

ASPECTOS DESCRITIVOS DA UTILIZAÇÃO DE UM ESPAÇO PÚBLICO PARA A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NA CIDADE DE CANGUÇU-RS

RODRIGO ZANETTI ROCHA¹; GUILHERME DA FONSECA VILELA²; IGOR RETZLAFF DORING²; JENNIFER RODRIGUES SILVEIRA², NICOLE GOMES GONZALES², MARCELO COZZENSA DA SILVA³

¹Universidade Federal de Pelotas – rzrocha@outlook.com

²Universidade Federal de Pelotas – ggfvilela@hotmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – igordoring@hotmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – jennifer.esef@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – nicolegomesgonzales@yahoo.com.br

³Universidade Federal de Pelotas – cozzensa@terra.com.br

1. INTRODUÇÃO

A prática regular de atividade física (AF) está associada, significativamente, com redução no risco de desenvolvimento de doenças crônicas, com destaque para doenças cardiovasculares e alguns tipos de câncer (LEE et al., 2012). Recentemente, estudos observacionais indicaram que a atividade física pode contribuir para a prevenção da demência (BLONDELL et al., 2014), ao passo que evidências experimentais mostraram mudanças neurobiológicas em resposta ao treinamento de coordenação viso motora (SCHOLZ et al., 2009), suportando a plausibilidade de uma relação causal.

Por isso, existe uma crescente preocupação com a elaboração de estratégias para o estilo de vida ativo da comunidade (SALLIS et al., 2006). As intervenções mais eficazes na promoção da AF são aquelas que atuam em vários níveis para modificar variáveis psicológicas, sociais, políticas e ambientais (SALLIS et al., 2006; LYN et al., 2010), sendo as duas últimas as mais promissoras (SALLIS et al., 1998). Características ambientais como a presença, acesso às áreas de lazer de qualidade no bairro, como parques e praças, podem facilitar a prática de AF (SALLIS et al., 2006; KACZYNSKI et al., 2008).

Nesse sentido, os espaços públicos para a prática de atividades físicas de lazer, tais como praças, parques, áreas verdes e de lazer, são uma alternativa para a adoção de um estilo de vida mais saudável para a população urbana, promovendo o bem-estar físico e psicológico e facilitando o convívio social (BEDIMO-RUNG et al., 2004; LEE e MAHESWARAN, 2010; LESLIE et al., 2010). A migração das pessoas da zona rural para a zona urbana aumentou muito a ocupação dos espaços destinados aos serviços, habitação, trabalho. Proporcionando a busca de espaços de lazer recreação e convivência. Os parques, ruas, campos, área para recreação e lazer, além de favorecer muito para a melhoria da qualidade de vida e a convivência com as pessoas também melhora as condições estéticas do lugar.

Diante disso, o objetivo do estudo é descrever característico sócio demográficas dos usuários, a frequência de utilização e as atividades físicas mais praticadas em um espaço público na cidade de Canguçu-RS.

2. METODOLOGIA

O presente estudo caracterizou-se como sendo transversal. O local onde o a pesquisa foi realizada é um parque público apelidado pela população como “A pista”. A escolha do local para a realização da pesquisa foi intencional visto que o

mesmo oferece programas de lazer para a população e apresenta grande valorização e representatividade perante a comunidade da cidade (CANGUÇU, 2017).

A população de referência para este estudo foi composta por moradores da cidade de Canguçu/RS que realizavam alguma atividade física no espaço público em questão. O processo de amostragem 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.

A coleta de dados ocorreu durante o mês de janeiro de 2017 e foi realizada por seis entrevistadores, sendo três professores e três estudantes de Educação Física da UFPEL, os quais receberam treinamento sobre o instrumento utilizado. As características sociodemográficas e da prática de atividade física dos usuários foram avaliados por entrevistas face-a-face.

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. Para o tratamento estatístico utilizou-se a estatística descritiva (média, desvio padrão, frequência relativa e absoluta).

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram entrevistadas 109 frequentadores de um espaço público da cidade de Canguçu/RS. A maior parte da amostra era do sexo masculino (54,1%), faixa etária de 18 a 29 anos (55,0%), cor da pele branca (91,7%), solteiros (65,2%), pertencentes ao nível socioeconômico C1 (29,5%) e com ensino superior completo (34,8%). Em relação à utilização do espaço público, 82,6% relatou frequentar o espaço há mais de dois anos, 66,0% utiliza em dias da semana e 66,1% desloca-se até o espaço caminhando. As atividades físicas mais praticadas no espaço público foram caminhada (71,5%), corrida (63,3%) e vôlei (27,5%).

4. CONCLUSÕES

Intervenções direcionadas para a promoção de atividade física nos finais de semana em espaços públicos são necessárias para aderência a AF de lazer, como ação de saúde pública e melhora do convívio social. Entende-se também a necessidade de promover AF para grupos pré-estabelecidos como idosos, mulheres, crianças e famílias os quais, neste estudo, mostrou-se como minoria nesses espaços para prática de AF.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

PUCCI GC, RECH CR, FERMINO RC, REIS RS. Associação entre atividade física e qualidade de vida em adultos: revisão sistemática. **Rev Saúde Pública** 2012;46:166-79.

SALLIS J, CERVERO RB, ASCHER W, HENDERSON KA, KRAS MK, KERR J. An ecological approach to creating active living communities. **Annu Rev Public Health** 2006;27:297-322.

LYN R. Physical activity research: identifying the synergistic relationships between individual, social and environmental factors to promote active lifestyles. **Health Educ Res** 2010;25(2):183-4.

SALLIS JF, BAUMAN A, PRATT M. Environmental and policy interventions to promote physical activity. **Am J Prev Med** 1998;15(4):379-97.

KACZYNSKI AT, HENDERSON KA. Parks and recreation settings and active living: a review of associations with physical activity function and intensity. **J Phys Act Health** 2008;5(4):619-32.

BEDIMO-RUNG, A.L.; MOWEN, A.J.; COHEN, D.A. The significance of parks to physical activity and public health: A conceptual model. **American Journal of Preventive Medicine**. Amsterdam, v. 28, n. 2, suplemento 2, p.159-168, 2005.

LEE AC, MAHESWARAN R. The health benefits of urban green spaces: a review of the evidence. **J Public Health**. 2010; 33(2): 212-22.

LESLIE E, CERIN E, KREMER P. Perceived neighborhood environment and park use as mediators of the effect of area socio-economic status on walking behaviors. **J Phys Act Health** 2010;7(6):802-810.

CANGUÇU. **Secretaria Municipal de Educação e Esportes**. [citado 2017 jun 22]. Disponível em: [url:http://www.cangucu.rs.gov.br/site/evento/visualizar/idDep/59/id/331/?Projeto-Verao-na-Pista.html](http://www.cangucu.rs.gov.br/site/evento/visualizar/idDep/59/id/331/?Projeto-Verao-na-Pista.html)