

## ÁREA TEMÁTICA: PLANEJAMENTO E GESTÃO EM SAÚDE

### O DESIGN DE AMBIENTE DE PARQUE URBANO E SUA RELAÇÃO COM A INTENSIDADE DA ATIVIDADE FÍSICA PRATICADA

Marina Tavares de Oliveira<sup>1</sup> Dr. Marcos Rodrigo Trindade Pinheiro Menuchi<sup>2</sup>

<sup>1</sup>UESC, Ilhéus, BA

<sup>2</sup>Orientador, UESC, Ilhéus, BA

DOI: 10.47094/978-65-6036-707-4/1

**PALAVRAS CHAVES:** Parque urbano. Atividade física. Saúde pública

ÁREA TEMÁTICA: Planejamento e gestão em saúde

#### INTRODUÇÃO

Designs de ambientes que oferecem oportunidades para a atividade física são espaços planejados que “convidam” as pessoas a se moverem mais e a adotarem estilos de vida mais ativos e saudáveis (Araújo et al., 2019).

As evidências sugerem que o ‘exercício verde’ proporciona melhores resultados de saúde e bem-estar comparado a atividade física em ambientes fechados ou construídos (Shanaham et al., 2016; Twohig-Bennett; Jones, 2018; Thompson et al., 2011; Araújo et al., 2019).

A presente pesquisa buscou avançar no conhecimento sobre o design do parque urbano Radialista Erivaldo Cerqueira popularmente conhecido como Parque da Lagoa na cidade de Feira de Santana-BA, e teve como hipótese de que o design do parque aliado à presença de equipamentos adequados, bem como à manutenção das áreas naturais, ocasiona influencia direta quanto à intensidade das atividades físicas realizadas pelos frequentadores. A pesquisa realizou um mapeamento do parque e do comportamento dos seus frequentadores afim de compreender a interação entre eles e o ambiente relacionado a atividade física realizada, se essa seria contemplativa, moderada ou vigorosa.

#### OBJETIVO

Analisar o *design* do parque urbano Erivaldo Cerqueira em Feira de Santana – BA e sua relação com a intensidade das atividades físicas praticadas pelos frequentadores.

## METODOLOGIA

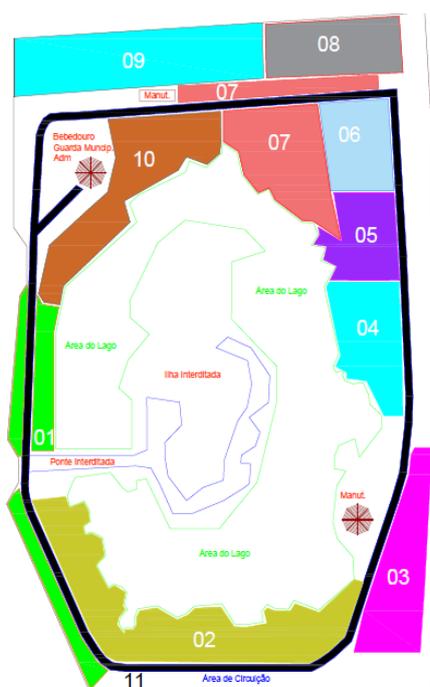
O presente estudo se caracteriza enquanto uma pesquisa de campo de caráter exploratório e de cunho quantitativo, com corte transversal com amostra de conveniência, realizada por meio de observação direta. A análise dos dados, número de pessoas, a intensidade de atividade física em cada espaço, foram calculados por medidas de tendência central (média e mediana) e dispersão (desvio padrão e coeficiente de variação). Os dados coletados foram analisados para identificar padrões de comportamento e uso do espaço. Autorizado sob o número CAAE: 71305723.2.0000.5526 do Comitê de Ética em Pesquisa da UESB.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Utilizando o instrumento de observação sistêmica *System for Observing Play and Recreation in Communities* (Mckenzie et al., 2006). Determinou-se a subdivisão de todo o espaço em áreas únicas de tamanho suficiente para que as avaliações pudessem ser realizadas de maneira mais precisa e a observação do tipo de atividade física realizada em cada área.

A partir de visitas as áreas foram mapeadas, medidas e codificadas, possibilitando a identificação de áreas alvo (numeradas de 1 a 11) (FIGURA 1).

