



UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA

AMANDA DE SOUZA JORGE

MODA FITNESS A CULTURA DO CORPO PERFEITO, EVIDENCIADAS POR
MULHERES FITNESS E COM SOBREPESO DAS ACADEMIAS RED MOB CROSSFIT

Florianópolis, 2018

AMANDA DE SOUZA JORGE

MODA FITNESS A CULTURA DO CORPO PERFEITO, EVIDENCIADAS POR
MULHERES FITNESS E COM SOBREPESO DAS ACADEMIAS RED MOB CROSSFIT.

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Curso de Tecnologia em Design de Moda da
Universidade do Sul de Santa Catarina como
requisito parcial à obtenção do título de
Designer de moda.

Orientador: Prof. Kamilla Souza, Lic.

Florianópolis, 2018

MODA FITNESS A CULTURA DO CORPO PERFEITO, EVIDENCIADAS POR
MULHERES FITNESS E COM SOBREPESO DAS ACADEMIAS RED MOB CROSSFIT.

Este Trabalho de Conclusão de Curso foi
julgado adequado à obtenção do título de
Tecnólogo e aprovado em sua forma final
pelo Curso de Tecnologia em Design de
Moda da Universidade do Sul de Santa
Catarina.

Orientador: Prof. Kamilla Souza.

Florianópolis, 05 de novembro de 2018.

PROFESSORA E ORIENTADORA KAMILLA SOUZA, DR./MS./BEL. /LIC.
UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA.

PROFESSORA TATIANE CORREA, DR./MS./BEL. /LIC.
UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA.

PROFESSORA LILIANE CARVALHO, DR./MS./BEL. /LIC.
UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus e a minha família por ter me garantido um bom estudo e pela oportunidade de realizar meu sonho de infância. Agradeço também ao meu namorado e meus amigos pelo incentivo e pela demonstração de carinho, apoio e força para seguir minha trajetória universitária durante estes dois anos e meio. Especialmente agradeço ao meu irmão Diogo Jorge por ter colaborado com a pesquisa sobre a sua academia Red Mob crossfit.

Aos Professores do curso de Tecnologia em Design de Moda, pelo conhecimento compartilhado, e principalmente à minha orientadora Kamilla Souza, por ter me auxiliado na construção e desenvolvimento deste trabalho.

A moda pode contribuir nesse sentido ao criar roupas que promovam bem-estar e prazer a quem veste. É possível estar à vontade em relação ao próprio corpo mesmo estando acima do peso e fora do padrão imposto por nossa sociedade (GRANEMANN, 2010, p.28)

RESUMO

O presente trabalho busca enfatizar a moda fitness, e a busca excessiva, das mulheres pelo corpo perfeito nos dias atuais. Foi feito um estudo de caso para identificar os desejos e as necessidades das mulheres chamadas de fitness e as mulheres identificadas com sobrepeso, em questão a ergonomia para a prática do esporte de alta intensidade, o Crossfit. Para o estudo foi selecionada a empresa Red Mob Crossfit atuante no mercado de Florianópolis a cerca de dois anos e meio. Proposta de pesquisa, direcionada a empresários na área de moda fitness e estudantes interessados, nesse estudo de satisfação das mulheres em relação aos seus corpos e ergonomia de seu vestuário esportivo com o objetivo de problematizar e identificar estratégias de melhoramento para evolução de marcas fitness, afim de atrair um diferencial de mercado para todos os biotipos. Analisa-se o comportamento das consumidoras e seus pontos de vista, tendências e conforto. Abordando temas como: comportamento e satisfação das consumidoras.

Palavras-chave: Moda fitness. Mulheres fitness. Mulheres com sobrepeso. Crossfit.

ABSTRACT

The present work tries to emphasize the fitness fashion, and the excessive search, of the women for the perfect body in the present days. A case study was done to identify the wants and needs of women called fitness and identified overweight women, in question the ergonomics for the practice of high intensity sport, Crossfit. For the study was selected the company Red Mob Crossfit operating in the market of Florianópolis about two and a half years. Research proposal, aimed at entrepreneurs in the area of fitness and interested students, in this study of women's satisfaction with their bodies and ergonomics of their sportswear with the objective of problematizing and identifying improvement strategies for the evolution of fitness brands, related of attracting a market differential for all biotypes. The behavior of consumers and their points of view, trends and comfort are analyzed. Approaching topics such as: behavior and consumer satisfaction.

Keywords: Fashion fitness. Women fitness. Overweight women. Crossfit.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

FIGURA 1- Gracyanne Barbosa.	19
FIGURA 2- Gabriela Pugliesi.–	20
FIGURA 3- Bella Falconi–	20
FIGURA 6- Moda plus size–	23
FIGURA 7– Área externa Red Mod Capoeiras	25
FIGURA 8–Recepção Red Mob Capoeiras	25
FIGURA 9– Área de treinos Red Mod Capoeiras	25
FIGURA 10– Vestiário Red Mod Capoeiras	25
FIGURA 11 – Área externa Red Mod Santa Mônica.....	26
FIGURA 12–Recepção Red Mob Santa Mônica	26
FIGURA 13–Garage box Red Mob Santa Mônica	26
FIGURA 14- Tipos de corpos–	33
FIGURA 15- BIOTIPOS	34

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	11
1.1 APRESENTAÇÃO DO PROBLEMA DE PESQUISA	12
2. OBJETIVOS	12
2.1.1 Objetivo Geral.....	12
2.1.2 Objetivos específicos	12
2.2 JUSTIFICATIVA	13
2.3 <i>METODOLOGIA</i>	13
3. A ÊNFASE AO CORPO A PARTIR DOS PADRÕES DE BELEZA.....	14
3.1 CARACTERIZAÇÃO DO PADRÃO DE MULHERES FITNESS	16
3.2 CARACTERIZAÇÃO DO PADRÃO DE MULHERES PLUS SIZE	16
3.3 O AUTOPODER DE INFLUÊNCIA DA MÍDIA.....	17
3.4 O PODER DAS INFLUENCERS DIGITAIS NA SOCIEDADE.....	19
4. MODA FITNESS E PARÂMETROS PARA DESENVOLVIMENTO	21
4.1 MODA FITNESS PARA MULHERES PLUS SIZE	22
4.1 RED MOB	25
4.3.1 Apresentação da empresa	25
4.3.2 Apresentação Red Mob no vestuário	29
4.3.3 Sobre o Crossfit	29
4.4 TECIDOS INTELIGENTES PARA MODA FITNESS	30
5. ERGONOMIA NO VESTUÁRIO FITNESS.....	33
5.1 DEFINIÇÃO	33
5.2 ERGONOMIA NO VESTUÁRIO FITNESS	33
5.3. ANTROPOMETRIA NA MODA.....	34
5.4 DEFINIÇÃO	34
5.5 ANTROPOMETRIA NA MODA.....	34
6. ANÁLISE DA TAREFA, DESEMPENHO DAS PEÇAS DE ROUPAS.....	38
7. CONCLUSÃO.....	59

8.REFERÊNCIAS.....	60
---------------------------	-----------

ANEXOS	62
---------------------	-----------

1. INTRODUÇÃO

Moda, Beleza e Ergonomia, o corpo e a moda como discurso das culturas. Os consumidores, muitas vezes não se preocupam com o que utilizam, desde que seja considerado por eles "bonito", no mundo da moda fitness não é diferente, não levaram em consideração para sua decisão de compra a ergonomia oferecida, seja por: tecidos e modelagem.

Originário da língua inglesa, o termo fit tem o sentido de caber, ajustar, encaixar. A cultura do corpo fitness é um movimento que teve seu início na década de 70 e que vem ganhando destaque na sociedade atual, onde o corpo é tido como parte de um padrão de beleza.

A valorização da aparência pessoal e beleza corporal vem ganhando cada vez mais importância na sociedade contemporânea, é o aspecto chave que move o maior número de pessoas a praticar exercícios físicos, que são prescritos como elemento capaz de dotar os corpos de agilidade, vivacidade e beleza sendo capaz de penetrar na cultura fitness restabelecer desejos e objetivos de construir um corpo dentro dos padrões de beleza.

Percebe-se que as mulheres representadas pela cultura fitness contemporânea do século XXI, materializam igualmente, um corpo magro, tonificado, jovem, trabalhado, buscam adquirir o corpo perfeito e idealizado pela sociedade, construindo, assim a eugenia. A eugenia veio desumanizando os corpos feios, trazendo um padrão de beleza que grande parte das mulheres buscam conseguir, para serem aceitas na sociedade.

A indústria da moda, pode ter um papel essencial de incentivo e motivação para a prática de exercícios físicos as mulheres com sobrepeso, à medida que ofereça um vestuário ergonômico e com estética agradável ao público em questão.

Pretende-se analisar esse processo de construção do corpo perfeito. Assim está pesquisa aborda a sociedade e cultura no mundo da moda "fitness". São abordados assuntos como ergonomia, relação entre o corpo feminino fitness e o Plus size, o culto ao corpo magro e Hiper musculoso relacionados à moda

1.1 APRESENTAÇÃO DO PROBLEMA DE PESQUISA

Nos dias de hoje a busca pelo corpo malhado trouxe a inserção de muitas marcas relacionadas a roupas fitness tanto para mulheres magras como para Plus size, porém surgem questionamentos: Moda fitness é para todos? Como o vestuário fitness pode influenciar e motivar mulheres com sobrepeso? Como a moda fitness se relaciona com o Plus size? A moda fitness é realmente ergonômica? Qual a relação deste vestuário com a questão da ergonomia? Qual nível de satisfação das pessoas em relação as roupas fitness? A roupa fitness é para ser usada na academia ou exibir o corpo de academia? É para qualquer mulher essa modelagem e esse corpo que se exhibe? Outros questionamentos também são tratados, em questão ao padrão de beleza imposto pela sociedade do século XXI: Como podemos pensar o feminino hoje? Como pensar no corpo hoje? Esse corpo das academias é o corpo que consome o fitness?

2. OBJETIVOS

2.1.1 Objetivo geral

Analisar relação entre corpo e a moda fitness, através das mulheres fitness e com sobrepeso nas academias Red Mob.

2.1.2 Objetivos Específicos

- Definir os padrões de beleza, apresentado nas academias Red Mob Crossfit.
- Analisar se a moda fitness atende à necessidade e desejos das mulheres.
- Definir o que é moda fitness,
- Definir estudo ergonômico, ergonomia antropométrica e bioimpedância.
- Relacionar eugenia na cultura do corpo com o vestuário,
- Relacionar universo feminino fitness e o plus size,
- Entrevistar: mulheres fitness e com sobre peso, a respeito de ergonomia e padrões de beleza.
- Apresentar a empresa Red Mob Crossfit.

2.2 JUSTIFICATIVA

Esta pesquisa parte das discussões o conceito de moda fitness e mostrar como ela pode vir a impactar diretamente a maneira como as pessoas atualmente consomem está moda. Nesse sentido, este estudo objetiva demonstrar que existe um mercado plus size de moda fitness e as necessidades dessas mulheres, seus estilos de vestir, seu confronto, realizando uma reflexão acerca desse biótipo, colaborando efetivamente para o bem-estar dessas consumidoras.

Através deste estudo, pretende-se verificar, que a Moda fitness e seus discursos visuais é importante a medida que faz pensarmos sobre nossa sociedade e nossa cultura, as práticas que entendemos como naturais, quando desconstruímos a natureza das coisas, quando começamos a entender mais sobre os assuntos, desconstrói também a eugenia que muitas vezes está embutida na estrutura social e que não percebemos. Além de ampliar discussão do meio acadêmico.

2.3 METODOLOGIA

Trabalho de natureza básica, busca trazer conhecimento para os leitores, sobre a moda fitness seus recursos e problemáticas ligado a busca do “corpo ideal”, com objetivo descritivo mostrar a relação entre as mulheres fitness e as com sobrepeso nas academias de Crossfit com as roupas esportivas. Traz uma abordagem de âmbito quantitativo com números sobre níveis de satisfação das mulheres em relação a roupa fitness. Como procedimento bibliográfico apresenta pesquisas em diversas fontes como livros, internet, artigos, revistas, levantamento de pesquisa e questionários às entrevistadas, há também o estudo de caso que tem como foco analisar e coletar informações sobre a relação das mulheres fitness e as com sobre peso sobre as roupas esportivas e sua ergonomia.

Foram registradas fotos, para fins de um estudo ergonômico, onde foram analisadas as peças de roupas usadas pelas praticantes em seus exercícios cotidianos. Na análise da tarefa, foi analisado o desempenho da peça de roupa durante o seu uso, identificando o nível de satisfação das praticantes de Crossfit das academias Red Mob.

Entrevistou-se, 10 mulheres, 5 de cada unidade das academias Red Mob Crossfit, 5 consideradas fitness e 5 com sobrepeso, com idades entre 20 a 40 anos, afim de evidenciar algumas das questões abordadas por esta pesquisa, padrões de beleza e ergonomia, não foi estipulada condição ou nível social.

Possui como técnicas de investigação os métodos: comparativo, monográfico, observacionais que facilitam os objetos de estudos. Em Florianópolis, as academias de Crossfit vem ganhando espaço, como no caso da academia Red Mob que possuem duas unidades na grande Florianópolis e que se torna espaço de estudo para este TCC.

3. A ÊNFASE AO CORPO APARTIR DOS PADRÕES DE BELEZA

Durante grande parte da história da sociedade, é possível perceber padrões de beleza impostos. Mas nem sempre foram os mesmos, cada época vem se modificando estes padrões, os famosos corpos moldados.

Há décadas atrás a exibição de um corpo “saudável” era dada pela sua voluptuosidade, as chamadas “gordinhas” dos dias de hoje, eram as mais cobiçadas mulheres, e o sinal de magreza era visto como “doença”, o corpo era usado como distintivo de classe social. Com o tempo o corpo gordo foi deixado de lado, e atualmente quem possui excesso de gordura é vista como desleixada pela sociedade.

Surge uma relação de olhar e ser olhado, agradar e ser agradado. Consciente ou inconsciente, a imagem que temos de nós mesmos muda, dependendo da aceitação e julgamento que os outros fazem de nossa imagem. Há uma constante inter-relação na qual não se sabe ao certo onde começa e onde termina. (BARROS, 2001 apud BANKOFF; BARROS; SCHIMIDT, 2005, p.01)

No século XXI, há a ênfase ao corpo, hoje o que se vê é uma total busca do corpo “perfeito”, e uma perseguição permanente à “boa forma”. Ostentar essa “perfeição” hoje é motivo de orgulho para muitos, e de frustração para os que não conseguem se inserir no mundo fitness, com base nesta pressão social que faz pessoas idolatram o corpo ideal, buscando-o a qualquer custo, muitas vezes trazendo o sentimento de incapacidade para atingir a perfeição, baixa autoestima, até mesmo doenças.

