



**CENTRO DE MEMÓRIA DO ESPORTE
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA
UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL**

PROJETO GARIMPANDO MEMÓRIAS

INÉLIA GARCIA

(depoimento)

2013

CEME-ESEF-UFRGS

FICHA TÉCNICA

Projeto: Garimpendo Memórias

Número da entrevista: E-345

Entrevistada: Inélia Garcia

Nascimento: não informado

Local da entrevista: CEME - ESEF

Entrevistadora: Christiane Garcia Macedo

Data da entrevista: 29/08/2013

Transcrição: Wilian Antikeira da Luz

Copidesque: Christiane Garcia Macedo

Pesquisa: Christiane Garcia Macedo

Total de gravação: 44 minutos e 29 segundos

Páginas Digitadas: 10 páginas

Observações:

Entrevista realizada para a produção da pesquisa de Christiane Garcia Macedo intitulada *Pilates no Brasil: uma história a partir do relato das pioneiras*.

A entrevistada realizou algumas alterações após a leitura da entrevista transcrita.

O Centro de Memória do Esporte está autorizado a utilizar, divulgar e publicar, para fins culturais, este depoimento de cunho documental e histórico. É permitida a citação no todo ou em parte desde que a fonte seja mencionada.

Sumário

Aproximação com a prática do Pilates; questões relativas a manutenção do autêntico Pilates; Organização da formação; Aceitação do método no Brasil; A chegada dos aparelhos e dos acessórios no Brasil; Perfil inicial dos praticantes e a formação na área.

Porto Alegre, 29 de agosto de 2013. Entrevista com Inélia Garcia cargo da pesquisadora Christiane Macedo, para o Projeto Garimpando Memórias do Centro de Memória do Esporte.

C.M. – Como e quando você se aproximou da prática do Pilates?

I.G. – No ano de 1988, na época dos campeonatos de aeróbica, havia uma amiga minha que trabalhava no jornal “Informa” que circulava nas academias de São Paulo e dava informações de todas as práticas de *fitness* daquela época. Esta amiga viajava muito aos Estados Unidos e sempre me dizia: “Inélia há uma técnica nos Estados Unidos que se chama Pilates e que é a sua cara, você tem que conhecer”. Em 1992, ela voltou a insistir no assunto, até que em 1993 concordei em ir. Fomos a San Diego em uma convenção e eu fiz umas aulas em um *workout* de *mat*, (chão). Achei interessante e perguntei para a professora como eu poderia saber mais e ter uma formação nesse método. Ela respondeu-me que nos Estados Unidos várias pessoas ministravam cursos e certificação. Deu-me o nome de um curso em Nova York com uma senhora de idade que falava espanhol, mas cujo nome não recordava. Comecei então a programar, no ano de 1993, uma viagem a Nova York para conhece-la e começar a minha formação. Nesta época eu trabalhava em uma academia, e solicitei uma pesquisa para averiguar qual a instituição que trabalhava com Pilates em Nova York, e as características daquela instrutora. Já havia decidido viajar para os Estados Unidos para começar a fazer as aulas e ver tudo o que precisaria. Sem conseguir a informação, mas já com a passagem em mãos, embarquei confiante que poderia encontrá-la. Após algumas dificuldades cheguei ao THE PILATES STUDIO N.Y. INC., e por meio deste conheci Romana Kryzanowska, a maior discípula de Joseph Pilates. Este nosso primeiro encontro foi tão intenso e significativo que redefiniu imediatamente todo o meu futuro profissional. Romana começou então a preparar o curso para mim, e no dia 6 de Janeiro de 1994 comecei a minha formação no Método Pilates. Esta foi realizada em etapas, já que eu não podia ficar direto em Nova York. Ficava quarenta dias, voltava do Brasil, depois ficava mais trinta, voltava e assim por diante. Romana me acolheu como uma *treinee* independente, o que significa que ela pessoalmente ficou a cargo da minha certificação, associada a Sean Gallagher¹. Quando estávamos a dois terços da certificação, Romana me pediu para começar a divulgar o Pilates no Brasil. Quando terminei a

