

INFLUÊNCIA DE UM PARQUE URBANO DE BARBOSA FERRAZ- PARANÁ NA ADESÃO À PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA

THE INFLUENCE OF AN URBAN PARK IN BARBOSA FERRAZ, PARANÁ, ON THE PRACTICE OF PHYSICAL ACTIVITY


Recebido em: 09/03/2025

Reenviado em: 14/02/2026

Aceito em: 16/02/2026

Publicado em: 21/04/2026

Danieli dos Santos da Silva¹ 
Universidade Estadual do Paraná

Carlos Alexandre Molena Fernandes² 
Universidade Estadual do Paraná

Resumo: O presente estudo objetiva delinear o perfil de um parque urbano e o nível de atividade física de seus frequentadores, tomando como estudo de caso o Parque Verde Vida, principal espaço público de lazer e esporte de Barbosa Ferraz (PR), reconhecido por seu uso ativo e diário. A pesquisa caracteriza-se como quantitativa, descritiva e observacional, fundamentada em revisão bibliográfica e coleta de dados in loco mediante observação sistemática. Foram aplicados o System for Observing Play and Recreation in Communities (SOPARC), para registro de padrões de uso do espaço, e o International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) - versão curta, visando avaliar o nível de atividade física de 62 indivíduos (19 a 91 anos). Os resultados evidenciaram predominância de usuárias do sexo feminino (66,1%), com maior concentração etária entre 60 e 79 anos (43,5%), cujos picos de frequência ocorreram às 8h e 18h30. Quanto à classificação do nível de atividade física, identificou-se elevada prevalência de indivíduos "muito ativos" (88,7%), ausência de sedentários (0%) e apenas um participante categorizado como "irregularmente ativo B" (1,6%). Os achados sugerem que o parque exerce papel significativo na promoção de hábitos ativos, especialmente entre mulheres e idosos, com maior utilização no período matutino. Contudo, aponta-se a necessidade de aprimoramentos na infraestrutura do local, como ampliação de equipamentos e oferta de programas orientados, visando potencializar seu uso como ferramenta de saúde pública. Os dados reforçam a relevância de políticas urbanas que integrem espaços verdes à promoção de estilos de vida saudáveis em contextos municipais.

Palavras-chave: Comportamento Sedentário; Áreas Verdes; Exercício Físico; Qualidade de Vida.

Abstract: This study aims to outline the profile of an urban park and the level of physical activity of its users, taking as a case study Parque Verde Vida, the main public leisure and sports space in Barbosa Ferraz (PR), recognized for its active and daily use. The research is characterized as quantitative, descriptive and observational, based on a bibliographic review and on-site data collection through systematic observation. The System for Observing Play and Recreation in Communities (SOPARC) was applied to record patterns of use of the space, and the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) - short version, aimed at assessing the level of physical activity of 62 individuals (19 to 91 years old). The results showed a predominance of female users (66.1%), with a greater concentration of age between 60 and 79 years old (43.5%), whose peak frequency occurred at 8 am and 6:30 pm. Regarding the classification of physical activity level, a high prevalence of "very active" individuals (88.7%) was identified, with no sedentary individuals (0%) and only one participant categorized as "irregularly active B" (1.6%). The findings suggest that the park plays a significant role in promoting active habits, especially among women and the elderly, with greater use in the morning. However, it is necessary to improve the park's infrastructure, such as expanding equipment and offering guided programs, aiming to enhance its use as a public

¹ Aluna do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar Sociedade e Desenvolvimento (PPGSeD), da Universidade Estadual do Paraná (Unespar). Brasil, Paraná e Campo Mourão. e-mail: Fisioterapeutadanieli@outlook.com

² Docente do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar Sociedade e Desenvolvimento (PPGSeD), da Universidade Estadual do Paraná (Unespar). Brasil, Paraná e Campo Mourão. E-mail: carlosmolena126@gmail.com

health tool. The data reinforce the relevance of urban policies that integrate green spaces with the promotion of healthy lifestyles in municipal contexts.

Keywords: Sedentary Behavior; Green Areas; Physical Exercise; Quality of Life.

INTRODUÇÃO

O espaço urbano adequado às necessidades da população é um fator decisivo para a qualidade de vida e saúde. Diversos estudos indicam que a vida em ambientes naturais influencia positivamente a auto percepção de saúde e reduz o risco de mortalidade (Xavier, 2016; Arana; Xavier 2017; Cassou, 2009). Em áreas urbanas, espaços recreativos públicos, especialmente os que incluem áreas verdes, proporcionam enormes benefícios socioeconômicos, físicos e cognitivos. Praças e parques têm sido associados à redução da violência, percepção de ruído e aumento da sensação de bem-estar, além de incentivarem a atividade física (Hino *et al.*, 2019).

O envolvimento de visitantes e residentes de áreas adjacentes aos espaços recreativos é fundamental para o planejamento comunitário eficaz, melhorando, assim, a qualidade de vida. Os espaços verdes urbanos apresentam múltiplos benefícios relacionados às funções ecológicas da paisagem urbana, promovendo a saúde física e mental (Rogers, 2015). A participação da sociedade na prática de atividade física favorece a interação social e a percepção positiva quanto à qualidade de vida e aos espaços públicos de lazer, tornando esses locais cruciais para a promoção de saúde e do bem-estar social.

O reconhecimento dos espaços públicos de lazer como promotores de saúde, por meio de atividade física, pode contribuir para novas estratégias de prevenção da inatividade física, visto que uma vida fisicamente ativa pode trazer grandes benefícios físicos e psicológicos (Oliveira, 2018). A disponibilidade de espaços urbanos adequados e de qualidade é um direito de todos os cidadãos e cidadãs, por conta disso é importante que seja valorizada como estratégia de promoção da saúde. Uma das principais barreiras para se atingir os 150 minutos de atividade física por semana recomendados pela Organização Mundial da Saúde (OMS, 2020), é a falta de recursos para a participação em atividades ou instalações pagas.

A inatividade física configura-se como um fator de risco modificável para o desenvolvimento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), destacando-se as doenças cardiovasculares, neoplasias, doenças respiratórias crônicas e diabetes mellitus. Evidências apontam que intervenções de conscientização populacional sobre a prática de atividade física supervisionada são estratégias essenciais, uma vez que se associam a melhores desfechos de saúde, maior segurança na execução, adesão sustentada e redução de abandonos (Nahas, 2017).

