Revista 99

ACAD BRASIL

Edição 99 - agosto 2022

O FITNESS NA ECONOMIA MUNDIAL

BRASIL TEM CAPÍTULO EXCLUSIVO EM PESQUISA

- ACAD PRODUZ CONTEÚDO SOBRE BOAS PRÁTICAS DE GESTÃO
- O PODER DO ASSOCIATIVISMO
- ENTREVISTA COM EDGARD CORONA
- POLÍTICAS PÚBLICAS E O FITNESS NACIONAL

MATRIX

CONDIÇÕES ESPECIAIS
PARA VISITANTES
IHRSA 2022!

OS MELHORES EQUIPAMENTOS NAS MELHORES ACADEMIAS

CLIMBMILL

BIKE CXM

ESTEIRA T600X

AV. CIDADE JARDIM, 983 – ITAIM BIBI – SP

(11) 3071-4277

@MATRIXFITNESSBR

WWW.MATRIXFITNESS.COM

TOTALPASS

AGORA TUDO PODE, AGORA É TOTALPASS!

Já pensou em ampliar o seu negócio e trazer **mais alunos** para sua academia? Com a TotalPass isso **é possível**!

Somos um benefício corporativo que une academias do Brasil inteiro com as melhores empresas. Assim, os colaboradores podem ter acesso à sua academia ou estúdio a partir do convênio oferecido pela empresa em que o seu futuro aluno trabalha.

A boa notícia é que **você pode ter quantos benefícios corporativos quiser** no seu portfólio, pois o **CADE** (Conselho Administrativo de Defesa Econômica) suspendeu contratos de exclusividade de um único benefício corporativo.

Com a TotalPass, você tem uma ótima oportunidade de **alcançar colaboradores das principais empresas**, como Nubank, Azul, Uber, Itaú, Santander, Gerdau, Gol e muito mais!

E a sua academia **só tem a ganhar**! Veja as vantagens:

- **RECEITA EXTRA** SEM PAGAR NADA POR ISSO
- **NOVO** FLUXO DE ALUNOS
- **DIVULGAÇÃO** E **RECONHECIMENTO**
- GERENTES DE CONTAS **EXCLUSIVOS**

SEJA UM PARCEIRO TOTALPASS

DIRETORIA
PRESIDENTE: Ailton Mendes (*AMS Xperience*)
VICE-PRESIDENTE: Edgard Corona (*Bio Ritmo/Smart Fit*)
DIRETORES: Monica Marques (*Cia Athletica*)
Gustavo Borges (*Academia Gustavo Borges*)
Fernando Sassen (*Ipanema Sports*)
Flavia Fonseca (*Grupo Bodytech*)
Filippe Savoia (*Bluefit Academia*)
CONSELHO FISCAL: Richard Bilton (*Cia Athletica*)
Marcelo Ferreira (*Personal Acqua Center*)
Felipe Malburg (*Academia Gustavo Borges*)

GESTÃO EXECUTIVA: Andrea Rodrigues
REDAÇÃO E EDIÇÃO: Lilia Giannotti
ARTE E DESIGN: Eva Valentim

ACAD BRASIL
Comercial:
Tel/Fax: (21) 2493-0101 // (21) 96445-5939
E-mail: acad@acadbrasil.com.br
Site: www.acadbrasil.com.br

/acadbrasil
acadbrasil

Palavra do Presidente

AILTON MENDES

Profissional de Educação Física;
CEO das Academias AMS Xperience, em São Paulo;
Conselheiro do CREF-4.

Este nº 99 da Revista ACAD é uma edição especial para todos nós que diariamente trabalhamos em prol do setor nacional de fitness. Uma edição que será impressa, depois de mais de dois anos no formato *on-line*, acompanhando a tendência no mundo digital potencializado pela pandemia. Uma edição que já está sendo entregue, em primeira mão na IHRSA Fitness Brasil — evento que marca a volta dos encontros presenciais do setor.

A nossa 99 traz como matéria de capa a participação do Brasil em uma pesquisa mundial inédita, que mostra os reais custos da inatividade para os sistemas de saúde dos países e a relação da indústria do fitness com o PIB global. Nosso país está presente na pesquisa, com um capítulo exclusivo, graças aos esforços da Associação, uma das patrocinadoras deste estudo tão importante.

Estas páginas também trazem os resultados da pesquisa ***Na ACAD você tem Voz*** feita junto a empresários e gestores de academias de todo o país. A partir da pesquisa, criamos uma série no formato de videocasts e o livro ***Academias: práticas para seu negócio***, com a participação de seis especialistas do mercado. O objetivo é que juntos possamos identificar os gargalos e pontos fortes de nossos negócios, para então avançarmos ainda mais com o desenvolvimento do setor.

Políticas públicas, ações que impactam as atividades do setor, participação do empresariado e dos profissionais de Educação Física nas lutas comuns também estão nesta edição.

Mais uma vez, convocamos todos os empresários e gestores, de Norte a Sul do país, a fazerem parte desta Associação, a nossa ACAD Brasil, para que possamos ter ainda mais voz e sejamos reconhecidos, cada vez mais, como essenciais para a sociedade.

Um abraço!
Ailton Mendes

ÍNDICE

Destaques

Matéria de Capa

O fitness na economia mundial: Brasil tem capítulo exclusivo em pesquisa

08

Especial

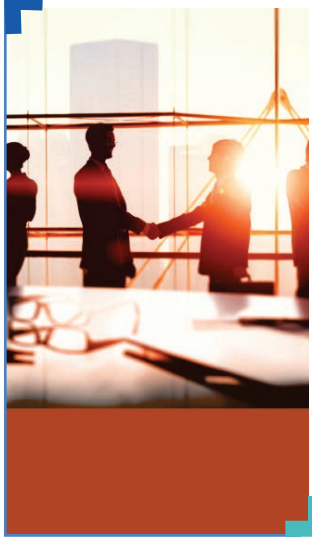
ACAD produz conteúdo sobre boas práticas

20

Políticas Públicas

ACAD Brasil constrói base pró-setor

24



Páginas Azuis 28
Entrevista com Edgard Corona

Academia Legal 30
Dez anos depois: de um jogo de futebol às políticas públicas

Associativismo 34
O que a ACAD Brasil fez pelo setor nos últimos dois anos

IHRSA Miami 2022 38
Brasileiros no maior evento mundial do fitness

Comportamento 40
Treino de força e HIIT: o que a ciência já comprovou

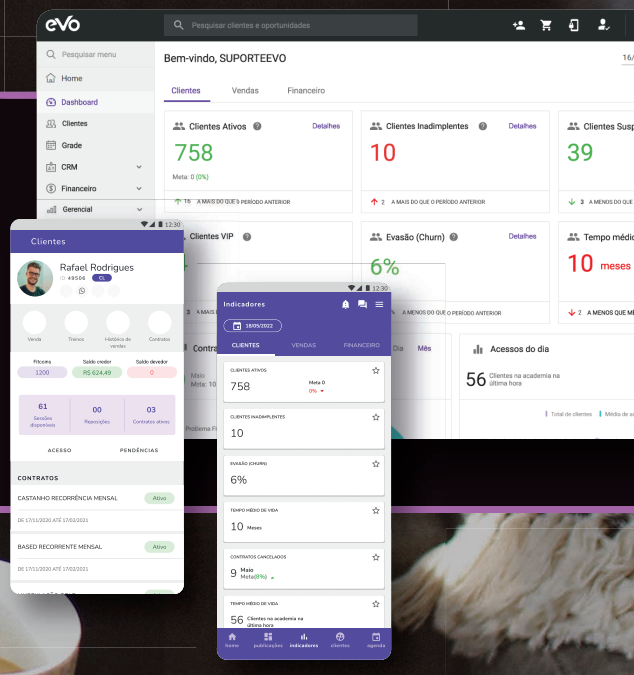
Rotinas de Academias 44
Regimento interno de acordo com a nova ordem social

Giro ACAD Brasil e Mundo 46
Notícias do fitness nacional e internacional

NADA COMO ESTAR NO LUGAR CERTO, NA HORA CERTA!

O MELHOR SOFTWARE DE GESTÃO FITNESS ESTÁ NA IHRSA COM UMA CONDIÇÃO IMPERDÍVEL PARA VOCÊ!

Estamos te esperando no stand B02 para te ajudar a elevar ainda mais o patamar do seu negócio!



Conheça mais sobre o EVO

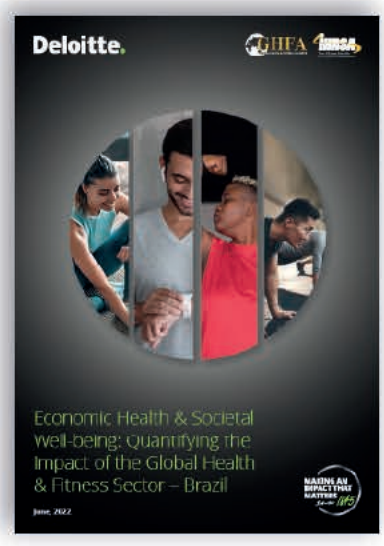
BRASIL
tem capítulo exclusivo em pesquisa mundial

Que as academias têm um papel determinante na prevenção da saúde da população mundial e na redução de gastos com saúde pública já não é uma novidade. Faltava quantificar essa importância, mas não falta mais!

A **Deloitte**, uma das maiores consultorias do mundo, — junto com a Global Health & Fitness Alliance (GHFA) e a IHRSA, e com apoio da ACAD Brasil e de outras associações de academias do mundo — acaba de publicar uma pesquisa que evidencia o que setor representa para as sociedades. Ao relacionar o impacto da atividade física aos custos de saúde, a pesquisa mostra como o setor pode diminuir um fardo deste sistema, além de aumentar globalmente o Produto Interno Bruto – PIB. Ficou ainda mais evidente que as academias melhoram a saúde da população, o que pode economizar bilhões e ainda aumentar a produtividade.

Batizado de ***Saúde econômica e bem-estar social: quantificando o impacto do setor global de saúde e fitness***, o relatório de quase 500 páginas abrange 46 países e constata que o setor contribui com até US$ 91,22 bilhões por ano para o PIB global.

O setor contribui com até US$91,22 bilhões por ano para o PIB global.



Para o Brasil, uma das grandes contribuições da pesquisa — além dos novos parâmetros internacionais — é o capítulo dedicado ao país, que traz dados importantes que podem contribuir com a tomada de decisões de proprietários de academias brasileiras e ajudar os gestores públicos na elaboração de políticas para que governos possam ser defensores da atividade física.

"Nossa Associação fez um investimento importante para viabilizar um recorte especialmente dedicado ao Brasil. Além de números da indústria brasileira, este capítulo traz dados sobre gastos públicos com saúde, impactos econômicos e sociais, e um panorama de muitas oportunidades para o setor nacional."

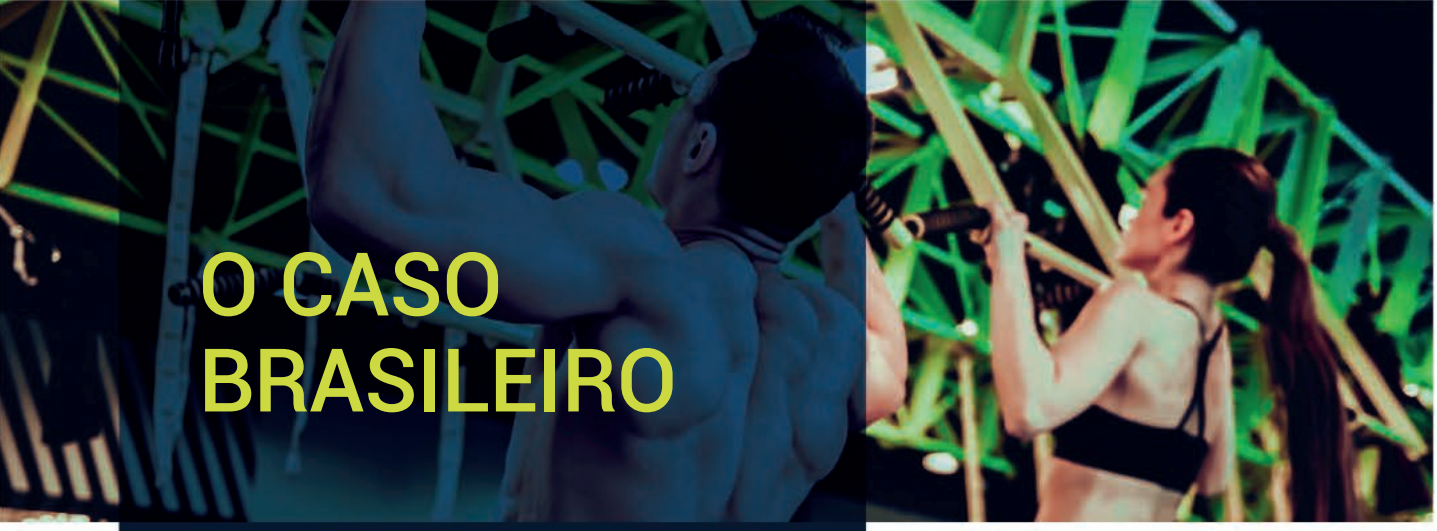
Ailton Mendes
Presidente da ACAD Brasil

"Em todo o mundo governos e organizações enfrentam a elevação dos custos de saúde e da prevalência de doenças relacionadas ao estilo de vida. Como melhorar a saúde das populações e manter custos sob controle? Acreditamos que a indústria do fitness é parte indispensável da solução."

