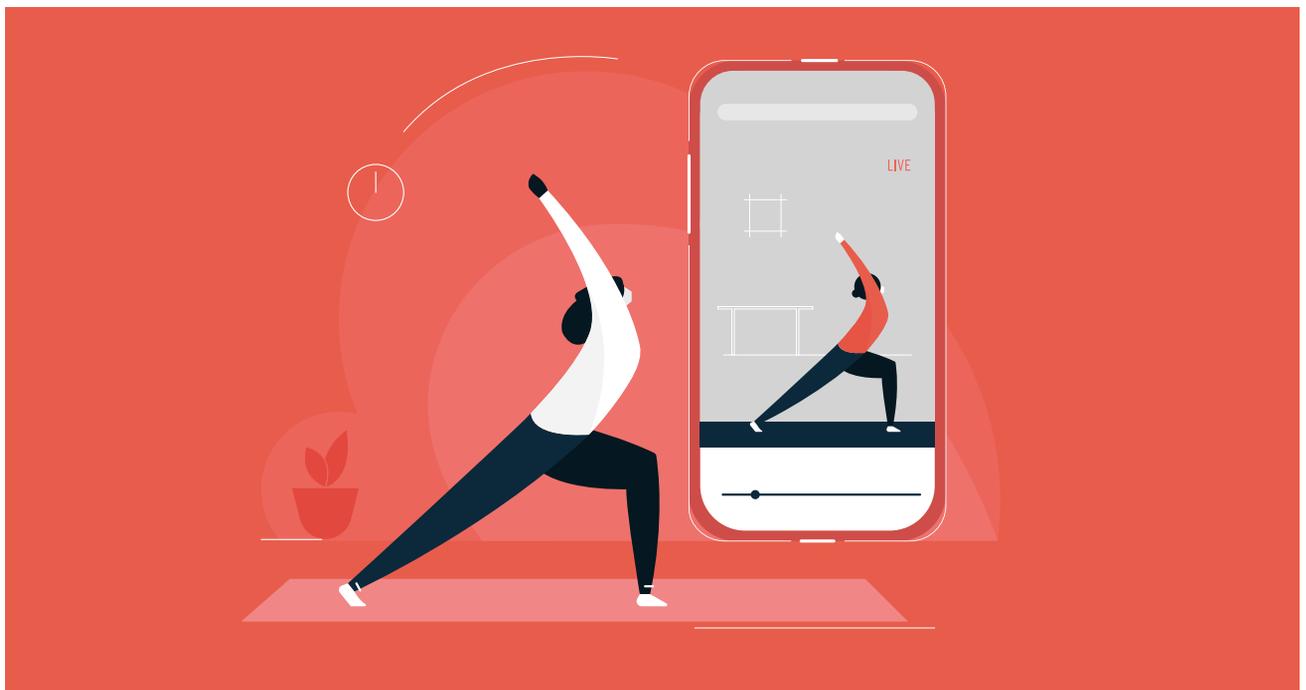


Atuação profissional em tempos de pandemia

PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA SE REINVENTAM PARA LEVAR SAÚDE E BEM-ESTAR À POPULAÇÃO EM ISOLAMENTO SOCIAL



De uma hora para a outra tudo mudou. A forma como as pessoas interagem, se locomoviam, trabalhavam, se divertiam. Tudo precisou mudar com a descoberta do novo coronavírus e a necessidade do isolamento social como forma de prevenção de contágio.

Com academias, clubes, parques e estúdios fechados, a população precisou recorrer a outros meios para manter a saúde – física e mental - em dia. Isso porque a prática de atividades físicas contribui para a melhora do sistema imunológico e para o combate às doenças crônicas, que podem agravar as consequências do coronavírus. A prática também tem servido para atenuar a ansiedade e tornar o isolamento menos difícil.

E para atender a essa nova realidade, os profissionais de Educação Física também precisaram se readaptar. Para isso, ferramentas, plataformas e métodos de divulgação foram descobertos e colocados em prática pela categoria.