Paralelamente, observa-se um crescimento globalizado do estilo de vida sedentário, fenômeno agravado progressivamente pelo declínio nos níveis de atividade física na população, elevando a prevalência de comorbidades. Nesse contexto, a incorporação de hábitos ativos no cotidiano emerge como medida prioritária para a saúde pública. No Brasil, cenário classificado entre os mais sedentários mundialmente, dados recentes revelam que 40,3% da população adulta não atinge as recomendações mínimas de atividade física semanal, com disparidade de gênero significativa: mulheres apresentam índices de inatividade 15% superiores aos homens (Vilela Junior *et al.*, 2022).

Dessa forma, esta pesquisa tem como objetivo geral delinear o perfil de um parque urbano e o nível de atividade física de seus frequentadores. Os objetivos específicos foram: analisar a infraestrutura do parque público para a realização de atividade física; verificar o perfil clínico e epidemiológico de praticantes de atividades físicas, que frequentam o Parque Verde Vida; e identificar os motivos que levam as pessoas a praticar atividade física no Parque.

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Para a realização desta pesquisa, adota-se os seguintes procedimentos metodológicos: estudo transversal descritivo, com abordagem quantitativa, e com levantamento bibliográfico. A etapa da observação sistemática foi realizada por meio do *System for Observing Play and Recreation in Communities* (SOPARC), e *in loco*. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisas com seres humanos da Universidade Estadual do Paraná, sob número do parecer 5.742.079 e CAAE 64598922.8.0000.9247, atendendo todas as normas da Resolução nº 510, de 07 de abril de 2016, do Conselho Nacional de Saúde do Brasil. Para o acesso aos participantes, há autorização formal do Departamento de Lazer e Esporte do município em estudo, por meio de um termo de aceite: o “Termo de Consentimento Livre e Esclarecido” (TCLE) – com assinaturas de todos os envolvidos.

Na fase inicial da pesquisa, ocorreu o delineamento do campo de estudo no qual foi realizado um levantamento bibliográfico, por meio de leituras de teses, dissertações, artigos de periódicos científicos, em plataformas virtuais de busca – PubMed, SciELO, Google Acadêmico –, utilizando os seguintes descritores associados: “comportamento sedentário”; “áreas verdes”; “exercício físico”; “qualidade de vida”, com objetivo de elaborar a discussão teórica. Quanto ao perfil dos investigados, trata-se de usuários com idade superior a 18 anos e que estão realizando atividade física dentro do Parque. Excluem-se da pesquisa pessoas que se

recusaram a assinar o TCLE, bem como pessoas que não praticam atividade física nas mediações.

O instrumento *System for Observing Play and Recreation in Communities* (SOPARC) fornece informações individualizadas sobre as diferentes áreas de atividade de um parque, tais como: graus de acessibilidade, utilização, supervisão e organização. Há observações diretas que são realizadas em áreas-alvo escolhidas, as quais representam o padrão de lugares, em parques, que fornecem aos usuários a oportunidade de ser fisicamente ativos. Essas áreas são pré-determinadas e identificadas para observação, antes do estabelecimento de uma mensuração que forneça um *baseline*. Utiliza-se um mapa para identificar as áreas e o padrão da ordem de observação para o parque – áreas-alvo adicionais podem ser acrescentadas por observadores no local, sendo então documentadas (Mckenzie, 2007).

Para a realização da pesquisa optou-se pela utilização parcial do instrumento SOPARC, mais precisamente do componente referente à estratégia de mapeamento das áreas-alvo, por ser este o elemento que dialoga diretamente com os objetivos do presente estudo, voltados à identificação e caracterização dos espaços mais utilizados para a prática de atividade física no parque. As seções do instrumento destinadas à mensuração do nível de atividade física e do comportamento sedentário não foram empregadas, uma vez que tais variáveis foram avaliadas por meio do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ – versão curta), instrumento validado e amplamente utilizado para essa finalidade. Essa adaptação metodológica permitiu maior precisão analítica, evitando sobreposição de instrumentos e garantindo coerência entre os objetivos da pesquisa e os procedimentos adotados.

A observação sistemática por meio do SOPARC contou com dois observadores treinados, um observador principal e um secundário, conforme recomendado pelo manual do instrumento. As observações foram realizadas de forma simultânea nas mesmas áreas-alvo, permitindo a verificação da confiabilidade interobservador, a qual assegura maior reprodutibilidade e consistência dos registros observacionais.

Os fatores contextuais do local são observados dentro de relevantes e pré-determinadas áreas-alvo, primeiramente, identificadas e mapeadas, por um observador primário e outro observador secundário, que atende ao Teste de Confiabilidade. As áreas-alvo são observadas na mesma ordem rotacional durante as visitas, todos participantes da pesquisa estão em alguma área-alvo. Então, a confiabilidade é checada com o segundo observador, e indica que o processo tem boa reprodutibilidade, com acordo entre independentes observadores (Mckenzie, 2007). Conforme é orientado pelo manual de utilização do instrumento (Mckenzie, 2007), observam-

se três áreas-alvo com maior fluxo de pessoas dentro do Parque (Figura 8). O registro fotográfico e os dados coletados são descritos e analisados, possibilitando, assim, uma análise mais criteriosa e precisa do espaço público estudado.

A coleta foi realizada no mês de março de 2024, em dias de semana e finais de semana, nos períodos da manhã (entre 6h e 9h) e tarde/noite (entre 17h e 19h), contemplando os horários de maior fluxo de frequentadores no parque. A amostra contou com 62 participantes, sendo os frequentadores presentes no Parque Verde Vida durante o período de coleta de dados. Cabe destacar que tal estratégia é compatível com estudos observacionais e descritivos realizados em espaços públicos, nos quais a população investigada corresponde aos usuários disponíveis no momento da pesquisa, permitindo a caracterização do perfil de uso do espaço e do nível de atividade física no contexto analisado.

Como critérios adotados para a inclusão dos indivíduos no estudo, destaca-se que os mesmos deveriam possuir idade igual ou superior a 18 anos, estarem presentes no parque no momento da coleta de dados e que estivessem realizando algum tipo de atividade física no local. Foram excluídos do estudo indivíduos que se recusaram a assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), bem como aqueles que não estavam praticando atividade física nas dependências do parque.

