

AS REPERCUSSÕES DA CONSULTORIA EM EDUCAÇÃO FÍSICA POR MEIO DAS REDES SOCIAIS PÓS-PANDEMIA

THE IMPACT OF CONSULTANCY IN PHYSICAL EDUCATION THROUGH SOCIAL MEDIA POST-PANDEMIC

Edna Cristina Santos FRANCO¹

João Rafael Araújo MOURÃO²

Pedro Roberto Marcelino Gonçalves MARCELINO³

Renan Mota SILVA⁴

Robson José de Souza DOMINGUES⁵

¹ Universidade do Estado do Pará (UEPA). E-mail: edna.franco@uepa.br. ORCID: 0000-0003-2909-949X

² Universidade do Estado do Pará (UEPA). E-mail: raf4elmour4o@gmail.com. ORCID: 0009-0000-5967-2643

³ Universidade do Estado do Pará (UEPA). Email: pmarcelino519@gmail.com. ORCID: 0009-0001-0804-8274

⁴ Universidade Federal do Pará ((UFPA/IFCH). E-mail: renanmota16@hotmail.com. ORCID: 0000-0002-5855-5418

⁵ Universidade do Estado do Pará (UEPA). Email: domingues@uepa.br. ORCID: 0000-0001-5419-2878

RESUMO

Apesar da crescente preocupação epistemológica com a presença do profissional de Educação Física no meio virtual, carece de ser pesquisado com profundidade o processo de consultoria online nas redes sociais. O presente analisou as repercussões da consultoria em Educação Física através das redes sociais no período posterior à vigência da crise da COVID-19. Por meio de uma revisão integrativa da literatura, foram investigados 12 artigos publicados nas bases de dados SciELO, PubMed e Scopus, nos últimos dez anos. Resultou-se que o pós-pandemia é um contexto complexo que apresenta uma série de vulnerabilidades ligadas a fiscalização da prescrição de exercícios e incipientes normativas da consultoria online para o Personal Trainer, visto que esse trabalho tem sido comumente realizado por não profissionais.

PALAVRAS-CHAVE: personal trainer online; COVID-19; redes sociais.

ABSTRACT

Despite the growing epistemological concern with the physical education professional in the virtual space, the process of online consulting in social media has not been thoroughly researched. The present study to analyze the repercussions of the Personal Trainer Online work in social media, in the post COVID-19 crisis by an integrative literature review, by gathering 12 articles published in the SciELO, PubMed, and Scopus databases in the last ten years. Results indicate that post-pandemic is a complex context that presents a series of vulnerabilities linked to the enforcement of exercise prescription and incipient regulations of online consulting for the Personal Trainer, since this work has been commonly performed by non-professionals, like Digital Influencers.

KEYWORDS: *personal trainer online; COVID-19; social media.*

CONSIDERAÇÕES INICIAIS

A escrita deste artigo é fruto (OCULTADO PELOS AUTORES) vislumbrando compreender as facetas e as implicações dos profissionais de educação física em momento pós-pandêmico cujas repercussões da consultoria em educação física através das redes sociais causam ressonâncias. A Educação Física, apesar de possuir uma história de minimamente um século e meio no mundo ocidental moderno (Lima, 2015), apenas ao final da década de 90 se tornou efetivamente regularizada no território brasileiro (Brasil, 1998). Em consonância com os desafios do passado, os dilemas circunscritos na contemporaneidade continuam a exigir dessa área, reinvenções sistêmicas ligadas às mudanças não só paradigmáticas, como também sociais, culturais, econômicas, políticas e sanitárias (Conselho Federal de Educação Física, 2002).

A crise instaurada pela pandemia da Sars-CoV-2, também denominada Covid-19, é um exemplo *sui generis* que ilustra tal condição, ao impor ao profissional de Educação Física uma realidade particular (Castro et al., 2021). No que tange a relação pandemia-Educação Física, Azambuja e Santos (2022) explicaram que, com o isolamento social e a desativação de estabelecimentos como academias e centros esportivos, o profissional de Educação Física precisou recriar o modo de exercer o seu trabalho. Como alternativa, apresentou-se a modalidade online, campo de atuação caracterizado pela consultoria à distância mediada por mídias digitais (Kurylo, 2016).

A pesquisa sobre a presença do profissional de Educação Física no meio virtual encontrou nos últimos anos um cenário propício para o seu desenvolvimento, sem um foco específico no processo de consultoria propriamente dito. Logo, a consultoria permanece pouco estudada em sua dinâmica com as redes sociais, restando escassas investigações associadas a entrada compulsória do profissional e não profissional de Educação Física na modalidade digital durante a vigência da pandemia.

Considerando as consequências generalizadas trazidas pela Covid-19 e a necessidade de compreender como os profissionais de Educação Física se situam no período posterior ao ápice da propagação do vírus, aqui chamado era pós-pandemia, este artigo se concentra na condição do Personal Trainer Online (PTO) que utiliza as redes sociais para exercer o seu trabalho. Sobre o que será o “novo normal” para as ações relacionadas à atividade física pós-pandemia, questiona-se no presente trabalho: de que modo o uso das redes sociais para consultoria tem ressoado na atual práxis do profissional de Educação Física?

Especificamente, buscou-se investigar os alcances e limitações apontados na literatura científica no que tange a consultoria on-line em Educação Física, entendendo que, com o fim do isolamento social e o retorno das atividades presenciais, houve uma interrupção entre o trabalho realizado durante a pandemia e o posterior a ela. A partir dessa concepção, é tangível dizer que o PTO está inserido em um processo de reestruturação identitária, sendo tal colocação adequada ao propósito desta pesquisa, os quais são entender a atual situação desse profissional, descrever as estratégias de enfrentamento identificadas para as problemáticas encontradas e verificar as novas perspectivas geradas pelo uso das redes sociais como ferramentas de trabalho.

Ademais, este trabalho reveste-se de importância em face da diversidade de indicadores críticos biopsicossociais que interferem no exercer da Educação Física nos espaços virtuais, ainda, por construir um olhar epistemológico que abrange tanto uma sólida definição da consultoria on-line em Educação Física quanto o seu dimensionamento em um momento histórico peculiar, o qual carece de aprofundamento científico.

Logo, espera-se que essa investigação venha contribuir para a maior compreensão da situação desse profissional na era pós-pandemia e, conseqüentemente, para a construção de estratégias de enfrentamento individuais e coletivas ligadas aos desafios identificados.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A consultoria é a formulação e acompanhamento de treinamento personalizado, o qual é amparado por uma avaliação física com anamnese completa, voltada para a história pregressa do indivíduo e análise de exames complementares. Tais ações, objetivam a identificação das melhores intervenções que culminem em um bem-estar integral, conforme as particularidades de cada caso (Conselho Regional de Educação Física de Pernambuco, 2019), evidenciada no art. 3º da Lei n.º 9.696/98:

Compete ao Profissional de Educação Física [...] prestar serviços de auditoria, **consultoria** e assessoria, realizar treinamentos especializados, participar de equipes multidisciplinares e interdisciplinares e elaborar informes técnicos, científicos e pedagógicos, todos nas áreas de atividades físicas e do desporto (Brasil, 1998, p. 1, grifo dos autores).

Parte da tradição, mostra-se fundamental destacar as particularidades desse serviço, uma vez que tende a ser confundido com a auditoria e assessoria. Nessa lógica, Oliveira (1999) reforça o conceito ao explicar que o profissional licenciado e o bacharel em Educação Física prestador de consultoria, no viés individualizado e baseado em conhecimentos advindos de áreas como fisiologia do exercício, treinamento esportivo, biomecânica do movimento e

anatomia, é denominado Personal Trainer (PT).

Na pesquisa de Bossle (2008), o Personal Trainer é responsável por considerar o cotidiano do cliente na totalidade, contemplando aspectos como horas de sono, rotina, relações sociais, familiares e vestuário. Essa abrangência é um dos fatores de busca pela consultoria, afinal, a contratação reside nos objetivos de aceleração de resultados, suporte técnico para a execução de exercícios, fomento da motivação e aumento da autodisciplina (Souto et al., 2010).

