



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

PROJETO GARIMPANDO MEMÓRIAS

MARIA CRISTINA ROSSI ABRAMI

2013

CEME-ESEF-UFRGS

FICHA TÉCNICA

Projeto: Garimpando Memórias

Número da entrevista: E-375

Entrevistada: Maria Cristina Rossi Abrami

Nascimento: não informado

Local da entrevista: CEME – ESEF (realizada por telefone)

Entrevistadora: Christiane Garcia Macedo

Data da entrevista: 11/12/2013

Transcrição: Natália Bender

Copidesque: Christiane Garcia Macedo

Pesquisa: Christiane Garcia Macedo

Revisão Final: Silvana Vilodre Goellner

Total de gravação: 41 minutos e 43 segundos

Páginas Digitadas: 7 páginas.

Observações:

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

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

<p>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.</p>

Sumário

Iniciação no Pilates; Ida aos Estados Unidos; Certificação; Ação judicial devido ao nome da marca Pilates nos Estados Unidos; Registro da Marca Pilates no Brasil; Suspensão do registro da marca; Certificação de professores no Brasil; Começo da prática em São Paulo; Contrologia e o Método Pilates; Pilates sendo trabalhado como fitness; Lesões no Pilates; Evolução dos equipamentos; Conhecimentos científicos; Implantação do estúdio; Como eram os conhecimentos durante a formação; Estudos de Joseph Pilates; História de Eve Gentry; Envolvimento com a Abrapi; Desinteresse por parte dos profissionais do Pilates; Considerações finais.

Porto Alegre, 11 de dezembro de 2013. Entrevista com Maria Cristina Abrami a cargo da pesquisadora Christiane Garcia Macedo, para o Projeto Garimpando Memórias do Centro de Memória do Esporte.

C.M. – Bom, primeiro eu queria que você contasse um pouco como e quando se aproximou da prática do pilates?

M.A. – Sou educadora física, me formei em 1976 na Escola de Educação Física da USP – Universidade de São Paulo. Trabalhei muitos anos na área da dança e da ginástica feminina. Por meio de minha cunhada que trabalhava no *Rolf Institute* de Boulder – Colorado, nos EUA, conheci o método Pilates. Na época, 1992, quando pesquisei sobre a técnica para fazer minha formação, encontrei cinco institutos nos EUA. Optei pelo *Institute for the Pilates Method*, em Santa Fé – EUA¹, fundado por Eve Gentry² – Eve – que trabalhou durante 30 anos ao lado de Joseph Pilates. Ele a reabilitou, após ter sido submetida a uma mastectomia radical, na qual perdeu músculos responsáveis pela estabilização e movimentação do braço. Para uma bailarina isso poderia representar o fim de uma carreira, porém não foi o que aconteceu. Pilates disse “nós dois, juntos, vamos reabilitá-la” e foi o que aconteceu. Foi nessa época que o trabalho de Joseph Pilates começou a ser reconhecido pela classe médica e que seus pacientes e familiares foram indicados para se reabilitarem com Joseph e Eve. Essa característica reabilitadora que me chamou atenção e me levou a escolher o *Institute for the Pilates Method* para fazer a minha formação. Em 1994, ano que iniciei a minha certificação, Eve Gentry faleceu e Michelle Larson (diretora técnica do Instituto, que trabalhou ao lado de Eve durante 9 anos) assumiu a direção. Iniciei a minha certificação nos EUA em maio e terminei no final de julho de 1994. Comecei a dar aulas de Pilates, num estúdio particular, em agosto do mesmo ano. Em 1994 trouxe dos EUA minha primeira Reformer, portátil. É uma máquina que trabalha com elásticos em vez de molas, com a qual iniciei minhas aulas em meu pequeno estúdio, no Sumaré³, em São Paulo. Seis meses depois, janeiro de 1995, já possuía tantos clientes que precisei aumentar a minha sala. Naquela época não tínhamos nenhum fabricante de equipamento de Pilates no Brasil. Importei, então, um estúdio completo de Pilates. Esse foi o Primeiro Estúdio de Pilates no Brasil. Em 1997 abri minha empresa, esta mesma

¹ Estados Unidos.

² Eve Gentry faleceu em 1994.

