

COVID-19 E OS BENEFÍCIOS DO EXERCÍCIOS FÍSICOS

Autor(res)

Camilla Oliveira
Iara Aparecida Ambrosio Santos

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE OSASCO

Resumo

Nosso isolamento social em andamento na pandemia da covid 19 tem uma natureza distintas tendo recursos de meio de comunicação de rede sociais, pode verificar que podemos trabalhar a distância, pode ser até contraditório mais tecnologia nos ajuda e nós permite, pelo menos aproximadamente social.
O ano de 2020 foi o ano que marcou não só a população brasileira mas sim todos os continentes do mundo com a chegada do Covid-19. A doença que se espalhou rapidamente pelo mundo todo causou inúmeras mortes, e isso tem assustado cada vez mais a população. Com o lock down, muitas pessoas deixaram de praticar atividades físicas, mesmo sabendo dos seus benefícios.