

## AO AR LIVRE: UM ESTUDO NA ACADEMIA POPULAR DE SANTO ANTÔNIO EM VITÓRIA-ES

Recebido em: 10/04/2017

Aceito em: 17/01/2018

*Sayonara Carla dos Santos Pinto*<sup>1</sup>

*Ivan Marcelo Gomes*<sup>2</sup>

*Felipe Quintão de Almeida*<sup>3</sup>

Universidade Federal do Espírito Santo  
Vitória – ES – Brasil

**RESUMO:** Este estudo tem como objetivo principal compreender os elementos que caracterizam o processo de promoção da saúde no espaço público da Academia Popular de Santo Antônio em Vitória-ES, evidenciando a questão da sociabilidade nesta Academia Popular. A investigação se caracterizou como uma pesquisa de natureza etnográfica, e foram realizadas 53 visitas à Academia e 10 entrevistas. O processo de inserção na Academia Popular ocorreu no período entre outubro de 2013 a janeiro de 2015. A sociabilidade, elemento que requer atenção na dinâmica da Academia, nos mostra que a musculação pode funcionar como ponte entre as relações dos diversos sujeitos no processo de promoção de saúde nesse projeto.

**PALAVRAS- HAVE:** Exercício. Promoção da Saude. Atividades de Lazer.

### IN THE OPEN AIR: A STUDY AT SANTO ANTONIO'S POPULAR GYM IN VITÓRIA-ES

**ABSTRACT:** This study has as its main goal to comprehend the elements that characterize the process of health promotion in the public space of Santo Antonio's Popular Gym in Vitória-ES, highlighting the matter of sociability at this Popular Gym. The investigation was characterized as a research of ethnographic nature, in which 53

<sup>1</sup> Licenciada e Mestra em Educação Física pela Universidade Federal do Espírito Santo. Área de concentração de estudos acadêmicos: Educação Física, Corpo e Movimento. Integrante do Laboratório de Estudos em Educação Física – LESEF/UFES. Professora da Rede Municipal de Ensino de Serra e Vila Velha.

<sup>2</sup> Possui graduação em Educação Física pela Universidade Estadual de Maringá (1994), mestrado em Sociologia pela Universidade Federal de Pernambuco (2000) e doutorado em Ciências Humanas pela Universidade Federal de Santa Catarina (2008). Atualmente é professor efetivo do Centro de Educação Física e Desportos na Universidade Federal do Espírito Santo. Professor do Programa de Pós-Graduação em Educação Física (PPGEF/CEFD/UFES).

<sup>3</sup> Graduação em Educação Física pela Universidade Federal do Espírito Santo (UFES). Mestre em Educação pela Universidade Federal de Santa Catarina (2007). Doutorado em Educação pela mesma instituição (2009). Licenciando em Filosofia da Universidade Federal do Espírito Santo (2011). Entre 2010 e 2018, foi editor adjunto da Revista Brasileira de Ciências do Esporte (RBCE) e do Cadernos de Formação RBCE.

visits to the gym and 10 interviews were done. The process of insertion at the Popular Gym occurred from October of 2013 to January of 2015. Sociability, an element that demands attention at the Gym's dynamic, shows us that weight training may act as a bridge between the various subjects' relationships in the process of health promotion in this project.

**KEYWORDS:** Exercise. Health Promotion. Leisure Activities.

## **Introdução**

Investigar espaços públicos, como as Academias Populares, gera possibilidades de estudar esses ambientes considerados ainda “terrenos” pouco explorados por nossa comunidade científica. Assim sendo, esta pesquisa colabora com o desenvolvimento, a compreensão e a exploração de questões acerca dos espaços públicos, no município de Vitória-ES, que foram planejados e construídos, especificamente, para atender a determinadas necessidades colocadas para a promoção da saúde dos sujeitos.

De acordo com o Projeto Político Pedagógico das Academias de Vitória (PPPAV, 2008), a primeira Academia Popular ao Ar Livre na América do Sul foi criada em 1999, sendo o Brasil o País pioneiro em sua elaboração. Localizada na Praia de Ipanema, recebeu o nome de *Muscle Beach Ipanema*. O projeto, inaugurado inicialmente na Praia de Ipanema, foi expandido para outras cidades do País e adaptado às necessidades de cada região. Nesse contexto, foi criada a primeira Academia Popular ao Ar Livre do Estado do Espírito Santo, mais precisamente, no bairro Santo Antônio, no ano de 2006. Atualmente o município de Vitória possui cinco Academias Populares.

A Academia de Santo Antônio, campo de investigação em nosso estudo, funciona em dois horários, matutino e vespertino. No turno matutino, há duas professoras de Educação Física, sendo uma efetiva e a outra contratada pela Prefeitura Municipal de Vitória. Há, também, uma assistente de serviços gerais (ASG) e uma

vigilante patrimonial. No turno vespertino há apenas um professor de Educação Física e um vigilante patrimonial. A Academia fica localizada na Praça Estela Coimbra. Esta praça corresponde a um cenário facilitador das práticas de atividades físicas por ser um ambiente arborizado e de fácil acesso para a população do bairro e adjacências.

