

QUE CORPO É ESSE? SAÚDE E ESTÉTICA NA ACADEMIA DE GINÁSTICA

Prof. Esp. José Jefferson Gomes Eufrásio
Dra. Terezinha Petrucia da Nóbrega

Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal/RN, Brasil
jgfitness@yahoo.com.br

RESUMO

Qual a compreensão de saúde e estética dos freqüentadores de academias de ginástica? O principal objetivo desta pesquisa é identificar e discutir as compreensões de saúde e estética de freqüentadores de academias de ginástica e apontar perspectivas para a atuação do profissional de Educação Física em academias de ginástica no que diz respeito às relações entre corpo, saúde e estética. Para tanto, realizamos uma pesquisa de campo com caráter descritivo, utilizando como instrumento um questionário aplicado com os freqüentadores de uma academia da cidade do Natal/RN. Como resultado principal da pesquisa observamos que as compreensões de corpo, saúde e estética são reduzidas a padrões divulgados pela mídia, onde esse modelo se torna um sonho para algumas pessoas e muitas vezes uma meta irrefletida. A partir da análise dos dados de campo, percebemos que há o impacto da indústria do corpo e da mídia, no entendimento sobre corpo, saúde e estética. A academia de ginástica parece reforçar o pensamento reducionista de corpo, reduzido ao biológico; de estética reduzida a padrões corporais; e de saúde reduzida à busca pelos modelos de corpo perfeito divulgados na mídia. A maioria dos sujeitos participantes da pesquisa está sempre insatisfeita com seus corpos e vê, nas academias de ginástica um local propício às transformações, realizações e desejos. Por outro lado, buscam nas clínicas de estética e cirurgias plásticas o complemento, que segundo eles, a atividade física não poderá ser capaz de proporcionar. As academias de ginástica não deveriam apenas contemplar o pensamento capitalista da visão de lucros, fortalecendo a indústria do corpo, mas podem ser também um espaço de crítica e de novas possibilidades de trabalho corporal que poderá proporcionar uma efetiva melhora na qualidade de vida e na compreensão e cuidado com o corpo.

PALAVRAS – CHAVES: Corpo, saúde, estética e educação física.

WHAT BODY IS IT? HEALTH AND AESTHETIC IN THE GYMNASTIC ACADEMY.

ABSTRACT

What do people who go to a gymnastic academy understand about health and aesthetic? The main objective of this research is to identify and discuss the understanding of comprehension about health and aesthetic from people who go to a gymnastic academy to point out perspectives related to the Physical Education professional's performance in gymnastics academies targeting the relation among body, health and aesthetic. Because of this, we carried out a field descriptive character research, using a questionnaire as a tool applied with people who go to gymnastic academy in the city of Natal/RN. As main result of the research we have observed that the understanding about body, health and aesthetic is reduced to the standards spread by the media, where this model becomes a dream for some people and many times an unrealistic goal. From the analysis of the field data, we noticed that there is an impact on the body industry of the media, in the agreement on body, aesthetic and health. The gymnastics academy seems to strengthen the simplistic thought of body reduced to the biological one; the aesthetic reduced the corporal standards; and the reduced health to the search for the divulged models of perfect body by the media. The majority of the research participants is always unsatisfied with their bodies and sees, in the gymnastic academies a propitious place for the transformations, accomplishments and desires. On the other hand, they search in the clinics of aesthetic and plastic surgeries the complement, that according to them, the physical activity

could not be capable to provide them. The gymnastic academies would not have to only contemplate the capitalist thought of the vision of profits, fortifying the industry of the body, but they also can be a space for critical and new possibilities of corporal work that will be able to provide an effective improve in life quality and body understanding and care.

KEY-WORDS: Body, health, aesthetic and physical education.

Introdução

A busca obsessiva por um corpo perfeito, dentro dos padrões estéticos cultivado, nos dias atuais, é avassaladora. Basta ver nos olhos dos muitos praticantes de Academias de ginástica para perceber que muitas vezes não há naquela prática de exercícios nenhuma preocupação com o aspecto da saúde. O importante parece ser o ganho imediato e muitas vezes até irresponsável de massa muscular, ou seja, os praticantes querem resultados rápidos a todo custo e em curto prazo, nem que para isso seja necessário o uso de anabolizantes ou práticas invasivas, tais como as cirurgias plásticas, para ganharem o corpo que desejam, sem se preocuparem com os malefícios futuros que isso possa acarretar.