Para a avaliação da atividade física, foram aplicados 62 questionários IPAQ (versão curta), com 8 perguntas relacionadas ao tempo que a pessoa gasta praticando atividade física, na última semana. O questionário é conduzido pela própria pesquisadora, a qual tem formação na área da saúde, mais especificamente em fisioterapia, e que recebeu treinamento prévio para a aplicação do instrumento, tendo realizado um estudo piloto em fevereiro de 2024 e a aplicação da versão definitiva em março de 2024.

Os dados obtidos por meio do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ – versão curta) foram processados conforme as diretrizes do Manual de Análise do IPAQ. A classificação dos níveis de atividade física foi realizada em quatro categorias: muito ativo, ativo, irregularmente ativo e sedentário, com base na frequência, duração e intensidade das atividades relatadas na última semana. Não foram identificadas respostas inconsistentes ou incompletas que demandassem exclusão. Para a classificação de indivíduos, os cálculos foram realizados por estatística descritiva elaborada no *software Microsoft Excel 2016 e Rstudio2024*.

ESPAÇO PÚBLICO, ATIVIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA

Para Bacheladenski e Martiello (2010), a qualidade de vida de uma população depende de condições de vida e bem-estar, do acesso a bens e serviços – embora o conceito varie de uma

sociedade para outra. Mais do que isso: o lazer se insere como estratégia para a promoção de saúde. Dessa maneira, os espaços destinados ao lazer são ambientes favoráveis para tanto, devido a função de revitalizar e proporcionar o bem-estar, no meio urbano, possibilitando às pessoas adquirir hábitos mais saudáveis e contribuindo em aspectos emocionais, sociais, físicos e culturais de indivíduos.

No planejamento urbano, os espaços públicos desempenham papel de grande relevância e, por conta disso exigem maior atenção do poder público, assim como de usuários, que tem o dever de preservar o espaço, para a ampla utilização. Nesse sentido, a criação de parques urbanos destinados a atividades sociais, físicas e desportivas visa o contato mais próximo com a natureza e a melhoria da qualidade de vida das pessoas. A condição do ambiente urbano está intimamente relacionada ao ecossistema e à qualidade de vida de residentes urbanos. Além de proporcionar espaço para atividade física, os espaços verdes urbanos também proporcionam muitos benefícios à saúde (AF) (Arana; Xavier, 2017; Xavier, 2016).

O espaço público molda a imagem da cidade. Nesse sentido, a apropriação por parte da população, desde grandes parques urbanos à jardins de bairros, potencializa a necessidade de áreas verdes, que assumem diferentes formas espaciais, incluindo: ruas, calçadas, caminhos, parques, becos. Ou seja, uma rede de espaços que fortalece as conexões entre pessoas e cria a vida urbana (Narciso, 2009).

Dessa forma, indicadores de qualidade de vida da população urbana estão relacionados ao nível de lazer, recreação e, atualmente, de atividade física destes indivíduos; favorecendo a socialização e demonstrando o nível de vida comunitária, acessibilidade, presença de áreas verdes e espaços públicos (Nahas, 2017). Portanto, é possível analisar parques públicos como áreas verdes urbanas funcionais às cidades, para além de mera questão estética, visando a integração entre espaços construídos e destinados à circulação ecológica, cultural, ambiental e, principalmente social – que se refere, também, à oferta de espaços para lazer da população.

RELAÇÃO DOS PARQUES PÚBLICOS E ATIVIDADE FÍSICA

Parques urbanos municipais são ambientes designados à população, e demandam constantes investimentos. Nesses espaços, serviços e atendimento precisam ser priorizados – principalmente, os que contribuem para a vida mais saudável, como, por exemplo, equipamentos de usos comunitários, acompanhados de profissionais capacitados para instrução sobre a prática de atividade física. O ambiente natural e agradável desses espaços pode reduzir problemas de cidades e trazer grandes benefícios para seus habitantes (Szeremeta, 2014).

As condições básicas de subsistência que grande parte da população vive atualmente favorece o aumento do número de pessoas inativas, já que uma parcela considerável da população não possui acesso a lugares privados. Portanto, parques públicos surgem como ótima opção de espaços destinados ao lazer e atividade física (Xavier, 2016). O próprio plano de ação global 2018-2030 da OMS sobre Atividades físicas e Esportivas (AFES) estabeleceu como meta diminuir a inatividade física e os comportamentos sedentários em 15% até 2030, apresentando 20 ações e políticas de intervenções através de programas primários e secundários de educação, sensibilização pública sobre AFES e os riscos da inatividade (World Health Organization, 2018).

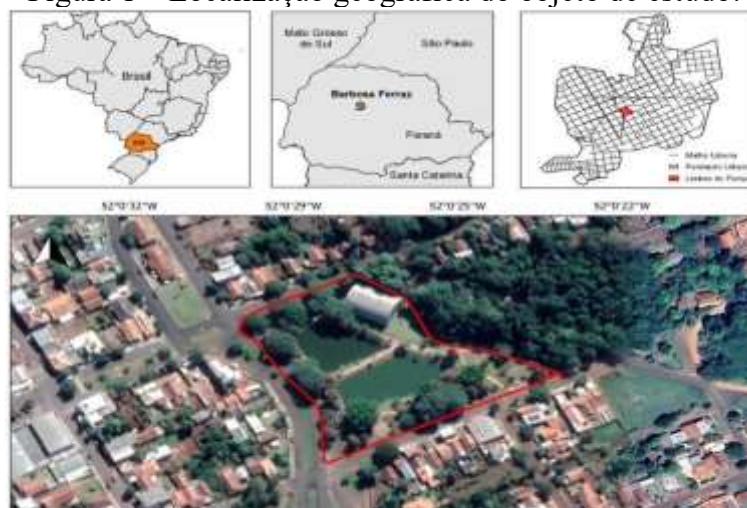
Diante desse cenário, é importante priorizar a atividade física como prática de cotidiano da população, por intermédio de ações de promoção à saúde, dialogando com as necessidades da população atendida e, não reproduzindo modelos genéricos de estímulos à prática (Ferreira *et al.*, 2019). Com maior destaque para estratégias de promoção e prevenção à saúde, epidemiologia de atividade física tem tido destaque em avaliações e processos relacionados à área. Para isso, são necessárias vigilância e monitorização de fatores de risco modificáveis, realizando o diagnóstico de cada território, para, assim, adotar medidas de promoção à saúde, prevenção e controle dessas doenças (Knuth *et al.*, 2015).