Em síntese, a literatura sobre a consultoria reconhece que não se trata de um artigo de luxo, substituível, mas de um fator potencializador de resultados no campo da força, motivação, bem-estar e saúde, sendo um ofício de cuidado integral (Carvalho et al., 2023). Assim, é compreensível que esse quadro teórico revela o vigor e relevância da pesquisa enquanto legitima a consultoria para além de uma visão estereotipada de prática acessório.

Já é reconhecido pela literatura o maior uso de plataformas web para interagir, acessar, gerar e disseminar informações entre os profissionais da saúde (França; Rabello; Magnago, 2019). O profissional de Educação Física não escapa a essa norma ao inserir-se nesse ambiente por meio da consultoria online. A demanda por esse profissional é descrita no estudo de Stockwell et al. (2019), ao identificarem que o desejo de um cuidado integral pelo PT foi expandido ao uso das plataformas digitais, que demonstraram potencial de aumento das atividades físicas entre indivíduos de todas as idades.

Uma recorrente preocupação ligada a consultoria on-line é a sua realização por não profissionais. No estudo de Kurylo (2016), ele propôs o olhar atento a pessoas no meio virtual que ministram treinamentos, bem como a profissionais credenciados que não realizam avaliações prévias de qualidade para constatar a condição do cliente. Para o Conselho Regional de Educação Física da 12ª Região (CREF/12, 2019) é uma “parte ruim” da consultoria-online o risco de contratação de pessoas não habilitadas, como blogueiros e estudantes, assim, mantém vivo o alerta para a verificação do número de registro profissional.

Por fim, a partir do reconhecimento e legitimidade da presença do profissional de Educação Física enquanto consultor on-line tanto por parte da literatura científica quanto pelas legislações e resoluções nacionais, a imersão teórica e empírica nesse contexto passa a ser reforçada. Particularmente, mediada pelas redes sociais, a consultoria on-line representa uma temática a ser pesquisada minuciosamente, com especial atenção para o comportamento do usuário de redes sociais no Brasil, pois a área fitness está presente com veemência nesse meio (Curtis et al., 2023).

AS REDES SOCIAIS E A EDUCAÇÃO FÍSICA

Não é recente a vinculação da saúde ao campo midiático, sendo as relações discursivas sobre saúde e corpo um objeto de estudo que compõe a tradição de pesquisas nesse âmbito. Anterior ao advento massificado das redes sociais, era a televisão que ditava os hábitos, costumes e comportamentos de determinada época (Furtado, 2003), por ser o veículo de maior expressão e alcance até o início do século XXI (Capanema; França, 2013). Foi nesse contexto que Xavier (2006) identificou o principal modo de apropriação da saúde realizado pela indústria televisiva, o qual se repete nas redes sociais: a comercialização. Conforme o autor, a questão da saúde tornou-se um artifício capitalista para estabelecer uma relação de compra e venda, ao ser constantemente associada a produtos de beleza, esportes e alimentação.

Para entendermos como a comercialização da saúde se dá nas redes sociais, carece realizarmos um aprofundamento em seus aspectos conceituais e constituintes. Vale destacar que essas redes representam a hegemonia midiática contemporânea e são relevantes campos de pesquisa por operacionalizarem-se em plataformas com conexões estáveis que possibilitam o registro e extração de uma quantidade maciça de dados (Leitzke; Rigo, 2020). De fato, são propícias para a observação de padrões de vínculo entre diversos atores sociais, entre os quais indivíduos, grupos e o mercado (Recuero, 2009). Portanto, a apreensão das redes sociais pela ciência é justificada enquanto há tanto um impacto social, econômico, político e cultural do uso destas quanto um volume de dados considerável.

Em pesquisa realizada pela We Are Social e Hootsuite (Kemp, 2023), evidenciou-se que 152,4 milhões de brasileiros utilizam as redes sociais. As mais recorrentes foram o Facebook, com 109,1 milhões de usuários, YouTube, com 142 milhões, Instagram, com 113,5 milhões no início de 2023. Por sua vez, o TikTok contou com 82,2 milhões de brasileiros acima dos 18 anos. Fez-se necessário o delineamento desses valores para indicar a quantidade de pessoas que coexistem em um ambiente com conteúdo das mais diversas naturezas.

Nesse caso, é imprescindível diferenciarmos o Digital Influencer Fitness do Personal Trainer On-line. Enquanto o primeiro é caracterizado por uma quantidade expressiva de seguidores e um estilo de vida admirado por eles, bem como a vinculação com determinadas marcas e seus produtos (Silva; Tessarolo, 2016), o segundo é um profissional de Educação Física prestador de consultoria on-line, regido por código de ética e resoluções específicas, com práticas intrínsecas a ciência (Oliveira, 1999). Vale destacar que ambos utilizam as redes sociais para o compartilhamento de imagens que incentivam e motivam os seguidores a melhorarem

hábitos alimentares e praticarem exercícios (Aguilar, 2019).

Em análise sobre a Educação Física nas redes sociais, Silva e Tessarolo (2016) entendem haver um duplo movimento: de um lado, o desafio dos influenciadores digitais que disseminam ações muitas vezes anticientíficas, cuja falta de domínio dos conhecimentos de modo legal e legítimo pode prejudicar os usuários em diferentes aspectos; do outro lado, há um espaço de possibilidades, de difusão do conhecimento e do alcance de clientes de modo legítimo, ético e responsável, sendo propício para o profissional de Educação Física utilizar estratégias de marketing e autopromoção, expor suas qualificações e, em suma, sobreviver em um mercado competitivo.

A partir dos expostos, entende-se que as redes sociais são um caminho para que os profissionais de Educação Física alcancem novos horizontes profissionais. No entanto, a interferência da predominância do Digital Influencer Fitness representa uma questão a ser aprofundada em pesquisas. Por fim, devido ao conteúdo altamente disseminado pelos influenciadores digitais, é válida a exploração do lugar de atuação do profissional de Educação Física nas redes sociais, com um olhar especial ao contexto pós-pandêmico.

O CONTEXTO PÓS-PANDÊMICO

Desde o dia 31 de dezembro de 2019, a sociedade pós-moderna atravessa uma experiência particular. Nessa data foram detectados diversos casos de pneumonia, que, com o passar do tempo e gradativamente, acometeu milhares de pacientes na província de Hubei, China, especificamente em Wuhan. Eram então as primeiras manifestações de um agente patológico que, pouco tempo depois, foi identificado como *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (Sars- CoV-2).

Esse vírus se espalhou por todo o mundo, o que levou a Organização Mundial da Saúde (OMS) a declarar, em março de 2020, estado de Emergência de Saúde Pública de Interesse Internacional, caracterizando, então, o que conhecemos como a pandemia da Covid-19 (Costa et al., 2021).

Como estratégia de contenção do espalhamento em massa, foi idealizada uma ação conjunta de todo o planeta, incluindo organizações públicas, privadas e diversos setores da sociedade, tendo em vista a necessária redução da velocidade de difusão da doença (Cruz et al., 2020), essas ações incluíam: higienização de mãos com água e sabão e, na ausência destes, álcool em gel, etiqueta respiratória, uso de máscara, faceshield, distanciamento social e vacinação (Gomes, 2020).

Após a vacinação em massa e a diminuição global da quantidade de contaminação, inaugurou-se a chamada era pós-pandemia ou “novo normal”. Nesse viés, pesquisadores de diversas áreas do conhecimento mapearam os impactos da Covid-19 tanto nas dimensões biopsicossociais dos indivíduos quanto nos agentes micro, meso e macrosistêmicos, como no mercado, capitalismo e nas organizações. Contudo, deve-se considerar que tais mensurações não apreendem a totalidade do fenômeno, convidando as constantes buscas científicas.

É na perspectiva de considerar, então, as particularidades da Educação Física no pós-pandemia que um panorama assertivo e coeso pode ser traçado, a fim não só de caracterizar, como também de pensar ações que dialogam com as características *sui generis* que tornam a busca pelo Personal Trainer On-line um atrativo em nossos tempos.