No contexto da mídia, o corpo parece não ter qualquer referência consigo mesmo, pois passa a vincular-se a padrões externos de estética e beleza. É apenas parte de um texto cultural e como tal deve ser lido. Uma imagem de corpo que aos poucos se desvincula de ser objeto para ganhar a autonomia simbólica dos deuses.

O homem contemporâneo não inventou o narcisismo, mas nasceu para ver, se ver e ser visto mais do que qualquer outro, em qualquer época. A questão do “apelo social” é forte, em geral as pessoas não querem ficar bonitas para si mesmas, com o intuito de desfrutar de si próprias, mas sim para serem apreciadas pelos outros, sendo melhor “aceitas” pelo grupo social a que pertence. Essa política autoritária está mobilizando milhões de pessoas e massacrando outros milhões de corpos.

Condizentes com essa realidade, parte considerável das grandes academias de ginástica investem em um *marketing* reducionista, voltado a um pensamento reducionista da estética. “Perca 10 cm de barriga em um mês” é apenas um exemplo do tipo de propaganda dos serviços oferecidos por uma dessas academias. A academia de Ginástica, portanto passa a ter uma finalidade racionalista, ou seja, preocupadas na eficiência das partes do corpo, não como meio de expressão espontânea ou diversão, mas como objeto de investimentos de modo impetuoso e urgente. Não se nega que as academias de ginástica sejam um espaço viável e significativo, como opção de atividade física segura e eficiente para a população que pode pagar por este serviço, porém o compromisso das academias deveria ser a de promover a oportunidade dos seres humanos começarem a vivenciar o corpo não de forma fragmentada, mas unificada, permitindo que o corpo se expresse com identidade própria e desenvolver-se como ser humano em todos os aspectos: culturais, orgânicos, afetivos, que o conceito de corporeidade reúne.

Aliado a esse pensamento reducionista, está o profissional de Educação Física que, muitas vezes, compactua, divulgando de forma acrítica essa referência. A crítica está nos locais e profissionais que limitam o horizonte de seus trabalhos, quando se satisfazem em fundamentar e desenvolver seus objetivos apenas na perspectiva da estética enquanto padrão idealizado de corpo.

Interessa-nos discutir as compreensões de saúde e estética de freqüentadores de academias de ginástica e apontar perspectivas para a atuação do profissional de Educação Física em academias de ginástica no que diz respeito à saúde e à estética.

Os dados com os quais trabalhamos são oriundos de uma pesquisa de campo com caráter descritivo, utilizando-se como instrumento um questionário aplicado com 90 freqüentadores de uma academia de ginástica e musculação da cidade do Natal/RN, de ambos

os sexos, acima de 18 anos de idade e que praticavam qualquer modalidade de exercício na academia a mais de um ano.

Nas próximas páginas, apresentamos alguns resultados e conclusões deste estudo, centrando a análise na presença dos discursos do corpo, da saúde e da estética dos praticantes da academia pesquisada, trazendo novos enfoques para as compreensões.

Corpo, saúde e estética: a compreensão dos sujeitos

Aliada à prática da atividade física, estrutura-se hoje, a poderosa indústria do *fitness*, onde as estratégias de “vendas” perpassam pela criação de novos produtos, de novas “necessidades”, diz Palma (2001), que contam com a divulgação da poderosa mídia prometendo novas formas de ser escultores de sua própria anatomia. Para as mãos, luvas; para os pés, tênis das mais variadas marcas (Nike, Reebok, Adidas); para o corpo, roupas específicas para a prática da atividade física dos mais variados modelos, além de esteiras rolantes, bicicletas ergométricas, pesos e halteres, colchonetes, aparelhos de todos os tipos, garrafas de água e aí se segue para uma infinidade de coisas. As informações de como se manter em forma e as formas de se chegar à aparência de beleza circulam pelo mundo, atravessam as diferentes culturas pela força de penetração dos meios de comunicação de massa, levando a uma homogeneização das tecnologias do corpo como construção de um sonho (Silva, 2001, p.54,55).

