

**A PRECARIZAÇÃO DO TRABALHO NA INDÚSTRIA *FITNESS*:  
A INFORMALIDADE COMO REGRA PARA PROFESSORES  
E PROFESSORAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

*THE PRECARIOUSNESS OF WORK IN THE FITNESS INDUSTRY:  
INFORMALITY AS A RULE FOR PHYSICAL EDUCATION TEACHERS*

Luan Sant'Anna<sup>1</sup>

Giovanni Frizzo<sup>2</sup>

**RESUMO**

O presente estudo tem por objetivo analisar as condições de trabalho de professores e professoras de Educação Física na indústria *fitness*, no contexto de desmonte dos direitos sociais e precarização do trabalho. Ao longo do ano de 2023, foram realizadas entrevistas semi-estruturadas com cinco professores atuantes em academias de ginástica de Pelotas (RS). A análise dos dados, pelo método de análise de conteúdo, identificou três categorias empíricas: a) vínculo de trabalho e informalidade; b) insatisfação com a remuneração e intensificação da jornada de trabalho; c) o “não lugar” na carreira. Os resultados, semelhantes aos de outros estudos, apontaram informalidade, ausência de vínculos empregatícios, baixa remuneração salarial e da hora-aula, múltiplos empregos e falta de perspectiva de futuro na profissão. Os entrevistados relataram insatisfação com as condições atuais e manifestaram desejo de se afastar da profissão.

**Palavras-chave:** Indústria *fitness*; Educação Física; Trabalho.

**ABSTRACT**

This study aims to analyze the working conditions of Physical Education teachers in the Fitness Industry, in the context of the dismantling of social rights and the precariousness of work. Throughout the year 2023, semi-structured interviews were carried out with five teachers working in gyms in Pelotas–RS. Data analysis, using the data analysis method, content, identified three empirical categories: a) employment relationship and informality; b) dissatisfaction with pay and increased working hours; c) the “non-place” in career. The results, similar to other studies, showed informality, lack of employment relationships, low salary and class hourly pay, multiple jobs and absenteeism perspective on the future of the profession. Respondents reported dissatisfaction with the current conditions and expressed a desire to move away from the profession.

**Keywords:** Fitness Industry; Physical education; Work.

---

<sup>1</sup> Possui graduação em Educação Física e é mestre em Educação Física pela UFPel.

<sup>2</sup> Possui graduação em Educação Física e é doutor em Ciências do Movimento Humano pela UFRGS.

## 1. INTRODUÇÃO

A crise sistêmica que o mundo vem passando ao longo das últimas três décadas tem modificado substancialmente a forma de socialização e a reprodução social da humanidade, especialmente no campo do trabalho e dos direitos sociais. A ascensão de novos modelos oriundos do liberalismo (como o neoliberalismo e o ultraliberalismo) têm aprofundado sobremaneira a determinação do mercado como a prioridade das políticas, ampliando a precarização do trabalho e o desmonte de direitos sociais como medidas que reconfiguram o padrão de acumulação do capital neste período.

No Brasil e no mundo, essas políticas fazem com que a pobreza e a concentração de renda ampliem a desigualdade social cada vez mais, e com que o acesso aos direitos e a emprego seja cada vez menor (World Bank, 2022). Nesse contexto, o chamado “assalto ao fundo público” (destinação de orçamentos estatais para fins privados) é uma das principais medidas que vêm sendo adotadas por organismos internacionais e governos atrelados às perspectivas de recuperação de taxas de lucro de grandes corporações empresariais, tais como o mecanismo das dívidas públicas, privatizações, isenções/renúncias fiscais e cortes orçamentários em políticas sociais (Frizzo, 2019).

No contexto de implementação neoliberal, a reestruturação produtiva também é determinante para compreendermos a forma da reprodução social da classe trabalhadora que se encontra absorvida pelo mercado de trabalho de forma totalmente precária, pois um dos pilares do neoliberalismo é a desregulamentação do trabalho e o desmonte de direitos sociais. Na esteira da reestruturação produtiva, as chamadas “reformas trabalhistas” se disseminaram em escala global, promovendo mudanças nos padrões de regulação do trabalho e de proteção social (Krein, Oliveira e Filgueiras, 2019). No Brasil, a Reforma Trabalhista de 2017 foi aprovada para atender às demandas da burguesia para reconfigurar o padrão de acumulação capitalista com objetivo de retomar e ampliar patamares de lucratividade de concentração de capitais, mesmo que deteriorando as condições de trabalho e de vida das classes populares (Galvão *et al.* 2019).

Como afirma Druck (2011, p. 44), há um aumento do desemprego e da informalidade, “com destaque para os países que flexibilizaram suas respectivas legislações, liberalizando as formas de contratos e demissões, diminuindo ou suspendendo mecanismos de proteção social (aposentadorias, pensões, saúde, acidentes e doenças ocupacionais)”. A mesma autora aponta seis categorias da precarização social do trabalho que são consequência da reestruturação produtiva e desmonte da proteção social laboral, são elas: a) inserção precária e desemprego, com avanço da informalidade; b) intensificação e terceirização; c) insegurança e saúde no trabalho; d) perdas das identidades individual e coletiva; e) fragilização da organização dos trabalhadores e trabalhadoras; f) condenação e o descarte do direito do trabalho (Druck, 2011).