MÉTODOS

A escrita deste artigo valeu-se da abordagem qualitativa e descritiva, com dados secundários de uma Revisão Integrativa da Literatura (RIL). Por sua vez, os dados secundários obtidos na RIL são aqueles que já passaram pela ordenação, tabulação e coleta, até mesmo já analisados e catalogados, portanto, encontram-se à disposição dos interessados. Foi realizada a análise bibliométrica da produção acadêmica com vistas a identificar o estado da arte da consultoria on-line em Educação Física. Assim, destaca-se que essa técnica permite uma investigação dos dados elaborados por meio dos estudos que mensuram a contribuição do conhecimento científico derivado das publicações em determinadas áreas.

Para a RIL, foram utilizadas as etapas basilares, a saber: a primeira corresponde a elaboração de uma pergunta norteadora, valeu-se da implicação: de que modo o uso das redes sociais para consultoria tem ressoado na atual práxis do profissional de Educação Física? Em seguida, foi realizada a busca propriamente dita, por meio de uma combinação específica de descritores, os quais são termos oficiais retirados dos catálogos de palavras das bases de dados científicas, com os critérios de inclusão e exclusão definidos *ad hoc*. Optou-se por publicações de recorte temporal de 2013 até 2023, em língua portuguesa, inglesa e espanhola, com versão completa e gratuita publicada nas plataformas PubMed, Scopus e SciELO. A escolha do referido recorte está associada ao fato de que abrange o pré, durante e pós-pandemia, assim, foi possível traçar um panorama de publicações associadas a essas três instâncias, o que foi de encontro ao objetivo do estudo. Ademais, no que se refere às palavras-chave, estas tiveram como parâmetro os termos Educação Física e Personal Trainer, associado aos seguintes descritores: Covid-19; pandemia; on-line; redes sociais; empreendedorismo digital.

O terceiro passo ocorreu após a filtragem baseada nos critérios de inclusão e exclusão,

o qual consistiu na administração da técnica de coleta de dados, nesse caso, foi utilizada uma matriz de síntese em planilha eletrônica organizada a partir dos seguintes campos: Periódico, Ano, Título, Autor(es), Corte, Método, Relação com as variáveis estudadas, Outras variáveis, Principais conclusões e Agenda de pesquisa. O quarto passo correspondeu a análise crítica dos resultados, que, aponta a uma leitura ativa, integradora de conhecimentos e realizada mais de uma vez, do início ao fim, para a obtenção de uma visão global do todo e da compreensão do conteúdo. Já, o quinto passo referiu-se à interpretação dos resultados, na qual foi realizada a comparação dos dados evidenciados na análise dos artigos ao referencial teórico, identificadas lacunas e realizadas as recomendações para novas investigações. Por fim, o sexto e último passo constituiu a apresentação da revisão integrativa de modo sintético. Por fim, o sexto e último passo constituiu a apresentação da revisão integrativa de modo sintético. A Figura 1 corresponde ao percurso metodológico, exposto sequencialmente.

Figura 1 - Percurso metodológico



Fonte: autores, 2024.

Na busca inicial, foram identificados 1.087 artigos. Após aplicação dos critérios de inclusão, restaram 184 publicações. Em seguida, com os critérios de exclusão, baseados nos títulos, duplicidade, resumo e distanciamento da temática, restaram 47 publicações, que, após um posterior processo de filtragem, resultou em uma amostra final composta de 12 publicações. A Tabela 1 apresenta o número de artigos da busca inicial e a amostra final, conforme as bases de dados e a combinação de palavras-chave e aplicação dos critérios de inclusão e exclusão.

Tabela 1 - Trabalhos encontrados após a combinação dos descritores, com aplicação de termos booleanos.

Base de dados	Combinação de Palavras-chave	Amostra Inicial	Amostra Final
PubMed	Personal trainer (and) covid-19; Personal trainer (and) pandemic; Personal trainer (and) online; Personal trainer (and) social media; Personal trainer (and) digital entrepreneurship	752	5
Scopus	Personal trainer (and) covid-19; Personal trainer (and) pandemic; Personal trainer (and) online; Personal trainer (and) social media; Personal trainer (and) digital entrepreneurship	335	7
SciELO	Personal trainer (and) covid-19; Personal trainer (and) pandemic; Personal trainer (and) online; Personal trainer (and) social media; Personal trainer (and) digital entrepreneurship	0	0

Fonte - Elaborada pelos autores.

A presente seção está estruturada de modo a compilar a síntese ilustrada do levantamento dos 12 artigos identificados na literatura sobre a temática nos últimos dez anos. Quanto ao campo Periódico, 75% das publicações ocorreram em revistas internacionais, principalmente nas áreas da Educação Física, Psicologia e Nutrição.

No que tange ao Título, é notável a recorrência dos termos “COVID-19”, “pandemia” e “online”, bem como “Profissão”, “condições de trabalho” e “mercado”, o que demonstra a interrelação entre os descritores que basearam as buscas. Acerca do Corte, 75% das investigações foram empíricas. Já o Método correspondeu a 50% de estudos qualitativos, 41,6% quantitativos e 8,3% mistos, ou seja, quali-quantitativos (Tabela 2).

Tabela 2 - Matriz de síntese de Periódico à Método

Id.	Periódico	Ano	Título	Autor(es)	Corte	Método
1	Pensar a prática	2013	Personal trainer: a profissão, o profissional e a estrutura de um novo mercado	Carmo Júnior; Gobbí; Teixeira	Teórico	Qualitativo
2	<i>Frontiers in Sports and Active Living</i>	2020	<i>The Impact of Covid-19 Pandemic Lockdown During Spring 2020 on Personal Trainers' Working and Living Conditions</i>	Bratland-Sanda et al.	Empírico	Quantitativo
3	<i>Frontiers in Psychology</i>	2020	<i>Physical Fitness and Exercise During the COVID-19 Pandemic: A Qualitative Enquiry</i>	Kaur et al.	Empírico	Qualitativo
4	<i>Frontiers in Sports and</i>	2020	<i>Recommending Physical Activity During the COVID-19 Health</i>	Godefroy	Empírico	Qualitativo

	<i>Active Living</i>		<i>Crisis. Fitness Influencers on Instagram</i>			
5	Revista Brasileira de filosofia do exercício	2020	#TreineEmCasa – Treinamento físico em casa durante a pandemia do COVID-19 (SARS-CoV-2): abordagem fisiológica e comportamental	Neto et al.	Teórico	Qualitativo
6	Cad. Saúde Pública	2020	COVID-19: importância das novas tecnologias para a prática de atividades físicas como estratégia de saúde pública	Souza Filho & Tritany	Teórico	Qualitativo
7	Research, Society and Development	2021	Como os profissionais de educação física se reinventaram durante a pandemia do COVID-19	Araújo et al.	Empírico	Quantitativo
8	Frontiers in Sports and Active Living	2021	Virtual Physical Education During COVID-19: Exploring Future Directions for Equitable Online Learning Tools	Agostino et al.	Empírico	Quantitativo
9	Journal of Teaching in Physical Education	2021	The Success and Struggles of Physical Education Teachers While Teaching Online During the COVID-19 Pandemic	Centeio et al	Empírico	Qualitativo
10	International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity	2021	The effect of social media interventions on physical activity and dietary behaviours in young people and adults: a systematic review	Goodyear, Wood & Skinner	Teórico	Misto
11	Plos One	2022	Teachers' perceptions of teaching physical education using online learning during the COVID-19: A quantitative study in Turkey	Konukman, Filiz & Unlu	Empírico	Quantitativo
12	BMC Public Health	2023	Hashtag fitspiration: credibility screening and content analysis of Instagram fitness accounts	Curtis et al.	Empírico	Quantitativo

Fonte - Elaborada pelos autores.

ANÁLISE ESTATÍSTICA

A presente seção está estruturada de modo a compilar a síntese ilustrada do levantamento dos 12 artigos identificados na literatura sobre a temática nos últimos dez anos. A começar pelo campo Periódico, resultou-se que 75% das publicações ocorreram em revistas internacionais, principalmente nas áreas da Educação Física, Psicologia e Nutrição. No que tange ao Título, é notável a recorrência dos termos “COVID-19”, “pandemia” e “online”, bem como “Profissão”, “condições de trabalho” e “mercado”, o que demonstra a interrelação entre

os descritores que basearam as buscas. Acerca do corte, 75% das investigações foram empíricas, já o método correspondeu a 50% de estudos qualitativos, 41,6% quantitativos e 8,3% mistos, ou seja, quali-quantitativos.

