



Utilização de um parque público para atividade física: estudo prospectivo em uma cidade de pequeno porte do Sul do Brasil

Use of a public park to physical activity practice: prospective study in a small city from the South of Brazil

Igor Retzlaff Doring¹, Eduardo Lucia Caputo², Guilherme da Fonseca Vilela¹, Marcelo Cozzensa da Silva³, Felipe Fossati Reichert³

¹ Mestres no Programa de Pós-Graduação em Educação Física, na Universidade Federal de Pelotas (UFPel), Pelotas (RS), Brasil; ² Doutor no Programa de Pós-Graduação em Educação Física, na Universidade Federal de Pelotas (UFPel), Pelotas (RS), Brasil; ³ Professores no Programa de Pós-Graduação em Educação Física, na Universidade Federal de Pelotas (UFPel), Pelotas (RS), Brasil.

*Autor correspondente: Igor Doring - E-mail: igordoring@hotmail.com

RESUMO

O objetivo deste estudo foi analisar a estabilidade, durante um período de 12 meses, no uso e não uso de um espaço público para atividade física (AF) em adultos residentes de Canguçu (RS). Um segundo objetivo foi verificar a associação de estabilidade com variáveis sociodemográficas, comportamentais, nutricionais e de saúde. Por meio de um processo de amostragem acidental, 109 usuários e 109 não usuários do espaço público foram selecionados e responderam a um questionário. Cerca de 12 meses após a primeira coleta de dados, todos os sujeitos responderam ao mesmo questionário. A associação entre o status de utilização do espaço público e as variáveis independentes foi avaliada pelo teste do qui-quadrado, adotando-se um nível de significância de 5%. A maioria dos participantes era do sexo masculino (54,1%) e tinha entre 18 e 29 anos (77,5%). Quanto ao status de uso, 70,7% dos usuários continuaram a frequentar e 34,3% dos não usuários começaram a usar o espaço. Políticas públicas destinadas a promover a atividade física devem levar em consideração estes resultados, o que pode ajudar a atrair mais indivíduos para a prática nesse local, além de melhorar a prática de quem já a utiliza.

Palavras-chave: Atividade motora. Epidemiologia. Meio ambiente. Saúde pública.

ABSTRACT

The aim of this study was to analyze the stability, over a 12-month period, in the use and non-use of a public park to physical activity (PA) practice among adults from Canguçu (RS, Brazil). A second aim was to evaluate the association of this stability with sociodemographic, behavioral, nutritional and health variables. Through an accidental sampling process, 109 users and 109 non-users of the public park were selected and answered a questionnaire. About 12 months after the first data collection, the subjects were searched and answered the same questionnaire. The association between the status of use of the park and the independent variables was assessed by the Chi-square test. Most participants were male (54.1%) and aged between 18 and 29 years (77.5%). As for the status of use of the public park, 70.7% of users continued to attend the park and 34.3% of the non-users started using the park. Public policies designed to promote physical activity should take these results into account, which can help to increase the number of individuals practicing PA in the park, as well as practice of those who already use it.

Keywords: Epidemiology. Environment. Motor activity. Public health.

*Recebido em Março 18, 2020
Aceito em Dezembro 03, 2020*

INTRODUÇÃO

A atividade física (AF) é um fator importante para a manutenção, tratamento e melhoria da condição de saúde da população^{1,2}. Além disso, o risco de desenvolvimento de doença arterial coronariana, diabetes, hipertensão e osteoporose, entre outras, bem como, mortalidade por todas as causas diminui com a prática regular de AF^{2,3}. Por esses motivos, o “Plano de ação global sobre atividade física 2018-2030: pessoas mais ativas para um mundo mais saudável” da Organização Mundial de Saúde foca em uma redução relativa de 15%, usando como linha base o ano de 2016, na prevalência global de inatividade física em adultos e adolescentes⁴.

O ambiente urbano é um dos fatores que pode ajudar a promover ou reduzir a prática de AFs. Nesse contexto, os espaços públicos, como parques e áreas verdes, campos esportivos e outros espaços abertos, são locais de acesso livre, onde os indivíduos podem realizar AFs. Os parques são locais valorizados e utilizados pela população para atividades de lazer^{5,6} e como consequência da atratividade e de sua visitação, tem sido identificada uma associação positiva entre o uso desse espaço público e a prática de diferentes tipos e intensidades de AF⁷. Veitch e colaboradores descrevem que a visitação aos parques pode ser um importante preditor para a AF de lazer e deslocamento dos indivíduos⁸.

Investigações nacionais foram realizadas para identificar as características dos frequentadores dos parques, relacionar

fatores ambientais com a prática regular de AF^{9,10,11,12,13} e descrever a frequência de uso de parques¹⁴. Entretanto, nenhuma investigação longitudinal para verificar a estabilidade na utilização e não-utilização de espaços públicos para a prática de AF entre adultos foi realizada. Além disso, existe uma lacuna na literatura no que diz respeito a cidades de menor porte, que são maioria no país, e o comportamento de suas populações em relação à AF¹⁵.