A própria Organização Internacional do Trabalho (OIT), ligada à Organização das Nações Unidas (ONU), apresentou recentemente um relatório sobre o trabalho no Brasil e concluiu que, em lugar do aumento do emprego formal, o que se produziu com as reformas foi um incremento do desemprego e da informalidade, acentuando-se ainda a precarização do trabalho, associada à insegurança das remunerações, à menor proteção social, à maior rotatividade da força de trabalho, entre outros aspectos (OIT, 2006).

Hirata (2009) indica que as pesquisas realizadas sobre o trabalho e o desemprego em âmbito internacional sugerem três indicadores do trabalho precário, os quais, resumidamente, apresentamos assim: a) ausência de proteção social e de direitos sociais, inclusive de direitos sindicais; b) horas reduzidas de trabalho, que resultam em salários baixos e que levam frequentemente à precariedade; c) níveis baixos de qualificação. Os achados de nossa pesquisa se

interconectam com esses elementos apontados pela autora, na medida em que os três elementos acima são partes constitutivas do trabalho de professores na indústria *fitness*.

O campo de trabalho da indústria *fitness*, objeto de nossa investigação, também está imerso nesse contexto de desmonte dos direitos sociais e precarização social do trabalho, com especificidades que constituem particularidades na medida em que se desdobram na totalidade das relações sociais de produção da existência no modo de produção capitalista. A opção de compreender o universo das atividades físicas de modalidades de ginástica de academia como a indústria *fitness* se referencia na proposição de Mascarenhas *et al.* (2007), ao expressar que esta guarda relação mais próxima com o processo produtivo e de distribuição das técnicas e práticas corporais subordinadas à razão instrumental e ao comércio nas academias de ginástica. Essa concepção demarca o processo de mercantilização da cultura corporal, que transforma práticas corporais historicamente produzidas pela humanidade em mercadorias a serem comercializadas e consumidas.

[...] os novos valores atribuídos ao corpo estão diretamente ligados ao mercado da estética. As promessas da Grande Indústria do *Fitness* contam com um avançado aparato tanto no campo do *marketing* e da propaganda, responsável em criar novas necessidades, como no campo científico, que legitima o discurso da saúde atrelado à beleza, ambos promovem uma identificação do consumidor com produtos e serviços propostos pelo setor. (Mascarenhas *et al.*, 2007, p. 241)

A transformação da cultura corporal em mercadoria resulta no mesmo processo de produção de mercadorias de toda espécie. Há singularidades imersas na totalidade da produção, portanto, os produtores e as produtoras das mercadorias da indústria *fitness* – professores e professoras de Educação Física (EF) – sofrem com as mesmas condições gerais de desregulação do trabalho. Estudos recentes corroboram com essa afirmação, na medida em que concluem que há diversos elementos de insatisfação no trabalho, intensificação, baixa remuneração, adoecimento, entre outras questões analisadas, como podemos observar nos trechos citados abaixo.

Os resultados do estudo de Broch *et al.* (2021) revelaram que professoras e professores de EF atuantes em academias de ginástica estavam insatisfeitos com a remuneração, condições de trabalho, relevância social da vida no trabalho e com a articulação entre trabalho e espaço total de vida. O estudo de Anversa, Refundini e Oliveira (2019) apontou que estes mesmos profissionais apresentam uma rotina emocional e fisicamente estressante, caracterizando uma exaustão profissional, causada por longas horas de trabalho, busca da satisfação das necessidades dos clientes e excesso de trabalho em decorrência da jornada extenuante de trabalho.

Esses elementos foram analisados por Espírito-Santo e Mourão (2006), em um estudo realizado com seis professores e professoras de EF atuantes em uma academia de ginástica no Rio de Janeiro, e as autoras constataram que a instabilidade dos empregos, provocada pela falta de vínculos empregatícios e, ainda, a remuneração por hora/aula, leva os profissionais a acumularem uma grande carga de trabalho.

Portanto, essas condições levam a categoria a aceitar quaisquer condições de emprego, mesmo em condições que provocam adoecimento físico e mental, conforme pôde ser observado no estudo de Hartwig (2012) em que a prevalência de dor/desconforto em alguma região do corpo no último ano atingiu 87,9% dos entrevistados (professores e professoras de EF de academias de ginástica) na cidade de Pelotas (RS). Utilizando o mesmo instrumento de pesquisa, Mohr, Guimarães e Barbosa (2011) constataram a prevalência de 75,9%, na cidade de Florianópolis (SC).

É neste contexto que este artigo se debruça a investigar as condições de trabalho de professores e professoras de EF que atuam em academias de ginástica na cidade de Pelotas (RS).

O objetivo do artigo, portanto, é: analisar as condições de trabalho de professores e professoras de Educação Física que atuam na indústria *fitness* (academias de ginástica e *personal trainer*) no atual contexto de desmonte dos direitos sociais e precarização social do trabalho.