O espaço da Academia é composto por 25 máquinas para musculação, colchonetes, halteres, cordas pequenas, caneleiras e os pesos para as máquinas de musculação. Além disso, há um bebedouro e um banheiro, sendo este pertencente ao módulo do SOE<sup>4</sup> (que fica dentro do espaço da Academia). A área para musculação é separada, por meio de cordas, dos outros espaços, inclusive do espaço vazio. No chão são coladas as borrachas antiderrapantes para piso e em dois armários são guardadas as caneleiras e as fichas dos alunos. No total são 780 alunos, sendo 355 do turno matutino e 425 do turno vespertino. Os alunos são organizados em grupos e têm 40 minutos para utilizar o espaço da musculação. Os outros 20 minutos são divididos entre o aquecimento e o alongamento.

No Projeto<sup>5</sup> Político Pedagógico das Academias Populares de Vitória, encontramos alusões vinculadas a diferentes aspectos que influenciam, direta ou indiretamente, o bem-estar dos sujeitos. Além disso, a caracterização das pessoas em sua dimensão holística é considerada aspecto primordial para as ações de promoção da saúde que norteiam as práticas implementadas nesses espaços, resultantes das ideias que

---

<sup>4</sup> Idealizado em 1991, o Serviço de Orientação ao Exercício (SOE) é um tipo de serviço oferecido pela Prefeitura de Vitória, vinculado à Secretaria Municipal de Saúde, em diversas localidades do município. Dentre as ações do SOE está o subsídio às Academias Populares. Para maiores informações sobre o SOE ver estudo de Beccalli (2012) denominado “Mais que atividade física: os usos e entendimentos da saúde entre usuários do Serviço de Orientação ao Exercício da Prefeitura Municipal de Vitória”.

<sup>5</sup> “Introdução à visão holística: um breve relato de viagem do velho ao novo paradigma”, Cremer (1988); “Viver holístico”, Pietroni (1988); “Iniciação à visão holística”, Tavares (2000), dentre outras são referências utilizadas pelo PPPAV nas considerações e entendimentos sobre os conceitos ampliados de saúde.

compõem o projeto. Para tanto, aponta-se para uma articulação entre a efetivação das políticas públicas e a promoção de saúde:

Por estes conceitos ampliados de saúde, fica evidente a necessidade de se criar Políticas Públicas voltadas à melhoria da qualidade de vida pela promoção da saúde. A visão do Projeto Político-pedagógico das Academias Populares de Vitória baseia-se, portanto, no Ser Humano, complexo e sem dicotomias, em que Corpo, Mente, Emoção e Espírito se interagem constantemente na busca pelo equilíbrio e bem-estar do organismo (PPP AV, 2008, p. 6).

Refletir sobre os elementos que configuram a saúde nos remete, de um modo geral, aos caminhos tradicionais do pensamento médico-científico que baseia, secularmente e de maneira expressiva, a formação de profissionais da área da saúde e, conseqüentemente, as ações relacionadas aos atos dos cuidados em saúde em nossa sociedade. Para Bilibio (2013, p. 134),

[...] desde o século XIX que o campo de saber médico-científico é legitimado socialmente como o setor da sociedade apto para estabelecer a verdade sobre o que é a saúde e a doença, o que é o normal e o patológico (Foucault, 1979). Os pontos da reta do pensamento na saúde são estabelecidos pelo saber biomédico. Na perspectiva moderna da biomedicina, a saúde é trabalhada como a ausência de doenças [...].

Dessa forma, este texto remete, também, para a reflexão acerca de possíveis novas formas de se pensar e se fazer saúde, as quais vão além de cristalizações e padronizações dos elementos conceituais sobre a atividade física como fator indispensável à conquista e à manutenção da saúde nesses lugares, pois

Olhar ao redor e perceber as armadilhas que o discurso da atividade física e saúde prepara pode ser um exercício interessante para a reflexão: 'Deve-se fazer atividade física para se ter saúde'. Quais os pressupostos que fundamentam e justificam o uso do verbo dever? Trata-se de uma mensagem que agrega – imperativos morais, éticos e estéticos que ditam padrões a serem preconizados pelos interlocutores (ALVES; CARVALHO, 2010, p. 230).

No Brasil, projetos políticos que envolvem a disseminação de ideias referentes aos cuidados com a saúde têm tomado forma a partir de interferências diretas na vida da população. Em 2006, foi criada a Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS), que consiste em uma ação governamental que busca ratificar o compromisso do Ministério da Saúde na ampliação e na qualificação de ações da promoção da saúde nos serviços e na gestão do Sistema Único de Saúde (SUS). No relatório da Política Nacional de Promoção da Saúde (MALTA, 2009, p. 81), observamos que

No sentido de garantir a integralidade do cuidado à saúde, a Política Nacional de Promoção da Saúde dispõe diretrizes e recomenda estratégias de organização das ações de promoção da saúde nas três esferas de gestão do SUS. Em seu texto introdutório, o conceito e as ações de 'Promoção da Saúde' apresentados e adotados pelo Ministério da Saúde permitem entrever o centro do trabalho na produção da saúde.

