

**Competências e Formação dos Técnicos de Exercício Físico: Opinião dos Diretores  
Técnicos de Ginásio**

Liliana Ramos, Rafael Oliveira, Luís Carvalhinho & Susana Franco

Declaro que o presente artigo é original e não foi submetido a publicação em qualquer outro periódico, quer seja em parte ou na sua totalidade.

## Competências e Formação dos TEF'S: Opinião dos DT

Liliana Ramos<sup>1</sup>, Rafael Oliveira<sup>1</sup>, Luís Carvalhinho<sup>1,2</sup> & Susana Franco<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Escola Superior de Desporto de Rio Maior

<sup>2</sup> Centro de Estudos em Educação, Tecnologia e Saúde

Liliana Ramos: [lilianaramos@esdrm.ipsantarem.pt](mailto:lilianaramos@esdrm.ipsantarem.pt) (autor e e-mail para contacto)

Rafael Oliveira: [rafaeloliveira@esdrm.ipsantarem.pt](mailto:rafaeloliveira@esdrm.ipsantarem.pt)

Luís Carvalhinho: [lcavalhinho@esdrm.ipsantarem.pt](mailto:lcavalhinho@esdrm.ipsantarem.pt)

Susana Franco: [sfranco@esdrm.ipsantarem.pt](mailto:sfranco@esdrm.ipsantarem.pt)

## **Competências e Formação dos Técnicos de Exercício Físico:**

### **Opinião dos Diretores Técnicos de Ginásio**

#### **Resumo**

O objetivo deste estudo foi conhecer a opinião dos Diretores Técnicos de ginásios relativamente às competências e formação dos Técnicos de Exercício Físico.

Responderam a uma entrevista 15 Diretores Técnicos de ginásios.

Foram identificadas quais as competências valorizadas pelos Diretores Técnicos aquando do recrutamento dos Técnicos de Exercício Físico, realçando-se as características pessoais e a formação. Foi também identificada a importância dos Técnicos de Exercício Físico possuírem licenciatura na área do Desporto, apesar de nem todos os Técnicos de Exercício Físico que trabalhavam nos ginásios desses Diretores Técnicos serem licenciados, tendo as razões para tal sido referidas. Verificou-se que a maioria dos Diretores Técnicos valoriza a formação contínua dos Técnicos de Exercício Físico. Foi ainda verificado que a maioria dos Diretores Técnicos não concorda com a alteração do número de créditos, introduzida pela legislação, para renovação do título de Técnico de Exercício Físico, tendo sido identificadas as razões da concordância e discordância relativamente a este aspeto.

Palavras-Chave: Técnico de Exercício Físico; Diretor Técnico; Competências; Formação.

## **Fitness Instructors Competences and Training: Gym Technical Directors Opinion**

### **Abstract**

The objective of this study was to know the opinion of gym Technical Directors regarding competences and training of Fitness Instructors.

Gym Technical Directors (15) answer to an interview.

Competences valued by gym Technical Directors, during the recruitment of Fitness Instructors were identified, highlighting personal characteristics and training. It has also identified the importance of Fitness Instructors have a bachelor degree in Sport area. Although, not all Fitness Instructors working in these gyms these had a bachelor, and the reasons for this have been mentioned. Most of the gym Technical Directors said they value continuing education of Fitness Instructors. Most of the gym Technical Directors did not agree with the change of the number of credits, introduced by law, for renewal of Fitness Instructor title, having identified the reasons for agreement and disagreement regarding this aspect.

Key words: Fitness Instructor; Gym Technical Directors; Competences; Training.

