



EDUCAÇÃO FÍSICA NAS REDES SOCIAIS RESPONSABILIDADE DO PERSONAL TRAINER E DA ACADEMIA FRENTE AO DIREITO DO CONSUMIDOR E À PROTEÇÃO DA SAÚDE

Resumo

A expansão das redes sociais como espaços de divulgação profissional transformou a atuação de personal trainers e academias, ampliando o alcance de conteúdos sobre exercícios físicos. Esse fenômeno contribui para a disseminação de hábitos saudáveis, mas também intensifica riscos à saúde quando informações desconsideram critérios técnicos, limitações individuais e deveres jurídicos. O tema revela-se relevante para o campo jurídico, diante da necessidade de proteção do consumidor em ambientes digitais marcados pela assimetria informacional. Analisar a responsabilidade civil de personal trainers e academias pela atuação nas redes sociais, à luz do Direito do Consumidor e da proteção da saúde, investigando em que medida a divulgação de conteúdos fitness pode configurar falha na prestação do serviço ou publicidade enganosa. Qualitativo, de natureza teórico-dogmática, com método hipotético-dedutivo, fundamentada em pesquisa bibliográfica sistemática e documental, exploratório, correlacional e descritivo abrangendo legislação vigente, doutrina e jurisprudência. Indicam que o uso das redes sociais como instrumento de marketing submete esses profissionais às normas consumeristas, especialmente aos deveres de informação, segurança, transparência e boa-fé. A divulgação de exercícios genéricos, promessas de resultados ou orientações sem advertências adequadas pode gerar riscos previsíveis à saúde e ensejar responsabilização civil. A responsabilidade civil, além da função reparatória, desempenha papel preventivo essencial no ambiente digital, promovendo proteção da saúde do consumidor, equilíbrio das relações de consumo e atuação profissional mais ética e juridicamente responsável.

Palavras-chave: Educação Física, Redes Sociais, Responsabilidade Civil, Direito do Consumidor, Proteção da Saúde.

PHYSICAL EDUCATION ON SOCIAL MEDIA: RESPONSIBILITY OF PERSONAL TRAINERS AND GYMS IN RELATION TO CONSUMER LAW AND HEALTH PROTECTION

Abstract

The expansion of social media as a space for professional promotion has transformed the work of personal trainers and gyms, broadening the reach of content about physical exercise. This phenomenon contributes to the dissemination of healthy habits but also intensifies health risks when information disregards technical criteria, individual limitations, and legal duties. The topic is relevant to the legal field, given the need to protect consumers in digital environments marked by informational asymmetry. To analyze the civil liability of personal trainers and gyms for their actions on social media, considering Consumer Law and health protection, investigating to what extent the dissemination of fitness content may constitute a failure in the provision of services or misleading advertising. It is qualitative, of a theoretical-dogmatic nature, with a hypothetical-deductive method, based on systematic and documentary bibliographic research, exploratory, correlational and descriptive, encompassing current legislation, doctrine and jurisprudence. These indicate that the use of social media as a marketing tool subjects these professionals to consumer protection regulations, especially the duties of information, safety, transparency, and good faith. The dissemination of generic exercises promises of results, or guidance without adequate warnings can generate foreseeable health risks and give rise to civil liability. That civil liability, in addition to its reparative function, plays an essential preventive role in the digital



environment, promoting consumer health protection, balance in consumer relations, and more ethical and legally responsible professional conduct.

Keywords: Physical Education, Social Networks, Civil Liability, Consumer Law, Health Protection.

EDUCAÇÃO FÍSICA EM REDES SOCIAIS: RESPONSABILIDADE DE LOS ENTRENADORES PERSONALES Y LOS GIMNASIOS EN RELACIÓN CON LA LEGISLACIÓN DE PROTECCIÓN AL CONSUMIDOR Y LA PROTECCIÓN DE LA SALUD

Resumen

La expansión de las redes sociales como espacio de promoción profesional ha transformado el trabajo de entrenadores personales y gimnasios, ampliando el alcance del contenido sobre ejercicio físico. Este fenómeno contribuye a la difusión de hábitos saludables, pero también intensifica los riesgos para la salud cuando la información ignora criterios técnicos, limitaciones individuales y obligaciones legales. El tema es relevante para el ámbito jurídico, dada la necesidad de proteger a los consumidores en entornos digitales marcados por la asimetría de la información. Analizar la responsabilidad civil de entrenadores personales y gimnasios por sus acciones en redes sociales, a la luz del Derecho del Consumidor y la protección de la salud, investigando hasta qué punto la difusión de contenido sobre fitness puede constituir una falta en la prestación de servicios o publicidad engañosa. Es cualitativo, de carácter teórico-dogmático, con un método hipotético-deductivo, basado en una investigación bibliográfica sistemática y documental, exploratoria, correlacional y descriptiva, que abarca la legislación, la doctrina y la jurisprudencia vigentes. Estos indican que el uso de las redes sociales como herramienta de marketing somete a estos profesionales a las regulaciones de protección del consumidor, especialmente a las obligaciones de información, seguridad, transparencia y buena fe. La difusión de ejercicios genéricos, promesas de resultados o guías sin advertencias adecuadas puede generar riesgos para la salud previsible y dar lugar a responsabilidad civil. La responsabilidad civil, además de su función reparadora, desempeña un papel preventivo esencial en el entorno digital, promoviendo la protección de la salud del consumidor, el equilibrio en las relaciones con los consumidores y una conducta profesional más ética y legalmente responsable.

Palabras clave: Educación física, redes sociales, responsabilidad civil, derecho del consumidor, protección de la salud.

INTRODUÇÃO

A expansão acelerada das tecnologias digitais e a consolidação das redes sociais como espaços centrais de comunicação, interação e divulgação profissional têm provocado profundas transformações na forma como serviços são ofertados, percebidos e consumidos na sociedade contemporânea. Plataformas digitais deixaram de desempenhar papel meramente acessório para se tornarem instrumentos estratégicos de visibilidade, marketing e construção de credibilidade profissional. Nesse cenário, diversos setores passaram a utilizar intensamente o ambiente virtual como meio de aproximação com o público, redefinindo práticas tradicionais e ampliando o alcance de suas atividades. No campo da Educação Física, essa transformação mostra-se particularmente expressiva, uma vez que personal trainers e academias passaram a ocupar as redes sociais como espaços privilegiados de divulgação de treinos, métodos de condicionamento físico, rotinas de exercícios e promessas de resultados estéticos e funcionais.