Para Claudio Peixoto [CREF 000225-G/RJ], que trabalha ajudando profissionais na área da saúde a alavancarem o seu negócio, além de uma alternativa, a rede digital veio para aumentar o ganho em escala. Por meio do atendimento remoto, o profissional tem a oportunidade de sair do seu universo local, passando a ter abrangência nacional e até internacional. Mas, de acordo com ele, essa é uma realidade ainda a ser atingida.

“Ainda há no mercado uma resistência muito grande ao profissional de Educação Física atuando via rede digital. Eu entendo que essa resistência, de maneira curta, vai deixar de existir. As pessoas estão enxergando como um grande problema, mas eu enxergo como uma grande possibilidade de ganho de mercado”, explica. Leia mais sobre o tema na página 22.

Para entender melhor como se deu essa adaptação, conversamos com alguns profissionais que apostaram nas plataformas digitais para dar continuidade aos seus trabalhos.

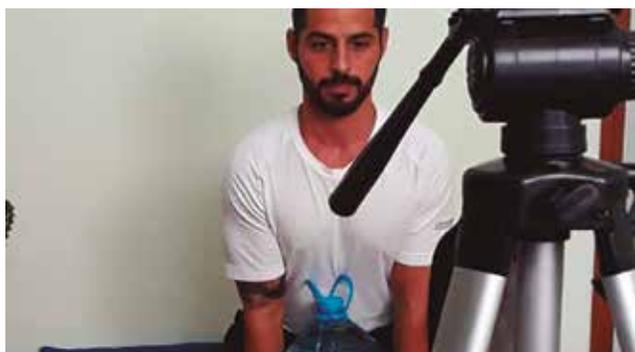
LEONARDO MARCHIOLI [CREF 108787-G/SP]



Apesar da perda de quatro de seus alunos logo no início do isolamento social, Leonardo Marchioli não só recuperou o prejuízo como conquistou nove alunos novos após os 20 primeiros dias de quarentena, resultando num aumento de 30% nos seus rendimentos mensais. “Algo que eu jamais esperaria”. Para os beneficiários antigos, a transição para o virtual foi rápida. Leonardo conta que, por se tratar de uma medida emergencial por um período, procurou não incentivar muito a aprendizagem de novas habilidades, mas o resultado do treino a distância foi tão positivo que teve que dar o braço a torcer. “Um dos meus alunos evoluiu tão bem, que consegui introduzir movimentos novos em seu treino, com total segurança, já que vínhamos fortalecendo sua estrutura para isso”.

O trabalho na internet não é novidade para Leonardo. Ele explora o potencial desse novo ambiente desde 2018. “Eu desenvolvo um programa de treinamento online, tenho em torno de 60 alunos virtuais que participam de Corridas de Obstáculos ou Trail Run”. E aproveitou o isolamento para gerar conteúdo: “Utilizei o tempo para aperfeiçoar esse programa e gravar mais de 150 exercícios, explicando a realização correta de cada um deles”.

VITOR NAIME [CREF 036161-G/RJ]



Victor Naime também decidiu usar as redes sociais a seu favor e, com isso, tem recebido novos alunos. “Acredito que esse seja um modelo que possa atender quem tem dificuldades de estar em academias. Pensando nisso, tenho apostado em novos projetos, buscando parceria com outros profissionais para desenvolver um produto

que supra essa demanda”. Além da orientação em tempo real que Vitor oferece aos seus alunos, ele não aceita a desculpa de não estar online para não praticar o treino. “Passei a produzir vídeos para dar suporte aos que não podem estar presentes nos dias e horários dessas aulas”.

Para ele, esse modelo de trabalho veio para ficar. “A internet acaba nos forçando a modificar o formato da nossa prestação e divulgação de serviço, como acontece em outros setores. “Não podemos ficar parados no tempo”, defende, sugerindo: “Mergulhem de cabeça nos estudos de marketing digital e empreendedorismo. Rumo ao mundo novo!”

