

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS
ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA**



DISSERTAÇÃO

A estabilidade do uso e não-uso de parque público para a prática de atividade física no Rio Grande do Sul ao longo de um ano

Igor Retzlaff Doring

Pelotas, 2018

IGOR RETZLAFF DORING

A estabilidade do uso e não-uso de parque público para a prática de atividade física no Rio Grande do Sul ao longo de um ano

Dissertação de mestrado apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade Federal de Pelotas, como requisito parcial à obtenção do título de Mestre em Educação Física (Linha de Pesquisa: Epidemiologia da atividade física).

Orientador: Prof. Dr. Felipe Fossati Reichert

Pelotas, 2018

Universidade Federal de Pelotas / Sistema de Bibliotecas Catalogação na
Publicação

D696e Doring, Igor Retzlaff

A estabilidade do uso e não-uso de parque público para a prática de atividade física no rio grande do sul ao longo de um ano / Igor Retzlaff Doring ; Felipe Fossati Reichert, orientador. — Pelotas, 2018.

127 f. : il.

Dissertação (Mestrado) — Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Escola Superior de Educação Física, Universidade Federal de Pelotas, 2018.

Igor Retzlaff Doring

A estabilidade do uso e não-uso de parque público para a prática de atividade física
no Rio Grande do Sul ao longo de um ano

Dissertação apresentada, como requisito parcial, para obtenção do grau de Mestre
em Educação Física, Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Escola
Superior de Educação Física, Universidade Federal de Pelotas.

Data da Defesa: Pelotas, 25 de Julho de 2018.

Banca examinadora:

Prof. Dr. Felipe Fossati Reichert (orientador)
Doutor em Epidemiologia pela Universidade Federal de Pelotas

Prof. Dr. Marcelo Cozzensa da Silva
Doutor em Epidemiologia pela Universidade Federal de Pelotas

Prof. Dr. Gregore Iven Mielke
Doutor em Epidemiologia pela Universidade Federal de Pelotas

Prof. Dr. Marlos Rodrigues Domingues (Suplente)
Doutor em Epidemiologia pela Universidade Federal de Pelotas

Agradecimentos

Existe uma palavra que para mim significa muito e acredito que nunca devemos nos esquecer. Essa palavra é gratidão, e vou aproveitar esse espaço para expressar um pouco dela:

Sou grato:

A Deus, por me proporcionar a saúde, disposição e felicidade.

A minha mãe, Leni, a quem devo os melhores exemplos e ensinamentos de vida. Mãe, obrigado por sempre me apoiar em tudo. Por fazer o que pode e o que não pode pra me dar suporte. Por me transmitir princípios como honestidade e perseverança, sobretudo, com teus exemplos.

Aos meus familiares por entenderem minha ausência em alguns momentos, pois muitas vezes foram necessários.

Ao meu orientador, professor Felipe pelas orientações, sugestões e críticas dadas ao longo deste trabalho e por aceitar participar deste momento tão importante. Também agradeço aos professores Marcelo e Caco pelas sugestões que me fizeram na qualificação do meu projeto, elas foram importantíssimas para que tudo transcorresse da melhor maneira.

Aos meus amigos, por sempre estarem comigo, tanto nos momentos bons quanto nos ruins. Em especial meu amigo, Guilherme Vilela, que sempre me auxiliou em todo processo de construção do projeto e da dissertação.

Aos estudantes de Educação Física de Canguçu, Karol, Fran e Rodrigo. Vocês foram fundamentais em todo período de coleta de dados, se não fosse pelo comprometimento e a ajuda de vocês, com certeza eu não teria conseguido concluir esse projeto com êxito. Sempre que precisarem, contem comigo, estarei disposto a ajudá-los.

A Leony, que me auxiliou na elaboração do projeto e nas análises de dados.

Muito obrigado a todos.

Resumo

DORING, Igor Retzlaff. **A estabilidade do uso e não-uso de parque público para a prática de atividade física no Rio Grande do Sul ao longo de um ano.** 2018. 125f. Dissertação (Mestrado) -Programa de Pós-Graduação em Educação Física. Escola Superior de Educação Física, Universidade Federal de Pelotas, Pelotas/RS.

O objetivo desse estudo é analisar a estabilidade em um ano na utilização e não-utilização de um espaço público para a prática de atividade física entre adultos de um município de pequeno porte do sul do RS e verificar a associação da estabilidade com variáveis sociodemográficas, comportamentais, nutricionais e de saúde. A amostra foi composta por 218 moradores da área urbana da cidade de Canguçu/RS, sendo 109 frequentadores do espaço público. Para a coleta foi utilizado um questionário com questões demográficas, socioeconômicas, comportamentais, de saúde, relativas à utilização do espaço e uma escala de autopercepção do ambiente. A maior parte da amostra era do sexo masculino (54,1%), na faixa etária de 18 a 29 anos (77,5%). Em relação ao status de utilização, 14,9% dos indivíduos pararam de frequentar o espaço público, enquanto 16,8% começaram a frequentar. Pessoas que mantêm a frequência no parque vivem na sua maioria sem companheiro e apresentam maiores prevalências de atividade física e sobrepeso. Indivíduos que mantiveram o status de não utilização apresentaram maior prevalência de inatividade física no lazer. Os fatores localização geográfica, estacionamento e apoio e incentivo de amigos foram percebidos como estimuladores e a incidência de chuvas e os cartazes informativos como inibidores para a prática de AF no local. Os resultados podem embasar políticas públicas para aumentar o uso deste espaço pela população.