Alan MacCharles
Sócio da Deloitte China

"Não só a indústria do fitness emprega milhões de pessoas e gera bilhões ao PIB, em todo o mundo, mas também tem uma influência incrivelmente positiva para a saúde, tornando as pessoas mais saudáveis e produtivas e reduzindo bilhões em custos."

Greg Oliver
Presidente do Conselho Consultivo da GHFA



O CASO BRASILEIRO

O Brasil é a maior economia da América Latina, com o PIB *per capita* de US$ 14.836 em 2020. O país tem sofrido com um crescimento econômico negativo nos últimos cinco anos. Ainda assim, é esperado crescimento até 2025, impulsionado pelo investimento em infraestrutura, gastos privados e exportações para China e EUA.

Tendências de saúde

5ª maior população do mundo e taxa de crescimento de de 1%, devido a desaceleração da natalidade. Em 2020, 9,6% dos brasileiros tinham 65 anos ou mais e deve chegar a 11,5% até 2025. Quase 2/3 da população está acima do peso, o que pode explicar o porque de isquemia e derrame serem as duas principais causas de morte no país.

Iniciativas governamentais

Gastos com saúde totalizaram 10% do PIB em 2020. Até 2025, espera-se uma taxa de crescimento anual de 6,9% em investimentos em saúde. A obesidade é tratada como uma questão de estilo de vida, assim tratamento abrangente da obesidade é encontrado na saúde privada, mas não no setor público, e está fora do alcance da grande maioria dos brasileiros

- **$14,836** — PIB *per capta*
- **10,0%** — Gastos com saúde como % do PIB
- **2,3%** — Média de crescimento real do PIB (21-25)
- **$4,625** — Renda *per capta* disponível
- **9,6%** — Tendência de envelhecimento
- **47,0%** — Atividade física insuficiente
- **22,1%** — Nível de obesidade

Impacto econômico

US$ 1,4 bilhão	gerado pela indústria em 2021
185.7 mil	empregos diretos
39.1 mil	empregos apoiados indiretamente
US$5,7 bilhões	é o que custa a inatividade para o sistema de saúde
US$2,8 bilhões	são suportados pelo sistema público de saúde
US$11,2 bilhões	perdidos por ano em produtividade devido à falta de atividade física
US$341	benefício econômico anual para cada trabalhador que se torna ativo
US$300	valor recomendado de investimento para transformar um trabalhador inativo em ativo e mais produtivo, com retorno de menos de 1 ano, em termos de benefício para a economia e a sociedade.

Benefício econômico para cada trabalhador inativo que se torne ativo

$5,7 bilhões — Custo da inatividade para a saúde	A inatividade custa ao sistema de saúde brasileiro US$ 5,7 bilhões para tratar de doenças como diabetes e hipertenção. Deste total, US$ 2,8 bilhões são suportados pelo sistema público de saúde.
$2,8 bilhões — Custo público da inatividade	A cada ano, o Brasil perde cerca de 163,9 milhões de dias úteis, devido a dias de folga por doença física ou mental ou redução da produtividade por falta de concentração ou cansaço.
$11,2 bilhões — PIB perdido com a redução da produtividade	Com base no PIB médio gerado por trabalhador por dia útil, isso custa à economia brasileira US$ 11,2 bilhões por ano. Representa US$ 1,5 bilhão em receita potencial perdida devido a uma força de trabalho insuficientemente ativa.
$1,5 bilhões — Receita do governo perdida pela redução da produtividade	Cada trabalhador não ativo custa US$ 82 em custos de saúde e US$ 259 em PIB potencial perdidos. Portanto, custa à economia US$ 341 por ano, representando 7% da renda média per capita.
< 1 ano — Retorno do investimento para tornar um adulto ativo	Investindo apenas US$ 300 por trabalhador inativo, é possível torná-los ativos, com retorno para a economia do país em um período inferior a um ano. Programas para aumentar a prática de atividade física podem ser formadores de hábitos. Um investimento inicial em um ano pode durar anos se um hábito for construído.

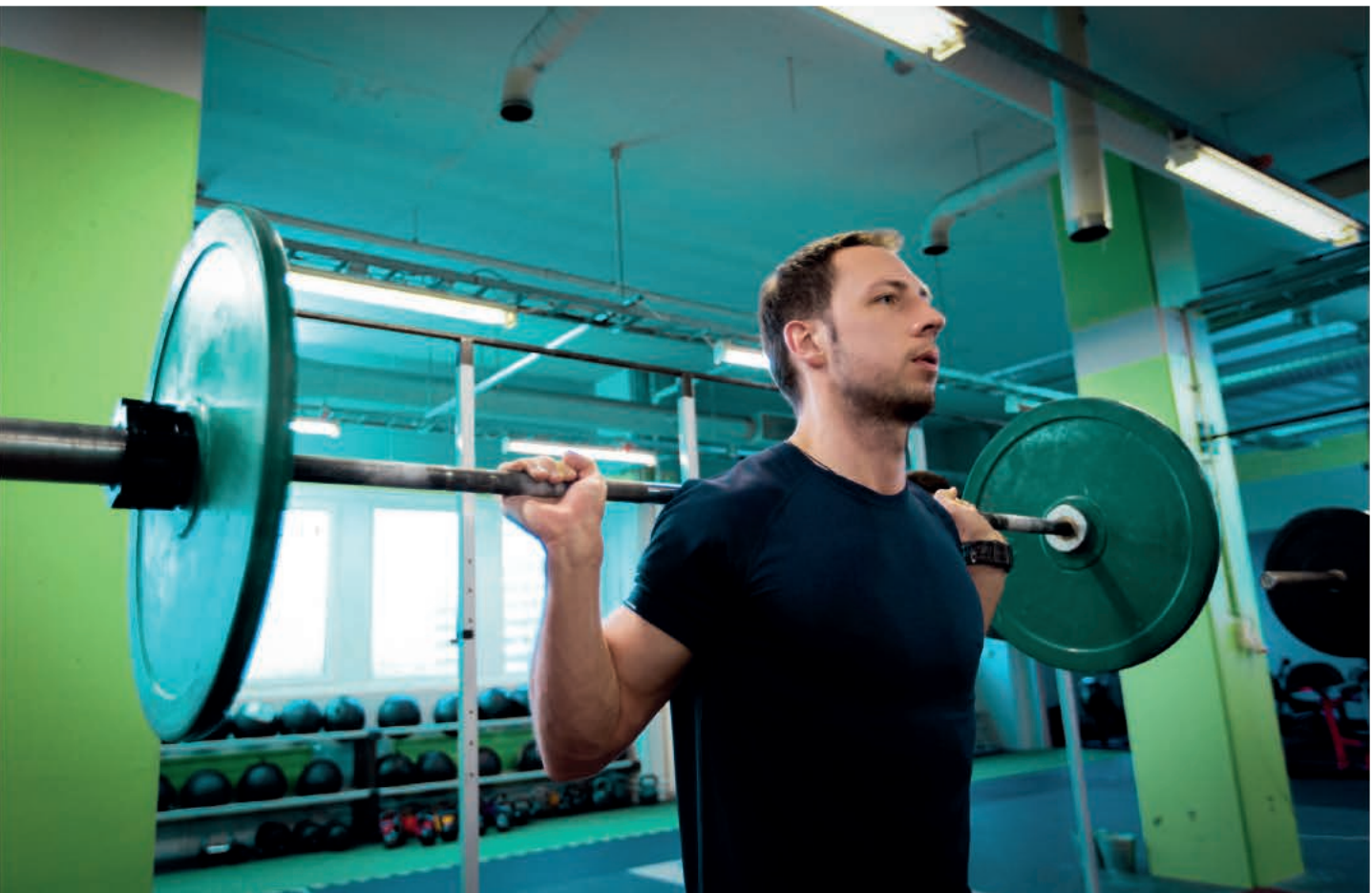
Cenário e relação com Fitness

US$14,836	*Per capta*
3,4%	Previsão de crescimento do PIB *per capta* (21-25)
10,0%	Percentual do PIB com gastos com saúde
US$4,625	Renda per capta disponível
13,7%	Taxa de desemprego

9,3%	População com 65+ como % da população total
22,1%	Níveis de obesidade (em 2016)
47,0%	Atividade física insuficiente (em 2018)

US$1,373m	Contribuição direta da Indústria de Saúde e Fitness ao PIB
US$1,092m	Contribuição indireta da Indústria de Saúde e Fitness ao PIB
224.800	Empregos totais da indústria
185.746	Empregos diretos da indústria de Saúde e Fitness
39.055	Empregos indiretos

US$341	Benefício econômico anual de transformar um trabalhador inativo em ativo
< 1 ano	Tempo estimado de retorno econômico ao investir US$ 300 para transformar um trabalhador inativo em um trabalhador ativo



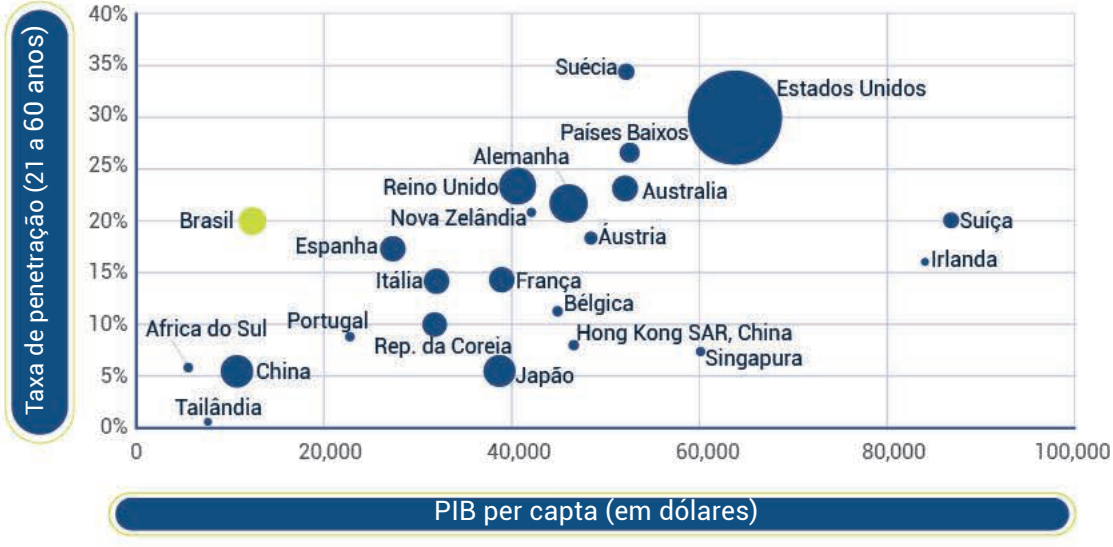
MUNDO

Os números do setor não são desconhecidos. Desde sempre, os Estados Unidos são o maior mercado: liderando em número de academias, de frequentadores e de faturamento. A novidade é que agora os gestores do mercado têm em mãos estes dados correlacionados com os PIBs de alguns países selecionados na pesquisa.

O mercado sempre trabalhou com valor absoluto, considerando todas as faixas etárias das populações de cada país/região, enquanto esta pesquisa da Deloitte adotou um recorte de idade: entre 21 e 60 anos. No caso do Brasil, a taxa de penetração sempre ficou pouco abaixo de 5% e pelo critério do relatório fica na faixa dos 20%.

Agora, os gestores têm em mãos dados de mercado relacionados com os PIBs.