Com isso, torna-se relevante a realização de uma pesquisa na cidade de Canguçu, estado do Rio Grande do Sul, um município de porte pequeno, semelhante à maioria dos municípios brasileiros, e que apresenta um espaço público para a prática de AF que se destaca na região. O objetivo do estudo foi analisar a estabilidade, no período de um ano na utilização e não-utilização de um espaço público para a prática de AF entre adultos de um município de pequeno porte do sul do Rio Grande do Sul. Um segundo objetivo foi verificar a associação destes fatores com variáveis sociodemográficas, comportamentais, nutricionais e de saúde.

METODOLOGIA

DESENHO DO ESTUDO

Estudo de coorte prospectiva, com primeira coleta entre janeiro e março de 2017 e a segunda coleta realizada entre os meses de janeiro e abril de 2018. A população de referência da pesquisa foram moradores da cidade de Canguçu, no Rio Grande do Sul, que efetivamente

realizavam alguma AF no espaço público. Adicionalmente, para cada frequentador, foi selecionado um vizinho que não frequentava o espaço público.

A cidade de Canguçu, escolhida para o estudo, fica localizada no sul do estado do Rio Grande do Sul, distante 274 km da capital, Porto Alegre. É considerado o município com o maior número de minifúndios do Brasil, possuindo cerca de 14 mil propriedades rurais, sendo reconhecida como a Capital Nacional da Agricultura Familiar. O município tem uma população de 56.103 habitantes, sendo que a maioria reside na zona rural (63%) segundo a estimativa do IBGE de 2017¹⁶.

O espaço público estudado é o maior do município destinado à prática de AF. Fica localizado a 10 minutos do centro

da cidade e possui uma pista de atletismo, um campo de futebol com tamanho oficial, uma academia ao ar livre composta de seis aparelhos de ginástica, duas quadras de vôlei de areia e equipamentos para exercícios de flexibilidade/alongamento. A Figura 1 apresenta uma foto aérea do espaço público no ano de 2019. Além disso, durante os meses de verão, desde o ano 2012, existe um projeto municipal que consiste na organização de campeonatos de voleibol e futebol, aulas de ginástica, orientação profissional para a prática de exercícios e empréstimo de materiais esportivos. No verão o local torna-se um dos locais mais frequentados por moradores da cidade nos momentos de lazer.



Figura 1. Foto de drone do ano de 2019 do espaço público avaliado no estudo.
Fonte: Facebook k2 Fotografias

AMOSTRA

A amostra do estudo foi composta por 218 moradores da área urbana da cidade, sendo 109 frequentadores e 109 não frequentadores do espaço público. O processo de amostragem dos frequentadores do espaço foi do tipo acidental, onde o maior número possível de frequentadores foi entrevistado, abrangendo todos os sujeitos que estivessem utilizando este espaço no período de 14 dias de coleta de dados. Foram delimitadas as duas primeiras semanas do mês de janeiro para a realização das entrevistas, sendo realizadas em dois períodos do dia: das 08:00 às 11:00h e das 17:30 às 20:30h. Os entrevistadores permaneceram no local definido durante todo período, mesmo que, em algum momento, o espaço não estivesse sendo utilizado.

Adicionalmente, para cada frequentador, foi selecionado um não-frequentador do espaço público. Os não-frequentadores foram pareados aos frequentadores em termos de vizinhança, sexo e idade (± 10 anos). Para a busca dos não frequentadores, os entrevistadores se direcionaram ao endereço do frequentador do parque e, de frente para sua casa, se deslocaram para o domicílio vizinho situado a sua esquerda em busca de um indivíduo com as características definidas para o pareamento. Caso o vizinho não contemplasse os critérios preestabelecidos, procurou-se o vizinho do domicílio à direita da casa do frequentador e seguiu-se essa alternância até que fosse localizado um não frequentador que atendessem aos critérios de inclusão. Portanto, a amostra total do estudo foi de 218 indivíduos.

COLETA DE DADOS

A coleta de dados da linha de base ocorreu durante o período compreendido entre os meses de janeiro e março de 2017 e foi realizada por três professores de Educação Física e três estudantes de graduação em Educação Física da UFPel. Foi realizado treinamento para aplicação do instrumento utilizado, assim como para abordagem dos indivíduos participantes da pesquisa. Os frequentadores responderam ao questionário no espaço público, e os não frequentadores em suas residências.

Para serem incluídos no estudo, os frequentadores deveriam estar efetivamente utilizando o espaço para praticar alguma AF, ter idade igual ou superior a 18 anos e morar na zona urbana da cidade. Indivíduos com idade inferior a 18 anos, com alguma deficiência que impedisse o sujeito de responder o questionário e que residissem na zona rural da cidade foram excluídos da pesquisa. Com relação aos não frequentadores, foram incluídos indivíduos que não praticavam AF no espaço público em questão, com idade igual ou superior a 18 anos e que conhecessem o espaço investigado. Indivíduos que realizavam alguma AF no espaço, com idade menor que 18 anos, e que apresentassem alguma deficiência que impedisse o sujeito de responder o questionário, foram excluídos.

