se materializa na experiência concreta dos/as entrevistados/as, que tendem a traçar estratégias individuais de saída, reinvenção ou migração profissional. O que se observa é uma realidade marcada pela instabilidade e necessidade constante de reinvenção, onde os/as trabalhadores/as precisam construir percursos por conta própria, muitas vezes fora do campo da Educação Física, como forma de buscar segurança econômica e qualidade de vida.

Esse aspecto é notório na dinâmica laboral das academias, como o estudo de Quelhas (2012, p.177; 1778), apresenta por meio de uma fala de uma entrevistada ao descrever a instabilidade e a carência de perspectivas concretas de ascensão na carreira:

Vou falar primeiro saindo da profissão. Isso tem muito porque eu acho que é uma profissão que [...] o plano de carreira não é uma coisa clara. Você não tem um plano de carreira. Você faz mestrado e doutorado e você ganha igual a um cara que saiu agora da faculdade. Então, o que eu faço para ganhar mais? O que eu posso fazer? Então, as pessoas por medo do futuro, pela corda bamba, pela inconstância; quer saber, juntou um dinheirinho, vou abrir uma lojinha aqui. Então você dá aula e tem uma lojinha.

A fala em questão revela, com clareza, a sensação de estagnação não apenas salarial, mas também simbólica, vivenciada por profissionais mesmo após a conquista de qualificações e especializações. A inexistência de um plano de carreira estruturado dificulta a projeção de um futuro profissional estável, levando muitos a recorrer ao empreendedorismo informal. Contudo, esse movimento raramente decorre de um impulso criativo ou de um ideal de autonomia — é, na maioria das vezes, uma resposta defensiva à insegurança econômica e à ausência de garantias institucionais. Nesse contexto, torna-se recorrente a adoção de estratégias de sobrevivência que envolvem o acúmulo de funções, a sobreposição de jornadas e a busca por fontes alternativas de renda. Tais práticas não expressam necessariamente empoderamento ou liberdade de escolha, mas sim a adaptação forçada a um mercado desregulamentado, fragmentado e permeado por incertezas.

A leitura desse cenário encontra respaldo na análise de Antunes (2003, p. 235), ao afirmar que “este é o desenho compósito, diverso, heterogêneo, polissêmico, multifacetado” que caracteriza a nova configuração da classe trabalhadora: a “classe-que-vive-do-trabalho” da Educação Física ancorada na Indústria *Fitness*. Essa concepção reflete a condição de sujeitos que, mesmo sem vínculo formal ou estabilidade, dependem do trabalho para

sobreviver — ainda que esse trabalho seja desprovido das formas tradicionais de reconhecimento, proteção e valorização. Trata-se, portanto, de uma classe atravessada por múltiplas experiências de precariedade, que revela a face mais crua das transformações contemporâneas no mundo do trabalho.

8.3 A proletarização do trabalho na Indústria *Fitness*

Quando questionados/as sobre a liberdade para criar aulas, treinos e propor estratégias de trabalho na academia, em sua maioria, afirmaram possuir autonomia para desenvolver suas práticas voltadas para o treinamento. Porém, 4 profissionais relataram ter liberdade para montar os treinos conforme seu conhecimento e experiência, enquanto apenas 1 deles destacou a existência de um padrão institucional a ser seguido, o que limita parcialmente a personalização das atividades. Como podemos visualizar abaixo:

A gente tem total liberdade aqui para montar os treinos dos alunos. Quando vem algo específico! Aí a gente passa para uma pessoa que tem um conhecimento voltada para aquele nicho. Eu mesmo trabalho bastante com o processo de cardiopata e hipertenso. Então chega a qualquer aluno cardiopata, hipertenso, diabético. Eles me mandam, para mim, fazer a montagem do treino. E eu acho que isso é importante para o crescimento profissional. Porque não tem coisa melhor do que a prática. Não é um padrão do que a gente só pega, copia e cola. Então a gente acaba não aprendendo, a gente vai só empurrando. Então acho que isso aí é um bom diferencial para mim, que a gente prática o que sabe, tem liberdade para praticar. (Pedro)

Eu tenho liberdade para criar os treinos, assim como todos outros profissionais daqui têm. (Mariana)

Sim. A gente tem uma liberdade para pôr em prática o que a gente acredita. Isso é muito importante, porque a gente não, não fica naquele modo engessado, em que outras academias é exigem da gente. Eu acho isso, tenho conforto a mais para trabalhar assim, sabe? É uma Liberdade. (Matheus)

Sim, eu digo que é mais importante, sim, digo que é fundamental. Se tu não tiveres como fazer isso? Não tem sentido teu trabalho, se tu não tiveres, como priorizar um treinamento de um aluno. Se o *Personal*, ele não tem essa capacidade, não essa capacidade, mas se ele não tem a oportunidade de fazer isto, ter essa liberdade, ele não está conseguindo fazer o trabalho dele. Ele só vai olhar o para ele não se machucar, mas ele não vai gostar de fazer nada, além disso. (Bernado)

Então aqui é padronizado, então é o padrão da *SkyFit*. A *SkyFit* que é assim, assim, assado, a gente vai moldar de acordo com o que a *SkyFit* quer. Nós temos a liberdade, sim, de montar o treino, mas é um padrão, entendeu? Por exemplo, tu não pode puxar muito do teu lado de *Personal*, sabe? Aí passar, sei lá. Meu jeito de dar *Personal* é 34 exercícios, mas a *SkyFit* quer apenas 4 exercícios. Então tu vai ter que mudar o teu jeito nos 4 que esse, Sky quer. Mas, não é nada limitado, é só o padrão, entendeu? Não é nada mirabolante, não mirabolar muita coisa. Respeitar o idoso, respeitar a mulher nova, respeitar o senhor de idade. Tu pode montar do seu jeito, mas tem que respeitar o que a *SkyFit* quer. Te dá bastante liberdade para fazer assim, do teu jeito, mas prezando o que eles querem. (Amanda)

A partir dos relatos dos/as entrevistados/as, verifica-se o que Furtado (2007, p. 317) define como uma característica comum da organização do trabalho nas academias: “a liberdade que [os/as professores/as] possuem para decidir qual método de musculação irão utilizar com seus [alunos/as] e também para elaborar os programas de treinamento”. Contudo, o autor adverte que essa autonomia é apenas aparente, pois está submetida à pressão por produtividade e à padronização da academia. Assim, ainda que o/a profissional tenha relativa liberdade para desenvolver seu trabalho, essa atuação precisa se adequar às metas e diretrizes impostas pela empresa. Tal situação foi evidenciada por uma das entrevistadas, ao afirmar que, embora possa montar seus treinos, deve seguir o padrão estabelecido pela rede *SkyFit*, o que limita sua atuação como *Personal Trainer* à lógica empresarial.

Essa crítica é reforçada por Sennett (2003, p. 69) ao apontar que, no contexto da acumulação flexível, “na revolta contra a rotina, a aparência de nova liberdade é enganosa”. Segundo o autor, os/as trabalhadores/as não foram libertos das imposições do passado, mas submetidos a novos tipos de controle, agora mais subjetivos, mediados por discursos de autonomia e flexibilidade. Na prática, como observa Fonseca (2017), muitos/as desses/as profissionais não possuem efetivo controle sobre suas condições de trabalho. A suposta autonomia frequentemente divulgada pelas academias revela-se limitada por protocolos previamente estabelecidos, com os/as profissionais atuando mais como executores/as de tarefas padronizadas do que como sujeitos/as criativos/as. Para o autor, a Educação Física ainda enfrenta desafios para consolidar uma identidade profissional clara, com autoridade sobre seus saberes e práticas.

Furtado (2007), esse cenário se agrava com a intensificação de um novo aspecto da alienação, caracterizado pela apropriação da subjetividade do/a trabalhador/a pela empresa. Ainda conclui que: O/a profissional passa a se identificar com os valores da organização, sentindo-se parte de um projeto coletivo que, na prática, é voltado para a maximização do lucro. Antunes (2001) denomina esse fenômeno de “formas contemporâneas de estranhamento”, onde as supostas conquistas de liberdade e iniciativa são diluídas pela lógica produtivista empresarial. Como destaca:

Mais complexificada, a aparência de maior liberdade no espaço produtivo tem como contrapartida o fato de que as personificações do trabalho devem se converter ainda mais em personificações do capital. Se assim não o fizerem [...], serão substituídos por outros que demonstrem ‘perfil’ e ‘atributos’ para aceitar esses ‘novos desafios’. (Antunes, 2001, p. 130).

Nesse sentido, os aspectos que, à primeira vista, pareceriam indicar valorização e

autonomia profissional, guardam, em sua essência, uma dimensão alienante, na medida em que mantêm os/as trabalhadores/as subordinados/as a uma lógica de produtividade e eficiência voltada aos interesses da empresa. Essa lógica não se manifesta apenas na execução do trabalho, mas também nas formas de controle subjetivo e simbólico, onde o engajamento emocional é instrumentalizado como recurso para atingir metas corporativas. Alicerçado nesta lógica que configura na forma determinante para a valorização do/a "profissional/objeto", o que implica desvalorização do/a "profissional/sujeito"(Coelho Filho, 2001). Em outras palavras, há uma valorização do/a "profissional enquanto objeto", baseada em atributos físicos e performáticos, o que, conseqüentemente, implica na desvalorização do/a "profissional enquanto sujeito", reduzido à condição de mera ferramenta para a reprodução dos ideais corporais e comerciais impostos pelas academias e pela Indústria da *Fitness*.

Além disso, como adverte Resende (1992, p. 109), “o trabalho alienado, característico do capitalismo, que se baseia na propriedade privada, não constitui somente um elemento da alienação do homem, mas também de alienação das coisas mesmas”. Ou seja, o esvaziamento do sentido do trabalho atinge tanto o sujeito quanto o conteúdo da atividade, afetando diretamente o compromisso profissional com o desenvolvimento humano e com a promoção da saúde.

A ausência de investimentos em formação continuada, progressão de carreira e reconhecimento institucional aprofunda o sentimento de desvalorização e deslocamento profissional, levando muitos/as a buscarem alternativas fora da academia. Como alertam Bernardi e Vicente Neto (2016), trata-se de um processo de proletarianização da profissão, marcado por vínculos frágeis, remuneração insatisfatória e perda da autonomia real na execução das tarefas.

Essas transformações estão inseridas em um contexto mais amplo de reestruturação do mundo do trabalho, que atinge especialmente áreas como a saúde e a educação. Como afirma Nozaki (2004, p. 91), vivemos sob a lógica da “subproletarianização, a expansão do trabalho parcial, temporário, informal, subcontratado, terceirizado, ou seja, flexível e precário”. Embora esse modelo seja vendido sob o discurso da liberdade e da autonomia, na prática, ele intensifica a precarização, transfere para o/a trabalhador/a a responsabilidade por sua empregabilidade e fragiliza os direitos conquistados historicamente (Antunes, 2018).

Dessa forma, os/as profissionais de Educação Física se veem inseridos/as em uma lógica de instabilidade e autoexploração, frequentemente mascarada por um discurso empreendedor, mas que, na essência, reproduz mecanismos tradicionais de subordinação. Soma-se a isso a visão social estereotipada, que ainda reduz esses/as profissionais à função de meros

prescritores de treinos estéticos, desconsiderando a complexidade e a profundidade da formação acadêmica que envolve conhecimentos em anatomia, fisiologia, biomecânica, cinesiologia, psicologia do esporte, entre outras áreas.

Portanto, reconhecer a complexidade do trabalho do/a profissional de Educação Física e garantir condições reais de autonomia, valorização e progressão na carreira é fundamental para fortalecer a identidade profissional, consolidar seu papel na promoção da saúde e do bem-estar, e garantir um campo de atuação mais justo.