A utilização das redes sociais por profissionais da Educação Física contribuiu para a democratização do acesso a informações relacionadas à prática de atividades físicas, incentivando hábitos saudáveis e ampliando o interesse da população pelo exercício regular. Vídeos curtos, publicações ilustradas e transmissões ao vivo tornaram-se ferramentas recorrentes para orientar,

motivar e engajar consumidores, aproximando o discurso técnico do cotidiano das pessoas. No entanto, essa ampliação do acesso à informação ocorreu de forma assimétrica, sem que houvesse, na mesma proporção, a consolidação de critérios claros quanto aos limites técnicos, éticos e jurídicos da divulgação desses conteúdos. A exposição massiva de treinos genéricos e métodos padronizados, muitas vezes desvinculados de avaliações individuais, passou a conviver com a lógica de engajamento das plataformas digitais, que privilegia alcance, visibilidade e resultados rápidos.

Esse contexto intensificou riscos relevantes à saúde do consumidor, especialmente quando os conteúdos divulgados não consideram limitações individuais, condições clínicas preexistentes ou princípios básicos de segurança. A reprodução indiscriminada de exercícios apresentados nas redes sociais pode resultar em lesões musculares, sobrecarga articular, agravamento de patologias e outros danos físicos significativos. Tais riscos tornam-se ainda mais evidentes quando se observa que grande parte do público consumidor desses conteúdos não possui conhecimento técnico suficiente para avaliar a adequação das práticas sugeridas à sua realidade corporal. A confiança depositada na figura do profissional que divulga o conteúdo, frequentemente percebido como especialista ou referência na área, reforça a vulnerabilidade do consumidor e amplia a responsabilidade inerente à atuação profissional no ambiente digital.

Diante desse cenário, emerge a necessidade de refletir sobre os limites jurídicos da atuação de personal trainers e academias nas redes sociais, especialmente no que se refere à incidência das normas do Direito do Consumidor e à proteção da saúde. A divulgação de conteúdos fitness, quando assume contornos de oferta de serviços, publicidade ou orientação indireta ao público, insere-se no âmbito das relações de consumo, atraindo deveres jurídicos específicos ao fornecedor. Esses deveres ultrapassam a simples veracidade das informações divulgadas, abrangendo também a segurança, a clareza, a transparência e a observância da boa-fé, princípios fundamentais para o equilíbrio das relações consumeristas e para a tutela da integridade física do consumidor.

A problemática adquire maior complexidade em razão das características próprias do ambiente digital, no qual as fronteiras entre informação, publicidade e prestação de serviços tornam-se difusas. Conteúdos apresentados como meramente informativos podem, na prática, funcionar como instrumentos de marketing ou indução ao consumo de serviços personalizados, programas de treinamento online ou produtos associados à atividade física. Essa ambiguidade dificulta a identificação precisa dos limites da atuação profissional e reforça a importância de uma análise jurídica cuidadosa, capaz de delimitar quando há efetiva oferta de serviços e quais são as consequências jurídicas decorrentes dessa conduta no contexto das redes sociais.

O problema de pesquisa que orienta o presente estudo consiste em investigar de que maneira a atuação de personal trainers e academias nas redes sociais pode gerar responsabilidade civil diante do descumprimento de deveres jurídicos e da exposição do consumidor a riscos à saúde. Busca-se compreender em que medida a divulgação inadequada de conteúdos, métodos de treinamento ou promessas de resultados pode caracterizar falha na prestação do serviço, publicidade enganosa ou conduta negligente, apta a ensejar responsabilização civil. A investigação parte da premissa de que a saúde do consumidor constitui bem jurídico de máxima relevância, cuja proteção deve orientar a interpretação e a aplicação das normas jurídicas no âmbito das relações de consumo, especialmente em ambientes marcados pela ampla difusão de informações.

A hipótese que orienta a pesquisa sustenta que a atuação de personal trainers e academias nas redes sociais, quando desvinculada de critérios técnicos, éticos e legais, pode ensejar responsabilidade civil, inclusive em sua dimensão preventiva. Ao utilizar plataformas digitais como meio de divulgação profissional, esses agentes assumem deveres jurídicos compatíveis com o alcance ampliado de suas condutas e com os riscos previsíveis associados à prática de exercícios físicos sem acompanhamento individualizado. A inobservância dos deveres de informação, segurança e boa-fé pode gerar consequências jurídicas relevantes, sobretudo quando há dano concreto ou risco significativo à saúde do consumidor.

A relevância do estudo reside na necessidade de adaptar as categorias tradicionais da responsabilidade civil e da proteção do consumidor à realidade da sociedade digital. A naturalização da divulgação de treinos e métodos de condicionamento físico nas redes sociais, sem reflexão crítica sobre

seus limites e riscos, contribui para a perpetuação de práticas potencialmente lesivas. A ausência de parâmetros jurídicos claros quanto à atuação profissional nesse ambiente dificulta a efetiva tutela da saúde do consumidor e compromete a segurança jurídica tanto para os usuários quanto para os próprios profissionais.

Nesse sentido, o presente trabalho busca contribuir para a construção de parâmetros jurídicos que assegurem maior proteção à saúde do consumidor e incentivem uma atuação profissional responsável nas redes sociais. O objetivo geral da pesquisa consiste em analisar a responsabilidade civil de personal trainers e academias pela atuação no ambiente digital, à luz do Direito do Consumidor e da proteção da saúde. Como objetivos específicos, pretende-se examinar a aplicação das normas consumeristas à divulgação de conteúdos fitness, identificar os deveres jurídicos de informação, segurança e boa-fé no ambiente digital e analisar os fundamentos da responsabilidade civil decorrente de danos à saúde causados por orientações inadequadas divulgadas nas redes sociais.