A ginástica tradicional, a musculação e o treino aeróbio na ergometria, contam agora com a companhia do *spinning*, *jump fit*, *body pump*, *power step*, *aeroboxe*, *power yoga* entre outros. Embora o discurso utilizado seja o da saúde, como aspecto legitimador, a utilização destas técnicas tem uma preocupação maior com a estética. A lista é interminável. Resta-nos saber se essas estratégias se desenvolvem para melhor qualidade da Educação Física ou são, apenas, estratégias de mercado.

Fraga (2001) revela que a indústria esportiva movimenta cifras astronômicas em todo o mundo, exigindo um rendimento orgânico à altura de seus investimentos. O reflexo dessa indústria se vê na própria academia, onde seus praticantes querem está com a roupa da moda, o tênis do momento, realizando um desfile constante do que ela propaga no momento.

O mercado do *fitness* desenvolve-se juntamente com o de publicações consagradas à cultura física. As revistas que tratam da atividade física conhecem um sucesso imediato. Esse é o início de um grande mercado de imprensa que iria explorar o corpo ao longo do tempo.

A revista Boa Forma está em primeiro lugar, talvez por ter sido a primeira revista a tratar do tema da atividade física. Rodeadas pelos aparatos tecnológicos e seduzidos pelos apelos do consumo que transbordam por todos os lados, as pessoas correm atrás de fontes seguras que possam orientar as suas ações, em relação à utilização dessa nova tecnologia (Dantas, 2002, p. 17).

As pessoas, em geral, procuram as academias de ginástica primeiramente em busca de um corpo que se tornou “sonho de consumo”. Perguntadas por que “malham”, elas respondem:

“Malho para emagrecer e definir os músculos” (sujeito 5).

“Para ficar com a saúde legal e ser apreciado pelas paqueras” (sujeito 54)

“Para modelar o corpo e engordar menos” (sujeito 29).

“Para perder a barriga, ganhar massa muscular nas pernas e glúteos” (sujeito 22).

“Para obter um corpo sarado (não bombado) e perder gordura localizada” (sujeito 56).

Como se observa, as pessoas vão à busca da estética corporal, querendo ficar na moda, ter um corpo “malhado” para atrair as pessoas, impor-se diante delas e até mesmo por questões profissionais, já que hoje em dia até o mercado, para algumas profissões, está exigindo que o candidato tenha um corpo bonito, “dentro dos padrões”. Ter um corpo trabalhado está na ordem do dia e não é a toa que o verbo mais empregado é “malhar”, como diz Del Priore (2000), malhar como se malha o ferro, malhar significando o intenso esforço

embutido nesse significante. Trabalhar diferentes partes do corpo, que precisam ser modificadas.

Em seguida, coloca-se a preocupação com a saúde (muitas vezes entendida e reduzida ao biológico), a oportunidade de preencher o tempo de lazer disponível, depois a oportunidade de se fazer novas amizades e atingir uma boa *performance* física.

Os praticantes da academia, em geral não estão satisfeitos com seus corpos, com a própria aparência, mas elas buscam respaldos no modelo de corpo propagado atualmente. Em seus comentários sobre se estão ou não satisfeitas com seus corpos elas revelam que:

“Não. Preciso aumentar os braços e tirar a barriga” (sujeito 54).

“Em geral, sim. Mas tenho muitas partes do corpo para aperfeiçoar” (sujeito 31).

“Nós mulheres nunca estamos satisfeitas, sempre achamos defeitos” (sujeito 12).

“Não. Sou muito ansiosa e tenho depressão. Por esse motivo, não consigo perder peso” (sujeito 50).

“Não. Ainda sinto-me gorda, estou procurando chegar a um ponto onde sentirei que estou bem, feliz” (sujeito 3).

É comum que elas se vejam acima do peso, mesmo quando efetivamente tal percepção não corresponde à realidade. O corpo deve ser trabalhado e valorizado até adquirir as condições ideais de competitividade que lhe garanta assento na lógica capitalista. Quem não o modela, está fora, é excluído (Del priore, 2000). O corpo, portanto, está submetido à gestão social. Cada grama, leva as pessoas ao desespero, levando-as cada vez mais a ser aquilo que o outro quer que elas sejam.

As pessoas que estão satisfeitas revelam que a atividade física os proporcionou resultados satisfatórios associando os benefícios da prática da atividade física apenas para fins estéticos conseguidos ao longo do tempo.