A prática regular de atividade física consolida-se como um determinante não farmacológico de impacto na prevenção primária e secundária, tratamento e controle de patologias de elevada morbimortalidade, com destaque para obesidade e hipertensão arterial sistêmica (HAS). Evidências científicas robustas demonstram que os efeitos multissistêmicos do exercício físico atuam na regulação metabólica, cardiovascular e neuroendócrina, associando-se a reduções na mortalidade por causas evitáveis e a ganhos significativos em indicadores de qualidade de vida. Tais achados reforçam a necessidade de políticas intersetoriais que integrem a atividade física ao sistema de saúde, visando à promoção de bem-estar populacional e à sustentabilidade dos serviços de saúde.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A cidade de Barbosa Ferraz está localizada na região Noroeste do Estado do Paraná, situada a cerca de 435 km da capital do estado, Curitiba. Conta com a população estimada de 10.795 habitantes, segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2023). O Parque Verde Vida está situado na região central da cidade (Figura 1), e é o único espaço público destinado ao lazer e à prática de atividades físicas.

Figura 1 – Localização geográfica do objeto de estudo.



Fonte: elaborado pelos autores (2024).

O parque representa uma área de preservação que está sob os cuidados administrativos do Poder Público Municipal, portanto, tem o objetivo de proporcionar condições adequadas de usos e segurança, por intermédio de infraestrutura projetada à população que o frequenta. No ponto de entrada do Parque há a identificação do local, bem como algumas restrições sobre condutas que não são permitidas dentro do espaço. Infelizmente, na maioria das vezes a população não acata o que é solicitado, mesmo diante de instruções. O Parque ainda não possui estacionamento, o que obriga frequentadores a estacionarem veículos em ruas próximas. Percebe-se, também, o considerável apagamento da faixa de pedestre logo na chegada, o que dificulta a visualização.

Figura 2 – Parque Verde Vida.



Fonte: elaborado pelos autores (2024).

A partir da Figura 2, é possível analisar e descrever o parque como localizado em local plano, cercado por grades de proteção, e apresenta área de preservação posicionada na parte traseira. Observa-se a arborização do local e dois lagos que estão no interior do Parque, assim

como uma pista vermelha feita de cimento, com distância de 600 metros. Visualiza-se, também, a existência de residências próximas ao local.

Figura 3 – Pista de caminhada/corrída.



Fonte: elaborado pelos autores (2024).

Em vários pontos da pista podem ser vistas fissuras e danificações, que, de forma direta, representam empecilhos para que pessoas caminhem ou corram no local, com riscos de acidentes para os usuários do parque, bem como quedas de pessoas que venham a apresentar alguma limitação física ou que apresentem idade mais avançada. A Figura 3, registrada em março de 2024, evidencia uma parte dessa realidade.

Posteriormente, em maio do mesmo ano, ao realizar uma nova observação do local, identificou-se a “novidade” de reforma feita pela Prefeitura de Barbosa Ferraz (PR), em fissuras e danificações da pista. Ao comparar as imagens (Figura 3), pode-se perceber que a pista foi pintada, e os lugares outrora apontados como perigosos à realização de caminhada e corrida, em alguns trechos da pista, ainda apresentam falhas, mas que não representam risco de acidentes.

No Parque, existem dois banheiros: um destinado ao sexo feminino, outro ao sexo masculino; estes não possuem iluminação; e não há sinais de conservação (há problemas de descarga, mau cheiro, portas sem travas de segurança), mas presença de várias pichações. Portanto, não se tem garantias de segurança e bem-estar dos usuários.

Existe apenas um bebedouro de água, em estrutura metálica, que apresenta mau estado de preservação, pois há diversas partes enferrujadas e com vazamentos; além de instabilidade no suporte que sustenta objeto e presença de lodo ao redor (Figura 4). O Parque ainda conta com vinte bancos de cimento: dois de madeira e três de metal; os bancos estão em bom estado de conservação, e apenas um está tombado no interior do espaço.

Figura 4 – Bebedouro e banheiros do parque.



Fonte: elaborado pelos autores (2024).

Como pode ser observado na Figura 4, fica evidente certa negligência de políticas públicas em relação a manutenção do espaço, tendo em vista que para um espaço tão amplo, um único ponto de hidratação é claramente insuficiente para atender a demanda do público que frequenta o local. Tal situação pode vir a interferir na utilização do parque por um número maior de indivíduos, bem como na frequência de utilização do local.

Localiza-se lixeiras de diferentes tipos no Parque: nove de metal e quatro de cimento; estão espalhadas por todo o local (Figura 5). Em relação a esse quesito, as autoridades municipais sempre retiram o lixo acumulado. Inclusive, durante os dias em que se realiza a pesquisa é possível verificar que não há lixo espalhado no interior do parque.

Figura 5 – Lixeiras do interior do parque.



Fonte: elaborado pelos autores (2024).

Embora possam ser identificadas lixeiras dispostas pelo parque, além da correta retirada do lixo depositado nelas, levando em consideração a área total do parque, torna-se evidente a necessidade de uma quantidade maior de lixeiras, facilitando o descarte adequado do lixo gerado pelos usuários do parque.

A infraestrutura ainda dispõe de 10 equipamentos que compõem uma academia destinada à terceira idade (Figura 6). Encontra-se um quadro informativo sobre os equipamentos, mas não há instruções de como realizar exercícios em cada aparelho, como, também, não há disponibilidade de profissional para fornecer informações no local. Existe, ainda, um parque infantil, em bom estado de conservação, com brinquedos multifuncionais.

Também há um parque adaptado para crianças com deficiências, mas, que, infelizmente, não apresenta acessibilidade aos cadeirantes para que cheguem até o local, além de não apresentar segurança no que diz respeito à utilização dos brinquedos.

Figura 6 – Áreas do parque destinada às atividades físicas.



Fonte: elaborado pelos autores (2024).

Novamente fica evidente a negligência de políticas públicas referente aos espaços de utilização do parque, pois a falta de um profissional para auxiliar na utilização dos aparelhos ou até mesmo um quadro informativo apresentando a forma correta de como devem ser utilizados pode vir a acarretar graves riscos a integridade física dos usuários, principalmente para indivíduos com idade mais avançada e/ou limitações físicas. Em relação ao parque infantil, mesmo apresentando brinquedos adaptados, não possui acessibilidade e segurança para a utilização dos mesmos por crianças cadeirantes ou com outras deficiências, inviabilizando sua utilização.

