



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

PROJETO GARIMPANDO MEMÓRIAS

ELAINE DE MARKONDES

(depoimento)

2013

CEME-ESEF-UFRGS

FICHA TÉCNICA

Projeto: Garimpando Memórias

Número da entrevista: E-354

Entrevistada: Elaine de Markondes

Nascimento: não informado

Local da entrevista: Estúdio Sal da Terra, Porto Alegre – RS

Entrevistadora: Christiane Garcia Macedo

Data da entrevista: 12/10/2013

Transcrição: Wilian Antiqueira da Luz

Copidesque: Christiane Garcia Macedo

Pesquisa: Christiane Garcia Macedo

Total de gravação: 29 minutos e 51 segundos

Páginas Digitadas: 9 páginas

Observações:

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

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

<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

Envolvimento com o Método Pilates; Situação do Pilates no Brasil antigamente; Formação nos Estados Unidos; Relação da dança com a prática do Pilates; A formação de instrutora e porque da decisão; Conhecimentos destacados no aprendizado do Pilates da época; Criação e instalação do seu estúdio em Curitiba; A popularização da prática e o aumento de praticantes; A importação dos instrumentos; Gestão a frente da Aliança Brasileira de Pilates; A diferença do antigo Pilates para as práticas atuais.

Porto Alegre, 12 de outubro de 2013. Entrevista com Elaine de Markondes a cargo da pesquisadora Christiane Garcia Macedo para o Projeto Garimpando Memórias do Centro de Memória do Esporte.

C.M. – Como você se envolveu com o Pilates?

E.M. – Eu ouvi falar no Método Pilates nos anos de 1984 e 1985, pois eu sou bailarina clássica e morei em Nova York naquela época para dançar. Mas, como eu já era médica, eu fiz muitos cursos em uma área de conhecimento chamada ciências da dança, e eu busquei muitos trabalhos corporais. Fiz uma formação em Ideocinese¹ que é uma técnica que trabalha com imagens e eu conheci o Holf². Ou seja, eu ouvia falar no Pilates, mas o Pilates não tinha nenhuma popularidade nos Estados Unidos naquela época, então eu acabei não me envolvendo, eram raros os estúdios de Pilates, mas foi quando pela primeira vez eu ouvi falar de Pilates. Depois voltei para o Brasil. Em 1995 mais ou menos, eu fui a um evento de técnicas somáticas, promovido pelo Conselho Latino–Americano de Dança em Buenos Aires. Neste evento eu encontrei um fisioterapeuta que recém tinha feito formação e falou sobre Pilates, e foi o meu “re–contato” e agora definitivo com o Pilates. A partir disso eu fui buscar minha formação, inicialmente eu me envolvi com algumas metodologias, e depois por uma opção metodológica, para escolher um tipo de abordagem, eu fiz minha formação pelo *Physicalmind*³, foi uma escolha pela forma de trabalho. E logo que terminei esta formação eu fui convidada para representar o instituto aqui no Brasil, e comecei a trabalhar com certificação. Sintetizando o meu contato com o Pilates foi assim: primeiro saber que existia; um reencontro em 1994 ou 1995; experiências em algumas escolas; formação pelo *Physicalmind* porque acho que combinava com o meu funcionamento.

C.M. – Como estava o Pilates aqui no Brasil na época dessa formação?

E.M. – Na verdade não tinha Pilates no Brasil, tinha pouquíssimo [ênfase]. Como o trabalho da Alice Becker⁴ em Salvador, que eu conheci na época, o trabalho da Inélia

¹ Abordagem de reeducação neuromuscular utilizando imagens mentais.

² Nome sujeito a confirmação.

³ *Physicalmind Institute*.

⁴ Alice Becker Denovaro.

Garcia em São Paulo, o meu trabalho em Curitiba e o trabalho da Cristina Abrami⁵ do CGPA⁶ em São Paulo, com quem eu tive contato nessa época. Você começa a buscar os pares, e durante cinco anos mais ou menos eram estas pessoas que faziam Pilates no Brasil. Acho que eu não estou esquecendo ninguém. Estávamos em polos diferentes, começando timidamente a desenvolver este trabalho e buscando informações. Isso foi entre 1993 a 1997.

C.M – A formação que você buscou foi nos Estados Unidos?