## **Introdução**

O mercado do *Fitness* cresceu significativamente nas últimas décadas em Portugal e na Europa, permitindo que muitos postos de trabalho diretos e indiretos fossem criados (IHRSA, 2013). Com a expansão da indústria do *Fitness* e o aumento do número de praticantes de atividades desta área, começou a existir a preocupação para que os Profissionais de *Fitness* tivessem as necessárias qualificações, de modo a possuírem as devidas competências e conhecimentos, para intervirem adequadamente (Nash, 1986). Em 1996 foi aprovada a primeira estrutura de qualificações europeia no *Fitness* (Viallon, Camy, & Collins, 2003), tendo posteriormente existido alguns projetos europeus que continuaram este desenvolvimento, designadamente o projeto *Harmonised European Fitness Qualifications and Training* – Eurofit-QST (EHFA, 2005) e o projeto *Aligning a European Higher Education Structure in Sport Science* – AEHESIS (Camy et al., 2006). Em 2010 a *European Health & Fitness Association*, atualmente designada por *Europe Active*, iniciou a revisão do quadro europeu de qualificações para o setor do *Fitness* e Saúde, continuando ainda com o desenvolvimento dos conhecimentos e competências que os profissionais deste setor devem possuir, os designados *EHFA Standards* (EHFA, 2012).

Com a expansão do número de praticantes, número de ginásios e do número de Profissionais de *Fitness* emergiu também a necessidade de regulamentar esta profissão. Face a esta preocupação o governo português publicou em 1999 o Decreto-Lei n.º 385/99 de 28 de Setembro, introduzindo na lei a figura de Responsável Técnico que todos os ginásios deveriam possuir, devendo este ser licenciados na área da Educação Física ou Desporto. Esta figura foi alterada para Diretor Técnico (DT), com o Decreto-Lei n.º 271/2009 de 1 Outubro, tendo esta legislação também introduzido a figura de Profissionais Responsáveis pela Orientação e Condução do Exercício de Atividades Físicas e Desportivas (PROCEAFD), devendo ambos os tipos de profissionais ser titulares do grau de licenciatura na área do Desporto ou da Educação Física e frequentar ações de formação contínua. Esta legislação estabeleceu também as funções do DT e do PROCEAFD.

Em 2012 a figura de PROCEAFD foi substituída pelos Técnicos de Exercício Físico (TEF), pela Lei n.º 39/2012 de 28 de Agosto, passando estes a poder aceder ao título profissional, não só pela licenciatura, mas também por via da formação através de

qualificação no âmbito do Sistema Nacional de Qualificações. Esta lei manteve a figura do DT e a qualificação para aceder a este título profissional e reformulou as funções do DT e do TEF. Foi mantida a necessidade destes profissionais realizarem formação contínua, passando no entanto a ser da responsabilidade destes profissionais, em função da sua qualificação, das atividades que desenvolvem e das características dos praticantes abrangidos pela sua atividade, escolherem as ações de formação que mais se adequam às suas necessidades.

Com o crescimento do mercado do *Fitness*, também passa a ser, quase que, uma exigência o desenvolvimento dos processos gerenciais nas entidades do setor (Santana, Monteiro, Pereira, & Bastos, 2012). Diante do cenário apresentado pelos ginásios/*health clubs*, onde existem mais negócios por dia, mais público, maior volume de receitas, investimentos e aumentos da competitividade, as práticas administrativas e de gestão de negócios exigem gestores profissionais com uma qualificação, não apenas técnica e específica da área de educação física, mas com outras competências que são encontradas nas escolas de negócios e administração (Santana, 2012).

Hare, Price, Flynn e King (2000) referem que a formação dos Profissionais de *Fitness* deve permitir a aquisição de competências específicas, o que poderá resultar numa maior confiança na capacidade para lidar com os clientes. Importa que os Profissionais de *Fitness*, mediante as tarefas que realizam, as atividades em que intervêm ou as populações-alvo, tenham as devidas competências e conhecimentos específicos (Franco & Simões, in press). Lloyd (2008), no seu estudo acerca dos critérios considerados aquando do recrutamento de Instrutores de *Fitness*, refere que os Gestores de Ginásio preferem Instrutores de *Fitness* com qualificações específicas, sejam elas obtidas em formação vocacional ou formação superior, ainda considerada como relevante uma formação superior sólida na área das Ciências do Desporto.