A amostra para a segunda fase da pesquisa foi composta pelos mesmos 218 indivíduos que participaram da primeira fase do estudo. A coleta de dados foi realizada por cinco entrevistadores nas residências dos participantes do estudo e ocorreu durante os meses de janeiro a abril

de 2018. As visitas foram organizadas conforme os dados informados na primeira entrevista. Pessoas que mudaram de município ou que não foram encontradas foram consideradas como perdas e aqueles que declinaram de participar do estudo foram considerados recusa.

As informações foram coletadas através de dois questionários previamente testados, sendo um direcionado aos frequentadores e outro aos não-frequentadores. Questões demográficas (sexo, idade, cor da pele, situação conjugal), socioeconômicas (escolaridade e renda familiar, posteriormente classificada em classes segundo critérios da ABEP, 2016), comportamentais (tabagismo, consumo excessivo de álcool, prática suficiente de AF de lazer), de saúde (autopercepção de saúde) e nutricional (índice de massa corporal – IMC, calculado a partir do peso e estatura referidos pelos entrevistados) foram coletadas. Questões relacionadas à utilização do parque, assim como relativas a eventuais mudanças estruturais ocorridas no espaço público no último ano, além da percepção sobre barreiras e facilitadores para a prática de AF no local foram incluídas.

A escala de autopercepção do ambiente para realização de AF foi utilizada para avaliar as barreiras e facilitadores da prática de AF no espaço público. Esta escala foi criada e validada por Reis e Petroski¹⁷ e apresenta 15 fatores que poderiam influenciar a prática de AF em espaços públicos, positivamente (facilitadores) ou negativamente (barreiras), com opções de respostas que variam de 1 a 4 (1: inibe bastante, 2: inibe,

3: estimula e 4: estimula bastante). Para posterior análise das respostas, as mesmas foram categorizadas em positivo (estimula bastante e estimula) ou negativo (inibe bastante e inibe).

ANÁLISE DOS DADOS

O procedimento de tabulação final dos dados foi efetuado no programa EpiData 3.1 e os dados foram analisados no programa Stata versão 13.0. Os dados foram apresentados através de frequência absoluta e relativa, para cada um dos quatro status de utilização possíveis do parque durante a segunda coleta: a) começou a frequentar, para aqueles indivíduos que não utilizavam o parque para AF e passaram a utilizar; b) continua não frequentando, para os indivíduos que continuavam não utilizando o parque c) parou de frequentar, para aqueles indivíduos que frequentavam o parque e passaram a não utilizar d) continua frequentando, para os indivíduos que continuam frequentando o parque para atividade física. Para verificar a associação entre o status de utilização do espaço público e as variáveis sociodemográficas, comportamentais, nutricionais e de saúde foi utilizado o teste de qui-quadrado. O mesmo teste foi utilizado para a associação do status de utilização do espaço com as barreiras e os facilitadores para prática de AF, adotando-se um nível de significância de $p < 0,05$. O estudo foi aprovado pelo comitê de ética, parecer consubstanciado com o número 3.111.413.

RESULTADOS

Na primeira fase do estudo foram entrevistados 109 frequentadores e 109 não frequentadores do espaço público. Na segunda fase do estudo foram entrevistados 106 frequentadores e 102 não frequentadores. Não houveram recusas; apenas 4,6% de perdas, sendo maior entre os não frequentadores. Em relação ao status de estabilidade na utilização e não-

utilização do espaço público (Figura 2), 70,7% dos frequentadores continuou frequentando o espaço público e 29,3% dos não frequentadores começou a frequentar. A Tabela 1 apresenta dados relacionados à utilização do espaço para a prática de AF entre as pessoas que continuam frequentando (n=75) e para as pessoas que começaram a frequentar o espaço (n=35).

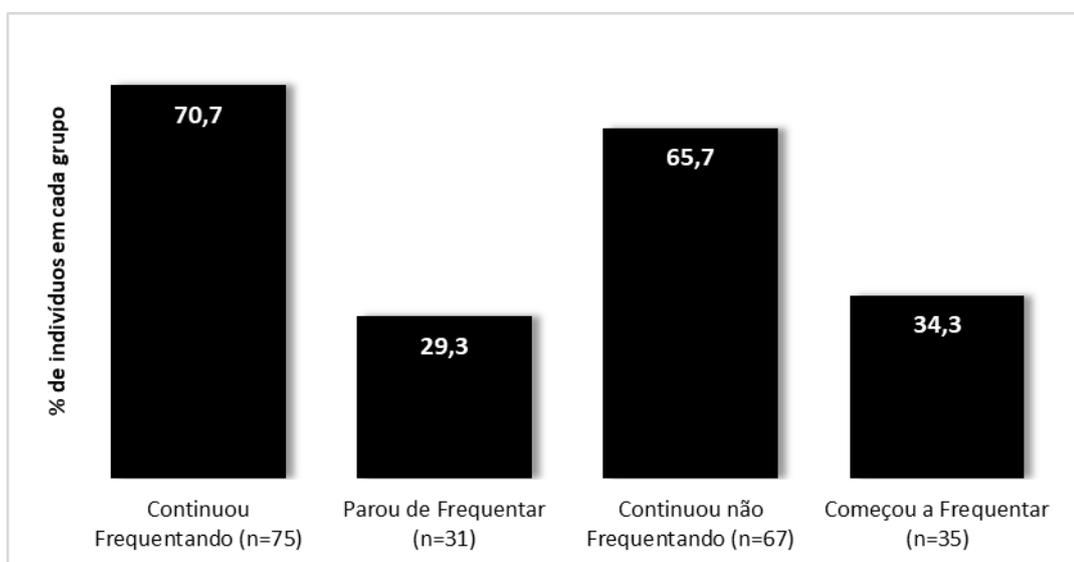


Figura 2. Status de estabilidade na utilização e não-utilização do espaço público.