Por fim, foram questionados/as qual eram sua avaliação em relação às condições de trabalho no campo da profissão de *Personal Trainer* e atuação na academia, demonstram desapontados/as com as condições laborais de maneira unanime. Como podemos analisar a abaixo:

[...] Falando de modo geral, acho péssimo. Porque a gente não tem piso salarial, principalmente tanto para a CLT quanto para *Personal Trainer*. [...] Tu tem que baixar tua mão de obra pra poder chamar o pessoal pra ti [...] (Pedro)

[...] Hoje eu acho que a gente é muito desvalorizado porque as pessoas acham que sabem treinar sozinha e elas não sabem [...] fazer a técnica de qualquer exército, não sabem recrutar o músculo. [...] Então é essa consciência, falta um pouco, o pessoal acha que o gastar com o *Personal* é gasto secundário. Mas se eu tiver uma grana muito além me sobrando, eu pago, se não. Na verdade, a academia, ela é nada mais além que um remédio que tem que tomar todos os dias. [...] É, então acho que é o maior questão que falta valorização mesmo.[...] (Bernardo)

As falas dos entrevistados revelam aspectos estruturais da precarização do trabalho na academia de ginástica, com destaque para a ausência de piso salarial, a informalidade recorrente e a desvalorização da profissão. Pedro relata a necessidade de reduzir o valor de sua própria mão de obra para conseguir atrair clientes em sua atuação como *Personal Trainer*, o que evidencia uma lógica de concorrência desleal, baseada no preço e não na qualificação técnica dos profissionais. Ele ainda destaca: “Então acho que precisaria de ser mais regularizado. Essa função de *Personal* deveria ter um piso salarial [...]”. Essa fala converge com os achados do estudo de Silva (2023, p. 48), cujos entrevistados e entrevistadas demonstraram insatisfação em relação à atuação do Conselho Federal e dos Conselhos Regionais de Educação Física (CONFED e CREF). Na pesquisa, a professora identificada como G2-D desabafa: “A esperança era de que, pagando o CREF, você teria algum tipo de apoio, que eles poderiam padronizar o valor da hora-aula. Mas não foi assim e não será, não é? Então é um pouco indignante”.

Assim como a autora, destacamos que nenhuma pergunta específica sobre a atuação ou criação do Conselho foi formulada durante as entrevistas. Ainda assim, o tema emergiu espontaneamente nos relatos, sinalizando que esse processo teve relevância naquele momento

histórico. Conforme aponta o estudo de Calescoa e Both (2022, p. 4), um dos entrevistados expressa essa insatisfação ao afirmar: “Porque a gente não tem segurança profissional nenhuma. Lei não tem, o conselho... não faz nada pela gente. Meu, se eu cair de moto já era, vou ficar em casa sem trabalhar e sem receber (E15)”.

Como aponta Gawryszewski (2008), a regulamentação da profissão de Educação Física surgiu para atender às exigências da reestruturação produtiva, e não como uma iniciativa voltada à proteção dos professores e professoras enquanto classe trabalhadora. Em outras palavras, “o Conselho que regulamenta a profissão respalda a reserva de mercado para a Educação Física no processo de desenvolvimento da Indústria do *Fitness*” (Silva, 2023, p.49, *grifo nosso*).

Bernardo enfatiza a percepção social equivocada do papel do/a profissional de Educação Física, frequentemente visto como dispensável ou supérfluo, quando, na verdade, atua diretamente na promoção da saúde e na prevenção de doenças. Ambos denunciam que, apesar da responsabilidade técnica e educativa envolvida, o reconhecimento profissional e a remuneração permanecem desproporcionais, reforçando a marginalização do trabalho e contribuindo para a invisibilização do seu caráter essencial no campo da saúde. Outro depoimento reforça o ritmo exaustivo de trabalho enfrentado pelos profissionais na academia *SkyFit*, marcado pela elevada densidade de atendimentos por hora e pela necessidade constante de deslocamento interno nas academias. Apesar do grande número de alunos/as sob sua responsabilidade, não há proporcionalidade entre o volume de trabalho e a remuneração recebida, tampouco nas condições que garantam um acompanhamento adequado. Tal cenário compromete não apenas a saúde física e mental do/as profissional, mas também a segurança e qualidade do atendimento oferecido aos alunos e alunas. Como relatou abaixo:

[...] Eu trabalhava das 18 h às 23:00. Meu relógio na contagem de passa assim, sei lá, dá lá uns 14 km só dentro da academia, de tanto que eu caminhava aqui dentro é muita coisa em 6 horas de trabalho. É muito puxado, assim não tem como mensurar quantas pessoas vou entender, só sei que é muita gente. Em horário de pico, dá mais de 20 alunos por hora pra atender. [...] (Matheus)

Neste contexto, dialogam com estudo de Borges *et. al* (2021) há uma intensificação do trabalho nas salas de musculação, pois a maioria (47,75%) informou que acompanha de 11 a 15 alunos/as por hora, seguido dos 25% e 18,75% que atendem de 06 a 10 e mais de 15 alunos/as, respectivamente. “Deve-se destacar que a questão é quantidade, e não é qualidade” (Coelho Filho, 2001, p.17). Nesse sentido, a relação entre o quantitativo de alunos/as por professor/as já é objeto de discussão na literatura específica da área. Segundo

Gentil (2014), há estudos que corroboram com a ideia de que a supervisão dos/as professores/as pode influenciar no resultado dos/as alunos/as no final do processo. Os/as professores/as que participaram da pesquisa demonstraram consciência de que trabalho com muitos/as alunos/as por hora prejudica o acompanhamento e, conseqüentemente, o alcance dos objetivos. Conforme a Professora, “passou de 10 alunos perde qualidade no atendimento”, significando que a média atual das academias de ginástica de não permite a observação dos erros e/ou evolução dos/as alunos/as. Esta situação, Coelho Filho (2001, p.16) chama atenção “A meu ver, esse distanciamento entre profissional e [aluno/aluna] tende a provocar a desconexão entre os pressupostos técnico-pedagógicas do discurso da Educação Física.”

É evidente que as “grandes academias, uma vez que, se a ação não acompanhar o crescimento orientado pela publicidade e atrair um grande público, elas dificilmente conseguirão se ressarcir dos custos do investimento” (Coelho Filho, 2001, p.17). No limite, trata-se de observarmos que a lógica do capital nas academias de ginástica, apesar do discurso de promoção de saúde, na verdade, expressa as preocupações gerenciam-nas e de potencialização das taxas de lucro, não se importando de fato com a qualidade do serviço ofertado (Furtado, 2007).

Tanto Pedro quanto Amanda apontam que, embora a realidade geral das academias seja precária, há exceções positivas, como na academia *SkyFit*, que oferece carteira assinada, benefícios legais, remuneração justa e ambiente organizado. Ainda assim, mesmo nessas academias, há críticas quanto à padronização excessiva, que pode limitar a autonomia pedagógica. Como podemos observar abaixo:

[...] Questão da academia, como disse, de modo geral é péssimo. Quase nenhuma assim na carteira, quase nenhuma da direito paga pouco. [...] Eu hoje estou totalmente grato. Eu trabalho aqui na *SkyFit*, não é porque eu ainda estou trabalhando aqui. Ela assina a carteira, tem todos os direitos trabalhistas, salário é bom, é quase 16,00 reais ha hora/aula, quase nenhum lugar paga esse valor aí. (Pedro)

[...] Aqui tu consegue manter um ambiente mais organizado, que não pode taxar muito o que tu quer, porque é padrão da *Sky*. [...] (Amanda)

Há uma clara evidência que revela um cenário de exploração de trabalhadores e trabalhadoras, seja no contexto de estagiário/a e/ou formados/as, especialmente em academias menores, onde são atribuídas funções múltiplas e não relacionadas à formação profissional. A experiência de Amanda ilustra a naturalização da precarização como etapa inicial da carreira, o que pode desmotivar e afastar novos/as profissionais da área. Também, podemos evidenciar por intermédio da sua fala convida à reflexão sobre a dimensão de

gênero, pois é comum que mulheres iniciem suas trajetórias assumindo funções subalternas ou “multitarefa”, com baixa remuneração, em um ambiente ainda marcado por desigualdades. Como podemos visualizar seu relato abaixo:

[...] Eu entrei sem saber nada em relação a valores e remuneração e tal. Então eu fui muito mal valorizada, chegando um ponto que eu fazia de tudo, desde vender camiseta, vender suplemento, montar ficha, atender o telefone, limpar banheiro. [...] [...] Eu ganhava 5 reais a hora. Eu demorei muito para entender que eu ganhava pouco. Eu demorei muito para entender que eu ganhava pouco. Primeiro salário 300 reais para mim era ótimo! E aí depois, quando eu caí na real, eu vi que eu ganhava pouco. [...] (Amanda)

Hoje, poderia melhorar bem mais. Com o tempo, vai melhorar, porque já está melhorando. Tem pessoas que dizem assim: "Ah, a gente não é reconhecido!" Mas a verdade é que somos, sim. Hoje em dia, as pessoas vêm para a academia, e se você é um bom profissional, como nos aqui pela manhã — nós três somos ótimos profissionais —, todo mundo que conversa com a gente gosta de vir justamente porque estamos aqui. A gente simplesmente chega e mostra como é. Se a pessoa está aberta à aprendizagem, ela vai ter quase que um atendimento de *Personal* ali. Porque a gente ensina direitinho, corrige os movimentos, orienta corretamente... Enfim, fazemos o trabalho bem feito. (Marina)

Marina traz uma perspectiva mais otimista, afirmando que “poderia melhorar, mas está melhorando”, destacando a importância do vínculo com os/as alunos/as e o reconhecimento subjetivo no ambiente de trabalho. No entanto, seu discurso revela certa naturalização da lógica meritocrática, sugerindo que, com esforço e dedicação, é possível alcançar boas condições — o que nem sempre corresponde à realidade estrutural vivida por muitos/as profissionais, como mostrado nos demais depoimentos.

8.4 A (auto)intensificação do trabalho na Indústria *Fitness*

Quando questionados se você acumula outras atividades profissionais, além de trabalhar na academia de ginástica. As entrevistas evidenciam que a maioria dos/as profissionais atuantes como *Personal Trainers* se dedica exclusivamente à área da academia e ao atendimento personalizado, ainda que com variações significativas na forma de organização do trabalho e uso do tempo. Como podemos viabilizar abaixo:

[...] Não. Nenhum é só academia e *Personal Trainer*. (Pedro)

[...] Só academia, *Personal* e *personal online* (Marina)

[...] Não só é musculação, só na academia dando aulas são de 6, 8 há 9 aulas por dia. [...] Eu mais ou menos tenho trabalhado de 6h a 9h, mais ou menos, às vezes 10h, às vezes 5h. Então é depende muito se os alunos cancelam, se não cancelam, mas geralmente em torno de 6, 8 ou 9 horas. [...] É porque o *Personal* autônomo, ele tem uns horários meio quebrados, determinados alunos, [...] [...] Eu tenho uma aluna em outra academia, cobro deslocamento [...] (Bernardo)

As entrevistas evidenciam que a maioria dos/as profissionais atuantes como *Personal*

Trainers se dedica exclusivamente às atividades relacionadas às academias de ginástica e ao atendimento personalizado. Ainda que a atuação ocorra majoritariamente nesse campo, é recorrente a prática de acumulação de funções, o que revela um traço característico do mercado de trabalho na área da Educação Física. Diante das transformações nas relações de trabalho no setor *fitness*, muitos/as profissionais optam — ou são compelidos/as — a atuar em múltiplos espaços, diversificando suas frentes de trabalho como estratégia de sobrevivência econômica.

Como já observamos a incorporação da tecnologia tem potencializado esse movimento, permitindo o oferecimento de serviços em formato remoto, como consultorias *online*, atendimento personalizado e a venda de planilhas do movimento de diversificação das formas de atuação profissional na Indústria *Fitness*, neste contexto os trabalhadores e trabalhadoras não precisam sair do seu nicho de atuação, porém engendra transformações significativas nas formas de inserção laboral.