Ainda no que tange à infraestrutura do Parque e pontos de iluminação, a parte que se sobressai é a quadra de esportes. Nesse sentido, durante observações realizadas há presença de luzes e boa iluminação no local. Quanto aos equipamentos de lazer, encontra-se uma quadra de futebol, com dois gols, viabilizando partidas de futebol entre amigos, principalmente em finais de semana (Figura 7).

Figura 7 – Quadra de esportes do parque.



Fonte: elaborado pelos autores (2024).

Sendo o local com a melhor infraestrutura, a quadra de esportes apresenta o maior potencial imediato de atendimento ao público, podendo comportar não somente partidas de futebol, mas também a realização de outras modalidades esportivas, atividades lúdicas e de recreação para o público infantil, bem como atividades que atinjam as mais variadas idades, como aulas de dança, atividades funcionais, entre outros. A oferta de outras atividades poderia vir a ampliar a utilização do espaço por pessoas que usualmente não o frequentam, impactando diretamente no seu nível de atividade física.

Figura 8 – Áreas-alvo observadas.



Fonte: elaborado pelos autores (2024).

As áreas-alvo escolhidas estão na parte interna do parque, conforme ilustrado, e são determinadas por uma dupla de observadores. As varreduras começam em uma sequência rotacional consistente para cada visita. A seleção de escolhas numéricas se baseia no nível de atividade física observado em cada área, variando desde a maior concentração de pessoas até a menor frequência de usuários. Todos os questionários são realizados em uma das três áreas-alvo selecionadas (Figura 8).

Quadro 1 – Tamanho de áreas-alvo.

1	Academia ao ar livre – ATI	20 metros de comprimento x 7 metros de largura
2	Pista de caminhada/corrída	600 metros de comprimento x 1m50cm de largura
3	Quadra de esportes coberta	28 metros de comprimento x 21 metros de largura

Fonte: elaborado pelos autores (2024).

Como é possível constatar, o Parque Verde Vida está inserido em uma ótima localização, o que pode facilitar o acesso da população e a frequência de usos do local. Nesse sentido, o cuidado em relação à infraestrutura e equipamentos disponíveis se torna uma questão pujante, que requer observação atenta por parte da população e da Prefeitura. Parques ou praças devem apresentar, em seu interior, características que sejam atrativas às pessoas, a fim de sensibilizar afetos no público e integrar a identidade da área em que se inserem.

Nesse caminho, equipamentos e mobiliários são cruciais para a manutenção de atividades e eventos que ocorram no local, pois oferecem ambiente ideal para atividades físicas e sociais. Como resultado, devem ser projetados e localizados, de forma a promover o conforto e segurança do local aos usuários; também aumentam a valoração estético do local, bem como melhoram a construção identitária em relação ao comunitário. Dessa maneira, melhorias em infraestrutura do Parque, certamente, tendem a aumentar a frequência ocupacional do local e, conseqüentemente, a promoção de saúde (Nahas, 2017).

Ainda, em termos de segurança, é necessário reforçar o quanto esse aspecto é crucial ao bom andamento das atividades públicas, visto que implica na diminuição de índices de violência e vandalismo no local. Isso, por si só, tende a passar a sensação de segurança a quem frequenta o espaço e promover o aumento de fluxo de indivíduos transitando. Jacobs (2007, p. 97) relata que muitos parques não são utilizados pelas pessoas, e passam a ser espaços de degradação patrimonial. Frequentemente, “espaços urbanos desviados” e equipamentos representam o alvo de vândalos, algo que o autor entende como completamente diferente de desgastes pela ação do

tempo. O entorno também é afetado por essa fragilidade, já que as ruas que circundam o parque têm reputação de perigosas, reduzindo em trânsito de pessoas.

Assim, realizou-se um levantamento observatório *in loco* acerca de infraestrutura oferecida pelo Parque, como: vegetação, mobiliários, caminhos existentes no interior e iluminação; também, características de uso e ocupação de edifícios, assim como principais horários de fluxo de usuários.

PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO DOS FREQUENTADORES DO PARQUE VERDE VIDA E ANÁLISE DO NÍVEL DE AF DOS PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA DO PARQUE

Com o intuito de avaliar quantitativamente e realizar a classificação de nível de atividade física de indivíduos aplicou-se o IPAQ no Parque Verde Vida - Versão curta a 62 indivíduos, de ambos os sexos, com idade igual ou superior a 18 anos, a partir de atendimento ao critério presença no parque, no momento, para a realização de atividade física. Para a aplicação de ferramenta, foram feitas perguntas em relação ao perfil sociodemográfico e, também, aos hábitos. Os resultados são observados na Tabela 1:

Tabela 1 – Distribuição de frequência de características sociodemográficas e hábitos de frequentadores do Parque Verde Vida (n=62) – 2024.

Variável	Frequência absoluta N	%
Idade		
De 19 a 39 anos	10	16,13
De 40 a 59 anos	25	40,32
De 60 a 79 anos	26	41,94
De 80 anos ou mais	1	1,61
Sexo		
Feminino	55	88,71
Masculino	7	11,29
Horário de ida ao parque (principal)		
06:00	2	3,23
06:20	1	1,61
07:00	2	3,23
07:30	1	1,61

07:50	1	1,61
08:00	27	43,55
08:15	1	1,61
08:25	1	1,61
08:30	1	1,61
09:00	3	4,84
17:30	2	3,23
18:30	20	32,26
Horário de ida ao parque (secundário)		
07:00	2	4,65
07:30	1	2,33
07:40	1	2,33
08:00	2	4,65
09:00	13	30,23
17:30	3	6,98
18:00	5	11,63
18:30	4	9,30
19:30	12	27,91
Caminhada		
Nenhum dia na semana	10	17,86
Um dia na semana	1	1,79
Dois dias na semana	12	21,43
Três dias na semana	9	16,07
Quatro dias na semana	7	12,50
Cinco dias na semana	10	17,86
Seis dias na semana	3	5,36
Sete dias na semana	4	7,14
Moderada		
Nenhum dia na semana	4	6,45
Um dia na semana	5	8,06
Dois dias na semana	7	11,29
Três dias na semana	9	14,52

Quatro dias na semana	1	1,61
Cinco dias na semana	14	22,58
Seis dias na semana	10	16,13
Sete dias na semana	12	19,35
Vigorosa		
Nenhum dia na semana	6	9,68
Um dia na semana	4	6,45
Dois dias na semana	19	30,65
Três dias na semana	12	19,35
Quatro dias na semana	8	12,90
Cinco dias na semana	12	19,35
Seis dias na semana	0	0,00
Sete dias na semana	1	1,61

Fonte: elaborado pelos autores (2024).