Hoje em dia, a sociedade enfrenta a busca da aceitação, busca os padrões de beleza estabelecidos. O culto ao corpo perfeito, explorado pela mídia e pela indústria do fitness, induz a uma punição ao próprio corpo em busca do emagrecimento.

Em cada país a cultura do corpo se modifica, no Brasil embora seja um país com tantos biótipos e mulheres diferentes ainda é exaltada e tratada como padrão de beleza o corpo magro ou o corpo Hiper musculoso.

A aceitação do próprio corpo mantém a autoimagem positiva, mesmo não fazendo parte do estereotipo de corpo perfeito. O corpo ideal concomitantemente visto como padrão de beleza, traz também os extremos da sociedade, como uso de anabolizantes, anorexia e outras doenças causadas por distúrbios alimentares.

Recordo-me dos portadores de anorexia nervosa que tratei. Embora magérrimos, reduzidos a pele e ossos, controlavam os alimentos que ingeriam para não "engordar". Como não ficar perplexo ao descobrir que há dezenas de milhões de pessoas nas sociedades abastadas que, apesar de terem uma mesa farta, estão morrendo de fome, pois bloquearam o apetite devido à intensa rejeição por sua auto-imagem? (CURY, 2005, p 5)

O corpo da mulher vende tudo hoje, só não vende auto-estima para elas mesmas. Centenas de milhões de mulheres estão insatisfeitas e ansiosas para serem o que não são e milhões delas estão desenvolvendo bulimia e anorexia nervosa devido à ditadura da beleza (CURY, 2005, p 88)

(BRAGA, 2010) artigo a ansiedade de buscar o corpo ideal, não se trata apenas de vaidade os homens e as mulheres consideradas bonitos ganham certa vantagem em nossa sociedade, eles terão mais facilidade para conseguir o emprego, manter os clientes.

A roupa desempenha um papel importante na mudança desses mapas, complementando os sentimentos de autoestima e admiração e direcionando a sexualidade para busca de afeto e atenção.(COBRA apud GRANEMANN,2010, p.28)

(BANKOFF; BARROS, 2005) de acordo com ele, o padrão de beleza atualmente é um corpo magro, esbelto e “perfeito” ou o fitness. O culto excessivo pelo corpo perfeito acarreta muito no descontentamento de si próprio, refletindo na vida pessoal, no modo de falar de se expressar e de se vestir, o padrão de beleza atualmente é um corpo magro, esbelto e “perfeito”. No entanto, a consciência de um tipo de corpo também pode ter um auto aceitação, para que a pessoa possa viver melhor aceitando seu corpo, sem a preocupação de estar sempre fora do padrão.

Porém, esses padrões são maléficos quando fazem a mulher adoecer e despertam uma sensação de inquietação obsessiva sobre a imagem corporal. A pessoa fica tão insatisfeita com a autoimagem que passa a empobrecer a própria vida. Não sai mais, não consegue trabalhar e nem se relacionar social e amorosamente (NOVAES, 2017).

A partir dos padrões de beleza e da quebra destes, pode-se identificar as mulheres consideradas fitness e as com sobrepeso consideradas Plus size, o que será abordado nos próximos capítulos.

3.1 CARACTERIZAÇÃO DO PADRÃO DE MULHERES FITNESS

O termo fitness originou-se a partir da palavra “fit” que significa “apto”, e da palavra “ness” que significa “aptidão”, desta maneira pode-se entender que “ser fitness” está caracterizado pela aptidão física e também estética. O fitness virou um novo padrão de beleza na sociedade, sendo que a aparência estimada como ideal vem mudando a cada época. As mulheres que desejam se adequar a este padrão mantêm seus esforços diários, em academias e com uma alimentação balanceada.

Sabe aquela sensação deliciosa de dever cumprido, (...). Por dever cumprido entende-se alimentação equilibrada e ginástica praticada com regularidade que resultaram, claro, num corpo superem forma e pronto para ser exibido por aí. É muito bom estar no peso certo, com as curvas em cima e a saúde muito bem, obrigada, reflexo de meses e meses de cuidados constantes e persistentes. Alguém tem alguma dúvida se vale ou não a pena? (BRAGA, 2017).

As mulheres fitness são pessoas preocupadas com a alimentação saudável e a prática intensa de exercícios físicos, a saúde e a aparência. Buscam ter um baixo percentual de gordura corporal. Tornar-se uma mulher fitness requer muita determinação, dependerá das capacidades para o treino, para suportar treinos extremamente intensos.

3.2 CARACTERIZAÇÃO DO PADRÃO DE MULHERES PLUS SIZE

O excesso de peso é um dos maiores problemas de saúde pública no mundo, está associado aos hábitos de vida. Além do sobrepeso estar associado a má alimentação, pode estar associado também a distúrbios psicológicos como depressão, distúrbios alimentares, ansiedade. De acordo com a ABESO (sociedade multidisciplinar, dados IBGE), alguns levantamentos apontam mais de 50% da população está acima do peso, regiões: norte:47,2%, nordeste: 44,45%, centro oeste: 48,3%, sudeste: 50,45% e sul: 56,08%. Estima-se que em 2025, cerca de 2,3 bilhões de adultos estejam com sobrepeso; e mais de 700 milhões com obesidade no mundo.

O sobrepeso é referente a gordura corporal em relação a estatura, o acúmulo excessivo de gordura pode resultar em prejuízos à saúde. O principal meio de estipular o grau de sobrepeso é o **IMC**¹, dividindo-se a massa corporal, em quilogramas, pela estatura em metros elevada ao quadrado (kg/m^2), a classificação deste tem pontos de corte dependendo de idade e sexo. A **WHO** classifica com sobrepeso peso com **IMC** maior que 25 kg/m^2 . Porém o indicador **IMC** pode haver uma estimativa inadequada, pois não discrimina o índice de massa de gordura boa, superestima pessoas muito musculosas e os idosos que tendem a perder massa muscular com tempo.

Nas passarelas, no cinema, na televisão e nas mídias sociais, o que mais se reflete é o padrão de beleza magro. As roupas chegam ao mercado em tamanhos muito pequenos, excluindo o grupo das mulheres Plus size do mercado. E quando ocorre o aumento de uma modelagem para tamanhos maiores, acabado não sendo levado em conta questões de ergonomia, acabado sendo desconfortáveis.

3.3 O AUTOPODER DE INFLUÊNCIA DA MÍDIA

A mídia exerce autopoder de influência em nossas vidas, através dos meios de comunicação. Muitas mulheres se tornam escravas dos padrões da mídia, utiliza-se de padrões de beleza irreais e que acabam sendo inatingíveis.

Agora estamos em pleno século XXI. Quando pensávamos que os nossos direitos seriam respeitados na plenitude, a sociedade de consumo que ajudamos a construir infectou nossa alma com um vírus que nos fez escravas de um padrão irresponsável de beleza. Nas últimas décadas houve um assassinato coletivo da auto-estima das mulheres em todo o mundo. Poucas de nós se descrevem como belas (CURY, 2005, p 87)

O estereotipo de beleza é vendido pela mídia, em revistas, desfiles, na televisão no cinema, fazendo com que acreditemos que todos devemos se encaixar a um determinado padrão de beleza, sendo a receita para felicidade. Em todos os meios ligados a mídia, é perceptível o culto ao corpo perfeito, apresentam atrizes e modelos magras em forma e mostram sua felicidade e sua carreira promissora. A mídia é capaz de impor os padrões da moda e aliá-los ao profissional, financeiro, transmitindo que os aspectos são inerentes e não é possível viver sem eles.

Pelas mensagens, ficou comprovado que a aparência e o estilo da mulher muitas vezes determinam seu sucesso ou fracasso em empresas que lidam diretamente com o público, caso de bancos, empresas aéreas e lojas de departamentos. Algumas contaram casos de discriminação profissional,

¹IMC- Índice de massa corporal

inclusive em concursos, por não estarem dentro do padrão de beleza. (CURY, 2005, p 93)

Estou falando de uma terrível ditadura que oprime e destrói a autoestima do ser humano: a ditadura da beleza. Apesar de serem mais gentis, altruístas, solidárias e tolerantes do que os homens, as mulheres têm sido o alvo preferencial dessa dramática ditadura. Cerca de 600 milhões de mulheres sentem-se escravas dessa masmorra psíquica. É a maior tirania de todos os tempos e uma das mais devastadoras da saúde psíquica. (CURY, 2005, p 4)

As imagens das modelos e atrizes em diversas campanhas de publicidade são amplamente pulverizadas em todos meios de comunicação fugindo da realidade e se tornando um padrão inexistente. As mulheres recorrem aos extremos para alcançar o corpo magro ou Hiper musculoso que se impõe como exemplo de beleza.

O padrão estético de beleza atual, perseguido pelas mulheres, é representado imagetivamente pelas modelos esqueléticas das passarelas e páginas de revistas segmentadas, por vezes longe de representar saúde, mas que sugerem satisfação e realização pessoal e, principalmente, aludem à eterna juventude. (BOHM, 2004, p.19).

De acordo com (RESENDE, 2013) a mídia torna-se o elemento principal de disseminação do corpo perfeito, propagando a ideia de modificação do corpo como uma forma de realização pessoal nos diversos campos da vida social e afetiva do sujeito, leva as mulheres à artificialização.

A grande maioria das mulheres gostaria que a mídia difundisse um padrão de beleza comum, que enfatizasse um biótipo normal da mulher, e não estabelecesse como padrão de beleza corpos super magros de adolescentes. A mulher atual deseja ainda que a mídia enfatize menos as curvas do corpo e mais a inteligência da mulher. (CURY, 2005, p 89)

De acordo com (CURY, 2005) devemos aprender a ter um caso de amor por nós mesmos, aprender a gostar de como somos, e nunca nos compararmos com ninguém, pois cada um tem seu jeito próprio e isso torna cada pessoa um ser único.

A pressão social da mídia sobre as pessoas faz com que elas idolatrem o corpo “ideal”, divulgando um padrão de beleza hegemônico, vinculando a magreza e o corpo sarado como sinônimo de saúde, e muitas vezes o corpo manipulado

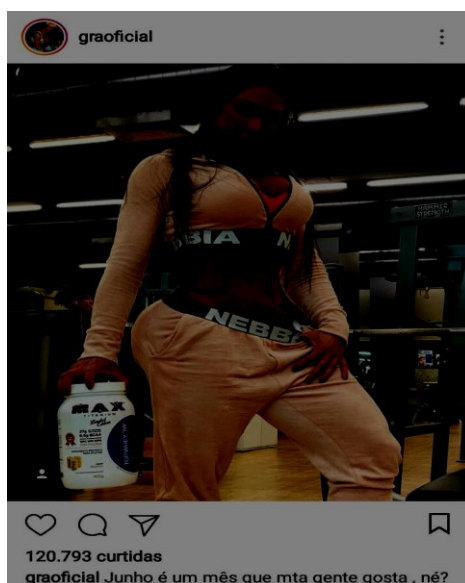
Por programas de computação, sem celulites, excessos de gordura, cicatrizes, etc, transmitindo felicidade e sucesso, a mulher perfeita mora na mídia, ela além de linda e esbelta é inteligente divertida e uma mãe amorosa, por tanto uma mulher feliz.

3.4 O PODER DAS INFLUENCERS DIGITAIS NA SOCIEDADE

É notável pessoas estão cada vez mais preocupadas com saúde e aparência, fato evidenciado pelo aumento no número de academias e de pessoas influenciadoras, estas exercem um impacto afim de formar um público engajado, esses influenciam a tomada de decisões de compra das pessoas, fazem trabalhos para marcas afim de manter visibilidade, assim as influencers fitness ajudam a manter o mercado de moda fitness em alta.

Os perfis em redes sociais voltados para os temas de alimentação saudável, academias, vem tomando espaço, as influencers fitness mostram suas rotinas de exercícios e alimentação regrados, exercem o papel de modelos de referência e estimula as pessoas que as seguem. Assim acabamos tendo mais uma mídia a influenciar através dos perfis destas. Como é o caso delas: (FIGURA1) Gracyanne Barbosa, (FIGURA 2) Gabriela Pugliesi e (FIGURA 3) Bella falconi.

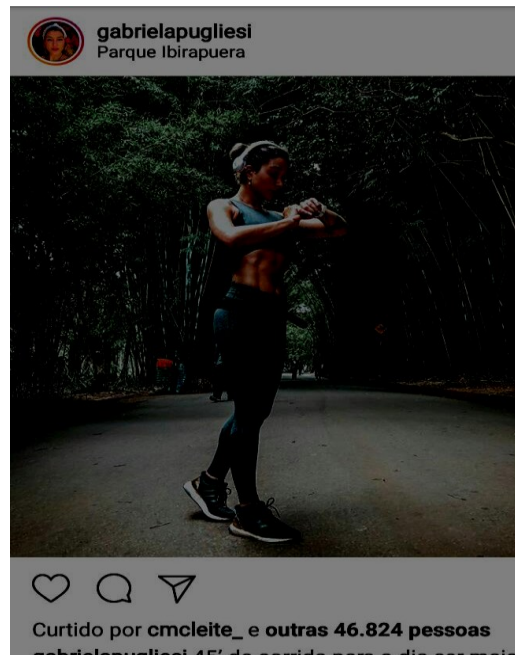
FIGURA 1- Gracyanne Barbosa



Fonte: Instagram @graoficial (2018)

Gracyanne Barbosa até o presente momento possui mais de 7,1 milhões de seguidores no Instagram, e 13.181 publicações.