As características sociodemográficas, comportamentais, nutricional e de saúde da amostra são apresentadas na Tabela 1. Entre os homens, a maioria continua frequentando o espaço público, enquanto que grande parte

das mulheres continua não frequentando. Pessoas que começaram a frequentar o parque vivem, na sua maioria, sem companheiro e as pessoas que continuam não frequentando o espaço público apresentam menores prevalências de AF.

Tabela 1. Associação entre o status de utilização do espaço público de acordo com variáveis sociodemográficas, comportamentais, nutricionais e de saúde

Começou a	Continua não	P	Parou de	Continua	P
-----------	--------------	---	----------	----------	---

Variável	frequente			frequentando		
	n=35 (%)	n=67 (%)		n=31 (%)	n=75 (%)	
Sexo			0,062			0,116
Masculino	23 (42,6)	31 (57,4)		13 (22,8)	44 (77,2)	
Feminino	12 (25,0)	36 (75,0)		18 (36,7)	31 (63,3)	
Idade						
18 a 29 anos	35 (34,3)	67 (65,7)		17 (29,8)	40 (70,2)	0,748
30 a 39 anos	-	-		5 (29,4)	12 (70,6)	
40 a 49 anos	-	-		5 (29,4)	12 (70,6)	
50 a 59 anos	-	-		4 (36,4)	7 (63,4)	
60 anos ou mais	-	-				
Cor da Pele			0,958			0,180
Branca	33 (34,4)	63 (65,6)		27 (27,6)	71 (72,4)	
Não branca	2 (33,3)	4 (66,7)		4 (50,0)	4 (50,0)	
Situação Conjugal			0,049			0,293
Com companheiro	12 (25,0)	36 (75,0)		14 (37,8)	23 (62,2)	
Sem companheiro	23 (45,1)	31 (54,9)		17 (24,3)	52 (75,7)	
Nível Econômico (ABEP)*			0,321			0,909
D e E	-	-			2 (100)	
C	12 (40,0)	18 (60,0)		13 (31,0)	29 (69,0)	
B	16 (33,3)	32 (66,6)		14 (28,6)	35 (71,4)	
A	4 (50,0)	4 (50,0)		4 (40,0)	6 (60,0)	
Atividade física (Lazer)			<0,001			0,568
Inativo	6 (13,9)	37 (86,1)		-	-	
Insuficiente	29 (49,1)	30 (50,9)		5 (35,7)	9 (64,3)	
Ativo	-	-		26 (28,3)	66 (71,7)	
Tabagismo			0,248			0,914
Ex-fumante	8 (33,3)	16 (66,7)		4 (25,0)	12 (75,0)	
Fumante	3 (17,7)	14 (82,3)		1 (33,3)	2 (66,7)	
Nunca fumou	24 (39,3)	37 (60,7)		26 (29,9)	61 (70,1)	
Auto percepção de saúde			0,242			0,360
Excelente	8 (50,0)	8 (50,0)		3 (23,1)	10 (76,9)	
Muito boa	11 (39,3)	17 (60,7)		6 (23,1)	20 (76,9)	
Boa	13 (34,2)	25 (65,8)		16 (29,1)	39 (70,9)	
Regular	3 (15,8)	16 (84,2)		6 (50,0)	6 (50,0)	
Ruim	-	1 (100)		-	-	
Índice de Massa Corporal						0,818
Normal	35 (34,7)	66 (65,3)		19 (31,7)	41 (68,3)	
Sobrepeso	-	-		9 (26,5)	25 (73,5)	
Obesidade	-	-		3 (25,0)	9 (75,0)	

*Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa. Critério de classificação econômica do Brasil. São Paulo: ABEP; 2016.

A Tabela 2 apresenta as barreiras e facilitadores para a prática de AF no espaço público com base no status de utilização. O fator localização geográfica foi percebido como inibidor ($p < 0,05$) para a prática de AF entre o grupo que continuou frequentando o espaço público. O fator regulamento de trânsito nas

imediações do espaço público foi percebido como estimulador ($p < 0,04$) para a prática de AF entre o grupo que continuou frequentando o local. Os demais fatores que poderiam influenciar a prática de AF no espaço público, positivamente (facilitadores) ou negativamente (barreiras), não apresentaram associação

significativa com a mudança no status de utilização do espaço público.

