


APRENDIZAGEM NO TIKTOK, CHECK: uma revisão sistemática da literatura

LEARNING ON TIKTOK, CHECK: a systematic literature review

APRENDIZAJE EN TIKTOK, ¡CHECK!: una revisión sistemática de la literatura

 Jean Carlos da Silva Monteiro¹

1. Jornalista, Pedagogo, Especialista em Comunicação, Cultura e Tecnologia Graduação, e Mestre em Cultura e Sociedade pela Universidade Federal do Maranhão. Líder do Grupo de Estudo e Pesquisa em Educação, Cultura e Comunicação Multimídia. Professor do Centro Universitário Estácio de São Luís. E-mail: falecomjeanmonteiro@gmail.com

RESUMO: Pesquisa apresenta os resultados de uma Revisão Sistemática da Literatura sobre produções científicas que abordam a temática TikTok na aprendizagem. Estudo objetivou mapear estudos, publicados em revistas científicas, a partir de 2019, que tecem sobre o uso do TikTok no contexto da educação brasileira. Foram analisados seis artigos disponíveis no Google Acadêmico. Inicialmente, notou-se que, apesar do aplicativo ter sido criado em 2016, ele vem se popularizando desde meados de 2019 e, diante disso, aos poucos sua implementação em processos educativos foi se estabelecendo.

Palavras-chave: TikTok; Educação; Revisão Sistemática da Literatura.

ABSTRACT: Research presents the results of a Systematic Literature Review on scientific productions that address the TikTok theme in learning. Study aimed to map studies, published in scientific journals, from 2019, that weave about the use of TikTok in the context of Brazilian education. Six articles available on Google Scholar were analyzed. Initially, it was noted that, although the application was created in 2016, it has been popular since mid-2019 and, in view of that, its implementation in educational processes has gradually been established.

Keywords: TikTok; Education; Systematic Literature Review.

RESUMEN: La investigación presenta los resultados de una Revisión Sistemática de Literatura sobre producciones científicas que abordan la temática TikTok en el aprendizaje. Estudio tuvo como objetivo mapear estudios, publicados en revistas científicas, a partir de 2019, que tejen sobre el uso de TikTok en el contexto de la educación brasileña. Se analizaron seis artículos disponibles en Google Scholar. Inicialmente, se señaló que, si bien la aplicación fue creada en 2016, se ha popularizado desde mediados de 2019 y, en vista de ello, poco a poco se fue asentando su implementación en los procesos educativos.

Palabras-clave: TikTok; Educación; Revisión Sistemática de la Literatura.

Recebido em: 20/05/2022

Aprovado em: 28/08/2022



Todo o conteúdo deste periódico está licenciado com uma licença Creative Commons (CC BY-NC-ND 4.0 Internacional), exceto onde está indicado o contrário.

Introdução

Desde a pandemia do novo coronavírus (COVID-19), o TikTok tornou-se o aplicativo mais baixado na App Store e está entre as dez mídias sociais mais acessadas no mundo. Com mais de 800 milhões de usuários ativos, o aplicativo está, ainda, acessível em 150 países e convertido em 75 línguas (TIKTOK, 2022).

Neste contexto, Monteiro (2020; 2021) explica que professores empreendedores passaram a utilizar a ferramenta para produzir e divulgar conteúdos educativos, despertando a curiosidade e o engajamento dos alunos, aumentando o interesse pelos estudos e tornando o ato de aprender mais motivacional, colaborativo, interativo e, principalmente, significativo.

Frente a esse cenário, questiona-se: “Após dois anos de pandemia, qual o quantitativo disponível de estudos sobre TikTok na educação brasileira encontrados na internet?”. Para tanto, realizou-se um recorte no formato de uma revisão sistemática da literatura.

Assim sendo, organizou-se um protocolo de análise de dados, no qual foi delimitado o tema e elaborado um questionamento para nortear toda investigação realizada na revisão sistemática, a começar pela questão central destacada acima. A partir desta indagação criou-se alguns parâmetros para que se pudesse explorar mais precisamente aspectos pertinentes à essa pesquisa, conforme a Tabela 1.

Tabela 1 - Protocolo de análise de dados

Parâmetros de análise de busca	
1	Em qual repositório a pesquisa foi encontrada?
2	Qual o ano de publicação?
3	Qual área do conhecimento foi desenvolvida a pesquisa?
4	Em qual região brasileira foi produzida a pesquisa?
5	O estudo foi realizado com o público alunos ou professor?
6	Qual metodologia foi empregada pelo autor do trabalho?