³ Bairro de São Paulo.

empresa que em 2001 passou a se denominar CGPA Pilates®. Em 1998 terminei mais uma certificação, agora pelo *Physicalmind Institute* (o *Institute for The Pilates Method* precisou mudar o seu nome devido ao registro da marca Pilates, que explicarei a seguir), com o título de professora de professores, isto quer dizer que fui habilitada para formar profissionais no método Pilates. Durante a minha formação em 1996 se iniciou nos Estados Unidos a histórica ação judicial⁴ contra Romana Krizanowska e seu sócio Sean P. Gallagher, que registraram a marca Pilates nos Estados Unidos indevidamente. Em outubro de 2000 a corte dos EUA cancelou o registro requerido pelo The Pilates Studio declarando que Pilates se tornava um nome genérico para designar “um método de exercícios que se utiliza de equipamentos especiais e únicos”. Enquanto corria a ação nos EUA, aqui no Brasil, a professora Inélia Garcia – associada à Romana Krizanowska – fundavam o *The Pilates Studio Brasil*. Resolveram entrar com pedido de registro da marca Pilates aqui no Brasil, com o intuito de ter a exclusividade no uso do termo e no ensino do método Pilates. Na época, vários profissionais que trabalhavam com Pilates aqui no Brasil receberam notificações informando que, a partir daquele momento, Pilates era uma marca registrada, que pertencia ao *The Pilates Studio Brasil* e que eles estavam impedidos de usar o termo Pilates e aplicar o método, inclusive os chamando de “pirates”. Como eu tinha conhecimento da ação judicial que corria nos EUA, fiquei tranqüila e continuei trabalhando normalmente apesar das várias notificações que recebi. Em novembro de 2003, quando se completaria 5 anos do pedido de registro de marca pelo *The Pilates Studio*, eu, Cristina Abrami e minha sócia, Rosana G Browne, entramos com uma ação ordinária de anulação e cancelamento desse registro. Na época, não conseguimos nenhum apoio financeiro ou moral de outros estúdios, profissionais ou fabricantes de equipamentos que já atuavam no Brasil. Em 2010 vencemos a ação e foi declarado pelo juiz “*Ninguém pode ser detentor único desse termo, já que o mesmo é genérico, sendo necessário para relatar o próprio método*”. Essa foi uma luta pessoal que gerou benefícios para todos os profissionais e praticantes de Pilates no Brasil. Em 1998, iniciei a certificação de alguns profissionais que trabalham comigo até hoje e, em 2000 iniciamos a Certificação de Instrutores pelo CGPA Pilates®. Um passo muito importante no desenvolvimento do nosso trabalho foi em 2002, quando fizemos uma parceria com o LaBiMPH – Laboratório de Biomecânica do Movimento e Postura Humana da USP, coordenado pela professora

⁴ Sobre o registro e direitos sobre a “marca” Pilates.

Isabel de Camargo Sacco⁵, que desde então passou a ser a responsável pela cadeira de Biomecânica aplicada ao método Pilates aqui na Certificação de Instrutores CGPA Pilates®. Frutos desta parceria, dois trabalhos de pesquisa já foram publicados: um na *Revista Brasileira de Ciência e Movimento* e outro na *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*. Desde 2000, certificamos 600 profissionais, o que dá uma média de 42 certificados por ano. Esse número reduzido de profissionais certificados reflete nossa preocupação com a qualidade e com o bom aproveitamento e assimilação do conteúdo completo do método. O curso de Certificação CGPA Pilates® é realizado sempre em nossa sede em São Paulo, coordenado por mim, contando com o apoio de uma equipe de profissionais com até 15 anos de experiência no ensino e na aplicação do método Pilates. Tem duração de 466 horas distribuídas em 8 módulos com avaliação final teórica e prática.

C.M. – Bom, eu queria que você contasse um pouco, o que tu acha que mudou desde o período que você começou lá nos Estados Unidos até agora em relação a prática, a movimentação, as aulas, mas também em relação a formação, ao equipamentos que tu acha que mudou alguma coisa, o que que tem, o que que modificou nesse período.