Aparentemente marcado por maior autonomia, esse deslocamento revela, na prática, o avanço da informatização estrutural do trabalho, sob a racionalidade do capital. Como Tavares (2002) adverte, esse processo não pode ser compreendido apenas como desregulação periférica ou descolada da lógica produtiva dominante, mas como funcional ao próprio desenvolvimento do capitalismo contemporâneo. A autora afirma que é preciso desmontar "a rede que torna invisíveis os fios com os quais o trabalho informal é articulado à produção capitalista", ressaltando que tais ocupações não se restringem às atividades de estrita sobrevivência (Tavares, 2002, p. 53). Ao contrário, elas integram circuitos produtivos complexos, nos quais a compra da força de trabalho é dissimulada sob formas de suposta autonomia, como ocorre no caso do/as profissionais autônomos/as que atuam em múltiplas academias ou por meio de plataformas digitais. A esse respeito, Tavares (2002) pontua ainda que, mesmo em arranjos aparentemente desvinculados do capital — como o trabalho por conta própria —, é a lei do valor que permanece regendo a produção capitalista. Como destaca a autora: "Apenas o tempo de trabalho socialmente necessário conta como formando valor". Essa máxima evidencia que, por mais que os/as profissionais se reorganizem, os imperativos da produtividade e da rentabilidade seguem orientando suas práticas, mesmo fora do assalariamento formal. Assim, torna-se necessário desnaturalizar as formas contemporâneas de trabalho ditas "livres" e autogeridas, compreendendo-as como expressões sofisticadas da precarização estrutural. Tais formas não representam uma superação do assalariamento, mas uma reconfiguração da exploração, muitas vezes obscura e internalizada, que transfere ao indivíduo os riscos da instabilidade, da insegurança social e do fracasso

econômico.

E, o treino, cada vez mais mediadas por plataformas digitais e redes sociais. Tais recursos ampliam as possibilidades de atuação para além do ambiente físico das academias, promovendo o trabalho em regime de *home office* ou em tempo híbrido. Essa diversificação, entretanto, não se dá sob condições ideais. Trata-se, frequentemente, de uma tentativa de compensar a instabilidade financeira resultante da ausência de vínculos empregatícios formais e da desvalorização salarial que marca a profissão. A ampliação da jornada de trabalho, nesse contexto, torna-se não uma escolha autônoma, mas uma imposição sistêmica. Dados empíricos corroboram esse diagnóstico. Conforme estudo realizado por Filho, Moura e Antunes (2011), a totalidade dos/as trabalhadores/as entrevistados/as atuava com atividades personalizadas — caracterizadas pela rotatividade de alunos e alunas — e 84% deles/as estavam vinculados/as a pelo menos dois locais de trabalho. Nessas múltiplas inserções, os/as profissionais desenvolviam funções distintas, como aulas coletivas e atendimento individualizado, o que resultava em jornadas diárias que variavam entre 8 e 12 horas. Esses números ilustram a sobrecarga que recai sobre a categoria, a qual, embora explore novas possibilidades por meio da tecnologia, continua sujeita às exigências intensas e pouco reguladas do mercado *fitness*. Embora a tecnologia amplie a atuação e gere novas possibilidades de inserção, os profissionais continuam submetidos à lógica excludente e exploratória do mercado *fitness*, marcada pela informalidade, multifuncionalidade e instabilidade. Como analisa Gomes (2022, p. 97), “a atualidade do mercado de trabalho tem manifestado a ascensão de relações trabalhistas mais invisibilizadas e individualizadas”, como o trabalho dos/as *Personal Trainers* e dos/as profissionais horistas, que, sobretudo no contexto da pandemia, associaram-se aos aparatos digitais para ofertar seus serviços (Gomes, 2022).

A autora referenciada, também apota que neste cenário, consolida-se a ideia do empreendedorismo como alternativa supostamente viável e desejável. O/a profissional é incentivado a se tornar “dono/a de si”, assumindo integralmente os riscos de um mercado flexível, precário e competitivo. Como observa Antunes (2020), trata-se de um processo de “uberização” do trabalho: relações laborais travestidas de prestação de serviços, mas que ocultam uma nova forma de assalariamento, marcada pela informalidade, terceirização, intermitência e vínculos extremamente voláteis. Nesse modelo, emergem figuras como o contrato zero hora, a subutilização da força de trabalho e o desemprego estrutural — formas típicas da nova morfologia do trabalho no século XXI (Gomes, 2022).

A idealização do “patrão de si mesmo” ou do “empreendedor de si” torna-se, portanto, não uma escolha genuína, mas uma narrativa imposta, que despolitiza o debate sobre direitos

e precarização, ao mesmo tempo, em que transfere ao/a trabalhador/a a responsabilidade por seu sucesso ou fracasso em um mercado profundamente desigual. Assim, a plataformização, embora tecnicamente inovadora, funciona como um vetor de intensificação das formas contemporâneas de exploração.

No que repercute, as falas dos/as participantes revelam que a multiplicidade de atividades desenvolvidas não se dá de forma planejada ou saudável, mas sim sob um regime marcado por jornadas fragmentadas, instabilidade contratual e sobreposição de turnos. Essa configuração impacta diretamente na organização das rotinas diárias, frequentemente iniciadas antes do amanhecer e estendidas até o período noturno. Mesmo nos intervalos em que não estão em atuação direta na sala de musculação — acompanhando alunos/as nas academias — os/as profissionais tendem a ocupar esses períodos com atendimentos personalizados, seja presencialmente ou por meio de plataformas digitais.

Dentre os/as cinco entrevistados/as, três realizam todos os atendimentos na sala de musculação na academia *Sky*, enquanto os/as outros/as dois/as, como Bernardo e Amanda, atuam em mais de um espaço, deslocando-se para outras academias a fim de atender seus/suas alunos/as. Essa dinâmica evidencia a lógica de uberização do trabalho, em que a mobilidade, a polivalência e a intermitência se tornam características estruturantes da profissão. Conforme analisa Nozaki (2004, p. 143),

Se, no setor produtivo, a polivalência e a flexibilidade tornam-se chaves para a requalificação do trabalho, por outro lado, estendem a noção de competências para o setor de serviços. Todos concorrem a um sistema de certificações e, tendo em vista a crise estrutural do trabalho abstrato, instaura-se a ideologia da empregabilidade, ou seja, não se trataria de falta de empregos, mas de falta de condições de se empregar [do/a trabalhador/a].

Essa leitura é essencial para compreender a realidade vivenciada pelos/as professores e professoras de Educação Física, especialmente no contexto das academias e do trabalho mediado por plataformas digitais. A constante variação na agenda, aliada à ausência de pausas adequadas para descanso ou recuperação física e mental, configura um processo evidente de (auto)intensificação do trabalho. Inserido em um mercado que desloca a responsabilidade pelo sucesso profissional para o indivíduo, o/a trabalhador/a assume integralmente a tarefa de manter-se ativo/a, visível e produtivo/a, mesmo diante de condições precárias e adversas. O que se observa é a internalização das exigências de performance impostas pelo mercado, resultando em uma gestão individualizada do tempo, da energia e da imagem profissional. Sob o discurso da liberdade, da autonomia e do empreendedorismo, o que se perpetua, na prática, é a intensificação da exploração laboral, agora reformulada em termos de escolha e

autogerenciamento.

O cenário revelado aponta para um mercado que demanda desempenho contínuo, adaptabilidade e multifuncionalidade, mas que não oferece contrapartidas proporcionais em termos de valorização, reconhecimento ou bem-estar. Em última instância, trata-se de uma lógica que naturaliza a sobrecarga como expressão de sucesso, ao mesmo tempo, em que compromete a saúde e a qualidade de vida de quem atua em sua base. Nesta circunstâncias, o estudo como o de Félix *et al.* (2020) reforçam essa constatação ao mostrarem que, para garantir uma renda compatível com o custo de vida, profissionais de Educação Física em academias são obrigados/as a atender ao maior número possível de alunos e alunas, muitas vezes em turnos sucessivos e sem intervalos adequados. Isso compromete aspectos fundamentais da qualidade de vida, como descanso, lazer e autocuidado. O paradoxo torna-se evidente: ao mesmo tempo, em que promovem saúde, bem-estar e combate ao sedentarismo para seus alunos/as, esses profissionais enfrentam condições laborais que dificultam a manutenção de sua própria saúde física e mental.

Essa realidade, longe de ser uma exceção, expressa uma lógica mais ampla de precarização estrutural do trabalho, tal como analisa Antunes (2018), ao abordar a crescente desregulamentação dos vínculos formais, a substituição do emprego estável por formas flexíveis e a mercantilização do tempo de vida. O/a trabalhador/a da Educação Física, nessa lógica, torna-se um “trabalhador/a dos/as serviços”, multifacetado e multifuncional, sem garantias, e que precisa estar permanentemente disponível para preservar sua posição no mercado. É o que Sennett (2006) conceitua como “trabalhador/a do presente estendido”: aquele que vive sob a lógica da urgência contínua, sendo impelido a abandonar a previsibilidade da carreira linear para se adequar a uma economia que exige adaptação constante e performance individualizada.

Em suma, ao serem questionados sobre o uso de plataformas digitais ou redes sociais no período em que não estão atuando presencialmente, os/as profissionais entrevistados/as evidenciam uma diversidade de estratégias e posturas diante dessas tecnologias. Para alguns/as, esses recursos são vistos como ferramentas indispensáveis para ampliar a atuação, consolidar a presença profissional e gerar renda — seja por meio da consultoria *online*, da produção de conteúdo ou da organização do trabalho. Para outros/as, o uso é limitado, esporádico ou até mesmo ausente, seja em razão da falta de tempo, afinidade pessoal, domínio técnico ou por uma postura mais reservada em relação à exposição nas redes. Essa pluralidade revela distintas formas de inserção no mercado digital e aponta tanto para potencialidades

quanto para contradições associadas à plataformização do trabalho na Educação Física. Como podemos visualizar nos depoimentos a seguir:

Utilizo bastante. Tem uma plataforma *online* de cursos que é muito boa. É o jeito mais fácil, para mim, de estudar. Tenho duas pós-graduações presenciais, mas, para mim, o *online* ajuda bastante. Hoje, tenho mentoria também com um professor de grupos especiais, então utilizo bastante as redes sociais para esse fim. Sim, trabalho com consultoria *online* também. É pouco, porque não tenho muito tempo para atender uma grande quantidade de alunos *online*. Então, eu atendo de dois a três alunos presencialmente e, no máximo, umas cinco consultorias, para que eu consiga entregar um trabalho do jeito que eu gosto. Entra como uma renda extra. Costumo cobrar em torno de 120 reais por hora/aula na consultoria *online*. Mas hoje estou com apenas três alunos e nem faço questão de divulgar, porque, senão, não sobra tempo para nada. E aí tu acaba fazendo o serviço de qualquer jeito. Aí, não me adianta. (Pedro)

Sim, eu utilizo plataforma digital, o aplicativo da *Technofit* e para mim é muito bom! É um dos melhores custo benefício é muito baixo. Não sei, acho menos de 30 reais por mês. Tenho 33 alunos *online* e na academia tenho só dois por enquanto. (Mariana)

Eu não utilizo, falho muito nessa parte quando trabalhava com consultoria, eu usava. Mas, meio que abandonei a consultoria assim, mais por essa função de falta de tempo mesmo. Que foi erro meu, na verdade. Porque, o atendimento presencial, ele é mais lucrativo. Gera um desgaste lá mais. Ele é mais lucrativo. E no momento em que eu tomei essa decisão de não. Não trabalhar com uma consultoria. Eu estava precisando, então a parte financeira pesou mais. Hoje eu me arrependo. Eu acho assim, eu poderia focar mais. Daria uma liberdade a mais com a questão de redes sociais assim, eu não uso para promover meu trabalho. Eu acho que é uma falha da minha parte, porque hoje em dia tudo por ali. Como eu não tenho tempo, não consigo desenvolver lá também. (Matheus)

Utilizo, mas deveria utilizar muito mais. Atualmente é só compartilho as minhas aulas, eu posto *stories* no *Instagram* dos alunos executando os exercícios. Me apresentar, eu já me apresentei, mas não faço isso com frequência porque o pessoal que segue, já, sabe? Meu perfil já moldado pra isso, já tem meu Cref, já tem tudo. Então, basicamente eu uso mais é para é compartilhar as aulas do aluno mesmo. Ali já conversei sobre alguns assuntos específicos também. É o último que eu conversei com esse cinesiofobia. Não sei se você sabe o que é, mas eu tive uma aluna que tem problema ombro. Ela limitação de movimento no ombro por medo. Porque ela teve uma lesão, então, só do fato dela ter medo, ela tem uma fobia de realizar o movimento, porque ela meio que entra em uma crise de ansiedade, porque ela acha que vai torcer de novo desenvolveu isso. Eu tento tratar isso, e eu conversei sobre isso no meu *Instagram*. Eu deveria fazer muito mais conteúdos ainda, é bem-parado em relação ao que eu gostaria que fosse. (Bernardo)