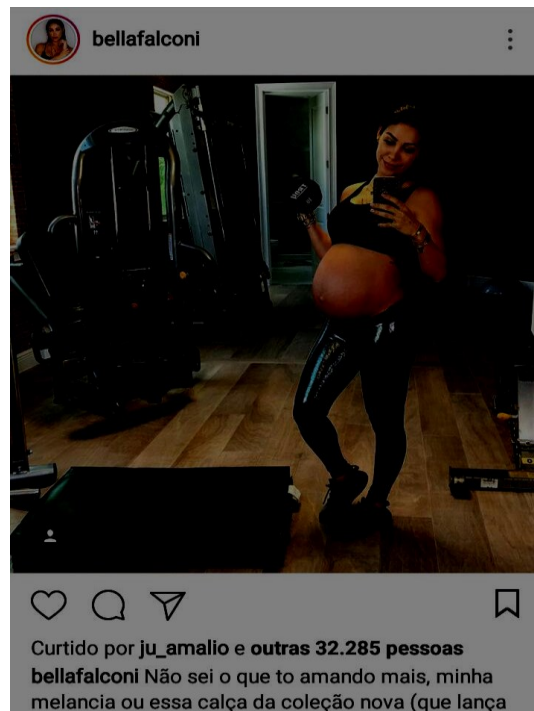
FIGURA 2- Gabriela Pugliesi



Fonte: Instagram @gabrielapugliesi (2018)

Gabriela Pugliesi até o presente momento possui mais de 3,9 milhões de seguidores no Instagram, e 11.962 publicações em sua conta

FIGURA 3- Bella falconi



Fonte: Instagram @bellafalconi (2018)

Bella Falconi até o presente momento possui mais de 3,7 milhões de seguidores no Instagram, e 13.294 publicações em sua conta.

As pessoas hoje em dia gostam de se expor em redes sociais, caracterizada pela comunicação contemporânea. Adeptas a esse universo fitness postam fotos dos seus corpos mostrando os próprios resultados de suas dietas, alimentação regrada

4. MODA FITNESS E PARÂMETROS PARA DESENVOLVIMENTO

Na década de 1980, o corpo chamado de fitness entra em vigor, tendência de redefinição muscular, nos Estados Unidos foi uma época marcante para este estilo. A mulher torna-se vigorosa, os cabelos são longos e arrumados. O objetivo quanto ao corpo agora é redefinição muscular, na tentativa de se igualar aos homens. Mas ainda a sensualidade feminina está presente, e acontece por meio dos tratamentos estéticos, das cirurgias estéticas e das dietas milagrosas.

Somente nos anos 2000 As roupas esportivas ficaram conhecidas como Moda fitness. A uma explícita ligação do corpo e da maneira de se vestir, o que se veste reflete diretamente na maneira que você é, ou como está se sentindo. As roupas utilizadas tornam-se fator de inspiração para ir à academia.

É como se o vestuário e a mente tivessem opiniões divergentes. Entretanto, quando o conforto, a funcionalidade e a qualidade da roupa juntam-se a tecnologia, ajustamos a beleza que agrada nossos sentimentos, fazendo de nós a máquina perfeita e feliz, nos colocando em uma situação ideal. Isso acontece com tudo e com todos. O conjunto é que dá a resposta ideal (GRAVE, 2004 p.100).

A preocupação da sociedade com a saúde e o corpo impulsionou o mercado de moda fitness, dentro dele a diversos segmentos, de acordo com cada modalidade esportiva. O diferencial de cada marca acaba sendo atender algum tipo de segmento específico.

A moda fitness ganhou força nas academias se tornando mais um espaço para ditar tendências, para o público feminino requer as tendências de moda, com estampas diferentes, cores chamativas e variedade de modelos no design e na modelagem, de forma a ser funcional e adequada a atividade que será realizada.

Durante a concepção e o desenvolvimento do vestuário, alguns parâmetros são considerados, para conquistar a plena satisfação do usuário, como as necessidades dos corpos e das atividades desempenhadas com o vestuário. A roupa para a prática de exercícios físicos depende intensamente do desempenho têxtil, cabe propiciar a termo

regulação em caso de transpiração, permitir que o suor evapore, trazendo conforto e usabilidade para o usuário.

Com o intuito de oferecer aos clientes maior satisfação e desempenho, as indústrias de confecção de moda fitness, vem se aperfeiçoando na busca de tecidos tecnológicos, modelagem e costuras que possibilitem ser além de atraentes, peças funcionais.

SEBRAE, 2015 de acordo com a pesquisa revelou que os consumidores deste mercado procuram consumir produtos fitness que garantem conforto, tecnologia e estilo.

No âmbito da moda e do vestuário, um dos objetivos da ergonomia é proporcionar ao usuário a sensação de bem-estar, tendo em foco suas características, habilidades e limitações.

A moda pode contribuir nesse sentido ao criar roupas que promovam bem-estar e prazer a quem veste. É possível estar à vontade em relação ao próprio corpo mesmo estando acima do peso e fora do padrão imposto por nossa sociedade (GRANEMANN, 2010, p.28)

De acordo com o SEBRAE no segmento o Brasil fatura cerca de R\$ 65 bilhões ao ano, com mais de 7 mil lojas especializadas em esporte e mais de 14 mil que vendem algum item esportivo.

Os praticantes de exercícios físicos, estão cada vez mais exigentes em questão ao vestuário fitness, querem modernidade e estilo, e ao mesmo tempo que sejam confortáveis, adequados para melhor rendimento físico, roupas leves com maior transpiração e que não limitem seus movimentos, são características que levam muito em conta na hora da compra.

No caso do Crossfit, esporte a ser estudado nesta pesquisa, ao produzir as roupas deve-se levar em conta os aspectos que relacionam a prática e potencializem a performance do seu cliente. Camisetas com tecidos sintéticos e tecidos leves, que facilitam a transpiração além de secagem rápida, possibilitem a movimentação, e shorts com compressão evitam lesões. Nos treinos feitos ao ar livre, roupas com proteção UV, e que proporcionem controle térmico.

4.1 MODA FITNESS PARA MULHERES PLUS SIZE

O surgimento do plus size, veio atender a demanda de um grupo que acabava não se enquadrando aos padrões da moda. As mulheres plus size, não são necessariamente pessoas que não se preocupam com a saúde, e que em muitos casos tem inclusive o desejo

de perder peso, e para tanto buscam diversos tipos de atividade física. Geralmente procuram roupas que as valorizem alongue a silhueta e disfarcem partes como: barriga, quadris e culotes. Algumas tentam disfarçar suas formas usando roupas largas e escuras, o que acabam desvalorizando suas silhuetas.

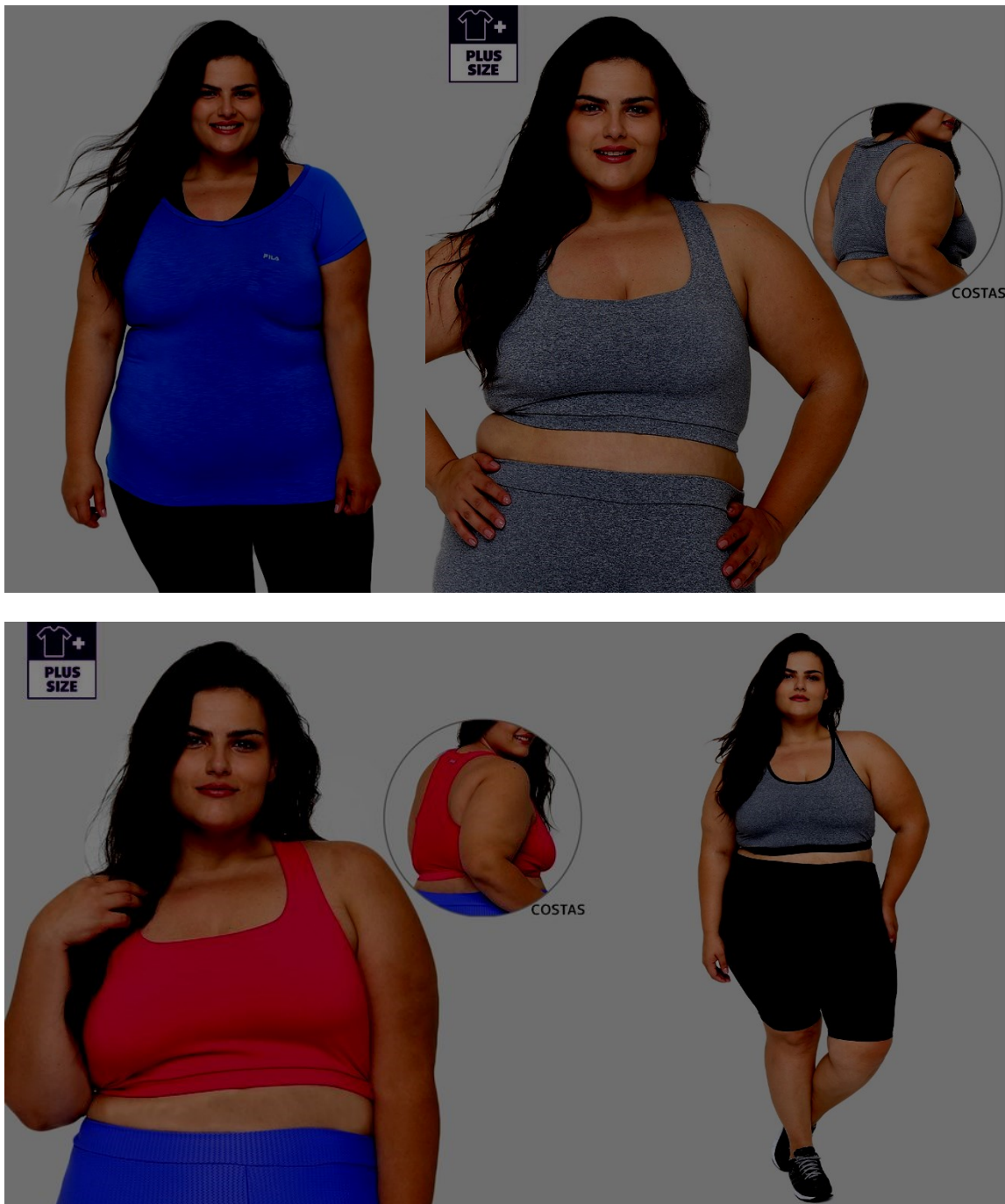
Manter uma autoimagem positiva em relação ao corpo é possível inclusive para mulheres plus size, as quais precisam de incentivo para aceitarem seu próprio corpo e estereótipo.

A roupa desempenha um papel importante na mudança desses mapas, complementando os sentimentos de autoestima e admiração e direcionando a sexualidade para a busca de afeto e atenção. (COBRA apud GRANEMANN, 2010, p.28)

O vestuário fitness, se adequem ao biótipo das mulheres com sobrepeso? Ou é somente para mulheres que vestem tamanhos “padrões”? As mulheres com sobrepeso se sentem muitas vezes constrangidas de realizarem exercícios físicos, academia pois se depararem com corpos atléticos e esculturais valorizados através das roupas, acabam se sentindo envergonhadas, dificilmente encontram roupas que contribuam para que se sintam bem, bonitas e que possam contribuir ergonomicamente com os exercícios.

Nas figuras 6, vestuário de mulheres plus size na moda fitness, pode ser percebido a falta de diferenciais, na questão de modelagem, recortes e esteticamente.

FIGURA 6 – ROUPAS PLUS SIZE



<https://www.netshoes.com.br/top-gonew-plus-size-alta-sustentacao-com-alcas-regulaveis-mescla-C62-1371-188> Acesso: (29/11/2018).

(Medeiros, Cardoso 2010, p.6), profissionais da saúde apontam, que a moda pode interferir positivamente em casos de sobrepeso e obesidade, quando propõe roupas em tamanhos maiores, com características ligada a moda. Argumentam que mulheres com sobrepeso ou obesas precisam se sentir confortáveis e apresentáveis para realizar atividade física e interagir socialmente, como qualquer pessoa, e que o bem-estar e elevada autoestima estão entre os pilares para qualquer mudança comportamental.

A partir dos dois biótipos apresentados, mulheres fitness e mulheres plus size, foi feito um estudo nas academias Red Mob Crossfit.

4.3 RED MOB

4.3.1 Apresentação da empresa

A empresa Red Mob Crossfit foi criada em setembro de 2015, com sede na Avenida Gov. Ivo Silveira, 3310 - Capoeiras, Florianópolis-SC, tendo como fundadores Diogo Jorge, 35 anos (Responsável administrativo),

André Barbosa Lops, 39 anos (Head Coach² da unidade do bairro Capoeiras) e Janaína Santos, 39 anos (Gerente unidade do bairro Santa Mônica), com o intuito de difundir o esporte em Florianópolis. Diante do sucesso obtido com a primeira unidade, deram início ao projeto de um segundo box³, inaugurado no dia 2 de maio de 2017 localizada Av. Madre Benvenuta, 1263 Santa Mônica – Florianópolis/SC. As duas unidades já somam mais de 700 alunos, e a marca Red Mob tornou-se referência de mercado em no Estado de Santa Catarina.

A unidade do bairro Capoeiras, conta com oito funcionários, sendo duas caixas, três Coachs, um estagiário, um serviço geral e um da empresa terceirizada ORSESP responsável pela limpeza. A unidade do bairro Santa Mônica conta com onze funcionários, sendo duas caixas, quatro Coachs, três estagiários, um serviço geral e um da empresa terceirizada ORSESP responsável pela limpeza.

Um dos diferenciais de sucesso se dá a quantidade tanto da infraestrutura quanto na capacitação dos Coachs⁴, treinados para trazer evolução dos alunos no esporte dentro

²Head coach: treinador principal

³Espaço de treino, academia

⁴Profissional educador físico que comanda o treino.

das limitações desses. Além de Crossfit, a empresa também difunde outras modalidades a fim de atingir o objetivo e a preferência de cada aluno: Hiit⁵, Endurance⁶ e Power Lifting⁷, que acontecem simultaneamente ao box principal no que foi chamado de garagem box (área de treino).

A marca também amplia seus interesses dando ênfase ao bem-estar da comunidade aonde está inserida, adotando praças e organizando campanhas de doação, entre outras. O box mantém a Praça Irmã Maria Tereza Kock, localizada ao lado da unidade do Bairro Santa Mônica e visa ampliar sua participação em projetos de caridades como por exemplo a campanha do agasalho.

Conta com mais de 10,4 mil seguidores no Instagram e uma equipe especializada que faz as postagens diariamente com alto alcance de público, resultando em um bom posicionamento da marca no mercado.

A publicidade da marca é feita por outdoors, criação de peças institucionais em revistas regionais e parcerias com várias empresas de setores diversos, visando oferecer benefícios e descontos aos alunos e patrocínios de eventos.

Os alunos contam com um aplicativo chamado Box Checkin que auxilia na gestão do box no controle de fluxo de alunos, são disponibilizadas vagas de aulas, avisos, mensalidade, pagamentos. Em conversa com o sócio Diogo Jorge, garante que Red Mob tem orgulho de ser o box de maior crescimento e reconhecimento em Santa Catarina, além de ser uma das referências nos quesitos: profissionalismo dos Coachs e atletas, posicionamento na mídia e relacionamento com alunos.

⁵High Intensity Interval Training, termo inglês para Treino Intervalado de Alta Intensidade.

