

Termo de Uso do Aplicativo Lombarfit

Data de Publicação: 28/01/2026

Bem-vindo ao Lombarfit. Ao utilizar nosso aplicativo, você concorda com estes Termos de Uso. Leia-os atentamente antes de iniciar.

1. Sobre o Lombarfit

1.1 Natureza do Serviço: Educação e Prevenção Ocupacional O Lombarfit é uma plataforma digital destinada exclusivamente à educação ergonômica, orientação de exercícios de mobilidade e promoção de hábitos saudáveis no ambiente de trabalho. O conteúdo oferecido visa auxiliar o usuário no alívio de desconfortos ocupacionais, não constituindo, em nenhuma hipótese, serviço de saúde, fisioterapia clínica ou assistência médica.

1.2 Ausência de Finalidade Diagnóstica ou Terapêutica Este aplicativo **não é um dispositivo médico** e não se destina ao diagnóstico, cura, mitigação ou tratamento de doenças, lesões ou patologias da coluna vertebral (como hérnias de disco ou fraturas). As avaliações individualizadas presentes na plataforma são ferramentas de autoconhecimento e triagem de bem-estar, não substituindo o diagnóstico clínico realizado por profissionais de saúde habilitados.

1.3 Limitação de Responsabilidade O uso das orientações do Lombarfit é de livre escolha e responsabilidade do usuário. Recomendamos expressamente que indivíduos com dores crônicas intensas ou condições médicas pré-existent consultem um médico antes de iniciar qualquer programa de exercícios. O Lombarfit é uma ferramenta complementar de prevenção e suporte ao bem-estar laboral. Se o usuário tiver um histórico de cirurgia na coluna, uma doença diagnosticada (ex: hérnia discal) ou estiver em tratamento, ele **deve obrigatoriamente discutir** a adequação dos exercícios do Lombarfit com seu profissional de saúde antes de iniciar.

2. Elegibilidade

O Lombarfit é destinado a **adultos com idade igual ou superior a 18 (dezoito) anos**.

3. Uso do Aplicativo

O usuário compromete-se a:

- Fornecer informações verídicas, precisas e atualizadas.
- Utilizar o aplicativo apenas para fins lícitos e pessoais.
- Não utilizar o aplicativo para práticas ilegais ou prejudiciais a si mesmo, terceiros ou à Well-bi.

4. Propriedade Intelectual

- Todos os conteúdos, marcas, logos e funcionalidades do aplicativo são de propriedade exclusiva da Well-bi. É proibida qualquer reprodução, distribuição ou modificação sem autorização prévia por escrito.
- O usuário reconhece que o Lombarfit utiliza **mecanismos de proteção tecnológica** (como marca d'água digital e controle de acesso via *streaming* seguro) para proteger o conteúdo em vídeo. A tentativa de burlar tais mecanismos, copiar, gravar ou distribuir os exercícios e materiais exclusivos do Lombarfit constitui violação destes Termos e da lei, sujeitando o infrator às medidas legais cabíveis.

5. Modificações dos Termos

Estes Termos poderão ser atualizados periodicamente. O usuário será informado por notificação no aplicativo ou outros meios disponíveis. O uso contínuo do Lombarfit após alterações implica aceitação integral dos novos Termos.

6. Legislação Aplicável e Foro

Estes Termos são regidos pelas leis da República Federativa do Brasil. Fica eleito o foro da comarca de Barueri, Estado de São Paulo, para dirimir quaisquer litígios relacionados a este documento.

7. Dados Coletados

O lombarfit valoriza a sua privacidade. Esta Política esclarece como seus dados pessoais são coletados, utilizados e armazenados, em conformidade com a Lei Geral de Proteção de Dados (Lei nº 13.709/2018 - LGPD).

Durante o uso do Lombarfit, podemos coletar as seguintes informações:

- **Dados pessoais:** nome, e-mail, data de nascimento.
- **Dados sensíveis:** informações de saúde, avaliações físicas, dados de progresso.
- **Informações de uso:** registros de interação com o aplicativo.
- **Dados de dispositivos:** modelo, sistema operacional, identificadores.
- **Cookies e tecnologias similares:** para melhorar sua experiência e funcionalidades.

A coleta e o tratamento de **Dados Sensíveis (informações de saúde e avaliações físicas)** serão realizados mediante o seu **consentimento livre, informado e inequívoco**, fornecido no momento do cadastro e/ou uso do aplicativo.

7.1 Finalidade do Tratamento dos dados

Os dados coletados têm como finalidades:

- Personalizar, otimizar e aprimorar sua experiência e o conteúdo do exercício.
- Monitorar exercícios e progresso.
- Enviar comunicações e notificações.
- Cumprir obrigações legais e regulatórias.

7.2 Compartilhamento de Dados

Seus dados poderão ser compartilhados exclusivamente com:

- Prestadores de serviços essenciais ao funcionamento do aplicativo (por exemplo, serviços de hospedagem e processamento).
- Autoridades legais, quando houver obrigação legal aplicável.
- **Parceiros Corporativos (B2B2C)** (ex: associações, sindicatos ou plataformas empregadoras) de forma **anonimizada e agregada**, para fins de prestação de contas sobre o uso do serviço e métricas de bem-estar corporativo, respeitando sempre a sua privacidade individual.

7.3 Armazenamento e Segurança

Adotamos medidas técnicas e administrativas adequadas para proteger seus dados contra acessos não autorizados, destruição, perda ou alteração. Os dados podem ser armazenados em servidores no Brasil ou no exterior, em conformidade com a legislação vigente.

7.4 Direitos do Usuário

O usuário poderá, a qualquer momento:

- Solicitar acesso aos seus dados pessoais.
- Retificar informações incorretas.
- Requerer a exclusão de seus dados (exceto quando houver obrigação legal de retenção).
- Requerer a **anonimização, bloqueio ou eliminação** de dados desnecessários ou excessivos.
- Revogar consentimentos.

Para exercer esses direitos, entre em contato pelo e-mail:

inserir e-mail de contato.

7.5 Cookies

O Lombarfit utiliza cookies e tecnologias similares com a finalidade de melhorar a navegação e funcionalidades. O usuário poderá configurar seu dispositivo para gerenciar o uso de cookies.

7.6 Alterações desta Política

Esta Política de Privacidade poderá ser atualizada periodicamente. O usuário será informado em caso de alterações relevantes.