

## **QUAIS OS MOTIVOS QUE LEVAM OS INDIVÍDUOS A PROCURAR E CONTRATAR O SERVIÇO DE UM *PERSONAL TRAINER* NA CIDADE DE SANTOS.**

Luiz Antônio Domingues Filho

O título *Personal Trainer* é sinônimo de profissional capacitado e competente que possui conhecimentos científicos e é capaz de realizar trabalhos em prol da saúde.

O objetivo desse estudo foi averiguar os motivos que levam os indivíduos a procurar e contratar o serviço deste profissional de Educação Física, que atua como professor particular de avaliação e prescrição de atividade física personalizado. A amostra foi composta de 295 clientes (213 ou 72% de mulheres e 82 ou 28% de homens), todos residentes na cidade de Santos, com idade entre 22 a 74 anos. Tempo de prática entre 03 a 36 meses, e frequência semanal de 02 a 05 vezes. O trabalho foi desenvolvido com base numa pesquisa em forma de entrevista e a identificação dos sujeitos não foi solicitada.

Os resultados mostraram que os entrevistados, optaram pelo serviço de um *Personal Trainer*, devido à comodidade, local, qualidade e eficiência do serviço superior aos que as academias da cidade de Santos, tradicionalmente oferecem. Todos afirmaram, que avaliação física feita pelo *Personal Trainer*, antes, durante e após o início do treinamento programado, auxiliava na correta prescrição e direcionamento dos diferentes conteúdos de treinamento, criando assim, um aspecto psicológico de fundamental importância para eles: motivação. E ainda, que interação entre o *Personal Trainer* com outros profissionais da área de saúde (medicina, nutrição, fisioterapia e psicologia), contribuía no sucesso do *Personal Training*, e melhorava o reconhecimento e respeito da sociedade local. Verificou-se que a maioria (289 ou 98%), contratou o seu *Personal Trainer* por indicação de profissionais da área de saúde ou por comentários positivos de outros clientes satisfeitos, e uma minoria (06 ou 2%), por anúncios em classificados de revistas ou jornais.

Concluiu-se que a procura e a permanência de um cliente com um *Personal Trainer* na cidade de Santos, está relacionada ao profissionalismo e qualificação universitária, envolvimento com outros profissionais da área de saúde (trabalho multidisciplinar), relacionamento com a sociedade e a forma criativa de divulgação do seu serviço.

**Referência Bibliográfica**

DOMINGUES FILHO, L. A. - Anais do Congresso Sul Americano FIEP / 2001 e Jornada de Educação Física do Mercosul - Córdoba, Argentina. 2001, Pág. 35.