Tabela 2. Barreiras e facilitadores para a prática de atividade física no espaço público com base no status de utilização

Variável	Começou a frequentar n=35 (%)	Continuou não frequentando n=67 (%)	P	Parou de frequentar n=31 (%)	Continuou frequentando n=75 (%)	P
Chuva			0,895			0,850
Inibe bastante	13 (35,1)	24 (64,9)		6 (25,0)	18 (75,0)	
Inibe	22 (33,9)	43 (66,1)		21 (30,0)	49 (70,0)	
Estimula	-	-		4 (33,3)	8 (66,7)	
Estimula bastante	-	-		-	-	
Poluição			0,161			0,885
Inibe bastante	2 (16,7)	10 (83,3)		1 (25,0)	3 (75,0)	
Inibe	10 (26,3)	28 (73,7)		11 (34,4)	21 (65,6)	
Estimula	19 (43,2)	25 (56,8)		18 (26,9)	49 (73,1)	
Estimula bastante	4 (50,0)	4 (50,0)		1 (33,3)	2 (66,7)	
Beleza Geográfica			0,545			0,160
Inibe bastante	1 (25,0)	3 (75,0)		0 (0,0)	1 (100)	
Inibe	2 (16,7)	10 (83,3)		4 (50,0)	4 (50,0)	
Estimula	25 (37,3)	42 (62,7)		25 (31,6)	54 (68,4)	
Estimula bastante	7 (36,8)	12 (63,2)		2 (11,1)	16 (88,9)	
Localização Geográfica			0,332			0,007
Inibe bastante	1 (33,3)	2 (66,7)		5 (83,3)	1 (16,7)	
Inibe	2 (14,3)	12 (85,7)		23 (28,1)	59 (71,9)	
Estimula	24 (40,0)	36 (60,0)		3 (16,7)	15 (83,3)	
Estimula bastante	8 (32,0)	17 (68,0)		-	-	
Pista de Caminhada			0,759			0,103
Inibe bastante	0 (0,0)	1 (100)		-	-	
Inibe	2 (40,0)	3 (60,0)		4 (66,7)	2 (33,3)	
Estimula	24 (36,9)	41 (63,1)		21 (25,9)	60 (74,1)	
Estimula bastante	9 (29,0)	22 (71,0)		6 (31,6)	13 (68,4)	
Estacionamento			0,308			0,372
Inibe bastante	0 (0,0)	1 (100)		1 (100)	0 (0,0)	
Inibe	1 (10,0)	9 (90,0)		5 (35,7)	9 (64,3)	
Estimula	26 (36,6)	45 (63,4)		22 (28,6)	55 (71,4)	
Estimula bastante	8 (40,0)	12 (60,0)		3 (21,4)	11 (78,6)	
Beleza arquitetônica			0,411			0,120
Inibe bastante	4 (50,0)	4 (50,0)		4 (50,0)	4 (50,0)	
Inibe	9 (32,1)	19 (67,9)		12 (38,7)	19 (61,3)	
Estimula	14 (28,6)	35 (71,4)		15 (24,2)	47 (75,8)	
Estimula bastante	8 (47,1)	9 (52,9)		0 (0,0)	5 (100)	
Programas públicos			0,651			0,265
Inibe bastante	2 (50,0)	2 (50,0)		3 (50,0)	3 (50,0)	
Inibe	11 (37,9)	18 (62,1)		10 (34,5)	19 (65,5)	
Estimula	19 (34,5)	36 (65,5)		14 (22,6)	48 (77,4)	
Estimula bastante	3 (21,4)	11 (78,6)		4 (44,4)	5 (55,6)	
Cartazes Informativos			0,400			0,106
Inibe bastante	4 (40,0)	6 (60,0)		7 (53,9)	6 (46,1)	
Inibe	17 (41,5)	24 (58,5)		17 (29,3)	41 (70,7)	
Estimula	12 (30,8)	27 (69,2)		7 (22,6)	24 (77,4)	
Estimula bastante	2 (16,7)	10 (83,3)		0 (0,0)	4 (100)	
Atendimento de emergência			0,288			0,382

Inibe bastante	7 (41,2)	10 (58,8)	9 (39,1)	14 (60,9)	
Inibe	18 (37,5)	30 (62,5)	18 (28,6)	45 (71,4)	
Estimula	10 (32,3)	21 (67,7)	4 (20,0)	16 (80,0)	
Estimula bastante	0 (0)	6 (100)	-	-	
Segurança			0,900		0,329
Inibe bastante	6 (30,0)	14 (70,0)	5 (35,7)	9 (64,3)	
Inibe	14 (38,9)	22 (61,1)	16 (36,4)	28 (63,6)	
Estimula	11 (33,3)	22 (66,7)	10 (21,7)	36 (78,2)	
Estimula bastante	4 (30,8)	9 (69,2)	0 (0,0)	2 (100)	
Regulamento trânsito			0,717		0,040
Inibe bastante	2 (22,2)	7 (77,8)	3 (30,0)	7 (70,0)	
Inibe	10 (37,0)	17 (63,0)	15 (45,5)	18 (54,5)	
Estimula	20 (33,3)	40 (66,7)	13 (20,6)	50 (79,4)	
Estimula bastante	3 (50,0)	3 (50,0)	-	-	
Comportamento			0,747		0,459
Usuários					
Inibe bastante	0 (0,0)	1 (100)	1 (100)	0 (0,0)	
Inibe	3 (33,3)	6 (66,7)	3 (33,3)	6 (66,7)	
Estimula	25 (33,0)	51 (67,0)	25 (28,4)	63 (71,6)	
Estimula bastante	7 (43,8)	9 (56,2)	2 (25,0)	6 (75,0)	
Apoio amigos e família			0,207		0,657
Inibe bastante	5 (55,6)	4 (44,4)	2 (33,3)	4 (66,7)	
Inibe	11 (38,0)	18 (62,1)	20 (26,7)	55 (73,3)	
Estimula	13 (38,2)	21 (61,8)	9 (36,0)	16 (64,0)	
Estimula bastante	6 (20,7)	23 (79,3)	-	-	
Valor comunidade			0,288		0,779
Inibe bastante	0 (0,0)	2 (100)	0 (0,0)	1 (100)	
Inibe	1 (12,5)	7 (87,5)	3 (42,9)	4 (57,1)	
Estimula	27 (35,1)	50 (64,9)	24 (29,0)	59 (71,0)	
Estimula bastante	7 (46,7)	8 (53,3)	4 (26,7)	11 (73,3)	