## 2. METODOLOGIA

Para responder aos objetivos da pesquisa, utilizamos entrevistas semiestruturadas como instrumento de coleta de dados com um roteiro de perguntas abertas e fechadas. As entrevistas foram gravadas em áudio, transcritas e devolvidas aos participantes para validarem o seu conteúdo, e somente após esta autorização é que as incluímos como dados da investigação. A amostra foi composta por cinco professores e professoras de EF que trabalham em diferentes academias de ginástica em Pelotas (RS), sendo um profissional de cada estabelecimento. A escolha das academias foi definida pelo impacto e relevância na cidade em relação ao número de alunos e alunas matriculadas e tempo de existência, em que elegemos para a entrevista a partir da disponibilidade em participar do estudo. Como critérios de inclusão na amostra, estabelecemos: ter graduação em EF; atuar profissionalmente em academias de ginástica; aceitar participar do estudo. Como critério de exclusão, não foram permitidos estudantes de graduação por entendermos que ainda estão em período de formação e não têm vínculos trabalhistas estabelecidos, o que é uma das categorias centrais desta investigação. Indicamos, no quadro abaixo, registros sobre local, tempo que já se formou e tempo que atua em academias de ginástica de participantes do estudo

**QUADRO 1: IDENTIFICAÇÃO DOS ENTREVISTADOS.**

| Nome Fictício | Local e tempo que já se formou        | Tempo de atuação em academia |
|---------------|---------------------------------------|------------------------------|
| Francisco     | Faculdade Anhanguera, há quatro anos. | Quatro anos                  |
| Roberto       | UFPEl/ESEF, há cinco anos.            | Cinco anos                   |
| Vitória       | UFPEl/ESEF, há dois meses.            | Quatro anos                  |
| Arthur        | UFPEl/ESEF, há cinco anos.            | Cinco anos                   |
| Felipe        | Faculdade Anhanguera, há cinco anos.  | Seis anos                    |

**Fonte:** Próprio autor, 2024.

Em relação às questões éticas da pesquisa, o presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Pelotas (RS), através do parecer 5.959.724. Todos os sujeitos participantes foram informados dos objetivos da pesquisa, bem como sobre os seus direitos através do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido que foi lido pelos sujeitos e somente após a assinatura deste documento é que o(a) participante foi incluído na amostra. Para garantir a confidencialidade dos dados pessoais e preservar a identidade dos sujeitos, os nomes utilizados no texto são fictícios.

Para analisarmos o material coletado, utilizamos a análise de conteúdo para elaboração das categorias empíricas. A análise de conteúdo empregada tem como referência a sistematização de Bardin (1977), dividida em três fases: a pré-análise, a exploração do material e o tratamento dos resultados (inferência e interpretação). Para melhor organização do tratamento dos dados coletados, Minayo (2001) aponta os caminhos a serem realizados para a sistematização das categorias empíricas. De acordo com a autora, na primeira fase em geral, organiza-se o material a ser analisado; na segunda fase, os dados levantados são organizados para definição das categorias a partir de sistemas de codificação (os dados são agrupados por aproximação

de características) e são identificadas unidades de registro que possibilitam descrever as características do conteúdo analisado; na terceira fase, realiza-se interpretações das categorias levantadas na fase anterior e conexões com a totalidade do material empírico e a teoria do conhecimento de base da investigação.

Na trilha dessas orientações, as etapas subsequentes que realizamos, após a realização da transcrição das entrevistas, consistiram em sistematizar e selecionar os dados a fim de definir as unidades de análise. Posteriormente, categorizou-se os dados recortando fragmentos mais relevantes com intuito de aproximar as respostas aos objetivos do estudo. Essa etapa permitiu identificar padrões e similaridades entre as respostas dos entrevistados, criando tendências de representações da realidade objetiva que foram agrupadas em categorias de análise de dados que apresentamos a seguir.

### **3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A análise dos resultados nos permitiu estabelecer três categorias empíricas para a apresentação e discussão dos resultados: a) vínculo de trabalho e informalidade; b) insatisfação com a remuneração e intensificação da jornada de trabalho; c) o “não lugar” na carreira. Abaixo, desenvolvemos cada uma destas categorias:

#### **a) Vínculo de trabalho e informalidade**

Podemos observar, no Quadro 1, que o tempo de trabalho dos entrevistados em academias de ginástica varia entre 4 a 6 anos (três entrevistados atuam há 4 anos, um atua há 5 anos, e outro há 6 anos), e que são professores e professoras que se graduaram há menos de 6 anos, portanto, com um tempo de trabalho na área relativamente curto. Esse é um aspecto importante a considerar pelo fato de que a exigência física e emocional para o trabalho precarizado na indústria *fitness* dificulta que estes profissionais exerçam as mesmas funções durante muitos anos.

Nas entrevistas, também foi possível verificar um elemento bastante comum no trabalho nessa área: o fato de que estudantes já atuam como profissionais nas funções das academias realizando estágios e, posteriormente ao término da graduação, seguem exercendo a mesma função, substituindo a forma da remuneração de bolsas de estágio para pagamento de horas trabalhadas. Abaixo, destacamos algumas falas das entrevistas quando perguntados sobre o começo do trabalho no local em que atuam.