Palavras-Chave: meio ambiente; atividade motora; saúde pública; epidemiologia.

Abstract

DORING, Igor Retzlaff. **The stability of the use and non-use of public park for the practice of physical activity in Rio Grande do Sul over a year.** 2018. 125f. Research project (Master degree). Post-Graduation Program in Physical Education, School of Physical Education, Federal University of Pelotas, Pelotas / RS.

Abstract: The objective of this study is to analyze the stability in a year in the use and non-use of a public space for the practice of physical activity among adults of a small municipality in the south of RS and verify the association of stability with sociodemographic, behavioral variables, nutritional and health. The sample was composed of 218 residents of the urban area of the city of Canguçu/RS, being 109 public space visitors. For the collection, a questionnaire was used with demographic, socioeconomic, behavioral, and health questions related to the use of space and a self-perception scale of the environment. The majority of the sample was male (54.1%), aged 18-29 years (77.5%). Regarding the status of use, 14.9% of individuals stopped attending public space, while 16.8% started attending. People who maintain the frequency in the park live mostly without partners and present higher prevalence of physical activity and overweight. Individuals who maintained their non-use status had higher prevalence of physical inactivity during leisure. The factors geographic location, parking and support and encouragement of friends were perceived as stimulators and the incidence of rainfall and informative posters as inhibitors for the practice of local AF. The results can support public policies to increase the use of this space by the population.

Keywords: environment; motor activity; public health; epidemiology.

Lista de Tabelas

| | | |
|-----------------|--|----|
| Tabela 1 | Associação entre o status de utilização do espaço público dos sujeitos e as variáveis sociodemográficas, comportamentais, nutricionais e de saúde. | 93 |
| Tabela 2 | Barreiras e facilitadores para a prática de atividade física no espaço público com base no status de utilização. | 95 |
| Tabela 3 | Dados relativos à utilização do espaço público pelas pessoas que continuam frequentando e pelos que começaram a frequentar o espaço. | 97 |

Lista de Figuras

- Figura 1** Imagem de satélite do ano de 2016 do espaço público avaliado no estudo 91
- Figura 2** Status de estabilidade na utilização e não-utilização do espaço público 92

Lista de Abreviaturas e Siglas

| | |
|--------------|--|
| AF | Atividade Física |
| IMC | Índice de massa corporal |
| IPAQ | Questionário Internacional de Atividade Física |
| AAL | Academia ao ar livre |
| OMS | Organização Mundial da Saúde |
| SUS | Sistema único de Saúde |
| KG | Quilogramas |
| CM | Centímetros |
| UFPEL | Universidade Federal de Pelotas |

Sumário

| | |
|--|------------|
| Projeto de Pesquisa..... | 14 |
| Relatório do Trabalho de Campo..... | 62 |
| Artigo..... | 73 |
| Apêndices..... | 98 |
| Anexos..... | 114 |

Apresentação

A presente dissertação de mestrado atende ao regimento do Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Escola Superior de Educação Física da Universidade Federal de Pelotas. O volume final contém as seguintes seções:

- PROJETO DE PESQUISA: apresentado e defendido em 21 de dezembro de 2017, com a incorporação das sugestões da banca examinadora: professores Marcelo Cozzensa da Silva e Fernando Carlos Siqueira Vinholes;
- RELATÓRIO DO TRABALHO DE CAMPO;
- ARTIGO: “Utilização de um parque público para a prática de atividade física no sul do RS: Estudo longitudinal com frequentadores e não frequentadores”;
- APÊNDICES;
- ANEXOS UTILIZADOS NO TRABALHO.

Projeto de Pesquisa

(Dissertação de Igor Retzlaff Doring)

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS
ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA
CURSO DE MESTRADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA**



Projeto de Dissertação

**Utilização de um parque público para a prática de atividade física no sul do RS:
estudo longitudinal com frequentadores e não frequentadores**

Igor Retzlaff Doring

Pelotas, 2017

Igor Retzlaff Doring

**Utilização de um parque público para a prática de atividade física no sul do RS:
estudo longitudinal com frequentadores e não frequentadores**

Projeto de mestrado apresentado ao Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade Federal de Pelotas, como requisito parcial à obtenção do título de Mestre em Educação Física (Linha de Pesquisa: Epidemiologia da atividade física).