Com relação as duas variáveis principais analisadas no presente estudo, “Pandemia” e “Redes Sociais”, 83,3% das publicações abordaram a Covid-19 a partir de seus efeitos biopsicossociais, mais especificamente, todos os trabalhos que contemplaram essa variável forneceram um panorama que abrangeu tais impactos, ou seja, partiram de uma leitura da realidade pandêmica correlacionada a saúde dos indivíduos durante a crise, a incluir a redução de movimentos devido ao isolamento social, o maior uso de recursos tecnológicos tanto do PT quanto da população em geral.

Por sua vez, a variável redes sociais estiveram associadas a ênfase no maior uso destas durante a pandemia, das redes sociais enquanto canais de troca de informação entre profissionais e comunidade fitness e das redes sociais enquanto ferramentas para o atendimento online e alternativa de atuação profissional.

Acerca do campo Outras Variáveis, ou seja, o que diz respeito a temáticas atreladas as variáveis “Pandemia” e “Redes Sociais”, os resultados apresentaram um alinhamento as temáticas de saúde pública, mental e atendimento de equipe multidisciplinar (41,6%), seguida da Educação Física Escolar (25%), do Instagram enquanto rede social preponderante (25%).

Por sua vez, o campo Principais Conclusões comportou expressivamente duas linhas conclusivas, a primeira associada as diversas transformações na práxis profissional do PT durante a pandemia (41,6%) e a segunda aos impactos positivos da realização de exercícios mediados virtualmente, bem como o aprendizado em Educação Física no meio online (41,6%).

Finalmente, sobre a Agenda de pesquisa, ou seja, a recomendação de novas investigações ligadas as lacunas identificadas no decorrer dos estudos, 50% do corpus não apresentou um delineamento para futuras pesquisas, já a outra metade contou com sugestões ligadas ao pós-pandemia e estudos sobre a tríade redes sociais-atividade física-alimentação. A Tabela 3 apresenta a síntese dos dados supracitados (Tabela 3).

Tabela 3 - Matriz de síntese

Id.	com as variáveis estudadas (pandemia e redes sociais)	Outras variáveis	Principais conclusões	Agenda de pesquisa
1	Diminuição da quantidade de alunos,	Gênero; Questões	O trabalho do Personal	Recomenda-se a

	prejuízos biopsicossociais; O uso de plataformas on-line para treinos personalizados aumentou.	normativas e legais; Motivação; Formação continuada.	Trainer (PT) na pandemia foi negativamente afetado	realização de estudos sobre os PTs no pós-pandemia
2	Aumento do uso das redes sociais; diminuição da motivação ligada a manutenção dos exercícios físicos; maior troca de informação virtual sobre exercícios e alimentação.	Yoga; Meditação; Música.	Os exercícios em casa durante a pandemia se mostraram positivos para a saúde física e mental	Não foi prevista agenda de pesquisa
3	Readaptações profissionais, sendo o principal recurso o atendimento on-line.	Empreendedorismo.	Houve uma resignificação e readaptação do trabalho do Personal Trainer, com foco no meio digital.	Sugere-se mais investigações acerca da pandemia na rotina de trabalho
4	Desenvolvimento de atendimentos contextualizados e especializados para cada aluno; o meio virtual apresenta um grande potencial para o desenvolvimento de atividades físicas com qualidade.	Prevenção de doenças; Saúde mental; Educação física escolar.	As ferramentas on-line promovem benefícios tanto para os alunos quanto para os professores	Recomenda-se estudos sobre a adesão de exercícios físicos online
5	O uso das tecnologias foi a melhor maneira de transferir informações básicas, permitiu o autodesenvolvimento; As redes sociais foram usadas para professores compartilharem entre si estratégias de aulas.	Educação física escolar; Grupo de trabalho.	Foi necessária a reestruturação profissional para o meio virtual; Recursos tecnológicos on-line e offline podem contribuir para o aprendizado em Educação Física.	Recomenda-se a realização de estudos qualitativos em diferentes países
6	Não apresentou relação com a variável pandemia; Redes sociais como reflexo da globalização e tecnologia que abrem um novo mercado de trabalho.	Apelo estético; Equipe multidisciplinar; Empreendedorismo	Atualmente há uma mescla entre as atividades tradicionais e inovadoras; É necessário que o PT desenvolva competências baseadas na complexidade da pós-modernidade.	Não foi prevista agenda de pesquisa
7	A pandemia mobilizou os PT a promoverem exercícios físicos em casa; houve um crescimento do consumo do conteúdo fitness e das recomendações de influenciadores fitness durante a pandemia; O Instagram foi o principal canal utilizado para a troca de conteúdo fitness.	Influenciadores fitness; Instagram	Os influenciadores fitness e profissionais de educação física utilizaram diversas estratégias para atingirem o público-alvo durante o confinamento.	Não foi prevista agenda de pesquisa
8	As atividades físicas na pandemia devem ser prescritas por profissionais; Não tratou das redes sociais.	Fisiologia; Comportamentalismo; Apoio familiar	As variáveis psicobiológicas do treino são fundamentais de serem consideradas na montagem da prescrição.	Não foi prevista agenda de pesquisa
9	Maiores períodos de imobilidade relacionado a maior utilização de equipamentos virtuais; Alterações no nível motivacional para a prática de atividades físicas; o estímulo a atividades físicas domiciliares como proposta relevante; a utilização de canais de comunicação virtual entre PT	Atenção primária; saúde pública	A prática de atividades físicas deve ser uma política de saúde pública amplamente divulgada e difundida	Não foi prevista agenda de pesquisa

	e aluno, as redes sociais não foram diretamente mencionadas.			
10	A pandemia possibilitou o maior aprendizado sobre as tecnologias, a maior autonomia dos alunos e a capacidade de criação de conteúdo digital;	Educação física escolar; Formação continuada	O uso efetivo das tecnologias há de ser continuado por meio de práticas híbridas	Não foi prevista agenda de pesquisa
11	Houve uma lenta inserção da saúde pública no meio virtual durante a pandemia; A maioria das contas ligadas a prescrição de exercícios físicos no Instagram não partiram de profissionais regularizados.	Influenciadores fitness; Instagram	As principais contas de influenciadores fitness contaram com falta de credibilidade e conteúdo potencialmente nocivo ou não saudável.	Recomenda-se o exame das oportunidades de promoção das atividades físicas no Instagram.
12	Não abordou a pandemia; As redes sociais potencializam mudanças positivas no campo da alimentação e atividade física; os grupos do Facebook geram interação, troca de informações e fortalecimento das práticas saudáveis, já o Instagram está mais ligado a questão da exibição da corporeidade;	Facebook; Instagram;	Foi evidenciado que as redes sociais são preponderantes na mudança de hábitos ligados a alimentação e realização de atividade física	Recomenda-se a realização de mais estudos voltados para a relação entre redes sociais, atividade física e alimentação

Fonte - Elaborada pelos autores. (Agenda Matriz Síntese de Relação com as variáveis estudadas para a Agenda de Pesquisa)

Conforme os resultados, os estudos publicados em revistas internacionais lideram a pesquisa sobre a consultoria em Educação Física associada à pandemia da Covid-19. Ocorre que, no Brasil, a temática é abordada com veemência em dissertações, teses e trabalhos de conclusão de curso (Oliveira, 2020). Desse modo, o baixo número de publicações em periódicos nacionais destaca a necessidade de uma maior abordagem da temática em revistas brasileiras.

O fato de as publicações terem sido realizadas em periódicos das áreas da Educação Física, Psicologia e Nutrição, categorizadas como Ciências da Saúde, circunscreve o tema a partir de uma perspectiva multidisciplinar, na qual o profissional de Educação Física é legitimado enquanto um profissional da saúde. Essa ampliação do campo de intervenção e interlocução da Educação Física na Saúde é enfatizada a partir de seus benefícios (Freitas; Carvalho; Mendes, 2013) e é apontada como um caminho condizente e favorável ao enfrentamento de uma reduzida representação do social do profissional de educação física, que o limita as quadras escolares e academias de ginástica (Minelli; Soriano; Fávero, 2009).

