



Parecer nº.01/2016
Santo André, 18 de fevereiro de 2016.

Ao
CREFITO-3
DRA. ANICE DE CAMPOS PÁSSARO
DR. HILDEBRANDO DE BARROS RIBEIRO

Parecer nº.01/2016.
Processo de consulta: **CREFITO-3/CEDF N° 51/2015**
Assunto: **CrossFit**

Da Consulta

Trate-se do questionamento abaixo:

A competência do Fisioterapeuta em atuar com o método de treinamento CrossFit, nos termos da Resolução COFFITO n° 337/2007, no âmbito da prevenção, promoção, manutenção e recuperação funcional.

Do Parecer

Transcrevemos, abaixo, o parecer do Grupo de Trabalho da SOCIEDADE NACIONAL DE FISIOTERAPIA ESPORTIVA, formado pelos Senhores Doutores Giulianne Cristine Capovilla Trevisan, Márcio Costa Antonelo, Rafael de Barros Simões Coelho e Rodrigo Ribeiro de Oliveira:

Origem e Definição do CrossFit – CrossFit é um método de treinamento e condicionamento físico (*Fitness*) que foi criado na década de 1980, pelo treinador Greg Glassman. O princípio do Crossfit é a melhora do condicionamento físico em todos os seus atletas/praticantes nas 10 valências físicas: resistência cardiorrespiratória, resistência muscular, força, potência, velocidade, flexibilidade, agilidade, equilíbrio, coordenação e precisão. Para atingir estes objetivos, o método baseia-se em treinamentos que utilizam movimentos funcionais (agachar, levantar, saltar, correr, empurrar, puxar, etc...) em alta intensidade e constantemente variados (evitando um mesmo tipo de movimento/treino na mesma semana ou mês).



Parecer n °.01/2016
Santo André, 18 de fevereiro de 2016.

Segundo os idealizadores do método, o CrossFit pode ser aplicado para todo o tipo de população, variando e adaptando os exercícios e a intensidade de acordo com os limites de cada praticante, porém sempre buscando o limite máximo de cada indivíduo. Atualmente o termo “CrossFit” representa um método patenteado, ou seja, uma marca registrada.

Da marca e das atuações nos Estados Unidos da América (EUA) – Para utilizar o termo “CrossFit” o sujeito ou empresa deverá estar afiliada a empresa *CrossFit Inc.* ou devidamente autorizada pela mesma. Para se afiliar, o primeiro passo é o interessado se inscrever em um curso de treinador de CrossFit Nível 1 (CrossFit Level 1 Certificate Course). Após a aprovação no curso, o treinador está apto a: a) elaborar e aplicar treinamentos; b) avaliar e adaptar os treinamentos aos diferentes públicos (iniciantes, intermediários, avançados, portadores de necessidades especiais, indivíduos lesionados, entre outros); c) orientação nutricional; d) solicitar a abertura de academia (Box de CrossFit) que possa utilizar a marca “CrossFit” em seu nome fantasia.

Nos EUA, segundo a legislação do próprio país, para se tornar um treinador de CrossFit Nível 1, não se faz necessário nenhum tipo de formação específica e nem graduação em curso de nível superior.

Da competência - De acordo com a *World Confederation for Physical Therapy (WCPT)*, são recursos, ferramentas e competências do fisioterapeuta: intervenções manuais, melhora do movimento, agentes físicos, eletroterapêuticos e mecânicos, treinamento funcional; prescrição de órteses e adaptações, educação e aconselhamento do paciente, documentação e coordenação, e comunicação.

“A intervenção deve também ter como alvo a prevenção de incapacidades, limitações funcionais, a incapacidade e lesões, incluindo a promoção e a manutenção da saúde, qualidade de vida e fitness em todas as idades e populações”. (WCPT, 1999)



Parecer n.º 01/2016
Santo André, 18 de fevereiro de 2016.

De acordo com a legislação brasileira, Resolução COFFITO n.º 377/2007- Art. 2.º, §1.º A *Atuação do Fisioterapeuta na Especialidade em Fisioterapia Esportiva se caracteriza pelo exercício profissional desde a promoção de atenção básica direta à saúde do paciente por meio do diagnóstico cinético-funcional bem como a **eleição e execução de métodos fisioterapêuticos pertinentes a este.***

A fisioterapia não atua na melhora da performance esportiva, no fitness, e na estética corporal de indivíduos ditos saudáveis. Mas, pode atuar em indivíduos saudáveis, visando a prevenção de lesões e de desequilíbrios corporais, corrigindo padrões de movimento e, obviamente, na reabilitação.