Mercados e taxas de penetração correlacionados com o PIB
Penetração do mercado de Saúde e Fitness (tamanho de bolha)



Quanto um trabalhador inativo custa à economia?

Uma das questões levantadas no relatório é que a maioria dos governos vê as academias como uma atividade recreativa e não como um investimento em saúde. Mas há inúmeras evidências que mostram o contrário — como a relação entre inatividade e produtividade; atividade física diminuí incidência de doenças; pessoas ativas custam menos para o sistema de saúde e são capazes de gerar riquezas para empresas e setores produtivos. Uma das mais significativas contribuições da pesquisa é mostrar como transformar indivíduos inativos em ativos.

Atribuir um valor em dólares à inatividade é uma conquista significativa para que a indústria seja reconhecida como um valioso contribuinte e fornecedor de soluções para a saúde global.

Além de gerar mais custos ao sistema de saúde, o exercício insuficiente tem grande impacto na produtividade de trabalhadores. O custo de produtividade foi medido em termos de redução dos dias de trabalho perdidos para o absenteísmo (quando um trabalhador não vai trabalhar por causa de uma doença) e presenteísmo (quando ele vai trabalhar, mas tem baixo desempenho).

Há evidências de que o exercício melhora a função executiva, o planejamento, a velocidade de processamento e a concentração. A falta de exercício prejudica as capacidades cognitivas de uma pessoa se destacar em seu trabalho.

Quanto custa a inatividade	Brasil	EUA	Reino Unido	Espanha	China
Quanto custa a inatividade ao sistema de saúde	US$5,7 bilhões/ano	US$84,7 bilhões/ano	US$4,3 bilhões/ano	US$7,2 bilhões/ano	US$15,3 bilhões/ano
Quanto custa cada trabalhador inativo à economia	US$341	US$3.447	US$1.713	US$1.978	US$466
Dias úteis em absenteísmo e presenteísmo	163.9 milhões/dias	-----	43.8 milhões/dias	19.8 milhões/dias	381.5 milhões/dias
Valor sugerido para tornar pessoas ativas	US$300	US$3.000	US$1.700	US$2.000	US$400

Por que valorizar a indústria de saúde e fitness?

Com o aumento dos custos de saúde globalmente e a maior prevalência de doenças relacionadas ao estilo de vida, governos e ONGs em todo o mundo passaram a lutar para melhorar o estado físico e mental das pessoas. Finalmente a indústria e os governos têm o mesmo objetivo: fazer com que as pessoas se movam para melhorar sua saúde.

A importância da aptidão para a saúde

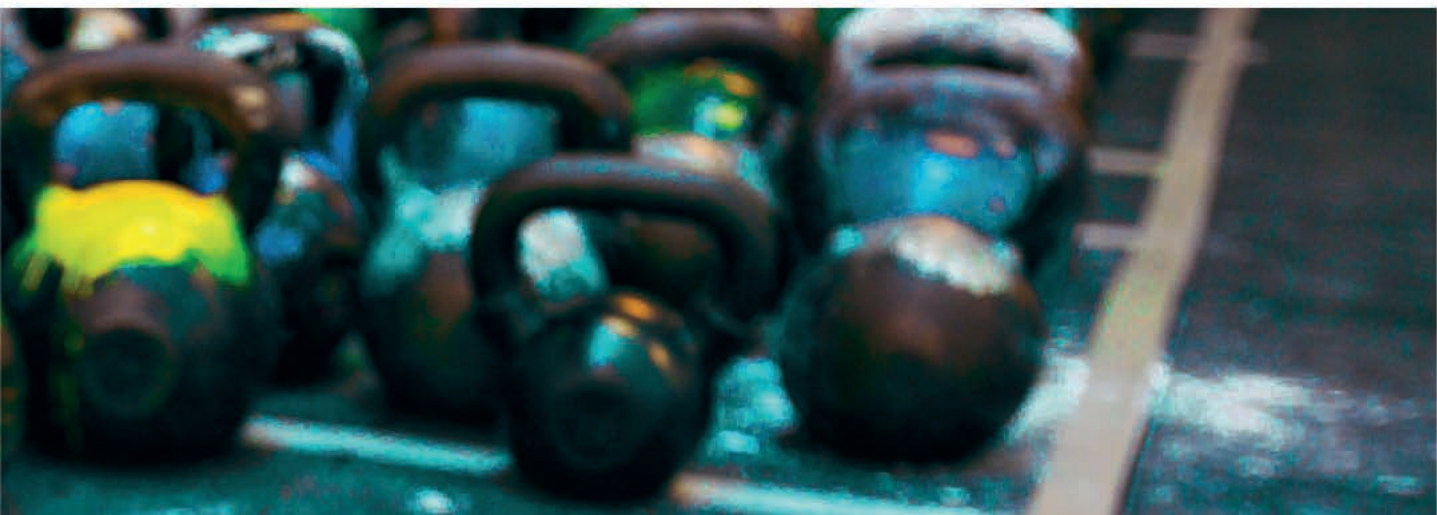
Além da contribuição econômica, a prática de exercícios tem um impacto importante na saúde. Praticar atividade física moderada a vigorosa, regularmente, reduz o risco de:

- Doença cardíaca, derrame, hipertensão, diabetes tipo 2 e demência;
- Depressão clínica, ansiedade, depressão pós-parto, sintomas depressivos;
- Uma série de tipos de câncer como mama, cólon, bexiga, pulmão e estômago;
- Melhora o sono.

Fonte: Atividade Física Comitê Consultivo de Diretrizes - 2018

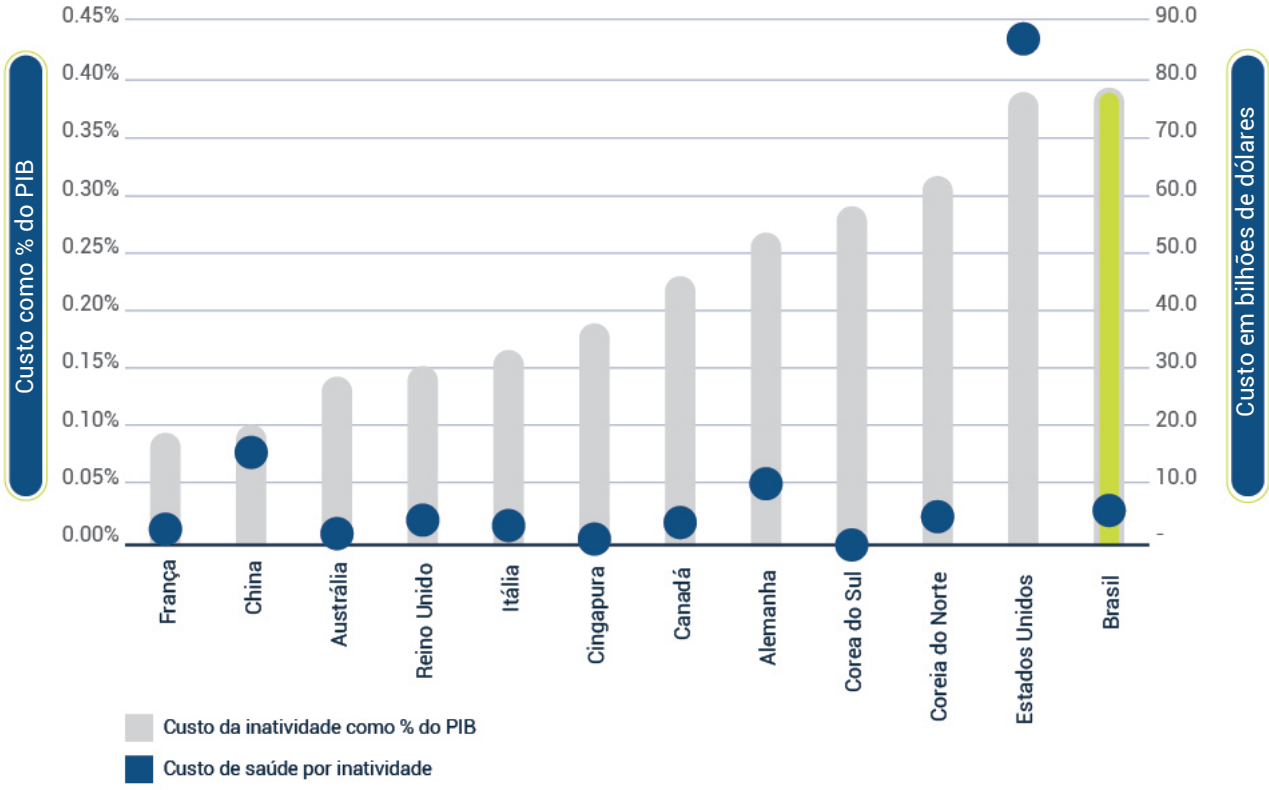
Não é surpreendente, então, que a forma física está ligada à redução do risco de morrer, em geral. A recente literatura científica sobre atividade física concluiu que indivíduos ativos têm aproximadamente 30% menos riscos de morrer, comparados com os inativos.

Já está provado que a atividade física está relacionada a um melhor funcionamento cognitivo, incluindo melhora da memória, aptidão para resolver problemas, maior habilidade no desempenho acadêmico, e uma proteção extra contra o declínio cognitivo que leva à demência. Melhorar o condicionamento físico, portanto, pode ter um impacto positivo em quase todos os aspectos da vida.



Indivíduos inativos perdem de 2,6 a 3,71 dias de tempo de trabalho devido a presenteísmo (OMS). Em 2013, a inatividade custou aos sistemas de saúde do mundo US$ 53,8 bilhões (Lancet).

Custo da inatividade como % do PIB total em países pesquisados



Ao melhorar os níveis de aptidão dos indivíduos, os Sistemas de Saúde economizam dinheiro. Apesar disso, em muitos países, uma parcela significativa da população não atende à recomendação da Organização Mundial da Saúde (OMS) de pelo menos 150 minutos de atividade física moderada a intensa por semana. Em todo o mundo, cerca de 20% a 40% dos adultos são inativos. Esses dados finalmente estão fazendo com que representantes de governos definam estratégias para que as pessoas possam se movimentar. Neste sentido, a Indústria de Saúde e Fitness tem um papel importante a desempenhar.

Como a indústria fitness promove uma população mais saudável

Com os benefícios do exercício tão claros, a questão então se torna, qual o papel da indústria fitness na promoção do fitness. É possível então concluir que as academias aumentam o nível de condicionamento físico? Parece intuitivo que sim. E felizmente, há muitas evidências que sugerem que as academias aumentam a quantidade e a qualidade da prática da atividade física entre as pessoas. Facilitar o acesso a academias e outros centros de ginástica aumenta as taxas de exercícios e diminui a inatividade.

Um olhar para as evidências

Alguns estudos realizados nos Estados Unidos revelaram que em bairros com mais academias, as pessoas são mais propensas a se exercitar, o que sugere que uma cultura de exercício cultivada por frequentadores de academias pode se infiltrar na comunidade e contribuir para criar hábitos. O Departamento de Saúde e Serviços Humanos dos EUA descobriu que criar ou melhorar o acesso a lugares para atividade física significa ter pessoas mais ativas. Em média, a capacidade aeróbica aumentou 5,1%, o gasto energético aumentou 8,2% e a atividade física no lazer aumentou 2,9%.

- O exercício melhora a saúde;
- Essa melhora reduz os custos globais com a saúde das sociedades;
- Academias aumentam as taxas de exercício;
- É preciso criar facilidades de acesso às academias para que todos tenham mais saúde.

Políticas Governamentais ao redor do mundo

Há exemplos de como a indústria do fitness e da saúde podem trabalhar conjuntamente com governos e formuladores de políticas para facilitar e incentivar o condicionamento físico em todo o mundo.

EUA	O Programa Nacional de Prevenção do Diabetes reúne organizações de saúde e fitness; Academias podem se cadastrar junto ao governo federal como Provedores de Programas de Mudança de Estilo de Vida.
Chile	Academias de ginástica são isentas do IVA (imposto unificado).
Colômbia	Academias estão sujeitas ao IVA, mas os centros de saúde não estão; Clubes de saúde e fitness que investem em serviços como nutricionistas ou médicos de medicina esportiva podem ser elegíveis para exceções de IVA.
Bélgica	Tem redução da alíquota do IVA de 6% para o esporte; academias pagam taxa de IVA reduzida, entre redução de 6% e total de 21%.
Japão	Projeto Vida Inteligente: Organizações que promovem o fitness são reconhecidas com prêmio de Ministro da Saúde; há encontros ao longo do ano para que a indústria e o governo troquem ideias.
China	Entre 2014 e 2020, o governo emitiu 18 políticas nacionais da indústria de esportes e fitness; o Plano Nacional de Aptidão (2021-2025) inclui: fornecimento de mais instalações de fitness; realização de eventos nacionais de fitness; promoção de atividades de fitness entre as principais demografias; tudo com o objetivo de facilitar o desenvolvimento da indústria de esportes e fitness.