Diante disso, esta pesquisa se insere no conjunto dos estudos e das problematizações que derivam de novas políticas públicas na área da saúde as quais tendem a atingir os sujeitos em seus hábitos de vida. Tem como objetivo principal compreender os elementos que caracterizam o processo de promoção da saúde no espaço público da Academia Popular de Santo Antônio em Vitória-ES, evidenciando a questão da sociabilidade nesta Academia Popular.

A investigação se caracterizou como uma pesquisa de natureza etnográfica, em que “[...] o trabalho do investigador desenvolve-se num processo de imersão na cultura estudada (STIGGER, 2002, p. 5-6)”. Foram realizadas 53 visitas à Academia e 10 entrevistas (entre usuários [U] e professores [P] da Academia Popular), no período entre outubro de 2013 a janeiro de 2015. As entrevistas foram devidamente autorizadas pelos participantes e esta pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres

Humanos – Universidade Federal do Espírito Santo. O turno escolhido para as visitas foi o matutino, variando o número de visitas durante a semana, os dias da semana e os horários referentes às aulas de musculação para as observações, conversas e anotações no diário de campo.

Em Magnani (2003), encontramos referência ao processo metodológico etnográfico na pesquisa. Ele remete-se a Geertz para evidenciar as características que dão à etnografia suas possibilidades de percepções a partir das variedades de elementos com que o pesquisador se depara em seu campo de pesquisa e estudos:

[...] Fazer a etnografia é como tentar ler um manuscrito estranho, desbotado, cheio de elipses, incoerências, emendas suspeitas e comentários tendenciosos, escritos não com os sinais convencionais do som, mas com exemplos transitórios de comportamento modelado (GEERTZ,<sup>6</sup> 1978 *apud* MAGNANI, 2003, p. 19).

O período que compreendeu os meses de outubro, novembro e parte do mês de dezembro (2013) correspondeu ao “período dos receios”. A impressão durante os meses citados foi a de que o pesquisador e os profissionais da Academia formavam dois extremos de ocupação na Academia. O pesquisador<sup>7</sup> “encontrava-se” pertencente a uma realidade distante daquela vivida por aqueles profissionais diariamente, e eles, os profissionais da Academia Popular, representavam a experiência do saber-fazer, do saber-lidar, do saber-resolver; tais ações não pareciam guardar singularidades para que se pudesse encontrar algo fora da rotina de um professor de Educação Física de academia. Por rotina referimo-nos aos fatores relativos às instruções técnicas dos movimentos, preenchimento/acompanhamento das fichas dos treinos dos usuários. E os receios ficaram na expressão do distanciamento entre o pesquisador e aqueles sujeitos.

---

<sup>6</sup> GEERTZ, C. **A interpretação das culturas**. Rio de Janeiro: Zahar, 1978.

<sup>7</sup> A inserção etnográfica no campo de pesquisa foi realizada por um dos autores do texto.

Nas próximas páginas deste artigo refletiremos sobre as “tecnologias da saúde” (tecnologias leves, tecnologias leve-duras e tecnologias duras) compartilhadas pelas professoras na Academia Popular. Os elementos em análise ajudam a configurar a compreensão dos aspectos que caracterizam, essencialmente, o processo de sociabilidade ocorrido na Academia Popular de Santo Antônio. Nesse aspecto, torna-se interessante a reflexão acerca de questões essencialmente relacionadas aos vínculos e acolhimentos estabelecidos entre os sujeitos do lócus da pesquisa. Falas e acontecimentos do dia a dia da Academia mostram como a promoção da saúde pode se relacionar, ou mesmo estar diretamente ligada, a essas ações entre os sujeitos envolvidos, de uma forma geral, com os projetos da área da saúde. Após tais reflexões, são apresentadas as considerações finais.

### **A Questão Sociabilidade na Academia Popular de Santo Antônio**

A prática de atividades físicas (associada a outros hábitos de vida entendidos como saudáveis) com vistas a conquistar e promover saúde tem feito parte dos discursos de distintos setores. Compreender e agir sobre as demandas sociais pressupõe lançar mão de diferentes saberes, disciplinas, tecnologias materiais e não-materiais como instrumentos de trabalho (FREITAS; BRASIL; SILVA, 2006). É nesse processo, então, que se destaca a atividade física/práticas corporais como tecnologias leves (MERHY, 2002), que podem contribuir para ampliar e embasar novas formas de se pensar a formação e a ação dos profissionais na/da área da saúde.

