

SISTEMA DE INFORMAÇÃO CONTROLE DE ACADEMIA
INFORMATION SYSTEM ACADEMY CONTROL
SISTEMA DE INFORMACIÓN CONTROL DE ACADEMIA

Felipe Fernandes Bruvers

Matheus Raphael Rufo

bruversfelipe@gmail.com

matheus12-raphael@hotmail.com

Faculdades Faccat

Coautor: Ricardo Luis Beretta Felipin

Coautor: José Marcelo Pereira da Silva

INTRODUÇÃO

Com o passar do tempo, observamos uma crescente onda na prática de atividades físicas pela população, mesmo com a correria do dia-a-dia e o estresse do trabalho, as pessoas ainda encontram tempo em seu dia, para a prática de exercícios, procurando sempre uma vida mais saudável.

O papel das academias e centros esportivos neste contexto é de suma importância, devido à praticidade no acesso, tornando-se mais fácil se exercitar nos dias de hoje, além das inúmeras atividades que são encontrados nestes locais, as pessoas também recebem dicas nutricionais, entre outras, mudando suas rotinas, buscando sempre uma melhor qualidade de vida.

É observado também que a prática de exercícios não fica dentro dos centros esportivos, as pessoas também estão se exercitando em parques e praças públicas. Concomitantemente a esse cenário, cresce a procura e valorização do profissional de educação física, o único habilitado para prescrição e acompanhamento de exercícios, e um importante agente na promoção da saúde e bem-estar.

A sociedade moderna é caracterizada pelo avanço das tecnologias, o surgimento e o desenvolvimento constante do meio tecnológico é responsável por uma série de adaptações da população, sendo esta praticamente moldada e transformada diariamente, com o crescimento de uma maior demanda nas academias e buscando auxílio ao profissional de educação física, diversos centros esportivos estão utilizando novas tecnologias ao seu dia-a-dia.

Ainda hoje não possuímos tecnologias que abrangem estes locais como um todo, apenas em partes, com isso ainda sentimos certa deficiência no controle e gerenciamento das informações, com o surgimento de novos softwares específicos para a área do esporte, estas deficiências seriam eliminadas.

Este trabalho teve como proposta de pesquisa elaborar um sistema de informação para o gerenciamento dos dados de academias e centros esportivos. Este sistema conta com um aplicativo mobile onde o aluno poderá baixar e acessar, através dele o aluno terá possibilidade de consultar seus treinos e ampliar seu conhecimento sobre as atividades físicas, formas de execução, informações sobre a academia e eventos, e uma melhor educação nutricional através de dicas disponibilizadas no aplicativo a partir de seus nutricionistas e instrutores cadastrados no sistema, permitindo ter uma maior produtividade para cada instrutor e um maior desenvolvimento para cada aluno.

Os objetivos específicos deste trabalho são:

- Apresentar a evolução das academias de musculação.
- Demonstrar o crescimento da prática esportiva nos dias atuais.
- Apresentar os benefícios da atividade física das diversas modalidades.
- Desenvolver uma ferramenta tecnológica para academias de musculação.

METODOLOGIA

Este projeto teve como metodologia realizar uma pesquisa bibliográfica sobre a busca da saúde corporal e o aumento da prática de atividades físicas, ou seja, irá tratar desde o surgimento dos exercícios físicos, até como hoje em dia isso se tornou uma tendência na sociedade.

Tudo isso também contou com análises e busca de informações a diversos meios de comunicações, como sites de academia, canais no youtube, páginas no facebook, blogs, revistas online, e demais meios de informações, visitas a academias de diversas modalidades, consultórios nutricionais, faculdade de educação física, entrevistas com instrutores, nutricionistas e praticantes de atividades físicas.

O projeto também conta com um sistema de informações, e um aplicativo mobile. Será desenvolvido nas seguintes linguagens:

- .Net Core (utilizando o conceito de Api's);
- React (Para o front-End do sistema administrativo);
- Ionic Frameworks (Para o aplicativo Mobile);
- SQL Server (Banco de dados);
- GitLab (Gerenciador interno dos dados do projeto);
- Trello (Gerenciador interno de tarefas);

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Nos dias de hoje, o número de praticantes de atividade física vem em constante crescimento, e o mercado das academias conseqüentemente também. É muito comum pessoas frequentarem academias em busca de um corpo saudável e bonito, para aumento da autoestima e saúde. Algumas pesquisas realizadas em associações, tanto brasileiras como Internacionais, apontam o crescimento da prática dos exercícios físicos diante o decorrer dos anos.