Uso, antigamente, usava bem mais, postava coisas e vídeos de alunos, hoje eu não posto. Inclusive o meu nome estava tal *Personal/* treinadora, tirei. Eu não sou muito fã do *Instagram*, acho eu sou muito mais resguardada assim, mas logicamente que não é visto, não é lembrado. Eu peço bastante nisso e talvez poderia esperar até melhor dos alunos se eu divulgasse, entendeu? Mas é por gosto pessoal, sabe não utilizo muito não. Não, utilizo plataformas. Todas as consultorias que eu faço eu uso, faço um arquivo mesmo, pessoal em PDF, coloco ali, tem a coluna, as tabelas e tal. Digitaliza os treinos e mando para os alunos. Eu tenho 3 alunos de consultoria, está e todos eles já são bem maduros na musculação, então e geralmente 2 deles eu acompanho todos os dias, assim, eles treinam aqui. Eu ao auxílio mostro como faz o exercício. Então eles já têm mais ou menos uma noção, mas eles são sempre avançados. Eu não tenho um padrão assim, não tem nada pronto. Tudo é muito na hora e vou vendo o que a pessoa fez, uma coisa mais complexa, vendo como é que

foi a evolução dela, que o ela precisa melhorar. Sempre em base de peso e fotos de referência, faço uma avaliação física assim, desde que a pessoa precisa melhorar. Se eu não tenho contato direto com ela, eu peço foto para ver se ela tem algum desvio na postura, eu trabalho em cima disso. (Amanda)

Esse cenário dialoga diretamente com a análise apresentada na edição 109 da Revista ACAD Brasil (2025), que aborda as mudanças no setor *fitness* com foco na incorporação da inteligência artificial (IA) como parte do processo de plataformização do trabalho. A IA tem sido utilizada para automatizar atendimentos e personalizar treinos, intensificando a lógica da produtividade e da presença digital constante. Essa tendência tecnológica, embora amplie possibilidades de atuação, reforça a responsabilização individual dos/as profissionais pela manutenção da empregabilidade — uma característica central do neoliberalismo contemporâneo. No que tange ao uso de tecnologias digitais, o que se pode observar a partir das entrevistas é que, no universo laborativo desse contingente de trabalhadores e trabalhadoras, suas atividades estão profundamente imbricadas com o uso de plataformas, aplicativos e redes sociais. Constata-se, portanto, que apenas dois participantes não utilizam recursos digitais em sua prática profissional. É o caso de Amanda, que afirma: “Não, não utilizo plataformas”, revelando preferência por uma organização mais orgânica dos treinos. Ela explica: “Todas as consultorias que eu faço, eu uso, faço um arquivo mesmo, pessoal, em PDF; coloco ali, tem a coluna, as tabelas e tal”. Entre os demais participantes, prevalece a percepção de que o trabalho presencial continua sendo mais lucrativo, ainda que alguns utilizem plataformas digitais como forma complementar à atuação tradicional. Como reparamos que apenas um dos/as entrevistados/as utiliza as redes sociais com maior frequência, compartilhando suas aulas, postando *stories* com os/as alunos/as executando exercícios e publicando conteúdos relacionados à saúde — adotando, assim, uma postura próxima à de um/a influenciador/a digital. Como exemplifica Gabellini *et al.* (2020, p.1)

Com mais de um bilhão de usuários, o *Instagram* tornou-se a maior rede social com perfis ativos dos últimos tempos, até o momento. É dentro da plataforma que se verifica trocas sociais, desenvolvimento pessoal, criação e propagação de discursos, ações e produtos. E, cada vez mais, nota-se uma crescente alta sobre os discursos pautados em noções de saúde, bem-estar, prática de exercícios físicos e gestão de rotinas saudáveis. Por permitir, através de suas funcionalidades, muita interação e possibilidades, a rede passou a ser o espaço de desenvolvimento de agentes sociais engajados com sua produção de influência sobre seu público, os influenciadores. É através dos estilos de vida desse público, acompanhando esse novo fenômeno das redes [...]

Mas, no que se observa, entre os que utilizam o trabalho mediado por aparatos tecnológicos, como o uso de aplicativos, é que essa estratégia pode reverberar diretamente na organização e expansão da atividade profissional. Um dos entrevistados, à Mariana, relatou

que utiliza o aplicativo *Technofit*, com um custo aproximado de 30 reais por mês, atendendo atualmente 33 alunos/as na modalidade *online*. Neste sentido, o/a aluno/a tem acesso direto à sua planilha de treino por meio da própria plataforma, podendo visualizar os vídeos explicativos dos exercícios adicionados pela professora. Esse recurso torna o processo mais organizado, autônomo e acessível, permitindo que o sujeito realize os treinos de forma independente, com base nas orientações previamente estruturadas, por um/a profissional de Educação Física, no caso do relato da Mariana que acompanha seus alunos e alunas. De outro profissional informou que costuma cobrar cerca de 120 reais por hora/aula em sua consultoria *online*, embora no momento esteja com apenas três alunos/as. Uma terceira entrevistada também relatou atender três alunos/as em regime de consultoria, demonstrando que, embora haja adesão às plataformas digitais, o número de clientes atendidos varia significativamente entre os/as profissionais.

Cruzando com essas experiências, o estudo de Silva e Cerutti (2024) realizou uma análise de trabalhos acadêmicos publicados entre os anos de 2012 e 2022 que resultaram no desenvolvimento de aplicativos voltados à prática de atividades físicas. Foram identificados apenas três produtos acadêmicos com essa finalidade: uma tese, uma dissertação e um trabalho de conclusão de curso. No entanto, os autores chamam atenção para uma ausência significativa: em nenhum dos casos analisados foi possível confirmar se houve a consulta a profissionais de Educação Física no processo de desenvolvimento dos aplicativos. A partir dessa constatação, os/as autores/as concluem que "existe uma grande lacuna no desenvolvimento de aplicativos móveis para promoção da saúde através das atividades físicas provenientes de pesquisas científicas e que a maioria dos aplicativos disponíveis nas plataformas digitais não mostra, a priori, a preocupação de garantir a confiabilidade científica na construção de seus programas" (Silva & Cerutti, 2024, p. 1-2). Tal cenário reforça a importância de uma maior articulação entre produção científica, prática profissional e desenvolvimento tecnológico, a fim de assegurar que esses recursos estejam fundamentados em saberes legítimos e comprometidos com a saúde e o bem-estar dos/as praticantes.

Corroborando essa realidade, a tese de Neto (2023) revela que a inserção das plataformas digitais no setor da Educação Física tem reconfigurado profundamente a morfologia do trabalho na Indústria do *Fitness*, intensificando a precarização e a flexibilização das relações laborais. Entre os principais resultados, destaca-se a predominância de vínculos informais e autônomos, como o trabalho intermitente, com a responsabilização individual do/a profissional por sua empregabilidade e sucesso, em consonância com a lógica do capital. A pesquisa aponta ainda para uma crescente substituição dos vínculos celetistas

por modelos de trabalho mediados por plataformas, nos quais os/as profissionais são compelidos/as a investir em sua própria formação, imagem e marketing pessoal como condição para inserção e permanência no mercado. Observou-se também a sobreposição de jornadas e a intensificação do ritmo de trabalho como estratégias para compensar a instabilidade de renda. A escolarização e os vínculos formais tendem a se concentrar entre profissionais com menos de 40 anos, indicando um recorte geracional na permanência em empregos estáveis. Ademais, o estudo evidencia a perda de centralidade da escola como campo de atuação, com migração para o setor privado de serviços, em especial para academias e consultorias *online* — ambientes marcados por múltiplas exigências técnicas, corporais e comunicacionais, que contribuem para a intensificação do labor e o esgarçamento dos limites entre vida profissional e pessoal.

Como podemos observar nos depoimentos, alguns profissionais relatam não conseguir tempo suficiente para se dedicar ao trabalho com consultoria *online*. Nesse sentido, percebe-se a introjeção de um sentimento de inadequação, como se estivessem em desvantagem ou em atraso por não conseguirem atuar de forma eficaz no meio digital — revelando, assim, uma pressão simbólica que associa sucesso profissional à presença e desempenho nas plataformas virtuais.

Complementarmente, a pesquisa de Martins *et al.* (2013), realizada com *Personal Trainers* da cidade de Trindade-GO, evidencia a centralidade do *marketing* pessoal na carreira desses profissionais. Dos entrevistados, 89% realizam ações de *marketing* e 100% reconhecem a importância da promoção da imagem profissional. Os principais meios de divulgação são cartões de visita (30%), redes sociais/sites (30%) e recomendações (20%), sendo que o *marketing* boca a boca foi apontado como o canal mais eficaz para atração de clientes (45%). Apesar do avanço das redes sociais, os dados sugerem que a confiança interpessoal ainda desempenha papel determinante na captação e fidelização de alunos/as. Além disso, os principais motivos que levam os clientes a buscar o serviço de *Personal Trainer* são a promoção da saúde (31%), a estética (24%) e o desempenho esportivo (17%). A maioria dos profissionais possui jornada de trabalho em tempo integral e atende mais de dez alunos e/ou alunas, o que evidencia o esforço em conciliar múltiplas demandas em contextos altamente competitivos/as. Portanto, os dados aqui apresentados e analisados revelam que, embora o *marketing* pessoal e o uso das plataformas digitais estejam amplamente integrados à prática profissional dos *Personal Trainers*, essa incorporação não ocorre de forma homogênea. Ela reflete desigualdades de tempo, recursos, disposição subjetiva e domínio técnico, ao mesmo tempo, em que reafirma as tensões típicas da plataformização: entre

visibilidade e sobrecarga, entre autonomia e autoexploração.

Para consolidar nossas análises, recorreremos às reflexões de Nozaki (2005), em uma época que não se tinha esse processo, mas que oferece uma crítica contundente sobre a forma como o mercado de trabalho tem sido concebido no campo da Educação Física — especialmente no que diz respeito aos seus impactos sobre a formação e atuação profissional. Segundo o autor, há uma tendência recorrente de se adotar análises imediatistas e apologéticas, centradas apenas na identificação de espaços em que seja "mais fácil vender nossa única mercadoria, a força de trabalho", sem considerar, de forma crítica, as contradições que estruturam essa relação no contexto do capital. Como afirma Nozaki (2005, p. 11), isso se dá "sem ao menos avaliar as contradições dela emanada no que tange à exploração do trabalho humano, que maximiza as relações de precariedade na contemporaneidade." O autor destaca que, no atual cenário de crise do trabalho abstrato, a noção de "mercado de trabalho" assume um caráter ideológico. Em vez de representar um espaço neutro de oportunidades, essa noção atua como um mecanismo de adaptação dos/as trabalhadores/as às condições de maior vulnerabilidade e instabilidade. Trata-se, portanto, de uma estratégia funcional ao capital, que, para continuar sua lógica de reprodução, exige a intensificação da exploração da força de trabalho e a naturalização das formas precarizadas de ocupação.

Assim, compreender o mercado de trabalho da Educação Física apenas como um campo de possibilidades para o exercício profissional, sem problematizar suas contradições estruturais, é correr o risco de reforçar uma lógica que esvazia o sentido emancipatório da formação e legitima as formas contemporâneas de exploração. A crítica de Nozaki nos convoca, portanto, a não apenas mapear os espaços de atuação, mas a interrogar as condições em que essa atuação se dá — suas determinações econômicas, ideológicas e seus efeitos sobre a dignidade do trabalho humano e Lima (1069, 2009), também enfatiza que há “a necessidade da formação de um profissional crítico, que possa com suas intervenções mudar esse quadro atual relacionado à saúde e atividade física.”