Merhy (2002, p. 48) faz referências ao “trabalho vivo em ato”, que corresponde às ações dos profissionais dos campos da saúde e também da educação: “[...] o trabalho em saúde é centrado no trabalho vivo em ato permanente, um pouco à semelhança do

trabalho em educação [...]” e ainda nos revela a ideia sobre os instrumentos/materiais, que são considerados “trabalho morto”, assim como o processo de organização para a intervenção dos profissionais da saúde nos projetos dessa área: “[...] o trabalho em si atua como trabalho vivo em ato e os instrumentos usados, bem como a organização do processo, como trabalho morto” (2002, p. 47).

O “trabalho vivo em ato” na saúde, desse modo, “é ordenado pelas tecnologias leves, sensíveis à singularidade que reage à intervenção” (CECCIM; BILIBIO, 2007, p. 55). As “tecnologias leves” fazem parte das chamadas “tecnologias da saúde” que são, ou deveriam ser, utilizadas pelos profissionais da saúde em suas ações de intervenção nos processos de promoção de saúde. Segundo Merhy (2002, p. 49), as “tecnologias da saúde” são classificadas em “tecnologias leves”, “tecnologias leve-duras” e “tecnologias duras”. Desse modo,

[...] as tecnologias envolvidas no trabalho em saúde podem ser classificadas como: leves (como no caso das tecnologias de relações do tipo produção de vínculo, autonomização, acolhimento, gestão como forma de governar processos de trabalho), leve-duras (como no caso de saberes bem estruturados que operam no processo de trabalho em saúde, como na clínica médica, a clínica psicanalítica, a epidemiologia, o taylorismo, o fayolismo) e duras (como no caso de equipamentos tecnológicos do tipo máquinas, normas, estruturas organizacionais).

O trabalho em saúde tende a ser realizado, sobretudo, a partir das relações que se estabelecem entre os sujeitos (profissional e usuário) no processo do cuidado. A manifestação das “tecnologias leves” se expressa a partir do encontro entre essas tecnologias e o usuário, de modo que a ação do profissional se torna relevante, na medida em que se configura uma relação de trocas e intencionalidades no processo do ato de cuidar,



[...] que ‘representa’, em última instância, necessidades de saúde como sua intencionalidade, e, portanto, o que pode, com seu interesse particular, ‘publicizar’ as distintas intencionalidades dos vários agentes em cena, do trabalho em saúde (MERHY, 2002, p. 51).

Nessa perspectiva, a promoção da saúde é compreendida como ações diversas e interligadas dos vários setores governamentais, não governamentais e privados, que, por meio de projetos sociais, visam incentivar os indivíduos a buscar e/ou cuidar de sua saúde, dando-lhes possibilidades/caminhos para a realização de tais ações. A respeito das práticas de saúde orientadas à promoção da saúde, observamos que

Todas as práticas de saúde orientadas para os modos de andar a vida, melhorando as condições de existência das pessoas e coletividades demarcam intervenção e possibilidades às transformações nos modos de viver, trabalham com promoção da saúde, prevenção de doenças e agravos, ações de reabilitação psicossocial e proteção da cidadania, entre outras práticas de proteção e recuperação da saúde (CARVALHO; CECCIN, 2006, p. 3).

Os cuidados em saúde no âmbito da promoção da saúde devem ser, dessa maneira, desenvolvidos a partir de ações que evidenciem a importância do estabelecimento de vínculos e acolhimento entre usuários do serviço e profissionais nos variados ambientes que correspondem aos projetos na área da saúde.

Para a professora P2, abordar ou acolher o usuário de acordo com aquilo de que ele “precisa” é fundamental para o desenvolvimento de seu trabalho na Academia. Em entrevista, relatou que alguns alunos chegam à Academia querendo apenas “desestressar”. Citando um exemplo, ela contou o que ouviu de uma usuária da Academia e como reagiria, caso fizesse uma intervenção relacionada a essa usuária:

‘É, hoje eu vim aqui para me desestressar!’ Foi a fala dela. Então, quer dizer... Ela está com um problema fora e ela veio para esquecer. [...] Hoje eu não acompanhei o horário dela, mas se eu tivesse do lado dela, eu iria conversar com ela, eu não iria me preocupar se ela estava fazendo sua seção completa... Se ela estava desenvolvendo bem o

trabalho muscular. Hoje eu trabalharia com ela o problema pessoal. Não que eu quisesse interferir, mas eu queria que ela alcançasse o objetivo dela... Que era relaxar!

Pensar a Academia Popular sobre os aspectos do “trabalho vivo em ato” é pensá-la como um lugar no qual a prática da musculação nem sempre representa o fator principal para a ocorrência da promoção da saúde de fato e, conseqüentemente, para as ações dos profissionais naquele lugar. Situações particulares/individuais podem acarretar uma intervenção diferenciada em relação ao usuário e à sua condição, mesmo que momentânea, em estar na Academia ou em buscá-la. Compreender que a prática da musculação não será obrigatoriamente o elemento mais importante para a efetivação dos atos de cuidado naquele lugar faz parte das considerações das professoras em suas ações, a partir das singularidades e/ou dos objetivos dos usuários.