Fonte: Dados da Pesquisa (2022).

A seguir, aborda-se conceitos sobre o TikTok, suas características e aplicações na aprendizagem; Revisão Sistemática da Literatura, metodologia adotada nesta pesquisa; Percurso metodológico, no qual delimita-se os critérios empregados no estudo; Resultados e discussões dos dados encontrados; e, por fim, as considerações finais.

TikTok

O aplicativo TikTok é uma mídia social organizada com conteúdo em formato multimídia e seus usuários, os tiktokers, podem criar, postar e compartilhar vídeos de até 10 minutos. A criatividade inteligente é um dos principais lemas do aplicativo. “Nossa missão é inspirar criatividade e trazer alegria” (TIKTOK, 2022).

Monteiro (2020; 2021) elencou as principais informações sobre o TikTok, desde a sua criação até a sua utilização atualmente, como demonstrado na Tabela 2.

Tabela 2 – Informações sobre TikTok

Levantamento TikTok		
1	Ano de criação	2016
2	Empresa de criação	ByteDance
3	Aquisição de aplicativo	Music.ly
4	Mais baixado	App Store
5	Rank	10 mídias sociais mais acessadas
6	Usuários ativos	800 milhões
7	Países/Línguas	150 países/75 línguas
8	Presente no Brasil	Meados de 2019
9	Idade dos usuários	66% é < 30 anos (15 e 25 anos)

Fonte: Monteiro (2020).

A utilização estratégica do TikTok na aprendizagem permite que professores e alunos experimentem de perto a transdisciplinaridade: apresentação do conhecimento de uma forma plural e criativa. Desta forma, vários temas podem ser trabalhados por diferentes perspectivas e múltiplas disciplinas ao mesmo tempo.

Barin, Ellensohn e Silva (2020) explicam que o TikTok pode favorecer o entrelaçamento entre o saber e o entretenimento. À vista disso, professores podem fazer com que muitos conteúdos saiam da teoria e sejam demonstrados na prática por seus alunos, e que os vídeos permitem que a cultura - experiências, saberes e opiniões dos aprendentes – seja valorizada no processo de construção do conhecimento.

O TikTok possui perfis oficiais que ensinam a usar a ferramenta no âmbito educacional e, dessa maneira, a mídia social surge como uma possibilidade de engajar os alunos em uma metodologia ativa de aprendizagem que permita a ampliação do processo criativo deles.

Revisão Sistemática

A Revisão Sistemática da Literatura surge como proposta metodológica a partir da “necessidade de sintetizar a grande quantidade de informação científica [...] para fundamentar propostas de aprimoramento, de implementação e de avaliação dos resultados obtidos para o incremento da assistência e do ensino” (DE-LA-TORRE-UGARTE-GUANILO; TAKAHASHI; BERTOLOZZI, 2016).

Assim sendo, mapeou-se artigos, publicados em revistas científicas, a partir de 2019, que tecem sobre o uso do TikTok no contexto da educação brasileira. Neste caso, a Revisão Sistemática da Literatura apresenta-se como um percurso metodológico que possibilita ao investigador um contato com outros trabalhos produzidos com a temática e com o estudo das ideias principais.

O protocolo de análise de dados desta pesquisa, mencionado na introdução desta investigação, compreende o recorte metodológico que, de acordo com Sampaio e Mancini (2010, p. 84), são “[...] particularmente úteis para integrar as informações de um conjunto de estudos realizados [...]” e, deste modo, realizar a Revisão Sistemática da Literatura.

Para delimitação da pesquisa foram elaborados critérios de inclusão e exclusão no intuito de minimizar possíveis vieses. Esta delimitação se faz necessária, pois é o princípio fundamental e norteador para dar início a este estudo. Assim, apresenta-se os critérios utilizados no estudo, apresentados na Tabela 3.