O que mais pode ser feito?

Muitos governos em todo o mundo veem a adesão às academias como um tipo de recreação ou entretenimento, em vez de um investimento na saúde de um cidadão. Isso pode ser visto nos sistemas tributários, por exemplo, onde as compras de funcionários de associações de academias são tratadas como um benefício marginal e sujeitas a altos impostos, desencorajando a prática (em contraste, nos EUA, por exemplo, os benefícios de seguro de saúde geralmente não são tributados).

A participação das academias tem sido muitas vezes percebida como uma atividade de recreação, em vez de um investimento em saúde de longo prazo, que pode subestimar seus benefícios públicos.

Há um enorme potencial para que a Indústria de Saúde e Fitness trabalhe melhor com os sistemas de saúde para fazer contribuições positivas para a melhoria da saúde preventiva.

CONHEÇA AS MARCAS
QUE TRABALHAMOS

Octane FITNESS · LifeFitness · MATRIX · SCHWINN FITNESS

+ DE 17 ANOS NO MERCADO

NewFitness

Tel: 11 4051-1080 | vendas@newfitness.com | newfitnessbr

NOVIDADE

ACAD BRASIL LANÇA LIVRO E SÉRIE DE VIDOCASTS SOBRE PRÁTICAS PARA NEGÓCIOS DE ACADEMAIS

COMO SURGIU?

Com o intuito de saber sobre as necessidades do gestor do fitness e, a partir delas, contribuir ainda mais com o desenvolvimento do setor, a Associação realizou a pesquisa "Na ACAD você tem voz".

Aplicada entre os meses de junho e julho de 2022, a pesquisa contou com uma amostragem de 130 respondentes, e com perguntas abertas e qualitativas. Os três pontos focais da pesquisa foram:

- QUAIS SÃO OS PRINCIPAIS PONTOS DE PREOCUPAÇÃO DO EMPRESÁRIO BRASILEIRO DO FITNESS;
- ONDE DEDICARIA TEMPO PARA DESENVOLVER O PRÓPRIO NEGÓCIO;
- QUAL O NÍVEL DE CONFIANÇA DO GESTOR NO MERCADO NACIONAL DE FITNESS.

"Nossa ideia é mesmo ouvir os gestores das academias, em todo país, e a partir do que é apontado por eles, trazer especialistas para responderem as principais questões, gerar conteúdo que possa servir de guia para os negócios de fitness e ser uma fonte constante de informação e conhecimento para apoiar o setor", disse AILTON MENDES, presidente da ACAD Brasil.

RESULTADOS DA PESQUISA

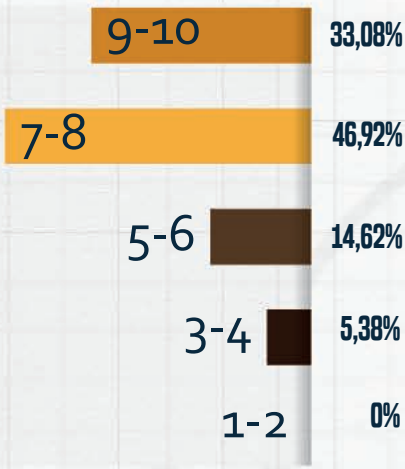
1. QUAL É O PRINCIPAL DESAFIO DA SUA ACADEMIA?

- 26,15% CRESCIMENTO
- 19,23% RETENÇÃO
- 19,23% FINANCEIRO
- 14,62% PESSOAS
- 6,15% OUTROS
- 5,38% GESTÃO
- 3,08% CAPACITAÇÃO
- 2,31% MARKETING
- 1,54% INFRAESTRUTURA
- 1,54% ATENDIMENTO

2. ONDE VOCÊ DEDICARIA TEMPO PARA O SEU NEGÓCIO SER MAIS PRÓSPERO?

- 25,38% GESTÃO
- 17,69% CAPACITAÇÃO
- 10,77% MARKETING
- 7,69% PESSOAS
- 6,15% ATENDIMENTO
- 5,38% FINANCEIRO
- 3,08% CRESCIMENTO
- 4,62% RETENÇÃO
- 4,62% OUTROS
- 3,08% QUALIDADE
- 3,08% INOVAÇÃO

3. DE 1 A 10, QUAL O SEU NÍVEL DE CONFIANÇA NO MERCADO FITNESS?



- 9-10 — 33,08%
- 7-8 — 46,92%
- 5-6 — 14,62%
- 3-4 — 5,38%
- 1-2 — 0%

Um dos empresários que respondeu à pesquisa foi **IGOR ARAÚJO**, proprietário e gestor do Estúdio Acqua Fitness, academia de Campo Grande, no Mato Grosso do Sul. "Na minha visão, os três principais pontos de preocupação são: (1) a oscilação do mercado, com sazonalidade, momentos de baixa e de alta; (2) a parte comercial, como se vender e conquistar mais clientes; (3) repensar o negócio. Muitos empresários precisam olhar para o mercado, diante de tantas academias no modelo low cost, por exemplo, e ver qual a melhor estratégia para seu negócio."

Araújo falou sobre a importância de associar, especialmente em momentos de maiores desafios: "muitos empresários de academias do Mato Grosso do Sul não têm conhecimento sobre a ACAD e não sabem sobre a força da Associação dentro do nosso mercado. Iniciativas como essa pesquisa podem contribuir para que os gestores percebam que há um forte trabalho sendo feito, de retomada no pós-pandemia e que há uma oportunidade para o setor, uma vez que as pessoas estão agora mais preocupadas em se cuidar."

Já o mineiro **DANTE RIBEIRO**, sócio-diretor da Academia Splash, de Diamantina, Minas Gerais, diz que essa iniciativa da ACAD Brasil é importante para orientar os empresários que podem não ter acesso a informações do mercado. "Precisamos sempre de novidades sobre o setor e de dicas de como tocar nossos negócios, pincipalmente em épocas como as que estamos vivendo, de muitas dificuldades e desafios".

Sobre os principais pontos de preocupação dos empresários, Dante é enfático: "(1) mão-de-obra qualificada. Os profissionais estão muito despreparados, aqui na região temos muita dificuldade de achar pessoas capacitadas; (2) queda do poder de compra da população é uma questão muito preocupante, com a inflação cada vez mais alta e a as pessoas cada vez ficando mais pobres; (3) dificuldades de conseguir crédito. Esses são os pontos que estão tirando o sono dos empresários brasileiros."

DESDOBRAMENTOS DA PESQUISA ACAD BRASIL

A partir dos resultados da pesquisa, a diretoria da ACAD Brasil entrou em contato com sua rede de especialistas e planejou uma série de 6 episódios de videocast, cada um sobre um tema, entre os mais sensíveis apontados na pesquisa. Cada tema também virou um capítulo comentadado e recheado de dicas de especialistas, conteúdo reunido em um *e-book* e um livro impresso **ACADEMIAS: PRÁTICAS PARA O SEU NEGÓCIO**. Os temas são:

1. LUCRATIVIDADE É A ALMA DO NEGÓCIO
2. A EXPERIÊNCIA DO CONSUMIDOR E O IMPACTO NA RETENÇÃO
3. MARKETING EXPONENCIAL: SUA ACADEMIA CHEIA DE CLIENTES
4. VENDAS: MUITO ALÉM DA CONQUISTA DE NOVOS CLIENTES
5. CAPACITAÇÃO TÉCNICA: DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL E EQUIPE MOTIVADA
6. GESTÃO DE PESSOAS E LIDERANÇA: O QUE PODE FAZER TODA A DIFERENÇA?

"Fazer perguntas assertivas às pessoas do mercado, entendendo o que está acontecendo na ponta, é fundamental para o trabalho da Associação. Ouvir os empresários nos dá a percepção do que é importante para o nosso associado, o mercado e nos direciona para aquilo que precisamos fazer. Essa pesquisa foi voltada para a operação da academia, o dia a dia do operador e o trabalho com os consultores, que resultou nos videocasts, no e-book e no livro impresso é uma bela resposta para o mercado, uma ferramenta de gestão que pode contribuir e muito."

GUSTAVO BORGES, diretor da ACAD Brasil e um dos mentores do projeto.

E-BOOK + VIDEOCAST

ACADEMIA PRÁTICAS PARA O SEU NEGÓCIO

Escaneie o QR CODE usando a câmera do seu celular e acesse gratuitamente

ACAD BRASIL CONSTRÓI BASE PRÓ-SETOR

Trabalho junto a autoridades é determinante para o fitness nacional

Uma das atividades mais importantes da ACAD Brasil, e que tem sido intensificada nos últimos anos, é a de políticas públicas. A construção de relações com vereadores, deputados estaduais e federais, senadores, secretários — em todas as instâncias — prefeitos, governadores e representantes do governo federal têm sido um desafio rotineiro da diretoria da Associação e de suas lideranças regionais. Um desafio sim, mas que tem trazido resultados extremamente positivos.

Conversas para sensibilizar as autoridades; entrega de materiais informativos, com respaldo técnico e científico; participação na construção de projetos de leis e no processo de aprovação e representatividade em reuniões no Congresso Nacional são algumas das estratégias que a equipe da Associação já adotou para que as academias e os profissionais de Educação Física sejam reconhecidos como promotores de saúde e essenciais para toda a sociedade.

Entre as mais significativas conquistas do setor está justamente esta: o reconhecimento por parte de autoridades governamentais. Neste sentido, foi uma vitória a aprovação da lei da Essencialidade no município de São Paulo, que serviu de exemplo, causando um efeito dominó, com aprovação também em municípios de quase todos os estados brasileiros. Também fazem parte dos resultados positivos deste trabalho de políticas públicas a aprovação da nova lei que regulamenta a Educação Física e a nova Lei Geral dos Esportes.

Confira, a seguir, algumas das conquistas que resultaram deste trabalho incessante de defesa do setor de fitness, que tem sido o dia a dia da equipe da ACAD Brasil e de parceiros da Associação, entre os quais o sistema CONFEF/CREFs.

Nova Lei do Esporte reconhece essencialidade de academias

No dia 6 de julho, a Câmara dos Deputados aprovou o projeto da nova Lei Geral do Esporte, uma modernização da Lei Pelé, que vigora desde 1998. No dia anterior, o deputado federal **Felipe Carreras**, relator do projeto da nova lei, liderou um encontro na Sala da presidência da Câmara, no Congresso Nacional, com a presença do presidente Arthur Lira, do presidente do Comitê Olímpico Brasileiro, dirigentes de clubes de futebol, representantes de mais de 20 confederações esportivas e de entidades do setor. Ailton Mendes, presidente da ACAD Brasil, esteve presente nesta reunião.

"Uma das vitórias da aprovação é o justo reconhecimento do profissional de Educação Física, das academias e locais que promovem atividades físicas como profissionais e espaços essenciais à promoção da saúde. São mais de duas décadas de espera por uma lei que amplie os benefícios às diferentes modalidades, valorize categorias de profissionais e dê mais garantias às atividades do setor", disse Felipe Carreras. A lei aguarda a sanção do presidente da República.

São Paulo é 1º a aprovar lei da essencialidade

A maior cidade da América Latina foi a primeira a reconhecer a importância das academias para a Saúde da população e serviu de exemplo para os mais de cinco mil municípios do país. No dia 8 de junho de 2021, foi sancionada a lei 17.568 que reconhece as academias e os profissionais de Educação Física como atividades essenciais para o município de São Paulo. A lei foi aprovada e sancionada muito rapidamente — em menos de seis meses desde que foi apresentada — graças aos esforços liderados pelo vereador e autor do projeto de lei, **Rodrigo Hayashi Goulart**.

"Este é um assunto de interesse público. A prática da atividade física está diretamente relacionada à prevenção de riscos de doenças e outros agravos à saúde, conforme preconiza a Organização Mundial da Saúde (OMS). A prática periódica e o bom condicionamento físico, respeitadas as recomendações sanitárias de higiene e convívio social, estão associados a melhor ativação do sistema imunológico. Nosso bom relacionamento com a ACAD Brasil e com o CREF/SP fez com que pudéssemos construir o melhor projeto para todos", disse o vereador.

