

• evento

PILATES: DEDICAÇÃO É A FÓRMULA DO SUCESSO



A segunda palestra do Ciclo CREF4/SP do Conhecimento, organizada pela Comissão de Eventos, aconteceu no dia 18 de junho. Luciana Ferreira, Profissional de Educação Física e consultora técnica em Pilates, falou sobre “Pilates – Conceito e Aplicabilidade da Saúde à Performance” e foi além, apresentando uma nova oportunidade de carreira para os 63 profissionais presentes no Auditório “Nestor Soares Publio”.

Luciana, profunda admiradora do inventor do Método Pilates, Joseph Hubertus Pilates (1883-1967), explicou que a prática de Pilates trás uma série de benefícios ao seu praticante, que normalmente apresenta um corpo forte e ao mesmo tempo alongado, entre eles: melhora e aperfeiçoa o gesto motor, a estabilidade e o equilíbrio; trabalha a força, mas também aumenta a flexibilidade, a amplitude de movimento e a resistência, através de técnicas de respiração; promove autoconhecimento crítico [físico, mental e espiritual].

Por trás de tantos benefícios, Luciana lembrou que está o Profissional de Educação Física. “Seja na preparação física, no desenvolvendo da performance, ou nas aulas de Pilates, esse profissional está sempre presente”, explicou. “Temos uma profissão regulamentada e em ascensão não só no esporte, mas também dentro da área da saúde, com as equipes multidisciplinares”.

Quanto à capacitação para trabalhar com Pilates, Luciana fez um alerta. “Hoje, quanto mais preparado o profissional estiver maior será seu sucesso no mercado de trabalho. O mesmo acontece com aqueles que pretendem trabalhar com Pilates”, comentou. Segundo ela, ainda há escassez de profissionais habilitados e aptos.

Existem vários cursos sendo ministrados, mas nenhum deles certifica que o aluno esteja apto a dar aula de Pilates. É preciso, além do conteúdo aprendido em cursos, muita dedicação. Luciana garantiu que é possível conseguir ampliar a capacitação, através de interesse e constante treinamento e orientou que os interessados vivenciem o Pilates, também, como praticantes. “O resultado final será bem rentável, em todos os sentidos”, concluiu.

AGENDA - A próxima palestra do Ciclo do Conhecimento será com a Profª. Maria Alice Corazza, sobre “3ª Idade e as Atividades Físicas / Ginástica e Hidroginástica”. Faça sua inscrição [clcando aqui](#).

• em ação

PESQUISA DE OPINIÃO

A pesquisa de opinião realizada pelo CREF4/SP, com o objetivo de colher informações sobre os anseios dos profissionais com relação à entidade, foi finalizada. Com tais dados, a Diretoria do CREF4/SP está estruturando o Planejamento Estratégico para, na medida do possível e dentro de suas atribuições legais, atender às solicitações e aprimorar os pontos elogiados. A revista CREF de São Paulo ainda é um dos meios de comunicação que agrada ao profissional; assim como a comunicação via e-mail, uma das formas preferidas de contato. Além disso, solicitações foram feitas para que as ações da fiscalização sejam mais divulgadas. Na próxima edição da revista, mais informações sobre os resultados da pesquisa.

• fiscalização

JOGOS REGIONAIS

Agentes de Orientação e Fiscalização do CREF4/SP estão presentes na 1ª e 2ª fases dos 55º Jogos Regionais do Interior, que estão acontecendo desde, respectivamente, 5 a 17 e 19 a 30 de julho. As cidades que participam como pólos esportivos do evento são: Pindamonhangaba, Mogi-guaçu, Jales, Itapetininga, Barra Bonita, Taquaritinga e Presidente Prudente. O objetivo é, como de praxe, verificar a regularidade dos profissionais que estiverem atuando no campeonato. A equipe de Agentes de Orientação e Fiscalização também está atenta àqueles que insistem em exercer a profissão sem habilitação para tal.

• benefícios

No ícone [benefícios](#) você, Profissional de Educação Física registrado no CREF4/SP, tem acesso a algumas vantagens e descontos em cursos, hotéis e serviços. Verifique!

• agenda UMA

Visite o site do CREF4/SP e conheça a [agenda](#) das Unidades Móveis de Atendimento - UMAs.