Eu trabalho desde o primeiro semestre da faculdade, mesmo sabendo que não é permitido atuar em academia de ginástica. Eu trabalhava nas academias da minha família, lá em Santa Vitória, então são 4 anos. (Francisco)

Trabalho em academia desde o estágio, então são 6 anos. (Felipe)

Corroborando com as falas, é possível observar semelhanças entre os resultados do presente estudo e as pesquisas realizadas por Manfro (2018), onde há uma abordagem sobre o tempo de atuação profissional. Foi apurado que há uma realocação de função em curtos períodos do estágio para funções de profissionais. Uma via dupla de precarização do atendimento em razão de que a atuação em estágio ou na profissão são desenvolvidas da mesma forma, na medida em que para os estágios na indústria *fitness* importa mais a questão econômica para os empresários donos do estabelecimento. Ao serem trocados por um(a) estagiária(a), que está no começo do seu desenvolvimento, aperfeiçoamento e aprendizado, apesar da oportunidade gerada pelo empregador,

o que se vê é uma estratégia mercadológica de diminuir custos com recursos humanos, dessa forma, os novos colaboradores passam a ocupar lugares de atuação profissional sem a devida formação. O objetivo aqui é desempenhar as mesmas atribuições de atuações profissionais por uma baixa remuneração, servindo de “mão de obra barata” (Manfro, 2018).

Ao analisarmos o Quadro 1, no que tange ao tempo de formação inicial e ao tempo de atuação em academias, percebemos que os participantes do presente estudo passaram por uma situação peculiar, ao atuarem desde o primeiro semestre do curso sem dominarem os conhecimentos básicos e ainda sem considerar a legislação para a realização dos estágios durante a formação inicial em EF.

Quando perguntados sobre o seu vínculo empregatício com a academia em que atuam, 80% afirmaram que não possuem carteira de trabalho ou contrato assinado. Essa realidade é bastante comum há algumas décadas na área da EF, e se aprofundou ainda mais com as recentes reformas trabalhistas e com a ideologia do empreendedorismo, fazendo com que professores e professoras de EF já estejam acostumados com essa precarização, como observamos na fala do participante Francisco: “No momento, não tenho nenhum vínculo empregatício, normalmente não se tem esse vínculo empregatício, normalmente não se assina a carteira. Para o controle de pagamento, é sobre as horas trabalhadas”. Vitória também expressou essa caracterização da área: “É raro um profissional da área ter a carteira assinada”. Roberto, outro entrevistado, expõe ainda que o fato de trabalhar como *personal trainer* na academia não significa ter vínculo trabalhista: “Não tenho um vínculo empregatício, como trabalho como um *personal*, não tenho vínculo com academia”. Muitas vezes, no trabalho de *personal trainer*, a relação de prestação de serviço é estabelecida pelo valor cobrado pelo professor para os alunos, fazendo uma divisão desse valor entre o trabalhador e a academia, sem qualquer vínculo de natureza trabalhista, mesmo que se trate de trabalho em uma empresa.

Segundo Manfro (2018), é preciso entender que o trabalho liberal e a remuneração de forma autônoma trazem diversos riscos ao trabalhador e à trabalhadora. E por não possuir qualquer tipo de vínculo empregatício, “os trabalhadores não gozam de nenhum direito trabalhista; pelo contrário, tal campo tem como característica tratar-se de um trabalho precário, desregulamentado, informal e temporário” (Nokazi, 2004, p. 333).

Por não ter carteira assinada, além da caracterização de trabalho informal, demais direitos trabalhistas também não são acessados ou, quando o são, é de forma precária e que onera ainda mais o trabalhador e a trabalhadora. Quando participantes da pesquisa foram perguntados sobre férias e folgas semanais, somente o participante que tem carteira assinada afirmou que tem direito a férias, décimo terceiro e demais direitos garantidos. Os 80% que não possuem vínculo empregatício expressaram que, para ter folgas e férias, devem acertar com o dono da academia em que trabalham e, como recebem por horas de trabalho, acabam por diminuir sua remuneração quando estão de férias ou tem folga. Como podemos observar em alguns fragmentos das entrevistas:

Se não possui vínculo algum, não possui nenhum direito trabalhista, sobre férias é normalmente acordado com o dono da academia. (Francisco)

Não possui direitos trabalhistas por ser profissional autônomo. (Roberto)

Um contrato meio que de boca, vamos dizer assim. Não tenho folga, só se eu falo com um colega: “Olha, pode me substituir, eu queria tirar uma folga?” Só que aí não vou receber! Esse é preço, para tirar a folga tu não recebe um real. Então, nunca tirei folga

durante esses quatro anos, tirei apenas Natal e Ano Novo, porque não trabalho quando fecha [a academia] e daí não tem o que fazer. (Felipe)

Como ressalta Coelho Filho (2009), esse cenário favorece unicamente o empregador no sentido da lei de oferta e procura, sobretudo no poder de barganha sem cumprir com suas obrigações, isto é, com os direitos trabalhistas dos seus empregados, “como consequência, temos o aumento do número de contratos de trabalho temporários sem carteira assinada, o trabalho com parte do salário em carteira e o restante ‘por fora’” (Coelho Filho, 2009, p. 5).