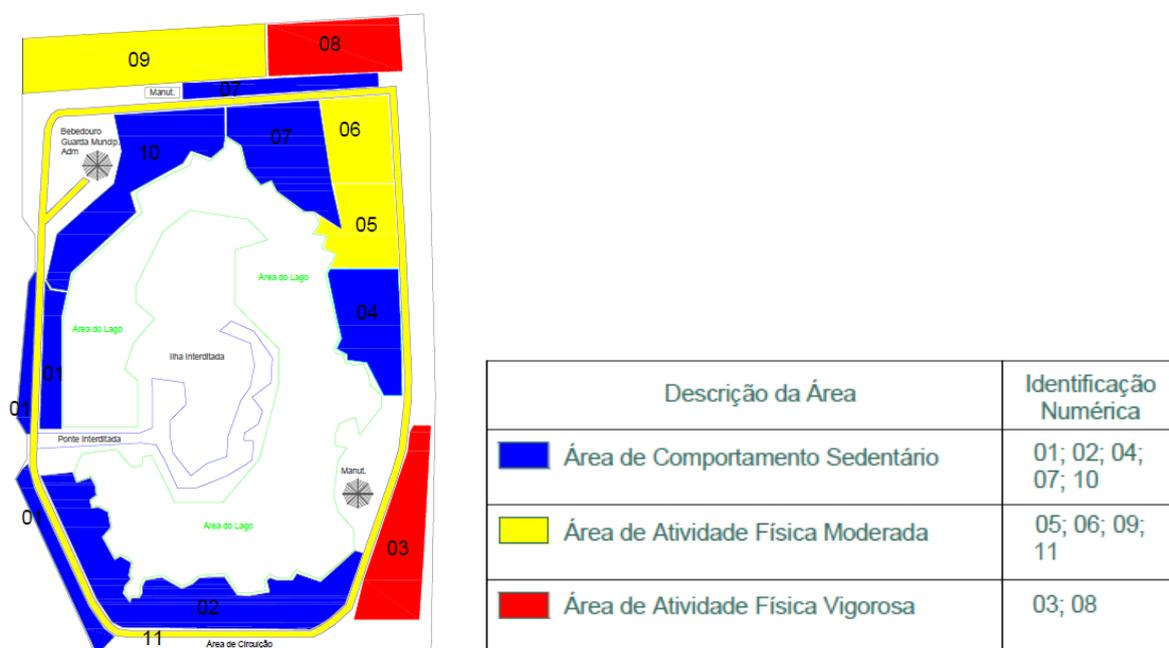
Figura 1: Visualização das áreas alvo para a análise. Na esquerda mapa do parque obtido através das visitas. Na direita a representação das áreas alvo codificadas por número e cor e a descrição das áreas alvos codificadas.



Descrição da Área	Identificação Numérica
Piquenique 1°	01
Área verde com cadeiras para contemplação	02
Academia com aparelhos de madeira	03
Teatri de Arena	04
Caixa de areia	05
Parque de areia	06
Piquenique 2°	07
Academia da saúde	08
Estacionamento	09
Área gramada aberta	10
Pista de corrida	11

No total, foram observadas 1736 pessoas, ambos os sexos e diferentes idades. Os dados sobre os níveis de atividade física praticados nas áreas alvo são visualizadas na Figura 2.

Figura 2: Mapa de calor de acordo com a atividade física realizada em cada área.



Através da observação percebeu-se que as áreas descritas na cor “azul”, cujo comportamento refere-se a sedentário ou seja, os indivíduos permanecem em modo contemplativo, sentados, deitados ou parados no lugar, foram as áreas: (01) piquenique; (02) áreas verdes com cadeiras para contemplação; (04) espaço aberto em formato circular com arquibancadas ao redor de chão de areia, nomeado por teatro de arena; (07) é uma segunda área com mesas e cadeiras identificadas por área de piquenique; (10) área gramada, aberta, com diferentes tipos de plantas ornamentais.

As áreas alvo cujo comportamento observado foi de atividade física moderada estão destacadas em “amarelo” no mapa, quando o indivíduo está caminhando em ritmo normal foram: (05) espaço para jogar e brincar com chão de areia; (06) parque de areia infantil com equipamentos de madeira, bem conservados e adaptados para diversas faixas etárias de crianças; (09) destina-se a área para estacionamento; (11) refere a pista de corrida que circula toda a área do parque.