E.M – Foi nos Estados Unidos. O *Physicalmind*, ele foi criado em 1991 pela Eve Gentry⁷, hoje a sede é no Instituto de Nova York, mas naquela época a sede era em Santa Fé, no Novo México. Eu fiz toda a minha formação lá. Depois fiz o curso para ser certificadora também. A Eve Gentry que foi a fundadora, uma das sucessoras diretas do Joseph Pilates, morava em Santa Fé, e por isso o Instituto começou nessa cidade. Hoje está mais fácil, porque está mais perto (risos) tendo várias instituições certificadoras no Brasil.

C.M – Como você vê essa relação da dança com a prática, principalmente dessa aproximação tua com o Pilates.

E.M – Então, eu gosto de dizer que, quem me levou para o Pilates foi a dança. Primeiro fui bailarina, depois fui médica, depois fui instrutora de Pilates, depois eu fiz fisioterapia. Porque eu achava que o método era maravilhoso para cuidar de pessoas que eram muito hábeis corporalmente, mas também para recuperar funções que haviam sido perdidas. Eu pensei: “Não, eu quero entender a fisioterapia porque eu acho que o método Pilates pode ajudar essas pessoas também”. Sai da faculdade de fisioterapia mais convencida ainda da minha hipótese. Também tive a oportunidade de trabalhar na orientação em um estúdio de Pilates, dentro da faculdade, montado para clínica do estágio do 4º ano. Eu tive a oportunidade, na minha formação como fisioterapeuta, de trabalhar assistindo/orientando alunos, e eu própria de trabalhar com muitos pacientes tanto ortopédicos quanto neurológicos. Foi uma experiência para trazer o método para a área da fisioterapia muito

⁵ Maria Cristina Rossi Abrami.

⁶ CGPA Pilates – Centro de prática e certificação de profissionais no método Pilates.

⁷ Instrutora de Pilates da primeira geração (formada diretamente por Joseph Pilates). Trabalhou também com dança.

rica, a clínica era toda equipada como é até hoje na Faculdade Evangélica do Paraná e isso foi muito importante na minha história. Gosto de trabalhar com performance (dança e fisioterapia) e gosto de trabalhar com problemas, resolver problemas, dores, sintomas.

C.M. – E como você se formou como instrutora? Porque você decidiu fazer essa formação, já tinha uma intenção de trabalho, uma intenção de montar um estúdio?

E.M. – Eu acho que sim. Eu fui fazer Pilates porque eu reconhecia nessa prática a possibilidade de desenvolver o trabalho complementar que inicialmente eu pensava em performance. Eu reconhecia no Pilates a possibilidade de melhorar a longevidade do corpo que dança, a qualidade de performance, e conseguir diminuir o gasto energético para esse nível de trabalho corporal complexo. Eu comecei a achar que seria maravilhosa a possibilidade de recuperar, de tratar bailarinos e pessoas que não caminhavam ou que tinham dores crônicas e etc. Foi quando eu fui estimulada a fazer fisioterapia. Eu já tinha formação no método, mas ainda não vislumbrava como isso poderia tratar pessoas deficientes, insuficientes, disfuncionais a rigor, e que não tinham as habilidades corporais que tinham os bailarinos. A minha primeira ideia foi pensar em um método para desenvolver a área que se chama medicina da dança ou ciências da dança, que unia nutrição, treinamento corporal, treinamento funcional. Mas depois fui desenvolvendo, através dos meus conhecimentos com a fisioterapia a aplicação do método para a reabilitação.

C.M. – Na época que você fez a formação como instrutora, que conhecimentos eram destacados durante o curso? Por exemplo, cinesiologia, análise de movimentos...

E.M. – Movimento não. A formação do *Physicalmind* é dividida em várias etapas, é uma formação longa. Hoje aqui no Brasil eu faço o curso, são 360 horas, são duas semanas longas e mais seis semanas curtas. Nós temos atividades práticas e aulas teóricas. Não é uma revisão da anatomia, é uma revisão da anatomia com aplicações no ambiente do método. Temos uma visão anatômica de membro superior, coluna, membro inferior, tem aulas de osteoporose, gravidez, lesões, que é o suporte teórico que fundamenta o pensar prático. Eu sempre gosto de dizer para os meus alunos que eu estou muito mais preocupada que eles desenvolvam o pensamento sobre o método, do que eles decorem os movimentos,

porque isso que vai dar para eles autonomia para que façam escolhas acertadas, e possam resolver problemas que vão aparecer ao longo da vida deles. Na formação os alunos fazem 70 atendimentos, todos eles supervisionados. A tarefa é toda acompanhada por um instrutor. É uma formação bem dilatada.

C.M. – Como foi a criação e instalação do seu estúdio em Curitiba?