No que se refere aos recortes da pesquisa, o estudo delimita-se ao contexto da sociedade digital contemporânea, especialmente ao período posterior à consolidação das redes sociais como instrumentos centrais de divulgação profissional. O recorte geográfico concentra-se no ordenamento jurídico brasileiro, com ênfase na legislação consumerista e nos princípios jurídicos voltados à proteção da saúde e da dignidade do consumidor.

Quanto à metodologia, adota-se abordagem qualitativa, de natureza teórico-dogmática, com método dedutivo. A pesquisa fundamenta-se em levantamento bibliográfico sistemática e documental, a partir da análise da legislação vigente, da doutrina especializada em Direito do Consumidor, responsabilidade civil e sociedade digital, bem como de estudos acadêmicos que abordam a atuação profissional nas redes sociais. A metodologia escolhida permite a construção de uma análise crítica e sistemática do tema, adequada à complexidade das questões jurídicas envolvidas e aos objetivos propostos, contribuindo para o aprofundamento do debate sobre a responsabilidade civil na prestação de serviços de Educação Física no ambiente digital.

METODOLOGIA

A metodologia compreende o conjunto de procedimentos, técnicas e estratégias sistematizadas que orientam a investigação científica, permitindo ao pesquisador responder ao problema de pesquisa e atingir os objetivos propostos. Ao explicitar o caminho metodológico adotado, essa seção torna transparente o processo de construção do conhecimento, assegurando coerência entre os pressupostos teóricos, as escolhas analíticas e os resultados obtidos.

Desse modo, a metodologia confere rigor, validade e confiabilidade ao estudo, na medida em que demonstra que as conclusões alcançadas não decorrem de impressões subjetivas, mas de um percurso científico planejado, lógico e fundamentado. Conforme destaca Gil (2008), a clareza metodológica é elemento indispensável para a consistência acadêmica e para a credibilidade dos resultados apresentados.

DELINEAMENTO E TIPO DE PESQUISA

Quanto ao delineamento, a pesquisa caracteriza-se como qualitativa, de natureza teórico-dogmática, adequada à análise de fenômenos jurídicos que exigem interpretação normativa, construção conceitual e exame sistemático da legislação, da doutrina e da jurisprudência. Esse delineamento é comumente adotado em estudos jurídicos que não se orientam pela observação empírica direta, mas pela análise crítica do ordenamento jurídico e de seus institutos.

Do ponto de vista dos objetivos, o estudo classifica-se como exploratório e explicativo. A pesquisa exploratória permite ampliar a compreensão acerca de temas ainda pouco sistematizados, delimitando categorias analíticas relevantes, enquanto a pesquisa explicativa busca identificar fundamentos jurídicos e pressupostos normativos que explicam determinados fenômenos, aprofundando a compreensão da realidade investigada (Gil, 2008).



Nesse sentido, o trabalho objetiva compreender e analisar os fundamentos jurídicos da atuação de personal trainers e academias nas redes sociais, bem como explicar os pressupostos da responsabilidade civil decorrente da divulgação de conteúdos relacionados à prática de exercícios físicos no ambiente digital.

“SUJEITOS” E UNIDADE DE ANÁLISE: CORPUS TEÓRICO-DOCUMENTAL

Em razão do caráter teórico da investigação, não há sujeitos empíricos no sentido tradicional. Os sujeitos da pesquisa são teóricos, compreendidos como construções jurídico-conceituais que estruturam o objeto de análise, tais como o consumidor, o fornecedor de serviços, o profissional de educação física e as academias, enquanto prestadoras de serviços no mercado digital. Esse tipo de abordagem é típico das pesquisas jurídico-dogmáticas, nas quais o foco recai sobre categorias normativas e institutos jurídicos, e não sobre a observação direta da realidade empírica (Gil, 2008).

Esses sujeitos são examinados a partir de sua configuração normativa e doutrinária, especialmente à luz do Direito do Consumidor e da responsabilidade civil, sem envolvimento direto de participantes humanos. Tal opção metodológica é compatível com a abordagem qualitativa, que privilegia a interpretação de sentidos, normas e relações jurídicas, permitindo compreender o fenômeno investigado em sua dimensão conceitual e social (Minayo; Guerriero, 2014).

ABORDAGEM METODOLÓGICA E MÉTODO

Adota-se uma abordagem qualitativa, adequada à investigação de fenômenos jurídicos e sociais que exigem interpretação crítica e aprofundada das normas, princípios e relações jurídicas envolvidas. Essa perspectiva metodológica permite compreender os sentidos atribuídos às práticas jurídicas, bem como analisar os fundamentos normativos que orientam a atuação profissional e a tutela dos direitos no contexto social examinado. A pesquisa qualitativa é especialmente apropriada quando o foco recai sobre significados, construções normativas e interpretações doutrinárias, sem recorrer a procedimentos estatísticos ou mensurações quantitativas (Minayo; Guerriero, 2014).

O estudo desenvolve-se por meio do método dedutivo, partindo de conceitos gerais do Direito do Consumidor, da responsabilidade civil e da proteção da saúde para examinar sua aplicação específica à atuação de personal trainers e academias nas redes sociais. O método dedutivo possibilita a articulação entre normas abstratas e situações concretas, permitindo verificar como os princípios jurídicos se projetam sobre práticas contemporâneas no ambiente digital, conferindo consistência lógica à análise desenvolvida (Gil, 2008).

Procedimentos e Fontes

Quanto aos procedimentos técnicos, a pesquisa classifica-se como bibliográfica e documental, fundamentada no levantamento e na análise de livros, artigos científicos, legislação vigente e documentos oficiais. A pesquisa bibliográfica permite o contato sistemático com o conhecimento já produzido sobre o tema, enquanto a pesquisa documental possibilita a análise de textos normativos e decisões judiciais relevantes para a compreensão do fenômeno investigado (Gil, 2008).

Foram examinados, especialmente, o Código de Defesa do Consumidor, diplomas legais correlatos e decisões jurisprudenciais relacionadas à publicidade digital, à formação de expectativas do consumidor e à tutela da saúde. A revisão de literatura adotada é do tipo narrativa, o que permite a organização crítica e interpretativa dos principais referenciais teóricos e jurídicos, favorecendo a compreensão ampla e contextualizada da responsabilidade civil no ambiente digital.



