



Interessado: CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA CREF2/RS	CREF2/RS
Assunto: Parecer técnico modalidade de Treinamento Funcional	
Relator (a): Conselheiro Carlos Ernani Olendzki de Macedo – CREF 001262-G/RS	
Processo nº: PAR 2018/000001 Relatório encaminhado à Plenária: 191	Agosto/2018

1) Uma visão resumida do que é ou pretende ser o Treinamento Funcional:

O Treinamento Funcional não é uma marca registrada e, portanto, não tem perfeitamente estabelecidos seus critérios e métodos de treinamento. Sequer possui uma definição clara do que é esta modalidade. Mas em linhas gerais o que será explanado a seguir é uma visão com a qual a maioria dos profissionais que trabalham com este modelo de treinamento concorda.

O movimento é caracterizado por uma integração neuromuscular. Desta forma o sistema nervoso central (SNC) recebe informações da pele, dos músculos, das articulações e de outras estruturas corporais, as quais informam a posição do corpo em relação ao ambiente e também a posição das diferentes partes do corpo em relação umas às outras.

Então, bem treinado e munido de boas informações, o sistema nervoso escolhe quais músculos devem ser ativados e quais devem permanecer relativamente inativos nas mais diferentes situações corporais de movimento e de manutenção de posturas.

Esta integração neuromuscular, quando bem sucedida resulta em um corpo funcional, capaz de cumprir suas tarefas cotidianas com eficiência e pouco desgaste.

Nesta situação os músculos precisam ser fortes, elásticos e com equilíbrio entre agonistas e antagonistas. Soma-se a isto capacidades como equilíbrio, coordenação e propriocepção.

O sedentarismo, por sua vez, tem criado seres humanos não funcionais e o Treinamento Funcional promete tornar estas pessoas mais eficientes na sua locomoção e com melhor desempenho nos seus movimentos. Segundo Boyle (2003), se a cadeia cinética desempenhar da melhor maneira possível sua função, o movimento terá mais eficiência.

Naturalmente, segundo os profissionais que atuam nesta área, é necessária uma avaliação dos movimentos da cadeia cinética para verificar qual sistema está deficiente e assim poder atuar na correção de fraquezas, encurtamentos e desequilíbrios musculares com vistas a melhorar o desempenho tanto de atletas como de pessoas comuns.

O Treinamento Funcional nasceu nos Estados Unidos, sendo que seus criadores não estão perfeitamente identificados. Disseminou-se posteriormente pelo Brasil, conquistando inúmeros adeptos.

Preconiza exercícios em planos mistos, abrangentes e complexos, utilizando geralmente o próprio corpo ou poucos equipamentos com ênfase no centro corporal que é chamado de “core” e dando preferência aos padrões de movimento naturais como empurrar, puxar e agachar.

Desta forma, além de meramente reforçar e alongar e devido aos seus aspectos de integração neuromuscular, leva a um aperfeiçoamento do sistema sensório-motor que aprimora ou reestabelece a funcionalidade do corpo humano, levando-o a cumprir de forma mais eficiente suas tarefas de vida diária.

Do que foi possível pesquisar e que está supracitado, praticamente “qualquer coisa” cabe dentro do conceito de Treinamento Funcional, tornando muito difícil identificar uma prática de exercícios como sendo ou não Treinamento Funcional.

2) A quem compete trabalhar com Treinamento Funcional:

Se for treinamento, por definição é prerrogativa do Profissional de Educação Física, afirmação que na opinião deste relator encontra amparo na lei 9696. Este é o profissional que nas disciplinas de Fisiologia do Exercício, Teoria do Treinamento Físico e Biomecânica, entre outras, estuda a organização, planejamento, periodização e progressão de cargas. Por outro lado, entendo que o treinamento físico não está entre as atribuições do fisioterapeuta conforme dita a lei 6316 de 17/12/1975 que criou o Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional.

Acontece que segundo o Acórdão número 497 de 30/09/2016, publicado no Diário Oficial da União em 3/10/2016, o Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (COFFITO), estabelece que o Treinamento Funcional é reconhecido como uma ferramenta para desenvolvimento de capacidades, podendo portanto ser considerado como uma competência própria, porém não exclusiva, do profissional fisioterapeuta.

O Conselho justifica que está previsto na legislação que é da competência do profissional fisioterapeuta atuar também em indivíduos saudáveis no sentido de prevenir lesões e desequilíbrios corporais, corrigindo padrões de movimento e postura, como requer o Decreto-Lei 938/1969, nos termos do artigo 3.

Ainda afirma o COFFITO que a mesma ferramenta pode ser utilizada para restaurar lesões e disfunções, atos estes privativos do fisioterapeuta.

Para este acórdão, o COFFITO se valeu de manifestações de associações científicas da Fisioterapia como a Associação dos Fisioterapeutas do Brasil, Associação Brasileira de Pesquisa e Pós-Graduação em Fisioterapia, Associação Brasileira de Fisioterapia Cardiorrespiratória e Fisioterapia em Terapia Intensiva e Sociedade Nacional de Fisioterapia Esportiva.

Baseado no parecer técnico destas entidades, o Conselho de Fisioterapia afirma que do ponto de vista normativo, esta técnica não se encontra vinculada à outra profissão regulamentada, o que na opinião deste relator é uma alusão clara ao sistema CREF/CONFED em uma investida no sentido de que fisioterapeutas possam trabalhar com treinamento, anseio antigo da categoria.

Interessante reparar que todas as alegações e justificativas pelas quais o profissional fisioterapeuta pode trabalhar com Treinamento Funcional também se encaixam perfeitamente com a modalidade musculação, o que leva à conclusão de que prosperando este acórdão, este é apenas um passo na direção de, no futuro próximo, fisioterapeutas poderem atuar em praticamente todas as áreas que hoje são prerrogativa do Profissional de Educação Física.



3) Parecer do relator:

Na visão deste relator, caso esta modalidade venha a tornar-se também competência do Fisioterapeuta, o mesmo poderá abrir “academias” de Treinamento Funcional e como adrede afirmado, praticamente qualquer exercício pode ser classificado como Treinamento Funcional, tornado muito difícil o ato fiscalizatório.

Sendo assim, abrem-se as portas para que a Fisioterapia possa ocupar muitos ou até mesmo todos os espaços que hoje são da competência da Educação Física.

Sugiro encaminhar este assunto ao Conselho Federal de Educação Física, já que o referido acórdão do Conselho Federal de Fisioterapia possui âmbito nacional.

Porto Alegre, 31 de agosto de 2018.

Carlos Ernani Olendzki de Macedo
CREF 001262-G
Conselheiro relator