A Tabela 3 apresenta dados relacionados à utilização do parque para a prática de AF entre as pessoas que continuaram frequentando (n=75) e para as pessoas que começaram a frequentar o espaço (n=35). A maioria das pessoas dos dois grupos relatou frequentar o espaço público pelo menos duas vezes na semana, por até duas horas e deslocar-se até o parque a pé. As atividades mais praticadas foram caminhadas, corrida e vôlei. Em relação ao apoio social, a maioria dos

indivíduos que continuou frequentando o local, bem como aqueles que começaram a frequentar o mesmo, relataram, às vezes, realizar atividade juntamente com um amigo ou familiar. Dentre os objetivos mais citados para frequentar o espaço para praticar AF destacaram-se: permanecer saudável e emagrecer (em ambos os grupos), reduzir o estresse (no grupo que continua frequentando) e diversão/recreação (grupo que começou a frequentar).

Tabela 3 Utilização do espaço público pelas pessoas que continuam frequentando (n=75) e pelos que começaram a frequentar o espaço. (n=35)

Variáveis	Continuam frequentando n=75 (%)	Começou a frequentar n=35 (%)
Tempo frequentando o espaço		
Até 1 ano	0 (0,0)	27 (77,1)
2 a 4 anos	14 (18,7)	6 (17,2)
Mais de 4 anos	61 (81,3)	2 (5,7)
Atividades praticadas no espaço		
Caminhada	51 (68,0)	27 (77,4)
Corrida	51 (68,0)	21 (60,0)
Vôlei	17 (22,7)	9 (25,7)
Futebol	12 (16,0)	6 (17,1)
Musculação	10 (13,3)	1 (2,9)
Alongamento	16 (21,3)	7 (20,0)
Quantos dias por semana frequenta o espaço		
1	8 (10,7)	9 (25,7)
2	29 (38,7)	21 (60,0)
3	22 (29,3)	2 (5,7)
4	4 (5,3)	1 (2,9)
5 ou mais	12 (16,0)	2 (5,7)
Quais dias frequenta o espaço		
Dias de semana	51 (68,0)	20 (57,1)
Finais de semana	5 (6,7)	5 (14,3)
Ambos	19 (25,3)	10 (28,6)
Carga horária semanal no espaço		
Até 1 hora	10 (13,3)	17 (48,6)
2 a 4 horas	53 (70,7)	15 (31)
4 horas ou mais	12 (16,0)	3 (8,6)
Deslocamento até o espaço		
A pé	48 (64,0)	25 (71,4)
Bicicleta	6 (8,0)	2 (5,7)
Carro	31 (41,3)	14 (40,0)
Moto	3 (4,0)	1 (2,9)
Frequência com que um amigo ou familiar foi junto ao espaço		
Nunca	8 (10,7)	4 (11,4)
Às vezes	42 (56,0)	13 (37,1)
Sempre	25 (33,3)	18 (51,4)
Frequência com que um amigo ou familiar convidou a ir ao espaço		
Nunca	9 (12,0)	5 (14,3)
Às vezes	48 (64,0)	16 (45,7)
Sempre	18 (24,0)	14 (40,0)
Frequência com que um amigo ou familiar incentivou a ir ao espaço		
Nunca	16 (21,3)	3 (8,6)
Às vezes	45 (60,0)	21 (60,0)
Sempre	14 (18,7)	11 (31,4)
Objetivos em frequentar o espaço		
Permanecer saudável	62 (82,7)	26 (74,3)
Melhorar desempenho desportivo	32 (42,7)	9 (25,7)

Ter mais energia/reduzir cansaço	43 (57,3)	10 (28,6)
Prevenir doenças e lesões	46 (61,3)	13 (37,1)
Tratar doenças e lesões	18 (24,0)	8 (22,9)
Reduzir o estresse	49 (65,3)	18 (51,4)
Emagrecer	50 (66,7)	20 (57,1)
Ganhar massa muscular	19 (25,3)	8 (22,9)
Diversão/Recreação	42 (56,0)	22 (62,9)

DISCUSSÃO

O presente estudo analisou a estabilidade em um ano na utilização e não-utilização de um espaço público para a prática de AF entre adultos de um município de pequeno porte do sul do Rio Grande do Sul e verificou a associação destes fatores com variáveis sociodemográficas, comportamentais, nutricionais e de saúde. Este foi o primeiro estudo que realizou o acompanhamento prospectivo de frequentadores e não frequentadores de um espaço público, e analisou a mudança de status em relação prática de AF nesses locais. Além disso, é uma das poucas investigações realizadas em cidades de pequeno porte. Até o momento, no Brasil, a maioria das informações sobre a prática de AF em parques e espaços públicos são restritas a estudos transversais realizados em grandes centros urbanos.