Neste ponto, atender a necessidade do conhecimento acerca de saberes que vão além dos conceituais e tecnológicos das determinadas áreas de intervenção torna-se essencial ao desenvolvimento da prática do profissional da saúde para sua ação diante das particularidades individuais. Nesse sentido, o manuseio do “trabalho morto” deve ocorrer em consonância com o “trabalho vivo em ato” na saúde, ou seja, o “trabalho morto” não pode embasar, essencialmente, a ação dos profissionais diante dos usuários dos projetos de saúde:

[...] o trabalho em saúde não pode ser globalmente capturado pela lógica do trabalho morto, expresso nos equipamentos e nos saberes tecnológicos estruturados, pois o seu objeto não é plenamente estruturado e suas tecnologias de ação mais estratégicas configuram-se em processos de intervenção em ato, operando como tecnologias de relações, de encontros de subjetividades, para além dos saberes tecnológicos estruturados, comportando um grau de liberdade significativo na escolha do modo de fazer essa produção (MERHY, 2002, p. 49).

As professoras P1 e P2 expressam, em suas falas, a importância de considerar diversos saberes e conhecimentos para a intervenção propriamente dita, no processo de promoção da saúde na Academia Popular. P2 acredita que a função docente que ela exerce dentro da Academia extrapola saberes acerca de disciplinas como anatomia humana, fisiologia, biomecânica etc. P2 afirma sentir-se responsável por usuários que chegam até ela pedindo algum tipo de orientação ou apoio em relação a assuntos que não permeiam a prática da musculação, necessariamente. Dessa maneira, para ela, a utilização de saberes como os da Psicologia, por exemplo, podem influenciar os cuidados com seus alunos, conforme indica a citação a seguir:

Até porque se formos parar para analisar o professor de educação física... ele tem que ser um pouco psicólogo. Porque aqui aparece aluno de tudo quanto é jeito, em variadas situações... Cada um está passando por uma coisa! E às vezes a pessoa vem para cá até para desabafar conosco. Então nós temos que saber lidar com isso! Se você falar alguma coisa para um aluno [...]... Você pode induzir um aluno a [ir] para uma direção que não é muito legal para ele. Porque o aluno que vem aqui... Ele te coloca numa posição que como um detentor do saber... Eu encaro dessa forma! (P2).

P1 relata o que pensa sobre a importância da interação dos diferentes saberes docentes para sua prática. A professora afirma que, às vezes, o professor tem que “perceber” situações e “buscar” no aluno informações sobre ele que ultrapassem a questão dos aspectos orgânicos. P1, assim como P2, refere-se aos aspectos psicológicos dos alunos, que, em alguns casos, determinam seus comportamentos no momento das práticas corporais. Atentar-se para essas situações, portanto, é importante para o desenvolvimento do trabalho das professoras. Em relação à experiência ou aos saberes que ela adquire por meio de sua prática profissional, sem desconsiderar a importância dos outros saberes, afirma P1 que “[...] a experiência é tudo! Você vê coisas que só a experiência traz. Então, essa vivência de pessoas diferentes, de pessoas que trazem suas

experiências para cá! Então... isso acrescenta!”. Essa afirmação de P1 nos remete a compreender que “[...] os saberes experienciais não são saberes como os demais; são, ao contrário, formados de todos os demais, mas ‘polidos’ e submetidos às certezas construídas na prática e na experiência (TARDIF<sup>8</sup>, 2012, *apud* SKOWRONSKI, 2014, p. 45)”.

O reconhecimento desses profissionais acerca da importância do uso dos diversos saberes para e em suas intervenções na Academia gera, possivelmente, um ambiente propício às práticas corporais no que se refere aos cuidados além das questões estéticas do corpo. A partir disso, tranquilidade e satisfação em frequentar a Academia, bem como relações afetivas entre os sujeitos, foram elementos identificados entre os frequentadores da Academia de Santo Antônio. A usuária U4 fala sobre o sentimento de vínculo relacionado à Academia Popular e aos seus sujeitos, aspecto que justifica sua permanência na Academia: “Vamos supor, agora que passou um ano e meio... Hoje, hoje eu entrar numa outra?! Eu até entraria. Mas... Só que eu criei um vínculo aqui... O pessoal... Tudo! Entendeu?”.

A sociabilidade aparece como um dos fatores essenciais na “movimentação” do dia a dia daquele lugar e nas observações visualizadas nas diferentes e complementares relações entre os seus sujeitos: relação entre os próprios profissionais, entre os profissionais e usuários e entre os próprios usuários. Segundo Dayrell (2007, p. 1111), a sociabilidade pode “[...] ocorrer em um fluxo cotidiano, seja no intervalo entre as “obrigações”, o ir-e-vir da escola ou do trabalho, seja nos tempos livres e de lazer, na deambulação pelo bairro ou pela cidade”. Em entrevista, U1 também revela o aspecto afetivo que envolve os sujeitos na Academia: “[...] a Academia Popular virou uma

---

<sup>8</sup> TARDIF, M. **Saberes docentes e formação profissional**. 13. Ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2012.

família. Onde todo mundo se conhece, onde todo mundo se dá bem. Tá entendendo? Todo mundo entende cada um!”.