M.A. – Como havia dito, em 1994 quando comecei a pesquisar sobre Pilates e iniciei minha certificação nos EUA, encontrei apenas 5 estúdios, hoje são milhares. No Brasil, nessa época, eu não tinha conhecimento de ninguém que trabalhasse com Pilates no Brasil. Tanto aqui quanto nos EUA o método foi bastante difundido inicialmente entre os bailarinos. Atualmente temos milhares de estúdios espalhados por todo o Brasil. A popularização do método embora seja bem vinda, pois mais praticantes podem ter acesso a esta maravilhosa prática, também traz a preocupação com a qualidade da formação dos profissionais e da aplicação do método. Pela falta de regulamentação do método no Brasil, muitos profissionais criam cursos de Certificação sem as condições mínimas adequadas em relação às instalações, equipamentos e conhecimento da técnica. Assim também acontece com muitos fabricantes de equipamentos, que aproveitam o “boom” do método e criam equipamentos sem a devida segurança e durabilidade necessária para uma prática segura e eficiente. No início, a prática de Pilates era feita em estúdios menores e não dentro de grandes academias, o método era aplicado de uma maneira muito mais próxima às suas origens. Pilates é um trabalho, que se bem aplicado, traz resultados maravilhosos. Joseph

⁵ Isabel de Camargo Neves Sacco.

Pilates acreditava no trabalho de *Contrologia*. Em seus livros “Retorno à Vida pela Contrologia” e “Sua Saúde” ele expõe sua filosofia e os fundamentos do seu trabalho, o resgate da saúde pelo autoconhecimento, integrando corpo, mente e espírito. Neste método, respeitam-se as amplitudes articulares e desenvolve-se a força sem o uso de cargas excessivas, utilizando o peso do próprio corpo, da gravidade e a resistência das molas presentes nos equipamentos do método. Joseph Pilates utilizava halteres com no máximo dois quilos e não com cargas excessivas como vemos muita gente trabalhando atualmente. Hoje, vejo no trabalho de Pilates uma preocupação maior com os resultados estéticos e menos pela busca da saúde e do auto conhecimento que o método proporciona. Vejo também professores com muita pressa para trabalhar com Pilates, empresas com muita pressa para contratar professores deixando de lado a preocupação com a formação desses profissionais. Hoje em dia, todo mundo quer um professor de Pilates para colocar a plaquinha na porta e com certeza, rapidamente, vai formar uma fila de clientes e o dinheiro vai entrar muito rápido. A preocupação com o retorno financeiro tem se sobreposto aos verdadeiros princípios do método e da ética dos profissionais. Profissionais mal formados, vão aplicar o método de maneira inadequada, causando prejuízos à saúde dos seus alunos e gerando uma repercussão ruim para o Pilates, e inclusive o método já tem sido apontado por alguns especialistas como um método perigoso que pode causar lesões. Acredito que a moda do Pilates vai passar como todas as outras no mundo do Fitness e que permanecerão no mercado os profissionais que realmente tenham conhecimento e respeitem o legado de Joseph. Quanto aos equipamentos, eles estão evoluindo. Quando Joseph Pilates criou o método, ele não possuía os mesmos conhecimentos científicos sobre biomecânica e fisiologia do exercício que temos hoje e é natural que estes conhecimentos sejam incorporados à técnica e aos que ele criou. Hoje temos ótimos fabricantes de equipamentos, as grandes empresas que trabalham com estes equipamentos também estão trazendo muitos benefícios. Porém, como acontece com a certificação de profissionais, o mesmo problema de falta de qualidade e insuficiência de *know-how* se repete, na ânsia de obter lucros rápidos deixa-se a desejar na qualidade e na segurança.

C.M. – Bom, agora eu queria que você contasse como foi a implantação do seu primeiro estúdio, como é que você conseguiu os equipamentos, trazer?

M.A – Em 1994 trouxe dos EUA meu primeiro Reformer, portátil, debaixo do braço. É uma máquina que trabalha com elásticos em vez de molas, muito bem feita, com a qual iniciei minhas aulas em meu pequeno estúdio, no Sumaré, em São Paulo. Seis meses depois, janeiro de 1995, já possuía tantos clientes que precisei aumentar a minha sala. Naquela época não tínhamos nenhum fabricante de equipamento de Pilates no Brasil. Importei, então, um estúdio completo de Pilates dos EUA. Esse foi o Primeiro Estudio de Pilates no Brasil.

C.M. – Ótimo. Bom e agora sobre a formação também, se a formação, os conhecimentos que foram abordados lá no início também eram diferentes porque a Eve Gentry já trabalhava com a reabilitação, mas já tinha conhecimento assim da Cinesiologia, da Anatomia, ou era mais a questão de movimentos mesmo do Pilates?