E.M. – Eu trabalho com o Pilates a 16 anos, foi o primeiro estúdio de Curitiba, não tinha Pilates na cidade. Não tínhamos nem a fabricação de equipamentos no Brasil. O primeiro conjunto de equipamentos compramos da *Balance Body*⁸. Importamos os equipamentos, que funcionam até hoje, são equipamentos longevos. Não temos nenhum problema de manutenção com eles. Compramos um *set* de equipamentos. Acredito, que a maior dificuldade foi explicar para as pessoas o que era Pilates. Eu me lembro que eu tinha uma cliente que ficou comigo durante 14 anos e na o RPG era uma técnica que estava se popularizando, então ela passou uns dois anos achando que ela estava fazendo RPG e eu dizia: “Não, não é RPG é Pilates”. Porque ninguém conhecia Pilates. Me lembro que os primeiros folders eram assim, muito extensos, porque a gente falava muito sobre quem era o Joseph Pilates, sobre a vida, o que era, o que ele pensou. Tínhamos que conscientizar a sociedade sobre a chegada desse novo trabalho porque ninguém tinha informação. Acho que a maior dificuldade foi ser ouvida mesmo, e ganhar credibilidade junto aos médicos que também não sabiam o que era Pilates. Hoje está muito melhor, as pessoas já falam, já indicam, já contraindicam inclusive.

C.M. – Os acessórios também vocês importaram no início?

E.M. – Sim, tudo importado, há 15 anos atrás. Demorava para chegar.

C.M. – Quando você acha que o Pilates se tornou uma prática popularizada?

E.M. – Acho que o mercado do Pilates mudou muito de uns 5 anos para cá. Muito [ênfase] de 3 anos para cá. Acho que hoje tem muita informação aligeirada, em todos os sentidos, dos cursos, dos instrutores, dos equipamentos, da instalação dos estúdios, da formação, da

preparação desse profissional que abre o estúdio. Hoje já se vê gente que nem é instrutor abrindo estúdio. Porque no Brasil você não precisa. Eu vejo que existe um excesso de comercialização de uma ideia as vezes, em detrimento da técnica, do conceito, da qualidade, e isso eu acho um problema. Não que não se comercialize, a gente precisa vender o que a gente faz. Mas eu sempre digo para os meus alunos, eu acho que esses 3 últimos anos tem sido ruins nesse sentido. Acredito que vai haver uma seleção em breve do bom trabalho, quanto mais a sociedade entender, mais ela vai poder selecionar. Quando o que não é tão bom, convive com o que é mais excelente, as pessoas vão selecionando. Acho que a gente não pode subestimar a possibilidade do usuário selecionar melhor o Pilates que ele quer fazer. Acho que a gente vai começar a viver daqui a uns três anos, esse momento. Em Curitiba, por exemplo, a gente já vê estúdios que estão se fechando... Porque é isso, se você não gosta do que faz, difícil você ter sucesso. Então as pessoas que estão fazendo Pilates porque estão pensando mais no aporte financeiro, acho que elas não vão ter o mesmo sucesso que as pessoas que trabalham com o Pilates porque gostam. E isso vai reforçar o bom trabalho. Eu sou bem otimista nesse sentido. Mas acho que também já existem alguns equívocos. Algumas pessoas vem achando que o Pilates é uma coisa que não é, e provoca coisas que não deveria provocar. E é verdade, tem alguns problemas que estão sendo criados nos ambientes de Pilates, então já tem médicos que contraindicam porque Pilates causam alguns problemas, porque as contraindicações talvez não estejam sendo contempladas, que obviamente elas existem. Volta a cair na ideia da qualidade da formação do profissional.

C.M. – Quando você começou a formar instrutores?

E.M. – Fazem 12 anos que trabalho com formação.

C.M. – E foi na mesma linha da *Physicalmind*?

E.M. – Sim, eu represento o instituto no Brasil desde que eu fiz minha formação e fui convidada, fui lá fazer a formação de certificadora, e daí comecei.

C.M. – Como você foi convidada?

⁸ Empresa que produz e vende equipamentos e acessórios para Pilates.

E.M. – Durante o meu curso mesmo. Porque normalmente você faz formação e depois de um ano volta para fazer a prova. Mas daí a presidente do instituto achou que eu tinha um nível diferente dos outros alunos e acabou me aplicando a prova na mesma oportunidade, e eu fiquei um pouco mais lá do que eu deveria ficar. Fiz a prova e os resultados do meu trabalho no curso acabaram justificando esse convite. Eu voltei para o Brasil e depois voltei para lá para me preparar para ser certificadora.

