



● CG008 · AMOSTRA GRATUITA · V1.0

Amostra do Guia IA para Personal Trainers

Conceitos, limites e critérios para avaliar IA no treinamento personalizado.

COMECE PELA CLAREZA

Leia um capítulo integral antes de conhecer o guia completo.

MAPA DO PERCURSO

01 ENTENDA conceitos e limites	02 EXPERIMENTE cenários de baixo risco	03 AUDITE fontes, vieses e lacunas
--------------------------------------	--	--

PARA QUEM

Personal trainers e profissionais de Educação Física que querem avaliar IA sem transferir avaliação, prescrição do exercício, supervisão ou responsabilidade profissional.

ESCOPO

Recorte comercial do guia. Revisão normativa: 18 jul. 2026.

Classifique antes de abrir a ferramenta

Este capítulo aparece integralmente no guia completo.

Risco	Exemplos	Antes de usar
Baixo	Estudo, organização e texto genérico	Revisar precisão e vieses
Moderado	Rascunho ou síntese que pode orientar trabalho	Minimizar dados e conferir finalidade
Alto	Decisão, documento ou atividade profissional	Não delegar julgamento; verificar normas e revisão

01	Há aluno, atleta ou terceiro identificável?	VERIFICAR
02	Existem anamnese, medidas, imagem, vídeo, exame, medicação ou dado de saúde?	VERIFICAR
03	A saída pode alterar seleção, dose, progressão ou interrupção do exercício?	VERIFICAR
04	A prontidão, os sintomas e os fatores de risco foram avaliados pelo profissional?	VERIFICAR
05	A fonte sustenta a população, o objetivo e o método proposto?	VERIFICAR
06	O caso exige encaminhamento ou orientação de outro profissional de saúde?	VERIFICAR
07	Profissional de Educação Física revisará e assumirá a prescrição final?	VERIFICAR

O percurso continua com aplicação e auditoria

O guia completo explica mecanismo, dados, ferramentas, prompting, aplicações, avaliação, responsabilidade e fontes.

No Caderno Prático do Guia IA para Personal Trainers, você aplica o método em um laboratório de 45 minutos e registra a decisão final.

O conteúdo é educacional e mantém revisão humana, sigilo e conferência de fontes como condições de uso.

PÁGINA DE COMPRA EM PREPARAÇÃO