Na sequência, tem-se a questão temporal, com o ano de 2020 como o mais recorrente em termos de publicações sobre a temática. Esse resultado reforça o exposto por Guzzo; Dall'Alba (2021), os quais pontuaram que a pandemia da Covid-19 estimulou pesquisadores e foi uma oportunidade de refletir sobre os produtos e processos da construção do conhecimento, significa que os estudos realizados entre 2019-2023 revelam não só o acompanhamento da

ciência ao cenário pré-pandêmico, pandêmico e pós-pandêmico, como também o modo no qual as pesquisas são desenvolvidas a partir de um evento tão impactante. Desse modo, é razoável dizer que a categoria Ano dialogou com o zeitgeist característico da dissolução em massa do vírus.

Com relação ao Título, notou-se a vinculação dos termos “pandemia”, “Covid-19”, “online” à “profissão”, “trabalho” e “mercado”, assim, torna-se visível, na questão sintática e semântica, o quão atrelado ao meio digital esteve o trabalho do consultor de Educação Física durante a vigência da pandemia e o quanto essa vinculação passou a ser um alvo epistemológico. Esses dados reafirmam o exposto por Silva e Tessarolo (2016), uma vez que as autoras evidenciam o terreno das redes sociais como um espaço de atuação profissional legítimo, no qual o consultor em educação física há de se apropriar, direcionando-se a partir de estratégias de marketing, autopromoção e difusão de seus conhecimentos de modo ético e responsável. Portanto, cabe inferir que a atuação profissional no meio digital, que já fazia parte da pesquisa em Educação Física (Kurylo, 2016), encontrou um contexto na pandemia para a sua potencialização.

Diante do corte de pesquisa, tem-se a maioria do corpus de caráter empírico. Na concepção de Demo (1994) o empírico permite uma aproximação prática com o fenômeno estudado e possibilita uma maior concretude às argumentações, o que vai de encontro as necessidades de pesquisa durante a pandemia da Covid-19, que por inaugurar, exigiu dos pesquisadores o contato direto com este. Já o fato de metade das publicações serem qualitativas permite valer-se do que Silva, Velozo e Rodrigues (2008) identificaram. Conforme os autores, tradicionalmente a pesquisa em Educação Física partia de uma ótica positivista, baseada em uma visão meramente anátomo-fisiológica do ser humano, todavia, tal hegemonia quantitativa e de enfoque mecanicista saiu de evidência desde a década de 1970, momento no qual ganharam força as investigações qualitativas e de enfoque sociocultural. Logo, convém concluir que a vigência qualitativa identificada dialoga com a história da pesquisa em educação física.

Conforme os resultados, a pandemia foi trazida pelos pesquisadores a partir da descrição de seus impactos nos aspectos fisiológicos, psicológicos, econômicos, sociais e comportamentais, estes últimos os mais presentes ao apontarem dois principais movimentos: a diminuição da atividade física (Mattos et al., 2020) e a potencialização do uso das redes sociais (Segata, 2020). A partir desse exposto, pode-se considerar que a atuação do Personal Trainer On-line durante a pandemia atendeu ambas as realidades: de um lado, por estimular a realização de atividades físicas e do outro, por conseguir ir de encontro a clientela que, em si, já passou a utilizar com veemência as redes sociais, fator que explica a difusão dos exercícios físicos

domiciliares mediados pelas redes sociais (Lima Júnior, 2020).

Em continuidade, a ênfase no olhar multidisciplinar presente em 41,6% dos estudos representa uma transição paradigmática, na qual as disciplinas passaram a uma maior integração do conjunto de conhecimentos e saberes acumulados sem, contudo, perderem a identidade (Roquete et al., 2013). Outro achado diz respeito à Educação Física Escolar, que foi associada às variáveis principais. Nesse caso, inaugura-se uma questão de tamanha extensão, enquanto se pode problematizar o quão vinculado está o termo “Educação Física” ao contexto escolar, contrapondo a noção de que o ato de educar desse profissional também alcança espaços para além da sala de aula. Afinal, por profissional de educação física, não se pode entender somente aquele do ensino básico (Macedo; Neves, 2021), mas que a função de ser educador é intrínseca à profissão em seus diferentes contextos. Aqui, pode-se valer do exposto por Garay, Silva e Beresford (2008), de que o Personal Trainer é primordialmente educador. Não se pode, portanto, desconsiderar que o consultor em educação física promove um trabalho educativo ao levar o seu cliente a maior compreensão dos fatores que envolvem a execução de exercícios, autodisciplina, motivação e aceleração de resultados (Souto et al., 2010).

Já na especificidade Instagram, parte dos resultados encontrou uma problemática difusa da consultoria online, pontuada pela literatura e potencializada pela pandemia: a realização desse serviço por não profissionais (Kurylo, 2016). Ocorre que a busca por *instagrammers* fitness é uma realidade complexa a ser enfrentada por profissionais de fato habilitados (Aguilar, 2019), visto que devido à quantidade de seguidores, patrocinadores e suas características estéticas, esses são vistos como “autoridades” no assunto saúde e exercício físico (Pires; Estela, 2022). Um exemplo claro sobre esta implicação foi o ocorrido no Brasil, da denúncia apresentada pelo Conselho Federal de Educação Física ao Ministério Público. Neste caso, a acusada era uma personalidade afamada com milhões de seguidores nas redes sociais. O episódio ocorreu nos anos de 2020 com a alegação de que a acusada estava fazendo uso ilegal da profissão exposto vídeos “fitness” na plataforma Instagram com dicas de treinos e exercícios. Ainda, neste limiar, a referida pessoa utilizou em um dos seus vídeos o início de aquecimento de forma errônea, por exemplo, pular corda, além de descrever deslocamento frontal e lateral como uma simples corrida para frente e para trás ou para os lados (CONFEF, 2020). O denunciante se embasou na lei de contravensão penal prevista no Art. 47 da Lei das Contravensões Penais, Decreto-Lei n.º 3.688 de 3 de outubro de 1944 “Exercer profissão ou atividade econômica ou anunciar que a exerce, sem preencher as condições a que por lei está subordinado o seu exercício” pode render multas ou prisões simples.

Há de ressaltar por estes pesquisadores que, por se tratar de personalidade pública, o

processo está em segredo de justiça, o que trouxe dificuldade, mesmo com a Lei de Acesso à Informação, para elucidar qual o campo de defesa norteado pela acusada. Esses casos que vêm ocorrendo de maneira recorrente nas redes sociais são uma nova infração nesse meio que aumentou com a pandemia da Covid-19. Porém, não se pode permitir que pessoas não formadas e habilitadas prescrevam exercícios de maneira errônea e oferecer serviços à sociedade como se estes fossem profissionais. Já é de conhecimento científico que a prática de atividade e exercícios físicos bem instruídos por um profissional habilitado de Educação Física pode trazer melhoras no estilo de vida, prevenções e/ou melhoras em quadros patológicos, tais como: pacientes em quadros de câncer (Munhoz et al., 2016, p. 37), doenças mio-osteomusculares como a osteoartrose (Matsudo; Calmon, 2009, p.149) e doenças crônicas, tais como a obesidade, a diabetes e a hipertensão arterial (Bankoff et al., 2016).

Todavia, a instrução inadequada de exercícios físicos por pessoas não habilitadas pode trazer prejuízos à vida das pessoas. Além disso, essa problemática também é endossada pelas normativas em Educação Física; porém, trata-se majoritariamente de alerta para a verificação do número do registro profissional (CREF12/PE, 2019), nesse caso, identifica-se que esta medida isolada é incipiente, ao haver a necessidade de um maior delineamento (plano) de práticas e fiscalização a partir dos órgãos que representam legalmente os Personal Trainers.

Com base nas principais conclusões, os resultados aqui identificados corroboram a síntese de Miguel (2020), visto que o autor detalha de que modo o trabalho do personal trainer se modificou a partir da pandemia. Recorrendo à literatura, o estudo supracitado pode servir de base para a contextualização do trabalho desse profissional durante a vigência da pandemia. Sendo assim, cabe o questionamento sobre a realização de trabalhos nesta perspectiva, todavia, direcionados ao pós-pandemia. Sobre os benefícios da realização de exercícios mediados pelas redes sociais, estes também foram identificados (Lustosa; Silva, 2020), porém, não se pode abordá-los sem considerar a problemática das recomendações destes profissionais, o tornando a questão não só ambígua como também complexa. Por fim, das sugestões de novas pesquisas presentes no corpus, é perceptível que os pesquisadores consideram a pós-pandemia um contexto imprescindível para novas investigações, sendo o presente artigo uma iniciativa de alcance a essa lacuna.