⁶Treino de resistencia.

⁷ Treino de força.

FIGURA 7, 8 - Red Mob Capoeiras



fonte: <http://redmobcrossfit.com.br/> (2016)

FIGURA 9, 10- RED MOB CAPOEIRAS

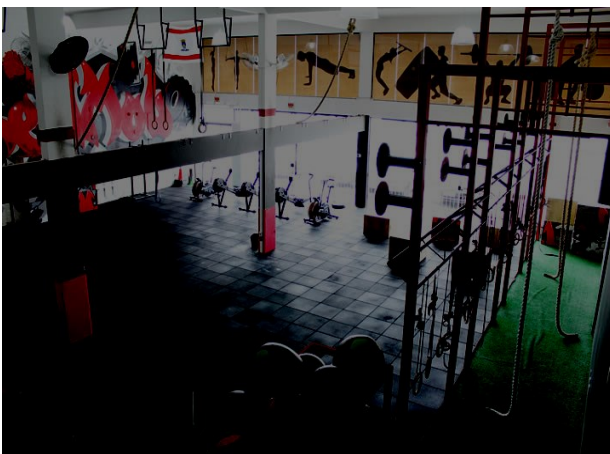
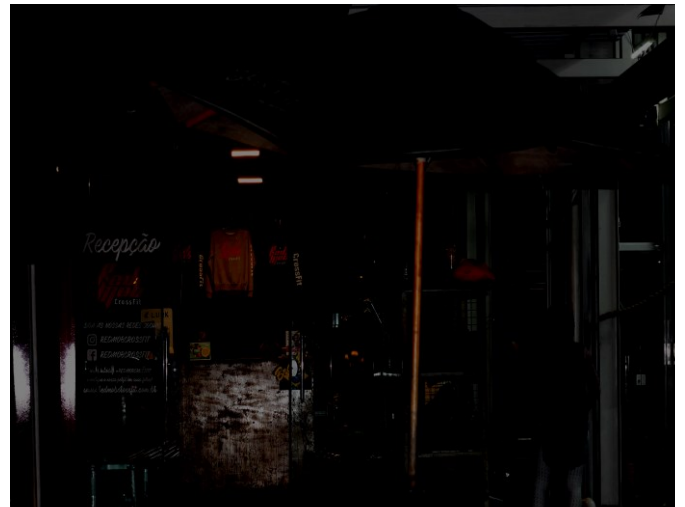


FIGURA 11, 12- Red Mob Ilha



fonte: Amanda Jorge(2018)



fonte: Amanda Jorge (2018)

FIGURA 13- GARAGE BOX RED MOB ILHA



fonte: Amanda Jorge (2018)

4.3.2 Apresentação Red Mob no vestuário

Além da gama de marcas que estão aparecendo no mercado, diversas academias possuem seus próprios comércios internos, movimentos faturamento desse segmento vestuário.

A marca Red Mob expandiu seus horizontes em 2016, um de seus donos Diogo Jorge, que já trabalhou muito anos no comércio de roupas e tênis esportivos, criou linhas de roupas by Red Mob Crossfit, que acabaram sendo bem aceitas pelos seus clientes, assim além de produzir vestuário, também são produzidos acessórios como bonés, munhequeiras⁸ e meções todos com a logo da empresa ou produzidas novas estampas com o nome da marca.

Tem como público alvo homens e mulheres com idade entre 18 e 60 anos, são pessoas antenadas em saúde e esporte, praticantes de Crossfit na própria, gostam de exercícios em equipe competições, misturam conservadorismo com ousadia na hora de se vestir e a cima de tudo prezam o conforto.

Os recursos investidos pela empresa estarão focados no marketing e desenvolvimento de produtos que revolucionem e tragam o diferencial para o mercado. Agora também atuante no setor de moda, trazendo qualidade, com intuito de proporcionar conforto, bem-estar, excelência em seus produtos e satisfação dos clientes.

Valores da empresa: A empresa honra seus compromissos de suprir as necessidades de seus clientes, agindo com transparência e ética, contribuindo e assegurando qualidade nos seus serviços. Compreende o relacionamento e respeito aos seus funcionários, contribuintes e seus clientes.

Materiais utilizados, tecidos Suplex, meia malha, algodão, moletom. Utilizam estampas digitais, logomarca, logo de competições internas, e logo para programas internos de emagrecimento ou ganho.

4.3.3. Sobre o Crossfit

O Crossfit originou-se na década de 90, na Califórnia, com o ex ginasta Greh Glassman, com vontade de inovar criou um método de treinamento de alta intensidade para treinar alguns amigos oficiais da polícia e do exército americano,

⁸Munhequeiras: acessório para o pulso, auxilia na estabilização e no movimento.

Foi o treinador do Departamento de Polícia de Santa Cruz e abriu sua primeira academia em 1995, mas a marca CrossFit só foi oficialmente estabelecida em 2000.

A popularidade da modalidade nos últimos 10 anos só vem aumentando, atualmente existem mais de 10 mil academias afiliadas pela CrossFit Inc. em mais de 97 países. E tudo isso por que esta modalidade se diferencia da monotonia de treinos de musculação por exemplo, a uma grande intensidade nos treinos que desafiam cada participante, e o espírito de equipe motiva superar os obstáculos.

O Brasil superou a marca de mais de mil boxes de Crossfit, atrás apenas dos Estados Unidos. O Primeiro box de Crossfit no país (Crossfit Brasil) surgiu em São Paulo em 2009 trazida pelo primeiro head coach brasileiro Joel Friedman. No estado de Santa Catarina o primeiro box de Crossfit surgiu em 2012 e atualmente são um total de 62 boxes afiliados a Crossfit inc.

É inegável os inúmeros benefícios que traz a prática deste esporte, além de trazerem uma vida mais saudável aumento da qualidade de vida, mudam até mesmo a vida social de cada praticante, com finalidade de melhorar a condição física, traz mais disposição para as tarefas diárias, e bem-estar mental.

O diferencial do Crossfit é a motivação, incentivação, para a prática e para acalçar seus objetivos pessoais. Apesar de treinos extremamente intensos o Crossfit abrange todas as idades, os treinos em grupos tornam a atividade mais prazerosa, e cada exercício há suas adaptações, conseguindo assim atender a todos parâmetros. Assim constroem uma relação social e melhoram a obtenção de resultados pessoais e em competições.

Os profissionais de Educação física chamados nos boxes de Head Coaches, transmitem os conhecimentos e conceitos dos exercícios, mas também a respeito da saúde, a nutrição adequada, e os prejuízos causados por excesso de exercícios. Durante os WODs (Workout of the day) o gasto calórico varia para cada pessoa, dependendo da intensidade e duração de cada treino e de cada pessoa.

4.4 TECIDOS INTELIGENTES

A moda tecnológica permite diversos benefícios, os tecidos inteligentes e tecnológicos, usam a nanotecnologia aplicada, essa tecnologia de alta performance é a mais indicada para prática de exercícios físicos, as “fibras inteligentes” são responsáveis pelas variações de estímulos como luz, calor, suor. São responsáveis pelo equilíbrio térmico, mantêm o corpo seco, conduzem eletricidade, bloqueiam raios solares e detêm o crescimento de bactérias.

São tecidos com propriedades especiais, capazes de reagir a uma variação ou estímulo de luz, calor, umidade, trazendo benefícios ao usuário (Senai, 2014)

SEBRAE, 2017 tecidos trados com nanotecnologia podem também repelir líquidos, tornando-os impermeáveis, assim como detectar a presença de armas químicas e fechar os poros (do tecido) de maneira automática.

Atualmente a tecnologia em roupas esportivas é levada muito em conta na hora da produção e na compra, por isso a indústria têxtil vem se especializando e criando novos tecidos que possibilitem melhor conforto. Tecidos que causem compressão muscular evitando o desperdício de energia, tecidos leves que facilitem movimentação e que retém o suor.

SEBRAE, 2017 afirma que até 2027, o mercado de tecnologia vestível alcançará a marca de US\$ 150 bilhões/ ano. Estima-se que 2,6% da população seja adepta a tecnologia vestível, o que demonstra a força do mercado.

A malha é mais utilizada na moda fitness, por garantir mais liberdade nos movimentos, adequando-se a ergonomia, atualmente a tecnologia nas roupas é muito levada em conta na hora da aquisição da peça.

Áreas como peitos, costas, axilas, pernas e pés alvo de maior sudorização ou poliferação de bactérias e odores desagradáveis, dependendo do desporto praticado. Durante o desenvolvimento dos produtos, essas características são direcionadas às áreas específicas da peça podendo ocorrer, inclusive, a utilização simultânea de algumas tecnologias na mesma peça. (FANGUEIRO; FILGUEIRAS; RAPHAELLI, 2008, P.14)

SEBRAE, 2015 segundo dados do estudo sobre os tipos de tecidos utilizados nas roupas fitness, realizada pela UNESP (Universidade Estadual Paulista), revelou que 64% dos entrevistados optam pelo conforto térmico nas peças de roupas fitness.

Alguns tecidos:

Supplex: produzido com fio de poliamida, é uma fibra sintética com grande resistência ao atrito. Considerado um dos tecidos mais leves, possui secagem rápida e oferece conforto e a sensação de vestir um tecido feito de algodão, mas com os benefícios da tecnologia do nylon. Protege dos raios solares, retém a cor do tecido por mais tempo, evita o mau cheiro provocado pelo suor e possui alta compressão, atenuando micro traumas da prática esportiva.

Emana: fio inteligente de poliamida. Possui cristais bioativos na sua composição, capazes de absorver o calor do corpo e devolver para a pele

em forma de raios infravermelhos. Reduz os sinais de celulites e fadiga muscular.

New Zealand: tecido frio que oferece muita compressão e alta elasticidade, modelando o corpo e oferecendo maior sustentação da musculatura. Também possui proteção UV e secagem rápida.

X-Bio: tecido leve que protege dos raios ultravioletas e possui ação bacteriostática, evitando a proliferação de bactérias e o mau cheiro na roupa.

FastSkin: comprime o corpo do atleta diminuindo as vibrações dos músculos e reduzindo a perda de energia.

Thermodry: feito de fibras sintéticas, mantém o corpo seco, pois permite que a transpiração passe rapidamente para fora do tecido.

Tecidos compressores: melhoram a circulação sanguínea, a sustentação muscular e aumentam o desempenho do atleta. São indicadas também para a recuperação do atleta, reduzindo a fadiga muscular. Fique atento aos níveis de compressão nesses tecidos e confira a regulamentação em relação à etiqueta de composição.

Devore Ecológico e Polo Stone Ecológico: composto de algodão (37%) e garrafa pet/poliéster (63%), possibilitando ofertar um tecido ecológico ao cliente.

BioTrack: facilita a transferência de calor do corpo para o meio externo, porque atua como uma segunda pele. Possui ação bacteriostática que torna o tecido resistente a 30 lavagens.

(SEBRAE (2015))

Um dos problemas de pele mais frequentes nas mulheres é a celulite, podendo aparecer por diversos fatores como genética, excesso de peso e problemas de circulação, estas atingem geralmente pernas, bunda e coxas. Como alternativa para melhorar a aparência o vestuário vem como aliado, de acordo com o Portal Emana Transforma, foi produzido o fio. Emana ele estimula a microcirculação sanguínea, auxilia na temperatura corporal, assim contribuindo para redução de celulites.

Com isso, podemos observar que a tecnologia têxtil apresenta soluções adequadas para compor as soluções necessárias para os biótipos apresentados neste estudo e aprimorar o desempenho das praticantes em seus exercícios.

5. ERGONOMIA NO VESTUÁRIO FITNESS

5.1 DEFINIÇÃO

A definição mais antiga usada é segundo LIDA (2005, p.01), “A ergonomia é o estudo da adaptação do trabalho ao homem. Isso envolve não somente o ambiente físico, mas também os aspectos organizacionais de como esse trabalho é programado e controlado para produzir os resultados desejados”

Ergonomia é o estudo do relacionamento entre o homem e o seu trabalho, equipamento e ambiente, e particularmente a aplicação dos conhecimentos de anatomia, fisiologia e psicologia na solução dos problemas surgidos desse relacionamento” (Ergonomics Research Society, Inglaterra).

5.2 ERGONOMIA NO VESTUÁRIO FITNESS

Um de seus objetivos no vestuário é proporcionar conforto, tendo em vista as características e as limitações. A maneira que a roupa se adequa ao corpo do indivíduo será muitas vezes a decisão de compra.

A ergonomia se vale da antropometria para a partir destas informações definir os limites humanos em termos das suas dimensões e deduzir como as pessoas interagem com o meio. (Pudles apud BERTON, 2005, p.16)

Desta forma Granemann (2010) coloca que o importante na modelagem é que ela consiga valorizar e trazer o há de mais bonito em cada biótipo.

A ergonomia em peças esportivas tende a melhor promover o desempenho e alcance do objetivo. Porém nem todas roupas fitness são produzidas ergonomicamente causando desconforto e falta de usabilidade. O mais importante na área da ergonomia do vestuário fitness sem dúvida é a modelagem, precisa respeitar a anatomia os movimentos e as funções que a peça exercerá.

(Barthes, 2010) acentua esta capacidade transformadora da moda quando menciona que está tem a capacidade de ajeitar o vestuário, de tal modo que ele transforme o corpo real e chegue a ponto de fazê-lo significar o corpo ideal da moda: alongar, encher, aumentar, diminuir, afinar.

A ergonomia acaba sendo esquecida, quanto a peças fitness para pessoas com sobrepeso, a modelagem é pensada para o “padrão de beleza” imposto, são produzidas peças como Plus size mas há somente adaptação de numeração esquecendo dos diferentes biótipos e necessidades destes, tornando-se peças inadequadas e desconfortáveis.

A ausência de folga na linha da cintura, que acarreta vermelhidão na pele; ausência de folgas nas coxas e nos quadris; enrugamento nas costas e nas mangas durante a movimentação dos braços; roupas que destacam algumas partes do corpo, como por exemplo, a barriga. (ALVES et.al 2011, p.03)

As medidas do ser humano são divididas em duas categorias gerais: objetivas e subjetivas:

As medidas objetivas são aquelas realizadas com o auxílio de instrumentos de medida e resultam em um determinado valor numérico. Exemplos de medidas objetivas são as medidas antropométricas, como estatura, peso e força. Aqui também se incluem as medidas, fisiológicas, como a temperatura corporal, composição do sangue, da urina atividades elétricas da musculatura e outros. (LIDA, 2005, p.54, 56)

Medidas subjetivas são aquelas que dependem de julgamento do sujeito. Por exemplo, fadiga e conforto dependem de muitos fatores e dificilmente podem ser determinados por medidas instrumentais, ainda que indiretamente. Nesse caso o “sentimento” de fadiga ou conforto deve ser manifestado pelo sujeito. (LIDA, 2005, p.56)

Através de modelagens ergonômicas e adequadas para cada biótipo é possível garantir o maior conforto das peças de moda fitness

6. ANTROPOMETRIA

6.1 DEFINIÇÃO

As medidas antropométricas nem sempre são fáceis de mensurar em um país como o Brasil, onde a miscigenação prevalece. No caso do vestuário é possível identificar a dificuldade na grade de tamanhos, que muitas vezes não acabam atendendo a públicos diferentes, dentro de uma mesma tabela de medidas.

