

ACADEMIA AO AR LIVRE: QUEM SÃO SEUS PRATICANTES? OS MOTIVOS E OS NÍVEIS DE SATISFAÇÃO DOS FREQUENTADORES DE UMA ACADEMIA AO AR LIVRE.

**CASTRO, Francisco Cesar Cunha (autor/es)
AIKAWA, Priscila (orientador)
Sagaz.castro@hotmail.com**

**Evento: 14ª Mostra da Produção Universitária
Área do conhecimento: Educação Física**

Palavras-chave: Academia ao Ar Livre; Praticantes; Motivos; Satisfação.

1 INTRODUÇÃO

Embora nos dias atuais os exercícios físicos estão sendo difundidos com maior eficiência, nem todas as pessoas possuem tempo livre, recurso financeiro ou conhecimento da importância de tal prática.

Com a proposta de facilitar o acesso da população em geral à prática do exercício físico, foram implantadas em bairros e áreas centrais da cidade de Rio Grande, RS, as Academias ao Ar Livre (AAL), visando melhorar a condição física, qualidade de vida e saúde das pessoas.

A partir dessas inquietações, identificamos os seguintes problemas para estudo nas Academias ao Ar Livre: Quem são seus praticantes? Os motivos e os níveis de satisfação dos frequentadores de uma academia ao ar livre.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

Entende-se assim o incentivo ao exercício do direito social como obrigação do Estado, sendo as políticas públicas de esporte e lazer responsáveis pela elaboração e implantação de projetos e programas que possibilitam práticas que proporcionem à população momentos de satisfação e prazer.

Os equipamentos das Academias ao Ar Livre não têm peso e usam apenas a força do corpo para exercícios de musculação e alongamento. Trata-se de um sistema que se adapta ao usuário utilizando o peso do próprio corpo, criando resistência e gerando benefício personalizado, independente de idade, peso e sexo.

Exercícios físicos são parte integrante da prática e preparação esportiva, e podem ser utilizados em medicina com diversas finalidades. Os principais objetivos da prescrição de exercícios são a profilaxia, tratamento e reabilitação de doenças e deformidades, promoção de aptidão para as atividades da vida diária, o trabalho, o lazer e para o esporte, além de estímulo à estética corporal e ao bem-estar psicológico. (SANTAREM, 2000).

Exercícios Físicos é conceituado como forma especial de atividade física, planejada, sistematizada, progressiva e adaptada ao indivíduo, sempre com o objetivo de estimular uma ou várias adaptações morfológicas ou funcionais.

3 MATERIAIS E MÉTODOS (ou PROCEDIMENTO METODOLÓGICO)

O estudo proposto será realizado em uma abordagem quantitativa, para tanto será realizado em etapas metodológicas, sendo estas: Quem são seus praticantes, os motivos e os níveis de satisfação dos frequentadores de uma academia ao ar livre. Serão realizadas observações sistemáticas, nas academias ao ar livre localizadas na avenida Salgado Filho, Praça Saraiva, avenida Portugal, bairro Junção e rua Henrique Pancada, para elaboração do diário de campo. Os sujeitos do estudo serão 30 praticantes, 10 homens e 20 mulheres, com idade entre 18 a 80 anos, praticantes há um mês ou mais de prática de exercícios físicos em uma academia ao ar livre.

4 RESULTADOS e DISCUSSÃO

Após realização parcial das observações na avenida Salgado Filho, Henrique Pancada e bairro Junção, seus praticantes, os motivos e os níveis de satisfação são diversos, os mesmos serão analisados e confrontados com os resultados totais das outras academias ao ar livre. Desta forma sentiu-se a necessidade de saber quem são seus praticantes, os motivos pelos quais os usuários frequentam as academias da saúde e os níveis de satisfação sobre aquele local e sua estrutura.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A Academia ao ar livre desenvolve a qualidade de vida e também proporciona momentos de lazer aos seus frequentadores. Os equipamentos das Academias ao ar livre não têm peso e usam apenas a força do corpo para exercícios de musculação e alongamento. Trata-se de um sistema que se adapta ao usuário utilizando o peso do próprio corpo, criando resistência e gerando benefício personalizado, independente de idade, peso e sexo.

REFERÊNCIAS

SANTAREM, José Maria. **Treinamento de força e potência**. In: GHORAYEB, Nabil; BARROS, Turibio. **O Exercício**: preparação fisiológica, avaliação médica, aspectos especiais e preventivos. São Paulo: Atheneu, 1999. p. 35-50.