ANGELA ORTIZ CREF [026301-G/RJ]



Alguns profissionais já desenvolviam o trabalho remoto antes do isolamento social, mas para outros essa é uma novidade. É o caso de Angela Ortiz. Ela admite que no início não foi fácil. “Tive dúvidas, mas vi a necessidade de me reinventar, não somente para manutenção financeira, mas também para não perder todo o trabalho e resultados já obtidos pelos meus alunos, além de promover os benefícios, físico e mental, que o exercício proporciona nesse momento difícil de abstinência social”.

Marinheira de primeira viagem na internet, Angela admite que teve muita preocupação em como manteria a segurança dos alunos durante o treino. “Priorizei a orientação verbal, demonstrando só o necessário, para que minha atenção ficasse totalmente focada na execução correta dos movimentos. Com sessões individuais, procuro usar movimentos que os alunos já conhecem, buscando uma aula que atinja seus objetivos de forma descontraída, dinâmica e segura”.

ROSANE COIMBRA [CREF 003928-G/RJ]



Rosane Coimbra atua em Educação Física há 28 anos e também precisou se reinventar. Além de personal trainer, Rosane orienta aulas coletivas, como ginástica localizada, alongamento, spinning e jump, e sabe muito bem do que cada aluna (seu público é majoritariamente feminino) precisa. “A maioria delas está comigo há muito tempo”. Não só com ela, mas umas com as outras. “Esse relacionamento torna a aula um momento de descontração para todas. Cria-se uma energia positiva”.

Energia que faz tanta falta quanto os exercícios. Para suprir essa necessidade, Rosane passou a transmitir aulas ao vivo no Instagram e criou um clube de assinantes. “Muitas alunas, antes resistentes às redes sociais, tiveram que se superar e aprender a utilizá-las para acompanhar minhas aulas. Os relatos de realização delas são gratificantes. Isso faz parte do trabalho, do movimento”. Rosane faz questão de abrir sempre um espaço para interação, após cada aula: “Elas me dão retorno de cada atividade executada com sucesso, de cada dúvida sobre um movimento. Peço para que me enviem vídeos dos

treinos realizados em casa para que eu analise. Já começo a aula corrigindo os erros identificados.

Unidos, somos mais fortes - Para contribuir e suavizar os impactos das mudanças causadas pela pandemia, o Sistema CONFEF/CREFs adotou todas as medidas que estavam ao seu alcance, em benefício de seus profissionais. As anuidades, por exemplo, tiveram seus vencimentos prorrogados, inclusive para pagamento com desconto. Alguns CREFs ainda articularam com entidades públicas a redução de impostos para Pessoa Jurídica. Também foram promovidas lives e capacitações online, para que seus registrados saiam ainda mais preparados desta crise. Não deixe de verificar as medidas adotadas pelo CREF da sua região.

Muitas campanhas de conscientização, reforçando a necessidade da orientação profissional, foram e permanecem sendo promovidas pelos CREFs e CONFEF. Da mesma forma, as fiscalizações online foram intensificadas nesse período. Leia mais sobre o tema na página 24.

ACADEMIAS REABREM EM SANTA CATARINA E ATIVIDADE É RECONHECIDA COMO ESSENCIAL



Em Santa Catarina, a reabertura das academias, fechadas desde o final de março, foi consequência de uma série de ações conjuntas entre o CREF3/SC, profissionais e empresas do setor. Inicialmente, o CREF produziu uma nota técnica com recomendações a serem seguidas para o retorno de todas as atividades e encaminhou ao governo estadual. O primeiro resultado foi a autorização, seguindo uma série de medidas sanitárias, para a realização de atendimento em domicílio, e em estabelecimentos como salas de ginástica, studios e box, excetuando-se ainda as academias.