O recrutamento dos, designados na lei, Técnicos de Exercício Físico, também chamados de Instrutores de *Fitness*, poderá ser realizado pelos Gestores ou pelos Diretores Técnicos de ginásio.

Face ao exposto, o presente estudo objetiva conhecer a opinião dos Diretores Técnicos de ginásio relativamente às competências e à formação dos Técnicos de Exercício Físico.

## **Metodologia**

### **Amostra**

A amostra foi constituída por 15 Diretores Técnicos de ginásio (♂ n=11; ♀ n=4), com uma média de idades de 32,8 anos  $\pm$  6,3, licenciados na área do Desporto. Relativamente à experiência profissional, 60% possuía menos de 5 anos de experiência como Diretor Técnico de ginásio e 40% mais de 5 anos.

### **Instrumentos**

Para a realização deste estudo foi utilizada uma entrevista semi-estruturada. Segundo Duarte, (2004) as entrevistas são a forma mais corrente de realizar pesquisa qualitativa. A entrevista foi previamente delineada, contando com cinco itens para caracterização da amostra e quatro questões específicas sobre o assunto em estudo, designadamente a opinião dos Diretores Técnicos acerca das competência e da formação dos TEF.

Após a construção da primeira versão do guião da entrevista, foram consultados um conjunto de três especialistas na área, de modo a efetuar uma primeira validação por peritos, que sugeriram algumas alterações. Após as mesmas obteve-se uma segunda versão da entrevista, que por sua vez foi testada presencialmente num conjunto de Técnicos de Exercício Físico e Diretores Técnicos (n=10). Finalmente, após as sugestões destes profissionais, chegou-se à terceira e versão final do guião da entrevista.

### **Procedimentos**

Vários Diretores Técnicos responsáveis pela equipa técnica de diferentes ginásios da região centro de Portugal foram contactados no sentido de solicitar a sua participação no estudo, tendo esta amostra sido por conveniência. Após a marcação da entrevista, foram seguidos os seguintes procedimentos:

- 1) Explicação do objetivo do estudo e de garantia de confidencialidade;
- 2) Pedido de colaboração para participar no estudo;
- 3) Explicação dos procedimentos da entrevista;
- 4) Aplicação da entrevista;
- 5) Agradecimento.

As entrevistas foram gravadas e transcritas para protocolo escrito, sendo sujeitas a análise de conteúdo. Em seguida foram criadas categorias para cada uma das respostas, de acordo com a informação recolhida. A criação destas categorias teve como objetivo facilitar o tratamento e a análise das respostas da entrevista. As categorias foram validadas por um conjunto de peritos (n=4).

### **Análise estatística**

Para a análise dos dados foi utilizada a estatística descritiva, recorrendo ao *software SPSS 22*. Para a caracterização da amostra foi realizada a média e desvio padrão da idade dos Diretores Técnicos e a frequência do seu género e nível de experiência profissional. Para a caracterização da opinião dos Diretores Técnicos, relativamente à sua opinião acerca das competências e formação dos Técnicos de Exercício Físico, foi realizada a frequência relativa.

### **Resultados**

Os resultados obtidos através das respostas dos Diretores Técnicos às entrevistas, acerca das competências e formação dos Técnicos de Exercício Físico, podem ser observados nos quadros seguintes.

**Quadro 1: Competências valorizadas relativamente aos TEF**

<b>Respostas</b>	<b>Frequência</b>
Características Pessoais	33,3%
Formação	24,9 %
Aparência	13,9%
Experiência e CV Profissional	11,1%
Conhecimento	8,3%
Qualidade do Serviço Prestado	5,5%
Referências	2,8%

A resposta mais referida relativamente às competências que os Diretores Técnicos valorizam no recrutamento dos Técnicos de Exercício Físico foram as Características Pessoais (33,3%), nas quais se inclui a assiduidade, pontualidade, capacidade de sacrifício, responsabilidade, comunicação, disponibilidade, pro-atividade, boa

capacidade de trabalho, empatia, humildade, polivalência e modo de intervenção (quadro 1). Em segundo lugar os Diretores Técnicos referiram a Formação (24,9%), na qual se inclui a formação académica e a formação profissional. Segue-se a Aparência (13,9%), a Experiência e Currículo Profissional (11,1%), o Conhecimento (8,3%), a Qualidade do Serviço Prestado (5,5%) e as Referências acerca dos TEF (2,8%).