Considerações Finais

Identificamos, ao longo desta investigação, que o mundo do trabalho na Educação Física está profundamente imbricado nas metamorfoses estruturais da Indústria *Fitness*, especialmente diante da atual e persistente crise do capital. As transformações que atravessam esse campo não ocorrem de forma isolada, mas integram um processo mais amplo de reconfiguração do trabalho, marcado pela flexibilização das relações laborais, pela intensificação das exigências de desempenho e pela expansão da lógica neoliberal que promove a mercantilização da força de trabalho. Como podemos observar, por intermédio dos achados deste estudo captamos os processos da Indústria *Fitness*, no que tange o intrincamento dos processos de precarização, intensificação e proletarização com que os/as profissionais de Educação Física atuantes na academia em questão estão imersos sob contornos muitos antes de atuar na academia investigada como podemos constatar.

Como fio condutor, nota-se que esses processo são forjados desde as etapas de inserção ao mercado de trabalho, por meio da incorporação de novos/as estagiários/as denominados/as colaboradores/as. Orientados/as pelo discurso empresarial, esse mecanismo busca uma forma de aproximar os sujeitos ao campo de trabalho, numa tentativa de aflorar o sentimento de pertencimento ao ambiente profissional. O fato é que esses/as colaboradores/as iniciantes representam a maior parcela da força de trabalho nas academias de ginástica. Em um primeiro momento, essa realidade se apresenta de forma naturalizada, mas, na prática, revela uma lógica baseada na exploração dessa mão de obra como força de trabalho barata. Esses/as profissionais acabam exercendo funções para as quais não estão devidamente qualificados/as do ponto de vista técnico, visto que essa inserção ocorre, muitas vezes, antes mesmo da conclusão da formação acadêmica e do cumprimento dos requisitos legais, como o estágio supervisionado obrigatório.

Nestas circunstâncias, observa-se que os/as profissionais convivem, desde os primeiros passos no ambiente das academias de ginástica, com um *lôcus* laboral marcado pela instabilidade, inicialmente na condição de estagiários e estagiárias. Evidenciam-se, nesses percursos, traços característicos do tempo de formação e inserção profissional, uma vez que muitos/as foram absorvidos/as pelo mercado do segmento *fitness*, passando a desempenhar atividades que não condiziam com sua qualificação naquele momento, como podemos testemunhar pelos relatos de dois entrevistados intermédio da fala de um professor de uma professora que vivenciaram diretamente essa realidade. Destaca-se que essa situação se torna ainda mais preocupante ao observarmos que muitos desses/as iniciantes assumem responsabilidades de alta complexidade, como o exercício da função de *Personal Trainer*,

prestando atendimento personalizado a indivíduos com condições específicas de saúde, como é o caso de pessoas com doenças crônicas, a exemplo da hipertensão e do diabete, sem, à época, possuírem a formação ou a capacitação técnica necessária para tal demanda. Cabe ressaltar que, na maioria das vezes, esses estágios ocorrem apenas a partir da metade do curso de graduação a partir do 4º semestre normalmente.

Como bem pontuou um dos entrevistados, o empresário está mais preocupado com o lucro do que com a qualificação da mão de obra. No cerne dessa lógica, o que se observa é a naturalização de práticas que aprofundam a precarização do trabalho e disfarçam relações assimétricas sob o discurso de oportunidade, pertencimento e desenvolvimento profissional. Diante disso, cabe refletir se, ao desempenhar tais atribuições laborativas, o/a estagiário/a não estaria, de fato, ocupando o lugar de um/a profissional graduado/a no setor *fitness*. Visto que nas academias de ginásticas, o contingente de estagiário e estagiarias representa um número maior que pessoas formadas neste setor como já sinalizamos.

Em suma, os relatos demonstram que, no início da carreira, muitos/as profissionais enfrentam forte desvalorização, assumindo múltiplas funções que extrapolam suas atribuições formais, com salários extremamente baixos e pouca clareza sobre seus direitos. Essa realidade evidencia um processo de exploração naturalizado, especialmente entre os iniciantes, que demoram a compreender o quanto estão sendo subvalorizados e subvalorizadas. Contudo, ao longo do tempo, há indícios de reconhecimento progressivo, atrelado ao desempenho técnico e à relação próxima com os alunos e alunas. Profissionais comprometidos conseguem conquistar o respeito do público e oferecer um atendimento qualificado, ainda que o reconhecimento financeiro e estrutural siga aquém do ideal no setor *fitness*.

Lançamos luz sobre as categorias que evidenciam a precarização do trabalho na Indústria *Fitness*. Acerca da rotina de trabalho dos/as profissionais inseridos nas duas unidades da academia *SkyFit* impacta diretamente suas condições laborais, como evidenciado nos relatos dos/as entrevistados/as. Constata-se uma dinâmica marcada por jornadas prolongadas, que variam entre 9 e 12 horas diárias, associadas a uma elevada fragmentação dos horários de atendimento e a curtos períodos de descanso ao longo do dia. Essa configuração decorre da necessidade de se desdobrar para atender às múltiplas demandas impostas pela lógica do setor, que exige intensa disponibilidade e flexibilidade dos/as trabalhadores/as.

Nesse cenário, as atividades se dividem entre os atendimentos personalizados, como *Personal Trainers*, e as aulas coletivas na sala de musculação, resultando em uma rotina exaustiva, que muitas vezes sequer permite a prática de atividade física pelos próprios

profissionais. Observa-se uma sobrecarga evidente, com jornadas que combinam o trabalho em academias e o atendimento individualizado, obrigando muitos a encaixarem seus próprios treinos em horários reduzidos e esporádicos, quando possível.

A organização dos horários é altamente fragmentada, sujeita a cancelamentos, alterações de última hora e realocações constantes, o que compromete o planejamento pessoal e amplia a sensação de exaustão. Além disso, o tempo livre, quando existente, é frequentemente direcionado ao estudo e à qualificação profissional, especialmente em processos de formação continuada, ampliando ainda mais a sobrecarga física e mental desses/as trabalhadores/as.

Por um lado, a partir dos relatos, percebe-se que a remuneração dos profissionais combina salário fixo em academias e ganhos variáveis como *Personal Trainer*, o que gera oscilações mensais de renda. Apesar de alguns se declararem satisfeitos, a rotina exaustiva, com longas jornadas e sobreposição de turnos, evidencia o desgaste físico e a instabilidade, sobretudo entre aqueles e aquelas que dependem exclusivamente da demanda dos alunos e alunas. De outro lado, a análise da divisão sexual do trabalho revela que, mesmo na área da Educação Física, persistem desigualdades de gênero. As mulheres seguem recebendo remunerações inferiores, reflexo da menor demanda pelos serviços que prestam como *Personal Trainers*. Essa realidade impacta diretamente sua renda e reforça estereótipos de fragilidade, perpetuando a desvalorização de seu trabalho no setor *fitness*.

Os relatos evidenciam a diversidade de vínculos laborais no setor, com parte dos/as profissionais atuando sob regime CLT e outros sem qualquer formalização. A carteira assinada, quando existente, é valorizada pelos benefícios e pela segurança, ainda que represente uma conquista recente para muitos. Já os profissionais sem vínculo formal seguem expostos à informalidade, arcando com seus próprios custos e desprotegidos de direitos básicos como férias remuneradas, 13º salário, etc.

A curto prazo, os relatos indicam que muitos/as profissionais do segmento *fitness* já planejam mudanças em busca de melhores condições de trabalho e qualidade de vida. A curto prazo, há o desejo de reduzir jornadas exaustivas e ingressar no ambiente digital, principalmente por meio de *consultorias online*. A médio e longo prazo, surgem projetos como abrir o próprio negócio ou migrar para outras áreas, como a docência, e trabalhar no ambiente escolar, refletindo o cansaço com a rotina atual e a busca por maior autonomia e estabilidade.

Já os relatos revelam que, a longo prazo, grande parte dos/as profissionais projetam mudanças em busca de melhores condições de vida e estabilidade. Alguns pretendem abrir o

próprio negócio na área de reabilitação ou formação de profissionais, enquanto outros veem nos concursos públicos a possibilidade de sair da Educação Física e garantir segurança financeira. Também há quem planeje migrar para o ambiente escolar, por meio da licenciatura, como forma de reduzir o desgaste e alcançar estabilidade. Experiências anteriores, como a gestão de estúdios, demonstram que a sobrecarga e as dificuldades financeiras influenciam o desejo por novos caminhos. Em comum, todos buscam alternativas para escapar da rotina exaustiva e incerta do setor *fitness*.

Lançamos luz sobre as categorias que evidenciam a proletarização do trabalho na Indústria *Fitness*. Os relatos indicam que os/as profissionais possuem certa autonomia para elaborar os treinos dos alunos e das alunas, o que favorece o desenvolvimento prático e técnico. Em situações específicas, como o atendimento a alunos e alunas cardiopatas ou hipertensos/as, há direcionamento para colegas mais especializados/as. Demonstra que apesar dessa percepção de liberdade, as atividades seguem parâmetros e padronizações definidas pela academia, o que limita a atuação personalizada.

Embora esse processo traga certos aspectos positivos para os professores, é necessário destacar que a aparente "liberdade" para planejar e executar as aulas é, na prática, limitada pela necessidade de atender à produtividade exigida pela academia. Assim, mesmo havendo certa autonomia formal no desenvolvimento das atividades, essa liberdade se revela superficial, pois as aulas precisam ser organizadas de modo a garantir o desempenho e os resultados que atendam aos critérios de produtividade estipulados pela instituição. Identifica-se, portanto, uma falsa sensação de autonomia, pois, na prática, os/as profissionais se tornam executores/as de protocolos predefinidos. Essa lógica busca garantir produtividade e atratividade comercial, restringindo o controle real sobre as condições de trabalho.

Os relatos apresentam um cenário contraditório nas academias: de um lado, a maioria dos estabelecimentos apresenta precarização, ausência de vínculo formal e baixa remuneração; de outro, a *SkyFit* se destaca por oferecer carteira assinada, garantia dos direitos trabalhistas e um valor de hora/aula de 16,00 reais ha hora/aula, considerado acima da média do mercado. Ainda assim, mesmo nesse contexto, a autonomia profissional é limitada pelas padronizações institucionais, o que restringe a liberdade na condução do trabalho, ainda que o ambiente seja mais organizado em comparação a outras academias.

Os relatos acerca da insatisfação dos/as profissionais quanto à desvalorização da categoria, marcada pela ausência de piso salarial e pela necessidade de reduzir o preço do próprio trabalho para atrair clientes. Soma-se a isso a percepção de que o serviço do/a *Personal Trainer* é visto como algo secundário, sendo contratado apenas quando sobra

dinheiro, o que reforça a desvalorização do trabalho e o desconhecimento técnico, por parte da clientela da população, sobre o valor desse serviço. Outro aspecto que os/as entrevistados/as expressaram frustração em relação à atuação dos Conselhos de Educação Física (CONFEF e CREF), sobretudo pela ausência de regulamentação que padronize o valor da hora-aula. Embora o tema não tenha sido abordado diretamente nesta pesquisa, sua recorrência espontânea nos relatos evidencia o descontentamento da categoria e a demanda por maior reconhecimento institucional.

Lançamos luz sobre as categorias que evidenciam a (auto)intensificação do trabalho na Indústria *Fitness*. Os relatos revelam que a maioria dos profissionais atua exclusivamente no setor fitness, conciliando atividades dentro da academia e atendimentos como *Personal Trainer*, tanto presenciais quanto *online*. A rotina é marcada por alta carga horária e horários fragmentados, especialmente entre os/as profissionais autônomos/as, que precisam adaptar os atendimentos conforme a disponibilidade dos alunos e alunas. Cancelamentos frequentes, deslocamentos entre academias e a instabilidade da demanda tornam a jornada imprevisível, o que reforça a sobrecarga e a necessidade constante de reorganização do tempo de trabalho.