Tabela 3 – Delimitação da pesquisa – critérios

	Crítérios de Inclusão	Crítérios de Exclusão
1	Estudos disponíveis em bases indexadas e de caráter científico	Estudos encontrados em bases não indexadas e de caráter não científico
2	Pesquisas escritas em língua portuguesa (Brasil)	Pesquisas escritas em idiomas estrangeiros
3	Textos evidenciando o contexto da educação brasileira	Textos evidenciando o contexto educacional de outro país
4	Teses, dissertações, monografias e artigos publicados em revistas científicas e em eventos científicos (congressos, simpósios, entre outros) dentro da proposta da pesquisa	Teses, dissertações, monografias e artigos publicados em revistas científicas e em eventos científicos (congressos, simpósios, entre outros) fora da proposta da pesquisa
5	Publicações realizadas a partir de 2019	Publicações realizadas antes de 2019

Fonte: Dados da pesquisa (2022).

Tomando por base os critérios acima elencados, iniciou-se entre os meses de junho e julho de 2022 o mapeamento dos estudos na plataforma Google Acadêmico. O processo de escolha pela referida base indexadora justifica-se pela representatividade das publicações disponibilizadas nessa base de dados para disseminação da produção científica brasileira.

A partir das leituras prévias e dos objetivos traçados para o levantamento e aprofundamento na temática abordada, realizou-se a escolha dos descritores, palavras-chave e expressões de busca a serem utilizados durante o mapeamento sistemático, elencados na Tabela 4.

Tabela 4 – Descritores da pesquisa

Palavras-chave	
1	TikTok + Aprendizagem
2	TikTok + Ensino
3	TikTok + Educação
4	TikTok + Aprendizagem criativa
5	TikTok + Mediação tecnológica

Fonte: Dados da pesquisa (2022).

Com essa estratégia inicial de busca foram encontrados 11 estudos teciam sobre o uso do TikTok no contexto da educação brasileira. Em seguida, realizou-se uma leitura pormenorizada dos principais itens das produções: título, resumo, palavras-chave, objetivo, metodologia, resultados e considerações finais.

O processo de leitura mencionado acima garantiu um maior refinamento da pesquisa. Desta forma, o mapeamento apurou seis artigos em revistas científicas, três artigos em eventos científicos e dois trabalhos de conclusão de curso, todos enquadrados nos critérios de inclusão e exclusão.

Para esta Revisão Sistemática da Literatura adotou-se apenas os artigos publicados em revistas científicas, uma vez que o quantitativo desse tipo de estudo se apresentou superior ao número das outras pesquisas encontradas no Google Acadêmico.

O estudo sistemático foi procedido com a elaboração de uma Ficha de Análise que contemplou nove categorias, como exibido na Tabela 5.

Tabela 5 – Ficha de Análise

Revisão Sistemática	
1	Título
2	Autor
3	Ano
4	Revista
5	Área/Eixo
6	Universidade/Estado
7	Público
8	Metodologia
9	Contribuições/Dificuldades

Fonte: Dados da pesquisa (2022).

A Ficha de Análise faz-se necessária para a análise pormenorizada dos artigos selecionados para esta Revisão Sistemática da Literatura.

Resultados e discussões

Com base no protocolo de execução delimitado para esta Revisão Sistemática da Literatura, perguntou-se: “Após dois anos de pandemia, qual o quantitativo disponível de estudos sobre TikTok na educação brasileira encontrados na internet?”. Após o mapeamento foi possível encontrar seis artigos publicados em revistas científicas, como apontado na Tabela 6.

Tabela 6 – Artigos selecionados

	Título	Autoria	Revista
1	Aprendizagem criativa no TikTok: novas possibilidades de ensinar e aprender durante o isolamento social	Jean Carlos da Silva Monteiro	Revista Open Minds International Journal
2	Diálogos entre Dança na Escola e dança no TikTok: Propostas no ensino remoto	Débora Souto Allemand e Larissa Bonfim	Urdimento - Revista de Estudos em Artes Cênicas
3	Mídias sociais e educação em tempos de pandemia: o TikTok como suporte aos processos de ensino e aprendizagem	Kleber Emmanuel Oliveira Santos e Ana Beatriz Gomes Carvalho	Em Teia - Revista de Educação Matemática e Tecnológica Iberoamericana
4	Os recursos de vídeos disponíveis no Facebook, Instagram e TikTok para o ensino de língua espanhola	Letícia de Leon Carriconde, Bruna Maria dos Santos Gonçalves, Jhenifer Zigart Machado e Daniela Sayuri Kawamoto Kanashiro	Revista Primeira Escrita
5	O uso do TikTok no contexto educacional	Claudia Smaniotto Barin, Ricardo Machado Ellensohn e Marcelo Freitas da Silva	Revista Novas Tecnologias na Educação
6	TikTok como novo suporte midiático para a aprendizagem criativa	Jean Carlos da Silva Monteiro	Revista Latino-Americana de Estudos Científicos

Fonte: Dados da pesquisa (2022).