As clínicas de estética são freqüentadas por aproximadamente 32% dos freqüentadores da academia. Ela é procurada para tratamentos de limpeza de pele, massagens com o objetivo de diminuir medidas na barriga, culote; drenagem linfática, ginástica para o rosto, entre outros tipos de “tratamentos”. A lista é enorme e não para de crescer, a cada dia surgem técnicas mais inovadoras nesse campo.

A parcela de praticantes os quais responderam que não fariam uma cirurgia plástica revelam o seu medo de encarar uma mesa de cirurgia ou à falta de dinheiro para a realização de uma mudança. Porém até para essas pessoas que dizem sem condições os médicos facilitam. Os pagamentos a perder de vista, com “pequenos juros de mercado”, parecem garantir, graças a próteses, a constituição de um novo corpo: formal, mecânico, teatral. O corpo que permite trocas de peças que envelhecem: da nádega a coxas e panturrilhas (Del priore, 2000, p. 80).

Perguntados se fariam ou não algum tipo de intervenção cirúrgica os praticantes revelam:

“Faria. Hoje fica velho quem não pode” (sujeito 54).

“Sim. A cirurgia é coadjuvante da estética e saúde, algumas partes do corpo não se resolvem somente com exercícios” (sujeito 44).

“Fiz. Recentemente me submeti a uma lipoaspiração no abdômen. Achava minha barriga constante, mesmo que estivesse numa fase magra” (sujeito 31).

“Com certeza. Tiraria um pouco da mama e levantaria. Lipoaspiração para dar retoques como diminuir o culote, e também no nariz para afinar. Tiraria a barriga (lógico)” (sujeito 14).

“Sim. A cirurgia é um método rápido e eficaz contra a gordura localizada” (sujeito 9).

As partes menos apreciadas do corpo masculino e feminino, e, portanto, sujeitas as mudanças graças ao bisturi, seriam: barriga, quadril, culote, “pneuzinhos”, mama, nariz entre outras. Estamos presenciando a multiplicação das fábricas de beleza cujo pior filho segundo Del priore (2000) é a clínica de cirurgia plástica milagrosa. Leva-se o corpo para ser tratado como se leva o carro à oficina e dizem: faça o que for preciso eu não quero nem saber. Manda-

se concertar tudo: Nariz, seios, barrigas. Vejam o sucesso das cirurgias plásticas, trata-se de fato de mudar seu corpo para mudar sua vida (Le Breton, 2003, p. 10).

O uso indevido dos anabolizantes tende a aumentar à medida que a exposição dos corpos tem se intensificado na mídia e conseqüentemente na sociedade. A explosão dos anabolizantes reflete de maneira mais dramática o crescente desagrado, principalmente dos homens, com o próprio corpo. Eles querem um corpo musculoso, em curto prazo, e por isso fazem de tudo para consegui-lo, pois o grande terror masculino, ao menos no que se refere à estética, é a falta de músculos. O descaso com a saúde, em prol de bíceps esculpidos, peitorais largos, abdome em gomos, cintura fina e coxas grossas, pode ser verificado significadamente nos dias atuais. Promessas de um corpo musculoso não faltam: *você pode se tornar à pessoa que sonha ser, dizem os body-builders. Você pode desafiar ao mesmo tempo o inato e o adquirido e fazer de você um outro* (Courtine, 1995 p. 89).

A maioria dos praticantes entrevistados afirma não fazerem uso de anabolizantes a fim de aperfeiçoar o seu treinamento. Não sabemos se há aí uma omissão por parte dos praticantes, ou se realmente eles não utilizam esses medicamentos, haja vista que muitas vezes percebemos resultados rápidos em curto prazo, em alguns freqüentadores. Os mais utilizados entre os praticantes foram: a albumina, *curb up*, *millennium*, *whey protein*, *L-carnitina*, massa 600, entre outros. Muitos utilizam por indicações de nutricionistas, de propagandas em revistas, através de amigos e na própria academia.

A emergência atual de novos hábitos alimentares e de atividade corporal, que acompanha as argumentações desenvolvidas no movimento pela saúde, possui fundamentos de tipo técnico englobados por valores estéticos (Lovisol, 1997, p. 12). A estética, portanto, é um poderoso vetor constitutivo das novas relações com os corpos, pretendendo construir uma reforma cultural em relação ao corpo.