Procedimentos de análise

A análise dos dados realizou-se por meio da análise qualitativa do conteúdo jurídico, mediante interpretação sistemática da legislação, da doutrina especializada e da jurisprudência selecionada. A análise de conteúdo constitui um conjunto de técnicas metodológicas voltadas à interpretação rigorosa de comunicações e textos, permitindo identificar categorias analíticas, padrões argumentativos e fundamentos normativos relevantes para o objeto de estudo (Bardin, 2011).

Essa técnica possibilita ir além da leitura literal dos textos jurídicos, favorecendo a construção de inferências fundamentadas acerca da responsabilização civil e das práticas comunicacionais no meio digital. Desse modo, a análise contribui para a compreensão crítica do fenômeno investigado e para a consolidação das conclusões apresentadas ao final do estudo.

Aspectos éticos

Por tratar-se de uma pesquisa exclusivamente teórica e documental, desenvolvida a partir da análise de livros, artigos científicos, legislação e decisões judiciais de acesso público, não houve envolvimento direto de participantes humanos. Nessas condições, a investigação enquadra-se nas modalidades de pesquisa que não implicam intervenção, interação ou coleta de dados junto a sujeitos empíricos, afastando a necessidade de consentimento ou avaliação por comitê de ética em pesquisa, conforme previsto na Resolução do Conselho Nacional de Saúde nº 510/2016, que reconhece as especificidades éticas das pesquisas em Ciências Humanas e Sociais de natureza teórica e documental (Brasil, 2016).

Ainda assim, o estudo observa os princípios éticos que orientam a produção científica, como a responsabilidade do pesquisador, a honestidade intelectual e o respeito aos marcos normativos e aos sujeitos implicados de forma indireta na análise. Conforme destacam Minayo e Guerriero (2014), a ética na pesquisa qualitativa não se restringe à exigência formal de submissão a comitês institucionais, mas envolve uma postura reflexiva e responsável ao longo de todo o processo investigativo, especialmente na interpretação dos dados e na divulgação dos resultados.

A ATUAÇÃO DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO AMBIENTE DIGITAL

As redes sociais consolidaram-se, nas últimas décadas, como instrumentos centrais de comunicação, divulgação e interação profissional, impactando de forma significativa a organização e a prestação de serviços em diversos setores. No campo da Educação Física, esse processo tem provocado uma reconfiguração da atuação profissional, na medida em que personal trainers e academias passaram a utilizar plataformas digitais não apenas como meio de divulgação institucional, mas como espaços permanentes de exposição de rotinas de treino, métodos de condicionamento físico, orientações práticas e promessas de resultados. Essa presença digital ampliou a visibilidade dos profissionais e permitiu o alcance de públicos que extrapolam os limites geográficos tradicionais da prestação de serviços presenciais.

A atuação profissional nas redes sociais, contudo, ultrapassa o caráter meramente informativo e assume contornos próprios de uma atividade econômica organizada. A divulgação sistemática de conteúdos relacionados à prática de exercícios físicos, associada à captação de clientes, venda de planos online, consultorias virtuais e parcerias comerciais, aproxima-se de verdadeira oferta de serviços, ainda que realizada de forma indireta. Nesse sentido, a literatura jurídica contemporânea tem destacado que a forma digital da atuação profissional não descaracteriza a existência de relação jurídica, sobretudo quando presentes elementos típicos da prestação de serviços, como habitualidade, finalidade econômica e direcionamento ao consumidor (Tartuce, 2024).

A profissionalização da Educação Física no ambiente digital exige, portanto, a observância dos limites técnicos e científicos que regem a atividade. A prescrição de exercícios físicos pressupõe

avaliação individualizada, consideração das condições clínicas, do histórico de saúde e das limitações corporais do praticante. A divulgação de treinos genéricos, sem contextualização adequada, pode induzir consumidores a práticas incompatíveis com sua realidade física, configurando risco previsível à saúde. A doutrina ressalta que, ao disponibilizar conteúdos que orientam ou influenciam diretamente a prática de atividades físicas, o profissional assume dever de cuidado proporcional ao potencial lesivo de sua atuação (Venosa, 2022).

Nesse contexto, a utilização das redes sociais como ferramenta profissional demanda postura responsável e criteriosa. A lógica algorítmica das plataformas digitais, orientada pelo engajamento e pela maximização do alcance, tende a estimular a produção de conteúdos simplificados, padronizados e voltados a resultados rápidos. Tal dinâmica pode entrar em conflito com os princípios técnicos da Educação Física, que exigem planejamento individualizado, progressão adequada e acompanhamento constante. A tensão entre visibilidade digital e responsabilidade técnica constitui um dos principais desafios da profissionalização da Educação Física nas redes sociais (Schreiber, 2023).

Personal trainers, academias e a construção da autoridade técnica no ambiente digital

Outro aspecto relevante refere-se à construção de autoridade técnica no ambiente digital. Personal trainers e academias, ao compartilharem conteúdos de forma recorrente, passam a ser percebidos pelo público como referências na área, o que fortalece a relação de confiança com os consumidores. Essa confiança, contudo, amplia o dever de cautela do profissional, uma vez que o consumidor tende a reproduzir as orientações recebidas acreditando em sua segurança e adequação. A literatura aponta que a confiança legítima gerada pela atuação profissional intensifica a responsabilidade jurídica, sobretudo quando o conteúdo divulgado possui potencial de interferir diretamente na integridade física do consumidor (Gagliano; Pamplona Filho, 2023).

A profissionalização digital da Educação Física também se articula com estratégias de marketing pessoal e comercial. A exposição do próprio corpo, a demonstração de desempenho físico e a associação de resultados estéticos à aplicação de determinados métodos tornam-se recursos frequentes para atrair seguidores e clientes. Entretanto, a vinculação entre imagem corporal, promessa de resultados e orientação técnica pode gerar expectativas irreais ou induzir o consumidor a práticas inadequadas. O Direito do Consumidor, ao disciplinar a oferta e a publicidade de serviços, impõe limites claros a esse tipo de conduta, exigindo que as informações divulgadas sejam claras, verdadeiras e não enganosas (Nunes, 2022).

