

São Paulo, 20 de maio 2020

# O que as pessoas estão falando nas mídias sociais sobre exercícios no confinamento?

Enquanto confinadas, têm sido um grande desafio para as pessoas em todo o mundo manter uma rotina de exercícios adequada. Seja um viciado em fitness ou um praticante menos assíduo, todos tiveram que ser criativos na maneira de manter a forma ou de se manter saudável. Vimos aumento em aulas virtuais, pesos improvisados e caminhadas diárias. Essas estratégias foram também usadas como fonte de entretenimento.

Observando as conversas sobre exercícios no confinamento, o assunto número um está ligado à corrida. Apesar das muitas restrições impostas pelos centros urbanos das cidades, quanto mais clima ameno e sol temos, mais pessoas procuram se exercitar fora

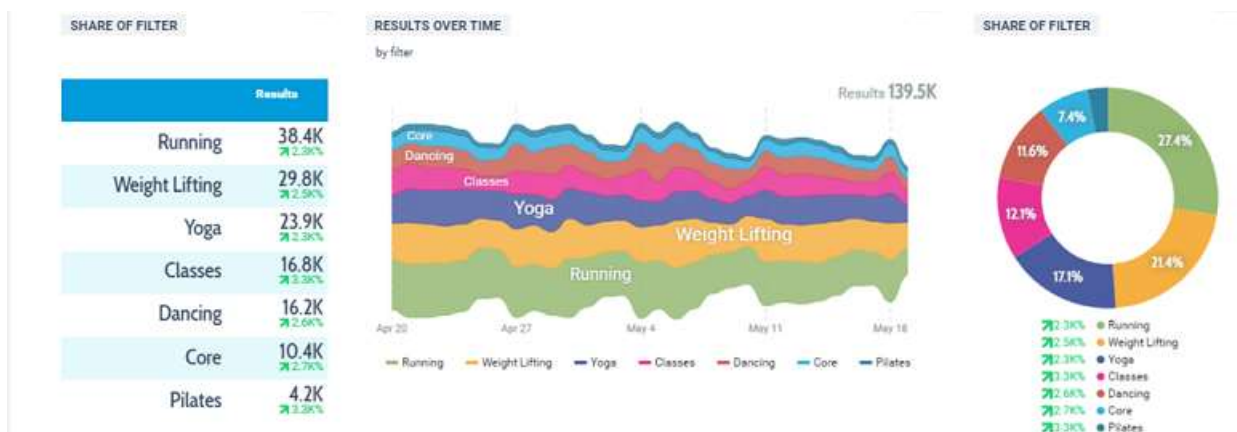


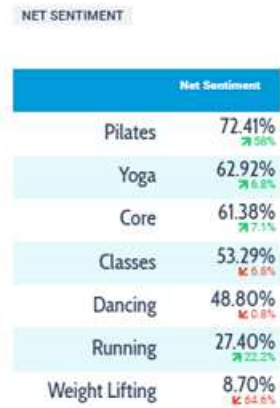
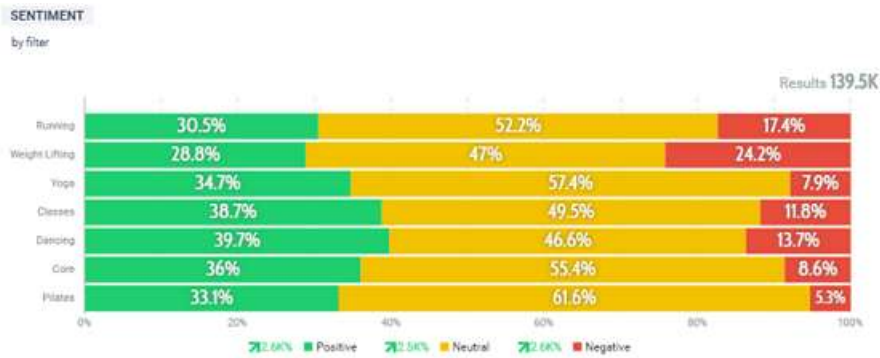
de casa. Sem dúvida, a corrida tem sido “a” maneira de manter a forma durante este período.

O segundo assunto observado nas conversas é o levantamento de peso. As pessoas estão inovando e tentando encontrar maneiras de incorporar o levantamento de peso em sua rotina diária de exercícios. Este, entretanto, mostra mais sentimentos negativos do que outros métodos, uma vez que existem diferenças óbvias entre pesos adaptados em casa e os das academias de ginástica.

Em geral, todas as rotinas de exercícios têm sentimentos positivos, pois as pessoas estão usando o exercício como forma de manter a saúde física e mental.

## Conversas sobre exercícios no confinamento





Fonte: TalkWalker

## Sobre NewsStats



A plataforma **NEWSSTATS** cria soluções multicamadas personalizadas voltadas para a gestão de comunicação dos clientes. Análises em tempo real por marca, produto, setor, região, entre outros parâmetros.

Os resultados das iniciativas de comunicação corporativa são analisadas também por meio de múltiplos gráficos e de índices customizados, como **ROI-C**, que mostra o valor individual de cada notícia, **IPC-C**, que identifica o resultado do cliente frente aos seus concorrentes, **IPR**, que dá o valor de reputação da companhia e mostra as variáveis que criam este valor, além de índices comparativos externos como volume de vendas ou mesmo índices setoriais.

São mais de **15 KPIs** que indicam os resultados da comunicação e ajudam descobrir oportunidades para redução de custos e riscos.

**Assista ao vídeo ilustrativo**



[www.businessnews.com.br](http://www.businessnews.com.br) / [atendimento@businessnews.com.br](mailto:atendimento@businessnews.com.br) / (11) 4115-7063

A **Business News** é uma rede de distribuição de notícias, especializada na entrega de *releases* corporativos, divulgações financeiras e conteúdo.

Copyright 2016 © Business News. Todos os direitos reservados.