Os resultados do presente estudo demonstraram que a prevalência de pessoas que deixaram de frequentar o espaço público (29,3%) foi menor do que as pessoas que começaram a frequentar (34,7%). Esses dados reforçam a importância da criação de políticas públicas voltadas para a promoção de AF,

bem como, melhorias no espaço público, as quais podem contribuir na captação de mais indivíduos para práticas neste local e auxiliar na manutenção de indivíduos que já o utilizam.

A maioria das pessoas que frequentava o parque era do sexo masculino, com idade entre 18 e 29 anos, de cor da pele branca. Os indivíduos que continuavam não frequentando o parque apresentaram menores níveis de AF quando comparados aqueles que pararam de frequentar o espaço público ou continuaram frequentando. Tais características vão ao encontro de outros estudos que identificaram que os parques são frequentados, em sua maioria, por pessoas mais jovens, do sexo masculino e fisicamente ativas^{18,19,20}. Outra constatação foi que pessoas que começaram a praticar AF no espaço público viviam, na sua maioria, sem companheiro. Isso pode ser explicado pelo fato de que locais públicos, especialmente parques, facilitam a interação social entre amigos, vizinhos e até mesmo pessoas que não se conhecem, fazendo com que pessoas que vivem sem companheiro estabeleçam relações sociais com outros membros da comunidade²¹.

No presente estudo, o fator localização geográfica, foi percebido como

inibidor para a prática de AF entre o grupo que continuou frequentando o espaço público. Esse resultado vai de encontro a outros estudos que identificaram a localização geográfica como um facilitador para prática de AF em espaços públicos^{18,19}. O espaço público está localizado cerca de 15 minutos de caminhada do centro da cidade, com fácil acesso para moradores da área central do município, porém distante de pessoas que moram em outros bairros, o que pode explicar o fator inibidor por grande parte dos frequentadores. O fator regulamento de trânsito nas imediações do parque foi percebido como estimulador para a prática de AF entre o grupo que continuou frequentando o local, resultado que é semelhante aos previamente reportados na literatura^{18,19}. Isso pode explicado pelo fato de que o parque público está localizado em um local com boa sinalização de trânsito e que apresenta baixo movimento de veículos automotores.

Foi encontrado que as atividades mais praticadas no parque foram a caminhada e a corrida. Outros estudos^{18,22} encontraram resultados semelhantes, o que acaba fortalecendo a importância da disponibilização de estruturas públicas para a prática de AF, sobretudo, que atendam as expectativas dos frequentadores. No parque público investigado há uma pista de atletismo com medidas oficiais, piso regular (sem desníveis ou buracos), o que favorece o controle da distância percorrida durante o tempo da atividade. Esses fatores tendem a

favorecer a prática de caminhada e corrida, justamente as atividades mais executadas entre os frequentadores.

A maioria das pessoas dos grupos que continuaram frequentando e que começaram a frequentar relataram utilizar o parque pelo menos duas vezes na semana. Estudo conduzido por Fermino et al.⁹ verificou que o uso de parques mais de uma vez por semana aumenta em 39% a probabilidade de indivíduos praticarem ≥ 150 min de AF por semana. Além disso, a maior frequência de uso dos locais possibilita que o indivíduo veja pessoas se exercitando, o que pode aumentar a sua motivação e auto eficácia para a realização das atividades¹⁰.

Mais da metade dos indivíduos do grupo que continuava frequentando e do grupo que começou a frequentar relatou deslocar-se até o parque a pé. Esses dados ressaltam a importância de áreas de lazer e recreação no planejamento urbano, pois essas estruturas contribuem não somente para a prática de AF no lazer, mas também para a caminhada como forma de deslocamento até estes locais²¹.

Uma limitação a ser considerada no estudo é que as duas coletas de dados foram realizadas somente em uma época do ano, a qual compreendeu os meses de janeiro a abril (verão); contudo, essa é a época do ano em que o parque é mais frequentado para a prática de AF. Desse modo, acredita-se que os dados do estudo tenham aplicação limitada para outros meses do ano, pois se constata, empiricamente, que há uma redução na

utilização do parque durante os meses de inverno e talvez o perfil dos frequentadores contínuos seja diferente daqueles que frequentam apenas no verão. Desta forma, seria importante coletar dados em outros meses/estações para traçar de forma mais abrangente o perfil dos usuários do espaço.