Nos diferentes momentos do período em que os grupos usam o espaço físico da Academia (aquecimento, musculação e alongamento), foram identificadas algumas diferenças nas conversas entre os sujeitos. No aquecimento, os diálogos ocorrem num “clima receptivo”, no qual os usuários se cumprimentam amigavelmente e os professores interagem amplamente com o grupo. Essa interação funciona como uma espécie de abertura que o professor usa para o acompanhamento posterior ao aquecimento, que ocorrerá na musculação. Nesse instante, as conversas são intensificadas pelos sujeitos e a aproximação se torna ainda mais perceptível. Ao finalizar o tempo na musculação, é feito o alongamento, momento em que os sujeitos trocam informações sobre como será o próximo dia da musculação. Neste momento também ocorrem as brincadeiras entre os participantes (ou como os entrevistados dizem, o momento da “zuação”) e se finaliza o encontro do grupo naquele dia.

Durante o tempo em que o grupo ocupa a Academia, é notório o movimento realizado pelos sujeitos na perspectiva de interação entre eles. O processo de sociabilidade caracteriza-se, inclusive, quando, com satisfação em estar em um mesmo lugar e por opção, os sujeitos exercem suas possibilidades de contato uns com os outros. Podemos dizer que foi identificada uma forma de “sociação” (CASTRO, 2003) como consequência da tranquila e satisfatória aproximação entre os sujeitos.

Simmel, citado por Castro (2003), nos remete a pensar o fator satisfação entre os sujeitos ao se associarem, fator frequente na Academia Popular, ao compreendermos

que os usuários daquele lugar optam por frequentá-lo de modo a permanecerem na Academia. De acordo com Simmel<sup>9</sup> (apud Castro, 2003, p. 26-27),

Interesses e necessidades específicas certamente fazem com que os homens se unam em associações econômicas, em irmandades de sangue, em sociedades religiosas, em quadrilhas de bandidos. Além de seus conteúdos específicos, essas sociações também se caracterizam, precisamente, por um sentimento entre seus membros, de estarem sociados e pela satisfação derivada disso.

A sociabilidade identificada na Academia Popular corresponde, dentre outros fatores, ao movimento de grupos que se associam e desassociam de acordo com os horários das aulas de musculação. Há uma movimentação considerável de usuários durante a dinâmica organizada pelas professoras da Academia, e mesmo havendo uma mistura e, conseqüente, a rotatividade de usuários nos diferentes horários de musculação, é interessante frisar que, além de amizades e/ou coleguismos já existentes, outras novas amizades e/ou coleguismos passam a acontecer naquele lugar. Em Dayrell (2007, p. 1111), encontramos a sociabilidade e suas nuances de relações possíveis:

A sociabilidade expressa uma dinâmica de relações, com as diferentes gradações que definem aqueles que são os mais próximos ('os amigos do peito') e aqueles mais distantes (a 'colegagem'), bem como o movimento constante de aproximações e afastamentos, numa mobilidade entre diferentes turmas ou galeras.

A Academia pode ser compreendida como um lugar estruturado, *a priori*, para intervenções de promoção de saúde baseadas, sobretudo, na prática da musculação; mas a Academia acaba por corresponder, também, a um ambiente no qual os sujeitos passam a buscar elementos que vão além da prática da musculação, elementos que superam, inclusive, a busca pela estética corporal.

---

<sup>9</sup> SIMMEL, G. Sociabilidade: um exemplo de sociologia pura ou formal. In: FILHO, E.M. (Org.). **Georg Simmel**. São Paulo: Editora Ática, 1983.

Percebemos que nesta Academia a prática da musculação funciona como uma “ponte” entre as possibilidades de relações, ou até de novas relações, que podem acontecer entre os sujeitos. A confiança entre os sujeitos é encontrada, principalmente, quando as conversas que ocorrem entre eles extrapolam questões referentes somente ao treino de musculação.

Os profissionais, com certa frequência, são buscados por usuários para conversas mais particulares de suas vidas: vida pessoal, profissional e financeira. Os professores da Academia já se depararam com situações extra treino, no que se refere aos diálogos estabelecidos na Academia. Nesse momento, pode-se perceber que a prática da musculação funcionou ou foi usada como um artefato de aproximação e vínculo entre um sujeito e outro que, dessa forma, encontrou possibilidades de desabafar alguns de seus problemas e inquietações. P1, em entrevista, evidenciou em suas falas a questão da confiança e dos vínculos estabelecidos na Academia:

[...] a gente teve uma questão de marido, marido e mulher, mulher que estava passando por separação. Uma coisa que a pessoa sentiu, no primeiro contato a pessoa já foi se soltando, desabafou! Chegou, então, depois de um tempo a gente foi conversando e foi vendo que já estava estabilizado. A questão do primeiro baque da separação já estava sendo superada. [...] existe essa confiança pra falar.