Na Tabela 1, observa-se que a distribuição de usuários entrevistados está entre 19 e 91 anos, com prevalência na faixa etária de 60 a 79 anos (n=26; 41,94%). Observa-se, também, que cerca de 88,71% de usuários entrevistados são do sexo feminino e frequentam o parque principalmente às 8h (n=27, 43,55%) ou, às 18h30min (n=20, 32,26%). Ainda, entre frequentadores que afirmam ter horário alternativo (n=43), a maior prevalência é às 9h (n=13; 30,23%) e às 19h30min (n=12; 27,91%).

Ao considerar os resultados de atividade física com base em sexos, os achados vão ao encontro de outros estudos que, também, apontam mulheres mais ativas que homens. Em Recife (PE), realiza-se um estudo do Parque da Jaqueira, com média de idade de entre entrevistados de 40 a 85 anos; 55% de entrevistados do sexo feminino. Também verificou-se que 35% de usuários do Parque afirmam frequentar o espaço até duas vezes por semana (Silva *et al.*, 2016). Em estudo de Han *et al.* (2015), o maior número de usuários do gênero feminino também é um dos resultados encontrados, identificando que mulheres são vigorosamente mais ativas em praças, se comparado aos homens.

Outro estudo realizado por Hino *et al.* (2019), na cidade de Curitiba, mostra que, em espaços públicos de lazer de cidade, as mulheres são mais ativas, representando 53,1%, enquanto os homens representam 46,9%; sendo a faixa etária principal de 40 a 65 anos. De acordo com estudos de Reis e Szeremetade (2001; 2014), também realizado em parques de

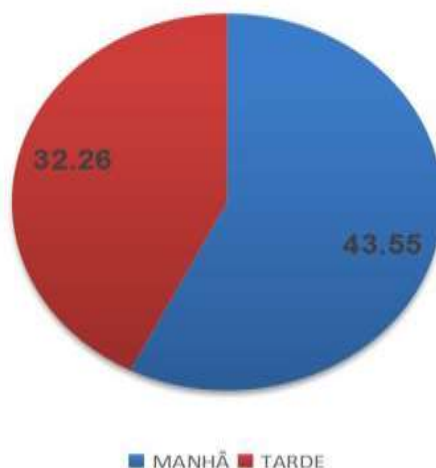
Curitiba, há pouca diferença em relação à questão de sexo, com homens representando 50,3% da população pesquisada, com idades entre 18 e 29 anos. Os estudos apresentados foram conduzidos na mesma cidade, mas, em diferentes anos e, com diferentes metodologias. Isso pode justificar variações em resultados.

A pesquisa realizada por Barros (2010), no Parque da Luz, em Florianópolis (SC), mostrou que a maioria dos frequentadores e praticantes de atividade física é de 21 a 60 anos. Del Duca *et al.* (2014) também conduziram uma pesquisa em Florianópolis, SC, com 761 homens e 959 mulheres com idade entre 20 e 29 anos. As perguntas envolveram a participação em atividades físicas, com os homens liderando com 54,5% e as mulheres com 41,9 %. A caminhada foi a atividade física mais frequente relatada pela população do estudo. A pesquisa realizada por Malta *et al.* (2015) com a Política Nacional de Saúde e o Vigitel verificaram que homens são mais fisicamente ativos que as mulheres no tempo livre.

Também foram encontrados outros estudos que evidenciam prevalência acentuada de homens em relação às mulheres (Cohen *et al.*, 2007; Santos, 2007; Reis, 2001; Hino *et al.*, 2010). Por meio de observações com SOPARC, em 8 parques de Los Angeles (EUA), Cohen *et al.* (2007) localiza que 62% de pessoas observadas são homens. Em outro estudo realizado no Brasil, no Parque Esportivo Eduardo Gomes, Santos (2007) também aponta que 64,5% de entrevistados são homens. Nesse sentido, pode-se observar que, em estudos apresentados, há pouca divergência em relação à frequência que homens e mulheres realizam atividades físicas em parques. Além disso, horários com maior frequência estão em período da manhã e final da tarde, com predominância de mais que uma vez na semana.

Com relação à frequência semanal para realização de caminhadas, ao menos 10 minutos, pode-se observar que a maior frequência entre pessoas é de dois dias semanais (n=12; 21,43%), com média de dois dias e desvio padrão de 2,10. Já com relação às atividades moderadas, a maior frequência de dias semanais é de cinco vezes (n=14; 22,58%), com média de quatro dias e desvio padrão de 2,23. E, com relação à frequência de atividades vigorosas, a maior frequência é de 2 vezes semanais (n=19; 30,65%), com média de dois dias e desvio padrão de 1,61. No que se refere ao período do dia no qual os indivíduos usualmente frequentam o parque, foi possível identificar que a maioria (43,55 %), frequentam o parque no período da manhã, enquanto os demais (32,26 %) procuram frequentar o parque no período da tarde (Figura 9).

Figura 9 – Frequência de utilização do Parque.



Fonte: elaborado pelos autores (2024).

Em estudos realizados no Parque, a caminhada é uma das atividades mais praticadas pela população adulta, com frequência de duas vezes ou mais (Silva *et al.*, 2016; Del Duca *et al.*, 2014; Hino *et al.*, 2019). Isso se deve à fácil execução e ao baixo custo, além da possibilidade de variados benefícios à saúde. Por conta disso, tem papel de destaque entre exemplos de atividade física voltados ao alcance de recomendações populacionais relacionadas à saúde de adultos, sendo que tal atividade tem sido uma prática mais comum em mulheres, enquanto os homens optam por atividades coletivas mais intensificadas, como o futebol.

O estudo de Wendt *et al.* (2019) mostra que a caminhada é a atividade física mais realizada por mulheres, e o futebol é mais comumente realizado entre homens. Assim, é possível que caminhada contribua mais expressivamente em atividade física total, e não represente atrativo ao sexo masculino – o que se reflete na diferença de resultados entre sexos (Malta *et al.*, 2009; Salvador *et al.*, 2009). O tamanho dos parques também deve ser considerado, uma vez que, parques maiores e com mais equipamentos encorajam a prática de caminhada e estão associados à chance de residentes caminharem até estes locais.