certificação, ela me disse: “Quero que você inicie o ensino do Método Pilates no Brasil”. Naquela época, 1994 e início de 1995, no Brasil não se conhecia o Método Pilates. Então comecei a trabalhar com autorização da Romana, dando aulas do método Pilates para iniciar a sua divulgação. Este trabalho foi na Academia Corpus, de minha propriedade, e em academias de dança. Nesta época eu dava muitos cursos, *Workouts*, *Workshops*, participava em concursos e convenções de faculdades, em convenções de *Fitness*. Conversando com Romana, obtive autorização para começar a divulgar o Pilates em convenções e em eventos da Educação Física. Em abril de 1997, Romana vem na convenção FITNESS BRASIL a convite de Waldyr Soares e inicia oficialmente o Método Pilates. Nos dois anos anteriores, nesta mesma convenção, eu já havia dado *Workshop* divulgando o método e preparando o caminho para as pessoas compreenderem o que era o Pilates. Depois da Convenção, Romana ficou em São Paulo ministrando um curso na minha academia e na academia de dança *Step* onde eu trabalhava também. Posso dizer que tive o privilégio de aprender o autêntico Pilates com a maior autoridade do mundo deste método. Hoje temos muitas linhas de Pilates que introduziram mudanças que descaracterizaram o sistema. Fazer a certificação com Romana fez toda a diferença na minha formação e no meu futuro profissional.

C.M. – Quando você começou e foi à Nova York para fazer sua formação com a Romana, o que era destacado do Pilates? O que tinha de diferente, o que era mais valorizado naquela época em relação ao que a gente tem hoje?

I.G. – Havia uma coisa que é muito importante. Quando você conhece a arte do método e a ciência que o fundamenta, e conhece toda a filosofia de vida por trás da metodologia idealizada Por Joseph Pilates, você não precisa criar nem modificar mais nada. O Senhor Pilates, ao longo de muitos anos, foi criando, organizando e adaptando uma metodologia que atende a todos os públicos, a todos os objetivos, de todas as condições físicas, mesmo com diferentes limitações. O método, hierarquizado, sistematizado e acompanhando o processo de desenvolvimento neuropsicomotor do ser humano, é completo por si só. É isto o que a Romana já dizia desde que a conheci em Janeiro de 1994. E até hoje ela não trocou nem uma vírgula do método; mantém-se fiel ao que Joseph Pilates criou. Se você disser que conhece Pilates, é porque trabalha dentro da filosofia do seu criador. Mas se você

¹ Sean P. Gallagher.

achar que a filosofia e o trabalho do método não são bons e promover algumas modificações, poderá fazê-lo sem contudo utilizar o nome PILATES. Este é um componente de honestidade, isto é uma questão de valor e transparência. Se eu não concordo com os princípios do método, e acrescento outros, seja lá quais forem, não posso utilizar o nome original. Hoje em dia temos muitas linhas de Pilates. Há trinta e seis anos trabalho com *fitness* sistematicamente, e passei por todas as suas tendências. Utilizei todos estes sistemas com seus elementos e fundamentos próprios. Do mesmo modo, se você afirma que trabalha com o Método Pilates, precisa conhecer os princípios, a sistematização, a hierarquização, a ciência, a arte a filosofia que é o Pilates. Se alguém acredita na necessidade de mudar o método, de moderniza-lo, atualiza-lo, é sinal que não conhece a metodologia. Se não tiver as ferramentas para isso, precisa procura-las. É um indicador de que há lacunas na sua formação, há coisas que ainda são ignoradas. Mas esta não é uma deficiência do método, é uma questão de falta de conteúdo para preencher esta necessidade. Romana sempre dizia: “Inelia, eu trabalho com o Pilates há cinquenta anos e nunca senti necessidade de mudar nada em Pilates, porque o método tem tudo”. Passavam-se os anos e as coisas se repetiam: quem não tem uma formação sólida, quem não sabe realmente qual é a metodologia, vai se sentir tentado a colocar coisas que não são do Pilates, porque precisa atender aos clientes, precisa atender aos alunos, frente aos seus objetivos. Hoje em dia nós temos o Pilates com bola; Pilates não criou nada com a bola. Temos o Pilates com rolo; Pilates não fez nada com rolo. Por que as pessoas estão introduzindo essas coisas? Porque é uma maneira que elas têm de tornar a aula atraente, e manter o aluno interessado colocando coisas que não correspondem. Muita gente utiliza as molas dos aparelhos, principalmente do *Cadillac*², e adapta os exercícios da musculação para as molas. Não podemos afirmar que isto esteja errado, mas não podemos dizer que estamos aplicando Pilates, porque isso não é honesto. Pilates não criou exercícios neste formato. Acho que hoje as principais questões com o Pilates estão relacionadas a valores, a honestidade e transparência. Para mim é um pouco mais de filosofia, de valores, de missão. Desde que eu conheci o método Pilates com Romana Kryzanowska até agora, ela nunca mudou nada. Pelo contrário, sempre trouxe mais elementos para dar consistência e enriquecer nossa base de conhecimento para possibilitar uma atuação junto aos nossos clientes com mais efetividade e segurança. Como a Romana desde o início identificou esta minha afinidade com toda a originalidade do Pilates, e já prevendo a iminente expansão de