Orientador: Prof. Dr. Felipe Fossati Reichert

Pelotas, 2017

BANCA EXAMINADORA:

Prof. Dr. Felipe Fossati Reichert (Orientador)

Prof. Dr. Fernando Carlos Siqueira Vinholes (ESEF/UFPel)

Prof. Dr. Marcelo Cozzensa da Silva (ESEF/UFPel)

Prof. Dr. Marlos Rodrigues Domingues (Suplente)

Resumo

DORING, Igor Retzlaff. **Utilização de um parque público para prática de atividade física no sul do RS: estudo longitudinal com frequentadores e não frequentadores.** 2017. 70f. Projeto de pesquisa (Mestrado) - Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Escola Superior de Educação Física, Universidade Federal de Pelotas, Pelotas/RS.

Os espaços públicos para a prática de atividade física ganharam destaque nas últimas décadas como possível estratégia para aumentar o nível de atividade física da população mundial. Alguns estudos investigaram o perfil dos praticantes de AF em parques públicos, mas nenhum estudo investigou a continuidade desta prática ao longo do tempo. Além disso, a maioria dos estudos foi realizada em grandes centros urbanos, onde a influência do espaço público e o perfil dos praticantes pode ser diferente de cidades de pequeno porte. O objetivo deste estudo será analisar a estabilidade na utilização e não-utilização de um espaço público para a prática de atividade física entre adultos de um município de pequeno porte do sul do Rio Grande do Sul. A amostra será composta por 218 moradores da área urbana da cidade de Canguçu/RS que participaram da primeira fase da pesquisa, sendo eles 109 frequentadores e 109 não frequentadores. Os entrevistados responderão a um questionário, incluindo questões demográficas, socioeconômicas, comportamentais, de saúde, e relativas a utilização (ou não-utilização) do espaço público. Além disso, será utilizada uma escala de autopercepção do ambiente para realização de atividades físicas, criada e validada por Reis e Petroski (2002) referente às barreiras e facilitadores para a prática de atividade física no local. Serão realizadas análises para verificar a estabilidade na utilização e não-utilização do espaço público, as principais barreiras e facilitadores percebidos pelos frequentadores e não frequentadores, a diferença de percepção entre eles e a relação dessas variáveis com características sociodemográficas, nutricionais e de saúde dos participantes.

Palavras-Chave: atividade física, atividade motora, espaços públicos.

Abstract

DORING, Igor Retzlaff. Use of a public park to practice physical activity in the south of RS: longitudinal study with users and non-users. 2017. 70f. Research project (Master degree). Post-Graduation Program in Physical Education, School of Physical Education, Federal University of Pelotas, Pelotas / RS.

The public spaces for practicing physical activity have gained prominence in the last decades as a possible strategy to increase the level of physical activity of the world population. Some studies have investigated the profile of PA practitioners in public parks, but no study has investigated the continuity of this practice over time. In addition, most of the studies were conducted in large urban centers, where the influence of public space and the profile of practitioners may be different from small cities. The objective of this study will be to analyze the stability in the use and non-use of a public space for the practice of physical activity among adults of a small municipality in the south of Rio Grande do Sul. The sample will be composed of 218 urban dwellers of the city of Canguçu / RS that participated in the first phase of the research, being 109 visitors and 109 non-regulators. Respondents will respond to a questionnaire, including demographic, socioeconomic, behavioral, health, and public use (or non-use) questions. In addition, a scale of self-perception of the environment to perform physical activities, created and validated by Reis and Petroski (2002) regarding the barriers and facilitators for the practice of physical activity in the place will be used. Analyzes will be carried out to verify the stability in the use and non-use of public space, the main barriers and facilitators perceived by the regulars and non-regulators, the difference of perception between them and the relation of these variables with sociodemographic, nutritional and health characteristics of the participants.

Keywords: physical activity, motor activity, public spaces.

Sumário

| | | |
|---|-----------|-----------|
| 1 INTRODUÇÃO..... | 21 | 09 |
| 1.1 Caracterização do problema de pesquisa..... | 21 | 09 |
| 1.2 Justificativa..... | 22 | 10 |
| 2 OBJETIVOS..... | 24 | 12 |
| 2.1 Objetivo geral..... | 24 | 12 |
| 2.2 Objetivos específicos..... | 24 | 12 |
| 3 HIPÓTESES | 25 | 13 |
| 4 REVISÃO DE LITERATURA..... | 26 | 15 |
| 4.1 Atividade Física e Saúde..... | 26 | 15 |
| 4.2 Locais públicos para a prática de atividade física no lazer..... | 28 | 17 |
| 4.3 Perfil dos frequentadores de espaços públicos para atividade física..... | 29 | 19 |
| 4.4 Barreiras e facilitadores para a prática de atividade física em espaços públicos..... | 31 | 20 |
| 4.5 Estabilidade na prática de atividade física..... | 33 | 23 |
| 4.6 Características da linha de base..... | 35 | |
| 5 METODOLOGIA..... | 36 | 25 |
| 5.1 Delineamento..... | 36 | 25 |
| 5.2 População, amostra e processo de amostragem..... | 36 | 25 |
| 5.3 Cidade de Canguçu – Rio Grande do Sul..... | 36 | 26 |
| 5.4 Critérios de inclusão..... | 37 | 27 |
| 5.5 Critérios de exclusão..... | 37 | 27 |
| 5.6 Variáveis dependentes e independentes/ Definição operacional das variáveis | 37 | 27 |
| 5.7 Instrumentos | 41 | 31 |
| 5.7.1 Questionário dos frequentadores..... | 41 | 32 |
| 5.7.2 Questionário dos não frequentadores..... | 43 | 33 |
| 5.8 Logística do estudo..... | 43 | 34 |
| 5.8.1 Seleção e treinamento dos entrevistadores..... | 43 | 34 |