HÁ ESPAÇO PARA O PERSONAL TRAINER NAS REDES SOCIAIS? UMA ANÁLISE DA CONSULTORIA ONLINE, MARCOS LEGAIS E CONHECIMENTOS E HABILIDADES NOS PÓS PANDEMIA.

Concernente aos resultados e à discussão por ora expostos, evidenciou-se que a figura do Personal Trainer On-line é atravessada por desafios das mais diversas ordens, os quais necessitam de um olhar minucioso e crítico, o que se pretende nesta seção. Primeiramente, em meio a (co)existência de Personal Trainer On-line e influenciadores fitness nas redes sociais, cabe-nos questionar: quais são e de que modo ocorrem as atividades da consultoria através das redes sociais? Na perspectiva de Palazzi-Júnior (2017), essas atividades são divididas em três etapas: análise, desenvolvimento de treinamento físico individual e supervisão. A primeira está ligada à compreensão do cliente na totalidade, uma detalhada investigação de seus hábitos, rotinas, histórico e perspectivas.

Tem-se, na segunda etapa, a construção de um treino exclusivo, conforme a realidade captada anteriormente. Em seguida, a supervisão passa a ocorrer - momento no qual são feitos reajustes e novas orientações para o aprimoramento do condicionamento físico. Essas atividades acontecem de modo síncrono e/ou assíncrono, no caso do primeiro, têm-se as chamadas de áudio e vídeo, no segundo, as gravações que podem ser acessadas a qualquer momento. Para tal, é necessária uma boa conexão de internet, o manejo adequado das plataformas e uma boa resolução de vídeo e qualidade de áudio, para que os movimentos e orientações possam ser mais bem compreendidos (Attridge; Felice, 2015).

Por conseguinte, Vicentini et al. (2018) explicam que o ambiente online é desleal e está longe da fiscalização dos órgãos reguladores da profissão, esse achado dialoga com a literatura, que evidenciou que as atividades relativas ao PTO estão sendo realizadas por não profissionais, o que chama atenção para uma análise dos marcos legais e normativas que amparam essas práticas em território nacional e se, em algum grau, providenciam segurança e exclusividade. Sobre essa questão, um documento destacável é a Nota Técnica de

Atuação Digital do Profissional de Educação Física, emitida pelo Conselho Regional de Educação Física da 1ª Região (CREF1, 2020). Essa nota fala sobre a atuação da consultoria online e conta com especificações sobre o registro profissional, importância da anamnese, os princípios da pessoalidade, individualidade, preservação da integridade física, acompanhamento individual e progressão. Ainda, nela constam orientações sobre vestimenta, sigilo, privacidade e ética, bem como estabelece a comparação entre profissionais e não profissionais. Todavia, não são garantidas práticas exclusivas e tampouco descritos os mecanismos de fiscalização. Para além, foi identificada apenas uma afirmativa voltada para a

exclusividade da consultoria online, esta advinda do Conselho Regional de Educação Física de Pernambuco (2020, p. 1), que diz:

[...] qualquer outro profissional não pode orientar, dar dicas ou prescrever exercício físico. Apenas o Profissional de Educação Física tem essa prerrogativa. Qualquer outro que faça algo dessa natureza responderá criminalmente por exercício ilegal da profissão (CREF12/PE, 2020).

Contudo, é notável a incidência da ênfase no caráter exclusivo, tornando a exposição de Vicentini et al. (2018) uma realidade ainda presente: o ambiente online é desleal e está longe da fiscalização satisfatória. A partir desse ponto, apresentam-se os conhecimentos e habilidades apontados na literatura como necessários ao Personal Trainer On-line para desenvolver o seu trabalho nas redes sociais, enquadrado pós-pandêmico.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo objetivou, por meio de uma revisão integrativa da literatura, analisar as repercussões da consultoria em Educação Física por meio das redes sociais, principalmente, no contexto pós-pandêmico. Consequentemente, buscou-se a compreensão do modus operandi das atividades do Personal Trainer On-line, dos marcos legais circunscritos na profissão, bem como das competências necessárias a esse profissional diante de sua sobrevivência em um mercado competitivo e recém-atravesado por uma crise sanitária.

Dentre os principais resultados, destaca-se que o trabalho do Personal Trainer On-line no pós-pandemia é de demasiada complexidade, marcada por uma desleal concorrência com Influenciadores Digitais, bem como conta como uma precária normativa ligada a exclusividade do labor e um escasso delineamento de práticas de fiscalização de irregularidades. Nesse cenário, há de ser desenvolvidas uma série de conhecimentos e habilidades, entre os quais resiliência, flexibilidade, práxis híbrida, formação continuada, conhecimentos de Marketing Digital e promoção da conscientização da relevância do seu trabalho, intensificação da fiscalização por parte dos órgãos fiscalizadores como os conselhos estaduais da atuação profissional por esse meio, propagandas a nível nacional para promover um conhecimento mais amplo para a sociedade no que diz respeito a atenção quanto seguir instruções de pessoas não habilitadas na prescrição de exercícios físicos e a importância de procurar um profissional habilitado para seguir de maneira segura e confiável suas instruções, um canal de denúncias mais eficiente para os profissionais habilitados da Educação Física quando esses se depararem com situações como as descritas para que de maneira rápida possa fazer a denúncia quanto antes para conter o conteúdo propagado, tudo isso por meio de articulações com a própria categoria

para que a profissão possa proporcionar cada vez mais qualidade de vida e saúde por meio de profissionais habilitados para a prescrição e prática de exercícios e atividades físicas para toda a sociedade.

Cumpre destacar a relevância da presença dos aspectos teórico metodológicos ligados ao Marketing Digital e a postura profissional no meio virtual dentro dos cursos de Bacharel e Licenciatura em Educação Física, trata-se de um movimento que acompanha as transformações da pós-modernidade, sendo de grande-valia a implementação da temática nas diretrizes curriculares do referido curso, assim, será possível promover uma graduação contextualizada, que dialoga com as necessidades atuais do profissional de Educação Física, e, consequentemente, com a sobrevivência profissional em um mercado de trabalho tão complexo quanto competitivo.

No tocante às limitações, estão o uso de dados secundários e o tamanho do corpus. Ademais, com base no conteúdo abordado, pode-se compreender que tal pesquisa lança luzes sobre a temática e está longe de esgotar a literatura sobre a temática. Posto isso, recomenda-se que sejam realizados estudos empíricos focados nas estratégias de enfrentamento utilizadas pelos PTO para manterem-se no mercado de trabalho, bem como a realização de mais estudos voltados para a análise de implementação de disciplinas ligadas ao Marketing Digital e ética no meio virtual para os graduandos em Educação Física. Finalmente, vislumbra-se a possibilidade de um maior diálogo com os órgãos normativos e fiscalizadores para a construção de uma efetiva base de fiscalização, que assegure a prestação da consultoria online para o profissional de educação física.

REFERÊNCIAS

AGUILAR, Raquel Amaro Campos de. **A influência dos Instagrammers no mundo do Fitness**. 2019. Tese de Doutorado. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10400.26/30188>. Acessado em: 14 out. 2023.

ATTRIDGE, T.; FELICE, M. *Fitness Trainer Essentials: for the Personal Trainer with Online Study Tools 12 Months*. **Cengage AU**, [s.d], 2015. Disponível em: https://books.google.com/books/about/Fitness_Trainer_Essentials_for_the_Personal_Trainer.html?hl=pt-BR&id=tENMDwAAQBAJ. Acesso em: 14 out. 2023.

AZAMBUJA, C.R.; SANTOS, D.L. Reflexes of the pandemic on personal physical training in southern Brazil. **Research, Society and Development**, v.11, n.15, p. e373111537106-e373111537106, 2022. Disponível em: DOI: <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i15.37106>. Acesso em: 14 out. 2023.