² Aparelho criado por Joseph Pilates e ainda utilizado atualmente.

ensino e comercial da marca, pediu-me em 2004 que eu acrescentasse meu nome ao THE PILATES STUDIO® BRASIL – Authentic Pilates, de modo a criar um diferencial que pudesse distingui-lo das tendências paralelas. Por isso, minha missão no PILATES STUDIO é trabalhar a autenticidade do método, atender e procurar superar as expectativas dos nossos clientes dentro dos melhores padrões de excelência.

C.M – Com relação à organização de novos instrutores, como foi esse processo no Brasil?

I.G – Os exercícios do Método Pilates são classificados em 3 diferentes níveis de dificuldade: básicos, intermediários e avançados. A certificação pode ser ministrada de duas formas: 1- o estudo de todos os exercícios por aparelho nos três níveis; 2 – o estudo de todos os exercícios de cada aparelho no nível básico; posteriormente no nível intermediário e por último no avançado. Minha certificação nos Estados Unidos abordou a segunda forma, ou seja, estudamos um aparelho por vez, aprendendo todos os exercícios nos três diferentes níveis. Ao introduzir a certificação no Brasil, Romana entendeu que seria mais adequado dividi-la em módulos: no primeiro módulo são abordados todos os exercícios de nível básico em todos os aparelhos; no segundo módulo estuda-se os exercícios de nível intermediário em todos os aparelhos; e no terceiro módulo, os exercícios avançados.

C.M – Como você avalia a aceitação do Pilates aqui no País? Foi um processo rápido ou houve muitas dificuldades?

I.G – A aceitação do Pilates foi muito rápida, porque nessa época, eu já era muito conhecida aqui no Brasil na área do *fitness* e na área da dança. Trabalhava em academias com dança, consciência corporal, alongamento consciente, flexibilidade e condicionamento físico, além da bola suíça. Participava em convenções, congressos e seminários. Viajava muito para a Europa e América Latina dando estes cursos. Quando a Romana me pediu para começar a divulgar o método no Brasil, o processo foi rápido, fluiu com muita facilidade. Após uma aula de alongamento e flexibilidade, eu dava também uma iniciação ao método Pilates. No ano de 1995, fizemos o primeiro curso de Introdução do Método Pilates. No ano seguinte na mesma convenção, a turma estava lotada, e assim por diante nas diferentes convenções. Então, quando a Romana veio ao Brasil introduzir o Pilates, as

peessoas já sabiam do que se tratava. Acho que o fator que ajudou muito foi a credibilidade que meu trabalho já desfrutava nesta época, com a ginástica aeróbica, o alongamento consciente, a dança e a flexibilidade.

C.M – E como os aparelhos e os acessórios chegaram até aqui?

I.G – Ao terminar minha certificação, Romana já havia decidido que eu faria a divulgação do Pilates no Brasil. Levou-me para a fábrica de aparelhos INDUSTRIAS GRATZ , cujo proprietário, que ainda era vivo naquela época, havia conhecido pessoalmente Joseph Pilates. Romana pediu-lhe que mandasse um aparelho de cada para o Brasil, dando-me todo o apoio que necessitasse. Uma aluna da época, Lia Pedroso, que me ajudou, pois seu marido tinha condições de providenciar o transporte dos aparelhos. Depois disso, Romana pediu ao Sr. Gratz para passar-me os projetos dos aparelhos, porque futuramente eles teriam de ser construídos aqui no Brasil. Com esses projetos, começamos a fabricação dos equipamentos. Hoje, a fábrica que produz os autênticos aparelhos de Pilates é a JOE APARELHOS. A empresa só constrói os aparelhos para instrutores formados por The Pilates Studio Brasil que sejam certificados e que já tenham experiência profissional para poderem montar o seu estúdio. Todos eles trabalham previamente em stúdios já estabelecidos para adquirir experiência. Depois de um ou dois anos de prática, compram seus aparelhos e montam o seu studio. Com relação aos aparelhos, Romana sempre foi muito criteriosa. Ao montarmos o primeiro Centro de Certificação do Brasil aqui em São Paulo, Romana testou minuciosamente todos os primeiros aparelhos fabricados aqui. Somente quando teve a certeza de que todos seguiam as medidas e o funcionamento originais, é que autorizou a sua produção. Ainda assim, em todas as suas viagens ao Brasil, voltava a verificar o padrão de cada aparelho. Então nós herdamos este cuidado com os aparelhos e acessórios e procuramos sempre melhorar a sua qualidade.