| | | |
|---|----|----|
| 5.8.2 Procedimento das entrevistas..... | 44 | 35 |
| 5.8.3 Perdas e Recusas..... | 45 | |
| 5.9 Análise dos dados..... | 45 | 35 |
| 5.10 Controle de qualidade..... | 45 | 35 |
| 6 ASPECTOS ÉTICOS..... | 46 | 36 |
| 7 DIVULGAÇÃO DOS RESULTADOS..... | 47 | 37 |
| 8 CRONOGRAMA..... | 47 | 38 |
| 9 ORÇAMENTO..... | 48 | 39 |
| 10 REFERÊNCIAS..... | 50 | 40 |

1 Introdução

1.1 Caracterização do problema de pesquisa

Há muitos anos a atividade física é reconhecidamente um fator comportamental importante para a manutenção, tratamento e melhoria da condição de saúde da população (HALLAL et al., 2012; LEE et al., 2012). Estudos têm evidenciado, de forma consistente, que adequados níveis de atividade física diminuem o risco de desenvolvimento de doença arterial coronariana, diabetes, hipertensão e osteoporose (WEN et al., 2011; LEE et al., 2012). Apesar da população reconhecer os benefícios da prática de atividade física (REICHERT et al., 2007), essa informação não é suficiente para aumentar o nível de atividade física da população nacional e mundial (HALLAL et al., 2012). Estudo realizado no ano de 2012 identificou a inatividade física como uma pandemia global, sendo que 1/3 da população mundial não alcançava as recomendações mínimas de atividade física para benefícios à saúde (OMS, 2015).

Esses achados desencadearam uma série de ações visando modificar esse panorama, contudo, quatro anos após novas pesquisas em âmbito mundial foram realizadas e as análises de tendência não encontraram mudanças substanciais no quadro (OMS, 2015). Por isso, os resultados ainda são preocupantes, o que torna estudos de acompanhamento essenciais para monitoramento destas alterações e seus fatores associados. No Brasil, os dados de acompanhamento do Vigitel (2017), mostraram que cresceu a prática de atividade física no tempo livre. Jovens de 18 a 24 anos são os que mais praticam atividades físicas no tempo livre, mas essa prevalência diminui com o aumento da idade.

Por este motivo, diversos programas de intervenção vêm sendo implementados com o objetivo de incentivar a prática de atividade física como um promotor de saúde (LEE et al., 2011; HEATH et al., 2012) e no Brasil, parte dos programas de intervenção são realizados em espaços públicos, como parques (HOEHNER et al., 2013).

Os parques são locais valorizados e utilizados pela população para atividades físicas de lazer (BEDIMO-RUNG et al., 2005; KACZYNSKI et al., 2007). Como consequência da atratividade e a visitação destes locais, tem sido observada associação positiva entre o uso de espaços públicos e a prática de diferentes tipos e

intensidades de atividades físicas (COOMBES et al., 2010). A utilização de espaços públicos pode aumentar significativamente a probabilidade de maiores níveis de atividade física no deslocamento, caminhada e atividade física moderada vigorosa no lazer, além da atividade física total (VEITCH et al., 2013).

Investigações nacionais foram realizadas para identificar as características dos frequentadores dos parques, relacionar fatores ambientais com a prática regular de atividade física (FERMINO et al., 2012; FERMINO et al., 2013; FLORINDO et al., 2013; LOPES et al., 2014; FÁRIAS JÚNIOR et al., 2014) e descrever a frequência de uso de parques (FERMINO et al., 2017). Entretanto, nenhuma investigação longitudinal para verificar a estabilidade na utilização e não-utilização de espaços públicos para a prática de atividade física entre adultos foi realizada.

Dessa forma, o objetivo do estudo é analisar a estabilidade em um ano na utilização e não-utilização de um espaço público para a prática de atividade física entre adultos de um município de pequeno porte do sul do Rio Grande do Sul e verificar a associação destes fatores com variáveis sociodemográficas, nutricionais e de saúde.

1.2 Justificativa

Os benefícios da atividade física (AF) sobre a saúde estão bem estabelecidos na literatura (HALLAL et al., 2006; STRONG et al., 2005). Apesar disso, os níveis de inatividade física ainda são preocupantes. Em todo o mundo, estima-se que 23,3% dos adultos são fisicamente inativos (WHO, 2015), tornando a inatividade física um dos principais problemas enfrentados pela população mundial (LEE et al., 2012). Diversos são os fatores que afetam a participação em atividades físicas e esses fatores podem ser determinados por características demográficas, conhecimento, atitudes e crenças sobre exercícios físicos, assim como fatores ambientais. Os determinantes relacionados com o ambiente físico se mostraram muito influentes na adoção de um comportamento fisicamente ativo, principalmente no que diz respeito ao acesso e segurança de locais propícios para a prática de atividades (ECHEVERRIA et al., 2014; KRUG et al., 2015; MACKENBACH et al., 2016).