O Brasil foi diagnosticado nesta pesquisa como o segundo maior do mundo em número de academias, perdendo apenas para os Estados Unidos. Sendo assim o maior da América Latina, demonstrado na tabela abaixo.

Tabela 1 - Ranking de nº de academias no mundo

Top 10 - Número de Academias		
#	País	Nº de Academias
1º	Estados Unidos	36.180 mil
2º	Brasil	31.809 mil
3º	Alemanha	8.332 mil
4º	Argentina	7.900 mil
5º	México	7.826 mil
6º	Itália	7.300 mil
7º	Coreia do Sul	6.839 mil
8º	Reino Unido	6.312 mil

9º	Canadá	6.156 mil
10º	Japão	5.979 mil

Fonte: <https://brasilamericaeconomia.com.br/artigos/mercado-fitness-um-treino-de-esforco>

Segundo Vidal, 2006 apud Depcik, Williams, 2004, “A musculação tem sido, inclusive, apontada como benéfica para os indivíduos mais insatisfeitos com o seu corpo”, através destes estudos realizados, os praticantes de musculação possuem uma satisfação corpórea maior do que as pessoas não praticantes, pois além de terem uma saúde melhor também possuem a autoestima tão querida pelas pessoas nos dias atuais, ao buscarem ser aceitas na sociedade.

Além de todo esse benefício psicológico e da saúde imunológica, a prática de exercícios físicos também adapta a pessoa a ter uma condição física mais forte e também evitar lesões e doenças cardiovasculares, como citado abaixo.

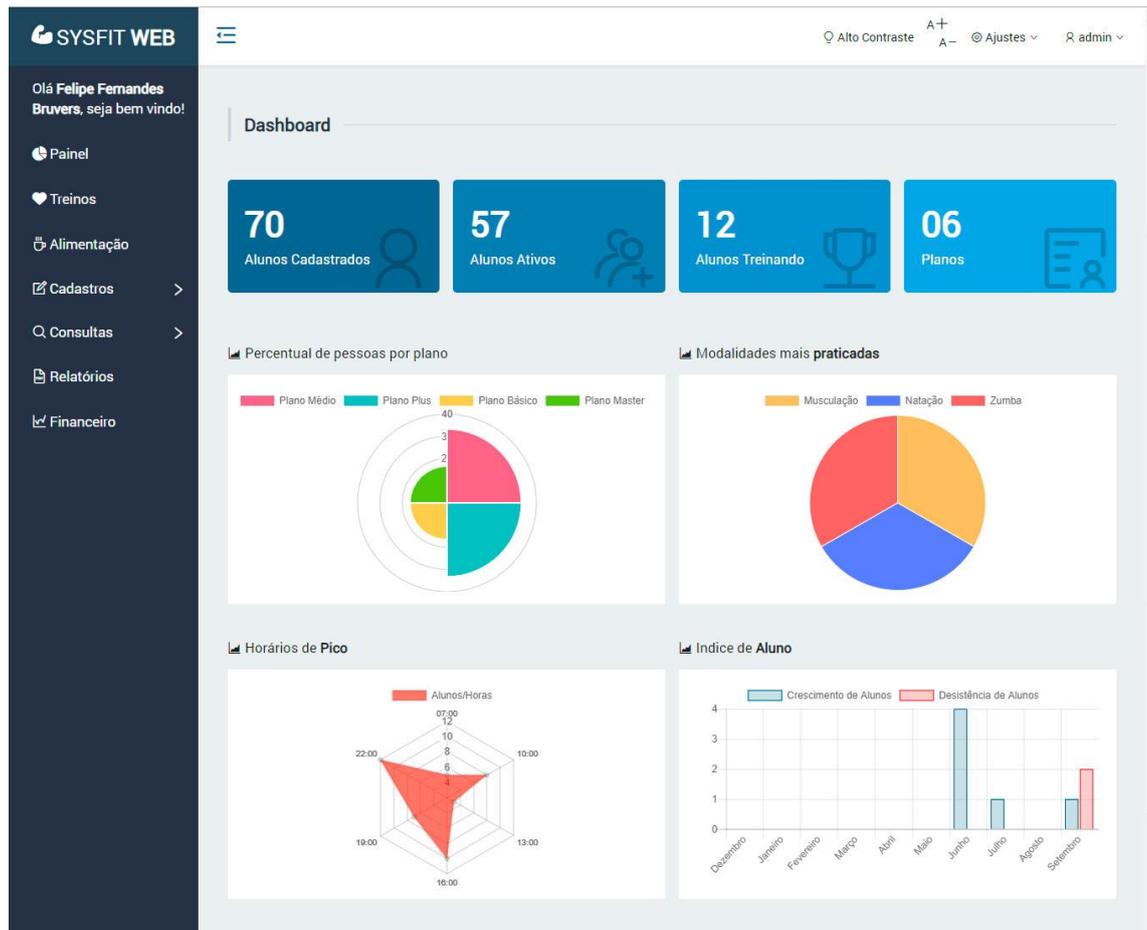
Constituindo uma das mais completas formas de preparação física, a musculação, tem como uma das características mais marcantes a facilidade de ser adaptada à condição física individual, possibilitando até mesmo o treinamento de pessoas extremamente debilitadas. Pela ausência de movimentos rápidos e desacelerações, a musculação, apresenta também baixo risco de lesões traumáticas sendo executada corretamente. (FLECK, KRAEMER, 2006).