**Quadro 2: Importância dos TEF possuírem licenciatura na área do Desporto**

<b>Respostas</b>	<b>Frequência</b>
Sim	86,7%
Não	13,3%

No quadro 2, pode-se constatar que a maioria dos Diretores Técnicos (86,7%) considera importante a Licenciatura na área do Desporto para a obtenção das competências que um Técnico de Exercício Físico deve possuir, contrariando uma minoria (13,3 %) que não considera importante.

**Quadro 3: TEF licenciados a trabalhar nos ginásios**

<b>Respostas</b>	<b>Frequência</b>
Alguns	60%
Todos	40%

Menos de metade (40%) dos Diretores Técnicos referiu que os Técnico de Exercício Físico, do ginásio onde os DT exercem esta função, são todos licenciados (quadro 3).K

**Quadro 4: Razões para possuir poucos TEF licenciados**

<b>Respostas</b>	<b>Frequência</b>
Experiência profissional	50%
Valorizo, mas a licenciatura não é fator exclusivo	25%
Formados em cursos vocacionais	25%

Os Diretores Técnicos, que referiram não possuírem no ginásio todos os Técnicos de Exercício Físico licenciados (quadro 4), revelaram que as razões para tal se prendem com a experiência profissional que os TEF não licenciados já possuíam (50%), com o

facto de valorizarem a licenciatura mas esta não ser fator de exclusão (25%) e com o facto de possuírem TEF não licenciados formados em cursos vocacionais específicos (fora do ensino superior; 25%).

**Quadro 5: Importância da formação contínua dos TEF**

<b>Respostas</b>	<b>Frequência</b>
Sim	100%
Não	0%

Relativamente à importância da formação contínua nos TEF, pode-se verificar (quadro 5) que todos os Diretores Técnicos (100%) valorizam este aspeto.

**Quadro 6: Concordância com a alteração dos créditos de formação contínua para o título de TEF**

<b>Respostas</b>	<b>Frequência</b>
Sim	13,3%
Não	60,0%
Sem opinião	20,0%
Concordo para os licenciados e discordo para os não licenciados	6,7%

Relativamente à questão sobre se os Diretores Técnicos concordam com a alteração de 25 para 5 créditos, estabelecida pela Portaria n.º 36/2014 de 14 de Fevereiro, em termos de formação contínua para a renovação do título de TEF, com ações submetidas no Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ), verifica-se que a maioria dos Diretores Técnicos (60%) não concorda com os créditos atualmente exigidos (quadro 6).

**Quadro 7: Razão da discordância com a alteração dos créditos de formação contínua dos TEF**

<b>Respostas</b>	<b>Frequência</b>
Número insuficiente de créditos	100%

A razão apontada pelos Diretores Técnicos discordarem da alteração dos créditos necessários para a renovação do título de TEF prende-se com o número insuficiente de créditos (quadro 7).

**Quadro 8: Razões da concordância com a alteração dos créditos de formação contínua dos TEF**

<b>Respostas</b>	<b>Frequência</b>
Prefere qualidade à quantidade	50%
Formações boas nem sempre são creditadas	50%

Dos Diretores Técnicos que concordam com os créditos necessários para a renovação do título de TEF, 50 % referiu que prefere qualidade à quantidade e 50 % referiu que as boas formações nem sempre são as creditadas no IPDJ.