Além disso, a atuação profissional nas redes sociais não se limita à relação direta entre personal trainer e consumidor individual. Muitas academias utilizam plataformas digitais como extensão de sua atividade empresarial, promovendo aulas coletivas online, desafios fitness, programas padronizados e conteúdos patrocinados. Nesses casos, a responsabilidade pela informação divulgada pode assumir caráter solidário, envolvendo tanto o profissional quanto a pessoa jurídica que se beneficia economicamente da exposição digital. A doutrina da responsabilidade civil contemporânea reconhece que, na sociedade digital, a ampliação do alcance da conduta implica ampliação proporcional do risco e, conseqüentemente, da responsabilidade (Schreiber, 2023).

A literatura recente também destaca que a atuação digital do profissional de Educação Física deve ser analisada à luz do dever de prevenção de danos. A prática de exercícios físicos, embora benéfica, envolve riscos inerentes, o que exige adoção de condutas preventivas voltadas à proteção da saúde. A divulgação de advertências genéricas, a recomendação de acompanhamento profissional presencial e a clara distinção entre conteúdo informativo e prescrição individualizada são medidas apontadas como essenciais para mitigar riscos no ambiente digital (Tartuce, 2024).

Sob essa perspectiva, a profissionalização da Educação Física nas redes sociais não pode ser compreendida apenas como oportunidade de expansão de mercado, mas também como espaço de intensificação de deveres jurídicos. A atuação digital responsável exige alinhamento entre conhecimento técnico, ética profissional e observância das normas jurídicas aplicáveis, especialmente

aquelas voltadas à proteção do consumidor e da saúde. A ausência desses cuidados pode transformar a visibilidade digital em fator de risco jurídico, ensejando responsabilização civil por danos decorrentes de orientações inadequadas ou publicidade imprudente.

Dessa forma, a análise da atuação do profissional de Educação Física no ambiente digital revela a necessidade de construção de parâmetros jurídicos e técnicos que orientem o uso das redes sociais como ferramenta profissional. A profissionalização da Educação Física nas plataformas digitais deve estar vinculada ao compromisso com a segurança do consumidor, à transparência das informações e à observância dos limites da atuação técnica. Ao reconhecer esses elementos, o Direito contribui para a consolidação de uma prática profissional mais responsável, compatível com as exigências da sociedade digital e com a proteção da saúde como valor jurídico prioritário.

Influência Digital Marketing e Prestação de Serviços

A consolidação das redes sociais como espaços privilegiados de comunicação comercial impulsionou de maneira significativa o desenvolvimento do marketing digital e redefiniu as formas tradicionais de divulgação e prestação de serviços. No contexto da Educação Física, esse fenômeno resultou na ampliação do papel desempenhado por personal trainers e academias, que passaram a atuar não apenas como prestadores diretos de serviços presenciais, mas também como influenciadores digitais. Por meio da exposição constante de rotinas de treino, métodos de condicionamento físico, transformações corporais e estilos de vida associados à prática de exercícios, esses profissionais utilizam sua imagem e conhecimento técnico como instrumentos centrais de persuasão e engajamento do público consumidor (Schreiber, 2023).

Essa atuação híbrida, que combina orientação técnica, exposição pessoal e estratégias de marketing, intensifica a relação entre profissional e consumidor e exige análise jurídica cuidadosa quanto aos limites e responsabilidades dela decorrentes. A presença contínua do profissional nas redes sociais cria uma relação de proximidade simbólica com o público, reduzindo a distância tradicional existente entre prestador de serviços e consumidor. Nesse ambiente, o discurso técnico frequentemente se mescla a narrativas motivacionais e publicitárias, tornando-se difícil distinguir com precisão o que constitui informação, publicidade ou oferta de serviço, o que reforça a necessidade de parâmetros jurídicos claros (Tartuce, 2024).

O fenômeno da influência digital baseia-se, em grande medida, na construção de vínculos de confiança entre o criador de conteúdo e seus seguidores. Ao acompanhar o cotidiano profissional, os treinos realizados, as orientações divulgadas e os resultados apresentados, o público tende a atribuir elevada credibilidade às informações veiculadas. Essa confiança, construída progressivamente, pode levar o consumidor a reproduzir exercícios e métodos sem avaliação crítica ou acompanhamento profissional individualizado. Do ponto de vista jurídico, essa dinâmica amplia o poder de convencimento do profissional e potencializa os efeitos de sua atuação, o que implica intensificação proporcional do dever de cuidado (Gagliano; Pamplona Filho, 2023).

A doutrina contemporânea ressalta que a capacidade de influência sobre as decisões do consumidor constitui elemento relevante para a aferição da responsabilidade civil. Quanto maior o grau de confiança e de influência exercido pelo profissional, maior deve ser a exigência de veracidade, adequação técnica e segurança das informações divulgadas. No campo da Educação Física, essa exigência assume especial relevância, pois as orientações veiculadas podem interferir diretamente na integridade física e na saúde do consumidor, bens jurídicos de elevada proteção no ordenamento jurídico brasileiro (Venosa, 2022).

No âmbito do marketing digital, é recorrente a utilização de promessas de resultados rápidos, métodos padronizados e discursos motivacionais orientados à maximização do engajamento. Expressões como “transformação garantida”, “resultado em poucas semanas” ou “treino ideal para qualquer pessoa” são frequentemente empregadas como estratégias de atração do público. Todavia, quando tais promessas não correspondem à realidade técnica da atividade física ou omitem riscos, limitações e condições necessárias para a obtenção de resultados, podem configurar publicidade enganosa ou abusiva. O Código de Defesa do Consumidor proíbe expressamente práticas publicitárias

que induzam o consumidor a erro ou explorem sua vulnerabilidade, sobretudo em contextos que envolvam riscos à saúde (Nunes, 2022).