BANKOFF, A. D. P.; ZAMAI, C.A. Programa de convivência e atividade física na Unicamp: responsabilidade social em ação. In: (org.). **A ciência e a pesquisa em ação – atividades físicas**,

saúde e qualidade de vida: pesquisas e relatos de experiências. Jundiaí, Paco Editorial: 2016. p. 183201. Disponível em:

http://www.ggbs.gr.unicamp.br/pdf/a_ciencia_e_a_pesquisa_em_acao.pdf#page=184. Acesso em: 14 out. 2023.

BANKOFF, A.D.P. *et al.* Physical Activity and Physical Exercise as Therapy to Reduce Blood Pressure and Heart Rate for Better Quality of Life. **Journal of Applied Medical Sciences**, v. 5, n. 2, p. 57-71, 2016. Disponível em: https://www.sciencypress.com/Upload/JAMS/Vol%205_2_6.pdf. Acesso em: 22 dez. 2023.

BOSSLE, C.B. O personal trainer e o cuidado de si: uma perspectiva de mediação profissional. **Movimento**, v. 14, n. 1, p. 187-198, 2008. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/1153/115316019009.pdf>. Acessado em: 22 dez. 2023.

BRASIL. Lei Federal nº 9.696, de 1 de setembro de 1998. **Dispõe sobre a regulamentação da Profissão de Educação Física e cria os respectivos Conselho Federal e Conselhos Regionais de Educação Física.** Diário Oficial, 02.09.1998. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/19696.htm. Acesso em: 14 out. 2023.

BRASIL. **Presidência da República. Decreto-Lei nº 3.688 de outubro de 1941. Lei das Contravenções Penais.** [Internet]. Diário Oficial Da União. 3 out 1941 [acesso 29 de maio de 2023]. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto-lei/Del3688.htm. Acesso em: 14 out. 2023.

CAPANEMA, L.; FRANÇA, R.O. A televisão no ciberespaço: reformulações da televisão na internet e na TV digital. **Revista GEMInIS**, v. 4, n. 1, p. 20-36, 2013. Disponível em: <https://www.revistageminis.ufscar.br/index.php/geminis/article/download/125/97>. Acesso em: 14 out. 2023.

CARVALHO, A.S. *et al.* Personal trainer: potencializador de resultados ou artigo de luxo? Uma breve revisão. **Revista CPAQV-Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida- CPAQV Journal**, v. 15, n. 1, p.12-23, 2023. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/367259135>. Acesso em: 14 out. 2023.

CASTRO, B.L.G. *et al.* Empreendedorismo e coronavírus: impactos, estratégias e oportunidades frente à crise global. **Estudios Gerenciales**, p. 49-60, 2021. Disponível em <https://doi.org/10.18046/j.estger.2021.158.4304>. Acesso em: 14 out. 2023.

CONSELHO FEDERAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA. **CREFs intensificam fiscalização nas redes sociais.** 2020. Disponível em: <https://www.confef.org.br/confef/comunicacao/revistaedf/4668>. Acesso em: 29 abr. 2023.

CONSELHO FEDERAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA. **Durante isolamento, CREFs concentram fiscalização na Internet.** 2020. Disponível em: <https://www.confef.org.br/confef/comunicacao/revistaedf/4684>. Acesso em: 28 abr. 2023.

CONSELHO FEDERAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA. **Leis.** Disponível em: www.confef.org.br. Acesso em: 10 mar. 2023.

CONSELHO FEDERAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA. **Em busca de um personal trainer? Veja como**

escolher um bom profissional. 2021. Disponível em:

<https://www.confef.org.br/confef/comunicacao/clipping/1435/>. Acesso em: 15 abr. 2023.

CONSELHO FEDERAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA. **Resolução Nº 46 de 18 de fevereiro de 2002. Define as atividades de Educação Física, bem como as prerrogativas dos profissionais de Educação Física.** Diário Oficial 19 de março de 2002. Disponível em:

<https://www.confef.org.br/confef/resolucoes/403>. Acesso em: 14 out. 2023.

<https://www.confef.org.br/confef/resolucoes/403>. Acesso em: 14 out. 2023.

CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO RIO DE JANEIRO. **Nota Técnica - Atuação Digital Do Profissional De Educação Física.** 2020. Disponível em:

<https://www.cref1.org.br/cref1-emite-nota-tecnica-sobre-aatuacao-online-do-profissional-de-educacao-fisica/>. Acesso em: 12 abr. 2023.

CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA PERNAMBUCO. **CREF12/PE alerta para consultoria online de não habilitados.** 2019. Disponível em:

<https://www.cref12.org.br/2019/02/13/cref12-pe-alerta-paraconsultoria-online-de-nao-habilitados/>. Acesso em: 2 mar. 2023.

COSTA, R.L. *et al.* Acute kidney injury in patients with Covid-19 in a Brazilian ICU: incidence, predictors and in-hospital mortality. **Brazilian Journal of Nephrology**, v.43, p. 349-358, 2021.

Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2175-8239-JBN-2020-0144>. Acesso em: 14 out. 2023.

CRUZ, R.M *et al.* COVID-19: emergência e impactos na saúde e no trabalho. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho**, v. 20, n. 2, p. I-III, 2020. Disponível em:

<http://dx.doi.org/10.17652/rpot/2020.2.editorial>. Acesso em: 14 out 2023.

CURTIS, R.G. *et al.* Hashtag fitspiration: credibility screening and content analysis of Instagram fitness accounts. **BMC public health**, v.23, n.1, p.421, 2023. Disponível em:

<https://doi.org/10.1186/s12889-023-15232-7>. Acesso em: 14 out. 2023.

DEMO, P. Pesquisa e construção de conhecimento: metodologia científica no caminho de Habermas. **Tempo Brasileiro**, 1994. Disponível em:

https://minerva.ufrj.br/F/BJ1NEAV6YJACRLQXQRETVALILFKF2814CVID3C489UJ415YSPC-21933?func=direct&doc_number=000082337&format=999. Acessado em: 14 out. 2023.

FRANÇA, T.; RABELLO, E.T.; MAGNAGO, C. As mídias e as plataformas digitais no campo da Educação Permanente em Saúde: debates e propostas. **Saúde em Debate**, v.43, p. 106-115, 2019.

Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0103-11042019S109>. Acesso em: 10 out. 2023.

FREITAS, F.F. de; CARVALHO, Y.M. de; MENDES, V.M. Educação física e saúde: aproximações com a "Clínica Ampliada". **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 35, p. 639-656, 2013.

Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0101-32892013000300009>. Acesso em: 10 out. 2023.

FURTADO, S.C. A INFLUÊNCIA DA TELEVISÃO NOS HÁBITOS CULTURAIS- APROXIMAÇÃO À REALIDADE PRAIENSE. 2003. 87f. Dissertação de Mestrado, Instituto Superior de Ciências do Trabalho e da Empresa, ISCTE, Lisboa. Disponível em:

<https://core.ac.uk/download/pdf/38682583.pdf>. Acesso em: 14 out. 2023.

GARAY, L. C.; SILVA, I. L.; BERESFORD, H. O treinamento personalizado: Um enfoque

paradigmático da performance para o do bem-estar. **Arquivos em Movimento**, v.4, n.1, p.144-159,

2008. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/251824895> Acesso em: 10 out. 2023.

GOMES, C. Report of the WHO-China Joint Mission on Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v.2, n.3, p.12-18, 2020. Disponível em <https://bjih.emnuvens.com.br/bjih/article/view/172>. Acesso em: 10 mar. 2023.

GOODYEAR, V.A., WOOD, G., SKINNER, B. *et al.* The effect of social media interventions on physical activity and dietary behaviours in young people and adults: a systematic review. **Int J Behav Nutr Phys Act**, v.18, p.69-80, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s12966-021-01138-3>

GUIMARÃES, J.A.C. *et al.* Estudo transversal sobre uso de ferramentas virtuais para orientar a atividade física durante a COVID-19. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 25, p. 1-8, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.12820/rbafs.25e0150>. Acesso em: 10 out. 2023.

GUZZO, G.B.; DALL'ALBA, G. A ciência como um processo: lições epistemológicas da pandemia. **ACTIO: Docência em Ciências**, v.6, n., p. 1-19, 2021. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.3895/actio.v6n3.13133> <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i15.37106>. Acesso em: 14 out. 2023.