Já as áreas destacadas em “vermelho”, são referentes a observação de indivíduos praticando atividade física vigorosa, cuja intensidade é maior do que uma caminhada normal, correndo, pulando ou saltando, ocasionando aumento da frequência cardíaca e provocando sudorese foram: (03) trata-se de uma academia a céu aberto com equipamentos de madeira; (08) descrito como academia da saúde, refere-se a um espaço a céu aberto,

com equipamentos fixos.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir dos resultados apresentados acima, é possível associar o impacto dos locais e características do parque, a qualidade de cada área descrita e o tipo de atividades físicas realizadas em cada local. É possível perceber uma predominância de comportamento sedentário em áreas gramadas, com cadeiras, espreguiçadeiras e áreas de piquenique. Assim como apresentam prática de atividade física moderada aqueles que buscam áreas livres para a prática ou que facilitam o movimento.

Já as áreas em vermelho, são espaços com equipamentos específicos para o gasto calórico maior. Apesar de prevalecer um comportamento sedentários na grande maioria das áreas do parque, essas informações corroboram com as teorias que estabelecem relações entre equipamentos disponíveis no espaço e o tipo de comportamento esperado para ele.

Esses achados estão em consonância com estudos anteriores, que apontam que a infraestrutura dos parques exerce uma influência significativa sobre os tipos de atividades realizadas pelos frequentadores (Zhai et al., 2020). Por exemplo, Zhai et al (2020) verificaram que os equipamentos de ginástica ao ar livre promovem o exercício regular, fornecendo opções acessíveis e gratuitas de atividade física. Isso é particularmente relevante para os idosos, que podem ter acesso limitado a academias, mas podem utilizar os equipamentos em parques para atingir seus objetivos de exercícios e melhorar os resultados de saúde.

Por outro lado, as áreas mais abertas e gramadas do parque, que oferecem um ambiente mais natural, foram predominantemente utilizadas para atividades moderadas e contemplativas, como caminhadas e piqueniques. Isso está de acordo com alguns estudos recentes (Gricoletto et al., 2021), que destacaram que a presença de áreas verdes bem preservadas incentiva atividades físicas mais leves e contribui para a melhora do bem-estar psicológico dos frequentadores.

Estes achados sugerem que o planejamento de espaços públicos deve considerar a diversidade de áreas e a qualidade da infraestrutura para promover o uso efetivo dos parques como locais de lazer e atividade física, além de espaços de interação social e bem-estar psicológico.

## REFERÊNCIAS

ARAÚJO, D.; BRYMER, E.; BRITO, H.; WITHAGEN, R.; DAVIDS, K. The empowering variability of affordances of nature: Why do exercisers feel better after performing the same exercise in natural environments than in indoor environments? **Psychology of Sport and Exercise**, vol. 42, p. 138–145, 1 May 2019. DOI 10.1016/j.psychsport.2018.12.020.

GRIGOLETTO, A. Impact of Different Types of Physical Activity in Green Urban Space

on Adult Health and Behaviors: A Systematic Review. **Eur. J. Investig. Saúde Psic. Educ.** 2021 , 11 (1), 263-275; <https://doi.org/10.3390/ejihpe11010020>

MCKENZIE, T. L.; COHEN, D. A.; SEHGAL, A.; WILLIAMSON, S.; GOLINELLI, D.. System for Observing Play and Recreation in Communities (SOPARC): Reliability and Feasibility Measures. **Journal of Physical Activity and Health**, vol. 3, no. s1, p. S208–S222, 2016. <https://doi.org/10.1123/jpah.3.s1.s208>.

SHANAHAM, D. F. FRANCO, L. LIN. B. B. GASTON, k. J. FULLER, R. A. **The Benefits of Natural Environments for Physical Activity**. Sports Med. 2016

THOMPSON COON, J; BODDY, K; STEIN, K; WHEAR, R; BARTON, J; DEPLEDGE, M. H. **Does Participating in Physical Activity in Outdoor Natural Environments Have a Greater Effect on Physical and Mental Wellbeing than Physical Activity Indoors? A Systematic Review**. Environ. Sci. Technol, vol. 45, p. 1761–1772, 2011. <https://doi.org/10.1021/es102947t>.

TWOHIG-BENNETT, C.; JONES, A.. The health benefits of the great outdoors: **A systematic review and meta-analysis of greenspace exposure and health outcomes**. Environmental Research, vol. 166, no. June, p. 628–637, 2018. DOI 10.1016/j.envres.2018.06.030. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.envres.2018.06.030>.

ZHAI, Y. LI, D. WANG, D. SHI, S. **Seniors' Physical Activity in Neighborhood Parks and Park Design Characteristics**. **Front. Public Health**, 28 July 2020. Sec. Environmental Health and Exposome. Volume 8 - 2020 | <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.00322>