Além de todos os elementos sobre a condição de trabalho na indústria *fitness*, o vínculo precário e a informalidade também trazem ainda maiores dificuldades para a organização sindical de professores e professoras para lutarem por mudanças qualitativas para o campo de atuação (Nozaki, 2004). Galvão et al (2019), inclusive, apontam como a Reforma Trabalhista de 2017 trouxe impactos profundos e negativos para a organização sindical, na medida em que os vínculos trabalhistas são frágeis e precários, impossibilitando até mesmo do trabalhador ou da trabalhadora estarem vinculados ao seu local de atuação (exemplificado através da chamada “pejotização”, MEI, trabalho intermitente, uberização etc.). No caso da Educação Física, até mesmo a regulamentação da profissão trouxe enormes prejuízos para profissionais da área, com pode ser visto em Frizzo (2018) e Nozaki (2004).

## **b) Insatisfação com a remuneração e a jornada de trabalho**

Apesar de os entrevistados mostrarem satisfação com o trabalho que desempenham, pode-se observar o descontentamento em relação à desvalorização profissional, que estão ligados ao descaso, à competitividade com pessoas não qualificadas e, principalmente, à remuneração, que tem se tornado uma preocupação crescente para os profissionais da área gerando insatisfação, uma vez que consideram não ser compatível com seu nível de capacitação, qualidade do serviço prestado e carga horária de trabalho.

Quando questionados sobre a sua satisfação com o seu trabalho em relação ao salário/remuneração que recebem, três (60%) estão insatisfeitos e dois (40%) encontram-se satisfeitos. Os participantes insatisfeitos relataram que são desproporcionais os seus investimentos na formação continuada em relação a seu valor de hora/aula, conforme visualizadas nas falas abaixo:

É muito pouco porque é uma profissão não tão valorizada, porque acham que o cara serve apenas para mandar as pessoas fazerem determinados exercícios. Não valorizam o profissional que estudou biomecânica, cinesiologia entre outras cadeiras. (Francisco)

A reclamar muito do salário, nós somos basicamente prostituídos aqui, acredito que não só aqui, por todo o lugar. Como te falei: perto do que eu estudo, do que eu invisto para retorno que eu espero, assim, é meio desbordante, assim, às vezes tu te apavora, é o que tem, então sai daqui se tu não gosta, se eu for para outro lugar, será a mesma coisa. Vou ganhar um real a mais hora/aula. (Felipe)

Interessante destacar que, entre as pessoas satisfeitas com a remuneração, a professora Vitória expressa isso ao comparar a sua remuneração como profissional à que percebia enquanto estagiária da mesma academia: “Estou muito satisfeita com o salário atual comparando quando eu era estagiária”. Ou seja, o padrão remuneratório que a professora estabelece como parâmetro para satisfação se refere ao padrão remuneratório enquanto estudante da graduação, e não enquanto trabalhadora formada.

O participante Felipe ainda traz outro elemento sobre as condições de trabalho e a remuneração, no sentido de que a precarização é tamanha que há acúmulo de outras tarefas na academia, até mesmo de serviços de limpeza.

Ah, pelo amor de Deus, tem lugar que o professor é o que limpa a academia. Aí, tu vai pegar um diploma ficar quatro anos e investe para tu fiques limpando a academia. Então, é mais fácil você pegar de caixa no supermercado, com carteira assinada, coisa que eu não tenho, que também é uma das minhas insatisfações também. (Felipe)

Broch *et al.* (2021) apontaram que a remuneração insuficiente, combinada com o desgaste físico e a longa carga horária, tem sido apontada como uma das principais razões para a insatisfação, desmotivação e abandono dos profissionais que trabalham em academias de ginástica.

Quando questionamos sobre a jornada de trabalho na academia de ginástica e se atuam em outro local, verificamos que a carga horária é múltipla para cada professor e professora, pois, ainda que não tenham longas jornadas na mesma academia, acabam por trabalhar em mais de uma academia, trabalham como *personal trainer* no horário que sobra, trabalham elaborando planilhas de treinos e/ou consultorias *online*. Nas respostas dos participantes do estudo, averiguamos que a jornada de trabalho é, em média, de 9h por dia, sendo que um profissional trabalha 8h por dia, três trabalham 9h por dia e um trabalha 10h.

Ainda que tenham respondido sobre esse quantitativo de horas, essa jornada é ainda maior quando se trata das demais demandas que necessitam cumprir para divulgar seu trabalho, buscando ter mais alunos e alunas para treinamento personalizado e, especialmente nos últimos anos, engajar-se em formas de *marketing* digital e trabalho *online*. As próprias elaborações de planilhas de treinos, videoaulas e postagens em seus perfis profissionais de redes sociais não são considerados, por vezes, como carga horária de sua jornada de trabalho.