### **Discussão**

Relativamente às competências que os DT'S de ginásios valorizam nos TEF'S quando realizam o seu recrutamento, os resultados obtidos estão em concordância com vários estudos. A maioria dos DT'S (33,3%) referiu as características pessoais como competências essenciais para ser um bom TEF. Em concordância com este resultado estão alguns estudos sobre Instrutores de *Fitness*, que destacam a boa capacidade de comunicação e interação com os clientes (Lloyd, 2008; Wininger, 2002), as qualidades humanas e dinamismo (Cloes, Laraki, Zatta, & Piéron, 2001), as características pessoais do instrutor (P Machado, 2008), a facilidade de relacionamento e saber motivar os clientes (Antunes, 2003; Rosado et al., 2014), como características essenciais que um Instrutor de *Fitness* deve possuir. A segunda resposta mais referenciada foi a formação. Reis (2007) refere a habilitação científica como uma variável associada a níveis superiores de competência e desempenho profissional especializado. O estudo de Batrakoulis & Rieger (2014) sobre educação, formação e certificação dos profissionais de exercício que atuam no espaço europeu, revelou que 91% dos inquiridos afirmaram que realizar formação contínua é um fator muito importante para o adequado desenvolvimento da sua intervenção profissional. Numa área em constante mudança, os Dt's inquiridos acham fundamental que os seus TEF'S estejam em permanente atualização de conhecimentos, saberes e experiências, o que vai,

novamente, ao encontro do estudo de Batrakoulis & Rieger (2014). Seguiu-se a aparência, a qual é também referenciada em alguns estudos (Antunes, 2003; Rosado et al., 2014; Vogel, 2000). Posteriormente surge a experiência, currículo profissional e conhecimento, aparecendo este último valorizado também em alguns estudos (Batista, Graça, & Matos, 2008; Paula Machado, 2008). Rosado (2000) refere que a experiência profissional e as habilitações académicas influenciam positivamente a competência dos profissionais na área do Desporto. Outras competências referidas por um número pelos Diretores Técnicos, como valorizadas no recrutamento dos Técnicos de Exercício Físico, foram a qualidade do serviço prestado e as referências que obtinham acerca dos mesmos.

No que diz respeito à importância dos Técnicos de Exercício Físico possuírem licenciatura, a grande maioria dos Diretores Técnicos respondeu que sim (86,7%). Vários autores (Antunes, 2003; Hare et al., 2000; Malek, Nalbone, Berger, & Coburn, 2002) realçam a importância dos Instrutores de *Fitness* possuírem licenciatura na área das Ciências do Exercício para exercerem a sua profissão, dado que a formação superior é importante para um conhecimento sólido. Não obstante esta valorização, a maioria dos Diretores Técnicos (60%) referiu que nem todos os Técnicos de Exercício Físico que trabalhavam no ginásio que dirigem são licenciados, facto que justificaram por valorizarem outros aspetos para além da licenciatura, como experiência profissional ou a formação vocacional específica que os Técnicos de Exercício Físico já possuíam. Atualmente a legislação (Lei n.º 39/2012 de 28 de Agosto) permite o acesso ao título de Técnico de Exercício Físico através de licenciatura na área do Desporto ou da Educação Física ou através de formação vocacional específica na área do *Fitness* no âmbito do Sistema Nacional de Qualificações, parecendo deste modo que ambos os tipos de formação são valorizados. A este propósito, realçam-se os resultados do estudo de Lloyd (2008) relativamente à valorização das qualificações específicas dos Instrutores de *Fitness*, obtidas em formação vocacional ou formação superior, não obstante a valorização da formação superior para a obtenção de uma sólida base nas Ciências do Desporto.

Relativamente à importância da formação contínua dos Técnico de Exercício Físico, todos os Diretores Técnicos estavam em concordância, valorizando a importância deste aspeto. Numa área em constante mudança, como a *Fitness*, os Diretores

Técnicos inquiridos acham fundamental que os seus Técnico de Exercício Físico atualizem os seus conhecimentos e competências, tal como verificado em alguns estudos (Antunes, 2003; Paula Machado, 2008).