Alguns aspectos positivos da pesquisa também devem ser enfatizados. O processo de amostragem, a utilização de um questionário com instrumentos padronizados e a utilização de um delineamento do tipo longitudinal que possibilita avaliar a mudança de status entre frequentadores e não frequentadores de um parque público para prática de AF são pontos importantes a serem destacados. Além disso, a investigação da utilização de um parque público para prática de atividade física em cidades de pequeno porte do interior do Brasil é escassa, o que torna seus achados ainda mais relevantes. Seus achados podem contribuir para melhorias estruturais do parque e a criação de políticas públicas que estimulem a prática de AF nesse e em outros espaços.

CONCLUSÃO

Diante dos achados, é possível concluir que a prevalência de pessoas que deixaram de frequentar o espaço público é muito similar as pessoas que começaram a frequentar. A maioria dos indivíduos que estavam frequentando eram homens e adultos jovens com idade entre 18 e 29 anos. Políticas públicas voltadas para a

promoção de AF no espaço público devem levar em consideração os resultados deste estudo, os quais podem auxiliar no aumento de pessoas praticando AF.

REFERÊNCIAS

1. Hallal P, Andersen LB, Bull FC, Guthold R, Haskell W. e Ekelund U. Global physical activity levels: surveillance progress, pitfalls, and prospects. *The Lancet*. 2012.
2. Lee IM, Shiroma EJ, Lobelo F, Puska P, Blair SN, Katzmarzyk PT. Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. *The Lancet*. 2012;380.
3. Wen CP, Wai JP, Tsai MK, Yang YC, Cheng TY, Lee MC, et al. Minimum amount of physical activity for reduced mortality and extended life expectancy: a prospective cohort study. *The Lancet*. 2011;378.
4. WHO (World Health Organization). *Insufficient physical activity*. Geneva: WHO; 2015.
5. Bedimo-Rung AL; Mowen AJ, Cohen DA. The significance of parks to physical activity and public health: A conceptual model. *Am. J. Prev. Med.* 2005.
6. Kaczynski AT, Henderson KA. Environmental correlates of physical activity: a review of evidence about parks and recreation. *Leisure Sciences*. 2007;29(4):315-54.
7. Coombes E, Jones AP, Hillsdon M. The relationship of physical activity and overweight to objectively

- measured green space accessibility and use. *Soc Sci Med*. 2010.
8. Veitch J, Bola K, Crawford D, Abbott L, Salmon J. Is park visitation associated with leisure-time and transportation physical activity? *Prev Med*. 2013.
 9. Fermino RC, Reis RS, Cassou AC. Fatores individuais e ambientais associados ao uso de parques e praças por adultos de Curitiba-PR, Brasil. *Rev Bras Cineantropometria e Desemp Humano*. 2012;14(4):377-89.
 10. Fermino RC, Reis SR, Hallal P, Farias Junior JC. Perceived environment and public open space use: a study with adults from Curitiba, Brazil. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2013;10(1):1.
 11. Florindo AA, Salvador EP, Reis RS. Physical activity and its relationship with perceived environment among adults living in a region of low socioeconomic level. *J Phys Act Health*. 2013; 10(4):563-71.
 12. Lopes AAS, Lanzoni AN, Hino AAF, Rodriguez-Añez CR, Reis RS. Perceived neighborhood environment and physical activity among high school students from Curitiba, Brazil. *Rev. bras. Epidemiol*. 2014;17(4):938-53.
 13. Farias Junior JC, Reis RS, Hallal PC. Atividade física e fatores psicossociais e ambientais em adolescentes do Nordeste do Brasil. *Cad. Saúde Pública*. 2014;30(5):941-51.
 14. Fermino RC, Hallal PC, Reis RS. Frequência de uso de parques e prática de atividades físicas em adultos de Curitiba, Brasil. *Rev Bras Med Esporte*. 2017;23(4).
 15. Barreta E, Barreta M, Peres KG. Nível de atividade física e fatores associados em adultos no Município de Joaçaba, Santa Catarina, Brasil. *Cad. Saúde Pública*. 2007;23(7):1595-602.
 16. IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Censo populacional 2017. Rio de Janeiro; 2017 [acesso em 2019 jun. 12]. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br>
 17. Reis R, Vieira, J, Petroski, E. Escala de autopercepção do ambiente para a realização de atividades físicas. *Rev Bras Ativ Fís Saúde*. 2002; 7:14-2.
 18. Silva DAS, Petroski El, Reis RS. Barreiras e facilitadores de atividades físicas em frequentadores de parques públicos. *Motriz*. 2009;15(2):219-27.
 19. Collet C, Chiaradia BM, Reis RS, Do Nascimento JV. Fatores determinantes para a realização de atividades físicas em parque urbano de Florianópolis. *Rev Bras Ativ Fís e Saud*. 2012;13(1):15-23.
 20. Scholz J, Klein MC, Behrens TE, Johansen-Berg H. Training induces changes in the architecture of white matter. *Nat Neurosci*. 2009;12(11):1370-71.
 21. Florindo AA, Salvador EP, Reis RS, Guimarães VV. Percepção do ambiente e prática de atividade física em adultos residente sem região de baixo nível socioeconômico. *Rev Saúde Pública* 2011;45(2):302-10.
 22. Kruger G, Duarte CP, Santos CL. Atividade física na fase da meia-idade: motivos de adesão e de continuidade. *Rev Movim*. 2001;7(15):75-88.