

Da Consulta

Trate-se do questionamento abaixo:

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

Do Parecer

Transcrevo, abaixo, a solicitação de adaptação e adição ao parecer nº. 01/2016, em relação à competência do Fisioterapeuta em atuar com o método de treinamento CrossFit.

O CrossFit se intitula e compreende uma atividade funcional, composto basicamente por movimentos funcionais (agachar, levantar, saltar, correr, empurrar, puxar, etc...), como bem explanado no Parecer.

Como tal, solicita-se confluir o raciocínio óbvio apresentado pelo Parecer 01/2014, referente ao questionamento de “A competência do Fisioterapeuta em realizar Treinamento Funcional, com o objetivo de contrapor a fiscalização dos Conselhos Regionais de Educação Física, que afirmam ser esse ato privativo do Educador Físico e tem atuado os Fisioterapeutas”.

Definição e Origem do Treinamento Funcional - entende-se por “treinamento funcional” qualquer treinamento físico, operacional ou mesmo psicológico, que vise a melhora, recuperação ou a manutenção de um estado funcional; ou seja, a capacidade do corpo em realizar suas funções cotidianas, sejam elas esportivas, ocupacionais, de lazer ou de vida diária. Programas de exercício que almejam ser chamados de “funcionais” deveriam ser montados de forma a reproduzir tarefas e atividades que ocorrem na vida diária de um indivíduo, em termos de movimentos, habilidades motoras ou demanda metabólicas (Siff, 2002) a fim de tornar as adaptações mais transferíveis (Rikli e Jones, 1999). Baseia-se em um dos princípios básicos do treinamento físico-a especificidade (Weiss et al, 2010), e tem sua origem na fisioterapia e na reabilitação (O’Sullivan e Schmitz, 2007; Monteiro e Evangelista, 2010).



2. Dos objetivos do Treinamento Funcional - Fisioterapeutas e terapeutas ocupacionais frequentemente usam esta abordagem para retreinar pacientes com distúrbios do movimento. As intervenções são delineadas para incorporar tarefas e treinos específicos ao contexto em áreas que são significantes para cada paciente, com um objetivo geral de independência funcional (O'Sullivan e Schmitz, 2007; Monteiro e Evangelista, 2010). Obedecer à especificidade da tarefa, para melhor transferência dos componentes motores e preparar as estruturas centrais do corpo para garantir uma adequada base de sustentação para os movimentos segmentares, bem como resistir à gravidade, forças de reação e momentos de inércia (Cosio-Lima et al., 2003), podem melhorar o desempenho do indivíduo e prevenir lesões.

3. 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)

O fisioterapeuta tem amparo legal para atuar na prevenção primária, secundária (diagnóstico precoce) e na terciária (tratamento imediato), promoção de saúde e, obviamente, reabilitação. No Decreto-Lei 938/1969, que regulamenta a profissão do Fisioterapeuta, em seu artigo 3º diz: "É atividade privativa do fisioterapeuta executar métodos e técnicas fisioterápicos com a finalidade de restaurar, desenvolver e conservar a capacidade física do ciente." Fisiologia humana, bioquímica, fisiologia do exercício, cinesiologia, biomecânica e cinesioterapia são conteúdos e/ou disciplinas básicas na formação acadêmica do fisioterapeuta.

Dessa forma, o fisioterapeuta é capaz de compreender o movimento, a função, e a prescrição de exercícios e programas de treinamento visando modificá-los.



Da Conclusão

Sendo o treinamento (funcional ou não), intitulado como CrossFit ou quaisquer outros domínios que se enquadrem nessa categoria, uma ferramenta ou metodologia para desenvolvimento de capacidades (sejam elas físicas, intelectuais, ocupacionais, etc.), o treinamento funcional e o CrossFit podem ser considerados como competência do profissional Fisioterapeuta.

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

Cabe, entretanto 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” ou “coach de CrossFit” e similares.

Esse é o Parecer, Sem Mais Juízo.

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

Respeitosamente,


Arivan Oliveira Gomes Junior
Comissão Científica


Fábio Sprada de Menezes
Presidente da SONAFE Brasil
Biênio 2018/2019