Após a primeira conquista e acompanhando os dados estatísticos da evolução do coronavírus, o CREF

continuou as tratativas com o governo para a reabertura das academias. “Primeiramente nossa solicitação era de que pudesse ser utilizada 50% da capacidade do estabelecimento e acabamos limitando o número de usuários em 30% da capacidade. Outras medidas também foram discutidas, sempre partindo da premissa que o mais importante é oferecer serviços com a maior segurança possível, preservando a saúde dos profissionais e da sociedade, possibilitando a sustentabilidade dos estabelecimentos/academias que, em nosso Estado, são em sua grande maioria pequenos e médios negócios”, explica Irineu Furtado [CREF 003767-G/SC], presidente do CREF3/SC.

Conforme as academias e os profissionais demonstraram responsabilidade com o cumprimento das normas estabelecidas pelas autoridades sanitárias, que o profissionalismo, a competência técnica e o compromisso ético, foram preservados, a flexibilização para a realização das atividades ao ar livre foi natural e sem dificuldade. Assim, em abril, as atividades foram retomadas.

Ao fim de toda a luta, entrou em vigor a Lei nº 17.941, que reconhece a prática da atividade física e do exercício físico como essenciais para a população de Santa Catarina. A Lei, sancionada pelo governador, partiu do Projeto de Lei 119.4/2020, de autoria do deputado estadual Fernando Krelling [CREF 007007-G/SC], Conselheiro do CREF3/SC.

LIBERADA ATIVIDADE DOS PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA EM CONDOMÍNIOS DO MS



Em abril, a Prefeitura Municipal de Campo Grande publicou o Decreto Municipal nº 14.273/2020, que dispõe sobre a suspensão do funcionamento das áreas comuns dos condomínios residenciais/comerciais como medida de contenção da propagação da COVID-19 na capital. Com isso, foi suspensa a utilização dos espaços comuns por um prazo de 15 dias, com exceção dos espaços destinados à prática de atividades físicas. São elas: academias de ginástica e musculação, espaços fitness, campos de futebol, quadras de esportes e similares e piscinas.

O decreto determinou ainda que os espaços destinados à prática de atividade física poderão ser utilizados mediante a orientação de profissionais de Educação Física em cumprimento das regras de biossegurança. Desta forma, os condomínios estiveram atentos à necessidade de um profissional, devidamente inscrito no CREF11/MS, para a orientação da prática da atividade física, bem como das regras de biossegurança.

Passo a passo para reabertura dos estabelecimentos de atividade física - O CREF11/MS, desde o momento em que a Prefeitura de Campo Grande decretou o fechamento dos estabelecimentos de atividades físicas na capital, no dia 18 de março, se uniu aos profissionais e

empresários que, juntos, construíram um Plano de Contenção de Riscos (biossegurança). O documento, com aval do Sesi, foi entregue à Prefeitura da capital e serviu como base para todos os municípios do Estado.

Obesidade é fator de risco - De acordo com boletim do Ministério da Saúde sobre a disseminação do COVID-19 no Brasil, divulgado no início de abril, essa doença crônica estava mais presente nos óbitos de jovens que nos de idosos. Das 1.124 mortes registradas até a data, 944 tinham sido analisadas e catalogadas pelo Ministério da Saúde. Dessas, 75% são de pessoas com mais de 65 anos. Dentre os 43 casos de pessoas obesas que morreram em decorrência do novo coronavírus, 24 pacientes tinham menos de 60 anos.

A prática de atividades físicas orientadas pode colaborar de maneira efetiva para a redução do acúmulo de gordura corporal e a melhora da saúde de forma global. Assim, reconhecendo a importância da prática de atividades físicas para prevenção e promoção da saúde, o Governo Federal publicou o Decreto Nº 10.344, de 11 de maio de 2020, incluindo as academias de esporte de todas as modalidades no rol das atividades essenciais. No mês anterior, o CONFEF havia enviado um ofício à pasta solicitando tal reconhecimento.