Nesse sentido, os espaços públicos propícios para a prática de atividades físicas de lazer, tais como praças, parques, áreas verdes e de lazer, aparecem como

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 maioria dos estudos relacionados a espaços públicos para prática de atividade física é de caráter transversal, o que dificulta estabelecer uma associação entre a continuidade (ou não) e da prática de atividade física nesses locais com fatores comportamentais e ambientais. Diante disso, estudos longitudinais são essenciais para monitoramento destas alterações e seus fatores associados, servindo aos órgãos públicos como base para traçar estratégias e políticas públicas que visam a promoção e a manutenção da atividade física em nível populacional, bem como, a identificação de facilitadores e de barreiras percebidas e sua associação com fatores sociodemográficos, nutricionais e comportamentais.

Além disso, existe uma lacuna na literatura no que diz respeito às cidades de menor porte e o comportamento de suas populações em relação à atividade física (BARETTA et al., 2007; MATSUDO et al., 2002). Não foram encontrados estudos na literatura nacional e internacional referente a investigações relacionadas a continuidade (ou não) da prática de atividade física em espaços públicos em cidades do interior. Com isso, torna-se relevante a realização de uma pesquisa na cidade de Canguçu - RS. Um município de porte pequeno, semelhante a vários outros da região sul do Rio Grande do Sul, que apresenta um espaço público para a prática de atividade física que se destaca na região. O espaço, popularmente conhecido como “A pista” tem uma ótima estrutura para a prática de atividades físicas e conta com uma pista de atletismo, um campo de futebol, uma AAL (academia ao ar livre), duas quadras de vôlei de areia e equipamentos para alongamento. Além disso, no verão, existe um projeto da Prefeitura Municipal de Canguçu (2015) que consiste na orientação profissional para a prática de exercícios e empréstimo de materiais esportivos que perdura há anos, independentemente das trocas na gestão do município.

2 Objetivos

2.1 Objetivo geral

- Verificar a estabilidade em um ano na utilização e não-utilização de um espaço público para a prática de atividade física entre adultos de um município de pequeno porte do sul do Rio Grande do Sul.

2.2 Objetivos específicos

- Descrever características sociodemográficas, nutricionais e de saúde dos frequentadores e não-frequentadores de um espaço público para a atividade física;
- Descrever o número absoluto e características demográficas e econômicas de frequentadores que tornaram-se não-frequentadores e não-frequentadores que tornaram-se frequentadores do espaço público no período de acompanhamento;
- Descrever e comparar os facilitadores e as barreiras para a prática de atividade física entre frequentadores e não frequentadores de um espaço público;
- Analisar a associação das barreiras e dos facilitadores com variáveis sociodemográficas, nutricionais e de saúde dos frequentadores e não frequentadores;
- Verificar as variáveis tabagismo e consumo de álcool em excesso entre frequentadores e não frequentadores de um espaço público para a atividade física;
- Descrever nível de atividade física de frequentadores e não-frequentadores;
- Descrever como são utilizadas as estruturas do espaço público por frequentadores;
- Descrever atividades físicas praticadas no espaço público;
- Descrever eventuais mudanças estruturais ocorridas no espaço público no período estudado (entre dezembro de 2016 a Janeiro de 2018).

3 Hipóteses

O presente trabalho está pautado nas seguintes hipóteses:

- H1: Aproximadamente 30% a 40% dos frequentadores e não-frequentadores apresentarão Índice de Massa Corporal (IMC) relativo a sobrepeso e obesidade e a auto percepção de saúde regular ou ruim será significativamente maior entre os não-frequentadores (DUMITH et al., 2009; HALLAL et al., 2010).
- H2: Os frequentadores e não-frequentadores do espaço público da cidade de Canguçu/RS terão renda mensal familiar entre R\$1.000-2.999 e serão na maioria de cor da pele branca, com nível de escolaridade de nove anos ou mais (SOUZA et al., 2014; COLLET et al., 2008; SILVA et al., 2009);
- H3: Os fatores beleza geográfica, localização geográfica, pista de caminhada, equipamentos disponíveis, estacionamento no parque, beleza arquitetônica das estruturas construídas, comportamento dos frequentadores, apoio e incentivos de amigos e valor atribuído ao parque pela comunidade serão apontados como facilitadores para a prática de atividade física no espaço público pelos frequentadores (SILVA et al., 2009);
- H4: Os fatores: Incidências de chuvas, poluição do ar, serviços de emergência/ambulatório, segurança pública serão apontados como barreiras para a prática de atividade física no espaço público pelos frequentadores (COLLET et al., 2008; SILVA et al., 2009);
- H5: Mais de 80% não fumará atualmente e mais de 70% relatará ter consumido bebida alcoólica pelo menos uma vez ao mês (DURAN et al., 2004);
- H6: Aproximadamente 80% dos frequentadores do espaço público atingirão a recomendação mínima de 150 minutos por semana para a obtenção de benefícios físicos à saúde e terão maiores níveis de atividade física quando comparados aos que não frequentam (FERMINO et al. 2012; SOUZA et al. 2014);
- H7: Em relação aos aspectos de utilização, a caminhada será o tipo de atividade física mais praticada no espaço público (DUCA et al., 2014).