Os relatos revelam que o uso de redes sociais e plataformas digitais como ferramenta de trabalho ainda é explorado de maneira limitada e muito variada entre os/as profissionais. Parte deles abandonou a consultoria online por falta de tempo ou priorizou o atendimento presencial, considerado mais lucrativo, embora mais desgastante. Outros utilizam as redes apenas de forma pontual, compartilhando conteúdos esporádicos sem uma estratégia contínua de promoção. Também há quem realize *consultorias* de maneira informal, sem o uso de plataformas específicas, elaborando treinos personalizados em arquivos digitais simples e com acompanhamento mais direto. Mesmo reconhecendo que o ambiente digital poderia ampliar a visibilidade e o alcance profissional, a falta de tempo, o cansaço e, em alguns casos, a preferência pessoal, limitam esse potencial de atuação *online*.

Que forja essa sobrecarga, alimentada por jornadas exaustivas e múltiplas exigências, torna-se um problema estrutural que compromete diretamente a saúde física e emocional dos/as trabalhadores/as, restringe o lazer, prejudica as relações sociais e afeta negativamente a qualidade do serviço prestado. Desta maneira, é importante salientar a necessidade de combater essa sobrecarga através da criação de condições adequadas, garantindo uma carga horária justa e proporcional a uma boa remuneração.

É necessário resistir à imposição descontrolada dos processos que o capitalismo promove, não apenas em sua dimensão econômica, mas também no âmbito psicológico, cultural e simbólico. Essas três esferas evidenciam como o sistema capitalista captura a

subjetividade de homens e mulheres, moldando comportamentos e tornando-os mais passivos diante das decisões impostas pela classe dominante. Nesse cenário, a luta pela emancipação do proletariado e a reorganização do trabalho tornam-se elementos centrais para enfrentar os efeitos perversos desse sistema.

No contexto da Educação Física, especialmente no meio não escolar, muitos/as profissionais buscam “renascer das cinzas” diante da precarização e da sobrecarga de trabalho. No entanto, esse processo está frequentemente apoiado em pressupostos profissionais corporativistas, que atacam outros trabalhadores trabalhadoras ao invés de centrar fogo nos detentores dos meios de produção, neste caso, os grandes proprietários do mundo das atividades físicas. Essa lógica acaba por fragmentar ainda mais a categoria, desviando o foco da real estrutura de exploração.

Diante desse cenário, é urgente que os/as trabalhadores/as se organizem em coletivos e sindicatos que possam reivindicar melhores condições laborais e resistir às imposições da uberização e da informalidade. É fundamental construir novos modelos de organização do trabalho que aliem as inovações tecnológicas à proteção social e à valorização da categoria, rompendo com a lógica corporativista que isola os profissionais e perpetua as desigualdades.

Apesar da dura realidade enfrentada, muitos/as professores/as de Educação Física tentam se adaptar às plataformas digitais, que funcionam como meio de divulgação e captação de serviços. Contudo, sem regulamentação e garantias trabalhistas, essa estratégia tende a aprofundar as condições precárias já existentes. O desafio contemporâneo, portanto, reside na criação de alternativas que conciliem tecnologia, dignidade e segurança social, garantindo um futuro mais justo, sustentável e emancipador para os/as trabalhadores/as da Educação Física.

Referências

ANTUNES, Ricardo. **O privilégio da servidão**. Boitempo Editorial, 2018.

ANDERSON, Perry et al. Balanço do neoliberalismo. Pós-neoliberalismo: as políticas sociais e o Estado democrático. Rio de Janeiro: Paz e Terra, p. 9-23, 1995.

ANTUNES, Ricardo. **O privilégio da servidão**.ed 2. Boitempo Editorial, 2020.

ANTUNES, Ricardo. **O caracol e sua concha: ensaios sobre a nova morfologia do trabalho**. Boitempo Editorial, 2005.

ANTUNES, Ricardo. **Os sentidos do trabalho: ensaio sobre a afirmação e a negação do trabalho**. Boitempo Editorial, 2015.

ANTUNES, Ricardo; PRAUN, Luci. A sociedade dos adoecimentos no trabalho. **Serviço Social & Sociedade**, p. 407-427, 2015.

ANTUNES, Ricardo. Uberização do trabalho e capitalismo de plataforma. *Análise Social*, v. 58, n. 3 (248), p. 512-532, 2023.

ANTUNES, Ricardo. Crise do capitalismo e regressão social para a classe trabalhadora. *Revista Brasileira da Educação Profissional e Tecnológica*, v. 1, n. 22, p. e13840-e13840, 2022.

ANTUNES, Ricardo Coltro. **Qual é o futuro do trabalho na Era Digital?**. *Laborare*, v. 3, n. 4, p. 6-14, 2020.

ANTUNES, Ricardo. Uberização, trabalho digital e indústria 4.0. **Boitempo Editorial**, 2020.

ABÍLIO, L. C. Uberização do trabalho: subsunção real da viração. Blog da Boitempo, São Paulo, 22 fev. 2017. Disponível em: <https://blogdaboitempo.com.br/2017/02/22/uberizacaodo-trabalho-subsuncao-real-da-viracao/>. Acesso em: 11 ago. 2024.

ANTUNES, Ricardo. Rumo à uberização do trabalho. **Direitos Humanos no Brasil 2020**, v. 117, p. 2020-46, 2020.

ANTUNES, Ricardo. **O novo proletariado de serviços e as novas engrenagens do valor.** In: III International Conference Strikes and Social Conflicts: Combined Historical Approaches to Conflict. Proceedings. CEFID-UAB, 2016. p. 673-686.

ANTUNES, Ricardo; BRAGA, Ruy. **Infoproletários: degradação real do trabalho virtual.** Boitempo Editorial, 2015.

ANTUNES, Ricardo. O caráter polissêmico e multifacetado do mundo do trabalho. **Trabalho, educação e saúde**, v. 1, p. 229-237, 2003.

ANTUNES, A. C. Academias de ginástica e musculação: preparação de recursos humanos. 2000. 147 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Motricidade) – Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro-SP, 2000.

ANVERSA, Ana Paula et al. Satisfação profissional de professores de Educação Física em academias de ginástica. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 24, n. 2, p. 110-118, 2019.

ACAD. Guia de Fornecedores Online. s/d. Disponível em: http://www.acadbrasil.com.br/guia_online.html. Acesso: 12 fev. 2024.

ACAD BRASIL. Revista ACAD Brasil. Edição 108, dezembro de 2024. Disponível em: <https://acadbrasil.com.br>. Acesso em: 16 maio 2025.

ANVERSA, Ana; RIBEIRO, Tieli; REFUNDINI, Luciana; OLIVEIRA, Daniel. Satisfação de profissionais de Educação Física na regência em aulas de ginástica de academia. **Revista Psicologia e Saúde**, v. 11, n. 1, jan./abr. 2019, p. 63-71.

ABÍLIO, Ludmila Costhek; AMORIM, Henrique; GROHMANN, Rafael. Uberização e plataformação do trabalho no Brasil: conceitos, processos e formas. *Sociologias*, v. 23, n. 57, p. 26-56, 2021.

AMORIM, Henrique; BRIDI, Maria Aparecida; CARDOSO, Ana Claudia Moreira. Trabalho digital e plataformizado no século XXI: reconfigurando o passado no presente. **Caderno CRH**, v. 35, p. e022019, 2022.

ABÍLIO, Ludmila Costhek. Uberização: a era do trabalhador just-in-time?. *Estudos avançados*, v. 34, n. 98, p. 111-126, 2020.

ANTUNES, Ricardo; ALVES, Giovanni. As mutações no mundo do trabalho na era da mundialização do capital. *Educação & Sociedade*, v. 25, p. 335-351, 2004

BORGES, Adriano França et al. Condições de trabalho e aspectos pedagógicos de professores de educação física em academias de ginástica. **Arquivos em Movimento**, Rio de Janeiro, v. 1, n. 1, p. 454-470, 2021.

BOSCARIOL, Marina Contarini; ALTMANN, Helena. Formação de inicial de professores de educação física para a educação básica: uma análise das produções acadêmicas na área (2004-2016). In: XX Congresso Brasileiro de Ciências do Esporte e VII Congresso Internacional de Ciências do Esporte. 2017.

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. 70. ed. Paris: Presses Universitaires de France, 1977.

BOTH, Vilmar José. Crise estrutural do capital, mudanças no mundo do trabalho e suas mediações na educação física. **Motrivivência**, n. 36, p. 45-62, 2011.

BOTH, Vilmar José. **Mudanças no mundo do trabalho e suas mediações na Educação Física**. 2009. Dissertação de Mestrado. Universidade Federal de Pelotas.

BARROS, J. M. de C. Perspectivas e tendências na profissão. **Motriz**, Rio Claro, v. 2, n. 1, jun. 1996.

BROCH, Caroline; BACKES, Ana F.; LOPES, Rosemeire G. L.; FIORI, Ana C.; BRESCHILIARE, Fabiane. Satisfação e insatisfação no trabalho de profissionais em Educação Física que atuam em academias de ginástica. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, n. 43, 2021.

BERNARDI, Guilherme Bardemaker; MOLINA NETO, Vicente. IMPLICAÇÕES DA PROLETARIZAÇÃO DO TRABALHO DOCENTE NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR. *Pensar A Prática*, Goiânia, v. 2, n. 19, p. 339-349, 2016.

BENDASSOLLI, P. F. (2001). O vocabulário da habilidade e da competência: Algumas considerações neo pragmáticas. *Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*, 3-4, 65-76.

BRANDÃO, Priscila Melo; DE ARAÚJO, Helen Ruth Ribeiro; DE OLIVEIRA BRUM,

André Luiz. UBERIZAÇÃO DO TRABALHO NO BRASIL. Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, v. 8, n. 5, p. 589-600, 2022.

BRASIL. Conselho Federal de Educação. Resolução CFE 03/1987, de 16 de junho de 1987. Fixa os mínimos de conteúdo e duração a serem observados nos cursos de graduação em Educação Física (Bacharelado e/ou Licenciatura Plena). Brasília, 1987.

BRASIL. Ministério da Educação. Conselho Nacional de Educação. Câmara de Educação Superior. Resolução CNE/CES 07/04, de 31 de março de 2004. Institui as Diretrizes Curriculares Nacionais para os cursos de graduação em Educação Física, em nível superior de graduação plena. Brasília, 2004.

BRASIL ECONÔMICO. Indústria mundial da moda estima crescer 3,5% este ano. 02 fev. 2017. Disponível em: <http://economia.ig.com.br/2017-02-02/mercado-da-moda.html>. Acesso: 23 set. 2024.

COELHO, Pedro Miguel Nogueira. Rumo à indústria 4.0. 2016. Dissertação de Mestrado. Universidade de Coimbra (Portugal).

CHIZZOTTI, A. (2006). Pesquisa em ciências humanas e sociais (8a ed.). São Paulo: Cortez.

CAVALCANTI, Sávio. O setor de telecomunicações no Brasil: tendências da prestação de serviços e da situação do trabalho na década de 2000. In: ANTUNES, R (org). Riqueza e miséria do trabalho no Brasil III. São Paulo: Boitempo, 2014.

COELHO FILHO, Carlos Alberto de Andrade; VOTRE, Sebastião Josué. Imagens da prática profissional em academias de ginástica na cidade do Rio de Janeiro. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, v. 31, p. 95-110, 2010.

COELHO FILHO, Carlos Alberto. O discurso do profissional de ginástica em academia no Rio de Janeiro. Movimento, v. 6, n. 12, p. 14-25, 2000.

COIMBRA, Tatiane Cordeiro. Reordenamento no mundo do trabalho e a precarização do trabalho do professor de educação física: mediações da mercadorização da cultura corporal. Dissertação (Mestrado em Educação) – Programa de Pós-Graduação, Universidade Federal Fluminense, Niterói, 2009.

COELHO FILHO, Carlos Alberto. Educação física nas academias de ginástica: uma reflexão

sobre a prática profissional. In: **Anais do XVI Congresso Brasileiro de Ciências do Esporte e III Congresso Internacional de Ciências do Esporte**. Salvador: Conbrace, 2009.

CAMPOS, Emerson Araújo. TRABALHO DOCENTE EM EDUCAÇÃO FÍSICA NA ESCOLA DO CAMPO FRENTE ÀS MUDANÇAS NO MUNDO DO TRABALHO.

COELHO FILHO, C. A. de A. O discurso do profissional de ginástica em grandes academias no Rio de Janeiro. 1998. 166 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Universidade Gama Filho, Rio de Janeiro, 1998.