Os formatos de interação *online* estão cada dia mais em evidência para esta categoria profissional, especialmente quando se trata de aumentar a remuneração (e consequentemente a jornada de trabalho) em um mercado de trabalho tão precário. Como afirmou Arthur ao ser perguntado sobre outras atividades profissionais que exerce:

Com a pandemia, meu salário diminuiu bastante. Então, eu 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. Então, tenho esse retorno pelo *online*, por aulas por vídeos, chamadas e consultoria pelo aplicativo que eu passo planilhas de treino. (Arthur)

Na revisão da literatura para este estudo, ficou nítido que a jornada de trabalho é exaustiva e acima do que é previsto pela legislação trabalhista, e o fato de não ter vínculo formal com as empresas faz com que professores e professoras requeiram a extensão de suas jornadas em diferentes locais para uma percepção remuneratória maior. Neste estudo, verificamos que 80% dos participantes trabalham em, pelo menos, dois locais/empregos diferentes, sendo que o único professor que trabalha apenas em uma academia é exatamente aquele único que tem carteira de trabalho assinada com todos os direitos que a legislação trabalhista proporciona. Estes resultados sobre os diferentes espaços de atuação de cada participante da pesquisa são semelhantes aos encontrados em um estudo de Guimarães, Moura e Antunes (2011), que identificaram que 84% de quem atua em academias têm de dois a cinco empregos. Assim como Mendes e Azevêdo (2014), que constataram que 81,1% mantinham, no mínimo, dois



empregos, chegando a quatro em 9,4% dos casos, sempre motivados pela necessidade de ampliar a remuneração.

A acumulação de atividades laborais pode se tornar prejudicial à saúde e qualidade de vida do trabalhador e da trabalhadora, isto porque não dispõe de tempo para realizar atividades pessoais de lazer, repouso, convívio social e atividades físicas. Pode também interferir na qualidade do serviço prestado, já que a sensação de fadiga e o cansaço podem reduzir a capacidade de concentração e afetar a tomada de decisões importantes, como apontado por Espírito-Santo e Mourão (2005), que, em sua pesquisa com profissionais da EF no Rio de Janeiro, observaram que a falta de estabilidade no emprego e a remuneração baseada em hora/aula resultam em uma carga de trabalho excessiva afeta negativamente diversos aspectos da vida desses profissionais, como a alimentação, o tempo de sono e até mesmo a realização de práticas de atividades físicas pelos mesmos.

Anversa *et al.* (2019) constataram que a maioria dos profissionais que atuam nas academias de ginástica tem uma rotina de trabalho com carga horária e esforço físico elevados. Tais condições, quando associadas às baixas remunerações e incertezas pela informalidade do trabalho, acabam por interferir negativamente na percepção da qualidade de vida profissional e na (in)satisfação no ambiente de trabalho.

A condição de trabalho imposta nessas condições precárias também impacta nos poucos momentos diários fora das jornadas contratadas e que deveriam ser de não trabalho, e a intensificação da rotina laboral, somada à quantidade de tarefas invadem também os momentos que poderiam ser de lazer, repouso ou outras atividades. Nessa linha de pensamento, participantes da pesquisa foram perguntados se, quando não estão no trabalho, utilizam o seu tempo livre para fazer algo relacionado a ele. Absolutamente todos os professores e professoras seguem trabalhando no tempo livre, de acordo com as respostas observamos que alguns realizam estudos e/ou atualizações de “tendências de mercado”, visando a algum destaque na profissão. Como observamos na fala de Francisco e de Arthur:

Normalmente, o cara vai fazer cursos para pegar a tendência no mercado [...] e também dá um aumento salarial, o cara sempre busca não só se atualizar para também ter uma gratificação melhor das pessoas ou pegar um nicho que tá em alta tanto para especializar em determinada área. (Francisco)

Sim, eu gosto de fazer leituras, na qual eu busque conhecimento na área de treinamento físico, na área de fisioterapia também e na reabilitação. Pois, sabendo que isso faz um profissional, consiga evoluir, nas situações na qual a faculdade não ensina [...] É saber buscar ferramentas como livros, internet como YouTube etc. Situações que tu consigas estudar, que possa contribuir para atendimento para o aluno para que possa fazer um treinamento adequado para ele. (Arthur)

Roberto e Vitória responderam que, no tempo livre, elaboram treinos e estratégias para seus alunos e alunas: “Quando não estou no trabalho, só planejo os treinos dos alunos” (Roberto); “Sim, no meu tempo livre, estudo estratégias para melhorar meus programas de treinamento para os alunos” (Vitória).

Ao considerarmos que planejar treinamentos e realizar estudos com finalidade de atualização profissional são atividades laborais, pois estão diretamente envolvidos com o trabalho que exercem, encontramos uma jornada diária ainda maior. E quando o tempo livre se torna tempo de trabalho, entre outras coisas, “torna-se cada vez mais comum que os profissionais da área atuem na prevenção da saúde dos alunos/clientes, descuidando-se da própria” (Broch *et al.*, 2021, p. 6).

### c) O “não lugar” na carreira

Diante dos elementos mais gerais da precarização social do trabalho e das particularidades do campo da EF na indústria *fitness*, com o passar do tempo, os professores e as professoras já não vislumbram a continuidade de sua carreira profissional nos espaços em que estão trabalhando. A insegurança no emprego, a concorrência predatória do mercado, a perda da identidade coletiva da categoria, entre outros aspectos que são apontados por Druck (2011), fazem com que estes profissionais se deparem com um “não lugar”. Isto é, gostam do seu trabalho, porém vislumbram outros espaços profissionais ao longo da carreira por conta das condições precárias que são submetidos, especialmente da enorme jornada de trabalho, baixa remuneração e instabilidade no emprego.