4 Revisão de literatura

4.1 Atividade Física e Saúde

A atividade física é determinada como todo movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos que resulta em gasto energético acima dos níveis de repouso (CASPERSEN et al., 1985). A prática de atividade física pode ser realizada em diferentes momentos da vida diária, por isso, quatro domínios são adotados para se referir as formas de categorização dos diversos tipos de atividade física, que são elas: as atividades ocupacionais, as atividades domésticas, o transporte ou deslocamento, e as atividades no tempo de lazer (BARROS et al., 2003). Neste contexto, o exercício pode ser considerado um componente das atividades de lazer, e consiste na realização de movimentos planejados, estruturados e repetitivos com objetivo de manutenção ou melhora de aspectos da aptidão física (CASPERSEN et al., 1985).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda que um indivíduo adulto entre 18 e 64 anos necessita realizar, no mínimo, 150 minutos de atividade física moderada ou 75 minutos de atividade física intensa por semana para ser considerado ativo (WHO, 2010). Atingindo essa recomendação, há uma contribuição nos aspectos fisiológicos, metabólicos e psicológicos, assim como a redução dos riscos de doença cardíaca coronariana e acidente vascular cerebral, diabetes tipo II, hipertensão e depressão, além disso, é um fator determinante no consumo de calorias diárias, fundamental para alcançar o equilíbrio energético, evitando a obesidade e sobrepeso (WHO, 2010; LEE et al., 2012). Porém, para obtenção de benefícios adicionais, as recomendações devem ser dobradas, onde as atividades de intensidade moderada devem atingir 300 minutos por semana, ou 150 minutos de intensidade vigorosa por semana, ou uma combinação equivalente de atividade moderada e de intensidade vigorosa (WHO, 2010).

Um recente estudo analisou a relação entre atividade física e câncer e constatou que praticar atividade física regular reduz o risco de desenvolver 13 tipos diferentes de câncer. Sendo que a prática regular de atividade física estava associada à redução de 7% no risco de desenvolver qualquer tipo de câncer e o risco de desenvolver sete tipos de câncer foi de 20% menor entre os participantes mais ativos

em comparação com os participantes menos ativos (MOORE et al., 2016). Estes resultados sustentam as evidências dos benefícios da atividade física na prevenção e controle de câncer de toda população.

Além de a atividade física contribuir para uma melhoria da qualidade de vida, ela pode provocar um grande impacto econômico e social especialmente em países de renda média e baixa (ROMEIRO et al., 2013). Sua falta está associada a custos aumentados em medicamentos e serviços de saúde, tanto os mais básicos quanto os de alta complexidade, portanto, seria apropriado promover sua prática como uma estratégia de diminuir os prejuízos para a economia e ainda promover a saúde e o bem-estar social (MARTÍNEZ-LÓPEZ e GRAJALES, 2010). Um estudo realizado na cidade de Pelotas avaliou a redução de custos que poderia ser promovida pela atividade física para internações hospitalares por doenças do aparelho circulatório e diabetes, e nos custos com medicamentos para o tratamento do diabetes e da hipertensão arterial realizados pelo Sistema Único de Saúde (SUS). O potencial econômico da atividade física ao SUS oscilou entre 12% para a utilização de medicamentos e 50% para hospitalizações por doenças do aparelho circulatório e foi estimado em R\$ 2,2 milhões (BIELEMANN et al. 2012).

Apesar de todo conhecimento sobre os benefícios da atividade física, um estudo realizado em 122 países, representando quase 90% da população mundial, mostrou que cerca de 1/3 dos adultos é insuficientemente ativo, ou seja, não atinge as recomendações de 150 minutos por semana de prática de atividade física (HALLAL et al., 2012). Além disso, mais de 5 milhões de mortes por ano no mundo são atribuídas à inatividade física, um valor comparável ao atribuído ao tabagismo (HALLAL et al., 2014). Buscando modificar esse quadro, a promoção da atividade física tornou-se uma das prioridades da Estratégia Global para a Promoção da Alimentação Saudável, Atividade Física e Saúde da Organização Mundial de Saúde (WHO, 2004). Entre os principais objetivos desta estratégia estão o desenvolvimento, fortalecimento e implementação de políticas globais, nacionais e regionais para a adoção de hábitos saudáveis pela população (OLIVEIRA-CAMPOS et al., 2012).