KEMP, S. DIGITAL 2023: Global Overview Report. **Datareportal**. 26 jan. 2023. Disponível em: https://datareportal.com/reports/digital-2023-global-overviewreport?utm_campaign=Digital_2023&utm_content=Article_Hyperlink&utm_medium=Article&utm_source=DataReportal. Acesso em: 8 mar. 2023.

KURYLO, A. P. O UNIVERSO DA CONSULTORIA ONLINE NO TREINAMENTO PERSONALIZADO: UM ESTUDO DE CASO. 2016. Trabalho de Conclusão de Curso em Educação física. Ijuí, Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, 2016.

LEITZKE, A.T.S.; RIGO, L.C. Sociedade de controle e redes sociais na internet: # saúde e# corpo no Instagram. **Movimento**, v. 26, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.22456/1982-8918.100688>. Acesso em: 14 out. 2023.

LIMA JUNIOR, L. C. Alimentação saudável e exercícios físicos em meio à pandemia da covid-19. **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, v. 3, n. 9, p. 33–41, 2020. DOI: 10.5281/zenodo.3988664. Disponível em: <https://revista.ioles.com.br/boca/index.php/revista/article/view/62>. Acesso em: 30 dez. 2023.

LIMA, R. História da Educação Física: algumas pontuações. **Revista eletrônica pesquiseduca**, [S. l.], v. 7, n. 13, p. 246–257, 2015. Disponível em: <https://periodicos.unisantos.br/pesquiseduca/article/view/199>. Acesso em: 10 out. 2023.

LUSTOSA, B.F.; SILVA, B.G.M da. **A influência das redes sociais na prática de exercícios físicos e na autoimagem de estudantes universitários da área de saúde: uma revisão integrativa**. 2020. 23f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Educação Física) - Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos, 2020. Disponível em: <https://dspace.uniceplac.edu.br/handle/123456789/694>. Acesso em: 10 out. 2023.

MACEDO, L.M.M; NEVES, L.E. Práticas de Educação Física na pandemia por Covid-19. **Ensino em perspectivas**, v. 2, n. 3, p. 1-5, 2021. Disponível em: <https://revistas.uece.br/index.php/ensinoemperspectivas/article/view/6283>. Acesso em: 10 out. 2023.

MATSUDO, Victor Keihan Rodrigues; CALMONA, Carlos Odair. Osteoartrose e atividade física. **Diagn Tratamento**, v. 14, n. 4, p. 146-51, 2009. Disponível em: <http://files.bvs.br/upload/S/1413-9979/2009/v14n4/a146-151.pdf>. Acesso em: 10 out. 2023.

MATTOS, S. M.; PEREIRA, D. S.; MOREIRA, T. M. M.; CESTARI, V. R. F.; GONZALEZ, R. H. Recomendações de atividade física e exercício físico durante a pandemia Covid-19: revisão de escopo sobre publicações no Brasil. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, [S. l.], v. 25, p. 1–12, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.12820/rbafs.25e0176>. Acesso em: 10 out. 2023.

MIGUEL, H. Impactos da COVID-19 sobre o personal trainer. **Interamerican Journal of Medicine and health**, v. 3, 2020. Disponível em: <https://iajmh.com/iajmh/article/download/111/143>. Acesso em: 14 out. 2023.

MINELLI, D. S.; SORIANO, J. B.; FÁVERO, P. E. O profissional de educação física e a intervenção em equipes multiprofissionais. **Movimento**, v.15, n. 4, p. 35 - 62, 2009. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=115312590003>. Acesso em: 10 out. 2023.

MUNHOZ, Mariane Pravato *et al.* Efeito do exercício físico e da nutrição na prevenção do câncer. **Revista Odontológica de Araçatuba**, v. 37, n. 2, p. 0916, 2016. Disponível em: <https://revaracatuba.odo.br/revista/2016/08/trabalho5.pdf>. Acesso em: 10 out. 2023.

OLIVEIRA, B. N de. **Personal trainer de bolso: uma tecnologia disruptiva na produção de imperativos para uma vida fitness**. [s.l.], 2020. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10183/234768>. Acesso em: 14 out. 2023.

OLIVEIRA, RC de. **Personal training**. São Paulo: Atheneu, 1999.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. **Global action plan on physical activity 2018–2030: more active people for a healthier world**. Geneva; 2018. Disponível em: https://books.google.com/books/about/Global_Action_Plan_on_Physical_Activity.html?hl=pt-BR&id=RnOyDwAAQBAJ. Acesso em: 14 out. 2023.

PALAZZI-JUNIOR, C.A. **FATORES QUE IMPACTAM NA INTENÇÃO DE CONTRATAR OU NA LEALDADE DO CONSUMIDOR DO SERVIÇO DE PERSONAL TRAINER**. 2017. 100 f. Dissertação (Mestrado Profissional em Administração - Gestão do Esporte) - Universidade Nove de Julho, São Paulo, 2017. Disponível em: <http://bibliotecatede.uninove.br/handle/tede/1683>. Acesso em: 10 out. 2023.

PIRES, D.; ESTELA, L. **A CONSTRUÇÃO SOCIAL DO MERCADO FITNESS A PARTIR DA REDE INSTAGRAM: UMA CONTRIBUIÇÃO DA SOCIOLOGIA ECONÔMICA SOBRE O MARKETING DE INFLUÊNCIA**. 2022. 91f. Dissertação (Mestrado em Ciências Sociais) – Universidade Estadual Paulista, São Paulo, 2022. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/server/api/core/bitstreams/212c49fc-1b03-46fbbc43-63f4c7fde0d4/content>. Acesso em: 10 out. 2023.

RECUERO, R. **Redes sociais na internet**. Porto Alegre, Sulina, 2009. Disponível em: <https://doi.org/10.30962/ec.28>. Acesso em: 14 out. 2023.

ROQUETE, F. F.; AMORIM, M. M. A.; BARBOSA, S. de P.; SOUZA, D. C. M. de; CARVALHO, D. V. Multidisciplinaridade, interdisciplinaridade e transdisciplinaridade: em busca de diálogo entre

saberes no campo da saúde pública. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro, S. I./J**, 2013. Disponível em: <http://www.seer.ufsj.edu.br/recom/article/view/245>. Acesso em: 30 dez. 2023.

SANTOS, P.V.R.; NASCIMENTO, O.V. O personal trainer: estratégias de marketing para retenção de clientes. **Revista campo do saber**, v.4, n.2, p. 16 - 31, 2019. Disponível em: <https://periodicos.iesp.edu.br/index.php/campodosaber/article/download/229/196>. Acesso em: 10 de out. 2023.

SEGATA, J. A pandemia e o digital. **Todavia**. v.7, n.1, p. 7-15, 2020. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10183/218973>. Acesso em: 10 de out. 2023.

SOUTO, R.C.M. *et al.* Aspectos envolvidos na contratação e cancelamento de um Personal Trainer. **Coleção Pesquisa em Educação Física**. São Paulo, v.9, n.4, 2010. Disponível em: <https://caueteixeira.com/wpcontent/uploads/2019/06/Artigo-5-Fatores-determinantes-p-aracontratacao-e-cancelamento.pdf>. Acesso em: 14 out. 2023.

STOCKWELL, S. *et al.* Digital behavior change interventions to promote physical activity and/or reduce sedentary behavior in older adults: A systematic review and meta-analysis. **Exp Gerontol**. v.6, n.1, p.68–87, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.exger.2019.02.020>. Acesso em: 14 out. 2023.

VICENTINI, L. *et al.* Aceitação e Perspectivas dos Potenciais Consumidores do Serviço de Personal Trainer Online no Estado de São Paulo. In: **VI Congresso Latino-Americano de Estudos Socioculturais do Esporte**. p. 436-453, 2018. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/329924242>. Acesso em: 14 out. 2023.

XAVIER, C. Mídia e saúde, saúde na mídia. **Caderno mídia e saúde pública. Belo Horizonte: escola de Saúde Pública/FUNED**, v. 1, p. 43-55, 2006. Disponível em: https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/6799339/mod_resource/content/2/CADERNO%20M%20E%20SA%20P%20PUBLICA.pdf#