CASTEL, Robert. As metamorfoses da questão social: uma crônica do salário. **Petrópolis: Vozes**, 1998.

CALESCO, Vinicius Almeida; BOTH, Jorge. Os ciclos de desenvolvimento da carreira do personal trainer. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 44, p. e008821, 2022.

CARVALHO, Alba Maria Pinho. A precarização estrutural do trabalho na civilização do capital em crise: o precariado como enigma contemporâneo. **Revista Políticas Públicas**, São Luís, n. esp., p. 225-239, 2014.

COIMBRA, Tatiane Carneiro; MATERIALISMO, Trabalho Educação Física. A PRECARIZAÇÃO DO TRABALHO DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA: A CONVENÇÃO COLETIVA DE TRABALHO.

COUTINHO, L. & CARDOSO, D. (2018). Mercado fitness: Transformações e desafios . *Revista Brasileira de Educação Física*, 29(2), 112-125.

CONSTITUIÇÃO DA REPÚBLICA FEDERATIVA DO BRASIL DE 1988. Promulgada em 5 de outubro de 1988. Brasília, DF: Senado Federal, 1988.

DARDOT, Pierre; LAVAL, Christian. A nova razão do mundo: ensaio sobre a sociedade neoliberal. São Paulo: **Boitempo**, 2016.

DAVID, Nivaldo Antonio Nogueira. Novos ordenamentos legais e a formação de professores de Educação Física: pressupostos de uma nova pedagogia de Resultados. **Campinas: Universidade Estadual de Campinas**, 2003.

DRUCK, Graça. TraFRIGOTTO, Gaudêncio. A produtividade da escola improdutivo. 6. ed. São Paulo: Cortez, 2010. balho, precarização e resistências: novos e velhos desafios.

Caderno CRH, Salvador, v. 24, n. esp. 01, p. 37-51, 2011.

DRATH, R.; HORCH, A. Industrie 4.0: Hit or hype? IEEE industrial electronics magazine, v.8, n.2, 2014.

FRANCO, David Silva; FERRAZ, Deise Luiza Da Silva. Uberização do trabalho e acumulação capitalista. Cadernos Ebape. BR, v. 17, p. 844-856, 2019.

FRIGOTTO, Gaudêncio. A produtividade da escola improdutiva. 6. ed. São Paulo: Cortez, 2010.

FIGUEIREDO, Amanda Toledo. Uberização: uma análise do impacto da tecnologia nas relações laborais. Revista de Direito do Trabalho, Processo do Trabalho e Direito da Seguridade Social, v. 10, n. 2, 2023.

FRIZZO, G. Reforma Administrativa do Estado e a Regulamentação das Profissões: conselhos profissionais como entidades privadas e a repressão aos trabalhadores. Revista Trabalho Necessário, 9(12), 2018.

FRIGOTTO, G. O enfoque da dialética materialista histórica na pesquisa educacional. In: FAZENDA, I. (Org.). Metodologia da pesquisa educacional. São Paulo: Cortez, 2010. cap.6, p. 75-100.

FURTADO, Roberto Pereira. Novas tecnologias e novas formas de organização do trabalho do professor nas academias de ginástica. Pensar a Prática, v. 10, n. 2, p. 139-154, 2007.

FREITAS, Diego Costa *et al.* O envelhecer na visão do profissional de Educação Física atuante em academia de ginástica: corpo e profissão. Movimento, v. 20, n. 4, p. 1523-1541, 2014.

FURTADO, Roberto Pereira. Convívio social, diversão e entretenimento como valor de uso e promessa nas academias de ginástica híbridas. **LICERE-Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, v. 11, n. 2, 2008.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas S.A., 2002.p. 176.

GOMES, Gabriel Vielmo. Os ideários pós-modernos no mundo do trabalho: implicações para o campo de trabalho da educação física. 2022.

GARCIA, André. **Professores de educação física registro no Cref.** [mensagem pessoal]. Mensagem recebida por: luansantanna20@gmail.com. em: 25 maio 2023.

GUIMARÃES FILHO, J. C. M; MOURA, D. L; ANTUNES, M. M. Quando a beleza põe mesa: uma análise das condições de trabalho do profissional de educação física em megaacademias. *Motrivivência*, Florianópolis, v. 23, n. 36, p. 197-213, jun. 2011

GOMES, Gabriel Vielmo et al. Os ideários pós-modernos no mundo do trabalho: implicações para o campo de trabalho da educação física. 2022.

GROHMANN, Rafael. Os laboratórios do trabalho digital: entrevistas. Boitempo Editorial, 2021.

GEMELLI, Catia Eli; CLOSS, Lisiane Quadrado; FRAGA, Aline Mendonça. Multiformidade e pejetização:(re) configurações do trabalho docente no ensino superior privado sob o capitalismo flexível. **REAd. Revista Eletrônica de Administração (Porto Alegre)**, v. 26, n. 02, p. 409-438, 2020.

GAWRYSZEWSKI, Bruno. CONFED: organizador da mercantilização do campo da Educação Física. 2008. Tese de Doutorado. Dissertação (Mestrado em Educação)-Programa de Pós-Graduação em Educação, Faculdade de Educação, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro.

GABELLINI, Laryssa et al. Mercantilização de si: corpo, saúde e estilos de vida em perfis *fitness* do Instagram. **Intercom**, Juiz de Fora, MG, p. 1-15, 2020.

GALVÃO, A.; CASTRO, B.; KREIN, J.; OLIVEIRA Teixeira, M.. REFORMA TRABALHISTA: precarização do trabalho e os desafios para o sindicalismo. *Caderno CRH*, 32(86), 253–269, 2019.

GENTIL, Paulo. Bases científicas para o treinamento de hipertrofia. [s.l]: [s.ed.], 2014

HARVEY, D. Condição pós-moderna. São Paulo: Loyola, 1996.

HARTWIG, Tiago Wally. Condições de trabalho e saúde de profissionais de Educação Física atuantes em academias da cidade de Pelotas-RS. 2012. 183 f. Dissertação (Mestrado) - Curso

de Mestrado em Educação Física, Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, 2012.

HARTWIG, Tiago et al. Condições de saúde de trabalhadores de academias da cidade de Pelotas-RS: um estudo de base populacional. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, v. 17, n. 6, p. 500-511, 2012.

HAYDÉE, Lygia. Brasil é o segundo em número de academias. *Ativo*. 20 ago. 2015. Disponível em: <http://www.ativo.com/fitness/brasil-e-o-segundo-em-numero-de-academias>. Acesso: 18 abril 2024.

HARVEY, D. Condição pós-moderna. Uma pesquisa sobre as origens da mudança cultural. 9. ed. São Paulo: Loyola, 2000.

INTERNATIONAL HEALTH, RACQUET & SPORTSCLUB ASSOCIATION (IHRSA). The IHRSA global report 2017: the state of the health club industry. Boston: IHRSA, 2017.

INTERNATIONAL HEALTH, RACQUET & SPORTSCLUB ASSOCIATION (IHRSA). IHRSA Fitness Brasil 2023 Triumphs Again. Health & Fitness Association, 2023. Disponível em: <https://www.healthandfitness.org/improve-your-club/industry-news/ihrsa-fitness-brasil-2023-triumphs-again>. Acesso em: 05 ago. 2025.

IBGE. Trabalhadores informais no Brasil. 2024. Disponível em: <https://www.poder360.com.br/economia/brasil-registra-39-milhoes-de-trabalhadores-informais/>. Acesso em: 29 mar. 2024.

INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL IA NO UNIVERSO. Brasil: Acad Brasil, v. 109, abr. 2025. Abril 2025.

IBGE . Taxa de subutilização da força de trabalho fica em 17,6% no trimestre até janeiro. 2024. Disponível em: [conomia.uol.com.br/noticias/estadao-conteudo/2024/02/29/taxa-de-subutilizacao-da-forca-de-trabalho-fica-em-176-no-trimestre-ate-janeiro-afirma-ibge.htm#:~:text=No%20trimestre%20até%20janeiro%20de,menos%201%2C204%20milhão%20de%20pessoas..](https://economia.uol.com.br/noticias/estadao-conteudo/2024/02/29/taxa-de-subutilizacao-da-forca-de-trabalho-fica-em-176-no-trimestre-ate-janeiro-afirma-ibge.htm#:~:text=No%20trimestre%20até%20janeiro%20de,menos%201%2C204%20milhão%20de%20pessoas..) Acesso em: 29 mar. 2024.

JUNIOR, Nivaldo da Rocha Baia, NETO, Walmir Arruda De Sousa; HÚNGARO, Edson Marcelo. Educação física e trabalho plataformizado: e agora? **Anais do XXIII Congresso**

Brasileiro de Ciências do Esporte e do X Congresso Internacional de Ciências do Esporte. Disponível em: <https://cbce.org.br/evento/conbrace23>

LARANJEIRA, Sônia Maria Guimarães. As transformações do trabalho num mundo globalizado. **Sociologias**, p. 14-19, 2000.

LIMA, T. & SOUZA, J. (2020). Precarização do trabalho na educação física: Desafios e perspectivas. São Paulo: Cortez.

LIMA, J. L.; MANINI, P. M. Metodología para el Análisis Cualitativo de Contenido integrado con la técnica de Mapas Mentales utilizando los softwares Nvivo y FreeMind. *Informação & Informação*, v. 21, n. 3, p. 63-100, 2016.

KREIN, J. Dari, OLIVEIRA, R. Veras de, & FILGUEIRAS, V. Araujo. AS REFORMAS TRABALHISTAS: promessas e impactos na vida de quem trabalha. *Caderno CRH*, 32(86), 225–230, 2019.

MASCARENHAS, Fernando; VIEIRA, Carlos; MARQUES, Taianne; BORGES, Paulo; SILVA, Bruno; SANTOS, Willian. Acumulação flexível, técnicas de inovação e grande.

MASCARENHAS, Fernando. Entre o ócio e o negócio: teses acerca da anatomia do lazer. 2005. Tese de Doutorado.

MARTINS, Luana Cristina Vieira et al. Personal trainers e seu marketing: Venda da imagem. V Seminário de Pesquisa e TCC da FUG, p. 164-191, 2013.

MARTINS, M. (2017). O trabalho na era da informação. São Paulo: Boitempo.

MOURA, A. (2017). Promoção da saúde: Uma abordagem multidimensional. Editora Vida Saudável.

MÉSZÁROS, István. Para além do capital: rumo a uma teoria da transição. Boitempo Editorial, 2015.

MÉSZÁROS, I. O desafio e o fardo do tempo histórico. *Política e Sociedade*, Florianópolis, v. 7, n. 13, p. 17-33, 2008.

MÉSZÁROS, I. Para além do capital: rumo a uma teoria da transição. São Paulo: Boitempo, 2011.

MINAYO, MC de S. et al. Pesquisa Social-Teoria, Métodos e Criatividades. . Rio de Janeiro. 2002.

MANFRO, Pedro Xavier. A percepção de carreira de profissionais de educação física e a atuação no mercado de academias: expectativas e realidades. 2018. Porto Alegre

MOHR P.; GUIMARÃES A.; BARBOSA A. Sintomas de distúrbios osteomusculares em profissionais de educação física, atuantes em academias de Florianópolis-SC. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**; vol. 33 n. 4, 1041-1053, 2011.

Maria de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Fundamentos de metodologia científica**. 5. ed. São Paulo: Atlas S.A., 2003. p. 310.

NOBRE, Julio Cesar et al. Uberização do trabalho e o trabalhador como efeito de redes: uma cartografia de controvérsias. **Cadernos UniFOA**, v. 19, n. 54, p. 1-16, 2024.

NETO, Walmir Arruda De Sousa; HÚNGARO, Edson Marcelo. Plataformas de trabalho no setor *fitness*: qual o futuro deste serviço?. *Revista Ciências do Trabalho*, n. 21, 2022.

NETO, João *et al.* Precarização do trabalho docente na Educação Física: entre a valorização simbólica e a desvalorização estrutural. **Revista Licere**, v. 23, n. 3, p. 71-93, 2020.