As intervenções mais eficazes na promoção da AF são aquelas que atuam em vários níveis para modificar variáveis psicológicas, sociais, políticas e ambientais sendo as duas últimas as mais promissoras (SALLIS et al., 2006). No Brasil, parte dos

programas de intervenção comunitários são realizados em parques (HOEHNER et al., 2013)

4.2 Espaços públicos para a prática de atividade física no lazer

Diversos programas de intervenção vêm sendo implementados em todo o mundo com o objetivo de aumentar os níveis de atividade física (HEATH et al., 2012) e reduzir os fatores de risco para as doenças crônicas não transmissíveis (LEE et al., 2012). No Brasil, estas ações têm sido previstas a partir da publicação da Política Nacional de Promoção da Saúde (PNaPS), que destina recursos para investimento em projetos locais de incentivo à atividade física voltadas tanto para a comunidade como para grupos vulneráveis, como também para melhoria dos espaços públicos para a realização destas práticas (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2006).

Os espaços públicos abertos como praças, parques e ciclovias representam uma importante oportunidade para a prática de atividades físicas no lazer por serem relativamente seguros, equipados, acessíveis, gratuitos e com reduzida circulação de veículos (MCCORMACK et al., 2010), e por isso, são considerados ambientes adequados e valorizados para a prática de atividades físicas e de lazer (DA SILVA et al., 2009; BEDIMO-RUNG et al., 2005). A disponibilidade, o acesso e a utilização a locais públicos para a prática de atividade física pode facilitar a prática de atividade física e é considerado um aspecto importante para a saúde dos indivíduos e da comunidade (BEDIMO-RUNG et al., 2005). A prática de atividade física nestes locais está associada ao melhor bem estar físico, psicológico e social, além de maiores níveis de AF dos seus frequentadores (KACZYNSKI et al., 2008; BEDIMO-RUNG et al., 2005). Além disso, a prática de AF em parques está associada com maior dispêndio energético (COHEN et al., 2013) e os frequentadores destes espaços realizam caminhada e AF de intensidade vigorosa com maior frequência do que aqueles que não os utilizam (PARRA et al., 2010; HINO et al., 2010).

Um estudo realizado por Veitch et. al. (2013) na Austrália, verificou que a utilização de parques pode aumentar significativamente a probabilidade de maiores níveis de atividade física de deslocamento, de atividade física moderada e vigorosa no lazer, bem como da atividade física total. Outro estudo, conduzido por Salvo et al. (2016), observou que o uso de espaços públicos aumentou significativamente as

chances de caminhada no lazer em Bogotá (Colômbia) e Cuernavaca (México). No Brasil, um estudo longitudinal conduzido por Pazin et al. (2016), na cidade de Florianópolis, identificou que a implementação de uma nova rota de caminhada e ciclismo contribuiu para o aumento de, em média, 15 minutos a caminhada no lazer, principalmente entre aqueles que residiam a 500 metros de distância da rota.

A qualidade dos espaços públicos e estruturas para atividades físicas são decisivas para o aumento ou diminuição do número de frequentadores do local (COHEN et al., 2010). Com isso, espaços públicos que apresentam estruturas com melhores condições são mais atrativos, gerando um impacto positivo para a estética do local (FERMINO et al., 2013). Diferentes estudos mostraram que parques públicos em boa qualidade de manutenção e com opções ao lazer são mais frequentados para atividades físicas por crianças e adolescentes aumentando o tempo de permanência nos locais (BOCARRO et al., 2015; RIES et al., 2009).

Nesse sentido, torna-se importante a compreensão da relação entre o uso dos espaços públicos e a prática de atividade física para que os gestores possam direcionar políticas que promovam o acesso e o uso destes locais pela comunidade. Outros aspectos, como à oferta, a acessibilidade e a qualidade de espaços devem ser mais bem abordados para traduzir de forma mais correta o desempenho das ações adotadas, tornando mais consistentes a elaboração e a avaliação desses programas de promoção de atividade física na comunidade (HALLAL et al., 2010).

4.3 Perfil dos frequentadores de espaços públicos para atividade física

A utilização de espaço públicos para a prática de atividade física está associada ao melhor bem estar físico, psicológico e social além de maiores níveis de atividade física dos seus frequentadores (BEDIMO RUNG et al., 2005). Por isso, é importante identificar quem são as pessoas que estão utilizando ou não estes locais para que se possa subsidiar intervenções que visem propiciar melhores condições destes espaços e aumento nos níveis de prática da população (HALLAL et al., 2010). Atualmente, existem estudos traçando o perfil de frequentadores de ambientes públicos para a prática de atividade física (COLLET et al., 2008; SILVA et al., 2009; ESTEVES et al., 2010; HALLAL et al., 2010; LEMOS, 2010; CANCELLIER, 2011; MOURA JUNIOR et

al., 2011; RECHIA et al., 2011; PAULO et al., 2012; CASSOU, 2013; COSTA et al., 2013; SOUZA et al., 2014; FERMINO et al. 2015; IEPSEN e SILVA, 2015; FERMINO et al., 2017).

Todos os artigos que traçam o perfil dos frequentadores de espaços públicos para a prática de atividade física são transversais ou descritivos, e a maioria utilizou questionários para a realização da pesquisa. As informações dos estudos foram coletadas principalmente em parques e praças (COLLET et al., 2008; SILVA et al., 2009; CASSOU, 2009; CANCELLIER, 2011; MOURA JUNIOR et al., 2011; FERMINO et al., 2015), programas públicos de promoção de atividade física (HALLAL et al., 2010; LEMOS, 2010; RECHIA et al., 2011; COSTA et al., 2013), academias da terceira idade (ESTEVEES et al., 2010; PAULO et al., 2012) e academia ao ar livre (SOUZA et al., 2014; IEPSEN e SILVA, 2015).