C.M – Que tipo de pessoas foram buscar formação logo após a implantação da certificação no Brasil? Estas primeiras pessoas formadas aqui tinham o mesmo perfil, tinham objetivos diferentes das demais?

I.G – Joseph Pilates não gostava quando falavam que seu método objetivava reabilitar. Ele serve para esta finalidade, mas não é este o seu foco. Se o aluno apresenta por exemplo um

problema de ombro, ele vai isolar o ombro e trabalhar o resto do corpo. Não há uma ação direta dentro da lesão, mas ao trabalhar o resto do corpo que está bom, ele melhora a circulação, o alinhamento, a simetria, colaborando para que a recuperação da parte lesionada seja melhor sucedida e mais rápida. Romana portanto queria só professores de Educação Física na certificação. Naquela época ainda não existia a fiscalização dos os conselhos CREF e CREFITO, então ainda não estavam definidas esta diretrizes do exercício profissional ao educador, ou ao fisioterapeuta, ou a quem era formado em Dança. Quando nós começamos a captar essas pessoas, eu me preocupei para que a maioria fosse professor de Educação Física. A única exceção foram duas pessoas que tinham formação em dança e foram regularizadas para poder ser um profissional aqui no Brasil, pois tinham uma formação universitária. Paralelamente, todo ano chegavam pedidos, cartas e solicitações de fisioterapeutas para formação aqui conosco. Em função desta insistência, chegou um momento que Romana e Sean Gallaguer decidiram admitir fisioterapeutas na certificação. Ficou contudo estabelecido que, após a formação, eles só trabalhariam com pessoas com dores, problemas ou limitações físicas e não no aspecto de condicionamento físico. Hoje em dia, aqui no Brasil, pode fazer formação em Pilates somente quem é educador físico e o fisioterapeuta que tenha os devidos registros no CREF ou CREFITO, sendo que ambos terão studios com exercício profissional diferenciado.

C.M – Houve também procura por pessoas que trabalham com dança?

I.G – Muita procura. Mas, de acordo com os nossos critérios, se eles não são profissionais, se não estão com essa autorização do CREF, nós não podemos permitir o seu ingresso. No total, somente admitimos umas quatro pessoas que estavam com a documentação regularizada. Duas delas estão trabalhando na dança aqui no Brasil e outras duas estão trabalhando fora do País.

C.M – Tem mais alguma coisa que você queria acrescentar, deixar registrado na entrevista deste seu envolvimento, sobre a inserção do Pilates aqui no Brasil, do seu trabalho...

I.G – O Método Pilates cresceu muito no Brasil desde a sua implantação, em 1997. A nossa linha, que chamamos de AUTÊNTICO PILATES, atualmente tem 47 studios franqueados e está presente em 23 cidades brasileiras e em quase todos os estados. Apesar

de ser hoje um grande negócio, é muito importante observar algumas condições fundamentais, como a transparência, a ética, os valores de moral e honestidade. Recebemos muita gente formada por outras escolas, pedindo para fazer uma nova formação aqui conosco. Esta é uma evidência de falta de responsabilidade e oportunismo. Com respeito à venda e construção de aparelhos de Pilates, os fatos se repetem. Os aparelhos de Pilates são muito diferentes dos aparelhos de musculação convencionais que se aprende rapidamente a utilizar. Então, para vender aparelhos e equipamentos, pessoas desonestas criam uma ilusão e um desejo: ser um instrutor de Pilates e montar um studio. Elas vendem a formação de instrutor junto com o studio. Nós sabemos que para abrir um studio o instrutor precisa de tempo e experiência para trabalhar com mais segurança e com melhores resultados para os clientes. Este mercantilismo demonstra uma evidente falta de responsabilidade por parte de muitos oportunistas. Recomendamos todo o cuidado, porque hoje muita gente está se lesionando com o Pilates por estar sendo orientada por pessoas que não tem experiência, conhecimento e todo um comportamento adequado para lidar com os diferentes públicos. Se hoje ainda os médicos recomendam o Pilates, amanhã poderão contra-indicar a sua prática. Minha principal recomendação é que as pessoas procurem informações seguras para praticar o Autêntico Pilates. Mais que uma opção de atividade física, ele é uma verdadeira filosofia de vida.

C.M. – Professora Inélia, mais uma vez agradeço imensamente pela sua atenção e pela delicadeza de ter concedido esta entrevista. Muito obrigada!

[FINAL DA ENTREVISTA]