Nos dias de hoje, as academias necessitam de tecnologia, assim como já existem aparelhos tecnológicos que ajudam o desenvolvimento corporal do praticante, também possuem softwares de autoajuda para manter um controle geral da academia.

Observando isso, os sistemas utilizados para gestão e controles de academias, não são tão eficazes e também não atendem ao público em geral como seria esperado. Vendo essa deficiência nos sistemas integrados das academias nos dias atuais, este trabalho, buscou desenvolver uma ferramenta para controle geral da academia, de seus instrutores cuidando dos seus alunos, mantendo um controle também para que os alunos não desanimem e não tenham dúvidas do mundo da academia. Pensando atender os alunos de uma forma mais qualificada foi desenvolvido um aplicativo para que o aluno consulte seu treino, receba dicas, e tire suas dúvidas tendo um contato mais próximo com seu instrutor responsável e com a academia, tendo basicamente um tutorial de como praticar os exercícios.

A Figura 1 a seguir mostra o painel administrativo do sistema web, neste são demonstradas as informações mais relevantes sobre o ambiente da academia, através de diversos gráficos e contadores, com o intuito de auxiliar os administradores nas tomadas de decisões.

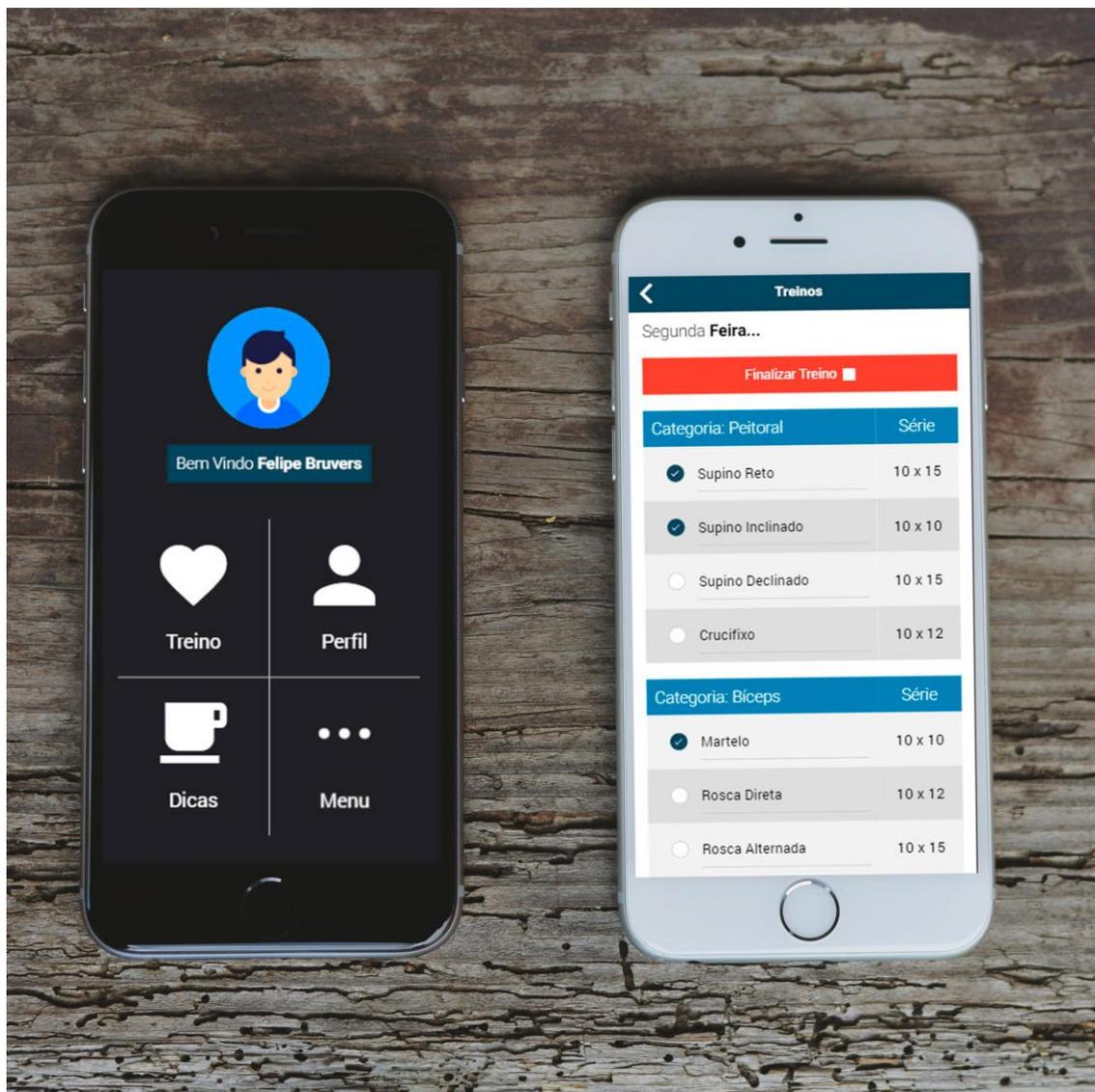
Figura 1 – Painel administrado do sistema web.



Fonte: Elaborada pelo próprio autor.