Governador do Rio entende a importância do setor

Na esteira de São Paulo, outros municípios e estados também aprovaram leis semelhantes. No Rio de Janeiro, o governador **Claudio Castro** sancionou a lei da essencialidade das academias e dos profissionais de Educação Física, que vale para todo o Estado.

Na época da sanção, ainda em meio à pandemia de Covid-19, o governador declarou que: "diante de uma possível nova crise sanitária, entendendo a importância da atividade física para a saúde da população, em caso de necessidade de *lockdown*, as academias serão as últimas a fechar e as primeiras a reabrir."

Prefeito de SP é um defesor da atividade física

Apenas 23 dias depois de assumir o cargo de prefeito de São Paulo, **Ricardo Nunes** sancionou a lei que reconhece a essencialidade das academias, no município. Desde o início do processo, o então vice-prefeito recebeu representantes da ACAD Brasil e do CREFF4-SP, sendo sensível às questões colocadas pelas entidades quanto à importância da atividade física para a população.

A prática da atividade física está muito relacionada à qualidade de vida das pessoas. E quem consegue fazer sua atividade certamente terá condições mais saudáveis. As academias são fundamentais nesse processo, pois é o ambiente no qual as pessoas podem se exercitar de forma segura e com acompanhamento. É muito importante, inclusive dentro do contexto da saúde pública, que as atividades das academias sejam mantidas, assim contribuindo para a qualidade de vida das pessoas.

"Já é comprovado que a atividade física contribui de forma significativa para o desenvolvimento social. Seja ele na educação de nossas crianças através da Educação Física Escolar, na saúde com o aumento da imunidade e resposta imunológica que o exercício proporciona e com o esporte que ensina valores e traz oportunidades que direciona os nossos jovens para um caminho correto. Assim sendo, é fundamental oportunizar aos paulistanos ambientes e políticas públicas que possibilitem a população adquirir o hábito da Pratica da Atividade física, como o parque Linear Bruno Covas, a cobertura de quadras das escolas, ciclovias, bolsa atleta, lei da essencialidade da atividade física e exercícios etc. E da mesma forma que nos tornamos a Capital Mundial da Vacina quiçá nós seremos a Capital Mundial da Atividade Física", disse Ricardo Nunes.

Nova lei regulamenta Educação Física e reconhece essencialidade

A Lei 14.386/22, sancionada pelo presidente da República, que regulamenta a Educação Física, é um instrumento legal que afasta de vez a possibilidade de questionamentos em relação à profissão. A existência dos Conselhos vinha sendo questionada na Justiça, pois uma ação apresentada ao Supremo Tribunal Federal (STF) argumentava que eles deveriam ter sido criados por iniciativa do governo e não do Congresso (como foi o caso da Lei 9.696).

A ACAD Brasil e o sistema CONFEF/CREFs se mobilizaram durante todo o processo. A articulação iniciou antes mesmo que o projeto de lei fosse encaminhado ao Congresso Nacional. O deputado federal **Evandro Roman**, relator da Lei, esteve presente em reunião do CREF4-SP e recebeu algumas vezes, em Brasília, o presidente da ACAD Brasil, Ailton Mendes, e o presidente do CREF4-SP, Nelson Leme, e outros representantes do setor.

"Trabalhamos juntos na construção do texto e na defesa, em todas as instâncias, até que a lei fosse sancionada. A ACAD e os Conselhos contribuíram para que outros representantes da Câmara e do Senado aprovassem o projeto, reconhecendo a essencialidade da profissão de Educação Física", disse o deputado Evandro Roman.

Trabalho do setor intensificado na Câmara e no Senado

Com a chegada do projeto à Câmara dos Deputados, o trabalho se intensificou. Representantes da Associação e dos Conselhos participaram de reuniões, audiências públicas, visitaram gabinete por gabinete justificando a importância da aprovação do texto e em busca de apoio. No Senado Federal não foi diferente, além do "corpo a corpo", foi feita uma campanha on-line, que contou com o apoio da categoria e de grandes nomes do esporte e da profissão.

"Essa lei é de extrema importância para o setor e, além do deputado Roman que foi determinante na relatoria e na aprovação da lei, outros representantes do Congresso Nacional fizeram toda a diferença nessa luta, entre os quais o **senador Romário**, um defensor de nossas atividades", disse Ailton Mendes.

Edgard Corona

CEO do grupo Bio Ritmo e da SmartFit, rede de academias fundada em 2008 e que introduziu o *low cost* no mercado brasileiro de fitness, mexendo com os modelos de negócios do setor. Empreendedor nato e inspiração para muitos empresários, Edgard é diretor da ACAD Brasil e foi um dos debatedores da já tradicional mesa-redonda da Associação na IHRSA Fitness Brasil, sob o tema ***Tendências e oportunidades do mercado fitness***.

O que esperar como tendências para o mercado de fitness, em um curto prazo?

Uso de mais tecnologias, mais treinamento de força, com equipamentos cada vez mais conectados. Os próximos passos vão incluir o digital no dia a dia. Quando a pessoa estiver levantando peso, por exemplo, o aparelho já vai transmitir o que foi feito: metabolismo, gasto calórico e outros dados sobre o treino e os resultados dele. Tudo muito conectado.

E quais são as oportunidades?

Há uma nova conscientização da sociedade sobre a importância do fitness e uma procura cada vez maior pela saúde e a qualidade de vida, o que necessariamente incluiu a prática da atividade física. Há então a possibilidade de que se possa ter uma entrega muito mais consistente, em termos de serviços. É sem dúvida uma oportunidade de fazer crescer esse mercado.

O mercado brasileiro mudou de perfil depois do fechamento das academias?

O Brasil está sofrendo muito mais, no pós-Covid, com o aumento dos preços dos alimentos, o alto índice de desemprego, com as classes C e D, principalmente, sendo muito afetadas. A renda familiar caiu muito e isso tem impacto direto em serviços. O Brasil poderá ter uma retomada um pouco mais lenta do que em outros países.

Onde o gestor deve investir para ter um negócio próspero?

Diante deste cenário, é preciso investir na gestão de custos e na gestão de caixa, fazer o possível para não contrair dívida, porque as taxas de juros estão em torno de 14%. Olhar para dentro do negócio, ter disciplina nos gastos, ter juízo, negociar valores de aluguel, que é um dos custos mais altos da operação,

Há mesmo uma luz no fim do túnel?

Sim. O Brasil deve crescer cerca de 2% no segundo semestre, aos poucos os salários vão sendo recompostos, a inflação tende a ter uma queda. E junto a essa melhora na economia, a sociedade tem buscado formas de cuidar mais da saúde, então há uma perspectiva de que o mercado de fitness melhore. Provavelmente será um cenário mais otimista.

DEZ ANOS DEPOIS...

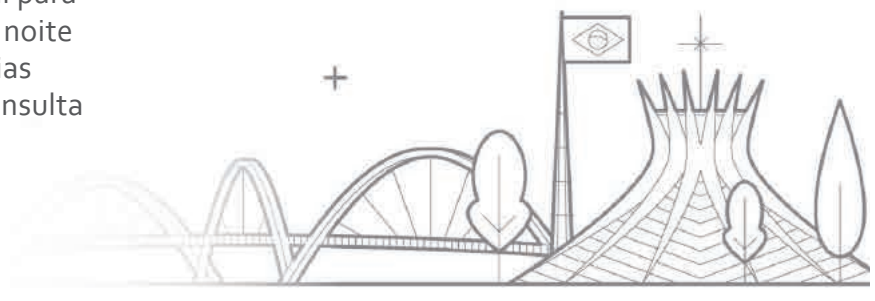
De um jogo de futebol às políticas públicas

Esta edição da Revista ACAD já seria emblemática pelo formato impresso e distribuição na IHRSA Brasil. Mas outra razão, muito mais significativa, corre o risco de passar despercebida: o aniversário de dez anos de um evento que viria a transformar a capacidade de organização do setor de academias.

O ano é 2012. No Rio de Janeiro, a ACAD conta com cerca de duas centenas de academias associadas, quase todas locais. Apesar da iniciativa visionária de seu idealizador, o saudoso Ricardo Abreu, a associação ainda é muito mais carioca do que brasileira. Seu primeiro e mais longevo presidente não sabe, mas a quatrocentos quilômetros de distância o destino institucional do setor de academias começa a mudar.

Em São Paulo, o amigo de um vereador enfarta e vai a óbito num jogo de futebol amador. Com a melhor das intenções, mas sem a mínima informação, o parlamentar aprova projeto de lei exigindo exame médico semestral para a prática de atividades físicas. Da noite para o dia, os clientes de academias estão obrigados a custear uma consulta médica e exames, a cada seis meses, para correr na esteira, fazer musculação ou nadar.

A nova lei é catastrófica. Pesquisas internacionais demonstram que a exigência de atestado ou exame médico já está superada no resto do mundo. A ciência prova que a prática de exercícios em intensidade não competitiva é segura. Os trabalhos mais significativos são os da Sociedade Canadense de Fisiologia do Esporte, que desenvolveu o questionário PAR-Q. Suas sete perguntas são tão eficazes que substituíram o atestado médico antes requerido nas terras da lendária Polícia Montada.



O absurdo mobiliza o setor. É preciso levar ao Poder Legislativo a experiência canadense, já replicada em inúmeros outros países. Um pequeno grupo de empresários, representando as maiores redes paulistanas, passa a reunir-se periodicamente para coordenar uma estratégia política e pleitear a modificação da lei. Numa coincidência incrível, que somente depois fica evidente, os encontros acontecem numa casa na Rua Canadá.

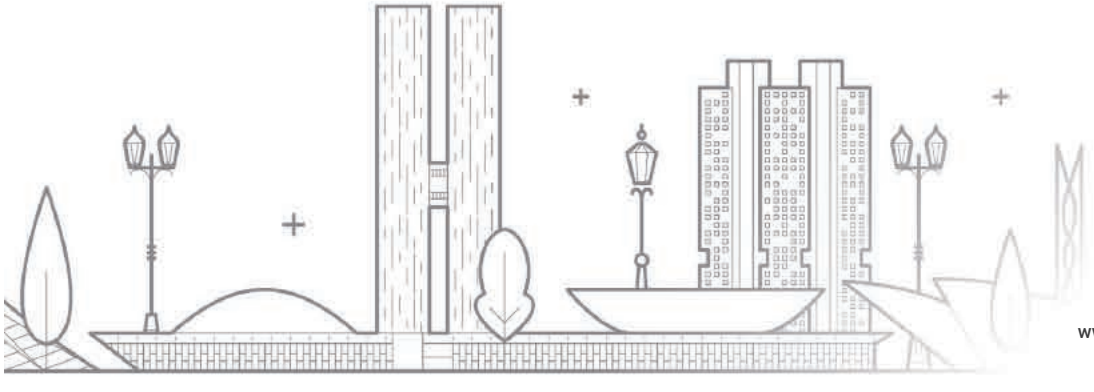
Ciência e informação vencem. O esforço é bem-sucedido. Na capital paulista, o atestado médico semestral é substituído pelo PAR-Q. É o princípio de uma iniciativa de abrangência nacional, ainda hoje em execução e que mais tarde será abraçada pela ACAD, eliminando gradualmente uma barreira histórica para a prática de atividades físicas. O maior resultado disso, porém, é menos evidente e muito mais relevante: o setor de academias percebe a importância de atuar em políticas públicas.

Aos poucos, a semente frutifica. Nos anos seguintes, noutras localidades, lideranças mobilizadas pelo embrião gestado na Rua Canadá envolvem-se na discussão de projetos de lei que impactam o setor. Mas a luta é árdua. Falta uma chancela institucional, com força nacional e peso suficiente para assegurar que o setor seja ouvido. A ideia de fortalecer a ACAD surge naturalmente.

A partir de 2016, a união se concretiza e começa a fazer a força. A atuação da renomeada ACAD Brasil multiplica-se pelo país. Leis antiquadas são alteradas para substituir atestado médico por PAR-Q. Arquivam-se projetos de lei exigindo exames cardiológicos para frequentar academias ou prevendo inconstitucional acesso gratuito de "personal trainers". Leis semelhantes são suspensas no Judiciário, assim como resoluções ilegais de órgãos fiscalizadores interferindo na operação das academias.

