



## Perfil e aderência dos alunos de Ginástica Multifuncional (GMF) do Sesc Jundiaí

Martins, R.M; Chiyoda, A

Serviço Social do Comércio (Sesc-SP), Jundiaí, São Paulo

O Programa de Ginástica Multifuncional (GMF) é o programa de exercícios físicos do Sesc São Paulo e tem como objetivo o desenvolvimento integral do indivíduo, a aquisição de capacidades físicas e habilidades motoras de maneira integrada, estimulando o aluno a ter uma maior percepção e reconhecimento de sua gestualidade, exercitando o repertório motor e cognitivo de forma criativa, afetiva e social. Para melhor conhecer as características do programa e de seus praticantes, o Sesc Jundiaí realizou uma pesquisa que teve como objetivo descrever o perfil dos alunos da GMF da unidade. **Método:** A pesquisa realizada foi do tipo descritiva. A amostra foi composta por um único grupo de 926 alunos matriculados no curso de GMF, no mês fevereiro de 2017. Os dados obtidos foram: número total de inscritos, sexo, escolaridade, média de aderência, porcentagem de alunos por faixa de aderência (0-3 meses; 3- 6 meses; >6 meses) e porcentagem de alunos por faixa de idade. A descrição dos dados foi por meio de média, desvio padrão e porcentagem. **Resultados:** O grupo de alunos apresentou as seguintes características: 35,3 % de homens e 64,7% de mulheres, média de idade de  $39,7 \pm 14,3$  anos e média de permanência no programa de  $181,1 \pm 175,9$  dias e 42% estavam matriculados a mais de 6 meses no programa. As categorias de escolaridade com as maiores porcentagens foram Superior Completo e Ensino Médio Completo com 39% e 34% respectivamente. O grupo de faixa etária com maior porcentagem entre homens, mulheres e grupo total foram os grupos 31-40 anos (25,1%), grupo 41-50 anos (22,7%) e grupo 31-40 anos (23,3%) respectivamente. **Discussão:** As mulheres representam a maior porcentagem de frequentadores do programa na unidade de Jundiaí, exatamente o público alvo, uma vez que, as mulheres em geral são mais sedentárias que os homens. O grupo por faixa etária com maior predominância se encontra na idade produtiva (31-40 anos – 23,3%), justamente o público prioritário do SESC, que são funcionários do setor de comércio, serviços e turismo. A maior porcentagem do grupo apresenta nível de escolaridade com superior completo, o que pode estar relacionado com a maior conhecimento para a adesão e aderência aos programas de atividade física. Em relação a aderência, observa-se que grande parte dos alunos estão matriculados a mais de seis meses e este pode ser um indício de que o programa é bem aceito pelos seus usuários e apresenta boa aderência. **Conclusão:**



A partir dos dados é possível conhecer as características dos alunos e como é a aderência da GMF do Sesc Jundiaí. Além disso, o estudo de perfil é essencial para futuras análises relacionadas ao programa de GMF, como estudos de aderência, motivos de evasão (barreiras), efeito do exercício e efetividade do programa.

E-mail: [alberto@jundiai.sescsp.org.br](mailto:alberto@jundiai.sescsp.org.br)