Assim, até a década de 40, as medidas antropométricas visavam determinar apenas as grandezas médias da população, como pesos e estaturas médias. Depois passou-se a determinar as variações e os alcances dos movimentos. Hoje, o interesse maior se concentra no estudo das diferenças entre grupos e a influência de certas variáveis como etnias, regiões e culturas. (LIDA, 2005, p.101)

6.2 ANTROPOMETRIA NA MODA

O estudo da antropometria se faz necessária para o presente trabalho por se tratar de um estudo de movimentos e de adequação e peças do vestuário a um tipo de atividade específica, a atividade aqui estudada é ativa e exige da praticante amplitude de seus movimentos, seus membros precisam estar livres para a execução dos exercícios.

De acordo com LIDA (2005, p.108) há três tipos de antropometria: estática, dinâmica e funcional. A antropometria estática as medidas quando os corpos se mantêm parado ou com poucos movimentos, aplicada em projetos que não precisam de muita mobilidade como no caso do mobiliário em geral.

No Brasil, ainda não existem medidas antropométricas normalizadas da população. (A Associação Brasileira de Normas Técnicas tem projeto para normalizá-las, mas são baseadas em medidas norte-americanas, já apresentadas na Tab. 6.3). Isso significa que não existem, ainda medidas abrangentes e confiáveis da população brasileira. (LIDA, 2005, p.119)

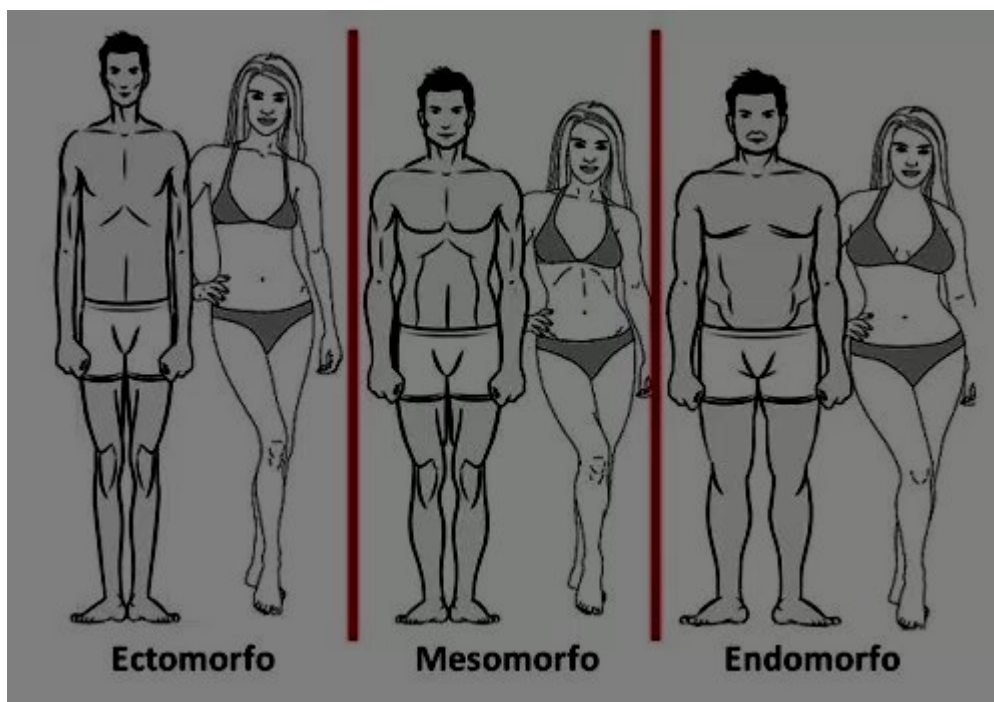
A antropometria dinâmica são as medidas do alcance dos movimentos quando o corpo está totalmente estático. Já a antropometria funcional está sempre em movimentos.

Se o produto ou local de trabalho for dimensionado com dados da antropometria estática, será necessário, posteriormente, promover alguns ajustes para acomodar os principais movimentos corporais. Ou, quando esses movimentos já são previamente definidos, pode-se usar os dados da antropometria dinâmica, fazendo com que o projeto se aproxime mais das suas condições reais de operação. Um ajuste mais preciso pode ser realizado pela antropometria funcional, quando os movimentos corporais não são isolados entre si, mas diversos movimentos interagem entre si, modificando realizados simultaneamente. Esses movimentos interagem entre si, modificando os alcances, em relação aos valores da antropometria dinâmica. (LIDA, 2005, p.124)

William Sheldon (1940) identificou que características físicas herdadas geneticamente poderiam ser classificadas em três tipos físicos básicos, de características dominantes, após realizar sua pesquisa com cerca de 4000 estudantes norte-americanos, definidos como: Endomorfo, Ectomorfo e Mesomorfo.

O Ectomorfo tem metabolismo rápido, geralmente apresenta pernas e braços longos, cintura e quadril estreitos classificados como magros, como exemplo desse tipo físico estão os modelos de passarela. Já os Endomorfos têm um metabolismo mais lento e mais facilidade para ganho de peso, e dificuldade de perder gordura localizada, são pessoas de braços e pernas mais curtas e com cintura e quadris mais voluptuosos. Os mesomorfos por sua vez tem facilidade para ganhar massa magra, e não têm muito problema para emagrecer. Apresentam resultados rápidos na musculação.

FIGURA 14- TIPOS DE CORPOS



fonte: <https://portaldomonstro.com/mesomorfo-endomorfo-e-ectomorfo/> Acesso: (12/05/2018)

É possível encontrar 5 biótipos diferentes de corpos: Ampulheta, triângulo invertido, Triângulo, Retângulo e Oval. Comparados e identificados a partir de 3 linhas de medida do corpo, do quadril+ cintura+ ombro.

Triângulo invertido: Caracteriza-se pelas pessoas que tem os ombros mais largos que a linha do quadril.

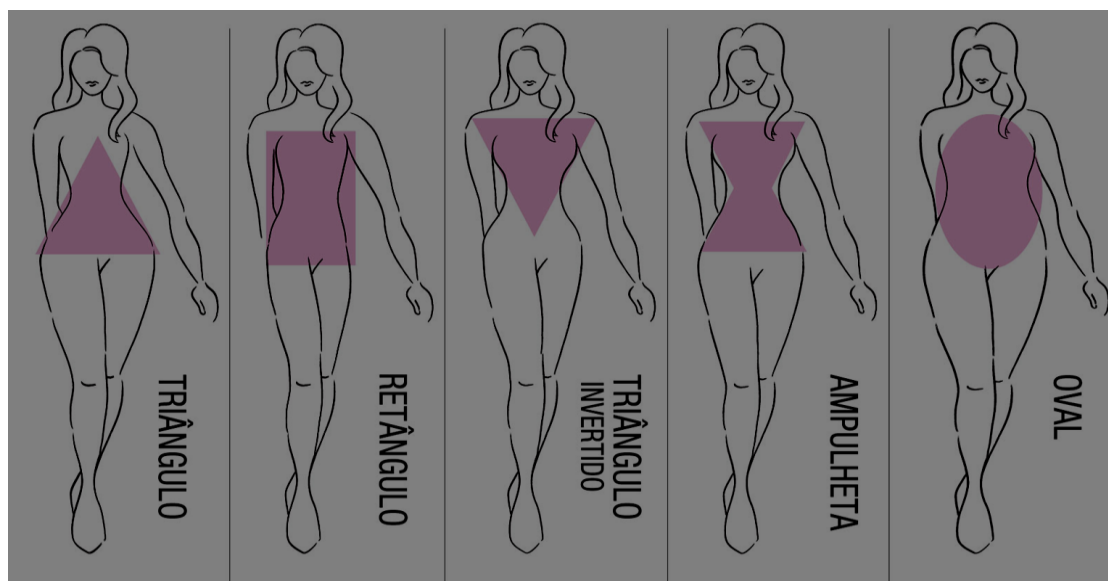
Triângulo: Caracteriza-se pelas pessoas que têm os quadris nitidamente maiores do que os ombros, geralmente tem a cintura muito fina.

Retângulo: Caracteriza-se pelas pessoas que têm os quadris, ombros e cintura praticamente iguais, na mesma medida.

Ampulheta: Caracteriza-se por ombros e quadris na mesma medida e cintura mais estreita em comparação a estas duas medidas.

Oval: Caracteriza-se pelas pessoas que têm um corpo arredondado, é onde a linha da cintura ultrapassa os ombros e quadris.

FIGURA 15- BIOTIPOS



fonte: <https://www.martacyrncarvalho.com//2013/04/17-aula.html> (20017) Acesso: (12/05/2018)

No Brasil, ainda não existem medidas antropométricas normalizadas da população. (A Associação Brasileira de Normas Técnicas tem projeto para normalizá-las, mas são baseadas em medidas norte-americanas, já apresentadas na Tab. 6.3). Isso significa que não existem, ainda medidas abrangentes e confiáveis da população brasileira. (LIDA, 2005, p.119)

A antropometria também é responsável e considerada importante para a avaliação nutricional, a utilização das medidas individuais das pessoas permite a somatória, destas possibilita a avaliação do estado nutricional da população. O estudo antropométrico do estado nutricional facilita por ser um método de baixo custo, utilizado geralmente para estudos de campo.

6. ANÁLISE DA TAREFA, DESEMPENHO DAS PEÇAS DE ROUPAS

Para pesquisa foi feito uma análise da tarefa, com o intuito de mostrar os desagrados das modelos fitness e também plus sizes, em questão a ergonomia das peças, durante o exercício físico, Crossfit.

A Análise feita é referente ao uso das peças de roupa encontradas no mercado, não sendo analisado os exercícios físicos, os equipamentos, nem mesmo o ambiente, pois não cabe a estudante de Design de Moda este tipo de análise. Pretende-se com este estudo identificar os pontos deficitários das peças existentes no mercado, para com isso aprimorar as vestimentas destinadas ao esporte.

Foram registradas fotos, para fins de um estudo ergonômico, onde foram analisadas as peças de roupas usadas pelas praticantes em seus exercícios cotidianos. A ferramenta utilizada aqui foi a análise da tarefa, onde é analisado o desempenho da peça de roupa durante o seu uso, identificando o nível de satisfação das praticantes de Crossfit das academias Red Mob.

Tarefa 1-

Tarefa: Rack lunge: agachamento com peso, mantém seu tronco reto, olhando para a frente, mantendo o seu peso nos calcanhares, nesse caso uma das pernas é levada para trás assim agachando e levantando até que o joelho encoste no chão.

Modelo 1: segue o padrão de uma mulher fitness, devido seu índice de baixa gordura corporal, e presentes músculos.





Descrição

Calça legging, com cós reto baixo, e com estampa marmorizada branco e preto, tecido suplex, composição (86% de poliamida e 14% de elastano), com recortes na parte de trás em tule de malha (92% POLIÉSTER 8% ELASTANO)

Camiseta regata branca com escrita “crossfit” na frente, tecido meia malha, composição (100% algodão).

A modelo utiliza joelheiras, que protegem seus joelhos e facilitam seus movimentos.

Roupa: Calça legging	Adeq	Inad	Aceit	Irrel	Justificativa
Requisitos de Projeto					
Tarefa	X				Calça adequada ao tipo de tarefa.
Segurança				X	É irrelevante para peça/ pesquisa.
Conforto		X			Ao se agachar a calça tende a descer da cintura.

Estereótipo	X				Cumprir adequação ao uso para tarefa.
Envoltórios Alcances Físicos	X				Compreende a desenvoltura para realização da tarefa.
Postura Corporal	X				Adequada para tarefa, calça não afeta a postura corporal.
Aplicação de Força				X	É irrelevante para peça/ pesquisa.
Materiais		X			Tecido inadequado, tule malha (92%poliéster 8% elastano) presente na parte de trás da calça. Tecido adequado: suplex (86% de poliamida e 14% de elastano)
Climatização				X	É irrelevante para peça/ pesquisa.
Ações de Manejo					
Manuseio		X			Tela fininha na perna da calça, tomar cuidado para não rasgar.
Limpeza		X			Não pode ser lavado na máquina, corre chances de rasgar.
Manutenção	X				Não há necessidade em passá-la.
Arranjo Espacial	X				Tecidos e recortes são adequados e combinam com o visual.
Ações de Percepção					
Visual	X				Esteticamente coerente a atividade.
Tátil	X				Tecido agradável ao toque .

Legenda: Adeq = adequado/ Inad = Inadequado/ Aceit = Aceitável/ Irrel = Irrelevante

Roupa: Camiseta Regata	Adeq	Inad	Aceit	Irrel	Justificativa
Requisitos de Projeto					
Tarefa	X				Camiseta regata adequada ao tipo de tarefa.
Segurança				X	É irrelevante para peça/ pesquisa.
Conforto	X				Ideal para o movimento apresentado.
Estereótipo	X				Cumprir adequação ao uso para tarefa.

Envoltórios Alcances Físicos	X				Não compromete em nenhum modo a realização da tarefa
Postura Corporal	X				Adequada para tarefa, regata não afeta a realização do exercício.
Aplicação de Força				X	É irrelevante para peça/ pesquisa.
Materiais	X				Tecido meia malha (100% algodão) adequado a esta peça.
Climatização				X	É irrelevante para peça/ pesquisa.
Ações de Manejo					
Manuseio	X				
Limpeza	X				Pode-se por na maquina com roupas de cores claras.
Manutenção			X		Precisa ser passada
Arranjo Espacial	X				Tecidos e estampa são adequados e combinam com o visual.
Ações de Percepção					
Visual	X				Esteticamente coerente a atividade
Tátil	X				Tecido agradável ao toque .