M.A. – Eve e Michele tinham algum conhecimento de anatomia, cinesiologia, biomecânica e sabiam tudo sobre movimento e o método Pilates. Joseph dizia que observou, estudou e entendeu como funcionava cada articulação do nosso corpo, ele tinha muito conhecimento e soube passá-lo com maestria para seus alunos. Lógico que a evolução nos estudos da neurologia, anatomia, biomecânica e fisiologia contribuiu para as modificações aplicadas hoje no Método Pilates.

C.M. – Só se quando fez a formação na década de 1990, se esses conhecimentos estavam presentes na formação de instrutores.

M.A. – Sim, na minha formação já havia a preocupação em medir o conhecimento dos alunos nas áreas de anatomia e cinesiologia.

C.M. – Bom, agora a última pergunta. Bom, eu queria que tu contasse um pouco como foi o seu envolvimento com a Aliança Brasileira de Pilates⁶, desde o início assim, como foi essa consolidação da Associação e como tem sido até agora.

M.A. – Quando iniciamos os trabalhos para a criação da ABRAPI, tínhamos uma ideologia de mudança muito grande. Durante dois anos nos dedicamos à criação do estatuto. Nossa

⁶ ABRAPI.

grande preocupação era que fossemos uma associação de instrutores de Pilates e não de empresas. Apesar de todos nós sermos donos de empresas, a nossa grande preocupação era proteger o instrutor de Pilates e estabelecer parâmetros, tanto para a formação (quem poderia formar instrutores, quais requisitos para um curso de certificação, carga horária, conteúdo, etc) quanto para a aplicação do método, enfim, queríamos colocar ordem na casa. Nós queríamos terminar com o submundo do Pilates, formações de má qualidade, sem exclusão, oferecendo oportunidade de complementação e adequação destas formações insuficientes, para melhorar o ensino e a prática do método no país. Queríamos uma associação com cara brasileira, não um prolongamento da *PMA – Pilates Method Alliance*. Trabalhamos durante seis anos pela da ABRAPI, com dinheiro próprio, realizamos muitas ações e viajamos pelo Brasil. Sonhávamos com uma associação representativa. Tivemos alguns contatos com os Conselhos de Fisioterapia⁷ e de Educação Física⁸, nós estávamos caminhando. Percebi nestes anos de dedicação à ABRAPI, que a comunidade do Pilates não quer ser representada, as empresas que trabalham com Pilates não tem o mínimo interesse em normatizar ou regulamentar nada. As empresas querem mesmo é ganhar dinheiro. Pretendem certificar qualquer pessoa que se interesse em fazer a certificação, desde que pague. Muitos profissionais não querem fazer uma formação completa, se contentam com poucas informações, rápidas, para poder começar a trabalhar com o método. Os empresários ou profissionais que contratam instrutores mal formados, só querem que eles conheçam alguns exercícios e atendam muitos clientes para eles poderem ganhar muito dinheiro. Tudo isso ficou muito claro, no último mês de agosto⁹, quando estávamos divulgando o primeiro *Congresso da Aliança Brasileira de Pilates*. Fomos procurados por alguns empresários e por alguns fabricantes de equipamentos, todos muito interessados. Dissemos que para o primeiro Congresso, a ABRAPI necessitava de parceiros. A intenção era de divulgação da ABRAPI, não de obtenção de lucros. Para isso precisávamos de voluntários, os instrutores doariam o seu trabalho e em troca, divulgaríamos seus nomes e suas empresas. Nestas condições, ninguém se interessou em ser parceiro da ABRAPI. Por total falta de apoio ou patrocínio resolvemos desistir do Congresso. Percebi que a vontade da maioria não era fortalecer a ABRAPI, mas sim, defender os próprios interesses. Infelizmente a ABRAPI vai se dissolver, os instrutores e os profissionais que trabalham com Método Pilates ainda não estão interessados em

⁷ Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (COFFITO).

⁸ Conselho Federal de Educação Física (CONFEF).

⁹ 2013.

regulamentar o método. Vou transferir essa energia que apliquei durante seis anos em prol da ABRAPI para a minha empresa e continuar trabalhando na formação de profissionais gabaritados.

C.M. – Bom professora, tem mais alguma coisa que tu queira registrar?

M.A. – É muito tempo, são vinte anos de história com Pilates. Gostaria de deixar registrado que tudo o que foi dito nesta entrevista, pode ser comprovado através de certificados, notas fiscais, fotos e videos.

C.M. – MUITÍSSIMO obrigado então. Até mais.

[FINAL DA ENTREVISTA]