Fermino, Reis e Cassou (2012) destaca a importância de determinar a frequência que indivíduos visitam espaços públicos, para que, frequentemente, se possa planejar intervenções que motivem moradores a cada vez mais visitar esses ambientes, em que se torna importante considerar características, como: atratividade aos usuários, com a finalidade de vivenciar momentos de lazer; adesão ao estilo de vida saudável e melhoria de qualidade de vida.

As diferenças entre atividades desempenhadas por homens e mulheres também trazem reflexões que precisam ser consideradas, tanto no sentido de compreender o que leva as pessoas a se tornarem física mente ativas, quanto no desenvolvimento de intervenções populacionais.

Tabela 2 – Questionamento da quantidade de tempo que o indivíduo fica sentado, durante dias de semana e finais de semana, de frequentadores do Parque Verde Vida (n=62) – 2024.

Quantidade de tempo	Dias de semana		Finais de semana	
	Frequência	%	Frequência	%
00:20	1	1,61	1	1,61
00:30	2	3,23	1	1,61
01:00	13	20,97	12	19,35
01:30	2	3,23	0	0,00
02:00	14	22,58	5	8,06
02:30	1	1,61	2	3,23
03:00	13	20,97	10	16,13
03:30	1	1,61	0	0,00
04:00	5	8,06	9	14,52
05:00	5	8,06	15	24,19
06:00	2	3,23	6	9,68
07:00	2	3,23	0	0,00
08:00	1	1,61	1	1,61

Fonte: elaborado pelos autores (2024).

Em relação à Tabela 2, percebe-se que, de modo geral, em finais de semana existe quantidade maior de indivíduos que passam mais tempo sentados, seja para estudar, trabalhar ou mesmo descansar. Na Tabela 3, observa-se que a maioria de indivíduos entrevistados tem a classificação de “muito ativo” (n=26; 41,94%); ou seja: praticam atividades vigorosas, no mínimo, cinco vezes semanais, com o mínimo de trinta minutos a cada dia; ou praticam atividades vigorosas, no mínimo, três dias por semana, com ao menos vinte minutos a cada dia, juntamente com atividade moderada ou caminhada de, no mínimo, cinco dias semanais, com ao menos trinta minutos a cada dia.

Nesse sentido, população do presente estudo se mostra bastante ativa; chama a atenção que nenhum indivíduo seja classificado como “sedentário” e, apenas um, é classificado com irregularmente ativo B (1,61%). O que significa dizer que esse indivíduo não tem, no mínimo, 150min/semana de qualquer atividade (caminhada, moderada, vigorosa) e/ou, no mínimo, uma frequência de cinco dias/semana.



Tabela 3 – Classificação obtida com a aplicação da ferramenta IPAQ, em frequentadores do Parque Verde Vida (n=62) – 2024.

Classificação	Frequência	%
Muito ativo	26	41,94
Ativo	22	35,48
Irregularmente ativo A	13	20,97
Irregularmente ativo B	1	1,61
Sedentário	0	0,00

Fonte: elaborado pelos autores (2024).

Tal resultado pode influenciar de forma considerável a utilização de locais destinados à prática de atividades físicas. Pois, o tempo despendido para deslocamento, considerando ida e volta até um local mais distante, pode ser considerado suficiente para que uma pessoa realize as atividades próximas de casa ou do próprio trabalho, contando, ainda, que a faixa etária de indivíduos, que utilizam os locais, abarque pessoas que estão inseridas no mundo de trabalho. Logo, dispõem de menor tempo de deslocamento até um local, mais distante, para praticar atividades físicas, o que poderia justificar as frequências observadas no parque.

Resultados evidenciam que, praças próximas e parques com boa estrutura têm notável impacto na frequência de utilização dos usuários. A probabilidade de pessoas aderirem ao comportamento ativo, como a prática de exercícios, aumenta com a frequência. Portanto, órgãos responsáveis deveriam se preocupar com construção e manutenção de instalações, para atividades físicas próximas às áreas habitacionais; e facilitar o acesso às instalações recreativas e esportivas, o que pode aumentar a utilização entre pessoas que residem próximo a essas possíveis construções. Questões de segurança também precisam ser consideradas e desenvolvidas, por meio de secretarias envolvidas e o auxílio de planos que envolvam e atinjam mais pessoas, aumentando os usos de espaços de lazer para atividades físicas.

Levando em consideração as carências e potencialidades do Parque Verde Vida, pode-se inferir que a infraestrutura inadequada em diversos pontos do parque, bem como a não exploração de todo o potencial dos locais com melhores estruturas, tendem a impactar na prática de atividade física da população, de maneira que, se as políticas públicas estivessem sendo melhor executadas no local, haveria a probabilidade de uma maior adesão da população.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conforme discutido ao longo da presente pesquisa, os objetivos deste estudo foram atingidos. Nesse sentido, o Parque Verde Vida localizado em Barbosa Ferraz (PR) é analisado e investigado, emergindo como espaço público de considerável frequência da população, sendo o único voltado à prática de atividades físicas e de lazer no município. Os resultados obtidos mostram que nenhum dos indivíduos entrevistados se identifica como “sedentário”. Isso é bastante significativo, pois indica que, de alguma forma, os participantes realizam atividades e são fisicamente ativos. O questionário IPAQ se destaca como ferramenta eficaz para a avaliação de atividade física. Dessa forma, pode ser utilizado em outros estudos relacionados à Saúde, contribuindo para o aumento do número de trabalhos sobre a temática, a partir da possibilidade de aplicação a mais grupos populacionais.

Este estudo também apresenta vários pontos consideráveis, que merecem destaque. Apesar de a metodologia SOPARC se basear em amostras momentâneas, fornecendo informação instantânea sobre ambiente e avaliação *in loco*, uma série sistemática de observações para aumentar a validade dos resultados foi realizada. Segundo os indícios, dentro do Parque, mulheres realizam mais atividade física que homens, e o período da manhã é o mais frequentado pelos usuários, embora haja necessidade de melhorias de infraestrutura, bem como de promoção de segurança aos frequentadores.

Além disso, programas que possam potencializar o uso dos espaços são necessários, aumentando, assim, o nível de atividade física realizado no local e contribuindo para a saúde da população. Considerando dados obtidos por intermédio deste estudo, pode-se impulsionar a implantação e execução de projetos e programas de promoção e prevenção em Saúde da população, especificamente com relação ao parque urbano da cidade. Na mirada dessas possibilidades, os resultados alcançados serão encaminhados à Secretaria de Cultura, Esporte e Lazer do município.