NOZAKI, Hajime Takeuchi et al. **Educação física e reordenamento no mundo do trabalho: mediações da regulamentação da profissão**. Niterói: UFF, 2004.

NOZAKI, F. (2004). Educação física e o mercado de trabalho: desafios contemporâneos. São Paulo: Editora Hucitec.

NOZAKI, Hajime Takeuchi. O GTT de Formação Profissional e Mundo do Trabalho do Colégio Brasileiro de Ciências do Esporte, 2005.

ORGANIZACIÓN INTERNACIONAL DEL TRABAJO (Peru). PANORAMA LABORAL 2023 América Latina y el Caribe 30 años Panorama Laboral. 2024. Disponível em: https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---americas/---ro-lima/documents/publication/wcms_906617.pdf. Acesso em: 29 mar. 2024.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Diretrizes globais sobre atividade física e comportamento sedentário. Genebra: OMS, 2020.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Global status report on physical activity 2022. Geneva: World Health Organization, 2022. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240064191>. Acesso em: 15 fev. 2025.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. Doenças crônicas-degenerativas e obesidade: estratégia mundial sobre alimentação saudável, atividade física e saúde. Brasília: OPAS, 2003.

PEREIRA, LEONARDO ROGERIO DA SILVA GOMES. A uberização do trabalho do professor de educação física no estado do Pará. 2020.

PUPIO, Bárbara Cristina. Indústria da cultura corporal em academias de ginástica: nexos e determinações da reestruturação produtiva na formação de professores de educação física no Brasil. *Germinal: marxismo e educação em debate*, v. 12, n. 3, p. 457-468, 2020.

PRONI, M.W. **Universidade, profissão, Educação Física e o mercado de trabalho**. Motriz, Rio Claro, v.16 n.3 p.788-798, jul./set. 2010. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.5016/1980-6574.2010v16n3p788>>

PASQUALI, Dennia; MASCARENHAS, Fernando. A indústria do fitness e seu desenvolvimento desigual: um estudo sobre as academias de ginástica na cidade de Goiânia. **Pensar a Prática**, v. 14, n. 2, 2011.

PATRICIO, J.B. **A Influência da Mídia na Academia: reflexos no cotidiano de praticantes de exercícios físicos**. Trabalho de Conclusão de Curso Universidade do Extremo Sul Catarinense – UNESC. Criciúma, dezembro de 2012.

PIN, SHYRLEI GUITÉRIO CALMON. A INFLUÊNCIA DAS REDES DIGITAIS NA BUSCA DE INFORMAÇÃO E NO PROCESSO DE DECISÃO DE COMPRA DO CONSUMIDOR. 2011. Tese de Doutorado. Dissertação de Mestrado em Administração e Desenvolvimento Empresarial, Universidade Estácio de Sá, Rio de Janeiro).

QUELHAS, Álvaro de Azevedo. **Trabalhadores de Educação Física no segmento *fitness*: um estudo da precarização do trabalho no Rio de Janeiro**. 2012.

QUELHAS, Álvaro de Azeredo; NOZAKI, Hajime Takeuchi. A formação do professor de Educação Física e as novas diretrizes curriculares frente aos avanços do capital.

Motrivivência, Florianópolis, n. 26, p. 69-87, jun. 2006.

RODRIGUES, Nara Letícia Pedroso Ramos; MOREIRA, Amanda Sorce; LUCCA, Sergio Roberto de. O presente eo futuro do trabalho precarizado dos trabalhadores por aplicativo. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 37, n. 11, p. e00246620, 2021.

RESENDE, A. C. A. FeROCHA, Rafael Leandro. Análise de satisfação dos clientes World Gym Fitness Centers. 2004.tichismo e subjetividade.1992. 210 f. Tese Doutorado em Ciências Sociais) – Pontificia Universidade Católica, São Paulo, 1992.

RAMALHO, Carla Chagas; DE SOUZA CARDOSO, Fernanda. A adequação à exploração do mercado de trabalho via segmentação da Licenciatura e Bacharelado em Educação Física. **Pensar a Prática**, v. 24, 2021.

ROCHA, Rafael Leandro. Análise de satisfação dos clientes World Gym Fitness Centers. 2004.

SOUZA, R. (2015). Precarização e mercantilização na indústria *fitness*: Um olhar crítico sobre o mercado de trabalho em Educação Física. Editora Saúde em Foco.

SANCHES, Odilon. Manual do Personal Trainer: orientações para uma prática profissional competente. Rio de Janeiro: Sprint, 2006.

SLEE, Tom. Uberização: a nova onda do trabalho precarizado. São Paulo: Editora Elefante, 2017.

SENNETT, R. A corrosão do caráter: consequências pessoais do trabalho no novo capitalismo. Rio de Janeiro: Record, 2003.

SILVA, Nathália Costa Melo. Transformações na indústria do fitness e o trabalho de professores de educação física. 2023.

SILVA, R. As personal trainers rejeitadas por estar acima do peso padrão e ser feliz. G1 - Globo, 13 set. 2024. Disponível em:https://g1.globo.com/saude/noticia/2024/09/13/as-personal-trainers-rejeitadas-por-estar-acima-do-peso-padrao-e-ser-feliz.ghtml?utm_source=whatsapp&utm_medium=share-bar-mobile&utm_campaign=materias. Acesso em: 11 nov. 2024.

SKYFIT ACADEMIA. Institucional - SkyFit Academia. 2024. Disponível em: <https://skyfitacademia.com/institucional/>. Acesso em: 14 jul. 2024.

SILVA, P. (2019). Tecnologia e saúde no trabalho: Um olhar crítico . Rio de Janeiro: Editora FGV.

SANTOS, Maria de Fátima Oliveira. As condições de trabalho dos professores de Educação Física no ambiente não escolar da região do Cariri. 2024. 210 f. Dissertação (Mestrado em Educação e Ensino) – Universidade Estadual do Ceará, Faculdade de Filosofia Dom Aureliano Matos; Faculdade de Educação, Ciências e Letras do Sertão Central; Mestrado Acadêmico Intercampi em Educação e Ensino, Limoeiro do Norte – CE, 2024. Disponível em: <https://siduece.uece.br/siduece/report?id=115497&tipo=3>. Acesso em: 27 jun. 2025.

SILVA, Jorge Alexandre; NETO, Guilherme Howes. A crise estrutural do capital e a proletarianização do trabalho. 2021.

SILVA, Rosane de Fátima; KRUG, Hugo Norberto. Aspectos que interferem na satisfação de professores de Educação Física em seu ambiente de trabalho. **Revista da Educação Física/UEM**, v. 18, n. 3, p. 329-338, 2007.

SABA, Fábio. Aderência à prática de exercício físico em academias. São Paulo: Manole, 2001.

SAVIANI, Dermeval. Educação: do senso comum à consciência filosófica. São Paulo: Autores Associados, 2007.

SILVA, Mariana dos Santos et al. A CLASSE C TAMBÉM VAI À ACADEMIA: Análise dos motivadores do consumo de academias low-cost. 2023.

SATELES, Jonathan Da Silva; SILVAA, Gilberto Reis Agostinho. CARACTERÍSTICAS DA CONSULTORIA ON-LINE COM PERSONAL TRAINER. *REVISTA DE TRABALHOS ACADÊMICOS-UNIVERSO-GOIÂNIA*, v. 1, n. 10, 2023.

SERVIÇO NACIONAL DE APRENDIZAGEM COMERCIAL (SENAC). Pesquisa aponta aumento nonúmero de academias e de praticantes de atividades físicas. 16 out. 2015.

SILVA, Amanda Moreira. A uberização do trabalho docente no Brasil: uma tendência de

precarização no século XXI. **Revista Trabalho Necessário**, v. 17, n. 34, p. 229-251, 2019.

SILVA, Laryssa Dias; DE SANTANA, José Paes. O contrato intermitente à luz da reforma trabalhista: aumento da empregabilidade ou precarização da relação de emprego?. **Direito em Revista**-ISSN 2178-0390, v. 7, n. 7, p. 193-212, 2022.

SOUSA, Luan Sant'Anna de; ILHA, Franciele Roos da Silva. (Auto) intensificação no trabalho de profissionais de educação física atuantes em academia. 2023.

SENNETT, Richard. A corrosão do caráter: consequências pessoais do trabalho no novo capitalismo. Editora Record, 2015.

SKROCH, Jade; ANGELINA, Maria. TRABALHO E TECNOLOGIA: TRABALHO DIGITAL, UBERIZAÇÃO E PLATAFORMIZAÇÃO DO TRABALHO. **Revista Serviço Social em Perspectiva**, v. 7, n. 1, p. 25-43, 2023.

VANEIGEM, R. A arte de viver para as novas gerações. [S.l.]: Conrad Editorado Brasil. 2002. p. 97-103.(Coleção Baderna).

TAFFAREL, Celi Neuza Zulke. Do trabalho em geral ao trabalho pedagógico: contribuição ao debate sobre o trabalho pedagógico na educação física. **Motrivivência**, ano XXII, n. 35, p. 18-40, 2010.

TAVARES, Maria Augusta. Trabalho informal: os fios (in) visíveis da produção capitalista. **Revista outubro**, v. 7, p. 49-60, 2002.

TAFFAREL, Celi Nelza Zulke; TEIXEIRA, David Romão; D'AGOSTINI, Adriana. CULTURA CORPORAL E TERRITÓRIO: uma contribuição ao debate sobre reconceptualização curricular. **Motrivivência**, n. 25, p. 17-36, 2005.

TAFFAREL, Celi Nelza Zulke. Currículo, formação profissional na educação física & esporte e campos de trabalho em expansão: antagonismos e contradições da prática social. **Movimento**, v. 4, n. 7, p. 43-51, 1997.

Apêndices

Apêndice A- Entrevista

- 1) Dados pessoais (nome, idade e tempo de formado(a):
- 2) Há quanto tempo você trabalha em academia de ginástica e como *personal trainner*?
- 3) Relate como é sua rotina de trabalho em relação às atividades que desenvolve, quantidade de horas trabalhadas e se também treina para o seu exercício profissional.
- 4) Você acumula outras atividades profissionais, além de trabalhar na academia de ginástica? Por quê?
- 5) Você está satisfeito com seu trabalho e com o seu salário? Quanto você recebe atualmente?
- 6) Qual o seu vínculo empregatício com a academia em que atua?
- 7) Você possui direitos trabalhistas (carteira assinada, férias, décimo terceiro,...)?
- 8) Você tem liberdade para criar aulas/treinos, propor estratégias de trabalho neste local? Pensa que isto é importante para o profissional? Por quê?
- 9) Quando não estás no trabalho, você utiliza o seu tempo para fazer algo relacionado a ele? Se sim, é porque isso acontece? Qual o objetivo? É sua a iniciativa?
- 10) Você utiliza plataformas digitais ou redes sociais para o desenvolvimento de sua profissão? Como é esta utilização?
- 11) Quais são as perspectivas a curto e longo prazo no âmbito profissional, relacionadas à sua área de atuação como consultoria online esportivas?
- 12) Quais são os seus planos de carreira?
- 13) Qual sua avaliação em relação às condições de trabalho no campo da profissão de *personal trainner* e atuação na academia?
- 14) Gostaria de falar algo mais em relação à profissão de Educação Física que não foi perguntada anteriormente?



Carta de Anuência

DECLARAÇÃO

Eu " Sibele Dutra Nunes Costa ", na qualidade de responsável pelo(a) "Academia SKYFIT Pelotas", autorizo a realização da pesquisa intitulada "A Crise do Capital e as Reconfigurações do Mundo do Trabalho na Indústria Fitness" a ser conduzida sob a responsabilidade do pesquisador "Luan Sant' Anna de Sousa"; e DECLARO que esta instituição apresenta infraestrutura necessária à realização da referida pesquisa. Esta declaração é válida apenas no caso de haver parecer favorável do Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Medicina da CEP FAMED/UFPel para a referida pesquisa.

Pelotas/RS, 24 de fevereiro de 2025

Sibele Dutra Nunes Costa
ASSINATURA DO RESPONSÁVEL PELA INSTITUIÇÃO

Sibele Dutra Nunes
Costa
CNPJ 06.935.064/0001-60

(carimbo da Instituição)