



Educação Física também ocupa o Complexo do Alemão

ONG monta academias gratuitas ao ar livre para estimular a prática de atividades orientadas por Profissional de Educação Física.

O Complexo do Alemão, conjunto de favelas do Rio de Janeiro, passou ao noticiário nacional no final do ano passado ao ser finalmente retomado pelo poder público, que expulsou os principais traficantes da localidade. Ali foi instalada uma Unidade de Polícia Pacificadora (UPP), programa de pacificação de favelas do governo fluminense. A partir daquele dia, uma vida nova começava para os cerca de 100 mil moradores do Alemão. Com a UPP, começaram a chegar serviços que o Complexo nem imaginava contar. E a Academia na Praça, projeto da ONG Arte e Vida, é um deles.

A academia ao ar livre, com 230 metros quadrados e uma equipe de 13 profissionais, garantiu aos moradores de todas as idades a possibilidade de melhorar – e muito – sua qualidade de vida através de exercícios orientados por profissionais de Educação

Física. São aulas de capoeira para crianças a partir dos cinco anos e sessões de musculação, alongamento, ginástica localizada, tai-chi-chuan e yoga para adultos, inclusive para idosos. E tudo isso gratuitamente. Com tantos benefícios, não causa espanto saber que a Academia na Praça já contabilizava mil inscrições nas primeiras 48 horas após a inauguração. Funcionando desde abril desse ano, a “Academia do Alemão” tem, atualmente, 1.500 inscritos.

“Oferecer atividade física com equipamentos de qualidade e orientação apropriada é um meio eficaz de valorizar as pessoas e mostrar que a prática de exercícios é um excelente instrumento de inclusão social e de desenvolvimento da saúde da população”, avalia o prof. Manoel Coutinho (CREF-0423-G/RJ), coordenador metodológico da ONG.



Mas não é só para o Complexo do Alemão que a Arte e Vida levou academias ao ar livre. Ressaltando o caráter extremamente democrático desses espaços, um outro projeto da organização não governamental, “Rio Academia”, tem o propósito de montar academias ao ar livre que fiquem por períodos de 45 dias, em Copacabana, e 90 dias, em Ipanema – atingindo um público bastante heterogêneo, composto desde moradores daquela região, de classe média/alta, até trabalhadores da área.

A próxima inauguração prevista para este ano é uma academia permanente, nos moldes da Academia do Complexo do Alemão, na Cidade de Deus, também no Rio de Janeiro. De acordo com Coutinho, o objetivo é levar as Academias na Praça para as comunidades cariocas que forem pacificadas pelo governo estadual. Essas áreas de risco não só terão a paz social, mas a promoção da saúde e da qualidade de vida através dos exercícios físicos. **EF**



Como surgiu a ideia

A estrutura das academias da Arte e Vida e seus equipamentos foram baseados em projeto do engenheiro Marcus Moraes. Em 1999, após observar uma experiência de academia ao ar livre nos Estados Unidos, Marcus voltou ao Brasil com a ideia de formar academias com funcionamento semelhante, porém gratuitas. Para que os equipamentos resistam à ação do tempo, o engenheiro também fez adaptações e passou a confeccioná-los em aço inoxidável.