A Figura 2 a seguir mostra algumas das telas do aplicativo mobile desenvolvido, mais a esquerda é exibido à tela inicial, onde buscamos desenvolvê-la de forma prática e de fácil utilização, ao lado é demonstrado também uma das consultas do treino diário do aluno, exibindo as categorias que serão exercitadas no dia, os exercícios e as repetições que serão efetuados.

Figura 2 – Tela inicial e tela de consulta diária dos treinos



Fonte: Elaborada pelo próprio autor.

Além de todas as informações citadas, o aluno também terá disponível no aplicativo, uma relação de quantas pessoas, separando por sexo, está treinando naquele exato momento, isto em tempo real, pois o auxilia a decidir o melhor momento de ir até a academia.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Pode-se concluir que pessoas praticantes de atividade física levam a vida de uma forma mais suave, com a inclusão de uma ferramenta tecnológica mais específica e qualificada a este meio, conseguimos auxiliar de forma melhor a todos os alunos a praticarem atividades físicas.

Para as academias a implantação deste sistema será um ganho enorme, pois além de auxiliar na gerencia da empresa, a tecnologia atrairá mais o publico e os deixará mais informados.

REFERÊNCIAS

ACAD, Associação Brasileira de Academias. **Objetivos: Quem somos.** Disponível em: <<http://www.acadbrasil.com.br/objetivos.html>>. Acesso em: 26 Abril. 2018.

FLECK, S. J; KRAEMER, W. J. **Fundamentos do treinamento de força muscular.** 3. ed. São Paulo SP: Artmed, 2006, 472 p.

VIDAL, Ana R. C. **Satisfação com a imagem corporal em praticantes de ginásticas de academia.** Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade do Porto. Faculdade de Desporto. Porto. 2006.