Nesse sentido, os participantes da pesquisa foram perguntados sobre os seus planos futuros para a carreira profissional. Em todas as respostas, verificamos que nenhum deles quer seguir trabalhando no que estão fazendo atualmente: dois (40%) almejam serem empresários do segmento *fitness*, montar suas respectivas academias e a médio prazo diminuir suas horas de trabalho e aumentar sua remuneração financeira; dois (40%) querem trabalhar com consultoria *online*, na forma de prestação de serviços; e um (20%) quer ser docente do Ensino Superior. Conforme visualizamos nestes fragmentos das entrevistas:

Eu só quero ter uma remuneração legal e viver a minha vidinha! Aí, futuramente, quem sabe aqui em Pelotas ou sei lá sei por hora é isso... Assim, eu vou pegar montar um estúdio, ou uma academia, alguma coisa do tipo a longo prazo e a curto médio cada vez mais, trabalhar um pouco menos e ser melhor remunerado. (Francisco)

Meu plano de carreira é ser docente de Ensino Superior. (Roberto)

Trabalhar bastante com consultoria *online* que eu gosto, também gosto do treinamento personalizado, acredito que seja essas duas vertentes. (Vitória)

Acredito que a curto prazo, dentro do período de 5 a 10 anos, eu tenho interesse em abrir uma academia própria ou entrar numa sociedade [...], pois trabalhar em sala acaba sendo desgastante fisicamente e mentalmente. Então, a ideia é que, no futuro próximo, diminuir um pouco a carga horária em torno de 20 a 25h e futuramente abrir o próprio negócio. (Arthur)

Dê preferência, pra mim, seria trabalhar pelo *online*, aí posso ter minha liberdade de casa e ajudar as pessoas da mesma maneira [...]. Elas vão economizar no *personal*. (Felipe)

Quando perguntados sobre as suas perspectivas a curto e longo prazo no âmbito profissional relacionadas à sua área de atuação, os participantes responderam de modo muito próximo ao questionamento anterior, enaltecendo: a) melhor remuneração e menos horas de trabalho (como na fala de Francisco: “Busco aumentar a renda e valorizar minha hora/aula trabalhada com cursos. Também busca diminuir a carga horária de trabalho, porventura receber mais” e de Arthur: “Meios que eu consiga progredir e também eu possa trabalhar menos horas, ali no caso entre 20 até 30 horas. Talvez 20 horas seja uma quantidade boa [...]. Vai conseguir cobrar mais e trabalhar menos, isso a médio prazo é minha expectativa”); b) ter o seu próprio negócio em serviços *online* como consultoria e aula personalizada ou abrindo sua própria academia de musculação; c) outros lugares/espaços de trabalho – o desejo de mudança da atual condição foi expresso por Roberto que pretende mudar do campo de atuação profissional (“As perspectivas ao longo prazo é ser docente de Ensino Superior e o plano de carreira também são duas coisas que eu almejo daqui a um tempo”) e de Vitória que pretende, inclusive, sair

da cidade para buscar outras oportunidades de emprego (“A longo prazo, espero não estar em Pelotas, não acho tão bom assim em oportunidade de emprego e crescimento profissional”).

Pode ser visualizado que a área de atuação de professores e professoras de EF no mercado *fitness* é instável não oferecer garantias a longo prazo à carreira e estabilidade financeira, além de haver desvalorização do trabalho refletida no baixo salário. Ainda, estudos sugerem que aspectos como juventude e aparência física podem ser mais valorizados do que a experiência e o conhecimento técnico na busca por prestígio e estabilidade na carreira (Freitas *et al.*, 2014), o que dificulta o envelhecimento desse profissional no mercado. Isso pode levar a uma valorização limitada daqueles que já estão envelhecendo, o que pode gerar dificuldades na busca por oportunidades de crescimento profissional e aumento de salário (Freitas *et al.* 2014). Portanto, esse é um mercado de descarte de trabalhadores e trabalhadoras por conta de uma lógica de venda de mercadoria que enaltece mais o padrão estético da “embalagem” do que a qualidade do “conteúdo”, chamado por Gabellini e Vieira (2020) de “mercantilização de si”.

Cabe salientar que, sem uma perspectiva de futuro para a carreira, é mais difícil para os profissionais de EF estabelecerem objetivos de longo prazo e se prepararem para a aposentadoria, o que pode gerar insegurança financeira e emocional à medida que envelhecem.

#### 4. CONCLUSÃO

O estudo que desenvolvemos nos permitiu compreender em maior amplitude as condições de trabalho de professores e professoras de EF na indústria *fitness*. Os resultados foram semelhantes a outros estudos citados sobre a intensificação da jornada de trabalho, a informalidade sem vínculos empregatícios estabelecidos, a baixa remuneração salarial e da hora-aula, a atuação em dois ou mais empregos e a falta de perspectiva de futuro na carreira, almejando um distanciamento daquilo que hoje fazem profissionalmente.