No Congresso Nacional, eventos da associação ocupam plenários do Senado e são prestigiados com a participação e apoio de parlamentares. Ideias e projetos são debatidos. Nos Conselhos Regionais de Educação Física, uma interlocução necessária é aos poucos estabelecida. Lideranças regionais são instituídas e incentivadas. Antes nacional apenas no nome, a ACAD torna-se verdadeiramente BRASIL.

A pandemia exige ainda mais da entidade, e ela dá uma resposta eloquente. Por dois anos, o trabalho é incessante e a diretoria se reúne todas as semanas. Ofícios a prefeitos e governadores, reuniões com ministérios e secretarias, sugestões incorporadas ao texto da medida provisória que flexibilizou as normas trabalhistas, protocolos sanitários que permitem reabertura antecipada. A ACAD Brasil é reconhecida e respeitada como a voz do setor.



O ano, agora, é 2022. Poucas semanas antes do lançamento desta edição, depois de participar de bem-sucedido esforço no Congresso para adiamento da votação e rediscussão da reforma tributária, o presidente da ACAD Brasil tem sua presença requisitada para acompanhar a entrega do relatório e substitutivo do projeto de nova Lei Geral do Esporte. Estaríamos ali se, há dez anos, aquele amigo do vereador tivesse enfartado em casa e não num campo de futebol? Difícil dizer, mas é bem possível que todo esse processo estivesse atrasado em anos.

Com frequência, a união pelo bem comum só se concretiza diante de uma ameaça. Apesar do baixo valor da mensalidade e da expansão nos últimos anos, o número de associadas da ACAD Brasil ainda não chega a 5% das unidades em operação no setor. Se os empresários que nele investem quiserem continuar a ser ouvidos e defender seus negócios, é preciso crescer mais. Tomando emprestadas as palavras do discurso inaugural de John Kennedy, não é hora de perguntar o que a associação pode fazer por você, mas, sim, o que você pode fazer para torná-la mais forte nos próximos dez anos.
Mãos à obra!

Por Dr. Mario Duarte
Advogado da
ACAD Brasil

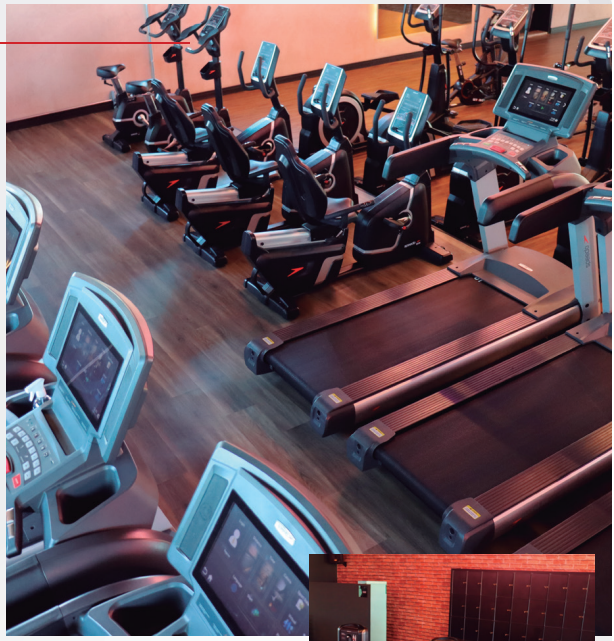
CASA DO FITNESS

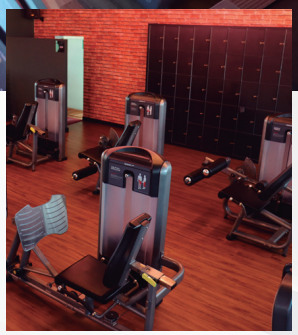
VISITE-NOS NA
IHRSA FITNESS BRASIL

E CONHEÇA AS **INOVAÇÕES SURPREENDENTES** QUE PREPARAMOS PARA **SUA ACADEMIA!**

STARKE

Conheça também na feira: Air Bike, Esteira Curva, Spinning e Cross Smith Starke!





speedo fitness

Linha completa
para Academia
Powered by Speedo

TE ESPERAMOS EM NOSSO STAND COM TECNOLOGIAS INÉDITAS!

Clube de Benefícios Acad Brasil

O que é o Clube de Benefícios

A ACAD agora tem o Clube exclusivo para associados, que garante benefícios, vantagens e descontos diferenciados pagando apenas a mensalidade da associação.

Além de produtos e serviços de empresas parceiras, também é possível obter todo o suporte oferecido pela ACAD Brasil.

Com apenas R$100/mês

Economize e aproveite as vantagens do Clube de Benefícios exclusivo aos associados ACAD Brasil

Economize até R$ 3,5K*

**Simulação com academia faturando R$50 mil/mês, e usando todos os benefícios do Clube.*

Conheça alguns dos nossos parceiros

Getnet · ECAD · Doin Mancuso Advogados · Porto Seguro · Casa do Fitness · evo · capitalbr Soluções em Energia

Confira todos os Benefícios!

www.acadbrasil.com.br/clube-de-beneficios

Clube de Benefícios Acad Brasil

O PODER DO ASSOCIATIVISMO

O que a ACAD Brasil fez pelo setor nos últimos dois anos

Em momentos de crise, a força do associativismo fica ainda mais evidente, assim como o potencial de mobilização e de realização de entidades que representam uma atividade econômica. Assim foi a experiência da ACAD Brasil, com seus associados e parceiros, nos últimos dois anos.

O enfrentamento da maior crise sanitária mundial da história recente se deu a partir de um movimento da diretoria da Associação, que imediatamente ganhou apoio de empresários e profissionais do fitness, em todo o país.

"Foi impressionante ver o poder de mobilização que nem sabíamos que tínhamos. A resposta das pessoas do setor, gestores de academias, fornecedores e de representantes de entidades parceiras, entre as quais os Conselhos de Educação Física, foi imediata ao fechamento e cada dia a participação de todos foi crescendo mais. Podemos dizer que juntos fomos encontrando — e muitas vezes criando — soluções para o enfrentamento da crise. Nunca o associativismo se mostrou tão fundamental nestes mais de 20 anos de existência da nossa Associação", disse Ailton Mendes, presidente da ACAD Brasil.

Entre as muitas ações da ACAD Brasil na fase mais crítica da pandemia, vale destacar o mapeamento do que estava sendo feito mundo afora, com referências de protocolos de biossegurança e de estudos científicos; a pesquisa jurídica sobre *lockdown*, *lay-off* e seus efeitos para contratantes e trabalhadores do setor; soluções *on-line* para que as atividades das academias não parassem por completo e o setor pudesse atender, de alguma forma, seus clientes; o estreito relacionamento estabelecido com autoridades governamentais nas três instâncias: municipais, estaduais e do governo federal.

A seguir, os destaques das ações neste período e muitos motivos para fazer parte desta Associação.

Referência em biossegurança

A Associação elaborou o 1º protocolo de biossegurança setorial do Brasil, que serviu de referência não apenas para o fitness nacional, mas para outros setores e para governos, em diversas instâncias. O Protocolo ACAD Brasil foi construído a partir de parâmetros internacionais, contendo mais de 40 itens, e com aval de universidades de ponta, também no Brasil.

Conteúdos jurídicos e informativos

Consultores externos, especialistas de mercado e uma equipe dedicada à produção de conteúdo criaram guias, dossiê reunindo estudos e pesquisas internacionais, textos com respaldo técnico e jurídico, para auxiliar gestores de academias em temas sensíveis como "passaporte de vacina" e "uso de máscara em academias".

O setor passou a ter documentos pautados em dados científicos e em direitos constitucionais. Este material tem sido aliado nas negociações da Associação junto às autoridades governamentais, tanto no Congresso Nacional, como em Estados e Municípios.

União com os CREFs

Um dos efeitos positivos que é herança do período da pandemia é o estreito relacionamento estabelecido com o Sistema CONFEF-CREFs, em todo o país. O papel de cada conselho regional foi fundamental para que muitas das lutas travadas durante a crise pudessem ser ganhas.

CONFEF Conselho Federal de Educação Física

CREF Conselho Regional de Educação Física

Acordos sindicais e *lay-off*

O departamento jurídico da ACAD estudou *lay-off* aplicados em empresas do mundo e trouxe os principais pontos para contribuir com a Medida Provisória que o governo federal decretou. Também esteve à frente das negociações com sindicatos laborais, em todo o país. A Associação criou ainda uma plataforma digital, com 180 horas de cursos, o que possibilitou que as academias (empresas e colaboradores) usassem o recurso de *lay-off*, contribuindo para diminuir o número de demissões na pandemia.

Liderança de Norte a Sul

Movida pela necessidade de ampliar a representatividade do fitness de Norte a Sul do país, a diretoria da ACAD Brasil foi ampliando o quadro de líderes em várias regiões. O aumento da atuação regional permitiu não só o contato mais estreito com empresários de academias em dezenas de municípios, bem como com autoridades, entre as quais vereadores e secretários. A meta é que até o final de 2022, a Associação conte com 37 líderes regionais: nas capitais dos 26 estados, além do Distrito Federal e nos dez municípios com mais de 700 mil habitantes.

Eu Cuido, eu Treino

A ACAD Brasil criou uma plataforma que possibilitou academias fechadas disponibilizarem treinos para seus alunos treinarem em casa, diminuindo efeitos do isolamento. A plataforma **Eu Cuido, Eu Treino** fez parte de movimento nacional de combate ao sedentarismo, que reuniu academias dispostas a entregar à população treinos gratuitos, para que ninguém ficasse parado e ainda tivesse orientação de profissionais especializados.

Autoridades governamentais e a Essencialidade

Dezenas de reuniões com governadores, prefeitos, secretários de saúde e representantes do governo federal passaram a fazer parte da agenda dos dirigentes da ACAD Brasil. Durante a pandemia, foram publicadas pesquisas científicas comprovando que estilos de vida ativos podem melhorar o sistema imunológico e diminuir a incidência das comorbidades (hipertensão, obesidade, diabetes). Assim, um dos esforços da Associação e de seus parceiros foi trabalhar em defesa do reconhecimento, em lei, da essencialidade das academias e dos profissionais de Educação Física. Essa foi uma das mais importantes vitórias do setor nos últimos anos.

wellness
bem-estar em movimento

Sempre em busca de qualidade, tecnologia, design e versatilidade, há 25 anos, a Wellness pensa, cria, desenvolve e entrega o melhor e mais completo mix de produtos para:
- Redes e academias premium
- Academias e estúdios de médio e pequeno porte
- Hotéis e clubes
- Condomínios
- Corporativo
- Residencial

Oferecemos entrega, montagem, pós-venda, garantia e assistência técnica em todo território nacional.

LANÇAMENTOS EM PRÉ VENDA

Esteira TR8900
7.0HP - Wellness
SKU: GY055

Simulador profissional de escada - Wellness
SKU: GY076

Bike Spinning profissional
Super M Plus - Wellness
SKU: GY074

CONTATO COMERCIAL
(11) 98171-9826

ACESSE NOSSOS CATÁLOGOS
www.materiais.wellness.com.br/acad-wellness

IHRSA Miami Beach 2022

Brasileiros no maior evento internacional do fitness

Empresários brasileiros e representantes da ACAD Brasil marcaram presença na IHRSA Miami Beach 2022, um dos mais importantes eventos internacionais do setor de fitness, que este ano marcou a retomada dos encontros presenciais.

"Os eventos virtuais foram importantes no sentido de continuarmos entregando soluções para o mercado, principalmente em uma pandemia sem precedentes. Mas, nada se compara ao contato olho no olho. Os reencontros deste evento em Miami ficarão para sempre nas nossas memorias. As pessoas precisavam estar juntas, dar um abraço, testar novos equipamentos, ver tudo de perto. O sentimento foi de celebrar a retomada da indústria", disse **Jacqueline Antunes**, Diretora da IHRSA para a América Latina.

Sobre a presença brasileira no evento, Jacqueline disse: "o Brasil continua sendo um mercado muito importante para o fitness global e permanece na posição de segundo maior mercado no mundo em número de academias e com muito espaço para crescer. Para quem não pôde ir à Miami, entre os dias 17 e 20 de agosto, será realizada a IHRSA Fitness Brasil, com uma programação imperdível."

A convenção começou com uma caminhada de *network* na praia e a paisagem é um cenário convidativo para essa atividade, como observou **Monica Marques**, membro do conselho da IHRSA e diretora da ACAD Brasil, diretamente de Miami: "foi um momento marcante de reencontro com tantas pessoas, do mundo todo, da indústria do fitness. Muitos brasileiros estiveram no Miami Beach Convention Center para ver os mais de 300 expositores e ouvir especialistas do fitness nas palestras e *workshops*."