Legenda: Adeq = adequado/ Inad = Inadequado/ Aceit = Aceitável/ Irrel = Irrelevante

Problemas Identificados

Na análise da tarefa ao se agachar Modelo 1 apresenta problemática, com o córs reto baixo a calça tende a folgar uma sobra no córs fazendo com que a calça caia, e até mesmo mostre sua roupa íntima, o que acaba causando desconforto e até mesmo constrangimento para consumidora.

Os recortes em tule, por ser um tecido muito frágil, não é recomendado para a atividade de crossfit , podendo rasgar facilmente e puxar fios durante o exercício.

Camiseta regata não interfere nos movimentos do exercício em questão.

Nestas peças foram identificados tais requisitos de projeto, como:

Córs anatômico.

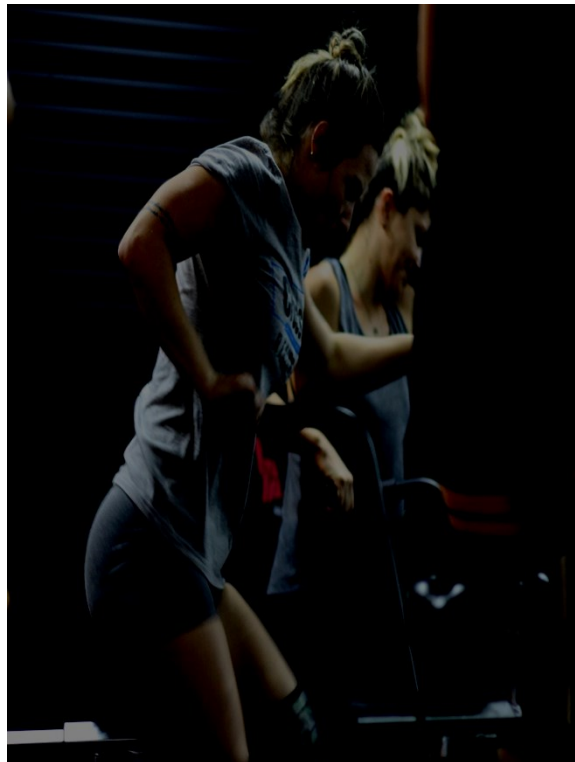
Cintura alta .

Eliminar áreas de recorte com tule.

Tarefa 2-

Tarefa: Air Bike – Trabalha braços e pernas.

Modelo 1: segue o padrão de uma mulher fitness, devido seu índice de baixa gordura corporal, e presentes músculos.



Descrição

Short cinza curto, tecido suplex, composição (86% de poliamida e 14% de elastano).

Camiseta Cinza com escrita “crossfit” na frente, tecido meia malha, composição (100% algodão).A modelo utiliza joelheiras, que protegem seus joelhos e facilitam seus movimentos.

Roupa: Short	Adeq	Inad	Aceit	Irrel	Justificativa
Requisitos de Projeto					
Tarefa	X				Short adequado ao tipo de tarefa.
Segurança				X	É irrelevante para peça/ pesquisa.
Conforto			X		Causa certo desconforto a algumas pessoas, por ser muito justo ao corpo, retrata partes deste, ou até mesmo ser muito curto.
Estereótipo	X				Cumprir adequação ao uso para tarefa.
Envoltórios Alcances Físicos	X				Compreende a desenvoltura para realização da tarefa.
Postura Corporal	X				Adequada para tarefa, short não afeta a postura corporal.
Aplicação de Força				X	É irrelevante para peça/ pesquisa.
Materiais	X				Tecido adequado: suplex (86% de poliamida e 14% de elastano)
Climatização				X	É irrelevante para peça/ pesquisa.
Ações de Manejo					
Manuseio	X				
Limpeza	X				Pode ser lavado em máquina de lavar.
Manutenção	X				Não precisa ser passada
Arranjo Espacial	X				Adequado combina com o visual proposto.
Ações de Percepção					
Visual	X				Esteticamente coerente a atividade.
Tátil	X				Tecido agradável ao toque .

Legenda: Adeq = adequado/ Inad = Inadequado/ Aceit = Aceitável/ Irrel = Irrelevante

Roupa: Camiseta	Adeq	Inad	Aceit	Irrel	Justificativa
Requisitos de Projeto					
Tarefa	X				
Segurança				X	É irrelevante para peça/ pesquisa.
Conforto	X				
Estereótipo	X				Cumpre adequação ao uso para tarefa.
Envoltórios Alcances Físicos		X			Comprometido nesta tarefa, camiseta com mangas, acaba atrapalhando o movimento dos braços.
Postura Corporal	X				Adequada para tarefa, calça não afeta a postura corporal.
Aplicação de Força				X	É irrelevante para peça/ pesquisa.
Materiais	X				
Climatização				X	É irrelevante para peça/ pesquisa.
Ações de Manejo					
Manuseio	X				
Limpeza	X				Pode-se lavar na maquina de lavar.
Manutenção	X				Não precisa ser passada
Arranjo Espacial	X				
Ações de Percepção					
Visual	X				Esteticamente coerente a atividade
Tátil	X				Tecido agradável ao toque .

Legenda: Adeq = adequado/ Inad = Inadequado/ Aceit = Aceitável/ Irrel = Irrelevante

Problemas Identificados

O short por ser extramente curto, nesta atividade na bike , pode machucar a parte interna das coxas ao rossar as pernas no banco durante atividade.

Camiseta prejudica seus movimentos de braço , muito justa ao seios, ao movimentar os braços acaba limitando a amplitude do movimento dos braços necessárias ao exercício.

Nestas peças foram identificados tais requisitos de projeto, como:

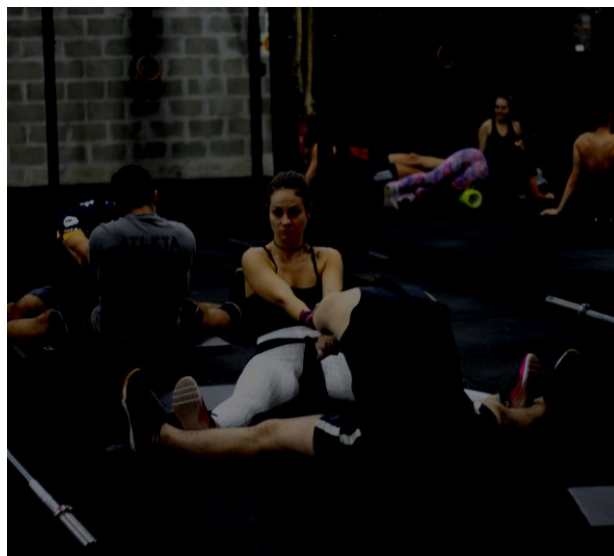
Aumentar o comprimento das pernas do short.

Ampliar a cava da camiseta.

Tarefa 3-

Tarefa: Alongamento

Modelo 2: segue o padrão de uma mulher fitness, devido seu índice de baixa gordura corporal, e presentes músculos



Descrição

Calça legging branca, com cós alto anatômico, tecido suplex texturizado, composição (88% de poliamida e 12% de elastano), o cós **anatômico** modela o corpo sem apertar e evita que a peça fique caindo durante os exercícios. O tecido texturizado disfarça imperfeições do corpo, como as celulites

Body preto, tecido suplex , composição (86% de poliamida e 14% de elastano), sem mangas, com recortes na parte de trás, que trazem estilo a peça.

--	--	--	--	--	--

Roupa: body	Adeq	Inad	Aceit	Irrel	Justificativa
Requisitos de Projeto					
Tarefa	X				
Segurança				X	É irrelevante para peça/ pesquisa.
Conforto	X				Ideal para o movimento apresentado.
Estereótipo	X				Cumprir adequação ao uso para tarefa.
Envoltórios Alcances Físicos	X				Possibilita os alcances sem prejudicar em questão dos recortes das costas.
Postura Corporal	X				Adequada para tarefa, body não afeta a postura corporal.
Aplicação de Força				X	É irrelevante para peça/ pesquisa.
Materiais	X				tecido suplex , composição (86% de poliamida e 14% de elastano),
Climatização				X	É irrelevante para peça/ pesquisa.
Ações de Manejo					
Manuseio	X				
Limpeza	X				Pode-se lavar na maquina de lavar.
Manutenção	X				Não precisa ser passada
Arranjo Espacial	X				Tecidos e recortes são adequados e combinam com o visual.
Ações de Percepção					
Visual	X				Esteticamente coerente a atividade
Tátil	X				Tecido agradável ao toque .

Legenda: Adeq = adequado/ Inad = Inadequado/ Aceit = Aceitável/ Irrel = Irrelevante

Roupa: Calça legging	Adeq	Inad	Aceit	Irrel	Justificativa
Requisitos de Projeto					
Tarefa	X				
Segurança		X			Blusa na cintura pode causar acidente.
Conforto		X			Por ser Branca, acaba sendo transparente, retratando o corpo, por isso a utilização de um casaco na cintura.
Estereótipo	X				Cumprir adequação ao uso para tarefa.

Envoltórios Alcances Físicos		X			Pela blusa amarrada na cintura.
Postura Corporal	X				Adequada para tarefa, calça não afeta a realização do exercício.
Aplicação de Força	X				Adequada
Materiais		X			transparência
Climatização	X				
Ações de Manejo					
Manuseio	X				
Limpeza			X		Lavagem somente com roupas claras
Manutenção	X				
Arranjo Espacial		X			Necessita da blusa amarrada da cintura.
Ações de Percepção					
Visual	X				Esteticamente coerente a atividade
Tátil	X				Tecido agradável ao toque .

Legenda: Adeq = adequado/ Inad = Inadequado/ Aceit = Aceitável/ Irrel = Irrelevante

Problemas Identificados.

Ao se movimentar ao longo dos exercícios a calça por ser branca tende a ser mais transparente, mostrando a cor ou formato da peça íntima, no caso a modelo 2 amarrou um casaco na cintura, o que não se torna adequado, podendo prender nos aparelhos, causando acidentes.

Body se torna adequado a atividade analisada, não apresentando nenhuma dificuldade ao uso, nem impossibilitando os alcances de movimentos necessários ao movimento.

Nestas peças foram identificados tais requisitos de projeto, como:

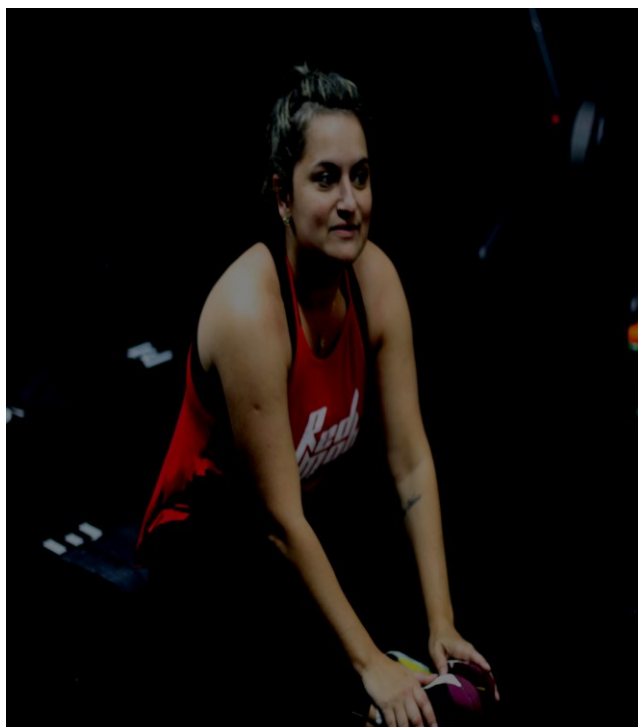
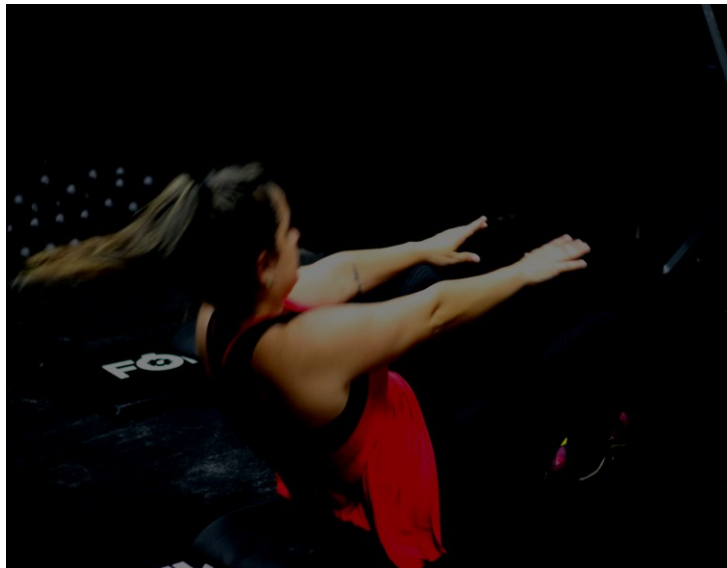
Cor da calça, não utilizar cores claras para estas atividades.

Não utilizar panos soltos ou amarrados na área de cintura.

Tarefa 4-

Tarefa: Abdominal borboleta.

Modelo 3: segue o padrão de uma mulher com sobrepeso, devido seu índice de gordura elevado (IMC)



Descrição

Calça leggings na cor preta com cós reto, cós largo, tecido suplex, composição (86% de poliamida e 14% de elastano). O tecido texturizado disfarça imperfeições do corpo, como as celulites

Camiseta regata, vermelha com estampa branca da logo “Red Mob” tecido meia malha, composição (100% algodão).

Roupa: regata	Adeq	Inad	Aceit	Irrel	Justificativa
Requisitos de Projeto					
Tarefa			X		As laterias podem causar desconforto
Segurança				X	É irrelevante para peça/ pesquisa.
Conforto			X		Mais comprida e solta, mas causa desconforto nas laterais por causa das pontas.
Estereótipo	X				Cumprir adequação ao uso para tarefa.
Envoltórios Alcances Físicos	X				Soltinha não atrapalha os movimentos
Postura Corporal	X				Adequada para tarefa, regata não afeta a realização do exercício
Aplicação de Força	X				É irrelevante para peça/ pesquisa.
Materiais	X				Meia malha, composição (100% algodão)
Climatização				X	É irrelevante para peça/ pesquisa.
Ações de Manejo					
Manuseio	X				
Limpeza	X				
Manutenção			X		Precisa-se passar, não possui bainha, desfia
Arranjo Espacial	X				
Ações de Percepção					
Visual	X				Esteticamente coerente a atividade
Tátil	X				Tecido agradável ao toque.