O protocolo também se propôs a investigar as bases de dados em que esses artigos foram encontrados, bem como o quantitativo por repositório. O mapeamento, realizado entre os meses de junho e julho de 2022, foi executado nas principais bases de dados do país.

Ao longo do mapeamento foi possível notar que todos os estudos selecionados para esta Revisão Sistemática da Literatura – e até mesmo aqueles que foram excluídos no decorrer do refinamento da pesquisa – foram encontrados no Google Acadêmico.

No processo de investigação de uma Revisão Sistemática da Literatura sobre qualquer temática se torna interessante saber o ano de publicação dos estudos selecionados. O período temporal dos trabalhos mapeados correspondeu de 2020 a 2021, concentrando 50% do total de produções cada um deles, perfazendo um quantitativo de três artigos publicados por ano, indicado na tabela 7.

Tabela 7 – Período temporal

	Ano de Publicação	Quantitativo	Porcentagem
	2020	3	50%
	2021	3	50%

Fonte: Dados da pesquisa (2022).

Ao refletir sobre os aspectos qualitativos da pesquisa, os artigos publicados em 2020 foram os que mais apresentaram riquezas de detalhes no que diz respeito a possibilidades de utilização do TikTok na aprendizagem. Destaca-se, também, que eles se tornaram parte do referencial teórico dos estudos publicados posteriormente, em 2021.

Nesta pesquisa, averiguou-se a área/eixo, bem como as universidades/estados, em que foram realizados os estudos mapeados. A área/eixo que contemplou 50% dos artigos desta Revisão Sistemática da Literatura, com um total de três artigos, foi a “Educação (Geral)”.

A busca também possibilitou saber que o maior quantitativo de artigo foi produzido na “Universidade Federal do Maranhão” e na “Universidade Federal de Pernambuco”, empatados com 33,5%, totalizando dois estudos cada, como destacado na Tabela 8.

Tabela 8 – Área/Eixo e Universidades

Área/Eixo	Universidade/Estado	Quantitativo	Porcentagem
Educação (Geral)	Universidade Federal do Maranhão	2	33,5%
Arte Cênica e Educação (Geral)	Universidade Federal de Pernambuco	2	33,5%
Letras	Universidade Federal de Mato Grosso do Sul	1	16,5%
Química	Universidade Federal de Santa Maria	1	16,5%

Fonte: Dados da pesquisa (2022).

As informações acima validam evidências da revisão tradicional de literatura que mostram que estudos embrionários – como no caso do TikTok na aprendizagem – iniciam suas pesquisas na área da “Educação”, de modo generalista, sem se aprofundar em um eixo temático específico.

Outro aspecto observado nesta Revisão Sistemática da Literatura foi o público estratégico (professores, alunos ou os dois) envolvidos nos estudos sobre o uso do TikTok no contexto da educação brasileira. Segundo os objetivos das pesquisas desenvolvidas, a maioria dos pesquisadores optou por falar sobre experiências que envolvem professor e aluno, com um quantitativo de três artigos, compreendendo um total de 48% dos estudos, conforme a Tabela 9.

Tabela 9 – Público estratégico

Público	Quantitativo	Porcentagem
Aluno	2	35,5%
Professor	1	16,5%
Aluno e professor	3	48%

Fonte: Dados da pesquisa (2022).

Enfatiza-se, ainda, que os estudos que tiveram como público estratégico só professores ou somente alunos, em algum momento da pesquisa, também apontaram a importância do envolvimento de um ou de outro na proposta didática realizada com o TikTok na educação.

No que tange os procedimentos metodológicos dos artigos mapeados por esta Revisão Sistemática da Literatura, investigou-se a metodologia utilizada nas pesquisas com o TikTok. Entre as metodologias aplicadas nas pesquisas, a pesquisa bibliográfica se sobressai, presente em quatro dos seis estudos, perfazendo um total de 67% dos artigos, demonstrado na Tabela 10.