Monica destacou momentos importantes do evento: "entre os marcos desta edição da IHRSA, tivemos a apresentação do estudo da Deloitte ***Saúde econômica e bem-estar socia***l, que a ACAD é um dos patrocinadores, e, também, o Fórum Latino-Americano, que este ano teve uma participação de muita representatividade."

Também presente no evento, o empresário **Carlos Santos**, CEO da Academia Califórnia, em São Paulo, comentou o que mais chamou a atenção: "um dos destaques do *trade show* foi o fato que nos estandes de equipamentos e tecnologias, ficou visível tudo aquilo que vinha sendo apontado como tendências."

O empresário também falou sobre a parte de conhecimento, que já é tradicional nos encontros do fitness: "tivemos acesso a muitos dados de mercado, no pós-Covid, e o que um futuro próximo nos espera. E na convenção, um dos pontos altos foi a palestra 'É muito mais do que uma xícara de café', com os keynotes Amy e Ben Wright, que têm um modelo de negócios inspirador e um trabalho emocionante com pessoas portadoras de deficiência."

Carlos Santos e Monica Marques

Elizabeth Clark CEO da IHRSA

Fórum Latino-Americano

Amy e Ben Wright: inclusão na rede de cafeterias Bitty & Beau's Coffee Shops

TREINO DE FORÇA E HIIT

O QUE A CIÊNCIA JÁ COMPROVOU

Mesmo que não seja novidade para o fitness, Treino de Força e HIIT ainda são apontados como tendências — pelo mais recente relatório anual do American College Sports Medicine e por especialistas de mercado (*ver entrevista com Edgard Corona na página 28*). Fato é que as modalidades despertam interesse, tanto é assim que duas pesquisas científicas foram recém-publicadas.

HIIT: aumenta produção de energia nas células

O Centro de Pesquisa Metabólica da Universidade de Copenhague, na Dinamarca, realizou um estudo sobre o High Intensity Interval Training – HIIT, ou no bom português, Treino Intervalado de Alta Intensidade, e comprovou os efeitos no músculo esquelético e na produção de energia nas células. Os resultados mostram que os treinos HIIT aumentam a quantidade de proteínas no músculo esquelético, que são essenciais para o metabolismo energético e a contração muscular, além de alterar quimicamente as principais proteínas metabólicas.

"O exercício tem muitos efeitos benéficos que podem ajudar a prevenir e tratar doenças metabólicas e isso é o resultado de mudanças no uso de energia pelos músculos esqueléticos. O estudo fornece novas informações sobre novas proteínas reguladas pela atividade física de alta intensidade", disse Morten Hostrup, um dos autores da pesquisa e professor associado do Departamento de Nutrição, Exercício e Esportes da Universidade de Copenhague.

A estrutura dos treinos HIIT ajuda a produzir hormônios que muitas vezes só são liberados nesse tipo de modalidade, por esta razão é um treino indicado para pessoas com patologias como fibromialgia, artrite e artrose. A execução de exercícios em alta intensidade, chegando ao limite do esforço, leva à liberação de hormônios como somatotrofina, adrenalina e noradrenalina, glucagon e insulina, endorfina, laptina e serotonina. Com isso, ele ajuda a melhorar o condicionamento físico, diminui gordura corporal, controla a pressão arterial e diabetes e melhora a disposição.

Treino de força: tão importante quanto o aeróbico

Um novo estudo da Universidade do Sul de Queensland, na Austrália, mostrou que o treino de força merece ser considerado tão importante quanto o exercício aeróbico — o popular cardio. A boa notícia é que o treino de força pode ser ainda mais fácil de adotar do que rotina de exercícios cardio, como correr, caminhar ou andar de bicicleta.

O treino de força (exercício de fortalecimento muscular, treino de peso ou resistência) inclui o uso de aparelhos de musculação, faixas de exercícios, pesos manuais ou o próprio peso corporal — com flexões, abdominais ou pranchas. A pesquisa mostrou que esse tipo de treino aumenta a massa muscular, a força e a densidade mineral óssea. Além disso, melhora a capacidade do corpo de eliminar o açúcar e a gordura da corrente sanguínea e, também, a capacidade de realizar atividades diárias, como subir escadas ou subir e descer de uma cadeira para pegar alguma coisa no alto. Também pode reduzir os sintomas de depressão e ansiedade.

A pesquisa australiana revisou evidências de vários estudos científicos e descobriu que os treinos de força estão associados a um risco reduzido de morte precoce, diabetes, doenças cardiovasculares e obesidade. Os pesquisadores ressaltam que os benefícios deste treino para a saúde permaneceram evidentes mesmo depois de levar em conta os exercícios aeróbicos e outros fatores, como idade, sexo, educação, renda, índice de massa corporal, depressão e hipertensão.

Em comparação com exercícios aeróbicos, o estudo apontou que o treino de força tem maiores efeitos sobre doenças relacionadas à idade, como sarcopenia (perda de massa muscular), declínio cognitivo e função física. Isso é particularmente significativo à medida que o envelhecimento da população avança – as previsões apontam que o declínio da massa muscular e da função cognitiva será um dos principais desafios à saúde do século XXI.

Os exercícios de fortalecimento muscular só foram incluídos nas diretrizes da OMS há menos de uma década, em comparação com quase 50 anos de promoção de exercícios aeróbicos. O treino de força, portanto, tem sido considerado por alguns cientistas da atividade física e da saúde pública como a diretriz "esquecida" ou "negligenciada".

Hoje, as diretrizes da OMS recomendam exercitar todos os principais grupos musculares pelo menos duas vezes por semana: pernas, quadris, costas, tórax, abdômen, ombros e braços. Isso pode ser feito por meio de um treino funcional, que exige apenas o peso corporal e é composto por exercícios como flexões, agachamentos ou abdominais, ou com a ajuda de faixas de resistência ou pesos manuais.

As evidências sobre os benefícios do treino de força, juntamente com dados sobre seu baixo número de praticantes, fornecem um caso convincente para promover esse tipo de exercício. Historicamente, a promoção da atividade física se concentra em exercícios aeróbicos.

Se os governos esperam que mais pessoas façam treinos de força, eles precisam fornecer apoio. Uma campanha endossando os ganhos oferecidos pelos treinos de força pode ajudar a desafiar estereótipos negativos, como "pegar peso" necessariamente deixa a pessoa com músculos grandes. Ao contrário, conjugar força e aeróbico pode trazer inúmeros ganhos à saúde.

A rádio completa para sua academia

- Playlists criadas por especialistas que entendem tudo sobre música para academias
- Sequências categorizadas por nível de energia para acompanhar cada período do dia
- Anúncios personalizados para ajudar na organização, promover aulas e promoções

APONTE A CÂMERA PARA O QRCODE E TESTE POR 10 DIAS GRÁTIS

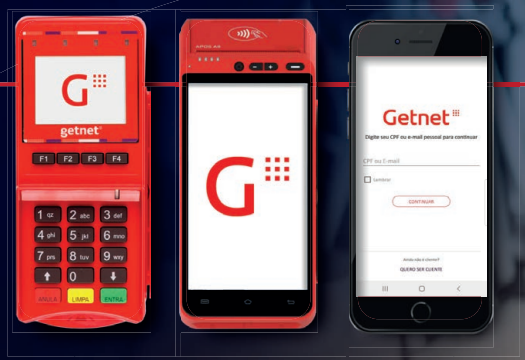
radioacademia

ACAD & Getnet

Sua melhor opção de vendas! É mais que benefício, é vantagem para seu negócio!

PARCERIA ACAD BRASIL

- Taxas a partir de **0,85**
- Aluguel de máquinas 100% off*



Bandeira	Débito	Crédito à Vista	Parcelado 2 a 6	Parcelado 7 a 12	E-commerce (recorrente)
MasterCard	0,90%	2,02%	1,92%	1,85%	2,02%
VISA	0,85%	1,50%	1,75%	1,78%	1,50%
elo	0,85%	1,50%	1,75%	1,78%	1,50%
Hipercard	-	2,00%	2,25%	2,28%	2,00%
AMERICAN EXPRESS	-	2,50%	2,75%	2,78%	2,50%

*Isenção dos aluguéis de máquinas com o faturamento mínimo de R$10.000,00/Mês.
Recorrente via e-commerce terá uma mensalidade na Getnet, no pacote básico de R$100,00.
ATENTE-SE A RENOVAÇÃO DO SEU TERMO COM GETNET, para não perder o benefício.

Garante este Benefício!

www.acadbrasil.com.br/clube-de-beneficios

Clube de Benefícios Acad Brasil

REGIMENTO INTERNO

Criar, rever e pôr em prática de acordo com a nova ordem social

Muito já se ouviu falar sobre a importância de a academia ter seus "combinados internos" — seja com clientes, colaboradores ou parceiros — e dos muitos benefícios que uma política bem estruturada com regras claras pode trazer para a gestão.

Mas, o que ainda se discute são as repercussões legais de regras quando — ainda que estabelecidas e bem desenhadas — não são bem executadas.

Esse é o momento em que os gestores caem na armadilha de colocar a política interna como uma tarefa a ser realizada, e esquecer que se trata de um processo complexo e sofisticado, que necessita de atenção constante e olhar atento.

Quando vista como uma tarefa, uma vez cumprida não há necessidade de retornar ao tema, menos ainda de se fazer ajustes ou incrementos.

O regimento interno deixa de ser uma política e passa a ser apenas um documento. Sem atualização, o documento se torna rapidamente obsoleto, estático, quando deveria ser a mais dinâmica frente de atenção dos gestores.

Ninguém nega que a pandemia trouxe muito caos... na vida das pessoas e no dia a dia dos negócios. Combinados que muitos aspectos já não fazem mais sentido. E outros, que apareceram em dois anos, já não podemos mais viver sem.

"A PANDEMIA TIROU O GASTO COM ACADEMIA DO ORÇAMENTO DOMÉSTICO DA ESTÉTICA E O INSERIU NA CATEGORIA SAÚDE"

Sem querer fazer qualquer apologia à tragédia da saúde mundial, esse vírus que só no Brasil deixou mais de seiscentos mil mortos, também deixou alguns bons aprendizados.

Nos deu a prescrição de treinos on-line; a solidificação do teletrabalho; democratizou o banco de horas; flexibilizou regras na relação de consumo e socialmente tirou o gasto da academia do orçamento doméstico da Estética e o inseriu na categoria Saúde.

Acontece que depois do caos, há de se instituir a ordem. Ciclo básico da história da civilização. Basta ter atenção ao que realmente importa e instituir bons acordos com todos aqueles que interferem na administração da empresa.

Regras de convivência, de trabalho, de consumo e de serviço precisam estar claras. Tão importante quanto a redação deste documento precioso é a habilitação do time — principalmente a liderança — em seu cumprimento. O que se vê nos tribunais atualmente são demandas oriundas de gestores que não sabem o que fazer com regras velhas e regras novas - e que, nessa confusão de ordem e caos, cometem erros e escorregam para a ilegalidade.

Portanto, atenção aos detalhes: revisitar todo o plano, revalidar os processos à luz da legislação, entender as novas tendências abandonando as velhas e construindo um novo acordo interno pode ser a diferença entre uma boa, ótima ou péssima condução do negócio.

Mais do que nunca, o novo óbvio precisa ser dito, repetido, escrito, praticado e compreendido.

Sabedoria para enxergar os sinais de outra forma de se relacionar e aprender com a nova ordem social. Afinal, relações jurídicas são, antes de tudo, relações. Fazer o certo, do jeito certo, com as pessoas certas.

Que assim seja.

Por Joana Doin

Joana Doin, do escritório Doin Mancuso Advogados, parceiro da ACAD Brasil

GIRO ACAD BRASIL E MUNDO

ACAD Brasil busca novas tecnologias para mercado de fitness

O presidente da ACAD Brasil, Ailton Mendes, esteve no Centro de Tecnologia do Estado de São Paulo, ao lado da USP, para uma reunião com Marcio Marega, especialista em saúde e bem-Estar do Hospital Israelita Albert Einstein (HIAE), e Sérgio Amad, professor no HIAE e criador de da fiter, uma plataforma aplicada ao RH para medir pulsos de felicidade e satisfação via inteligência artificial, que mede a felicidade das pessoas nas empresas.

"No encontro, debatemos sobre como trazer para o mercado de fitness novas tecnologias que ajudem na gestão e no acompanhamento das equipes dentro das academias", disse Ailton Mendes.