Para os entrevistados “malhar” soa como sinônimo de saúde, porém, o conceito de saúde para eles muitas vezes refere-se, ele mesmo, as melhorias estéticas. Perguntados sobre a relação que fazem entre estética e saúde, eles nos revelam verdadeiras pérolas:

“A estética ajuda às pessoas a terem mais cuidados com a saúde, além de ficar bonita” (sujeito 15).

“O corpo belo é o saudável e vice-versa” (sujeito 17).

“Uma coisa anda junto com a outra, se a pessoa possui um corpo “malhado”, provavelmente possuirá uma boa saúde” (sujeito 13).

“A saúde é seus órgãos perfeitos e a estética é visual” (sujeito 54)

“Saúde: boa alimentação, exercícios. Tudo pelo corpo; Estética: depende da saúde, se você está bem consigo mesmo” (sujeito39).

Em geral, as pessoas confundem os dois termos não sabendo relacioná-los. A saúde é reduzida aos conceitos do senso comum e sempre está associada à estética, não se tendo clareza sobre essas questões. Percebe-se, contudo, que a preocupação com a estética é maior do que com a saúde. Não é o prolongamento da vida humana que se busca, até pode ser, mas por meios equivocados.

A Educação Física como área relacionada ao *fitness*, é vista como uma atividade formadora dos corpos quer no sentido da verdade da saúde, quer com o objetivo estético. As academias propagam saúde, mais investem em propagandas do tipo “venha dar mais saúde a sua vida”, “esculpa já seu corpo para receber o verão”. Que saúde é essa? As academias na verdade propagam um ideal inatingível, uma vez que as imagens veiculadas e a promessa de felicidade absoluta, plenitude e intemporalidade aí contida empurram os corpos para a impossibilidade de adequar-se aos novos padrões, gerando sérias frustrações.

Lovisol (2000) aponta o surgimento de duas “tribos” principais e poderosas que orientam a formação de nossos corpos: de um lado os membros da saúde, ou da conservação, possuindo argumentos bem fundados para que consideremos atividade física em geral como um investimento na saúde, na longevidade e na manutenção e alargamento da disposição

física e mental; do outro lado a da modelagem corporal ou da estética criando imagens e argumentos para a atividade corporal criadora de um corpo modelado, decorado ou adornado de padrões sociais. Palma (2001) diz que em geral, os autores têm uma visão estreita de saúde. Ao se tratar de saúde eles o fazem considerando dois pontos essenciais: a ausência de doença e o viés biológico na determinação destas doenças.

O conceito de saúde de acordo com Carvalho (2001), ao longo do tempo, significou: ausência de doenças (visão simplista); completo bem-estar físico-psíquico-social (visão idealista), estar em um padrão “normal” (normal/patológico, visão relativista), ou ainda disposição de superação das adversidades físicas, psíquicas e sociais (visão subjetivista). É importante deslocar a idéia da saúde centrada no organismo, no físico, no biológico para a saúde como processo resultado das opções na vida, opções essas relativas ao trabalho, à moradia, ao lazer, mas especialmente nos valores e princípios de vida que se quer, que se acredita ser melhor.

Considerações finais

Após a realização da pesquisa observamos que as compreensões de saúde e estética dos freqüentadores da academia de ginástica são bastante reduzidas, pois, ora lança - se mão da preocupação com a estética, ora da preocupação com a saúde. A compreensão de saúde muitas vezes se confunde com os valores estéticos, pois quando entram para a turma da “malhação”, em primeiro lugar, os praticantes vão à busca dos belos e perfeitos corpos nus, que propagam os ideais de um Estado e de uma política de mercado. Corpos estampados na imprensa e veiculados pela televisão contam histórias de uma diversidade de aparências. Não resta dúvida de que não são apenas corpos, mas também meios de comunicação, aquilo que hoje se chama “mídia”. Em nossos dias a identidade dos corpos corresponde ao equilíbrio entre a beleza, saúde e juventude.

Percebemos nos relatos dos sujeitos investigados que há uma falta de compreensão mais ampla sobre o corpo e sobre a saúde e estética. Esse fato denota o impacto da mídia e da indústria do corpo no modo como essas pessoas relacionam-se com seu corpo, com as práticas corporais e com os objetivos que buscam ao freqüentarem a academia de ginástica.