Tabela 10 – Metodologia das pesquisas

Público	Quantitativo	Porcentagem
Pesquisa Bibliográfica	4	67%
Pesquisa Experimental	1	16,5%
Pesquisa Baseada em Design	1	16,5%

Fonte: Dados da pesquisa (2022).

O dado acima justifica-se, em um primeiro momento, pelo fato dos pesquisadores se depararem com um tema de estudo ainda recente e, dessa forma, buscam - a partir do levantamento estudos já publicados – teorias para dar base e direcionamento conceitual ao longo de uma temática pouco (ou ainda não) explorada.

O protocolo de execução desta Revisão Sistemática da Literatura indagou, por fim, as informações relevantes e/ou resultados relatados nos artigos mapeados. Para tal finalidade, optou-se por extrair frases dos estudos que relataram, de alguma forma, as contribuições do TikTok na aprendizagem, apresentadas na Tabela 11.

Tabela 11 – Contribuições do TikTok no processo formativo

Artigo	Contribuições	Página
Aprendizagem criativa no TikTok: novas possibilidades de ensinar e aprender durante o isolamento social	Além de apresentar contribuições significativas para a aprendizagem criativa, a produção de vídeos curtos de até 60 segundos no TikTok promove maior interação dos alunos no processo de construção do próprio conhecimento e permite o desenvolvimento de habilidades e competências educacionais como ler, pesquisar, saber comparar, observar, imaginar, obter e organizar as informações, elaborar e confirmar hipóteses, classificar, interpretar, criticar, buscar presunções, construir pressupostos e aplicar em novas circunstâncias, planejar projetos e pesquisar, analisar e tomar decisões.	3
Diálogos entre Dança na Escola e dança no TikTok: Propostas no ensino remoto	Ainda, com relação às questões do distanciamento social e da pandemia, o projeto parece ter sido uma válvula de escape, ora nos mostrando que é possível sobreviver ao caos, proporcionar encontros e ensinar-aprender em dança, ora sendo um espaço de tentativa de fuga do “mundo real”. Enfim, o TikTok, bem como o ensino remoto, deixa evidente a necessidade de sairmos da zona de conforto como professoras e nos mostra que somos seres em processo, aprendendo sobre o mundo e recriando-o a cada instante, no encontro, no diálogo com estudantes.	8
Mídias sociais e educação em tempos de pandemia: o TikTok como suporte aos processos de ensino e aprendizagem	As dinâmicas proporcionadas pelo TikTok promovem contribuições positivas aos processos de ensino e aprendizagem de conteúdos curriculares. Refletindo sobre as possibilidades ao processo de ensino, verifica-se que os professores que utilizam ou pretendem utilizar esta mídia, a fim de abordar esse tipo de conteúdo, precisam agora repensar suas práticas de ensino a fim de criar mecanismos de adequação para a linguagem tecnológica e o limite de tempo impostos pela mídia. A realização desta adequação aproxima os conteúdos curriculares da realidade vivenciada pelos sujeitos aprendizes, fazendo com que o processo de ensino veja no TikTok um excelente suporte para que ele aconteça.	1
Os recursos de vídeos disponíveis no Facebook, Instagram e TikTok para o ensino de língua espanhola	O docente que queira trabalhar a ampliação do conhecimento do vocabulário, pode gravar vários vídeos sobre diferentes campos semânticos (frutas, animais, esportes etc.), e compartilhar no TikTok diariamente ou semanalmente, de acordo com sua organização pessoal. O aluno também pode construir esse conhecimento, gravar e compartilhar os vídeos. [...] Por meio deles o professor de Espanhol pode criar histórias mais atrativas, pois consegue modificar a fisionomia da pessoa, ou seja, ao invés de em uma atividade de compreensão auditiva somente utilizar o som, ele pode encenar o acontecimento do áudio, facilitando e tornando a atividade mais atraente para o aluno.	2
O uso do TikTok no contexto educacional	Os vídeos gravados na rede social TikTok despertaram o interesse dos estudantes pelo aprendizado, sendo que a participação dos mesmos nas atividades propostas aumentou em torno de 25% após a disponibilização dos vídeos no Moodle e na rede social Facebook. A produção de vídeos curtos no TikTok pode ser uma alternativa viável para distribuição de conteúdo educacional, sendo um dos desafios dessa produção a roteirização, visto que o tempo para a abordagem do conteúdo é de apenas 60 segundos.	38
TikTok como novo suporte midiático para a aprendizagem criativa	Incentivar a produção de vídeos no TikTok provoca os alunos a assumir um papel ativo na sua própria forma de aprender, para que sua cultura - experiências, saberes e opiniões – seja valorizada no processo de construção do conhecimento. Nesse tipo de atividade, que inicialmente pode parecer fácil pelo fato do contato diariamente com as mídias sociais digitais, os professores colocam seus alunos em um árduo trabalho que abrange pesquisar, selecionar, analisar e refletir criticamente as informações que vão compor o vídeo.	8

Fonte: Dados da pesquisa (2022).