A literatura consumerista é enfática ao afirmar que a publicidade integra a oferta e vincula o fornecedor às informações divulgadas. Benjamin, Marques e Bessa destacam que toda informação suficientemente precisa veiculada ao público passa a compor o conteúdo da relação de consumo, obrigando o fornecedor a cumpri-la nos termos apresentados. Assim, a divulgação de métodos de treinamento, programas de exercícios e promessas de resultados nas redes sociais não pode ser dissociada da responsabilidade pela adequação, segurança e veracidade dessas informações, especialmente quando influenciam diretamente a conduta do consumidor (Benjamin; Marques; Bessa, 2023).

Outro aspecto relevante refere-se à dificuldade de distinção, no ambiente digital, entre conteúdo informativo e conteúdo publicitário. Publicações apresentadas como dicas gratuitas, relatos pessoais ou experiências profissionais podem, na prática, funcionar como estratégias de captação de clientes ou promoção indireta de serviços pagos, como consultorias online, planos de treino personalizados ou programas de acompanhamento remoto. Essa ambiguidade comunicacional reforça a necessidade de transparência e clareza, de modo que o consumidor consiga identificar quando está diante de uma mensagem publicitária e avaliar criticamente as informações recebidas (Schreiber, 2023).

A atuação do profissional de Educação Física como influenciador digital

A atuação do profissional de Educação Física como influenciador digital também suscita debate quanto à sua equiparação jurídica a outros agentes do mercado publicitário. A doutrina e a jurisprudência brasileiras têm reconhecido, de forma progressiva, a possibilidade de responsabilização de influenciadores digitais em casos de publicidade enganosa, sobretudo quando há vínculo econômico, remuneração direta ou benefício indireto decorrente da divulgação do conteúdo. Ainda que o profissional não seja o único fornecedor envolvido na cadeia de consumo, sua participação ativa na promoção do serviço pode justificar a imputação de responsabilidade com base no princípio da confiança e na teoria do risco da atividade (Tartuce, 2024).

No âmbito específico da Educação Física, essa responsabilização assume contornos ainda mais sensíveis em razão da natureza do serviço prestado. A prática de exercícios físicos envolve riscos inerentes à integridade física e à saúde, o que exige padrão elevado de diligência por parte do profissional. A divulgação de treinos ou métodos sem advertências adequadas, sem esclarecimento sobre contraindicações ou sem incentivo ao acompanhamento profissional presencial pode ser compreendida como falha no dever de informação e de segurança. A doutrina ressalta que o dever de informar não se limita à apresentação dos benefícios do serviço, mas inclui a comunicação clara e acessível dos riscos envolvidos na prática de atividades físicas (Gagliano; Pamplona Filho, 2023).

Além disso, o marketing digital frequentemente se apoia em recursos visuais e narrativas que associam determinados métodos de treinamento a padrões estéticos específicos. Essa associação pode gerar expectativas irreais no consumidor e induzir práticas inadequadas, especialmente quando desconsidera variáveis como idade, condição física, histórico de saúde e limitações individuais. A publicidade que explora resultados excepcionais sem respaldo técnico ou científico pode ser caracterizada como abusiva, na medida em que se aproveita da vulnerabilidade informacional do consumidor e de sua busca por soluções rápidas (Nunes, 2022).

A literatura jurídica contemporânea também aponta que a responsabilidade civil decorrente da atuação como influenciador digital não depende exclusivamente da comprovação de culpa subjetiva. Em determinadas hipóteses, sobretudo quando configurada relação de consumo e risco à saúde, a responsabilidade pode assumir contornos objetivos, fundamentada na falha na prestação do serviço ou na violação do dever de segurança. Essa compreensão reforça a função preventiva da responsabilidade civil, ao estimular condutas mais prudentes, éticas e alinhadas aos deveres legais no ambiente digital (Venosa, 2022).

Sob essa perspectiva, o marketing digital e a influência exercida por profissionais de Educação Física nas redes sociais devem ser compreendidos como atividades juridicamente relevantes, sujeitas a

limites normativos claros. A atuação responsável exige transparência na identificação de conteúdos publicitários, veracidade das informações divulgadas, respeito aos princípios técnicos da atividade e consideração dos riscos à saúde do consumidor. A ausência desses cuidados pode transformar estratégias de visibilidade e engajamento em fonte de responsabilização civil, comprometendo não apenas a segurança do público, mas também a credibilidade profissional e institucional.

Dessa forma, a análise da influência digital e do marketing aplicado à Educação Física evidencia a necessidade de integração entre ética profissional, técnica científica e observância das normas do Direito do Consumidor. Ao reconhecer que a prestação de serviços no ambiente digital amplia o alcance e os efeitos da conduta profissional, o Direito contribui para a construção de um quadro teórico e normativo que privilegia a proteção da saúde, a confiança do consumidor e a atuação profissional responsável nas redes sociais, compatível com os desafios e riscos da sociedade digital contemporânea.

RESPONSABILIDADE CIVIL DO PERSONAL TRAINER E DA ACADEMIA

A responsabilidade civil, no ordenamento jurídico brasileiro, estrutura-se a partir da presença de elementos essenciais que justificam o dever de reparar um dano juridicamente relevante. Tradicionalmente, esses elementos consistem na conduta ilícita, no dano e no nexo de causalidade entre a conduta e o prejuízo experimentado pela vítima. Em determinadas hipóteses, soma-se a esses pressupostos o elemento de imputação, que pode assumir natureza subjetiva, fundada na culpa, ou objetiva, baseada no risco da atividade. Essa arquitetura normativa aplica-se plenamente à atividade física, especialmente quando analisada sob a ótica das relações de consumo e da proteção da saúde (Venosa, 2022).

A prestação de serviços de Educação Física envolve, por sua própria natureza, exposição do praticante a esforços físicos, sobrecargas musculares e adaptações fisiológicas que, quando inadequadamente orientadas, podem resultar em lesões ou agravamento de condições clínicas preexistentes. Embora a prática regular de exercícios seja reconhecida como benéfica à saúde, a forma como essa prática é orientada e divulgada pode transformar um benefício potencial em fonte de risco concreto. Nesse contexto, a atuação do personal trainer ou da academia assume relevância jurídica sempre que a conduta profissional desconsidera limites técnicos ou riscos previsíveis à integridade física do consumidor (Gagliano; Pamplona Filho, 2023).