A sociabilidade é, portanto, um elemento intenso nesta Academia Popular. Pensar a Academia como um lugar entendido e utilizado pelos sujeitos que a frequentam é refletir sobre esse lugar a partir dos novos significados dados a ele e expressos na vivência, para além da prática da musculação adotada pelos próprios sujeitos na Academia.

## **Considerações Finais**

Durante o processo etnográfico desta pesquisa observamos uma forma de se fazer saúde que está além dos gastos calóricos, ou seja, uma forma de se buscar saúde na qual presenciamos muita “amizade, piada, apelidos, bate-papo e confraternizações” e nem tanto “suor, gritos, músculos, suplementos, roupas que ‘marcam’ o corpo” no ambiente da Academia. Fatos esses essenciais para a construção do processo de observações, anotações e reflexões acerca das características presentes em nosso lócus de pesquisa. Aspectos esses que diferenciam a Academia Popular das academias privadas, como as estudadas por Castro (2003); Hansen e Vaz (2004 e 2006) e Cesaro (2012).

Os cuidados que os professores oferecem aos usuários e a postura desses profissionais naquele lugar embasam os ideais de prevenção e promoção da saúde na Academia Popular. Sendo assim, esses profissionais atuam a partir da perspectiva de acolhimentos e vínculos em suas intervenções, manifestando elementos relacionados a possibilidades de mudanças acerca de fatores não tão óbvios, porém válidos, no processo de busca pela saúde.

Nesse contexto, se destacam as “tecnologias da saúde” e, entre elas, as “tecnologias-leves”, que funcionam por meio, essencialmente, do “trabalho vivo em ato” dos profissionais da área referida e são expressas a partir das relações do “encontro” entre os sujeitos, profissionais da saúde e usuários. Diante do aspecto “encontro”, a possibilidade do cuidado se apresenta com maiores chances de, efetivamente, ocasionar uma intervenção mais próxima das “necessidades” dos usuários. Entende-se, dessa forma, que



As tecnologias leves do trabalho vivo em ato na saúde são expressão de um processo de relações intercessoras numa dimensão-chave: o encontro com o usuário e com suas necessidades de expressão de si, de produção de um corpo para si (BILIBIO; CECCIM, 2007, p. 55).

Na ocorrência dos vínculos entre os sujeitos na Academia, identificou-se que, a partir desse “movimento”, a formação de um ambiente propício para a promoção da saúde tornou-se um lugar característico dos aspectos da sociabilidade. Os apelidos, as piadas, a preocupação com a falta do colega, dão à Academia Popular uma nova cara ou novo jeito de ou para o usuário expressar e viver caminhos que o fazem buscar sua saúde. A sociabilidade, elemento que requer atenção na dinâmica da Academia, nos mostra que a musculação pode funcionar como ponte entre as relações dos diversos sujeitos no processo de promoção de saúde nesse projeto. Dessa forma, não é a musculação, como “prática-fim”, a principal responsável pela permanência dos usuários na Academia.

A partir deste estudo, acredita-se na possibilidade de compreender ou até de visualizar com mais clareza o que afirma Lunardi (1999, p. 27), a partir de Dejours e Caponi, acerca da saúde:

[...] a saúde das pessoas deve ser encarada como ‘um assunto ligado às próprias pessoas’ (Dejours, 1986, p. 8), ‘alheia a qualquer padronização e a qualquer determinação fixa e pré-estabelecida’ (Caponi, 1997, p. 2), de modo a impedir diferentes interpretações e legitimações, *a priori*, de controle e governo dos outros.

Nesse sentido e sob a perspectiva do cuidado, do vínculo e do acolhimento, a atividade física torna-se um meio, deixando de ser o fim para e na intervenção nos mais variados processos de promoção de saúde em sociedade.

## REFERÊNCIAS

ALVES, F. S.; CARVALHO, Y. M. Práticas Corporais e grande saúde: Um encontro possível. **Movimento**, v.16, n.4, p.229-244, Escola de Educação Física Brasil, out/dez de 2010.

BECCALLI, M. B. **Mais que atividade física**: os usos e entendimentos da saúde entre usuários do Serviço de Orientação ao Exercício da prefeitura municipal de Vitória. 2012. 112f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Universidade Federal do Espírito Santo, Vitória, 2012.

BILIBIO, L. F. S. Esquecimento ativo e práticas corporais em saúde. In: CARVALHO, M. Y.; FRAGA, A. B.; GOMES, I. M. (Org.) **As práticas corporais no campo da saúde**. São Paulo: Hucitec, 2013.

BILIBIO, L. F.; CECCIM, R. B. Singularidades da educação física na saúde: desafios à educação de seus profissionais e ao matriciamento interprofissional. In: FRAGA, A. B.; WACKS, F. (Org.) **Educação física e saúde coletiva**: políticas de formação e perspectivas de intervenção. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2007.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. **Política nacional de promoção da saúde**. Brasília, 2006.