Como limitações do presente estudo, destaca-se, inicialmente, o tamanho relativamente reduzido da amostra, o que pode restringir a generalização dos resultados para outras populações ou contextos urbanos. Além disso, a coleta de dados foi realizada em dias e horários específicos, o que pode ter influenciado no que se refere ao perfil dos frequentadores observados e entrevistados, configurando um possível viés de seleção. Ainda assim, tais recortes metodológicos foram necessários para viabilizar a realização da pesquisa, de maneira que não comprometem os objetivos propostos, uma vez que permitem uma análise consistente

do uso do parque e de sua possível influência na adesão à prática de atividade física no contexto investigado.

Devido ao caráter transversal apresentado pela pesquisa não é possível estabelecer relações causais entre a existência do Parque Verde Vida e o nível de atividade física de seus frequentadores, porém futuras investigações podem ampliar o período de coleta e o tamanho amostral, incluindo diferentes estações do ano, dias e horários, a fim de aprofundar a compreensão sobre os padrões de uso de parques urbanos e seus impactos na prática de atividade física.

REFERÊNCIAS

ARANA, A. R. A.; XAVIER, F. B. Qualidade ambiental e promoção de saúde: o que determina a realização de atividades físicas em parques urbanos? **Geosul**, Florianópolis, v. 32, n. 63, p. 201-228, jan./abr. 2017.

BACHELADENSKI, M. S.; MARTIELLO, J. E. Contribuição do campo crítico do lazer para a promoção da saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 5, p. 2569-2579, 2010.

BARROS, L. X. **Espaço público, entorno e usuário: a qualidade da relação observada no Parque da Luz, em Florianópolis**. 2010. Dissertação (Mestrado em Urbanismo, História e Arquitetura) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2010.

CASSOU, A. C. N. **Características ambientais, frequência de utilização e nível de atividade física dos usuários de parques e praças de Curitiba - PR**. 2009. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2009.

COHEN, D. A. *et al.* Contribution of parks to physical activity. **American Journal of Public Health**, Washington, DC, v. 97, n. 3, p. 509-514, mar. 2007.

DEL DUCA, G. F. *et al.* Atividades físicas no lazer entre adultos de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, Florianópolis, v. 19, n. 11, p. 4595-4604, nov. 2014.

FERMINO, R. C.; REIS, R. S.; CASSOU, A. C. Fatores individuais e ambientais associados ao uso de parques e praças por adultos de Curitiba - PR, Brasil. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, Florianópolis, v. 14, n. 4, p. 377-389, 2012.

FERREIRA, R. W. *et al.* Acesso aos programas públicos de atividade física no Brasil: Pesquisa Nacional de Saúde, 2013. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 35, n. 2, 2019.

HAN, B. *et al.* Effectiveness of a free exercise program in a neighborhood park. **Preventive Medicine Reports**, v. 2, p. 255–258, 2015.

HINO, A. A. F. *et al.* Acessibilidade a espaços públicos de lazer e atividade física em adultos de Curitiba, Paraná, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/kRKSvjWqX4N4L9pdKpSBhyz/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 13 jun. 2024.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Barbosa Ferraz. 2023. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/pr/barbosa-ferraz/panorama>. Acesso em: 19 maio 2024.

JACOBS, J. **Morte e vida de grandes cidades**. São Paulo: Martins Fontes, 2007.

JUNIOR, G. B. V. *et al.* Atividade física na promoção da saúde. **Revista CPAQV**, [S. l.], v. 14, n. 1, 2022.

KNUTH, A. G. *et al.* Public open space, physical activity, urban design and public health. **Health & Place**, v. 33, p. 75-82, maio 2015.

MALTA, D. C. *et al.* Padrão de atividade física em adultos brasileiros. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, Brasília, v. 18, n. 1, p. 7-16, mar. 2009.

MALTA, D. C. *et al.* Estilos de vida nas capitais brasileiras segundo a Pesquisa Nacional de Saúde. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, v. 18, n. 2, p. 68-82, dez. 2015.

MCKENZIE, T. L. **SOPARC: sistema de observação de atividades físicas e recreativas na população: manual descritivo de procedimentos**. 2007. Disponível em: <https://gpaq.com.br/wp-content/uploads/2013/11/Protocolo-SOPARC-eSOPLAY.pdf>. Acesso em: 31 mar. 2022.

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida**. 7. ed. Florianópolis: Ed. do Autor, 2017.

NARCISO, C. A. F. Espaço público: ação política e práticas de apropriação. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 9, n. 2, p. 265-291, jul./dez. 2009.

OLIVEIRA, S. M. **Os parques públicos como ambientes promotores da saúde das crianças através da atividade física**. 2018. Tese (Doutorado em Atividade Física e Saúde) – Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, Porto, 2018.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Diretrizes da OMS para atividade física e comportamento sedentário**. 2020. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/337001/9789240014886-por.pdf>. Acesso em: 21 mar. 2023.

REIS, R. S. **Determinantes ambientais para a realização de atividades físicas nos parques urbanos de Curitiba**. 2001. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2001.

ROGERS, R. **Cidades para um pequeno planeta**. Barcelona: Gustavo Gili, 2015.

SALVADOR, E. P. *et al.* A prática de caminhada como forma de deslocamento. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, Florianópolis, v. 14, n. 3, p. 197-205, 2009.

SANTOS, E. S. Perfil dos usuários do Parque Esportivo Eduardo Gomes. **Arquivos em Movimento**, Rio de Janeiro, v. 3, n. 1, jan./jun. 2007.

SILVA, E. A. P. C. *et al.* Percepção da qualidade do ambiente e vivências em espaços públicos de lazer. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Uberlândia, v. 38, n. 3, p. 251-258, jul./set. 2016.

SZEREMETA, B. **A percepção dos praticantes de atividade física sobre a qualidade ambiental sonora dos parques públicos de Curitiba-PR**. 2014. Tese (Doutorado em Educação Física) – Universidade Federal do Paraná, 2014.

WENDT, A. *et al.* Preferências de atividade física em adultos brasileiros. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, Florianópolis, v. 27, 2019.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Global action plan on physical activity 2018–2030: more active people for a healthier world**. 2018. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241514187>. Acesso em: 19 set. 2024.

XAVIER, F. B. **Qualidade urbana ambiental e prática de atividades físicas**. 2016. Dissertação (Mestrado em Meio Ambiente e Desenvolvimento Regional) – Universidade do Oeste Paulista, Presidente Prudente, 2016.