A conduta ilícita, para fins de responsabilidade civil, não se restringe à violação direta de norma legal, abrangendo também comportamentos omissivos ou negligentes que contrariem deveres jurídicos de cuidado. Na atividade física, a divulgação inadequada de treinos, métodos ou programas de condicionamento físico, sobretudo no ambiente digital, pode configurar negligência quando realizada sem observância de critérios técnicos mínimos, advertências necessárias ou contextualização individualizada. A omissão de informações relevantes, como contraindicações, limitações físicas ou necessidade de avaliação prévia, caracteriza violação ao dever de cuidado imposto ao fornecedor do serviço (Tartuce, 2024).

A doutrina civilista afirma que o dever de diligência do prestador de serviços deve ser proporcional ao risco da atividade exercida. Em atividades que envolvem risco à integridade física, esse dever é intensificado, exigindo condutas preventivas e tecnicamente fundamentadas, especialmente quando a atuação ocorre em ambientes digitais, que ampliam o alcance da conduta profissional (Gagliano; Pamplona Filho, 2023).

O dano decorrente da atividade física pode assumir diferentes formas, incluindo prejuízos materiais e morais, além de eventuais danos duradouros à saúde. Para a caracterização do dano, não se exige resultado extremo, bastando a existência de prejuízo juridicamente relevante oriundo de conduta inadequada do fornecedor (Venosa, 2022).



RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados evidenciam que a atuação de personal trainers e academias nas redes sociais possui relevância jurídica direta, na medida em que o ambiente digital passou a desempenhar papel central na oferta e promoção de serviços de Educação Física. Verificou-se que a divulgação de conteúdos fitness, frequentemente orientada por estratégias de marketing e engajamento, tende a priorizar mensagens simplificadas e promessas de resultados rápidos, o que pode desconsiderar a individualidade do consumidor e os riscos inerentes à prática de exercícios físicos.

A análise demonstrou que personal trainers e academias devem ser enquadrados como fornecedores, mesmo quando a atuação ocorre exclusivamente por meios digitais, atraindo a incidência das normas do Código de Defesa do Consumidor. Destacou-se, como resultado relevante, que a ausência de informações claras sobre limitações, contraindicações e necessidade de acompanhamento profissional configura falha no dever de informação e de segurança, potencializando riscos à saúde do consumidor.

Na discussão, os achados dialogam com a literatura contemporânea ao demonstrar que a ampliação do alcance e da replicabilidade dos conteúdos digitais intensifica o risco jurídico da atividade. A pesquisa ressaltou que a formulação de promessas de resultado integra a oferta do serviço e pode gerar responsabilização civil quando induz o consumidor a práticas inadequadas. Conclui-se que a responsabilidade civil assume papel não apenas reparatório, mas também preventivo, sendo essencial para a proteção da saúde do consumidor e para a promoção de uma atuação profissional ética e juridicamente responsável nas redes sociais.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa teve como objetivo analisar a atuação de personal trainers e academias nas redes sociais sob a ótica do Direito do Consumidor e da proteção da saúde, com ênfase na responsabilização civil decorrente da divulgação de conteúdos relacionados à prática de exercícios físicos no ambiente digital. Partiu-se da constatação de que as redes sociais deixaram de ocupar posição meramente acessória para se tornarem instrumentos centrais de marketing, publicidade e oferta de serviços, redefinindo as dinâmicas tradicionais das relações de consumo e ampliando significativamente o alcance da atuação profissional no campo da Educação Física.

A análise desenvolvida ao longo do trabalho permitiu constatar que a forma digital da prestação de serviços não afasta a caracterização da relação de consumo, tampouco reduz os deveres jurídicos impostos ao fornecedor. Ao contrário, a utilização de plataformas digitais potencializa os efeitos da atuação profissional, impondo interpretação mais rigorosa dos deveres de informação, segurança, transparência e boa-fé. Verificou-se que personal trainers e academias, ao utilizarem redes sociais para divulgar treinos, métodos de condicionamento físico, programas online ou promessas de resultados, enquadram-se como fornecedores nos termos do Código de Defesa do Consumidor, independentemente de a atuação ocorrer de forma presencial ou remota.

Um dos principais resultados do estudo foi a identificação de que a divulgação inadequada de conteúdos fitness pode gerar responsabilidade civil quando desconsidera os limites técnicos da atividade e expõe o consumidor a riscos previsíveis à saúde. A pesquisa demonstrou que o dever de informação assume papel central nesse contexto, pois a omissão de contraindicações, a ausência de advertências claras e a apresentação de benefícios sem a devida contextualização comprometem a autonomia do consumidor e podem induzi-lo a práticas incompatíveis com sua condição física. Assim, a falha informacional revela-se elemento determinante para a caracterização da ilicitude da conduta.

Outro achado relevante refere-se à publicidade realizada nas redes sociais, a qual integra a oferta do serviço e vincula o fornecedor ao conteúdo divulgado. Promessas de resultados específicos, quando formuladas de maneira categórica ou reiterada, são aptas a gerar expectativa legítima no consumidor, passando a compor o conteúdo da relação de consumo. Quando tais promessas não se concretizam ou conduzem o consumidor à adoção de práticas inadequadas que resultam em danos à

saúde, configura-se violação aos deveres de boa-fé objetiva e transparência, fundamentos que legitimam a responsabilização civil do profissional e da academia.

A pesquisa também evidenciou a condição de vulnerabilidade do consumidor de conteúdos fitness nas redes sociais. A assimetria técnica e informacional existente entre o profissional de Educação Física e o consumidor é potencializada no ambiente digital, no qual discursos motivacionais, imagens de transformação corporal e narrativas de sucesso tendem a reduzir a percepção de risco e a estimular a reprodução imediata das práticas divulgadas. Essa vulnerabilidade reforça o dever de segurança imposto ao fornecedor e justifica a aplicação rigorosa das normas consumeristas como forma de tutela da saúde do consumidor.