Legenda: Adeq = adequado/ Inad = Inadequado/ Aceit = Aceitável/ Irrel = Irrelevante

Legenda: Adeq = adequado/ Inad = Inadequado/ Aceit = Aceitável/ Irrel = Irrelevante

Roupa: Calça legging	Adeq	Inad	Aceit	Irrel	Justificativa
Requisitos de Projeto					
Tarefa		X			Escorrega na altura da cintura.
Segurança				X	
Conforto		X			Cai da cintura
Estereótipo	X				Cumpe adequação ao uso para tarefa.
Envoltórios Alcances Físicos	X				
Postura Corporal	X				Adequada para tarefa, calça não afeta a postura corporal.
Aplicação de Força	X				
Materiais	X				Tecido com textura e brilho, não deixa aparecer celulites ou estrias.
Climatização			X		Calça grossa, quente
Ações de Manejo					
Manuseio	X				
Limpeza	X				Pode-se lavar na maquina de lavar.
Manutenção	X				Não há necessidade em passá-la.
Arranjo Espacial	X				adequado e combinam com o visual.
Ações de Percepção					
Visual	X				Esteticamente coerente a atividade
Tátil			X		Tecido com texturas ao toque .

Problemas Identificados

Regata apresenta nas laterais pontas que vão até a altura da coxa, o que dificulta os movimentos causando desconforto.

A calça, na questão do cós não permanece na altura da cintura, enrolando e se deslocando para baixo, causando desconforto. Tecido da calça é grosso e quente, que também causa desconforto.

Nestas peças foram identificados tais requisitos de projeto, como:

Na regata a eliminação das pontas das laterais.

Na calça estruturar o cós, tornalo anatômico, e a substituição do tecido grosso por um mais leve.

Tarefa 5-

Modelo 4: segue o padrão de uma mulher com sobrepeso, devido seu índice de gordura elevado (IMC).

Tarefa: Rack lunge: agachamento com peso, mantém seu tronco reto, olhando para a frente, agacha-se, mantendo o seu peso nos calcanhares.



Descrição

Short saia, branco, tecido suplex, composição (86% de poliamida e 14% de elastano).
Camiseta regata, preta, tecido meia malha, composição (100% algodão).
Meiões Red Mob Crossfit.

Roupa: Regata	Adeq	Inad	Aceit	Irrel	Justificativa
Requisitos de Projeto					
Tarefa	X				
Segurança				X	É irrelevante para peça/ pesquisa.
Conforto	X				
Estereótipo	X				Cumprir adequação ao uso para tarefa.
Envoltórios Alcances Físicos	X				
Postura Corporal	X				Adequada para tarefa, regata não afeta a realização do exercício
Aplicação de Força				X	É irrelevante para peça/ pesquisa.
Materiais	X				
Climatização				X	É irrelevante para peça/ pesquisa.
Ações de Manejo					
Manuseio	X				
Limpeza	X				Pode-se lavar na máquina de lavar.
Manutenção	X				Não precisa ser passada
Arranjo Espacial	X				
Ações de Percepção					

Visual	X				Esteticamente coerente a atividade
Tátil	X				Tecido agradável ao toque .

Legenda: Adeq = adequado/ Inad = Inadequado/ Aceit = Aceitável/ Irrel = Irrelevante

Roupa: short saia	Adeq	Inad	Aceit	Irrel	Justificativa
Requisitos de Projeto					
Tarefa	X				
Segurança				X	É irrelevante para peça/ pesquisa.
Conforto		X			Retrata muito as partes íntimas
Estereótipo	X				Cumprir adequação ao uso para tarefa.
Envoltórios Alcances Físicos					
Postura Corporal	X				Adequada para tarefa, short sai não afeta a postura corporal.
Aplicação de Força				X	É irrelevante para peça/ pesquisa.
Materiais		X			Tecido claro, <i>transparência</i> .
Climatização				X	É irrelevante para peça/ pesquisa.
Ações de Manejo					
Manuseio	X				
Limpeza	X				Pode-se lavar na máquina de lavar.
Manutenção	X				Não precisa ser passada
Arranjo Espacial	X				
Ações de Percepção					
Visual	X				Esteticamente coerente a atividade
Tátil	X				Tecido agradável ao toque .

Legenda: Adeq = adequado/ Inad = Inadequado/ Aceit = Aceitável/ Irrel = Irrelevante

Problemas Identificados

Ao se agachar Modelo 4 apresenta problemática, saia acaba subindo o short fica a mostra. O excesso de pano dificulta a amplitude de alguns movimentos, e também a cor

clara, não é adequada para alguns movimentos, que esticam o tecido, deixando à mostra o que está por baixo.
Camiseta regata não interfere nos movimentos do exercício em questão.

Nestas peças foram identificados tais requisitos de projeto, como:

Eliminar saia por cima de um short curto

Eliminar excesso de tecido

Evitar uso de cores claras

Aumentar o comprimento do short.

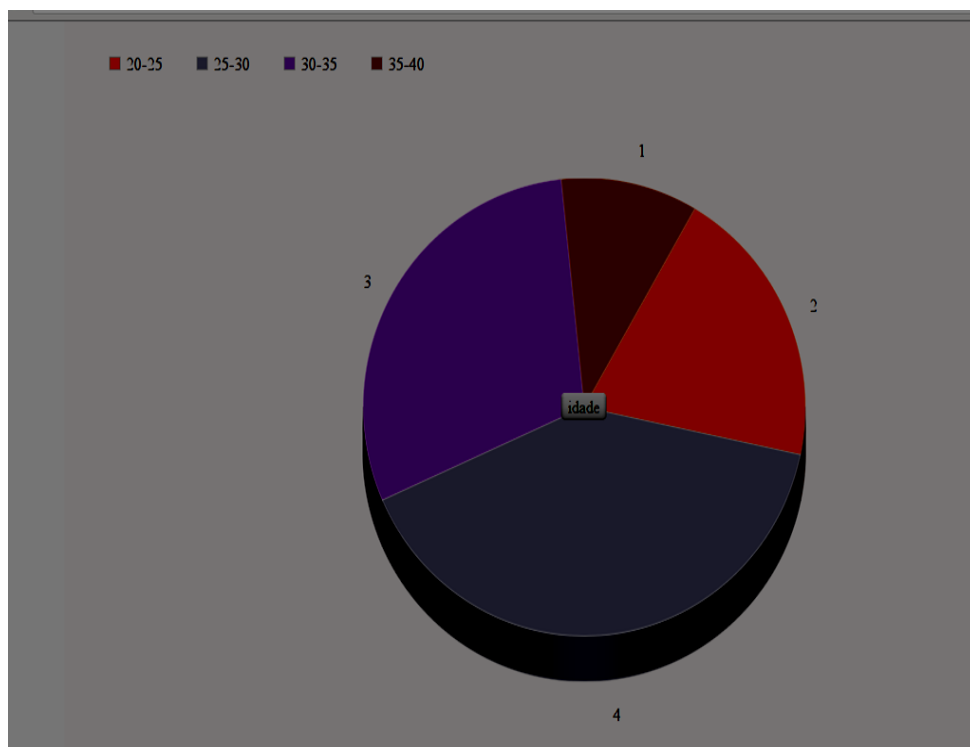
Foi feita uma breve entrevista com 5 mulheres de cada unidade das academias Red Mob Crossfit, 5 consideradas fitness e 5 com sobrepeso. Com o intuito de evidenciar e fortalecer o que foi dito, algumas das questões abordadas por esta pesquisa, padrões de beleza e conforto.

Entrevista

Foram feitas os seguintes questionamentos:

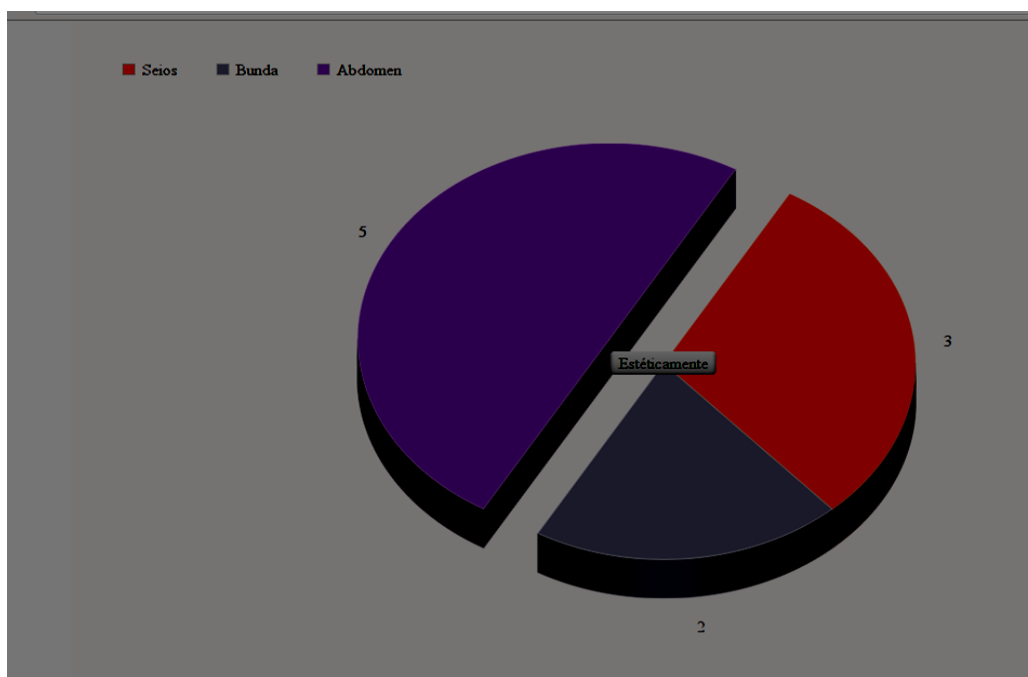
1. Quantos anos ?
2. Qual parte do corpo que sente mais desconforto ergonómico estético quando está com a roupa de academia?
a) seios b) bunda c)abdómen
3. Se sente confortável em questão ao conforto das roupas fitness?
4. Que nota você daria para seu corpo de 1 a 10?
5. Você se sente pressionada pelos padrões de beleza hoje impostos pela sociedade e pela mídia?

Gráfico1: Referente as Idades



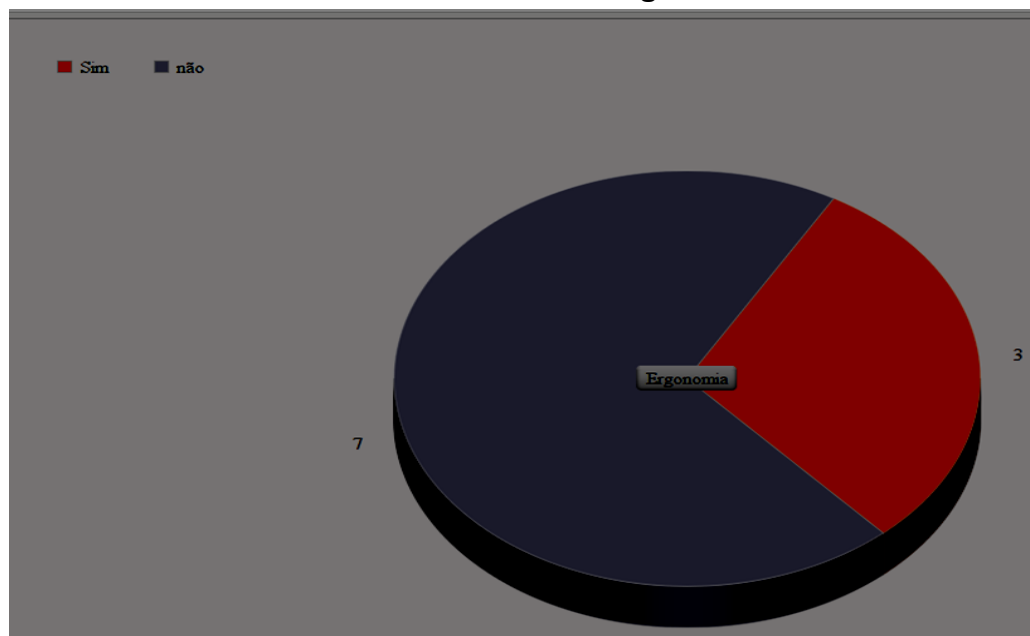
Referente ao gráfico 1 identifica-se, grande discrepância de faixa etária de idade das mulheres praticantes de Crossfit que foram entrevistadas nesta pesquisa. Duas mulheres entre 20-25 anos, quatro mulheres entre 25-30 anos, três mulheres entre 30-35 anos, uma mulher entre 35-40 anos.

Gráfico2: Desagrados ergonômicos esteticamente



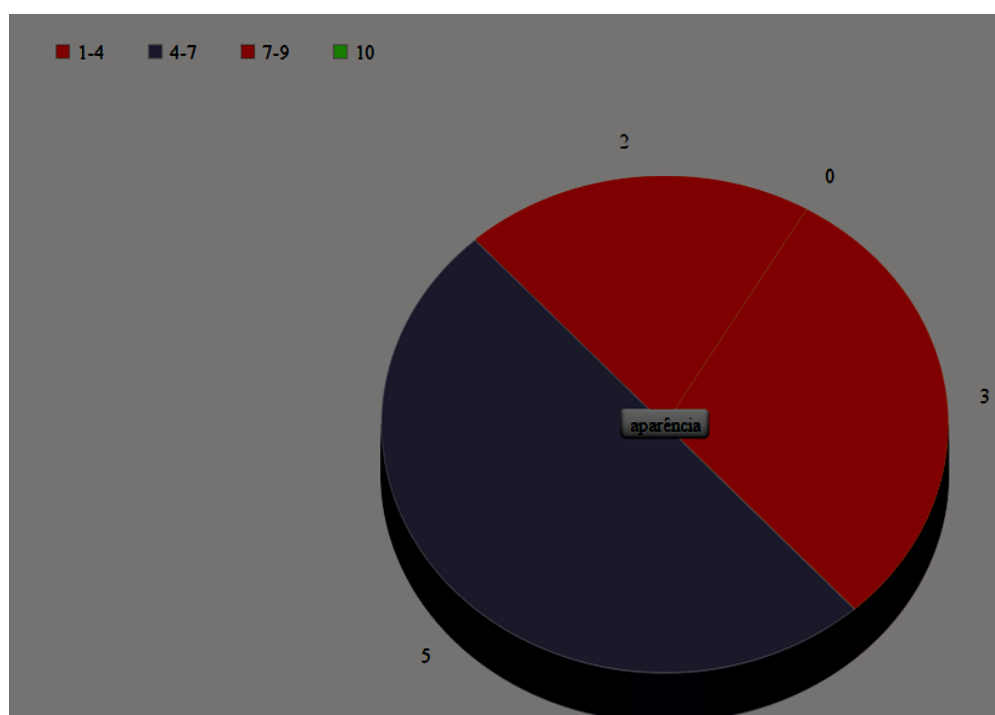
Analisando o Gráfico 2, ao questionar qual parte do corpo sentem mais desconforto ergonômico esteticamente, cinco de dez mulheres sentem mais desconfortos na área do abdômen, duas mulheres sentem esse desconforto na área da bunda, e três mulheres desconfortos nos seios.