EUA: 27% dos americanos frequentam uma academia

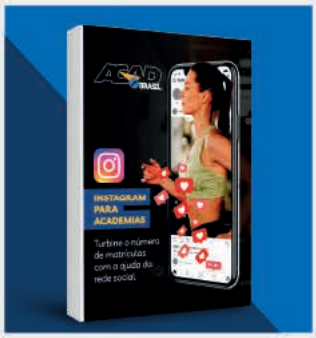
Mais de um em cada cinco (27%) dos americanos estão matriculados em uma academia, um público de 66,5 milhões de pessoas. O número representa um crescimento de 3,8% nos últimos dois anos (desde 2019) e é a taxa de penetração mais alta da história.

"É uma indicação clara da importância da indústria de fitness, que apresentou crescimento, apesar do fechamento das academias. É também um forte testemunho do valor da importância do setor para a comunidade, da qualidade do ensino presencial e das amplas ofertas da experiência presencial", disse Liz Clark, presidente e CEO da IHRSA.

CREF4-SP: Banco de Oportunidades com vagas e profissionais

Já está em pleno funcionamento o Banco de Oportunidades, plataforma criada pelo CREF-4 para aproximar profissionais de Educação Física de empregadores das mais diferentes áreas. Disponível para pessoas físicas e jurídicas procurarem ou ofertarem vagas de emprego, a plataforma conta com diversas áreas e subáreas de atuação para facilitar o cadastramento: Atividades Aquáticas; Educação Física Escolar; Esportes; Ginástica Coletiva; Lutas e Artes Marciais; Musculação; Programas Licenciados de Ginástica Coletiva; Saúde e muitas outras.

Dicas ACAD Brasil: instagram para academias



A presença nas mídias sociais não é mais um diferencial para as empresas, porém, quem acredita no potencial do Instagram para academias sai na frente! A forma como o conteúdo é produzido e divulgado nas mídias sociais é capaz de destacar o seu negócio entre os concorrentes. As redes podem ajudar a atrair novos alunos e fidelizar aqueles que já estão matriculados. Acesse o site da ACAD Brasil e baixe o guia Instagram para academias.

Estudo: como envolver idosos na atividade física

O fundo de pesquisa e inovação do Reino Unido vai destinar 1,1 milhão de Euros para novas pesquisas. O financiamento apoiará um estudo de 24 meses da Sheffield Hallam University e da Manchester Metropolitan University que vai analisar por que muitos idosos não vão à academia e como o setor de fitness pode atraí-los e acolhê-los da melhor forma. Entre os objetivos do investimento estão também a criação de ferramentas de gamificação para motivar idosos a se exercitar. A pesquisa terá como objetivo mobilizar líderes, gestores e profissionais de saúde e assistência para promover o envelhecimento ativo e saudável.

Guia WhatsApp para Academias

A equipe de conteúdo da ACAD Brasil criou o ***Guia WhatsApp para Academias***, que reúne dicas de mensagens ideias para postar; de como melhorar a comunicação com a equipe; e ainda melhorar o desenvolvimento do negócio de academia a partir do retorno dos alunos.

Europa: obesidade causa 1,2 milhão de mortes prematuras/ano

Dados do Who Europen Regional Obesity Report 2022, relatório sobre obesidade da Organização Mundial da Saúde – OMS, apontam que 1/3 das crianças e 60% dos adultos na Europa são obesos ou estão com sobrepeso. A obesidade causa 1,2 milhão de mortes a cada ano, nos 53 estados membros da OMS na Europa.

A Organização diz que há evidências inegáveis de que a adoção precoce de boa nutrição e atividade física é essencial para reduzir os níveis crescentes de obesidade.

EIN 2022
ENCONTRO INTERNACIONAL DE NATAÇÃO

INSCREVA-SE

- 20 cursos
- 40 palestrantes e professores
- Congresso de Gestão
- Congresso de Professores
- Workout de Hidroginástica
- Feira de Negócios
- Hall Científico (e mentoria)
- Mostra de Fotografia
- Certificado oficial de participação

20, 21 E 22 DE OUTUBRO
SÃO PAULO

Ortho LEG Fit

A academia portátil que vai **revolucionar sua rotina** de musculação e fortalecimento. Inovação, liberdade e **eficiência nos seus treinos.**

PPA Care

ppacare.com.br

Transforme o seu negócio assim como você transforma a vida das pessoas!

Solicite uma demonstração sem compromisso.

sistemapacto.com.br

PACTO Tecnologia que conquista bem-estar

Uorkaut

AUMENTE O FATURAMENTO DA SUA ACADEMIA SEM CUSTOS ADICIONAIS!

SCAN ME

Essa é a proposta da Uorkaut, um aplicativo voltado para academias e alunos que desejam praticidade no dia a dia.

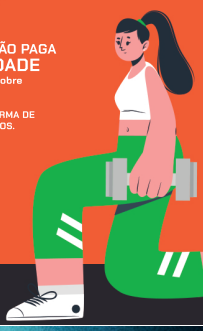
No Uorkaut a ACADEMIA NÃO PAGA MENSALIDADE em percentual sobre o faturamento.

NÃO SOMOS PLATAFORMA DE PLANOS CORPORATIVOS.

Somos um aplicativo que cobra apenas pelos minutos treinados, aumentando o valor da hora-aula da sua academia.

Entre em contato e agende uma visita com os nossos consultores.

www.uorkaut.com.br uorkaut



METODOLOGIA GUSTAVO BORGES

- GESTÃO AQUÁTICA
- PROCESSOS PEDAGÓGICOS
- EXPERIÊNCIA DO CLIENTE
- CAPACITAÇÃO PROFISSIONAL

VISITE NOSSO ESTANDE NA IHRSA

AGENDE SUA VISITA

Nadar rápido é com a gente!

CESAR CIELO

CAMPEÃO OLÍMPICO

FENIX

QUE TAL UM LOTE DE 52 MÁQUINAS IMPORTADAS POR R$592.000 ?

Equipamentos importados que se destacam por sua estrutura robusta, promovendo segurança, além de uma excelente biomecânica e ótimo custo benefício

LINHA FIRST

CADEIRA EXTENSORA

MÁQUINA BÍCEPS

PARA MAIORES INFORMAÇÕES

entre em contato através dos canais abaixo

(11) 99113-4205

(11) 4702-0823

@SHOPDASACADEMIAS

SHOPPINGDASACADEMIAS.COM.BR

NADADEIRAS FLOTY

(PÉ DE PATO)

LANÇAMENTO

100% BORRACHA!

SUPER MACIAS E ELÁSTICAS I ABAS FLEXÍVEIS E ESPECÍFICAS PARA NATAÇÃO

FALE COM A GENTE

WHATSAPP: 115543-5666

WWW.FLOTY.COM

FLOTY AQUAFITNESS & HEALTH 30

Torne-se Parceiro ACAD

Coloque a sua marca no topo do mercado fitness!

Entre em contato

21 2493-0101

atendimento@acadbrasil.com.br

www.acadbrasil.com.br

PATROCINADOR GOLD

MATRIX — br.matrixfitness.com

movement — movement.com.br

TOTALPASS — totalpass.com.br

Gympass — gympass.com

PATROCINADOR SILVER

NewFitness — newfitness.com.br/

evo — w12.com.br

PATROCINADOR BRONZE

CASA DO FITNESS — casadofitness.com.br

listenx — naradio.com.br

EQUIPA ACADEMIA — equipaacademia.com.br

wellness — wellness.com.br

FITNESS BRASIL — fitnessbrasil.com.br

PATROCINADOR MEMBRO

FENIX

PPA — CONFORTO COM SEGURANÇA

FLOTY

METODOLOGIA GUSTAVO BORGES

pacto

Kpaloa

Uorkaut

Gympass

O Gympass acredita **na força das** parcerias

Com o Gympass, todos crescemos juntos!

São 10 anos construindo relações duradouras e rentáveis com profissionais do mercado fitness, assim como você.

Você sabia que o Gympass não opera direta ou indiretamente redes de academia ou studio? Por isso nosso único interesse é que você prospere.

Ser parceiro do maior benefício de bem-estar corporativo do mundo tem muito mais vantagem!

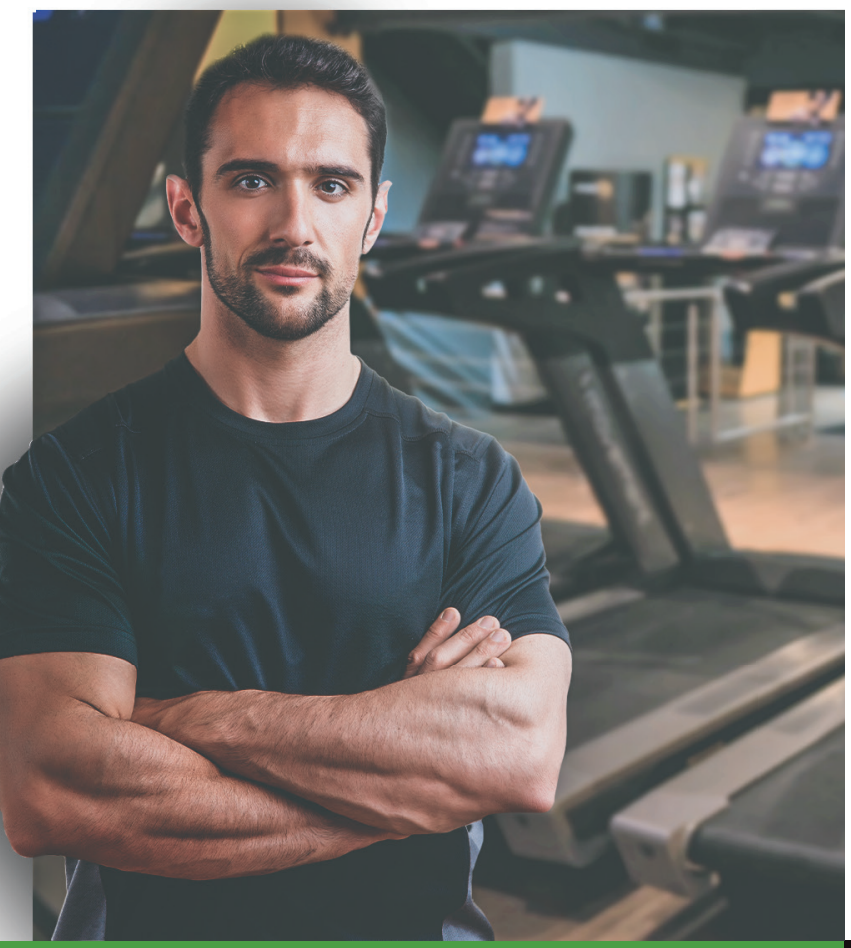
O Gympass oferece as melhores condições para o seu negócio crescer ainda mais conosco.

- **+ 6.000 clientes corporativos ao seu alcance**
- **Usuários e receita incremental sem nenhum custo**
- **Programa de benefícios com ofertas especiais**

E você, parceiro, que quer crescer ainda mais conosco, integre o seu sistema de gestão e reservas com o Gympass e atraia até 30% mais usuários e aumente as visitas na sua academia ou stúdio em até 40%.

Escaneie o QR Code ao lado e preencha o formulário.
O nosso time de especialistas vai entrar em contato para te explicar mais sobre as vantagens da integração.

Gympass



PARA CADA MOVIMENTO, UMA SOLUÇÃO

45x

com entrada em 90 dias!*

*sujeito à aprovação

Nossos diferenciais

STANDS: B01 E E01

01 Somos **líderes** em equipamentos fitness com mais de **30 anos** do mercado.

02 Empresa **nacional**

03 Presente em mais de **10** países

04 **Alta tecnologia** em processos

05 Marca **mais presente** nas academias do Brasil

06 **45 mil** soluções desenvolvidas por ano

07 Atendimento **consultivo**

08 Desenvolvimento de Layout **2D e 3D** para ambientes

09 Entrega **rápida** de peças de reposição.

10 Maior rede de atendimento **pós-venda** do segmento

11 Recompra garantida: mercado de usados aquecido que garante **facilidade na troca**

12 **Portifólio completo** de produtos: Cardio, Força, Funcional

13 Confiança e Garantia de marca e produtos **consolidados** no mercado

14 Produtos premiados **Internacionalmente**

15 Aplicativo de gestão de equipamentos **Connect**

As palavras têm poder.

E o nome Movement pode transformar seus negócios.

@movementfitness

@movementfitnessbr

www.**movement.com.br**

movement