Insatisfeitos conosco, que fazemos? Acrescentamos-lhe elementos na superfície. Temos o máximo de cuidado de escolher o que nos assenta melhor, o que disfarça os defeitos do corpo e chega a compensá-los. Em vez de trabalhar o próprio corpo objetivando a saúde, entendendo a estética como conseqüência para desenvolver a elegância natural do corpo, conta-se com o trabalho de desenhistas que nos oferecem uma elegância superficial. Em vez de investimos no corpo, investimos nos meios e métodos de resultados mais rápidos para deixar o corpo que se vê aos moldes do modelo que a mídia propaga.

Por isso, denunciemos esses discursos que supostamente glorificam o corpo, mas que na realidade encobrem os investimentos mercadológicos impostos a ele. O corpo torna-se uma embalagem, um verniz para esconder outros valores. A beleza não é definida a partir do corpo de uma pessoa, e sim através de um modelo estético padronizado comercialmente. Que indivíduo poderá resultar disso, talvez saibamos nas próximas gerações, naquelas para as quais o fato de existir talvez seja um simples passatempo.

É necessário que se faça um trabalho voltado para a saúde dos indivíduos, saúde esta considerando os aspectos não apenas fisiológicos, mas também intelectuais, morais, espirituais, emocionais, sociais e culturais.

É necessário que, primeiro nós profissionais, mudemos esse pensamento reducionista nos conceitos de corpo, saúde e estética, para depois começarmos a despertar uma nova consciência para nossos alunos, rompendo de forma crítica com esses paradigmas reducionistas atuais, pois continuar restringindo nosso próprio horizonte é uma atitude um tanto quanto limitada, para não dizer pouco inteligente.

O trabalho desenvolvido atualmente em algumas academias de ginástica não deveria restringir-se apenas à preocupação com os aspectos técnicos do treinamento e os resultados da atividade física, mas abranger também outros importantes aspectos da condição humana como os aspectos cognitivos, afetivos e sociais, sem distinção entre corpos bonitos e feios, entre corpos normais e deficientes, criando a oportunidade de se construir um espaço para o desenvolvimento interpessoal e social.

É necessário que haja uma nova consciência dos corpos. Assumir esse corpo que é o seu corpo permitindo que ele se expresse em toda sua complexidade, em toda sua história.

Referências bibliográficas

CARVALHO, Yara. Atividade física e saúde onde está e quem é o sujeito dessa relação. Revista brasileira de ciências do esporte, v. 22, n. 2, p. 9-21, jan, 2001.

COURTINE, Jean-Jacques. Os stakhanovistas do narcisismo: Body-building e puritanismo ostentatório na cultura americana do corpo. IN SANT'ANNA, Denise Bernuzzi de (org.). Políticas do corpo: elementos para uma história das práticas corporais. São Paulo: Estação liberdade, 1995.

DANTAS, Eduardo Ribeiro. O corpo modificado, os discursos da mídia e a educação multirreferencial. Dissertação de mestrado em Educação. Natal/UFRN, 2002.

DEL PRIORE, Mary. Corpo a corpo com a mulher: pequena história das transformações do corpo feminino no Brasil. São Paulo: Senac, 2000.

FRAGA, Alex Branco. Anatomias emergentes e o bug muscular: pedagogias do corpo no limiar do século XXI. IN SOARES, Carmem Lúcia (org.). Corpo e história. Campinas: Autores associados, 2001.

LE BRETON, David. Adeus ao corpo: antropologia e sociedade. Campinas, SP: papyrus, 2003.

LOVISOLO, Hugo. Atividade física, educação e saúde. Rio de Janeiro: Sprint, 2000.

_____. Estética, esporte e Educação Física. Rio de Janeiro: Sprint, 1997.

PALMA, Alexandre. Educação física, corpo e saúde: uma reflexão sobre outros "modos de olhar". IN rev. Bras. Ciênc. Esporte, v. 22. N. 2. p. 23-29, jan, 2001.

SILVA, Ana Márcia. Corpo, ciência e mercado: reflexões acerca da gestão de um novo arquétipo da felicidade. Campinas, SP: Autores associados: Florianópolis: Editora da UFSC, 2001.

Rua dos Pajeús, 1247, Alecrim, Natal/RN
Cep; 59031 – 800 Tel.(84)99817712
E – mail: jgfitness@yahoo.com.br