No que se refere aos fundamentos da responsabilidade civil, concluiu-se que a atuação de personal trainers e academias deve ser analisada a partir da conduta, do dano e do nexo de causalidade, considerando-se as peculiaridades da atividade física e os riscos a ela associados. A divulgação de conteúdos inadequados pode configurar negligência quando realizada sem observância de critérios técnicos mínimos, sobretudo quando o profissional possui consciência do alcance ampliado de sua atuação nas redes sociais. Nesse cenário, a previsibilidade do dano assume papel central para a imputação da responsabilidade.

Outro aspecto relevante identificado foi o reconhecimento da função preventiva da responsabilidade civil no contexto da sociedade digital. A pesquisa demonstrou que a responsabilidade civil contemporânea não se limita à função reparatória, assumindo também dimensão preventiva e pedagógica, especialmente em atividades que envolvem risco à saúde e ampla difusão de informação. No campo da Educação Física, essa função preventiva mostra-se essencial para a proteção da saúde coletiva, uma vez que a replicabilidade dos conteúdos digitais pode provocar danos em larga escala. A imposição de limites jurídicos à atuação profissional e o estímulo à adoção de condutas responsáveis contribuem para a redução de práticas potencialmente lesivas e para a construção de um ambiente digital mais seguro.

Concluiu-se, portanto, que os objetivos propostos foram plenamente alcançados. O objetivo geral de analisar a responsabilidade civil de personal trainers e academias pela atuação nas redes sociais foi atingido por meio da identificação dos fundamentos jurídicos aplicáveis e da análise crítica dos riscos à saúde do consumidor. Os objetivos específicos também foram cumpridos, ao se examinar o enquadramento desses profissionais como fornecedores, os deveres de informação, publicidade e segurança e a função preventiva da responsabilidade civil no contexto da Educação Física digital.

A pergunta de pesquisa foi respondida de forma satisfatória, evidenciando-se que a atuação de personal trainers e academias nas redes sociais pode gerar responsabilidade civil quando a divulgação de conteúdos viola deveres jurídicos e expõe o consumidor a riscos à saúde. O estudo demonstrou que o ordenamento jurídico brasileiro dispõe de instrumentos suficientes para enfrentar esses desafios, especialmente por meio da aplicação do Direito do Consumidor e da interpretação funcional da responsabilidade civil.

Por fim, destaca-se que a relevância do tema transcende o campo estritamente jurídico, alcançando dimensões sociais e éticas da atuação profissional na sociedade digital. A adoção de práticas responsáveis, transparentes e tecnicamente fundamentadas nas redes sociais não apenas reduz o risco de responsabilização civil, mas contribui para a promoção da saúde, para o fortalecimento da confiança do consumidor e para a valorização da profissão de Educação Física. A responsabilidade civil, ao atuar de forma preventiva e pedagógica, revela-se instrumento indispensável para o equilíbrio das relações de consumo e para a proteção da integridade física do consumidor no contexto das transformações impostas pela era digital.

REFERÊNCIAS

BARDIN, Laurence. *Análise de conteúdo*. São Paulo: Edições 70, 2011. Disponível em: <https://reveduc.ufscar.br/index.php/reveduc/article/download/291/156>. Acesso em: 20 abr. 2026.



BENJAMIN, Antonio Herman; MARQUES, Cláudia Lima; BESSA, Leonardo Roscoe. *Manual de direito do consumidor*. São Paulo: Revista dos Tribunais, 2023.

BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 510, de 7 de abril de 2016. *Dispõe sobre as normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais*. Diário Oficial da União, Brasília, 24 maio 2016. Disponível em: <https://www.gov.br/conselho-nacional-de-saude/pt-br/atos-normativos/resolucoes/2016/resolucao-no-510.pdf>. Acesso em: 20 abr. 2026.

BRASIL. Lei nº 8.078, de 11 de setembro de 1990. *Código de Defesa do Consumidor*. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Leis/L8078compilado.htm. Acesso em: 20 abr. 2026.

GAGLIANO, Pablo Stolze; PAMPLONA FILHO, Rodolfo. *Novo curso de direito civil: responsabilidade civil*. São Paulo: Saraiva, 2023.

GIL, Antônio Carlos. *Como elaborar projetos de pesquisa*. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

MINAYO, Maria Cecília de Souza; GUERRIERO, Iara Coelho Zito. Reflexividade como éthos da pesquisa qualitativa. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 19, n. 4, p. 1103–1112, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csc/2014.v19n4/1103-1112/pt/>. Acesso em: 20 abr. 2026.

NUNES, Luiz Antônio Rizzatto. *Curso de direito do consumidor*. São Paulo: Saraiva, 2022.

SCHREIBER, Anderson. *Responsabilidade civil na sociedade digital*. São Paulo: Saraiva, 2023.

SUPERIOR TRIBUNAL DE JUSTIÇA. *O dever de informação e a proteção da saúde do consumidor na prestação de serviços*. 2019. STJ – Jurisprudência. <https://www.stj.jus.br>.

SUPERIOR TRIBUNAL DE JUSTIÇA. *Os limites da publicidade diante dos direitos do consumidor*. 2021. STJ – Notícias. <https://www.stj.jus.br>.

TARTUCE, Flávio. *Manual de direito do consumidor*. São Paulo: Método, 2024.

VENOSA, Sílvio de Salvo. *Direito civil: responsabilidade civil*. São Paulo: Atlas, 2022.

Submetido em abril de 2026

Aprovado em abril de 2026

Informações do(a)s autor(a)(es)

Nome do autor: Rômulo Terminelis da Silva

Grau de escolaridade: Pós-doutorando em Educação, com Ênfase em Educação Física - Logos University. Paris, França.,

Afiliação institucional: Logos University International, Unilogos



E-mail: drromuloterminelis@hotmail.com.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8911-5880>.

Link Lattes: <https://lattes.cnpq.br/4752175092618809>.

Nome do autor: Moacir Augusto de Souza

Grau de escolaridade: Doutorando em Educação - Logos University. Paris, França.

Afiliação institucional: Logos University International, Unilogos

E-mail: moacir_roraima@hotmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2843-3310>.

Link Lattes: CV: <https://lattes.cnpq.br/9197794801495155>.