Tal situação encontrada corresponde, em linhas gerais, à precarização social do trabalho que vêm sendo adotada como política de governos e organismos internacionais para ampliar a lucratividade empresarial em meio à grande crise econômica e social que estamos vivenciando no mundo todo. Como apontamos inicialmente no texto, as reformas trabalhistas, previdenciárias e diminuição de investimentos em direitos sociais trazem dificuldades ainda maiores para as pessoas que vivem do seu próprio trabalho, como é o caso de professores e professoras de EF.

Além das questões gerais do trabalho, algumas particularidades na vida laboral na indústria *fitness* devem ser destacadas, em especial, a noção de que cada profissional é uma empresa, portanto mais do que preparar e ministrar as suas aulas/treinos, também faz parte da sua jornada criar perfis profissionais em redes sociais com intenção de ampliar o número de alunos e alunas (tratados como clientes) e, com isso, reter um tempo considerável no atendimento ao público, elaboração de materiais para propaganda e consultorias *online*. Esse aspecto da ampliação da jornada de trabalho, além de todas as questões prejudiciais às condições de vida de cada professor e professora, ao se integrar à lógica das redes sociais para a venda do “serviço” de *personal trainer*, enfrenta toda uma rede de padronização estética. Quem trabalha com atividades físicas vende mais o “serviço” quando está integrado ao padrão estético, e isso significa que o treinamento físico é também parte da jornada de trabalho, para que cada professor e professora esteja dentro dos padrões estéticos esperados. Isso representa uma série de questões a serem problematizadas sobre gênero e raça que performam o padrão

estético hegemônico. Sugerimos com essa ideia a necessidade de aprofundamento do estudo sobre as problematizações.

Ademais, trata-se de uma área muito competitiva com alto índice de concorrência e rotatividade no setor, oriunda da precarização do trabalho e da mercantilização das práticas corporais que transforma a atividade física em uma mercadoria a ser comprada e vendida no mercado, inclusive reforçando padrões estéticos que descartam pessoas que não sejam jovens e enquadradas em indicadores físicos supostamente aceitáveis como belos.

Por fim, foi possível identificar e demonstrar que o desmonte de direitos sociais e trabalhistas estabelece que a informalidade e a insegurança no trabalho são a regra geral para o campo de atuação profissional na indústria *fitness*. Recomendamos que outros estudos aprofundem tais questões, também vislumbrando a análise de como essa precarização do trabalho impacta na subjetividade de professores e professoras de EF imersos nesse meio.

## 5. REFERÊNCIAS

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.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo, SP: Edições 70, 1977.

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.

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.

DRUCK, Graça. Trabalho, Precarização e Resistências: novos e velhos desafios. **Caderno CRH**, Salvador, v. 24, número especial 01, p. 37-51, 2011.

ESPÍRITO-SANTO, Giannina; MOURÃO, Ludmila. Saúde e trabalho: o caso das professoras de educação física que atuam em academias de ginástica no rio de janeiro. **Corpus et Scientia**, v. 1, n. 2, 2005.

FREITAS, Diego Costa; PALMA, Alexandre; COELHO FILHO, Carlos; LUDORF, Silvia. O envelhecer na visão do profissional de Educação Física atuante em academia de ginástica: corpo e profissão. Porto Alegre: **Revista Movimento**, v. 20, n. 4, p. 1523-1541, 2014.

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.

FRIZZO, Giovanni. Crise do capitalismo, política ultraliberal e a extinção do ministério do esporte. **Motrivivência**, Florianópolis, v. 31, n. 60, p. 01–16, 2019

GABELLINI, Laryssa; VIEIRA, Soraya. Mercantilização de Si: Corpo, Saúde e Estilos de Vida em Perfis Fitness do Instagram. In: Intercom – Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação. **Anais do 43º Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação**, 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

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

HIRATA, Helena. A Precarização e a Divisão Internacional e Sexual do Trabalho. **Sociologias**, Porto Alegre, ano 11, nº 21, jan./jun. 2009, p. 24-41

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 Indústria do Fitness: o caso Curves Brasil. **Pensar a Prática**, vol.10, n. 2, p 237-259, jul./dez. 2007.

MENDES A.; AZEVÊDO, P. O trabalho e a saúde do educador físico em academias: uma contradição no cerne da profissão. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, n. 28, v. 4, 2014, pp. 599-615.

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.

MANFRO, Pedro Xavier. **A percepção de carreira de profissionais de educação física e a atuação no mercado de academias: expectativas e realidades**. 2018. Dissertação (Mestrado) Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, 2018.

MINAYO, M. C. S. O desafio da pesquisa social. In: MINAYO, M. C. S. (org.). **Pesquisa Social. Teoria, método e criatividade**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2001. p. 9-29.

OIT. Organização Internacional do Trabalho. **Trabalho decente nas Américas: uma agenda hemisférica 2006-2015**. In: REUNIÃO REGIONAL AMERICANA, 16, 2006, Brasília.

WORLD BANK. **Comunicado à Imprensa Nº 2023/011/EFI**. O avanço global na redução da pobreza extrema está estagnado. 5 de outubro de 2022. Disponível em: <https://www.worldbank.org/pt/news/press-release/2022/10/05/global-progress-in-reducing-extreme-poverty-grinds-to-a-halt>. Acesso em: 16 de outubro de 2024.

Recebido em: 28/10/2024

Aceito para publicação em: 21/06/2025