



# Circuito Regional

*Ciência, Tecnologia e Inovação para  
o Desenvolvimento Sustentável*

## A COMUNICAÇÃO COMO PROPULSORA DOS BENEFÍCIOS DAS ATIVIDADES FÍSICAS

KAFER, Júlia Gabriela<sup>1</sup>; SIMI, Silvia Spagnol<sup>2</sup>

1. Discente do Curso de Publicidade e Propaganda, Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC); 2. Docente do Curso de Publicidade e Propaganda, Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC).

Área: Ciências Humanas

**Introdução:** O número de indivíduos que estão se conscientizando sobre a importância das práticas corporais, vem crescendo nos últimos anos, segundo dados levantados pela Agência Brasil. Esse aumento se deu, principalmente, devido à mobilização de órgãos públicos e privados, que desenvolvem campanhas e ações em níveis nacional e regional, visando o incentivo a essa prática. Porém, ainda hoje um dos maiores problemas enfrentados sobre a temática, é a falta de acesso às informações sobre as atividades físicas e seus benefícios, devido às condições enfrentadas pelos indivíduos. Outro ponto, é a falta de vontade e de motivação para começar a realizar novos hábitos, desagrandando diversos problemas de saúde. Desse modo, sentiu-se a necessidade de realizar uma campanha que abrangesse o tema e levasse a informação sobre a importância das atividades físicas para a região do Meio Oeste Catarinense. **Objetivo:** Promover acesso à informação sobre os benefícios da atividade física para a comunidade da região meio oeste de Santa Catarina. **Método:** Para a elaboração dos produtos comunicacionais, foram coletadas informações a respeito da temática em artigos científicos, por dados da pesquisa realizada pelas autoras e demais materiais envolvendo o tema. Para a construção da campanha foi realizado: a construção do Briefing, para definir os pontos fracos, problemas, público-alvo, concorrência e o mercado atingido; a coleta de dados através de um questionário feito pelas autoras e aplicado em profissionais da área de Ed. Física e Fisioterapia, para compreender a visão da comunidade a respeito. Com essas informações, realizamos o planejamento de comunicação e iniciamos a criação dos materiais. Por fim, será produzido um relatório com a mensuração dos resultados obtidos ao nível de impactos das mídias. **Resultados:** Os resultados da pesquisa realizada e da revisão literária, mostram a importância de realizar uma campanha sobre a



# Circuito Regional

*Ciência, Tecnologia e Inovação para  
o Desenvolvimento Sustentável*

importância dos exercícios físicos para a região do meio oeste catarinense, voltado para o público jovem e adulto. Além disso, com o questionário, foi concluído que os maiores motivos que levam as pessoas a desistirem de realizar as práticas corporais, são: as desculpas, vergonha, falta de incentivo, valores, entre outros quesitos. Outro dado importante para ressaltar, é que 70% dos entrevistados informaram que a mídia auxilia no incentivo das práticas corporais, porém ainda falta a divulgação desses materiais. Por fim, a pesquisa mostra que a melhor forma de incentivar alguém a realizar os exercícios físicos, é fazendo o que gosta e estar na presença de boas companhias. **Conclusão:** A campanha citada ainda não foi concluída, mas, acredita-se que o trabalho poderá contribuir com a consciência da população e será uma oportunidade de alerta sobre hábitos que, por serem cotidianos, não recebem a devida atenção. Neste cenário, um dos maiores ganhos será a percepção de que é possível, com os esportes, aprimorar habilidades, tais como: saltar, caminhar, interagir, correr, nadar, controlar a noção espacial, por exemplo. Um corpo consciente melhora o condicionamento físico, deixando as articulações lubrificadas, os músculos fortalecidos e, de quebra, uma boa relação com o ambiente. Tudo isso contribui para melhorar a disposição e encarar os desafios da rotina corrida com mais tranquilidade.

**Palavras-chave:** Saúde; Campanha Publicitária; Hábitos; Sociabilização; Criação.

**Contato:** Júlia G Kafer, [juliakafer2001@gmail.com](mailto:juliakafer2001@gmail.com) ; Silvia S Simi, [silvia.simi@unoesc.edu.br](mailto:silvia.simi@unoesc.edu.br).