



PERCEPÇÕES SOBRE A INTENSIDADE DE TRABALHO E SEUS IMPACTOS NA VIDA ACADÊMICA E PESSOAL DE GRADUANDOS EM EDUCAÇÃO FÍSICA

Antonia Graziela Mendonça Alves¹

Universidade Regional do Cariri / Educação Física / Iguatu – Ceará, Brasil /
graziela.mendonca@urca.br

Kauan Pocidonio de Brito Clemente²

Keila Bruna da Silva Santos³

Cicero Pereira dos Santos⁴

Ana Beatriz Pereira Sousa⁵

André Luis Façanha da Silva⁶

Cleene Tavares de Souza⁷

RESUMO

INTRODUÇÃO: Durante a graduação em Educação Física, muitos estudantes buscam oportunidades de estágio em academias de musculação como forma de obter renda e adquirir experiência profissional. No entanto, essa atuação precoce pode afetar diretamente sua rotina acadêmica e pessoal, causando divergências entre as exigências do estágio nas Academias e as obrigações acadêmicas e pessoais durante a formação. **OBJETIVO:** Dessa forma, o objetivo do trabalho é analisar a percepção de estudantes do curso de Educação Física que atuam em academias de musculação durante a graduação e como essa atuação impacta sua rotina pessoal e acadêmica, no que se refere à intensidade do trabalho e disponibilidade de tempo em suas atividades pessoais e acadêmicas. **MÉTODO:** Trata-se de um estudo transversal, de abordagem quantitativa, realizado na Universidade Regional do Cariri, Campus Iguatu/CE, com 42 estudantes do 1º ao 8º semestre do curso de Educação Física, que atuam em academia de musculação, sendo realizada a aplicação de um questionário, onde foram selecionadas para o estudo as seguintes perguntas: “O RITMO DE TRABALHO NA ACADEMIA É INTENSO?”, “TENHO TEMPO SUFICIENTE PARA AS MINHAS ATIVIDADES PESSOAIS?”, “TENHO TEMPO SUFICIENTE PARA AS MINHAS ATIVIDADES ACADÊMICAS?”, as perguntas foram respondidas pela Escala de Burnout. Para a Análise de Dados foi realizado uma estatística descritiva pelo software JAMOVI (versão 2.6). **RESULTADOS:** De acordo com as respostas nos questionários, em relação ao Ritmo Intenso, 23(54.8%) relataram “Às vezes”, e 11(26.2%) “Frequentemente”, em relação ao Tempo para atividades pessoais, 11(26.2%) relataram que “Raramente” tem tempo e 14(33.3%) relataram que “Às vezes”, já em relação ao Tempo para as atividades acadêmicas, 7(16.7%) relataram que “Raramente” tem tempo para essas atividades e 18(42.9%) relataram que “Às vezes”. **CONCLUSÃO:** Portanto, observa-se que a atuação dos estudantes de Educação física nas academias de musculação durante a graduação acaba impactando e tendo repercussões em suas rotinas pessoais e acadêmicas, tendo em visto o Ritmo de trabalho nos estágios e sua interferência na vida pessoal e acadêmica



03 a 07 de novembro
de 2025



desses discentes, ressaltando uma maior atenção na fiscalização e nas condições de atuação, promovendo uma experiência mais enriquecedora para os estudantes.

Palavras-chave: Academia de Musculação. Educação Física. Rotina Acadêmica. Rotina Pessoal.