BRASIL. Secretaria de Esportes e Lazer. **Projeto Político Pedagógico das Academias Populares de Vitória**. Vitória, 2008.

CAPONI, S. Georges Canguilhem y el estatuto epistemológico del concepto de salud. **História, Ciências, Saúde-Manguinhos**, Rio de Janeiro, v. 4, n.2, p. 217-307, 1997.

CARVALHO, Y. M.; CECCIM, R. B. Formação e educação em saúde: aprendizados com a saúde coletiva. In: CAMPOS, G. W. S. *et al.* (Org.) **Tratado de Saúde Coletiva**. São Paulo/Rio de Janeiro: Hucitec/Fiocruz, 2006.

CASTRO, A. L. **Culto ao Corpo e sociedade**: mídia, estilos de vida e cultura de consumo. São Paulo: Annablume: Fapesp, 2003.

CESARO, H. L. **Os “alquimistas” da vila**: masculinidades e práticas corporais de hipertrofia numa academia de Porto Alegre. 2012. 108f. Dissertação (Mestrado em Ciências do Movimento Humano) – Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2012.

CREMA, R. **Introdução à Visão Holística**: breve relato de viagem do velho ao novo Paradigma. São Paulo: Summus, 1988.

DAYRELL, J. A escola “faz” as juventudes? Reflexões em torno da socialização juvenil. **Educ. Soc.**- Especial, v. 28, n. 100, p. 1105-1128, Campinas, outubro de 2007.

DEJOURS, C. Por um novo conceito de saúde. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, São Paulo, v.14, n.54, p.7-11, abr./ jun.1986.

FREITAS, F. F.; BRASIL, F. K.; SILVA, C. L. Práticas corporais e saúde: novos olhares. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 27, n.3, p. 169-183, Campinas, 2006.

HANSEN, R.; VAZ, A. F. “Sarados” e “gostasas” entre alguns *outros*: aspectos da educação de corpos masculinos e femininos em academias de ginástica e musculação. **Movimento**, Porto Alegre, v.12, n. 01, p. 133-152, janeiro/abril de 2006.

HANSEN, R.; VAZ, A. F. Treino, culto e embelezamento do corpo: um estudo em academias de ginástica e musculação. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas, v. 26, n.1, p. 135-152, setembro de 2004.

GEERTZ, C. **A interpretação das culturas**. Rio de Janeiro: Zahar, 1978.

LUNARDI, V.; L. Problematizando conceitos de saúde, a partir do tema da governabilidade dos sujeitos. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 20, n. 1, p. 26-40, Porto Alegre, 1999.

MAGNANI, J. G. C. **Festa no Pedaco**: cultura popular e lazer na cidade. 3.ed. São Paulo: Hucitec/UNESP, 2003.

MALTA, D. C. e colaboradores. A Política Nacional de Promoção da Saúde e a agenda da atividade física no contexto do SUS. **Epidemiol. Serv. Saúde**, Brasília, v.18, n.1, p. 79-86, jan/mar de 2009.

MERHY, E. E. **Saúde**: a cartografia do trabalho vivo. São Paulo: Hucitec, p. 67-92, 2002.

PIETRONI, P. **Viver Holístico**. São Paulo: Summus, 1988.

SIMMEL, G. Sociabilidade: um exemplo de sociologia pura ou formal. In: FILHO, E.M. (Org.). **Georg Simmel**. São Paulo: Editora Ática, 1983.

SKOWRONSKI, M. **Educação física e saúde**: a mobilização de saberes para atuação nos polos do programa academia da saúde no Brasil. 2014. 130f. Dissertação (Mestrado em Ciências do Movimento Humano) – Programa de Pós-Graduação da Escola de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2014.

STIGGER, M. P. **Esporte, lazer e estilos de vida**: um estudo etnográfico. Campinas, SP: Autores Associados, chancela editorial Colégio Brasileiro de Ciências do Esporte (CBCE), 2002.

TARDIF, M. **Saberes docentes e formação profissional**. 13. ed. Petrópolis: Vozes, 2012.

TAVAREZ, C. **Iniciação à Visão Holística**. 5. ed. 2000.

**Endereço dos Autores:**

Sayonara Carla dos Santos Pinto  
Rua Ludwik Macal, 435 - apto 301  
Bloco A - Edifício Amarilis – Jardim da Penha  
Vitória – ES – 29060-030  
Endereço Eletrônico: sayonaracarla22@hotmail.com

Ivan Marcelo Gomes  
Rua Guaracy de Oliveira Assis, 2 - apto 401  
Edifício Oxumaré – Jardim da Penha  
Vitória – ES – 29.060-150  
Endereço Eletrônico: ivanmgomes@hotmail.com

Felipe Quintão de Almeida  
Rua Ludwik Macal, 435 - apto 301  
Bloco A - Edifício Amarilis – Jardim da Penha  
Vitória – ES – 29.060-030  
Endereço Eletrônico: fqalmeida@hotmail.com