Entre as contribuições, os artigos apresentam em comum relatos sobre as possibilidades pedagógicas da mídia social TikTok enquanto metodologia ativa de aprendizagem capaz de atender às novas perspectivas educacionais, como a de inserir o aluno como agente ativo na construção de sua própria aprendizagem.

Sobre as dificuldades, apenas o artigo “Diálogos entre Dança na Escola e dança no TikTok: Propostas no ensino remoto”, de autoria de Débora Souto Allemand e Larissa Bonfim, ressalta que um dos maiores entraves na implementação do TikTok na educação, enfrentados não somente pelos alunos, mas também pelos professores é a falta de acesso à conexão ilimitada de internet.

Sabe-se que as dificuldades existem em qualquer processo de implementação de proposta pedagógica. Objetivou-se, quanto a esse parâmetro, conhecer as inferências, como os autores superaram os desafios da prática pedagógica e como repensaram a execução da intervenção com o TikTok.

Considerações finais

Este mapeamento de estudos sobre o uso do TikTok no contexto da educação brasileira verificou que pesquisas sobre a temática proposta ainda são embrionárias, muito recentes. Inclusive, apesar da busca por fundamentos na área da Educação, tais estudos apresentam-se de modo generalista, sem aprofundamento, de modo a não discutir a mídia social com a criticidade que o contexto oportuniza.

A Revisão Sistemática da Literatura mostra, ainda, que os artigos mapeados trazem, em sua maioria, a pesquisa bibliográfica enquanto metodologia da pesquisa. Isso ocorre também pelo fato do tema de estudo ainda ser recente e pouco explorado na prática pedagógica.

Quando se trata das contribuições, os estudos selecionados apontam diferentes perspectivas. Porém, quando se investiga as dificuldades no processo de implementação da referida mídia social, tais dados não são apresentados. Acredita-se que essas informações podem, de alguma forma, servir de instrumento na prevenção de possíveis entraves ao longo do processo de inserção do TikTok na educação.

Diante do exposto, almeja-se que este estudo fomente novas investigações sobre a implementação da mídia social em processos educativos, nas diferentes áreas do saber, para que os alunos possam experimentar a construção do conhecimento de forma autônoma e criativa porque, como disse Monteiro (2020, p. 16), “O TikTok se faz necessário em propostas didáticas que buscam engajar os alunos em uma metodologia ativa de aprendizagem que permita a ampliação do processo criativo deles”.

Referências

BARIN, C. S.; ELLENSOHN, R. M.; SILVA, M. F. **O uso do TikTok no contexto educacional.** Renote. Revista Novas Tecnologias na Educação. RENOTE, v. 18, p. 630-639, 2020.

DE-LA-TORRE-UGARTE-GUANILO, M. C; TAKAHASHI, R. F; BERTOLOZZI, M. R. **Revisão sistemática: noções gerais.** Revista da Escola de Enfermagem da USP, São Paulo, v. 45, n. 5, p.1260-1266, mar., 2011. Disponível em: <<http://www.revistas.usp.br/reeusp/article/view/40833>>. Acesso em: 07 jul. 2022.

MONTEIRO, J. C. S. **TikTok como suporte midiático para a aprendizagem criativa.** Revista Latino-Americana de Estudos Científicos, 2020.

MONTEIRO, J. C. S. **Aprendizagem criativa no TikTok: novas possibilidades de ensinar e aprender durante o isolamento social.** Revista Open Minds International Journal, 2021.

SAMPAIO, R. F.; MANCINI, M. C. **Estudos de revisão sistemática: um guia para síntese criteriosa da evidência científica.** Editora Fisio: São Paulo, 2010.

TIKTOK. **Make Your Day.** 2022. Disponível em: < https://www.tiktok.com/pt_BR/>. Acesso em: 07 jul. 2022