No que diz respeito à alteração das unidades de crédito (correspondendo uma unidade de crédito a 5 horas de formação presencial ou 10 horas de formação à distância) exigidas para a renovação do título de Técnico de Exercício Físico, de 25 para 5, em 5 anos, introduzida pela Portaria n.º 36/2014 de 14 de Fevereiro, a maioria dos Diretores Técnicos (60%) referiu discordar deste aspeto, mencionando que o número de créditos é insuficiente para garantir a atualização de conhecimentos. Os instrutores que concordavam com a diminuição do número de créditos necessários para a renovação do título de TEF referiram que preferiam a qualidade das formações à sua quantidade e que nem sempre as formações com maior qualidade eram creditadas no Instituto Português do Desporto e Juventude. Reforça-se o facto da Portaria n.º 36/2014 de 14 de Fevereiro, reconhecer que a formação dos Técnicos de Exercício Físico constitui um dos pilares fundamentais para o desenvolvimento do Desporto, sendo deixada a responsabilidade a estes profissionais de em função da sua qualificação, das atividades que desenvolvem e das características dos praticantes abrangidos pela sua atividade, escolherem as ações de formação que mais se adequam às suas necessidades de intervenção profissional.

## **Conclusões**

O presente estudo permitiu conhecer a opinião dos Diretores Técnicos de Ginásio relativamente às competências e formação que os Técnicos de Exercício Físico devem possuir.

As competências exigidas aos Técnicos de Exercício Físico são cada vez mais rigorosas e rígidas, englobando questões de carácter pessoal, profissional e técnico. Os Diretores Técnico valorizam nos Técnicos de Exercício Físico as suas características pessoais, formação, aparência, experiência profissional, conhecimento, qualidade do serviço prestado e as referências que trazem, aquando do seu recrutamento. Relativamente à formação os Diretores Técnicos valorizam o facto dos Técnicos de Exercício Físico serem licenciados, serem experientes, possuírem formação específica na área do Fitness e realizarem formação contínua. A maioria dos Diretores Técnicos considera

que a 5 unidades de créditos em ações de formação, no período de 5 anos, não são suficientes para a atualização de conhecimentos e competência dos Técnicos de Exercício Físico.

Sugere-se que continuam a ser realizados estudos na área das competências e formação, não só nos Técnicos de Exercício Físico, como também dos Diretores Técnicos de ginásio.

### **Referências Bibliográficas**

- Antunes, A. C. (2003). Perfil Profissional de Instrutores de Academias de Ginástica e Musculação. *EFDeportes*, 9(60). Retrieved from: <http://www.efdeportes.com/efd60/perfil.htm>
- Batista, P. M., Graça, A., & Matos, Z. (2008). Termos e Características Associadas à Competência. Estudo Comparativo de Profissionais do Desporto que Exercem a sua Actividade Profissional em Diferentes Contextos de Prática Desportiva. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 8(3), 377-395.
- Batrakoulis, A. R., T. (2014). European barometer on the top future trends in education, training and certification of the exercise professionals. *Journal for Physical Education and Sport Science*, 1(1), 10-26.
- Camy, J., Vilma, C., Duffy, P., Froberg, K., Gütt, M., Hardman, K., Puronaho, K. (2006). Thematic Network Project Aligning a European Higher Education Structure in Sport Science. Report of the Third Year. In K. Petry, K. Froberg, & A. Madella (Eds.). Cologne: Institute of European Sport Development & Leisure Studies and German Sport University Cologne.
- Cloes, M., Laraki, N., Zatta, S., & Piéron, M. (2001). [ Identification des Critères Associés à la Qualité des Instructeurs d'Aérobic. Comparaison des Avis des Clients et des Intervenants.].
- Decreto-Lei n.º 271/2009 de 1 Outubro. *Diário da República N.º 191 - 1.ª Série*. Conselho de Ministros.
- Decreto-Lei n.º 385/99 de 28 de Setembro. *Diário da República N.º 227 - I Série-A*. Conselho de Ministros.
- Duarte, R. (2004). Entrevistas em Pesquisas Qualitativas. *Educar, Curitiba*, 24, 213-225.

