

FAGUNDES, Michel Rodrigues. Prevalência e qualidade dos exercícios funcionais nas academias de Bragança Paulista. Bragança Paulista, SP: FESB, 2015. (IMPRESSO)

RESUMO

O objetivo deste estudo foi investigar a formação dos profissionais das academias de Bragança Paulista que trabalham com o treinamento funcional e o modo de aplicação dos conhecimentos específicos. A avaliação foi realizada por meio de um questionário com perguntas abertas e fechadas, respondidas por profissionais de educação física formados, de ambos os gêneros e sem restrição de idade. Os resultados apresentados corroboram com a literatura específica e demonstram que a maioria dos profissionais avaliados estão aptos para aplicar de maneira segura o treinamento funcional, salvo algumas exceções que não apresentam conhecimento dos fundamentos deste método de treino. Cabe ressaltar que são necessárias mais pesquisas a esse respeito, com o intuito de aprimorar e aprofundar mais esta área de conhecimento da educação física, para que se tenha uma melhor compreensão, segurança na utilização do método.