Sendo o CrossFit um método de treinamento patenteado que tem como objetivo a melhora do condicionamento físico (Fitness) e o desenvolvimento físico de atletas de alta performance, **considera-se que NÃO é um método da competência de fisioterapeutas para a sua tomada de decisão para prevenção, promoção, manutenção e recuperação funcional** de qualquer indivíduo, sendo atleta ou não.

Ainda, entende-se que a elaboração e aplicação das aulas e treinamentos e a responsabilidade técnica pelos locais de treinamento (“Box de CrossFit”) é do profissional de Educação Física, entretanto, o profissional fisioterapeuta poderá compor a equipe multiprofissional **elegendo e executando métodos fisioterapêuticos pertinentes a profissão** e/ou obter a posse legal de um “box de CrossFit”, mediante apresentação de responsável técnico competente – Educador Físico.

Da Conclusão

O CrossFit não é um método da competência de fisioterapeutas para a sua tomada de decisão para prevenção, promoção, manutenção e recuperação funcional de qualquer indivíduo, sendo atleta ou não, entretanto, não é vetada a participação de fisioterapeutas e demais profissionais da área de saúde e interessados no tema nos Cursos de Capacitação Nível 1 da CrossFit (CrossFit Level 1 Certificate Course).



Parecer n °.01/2016
Santo André, 18 de fevereiro de 2016.

Entende-se que o conhecimento é livre acesso, e que, além do treinamento, existem mais aplicações do curso, como a avaliação dos movimentos, prevenção de lesões, suporte nutricional, afiliação como empresário, entre outros.

Cabe, ainda, ressaltar que, segundo o Novo Código de ética (Resolução no. 424, de 3 de maio de 2013), em seu artigo IV, é vedado ao fisioterapeuta:

“substituir a titulação de fisioterapeuta por expressões genéricas, tais como: terapeuta corporal, terapeuta de mão, terapeuta funcional, terapeuta morfoanalista, terapeuta holístico, repegista, quiropraxista, osteopata, pilatista, bobatiano, esteticista, entre outros”

incluindo-se aí termos como “treinador funcional” e similar.

Referências

Siff MC. Functional training revisited. *Strength Cond J*, Vol 24, No 5, 42–46. 2002.

Rikli R, Jones C. Development and validation of a functional fitness test for community-residing older adults. *J Aging Phys Act* 7:129–61. 1999.

Weiss T, Kreitinger J, Wilde H, Wiora C, Steege M, Dalleck L, Janot J. Effect of functional resistance training on muscular fitness outcomes in young adults. *J Exerc Sci Fit*, Vol 8, No 2, 113–122, 2010.

O’Sullivan SB, Schmitz, TJ. *Physical Rehabilitation. Glossary*. 5th edition: F.A. Davis Company. 2007. 1335p.

Monteiro AG, Evangelista AL. *Treinamento funcional: uma abordagem prática*. São Paulo: Phorte. 2010.

Cosio-Lima L, Reynolds K, Winter C, Paolone V, Jones M. Effects of physioball and conventional floor exercises on early phase adaptations in back and abdominal core stability and balance in women. *J Strength Cond Res* 17:721–5. 2003.



Parecer n °.01/2016
Santo André, 18 de fevereiro de 2016.

WCPT. Declarations of Principle and Position Statements: Description of Physical Therapy. P. 30-31. 1999.
Disponível em: <http://www.ascon.info/100115%20PT%20regulation-E.pdf>
Conselho Federal de Fisioterapia e terapia Ocupacional – COFFITO. DECRETO LEI N. 938, DE 13 DE OUTUBRO DE 1969. Disponível em: http://www.coffito.org.br/publicacoes/pub_view.asp?cod=507&psecao=5
Conselho Federal de Fisioterapia e terapia Ocupacional – COFFITO. RESOLUÇÃO Nº424, DE 08 DE JULHO DE 2013. Disponível em: http://www.coffito.org.br/publicacoes/pub_view.asp?cod=2451&psecao=9

Esse é o Parecer, Sem Mais Juízo.

Sendo somente o que se apresenta, reiterarmos nossa estima e apreço e nos colocamos sempre a disposição.

Respeitosamente.



LUCIANA DE MICHELIS MENDONÇA
PRESIDENTE – SONAFE
BIÊNIO 2016/2107