



12 e 13 de Novembro de 2018

**8<sup>o</sup>** Fórum de Pós-Graduação do Colégio  
Brasileiro de Ciências do Esporte

**5<sup>o</sup>** Fórum de Pesquisadores das Subáreas  
Sociocultural e Pedagógica da Educação Física



MUDANÇA DE COMPORTAMENTO E ESPAÇOS DE LAZER PARA A  
PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA

Raphaelly Machado Felix, Universidade Federal de Santa Maria (UFSM),

[rmachadofelix@gmail.com](mailto:rmachadofelix@gmail.com)

Gabriel Gustavo Bergmann, Universidade Federal de Pelotas (UFPEL)

[gabrielgbergmann@gmail.com](mailto:gabrielgbergmann@gmail.com)

*PALAVRAS-CHAVE: atividade física; atividade de lazer; áreas verdes*

## INTRODUÇÃO

Apesar de inúmeras evidências indicarem que a prática regular de atividade física (AF) promove benefícios à saúde (LEE et. al., 2012), a proporção da população mundial que atinge as recomendações para este comportamento é baixa (LEE et. al., 2012). Assim, estratégias que possam contribuir para a mudança deste cenário devem ser pensadas (SALLIS et al., 2017). Uma das alternativas que tem sido estudada é a utilização de parques e praças como facilitadores para a promoção de comportamentos ativos (HOEHNER et. al., 2013).

Este estudo se justifica pela possibilidade de termos realizado um estudo em 2014 sobre a intenção de uso de uma praça, enquanto ainda estava em construção, por moradores do entorno e agora no ano de 2018 podermos identificar o real uso para a prática de AF por parte dessa população após mais de três anos do espaço concluído. Diante disso o objetivo deste estudo é investigar se a construção de uma praça pública destinada ao lazer pode contribuir para o aumento da prática regular de AF de moradores do entorno.

## METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de acompanhamento observacional analítico de base populacional (THOMAS E NELSON, 2012), que utilizará como ponto de partida o estudo de FELIX et. al., (2016). Será realizado com 395 adultos mesma amostra do estudo anterior, de ambos os sexos residentes nas proximidades do local onde foi construída a Praça.



## ANÁLISE DOS DADOS

Será utilizado à média e o desvio padrão ou mediana e diferença entre quartis para as variáveis numéricas, e as frequências absolutas e relativas seguidas do intervalo de confiança de 95% (IC95%) para as variáveis categóricas. Para testar se a construção da praça, a distância entre a residência e a praça, e as características sociodemográficas se associam ao nível de AF e ao estágio de mudança de comportamento para a prática de AF serão utilizados os testes Qui-quadrado para heterogeneidade e para tendência. Para testar estas associações de forma ajustada será utilizada a regressão logística binária. Todas as análises serão realizadas no software SPSS versão 20.0.

## DISCUSSÃO

O estudo anterior identificou que a construção de uma praça contribui para o aumento dos níveis de AF de moradores de seu entorno. Os resultados indicaram que a maior parte dos indivíduos, independentemente de seu nível de AF, pretendia utilizar a praça pra praticar AF após sua construção. Ainda, que a distância até a praça era decisiva para sua utilização. Estes resultados tornam-se importantes, pois indicaram que além de aumentar a chance de indivíduos inativos tornarem-se ativos, também pode auxiliar indivíduos ativos a se manterem desta forma. Estes resultados corroboram outros estudos que identificam que parques e praças desempenham um papel fundamental para facilitar a AF e que a distância dos parques e praças para as residências das pessoas pode ser relevante para que elas utilizem esses espaços para suas práticas (COHEN et. al., 2016).

## CONCLUSÕES

Baseado em resultados disponíveis na literatura esperamos que a oferta de um espaço público de lazer contribua para mudança de comportamento da população quanto à prática regular de AF no município de Uruguaiana/RS.

12 e 13 de Novembro de 2018

**8<sup>o</sup>** Fórum de Pós-Graduação do Colégio  
Brasileiro de Ciências do Esporte

**5<sup>o</sup>** Fórum de Pesquisadores das Subáreas  
Sociocultural e Pedagógica da Educação Física



#### REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

COHEN, D. A.; BING, H.; NAGEL, C. J.; HARNICK, P.; H.; MCKENZIE, T. L.; EVERSON, K. R.; MARSH, T.; WILLIAMSON, S.; VAUGHAN, C.; KATTA, S. The First National Study of Neighborhood Parks: Implications for Physical Activity. **American Journal of Preventive Medicine**, Vol. 51, n. 4, p. 419, Oct. 2016.

FELIX, R. M.; FARIAS, V.M.; BERGMANN, M. L. A.; BERGMANN, G.G. Building an urban park increases the intention of adults to practice physical activity. **Motriz**, Rio Claro, vol. 22, n. 4, p 341-345, oct/dec, 2016.

HOHNER, C. M.; RIBEIRO, I. C.; PARRA, D. C.; REIS, R. S.; AZEVEDO, M. R.; HINO, A. A. Physical activity interventions in Latin America: expanding and classifying the evidence. **American Journal Preventive Medicine**, vol.44, n. 3, p. 31-40, 2013

LEE, I-M.; SHIROMA, E. J., LOBELO, F., PUSKA, P., BLAIR, S. N., KATZMARZYK, P. T. Effect of Physical Inactivity on Major Non Communicable Diseases Worldwide: an analyses of burden of disease and life expectancy. **Lancet**, vol. 380, p. 219-29, 2012.

SALLIS, J. F., CERIN E., CONWAY, T. L.; ADAMS, M. A.; FRANK, L. D.; PRATT, M.; SALVO, D; SCHIPPERIIN, J.; SMITH, G.; CAIN, K. L.; DAVEY, R.; KERR, J.; LAI, P. C.; MITÁS, J.; REIS, R., SARMINETO, O. L.; SCHOFIELD, G.; TROELSEN, J.; VAN DYCK, D.; DE BOURDEAUDHUIJ, L.; OWEN, N. Physical activity in relation to urban environments in 14 cities worldwide: a cross-sectional study. **Lancet**, vol. 387, vol. 100, n.34, p. 2207–2217, 2017.

THOMAS, J. R.; NELSON J. K.; SILVERMAN, S. J. **Métodos de pesquisa em atividade física**. 6. ed. Porto Alegre: Artmed, 2012.

#### FINANCIAMENTO

O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (Capes) - Código de Financiamento 001.