Gráfico3: Ergonomia



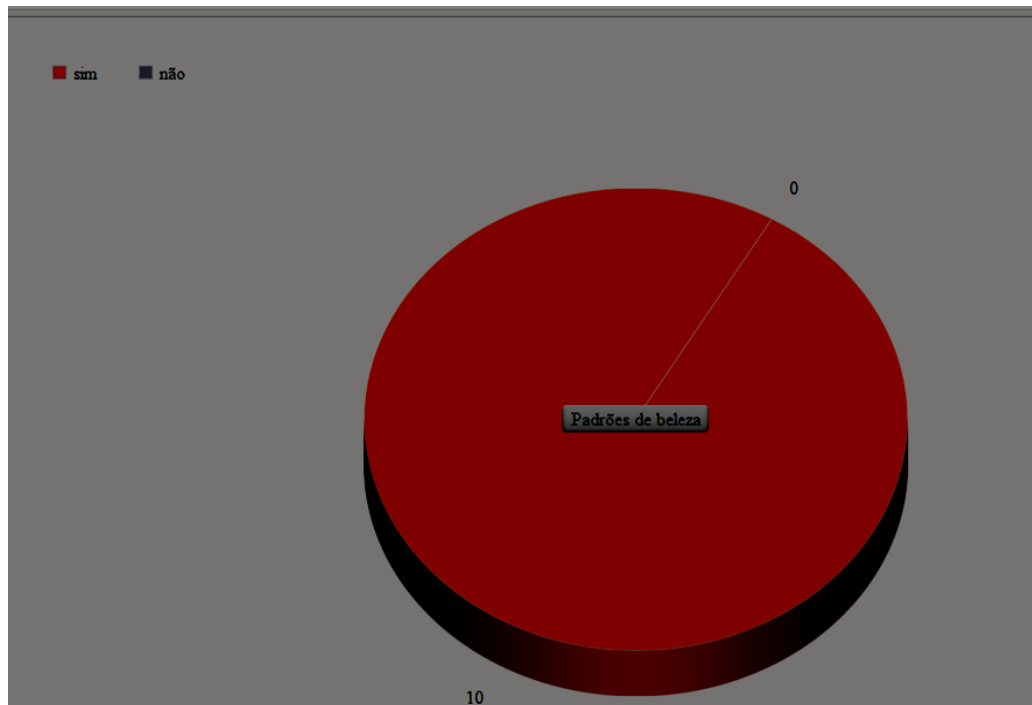
Analisando o Gráfico 3, mostra o quanto ainda existem problemas ergonômicos em relação as roupas esportivas. Dentre dez mulheres, sete identificaram algum tipo de problema ergonômico em suas roupas, ao realizar os exercícios.

Gráfico 4: Aparência



Analisando o Gráfico 4, ao serem questionadas a nota que dariam para seu corpo de 1 a 10 mostrando insatisfação ou satisfação, maioria destas mulheres se mostram descontentes com sua aparência física, e nenhuma delas deram nota máxima de satisfação a sua aparência.

Gráfico5: Padrões de beleza



Analisando o Gráfico 5, ao serem questionadas sobre a pressão á elas feitas pela mídia, e seus padrões de beleza impostos pela sociedade, todas as dez mulheres estão descontentes, e se sentem pressionadas pelo padrão de beleza que é estabelecido a elas.

Conclusão

Ao estudar os gráficos, foi possível identificar os desagradados ergonômicos, também em áreas estéticas que causam maior incomodo, entre estas mulheres. Outra questão os padrões de beleza impostos por nossa sociedade e divulgados pela mídia trazem desconforto e fazem com que as mulheres se sintam pressionadas, o fato revisto com a pressão é a insatisfação pela aparência destas, o que pode ser identificado nesta breve entrevista.

7. CONCLUSÃO

No presente estudo, por meio da análise das mulheres que frequentam a academia Red Mob crossfit, foi possível concluir a insatisfação de muitas praticantes com relação aos padrões de beleza e ergonomia das roupas fitness, reforçando a importância desta pesquisa, impactando diretamente nas pessoas que vendem e consomem a moda *fitness* e a necessidade da ergonomia para o conforto das mulheres fitness, sobretudo as usuárias dos modelos denominados de *plus size*.

A produção do presente trabalho de pesquisa foi de suma importância para ampliar os conhecimentos adquiridos brevemente pela autora e levado aos leitores de acordo com a realidade da área de Design de Moda abordada pelo estudo.

Requisitos do projeto foram gerados na análise da tarefa a partir de um estudo com as mulheres de diferentes biótipos das academias Red Mob Crossfit, executando diversas atividades para poder verificar suas dificuldades e desconfortos causados pelas roupas fitness e, assim, possibilitar o estudo para que se possa adequar as roupas utilizadas, prezando pela qualidade e conforto.

A moda fitness acaba fazendo com que possamos pensar na sociedade em que vivemos, as culturas de beleza, e a mídia que diretamente nos influencia.

Na moda permitiu-se verificar o principal problema que os biótipos enfrentam, fazendo com que os estudantes e pessoas interessadas no assunto possam pensar mais na ergonomia, na modelagem e em tecidos inteligentes para a produção de novos modelos de roupa fitness.

Neste trabalho chegou-se à conclusão dos requisitos básicos e soluções de roupas de academia para estes públicos determinados, analisar a necessidade da diferenciação da modelagem para que estes diferentes corpos sejam contemplados adequadamente, primando pelo conforto, decorrente da modelagem correta e da qualidade dos materiais.

9. REFERENCIAS

BRAGA,Adriana. **Corpo, mídia e cultura** E Disponível em:<http://www.razonypalabra.org.mx/CORPO%20MIDIA%20E%20CULTURA.pdf> Acesso: 04/09/2017.

BARBOSA, M. R., MATOS, P. M. & COSTA, M. E. **Um olhar sobre o corpo: o corpo ontem e hoje** Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/psoc/v23n1/a04v23n1.pdf> Acesso: 04/09/2017.

BRACHTVOGEL, Caterine. **A cultura do corpo fitness e as redes sociais: as novas constituições de si.** Disponível em: <https://www.publicacoeseventos.unijui.edu.br/index.php/salaaoconhecimento/article/viewFile/6982/5747> Acesso: 04/09/2017.

BERGER, Mirela. **O culto ao corpo** Disponível em: http://www.mirelaberger.com.br/mirela/download/o_culto_ao_corpo.pdf Acesso: 10/09/2017.

CASTRO, Ana Lucia. **Culto ao corpo: identidades e estilos de vida** Disponível em: <http://www.ces.uc.pt/lab2004/inscricao/pdfs/painel24/analuciacaastro.pdf> Acesso: 04/09/2017.

CRUZ, Leonardo. **Corpo e Cultura Fitness.** Disponível em:<https://repositorio.iscte-iul.pt/bitstream/10071/10448/1/Disserta%C3%A7%C3%A3o.pdf> Acesso: 21/09/2017.

CURY, augusto. **A ditadura da beleza e a revolução das mulheres.** Editora Arqueiro, 2005

GOMES, João. **Ergonomia do Objeto.** Editora Escrituras, 2010.

JACOB, Helena: Redes sociais, mulheres e corpo. **Um estudo da linguagem fitness na rede social Instagram.** Disponível em: <https://casperlibero.edu.br/wp-content/uploads/2015/08/Redes-sociais-mulheres-e-corpo.pdf> Acesso: 01/09/2017.

LEAHY, Renata Costa. **O Corpo da moda como corpo belo.** Disponível em:http://www.coloquiomoda.com.br/anais/anais/13-Coloquio-de-Moda_2017/GT/gt_14/gt_14_O_CORPO_DA_MODALIDADE_COMO.pdf Acesso: 16/10/2017.

LIDA, Itiro . **Ergonomia: projeto e produção.** Editora Edgard Blücher, 2005

LILIAN, Elga. **Do culto à banalização: um estudo sobre o corpo feminino através da imagem idealizada na publicidade de moda do século XXI.** Disponível em: http://www.coloquiomoda.com.br/anais_ant/anais/2-Coloquio-de-Moda_2006/artigos/39.pdf Acesso: 06/10/2017.

MACHADO, Vanessa. **A imagem de um corpo perfeito e sua influência na subjetividade Contemporânea.** Disponível em: http://www.coloquiomoda.com.br/anais_ant/anais/3-Coloquio-de-Moda_2007/5_11.pdf Acesso: 06/10/2017.

NASCIMENTO, Jaqueline. **O vestuário fitness para mulheres com sobrepeso como motivador à prática de exercícios físicos.** Disponível em: http://repositorio.roca.utfpr.edu.br/jspui/bitstream/1/4917/1/AP_CODEM_2013_2_2.pdf Acesso: 21/09/2017.

PANCANARO, Tatiane. **O corpo-imagem na “cultura do consumo”.** Disponível em: https://www.marilia.unesp.br/Home/PosGraduacao/CienciasSociais/Dissertacoes/trinca_tp_ms_mar.pdf Acesso: 04/09/2017.

RODRIGUES, Mariana. **O Consumo da Aparência.** Disponível em: http://www.coloquiomoda.com.br/anais_ant/anais/3-Coloquio-de-Moda_2007/6_11.pdf Acesso: 06/10/2017.

SOUSA, Lara. **A busca pelo corpo perfeito tem sido um problema pessoal e social:** Disponível em: <https://www.projetoredacao.com.br/temas-de-redacao/o-que-e-uma-familia/a-busca-pelo-corpo-perfeito-tem-sido-um-problema-pessoal-e-social/2717> Acesso: 28/08/2017.

SCHIMIDT, Sabrine. **A mídia e a ilusão do tão desejado “corpo perfeito”:** Disponível em: <http://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0693.pdf> Acesso: 28/08/2017.

SIQUEIRA, Carolina. **O corpo perfeito e seu processo de construção psico-sócio-cultura.** Disponível em: <http://repositorio.uniceub.br/bitstream/123456789/2862/2/20160814.pdf> Acesso: 28/08/2017.

FELLER, Cris. **Estilo fitness, O novo padrão de beleza da sociedade,** <https://www.beautycris.com.br/estilo-fitness-o-novo-padrao-de-beleza-da-sociedade/> Acesso: 19/11/2018.

ANEXOS

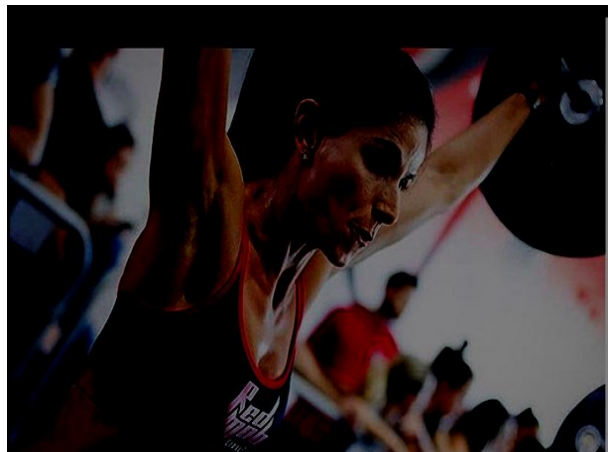
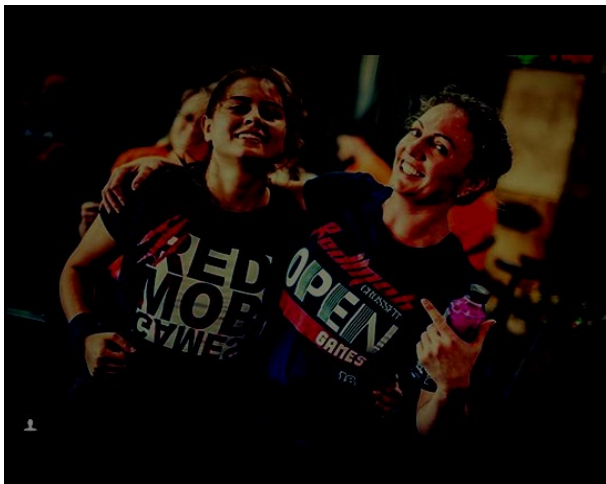


FIGURA 1, 2 - Camisetas: Red mob games 2018 e Open games 2018 e Top.

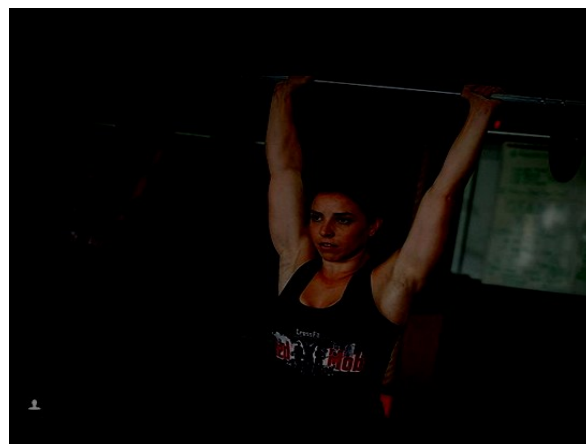


FIGURA 3,4 - Camisetas: Red mob games 2017

Fontes: Instagram @redmobcrossfit

ANEXOS



FIGURA 5- camisetas professores e auxiliares



FIGURA 6- Short Red Mob

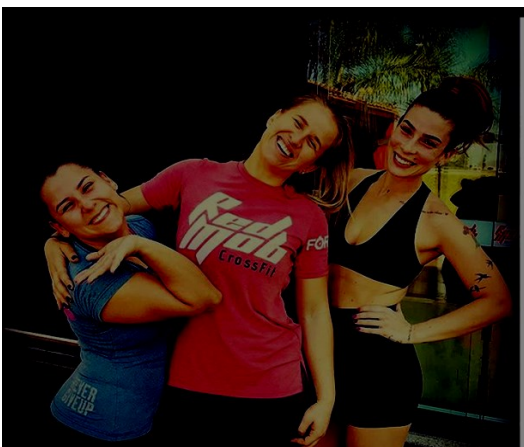


FIGURA 7, 8- camiseta e regatas femininas logo Red Mob

Fontes: Instagram @redmobcrossfit