C.M – Queria que você contasse agora como foi a sua gestão a frente da ABRAPI⁹, como você chegou nesse cargo e como foi a gestão.

E.M – Na verdade a ideia da ABRAPI foi tentar informar melhor a sociedade e sanear o mercado de Pilates. Durante a ABRAPI a gente falou muito em qualidade das formações, porque a gente acha que é a única coisa que pode sanear esse problema que eu te aponte. Precisamos formalizar isso em relação as questões legais brasileiras. Precisamos formalizar esse trabalho junto aos conselhos de classe que estão sequiosos por isso. Nós, especialista de Pilates, precisamos dizer qual a carga horária da formação. Pois enquanto não dissermos isso o CREF¹⁰, por exemplo, vai continuar divulgando curso de duas horas, porque eles não têm as orientações. Isso foi um foco importante, desde que a ABRAPI foi nucleada, na verdade. Nós fizemos vários encontros de um grupo de pessoas que foram se agrupando, foram convocadas e foram ficando. Quanto mais agente fazia, menos pessoas iam aparecendo, até que se formou um grupo de sete pessoas que constituem a diretoria executiva da ABRAPI. Foi o tempo inteiro, essa aglutinação das pessoas, sempre movida por um ideal de tentar organizar tudo, refletir a cerca disso, e ser representativo. Tentar de verdade, consultar a sua cidade e organizar ideias, enfim, esse trabalho braçal. A ABRAPI é isso. O que é um grande problema na ABRAPI que estamos entendendo: não temos certeza se as pessoas querem isso que queremos para elas. Que agente saneie o mercado, diga que a formação precisa ter 360 horas. Porque 360 horas? Porque o nível de especialização profissional no Brasil propõem 360 horas, então a gente não vai fazer 320. Não que a gente esteja pensando necessariamente que o Pilates vai ser um nível de especialização profissional. Quer dizer, conceitualmente pra mim ele é, não é um

⁹ Aliança Brasileira de Pilates.

¹⁰ Conselho Regional de Educação Física.

conhecimento que você vai ter na graduação, você vai escolher depois que você graduar se você vai ser especialista, se você quer se aprofundar nessa direção. Então eu vejo isso como um corpo de conhecimento que vem depois que você termina sua graduação, o que é um nível de especialização profissional. Não estou falando que isso é uma especialização. Agente percebe, que isso é um desejo nosso, da diretoria da ABRAPI, mas que tem muita resistência da sociedade, dos empresários, das pessoas que dão formação e estão dando formação com cem horas e que não querem mudar. Hoje agente se sente solitário enquanto diretoria da ABRAPI, no sentido de fazer valer essas ideias, porque parece que não interessa a todos. Eu acho que o trabalho da ABRAPI é um trabalho de garimpo, é um trabalho de dedicação voluntária por um ideal e de continua sensibilização das pessoas para essa ideia. Mas o legal é que nós fizemos várias assembleias para localizar, isso foi feito em Curitiba, no Rio de Janeiro, em São Paulo, como que os associados entendiam essa ideia da formação. Porque o CREFITO¹¹ acha que o fisioterapeuta pode trabalhar com o Pilates mas ele não é um instrutor, ele é um fisioterapeuta que trabalha com Pilates. O CONFEF¹² as vezes diz que só o educador físico que pode ser instrutor. Em alguns conselhos de fisioterapia, eles acham que o terapeuta ocupacional não pode. Agente precisa dialogar com essas pessoas, porque se não agente vai ficar a margem. Quando eu digo formalizar o trabalho com o método junto com esses conselhos, porque antes de mais nada esse profissional, ou é fisioterapeuta, ou é educador, ou é bailarino. Acho que agente vive um momento continuo de organização de ideias, de conversar com as pessoas, e quando agente nas assembleias foi checar, agente não quis arbitrariamente dizer: “Não, não é graduado não vai poder mais trabalhar o Pilates”. Porque existem pessoas que não tem graduação e trabalham com o Pilates no Brasil. Nos Estados Unidos, muitas. A gente achou que não podia fazer isso, mas as assembleias nesses diferentes estados mostraram como as pessoas pedem por isso, aquelas poucas que compareceram. Então existe uma ânsia, talvez pessoal de instrutores de organização de saneamento, mas daí não sabemos até que ponto isso tem um alcance. A nossa gestão termina agora em dezembro¹³, e vai ter uma assembleia no dia dois de dezembro, e eu vejo que quem continuar essa diretoria vai ter que continuar esse pensamento. Temos outras dificuldades que é a distância, somos cada um de um estado, então é oneroso para agente se reunir presencialmente. Agente faz

¹¹ Conselho Regional de Fisioterapia e Terapia Ocupacional.