- EHFA. (2005). *Introductory Guide to the Competence and Learning Outcomes Framework*. Europa: European Health and Fitness Association.
- EHFA. (2012). *European Health & Fitness Association Annual Report 2012*. Brussels: European Health & Fitness Association.
- Franco, S., & Simões, V. (in press). Lazer e qualidade de vida: Formação de Profissionais de Fitness. In A. Albuquerque, R. Resende, & R. Gomes (Eds.), *A Formação e os Saberes em Educação Física e Desporto*. Lisboa: Visão e Contextos.
- Hare, S. W., Price, J. H., Flynn, M. G., & King, K. A. (2000). Attitudes and Perceptions of Fitness Professionals Regarding Obesity. *Journal of Community Health, 25*(1), 5-21.
- IHRSA. (2013). *The IHRSA European Health Club Report: Size and Scope of the Fitness Industry*. Boston, MA: IHRSA.
- Lei n.º 39/2012 de 28 de Agosto. *Diário da República N.º 166 - 1.ª Série*. Assembleia da República.
- Lloyd, C. (2008). Recruiting for Fitness: Qualifications and the Challenges of an Employer-led System. *Journal of Education and Work, 21*(3), 175-195.
- Machado, P. (2008). *Identificação de Competências Relevantes em Empresas de Fitness*. Faculdade de Ciências da Saúde e Educação, Brasília.
- Machado, P. (2008). *Identificação de Competências Relevantes em Empresas de Fitness*. (Monografia de Licenciatura), Faculdade de Ciências da Saúde e Educação, Brasília.
- Malek, M. H., Nalbone, D. P., Berger, D. E., & Coburn, J. W. (2002). Importance of Health Sciences Education for Personal Fitness Trainers. *Journal of Strength and Conditioning Research, 16*(1), 19-24.
- Nash, H. L. (1986). Instructor Certification. Making Fitness Programs Safer. *Parks & Recreation, 21*(12), 24-29.
- Portaria n.º 36/2014 de 14 ((2013); Batrakoulis, 2014)e Fevereiro. *Diário da República N.º 32 - 1ª Série*. Secretário de Estado do Desporto e Juventude.
- Reis, V. (2007). Empregabilidade de Licenciados em Desporto nos Ginásios e Academias. *Motricidade, 3*(2), 4.

- Rosado, A. (2000). *Estudo da Competência de Diagnóstico e Prescrição Pedagógica em Tarefas Desportivas Cruz Quebrada: Serviço de Edições Faculdade Motricidade Humana.*
- Rosado, A., Araújo, D., Mesquita, I., Correia, A., Mendes, F., & Guillén, F. (2014). Perceptions of Fitness Professionals Regarding Fitness Occupations and Careers: A Phenomenological Analysis. *Revista de Psicología del Deporte, 23*(1), 23-31.
- Santana, L. C. (2012). Gestão de academias e mercado de fitness. *Gestão do Esporte no Brasil: desafios e perspectivas. São Paulo: Ícone Editora, 163-196.*
- Santana, L. C., Monteiro, G. M., Pereira, C. C., & Bastos, F. C. (2012). Perfil dos gestores de academia fitness no brasil: Um estudo exploratório. *PODIUM: Sport, Leisure and Tourism Review, São Paulo, 1* (1) 28-46.
- Viallon, R., Camy, J. F., & Collins. (2003). The European Integration of a New Occupation, the Training and Education Strategies of National Professional Organizations: the Case of the Fitness Sector in France and the United Kingdom. *Managing Leisure, 8*, 85-96.
- Vogel, A. (2000). Body image and exercise: what's the instructor's role? *American Fitness, 18*, 42-44.
- Wininger, S. R. (2002). Instructors' and Classroom Characteristics Associated with Exercise Enjoyment by Females. *Perceptual and Motor Skills, 94*, 395-398.