¹² Conselho Federal de Educação Física.

¹³ 2013.

as reuniões por skype¹⁴, mas em algum momento a gente precisa se encontrar reuniões mais prolongadas. Então são custos pessoais que são assumidos pelas pessoas e a gente está tentando entender até que ponto a sociedade deseja e precisa disso, e até que ponto faz sentido preservar a ABRAPI, mas já fazem seis anos que a ABRAPI começou a existir e estamos batalhando.

C.M – Você vê na prática do Pilates muita diferença da época que você começou, para os dias de hoje?

E.M – Sim. Eu mesma me sinto completamente diferente (risos). Porque o uso, estar nesse lugar a tanto tempo, reformula continuamente as tuas ideias. Pessoalmente, eu tenho formação em Gyrotonic¹⁵, e tenho outras formações, em fisioterapia, em terapias manuais. Tudo o que eu faço, tudo o que eu agrego de conhecimento em vida, modifica meu olhar e meu trabalho com o método, então é isso, eu me deixo contaminar pelas ideias novas, e vou revisando meu próprio trabalho com o método. Com certeza, na minha vida com meus alunos, sim, porque eu acho que é isso. O *Physicalmind* sempre diz uma coisa muito importante para agente que é: “O Pilates precisa servir ao homem que vive hoje nesse planeta”, a gente não pode ficar cristalizado em um formato que o Joseph Pilates criou para a primeira metade do século XX, a gente está no século XXI. Quais são as necessidades desse homem hoje, como o método pode atender o corpo que hoje está por aqui. Isso impõem que a gente revise, dialogue com as descobertas científicas, ajuste, fundamente teoricamente essa prática com essas coisas que vão sendo descobertas e ditas e provadas nos artigos científicos. Então não dá pra separar, cada vez menos, você precisa ficar permeável, a informação que circula, teórica, científica, social, médica. Então você vê as coisas acontecendo em relação a questões nutricionais, os aportes da tecnologia, as posturas que o desenvolvimento tecnológico está trazendo. As pessoas hoje estão dentro dos *Ipads*¹⁶. Então como o Pilates vai atender esse individuo. Então essa é uma ideia que continuamente modifica o olhar, pra mim é muito rico, porque nossos clientes em Pilates são muito aderentes, ficam muito tempo trabalhando com a gente. Então acho que o grande

¹⁴ Software que possibilita conversa por internet.

¹⁵ Gyrotonic Expansion System, sistema de exercícios com equipamentos, rodas e roldanas, com formação específica, utilizados para desenvolver força, resistência e flexibilidade.

¹⁶ Aparelho eletrônico com acesso a internet.

desafio é você continuar sendo motivado e motivar o seu cliente apesar de você estar trabalhando com o mesmo método.

C.M – Tem algo mais que você queira acrescentar?

E.M – Aquilo que eu te falei, hoje na minha eu ainda atendo clientes, eu gosto de resolver problemas insolúveis de dor, de disfunção, coisas que me desafiam, porque os protocolos de Pilates não estão prontos, não existem, então a gente tem que criar mapas de propostas de movimento e isso é bem instigante, pra mim é bem motivador, eu ter que imaginar coisas para resolver problemas. E gosto muito de trabalhar com performance... Hoje eu voltei a dança, eu sou dançarina de tango, e até a própria técnica do tango estimula bastante as minhas ideias no Pilates. Eu trago coisas que eu estou aprendendo de lá para cá, então eu gosto de tornar o corpo hábil, com autonomia, e hoje eu sinto necessidade de conduzir pessoas sintomáticas, que tem problemas mesmo, para que elas tenham um ganho de complexidade crescente. Isso é um foco meu, porque as vezes eu digo para os meus alunos, principalmente os fisioterapeutas as vezes tem a tendência de ficar tratando seus paciente como um deficiente físico, mas se ele consegue aprender, se as pessoas conseguem aprender a dançar, a jogar, a nadar, porque elas não podem aprender complexidades maiores do método Pilates mesmo que elas tenham tido dor no passado? Como eu vou progredir um cliente para que ele sinta prazer em ganhar autonomia? Eu acho que a ideia é esta.

C.M. – Professora, muito obrigada pelo depoimento.

[FINAL DA ENTREVISTA]