A maioria dos estudos mostra que a frequência das mulheres nos espaços públicos é maior do que a dos homens (SILVA et al., 2009; LEMOS, 2010; CANCELLIER, 2011; MOURA JUNIOR et al., 2011; PAULO et al., 2012; COSTA et al., 2013; FERMINO et al., 2015; SOUZA et al., 2014; IEPSEN e SILVA, 2015). Em relação à faixa etária dos estudos houve grande variação entre as populações, sendo que alguns estudos encontraram idades na faixa de 40 anos ou superior (COSTA et al., 2013; SOUZA et al., 2014; FERMINO et al., 2015; IEPSEN e SILVA, 2015) e outros com idade abaixo dos 40 anos (COLLET et al., 2008; SILVA et al., 2009; FERMINO et al., 2012; FERMINO et al., 2017)

Em relação a escolaridade, grande parte dos estudos mostra que as pessoas que frequentam os espaços públicos para a prática de atividade física têm pelo menos o ensino médio completo (COLLET et al., 2008; SILVA et al., 2009; FERMINO et al., 2012; IEPSEN e SILVA, 2015). Já as variáveis renda, cor da pele, estado civil e atividade física variaram muito entre os estudos. Poucas pesquisas avaliaram questões relacionadas à saúde. A prevalência de doenças crônicas na população estudada foi verificada em quatro estudos (LEMOS, 2010; PAULO et al., 2012; COSTA et al., 2013; IEPSEN e SIVA, 2015), consumo de medicamentos avaliado por um (COSTA et al., 2013), dois analisaram dados sobre tabagismo (LEMOS, 2010; IEPSEN e SILVA, 2015) e mais quatro estudos avaliaram a percepção de saúde dos indivíduos (HALLAL et al., 2010; SOUZA et al., 2014; FERMINO et al., 2015; IEPSEN e SILVA, 2015).

Percebe-se que existe uma divergência nos procedimentos metodológicos dos estudos que visam identificar o perfil de frequentadores de locais públicos para a prática de atividade física. As variações acontecem principalmente nas populações alvo e nos locais estudados, como praças e academias ao ar livre e parques, o que dificulta a comparação dos achados e a elaboração de intervenções que venham a otimizar a utilização destes espaços pela população.

4.4 Barreiras e facilitadores para a prática de atividade física em espaços públicos

Os inúmeros prejuízos a saúde advindos de um estilo de vida inativo são cada vez mais conhecidos pela população em geral. Contudo, esta consciência parece não ser suficiente para mobilizar as pessoas para se envolverem com atividades físicas no seu cotidiano. Neste sentido, muitos estudos têm procurado descobrir quais fatores dificultam e estimulam a prática de atividade física para a população. Estes fatores são diversos (SCOTT; JACKSON, 1996; FAHRENWALD; WALKER, 2003; REICHERT et al., 2007), podendo variar desde aspectos pessoais (REICHERT et al., 2007) e sociais (SCOTT; JACKSON, 1996) a ambientais (FAHRENWALD; WALKER, 2003).

No entanto, as barreiras e os facilitadores para a prática de atividade física identificados em espaços públicos são específicos de cada região, pois as poucas evidências mostraram que a depender de características sociais, demográficas e regionais, específicas de cada local, estes fatores inibidores ou estimuladores podem assumir diferentes formas de percepção (PUCHER; RENNE, 2003; CHAN et al., 2006; SHISHEHBOR et al., 2006; STAFFORD et al., 2008; MCGINN et al., 2007; KIRCHHOFF et al., 2008).

Dentre as barreiras pessoais, o fator mais citado em diversas pesquisas foi a falta de tempo (SCOTT e JACKSON, 1996; LESS et al., 2005; DUNTON et al., 2006; ARZU et al., 2006; CASTRO-CARVAJAL et al., 2008; DE SOUSA et al., 2010; PINHEIRO et al., 2012; DE JESUS e DE JESUS, 2011; JAHNS et al., 2014). No estudo transversal de Scott e Jackson (1996) que visou identificar as restrições que limitavam o uso de parques públicos para a prática de atividade física, os autores identificaram a falta de tempo como a restrição mais relatada. Quase cerca de 20 anos depois, a falta de tempo relacionada a jornadas de trabalho extensas e compromissos

familiares, persiste como uma forte barreira para a prática de atividade física (DE JESUS e DE JESUS, 2011; JAHNS et al., 2014).

No que diz respeito às barreiras ambientais, apesar de serem estudadas há bastante tempo (SCOTT e JACKSON, 1996), nos últimos anos elas têm sido amplamente avaliadas (JAHNS et al., 2014; ECHEVERRIA et al., 2014; KRUG et al., 2015; MACKENBACH et al., 2016). Muitos aspectos do ambiente são relatados como barreiras, dentre eles as condições climáticas. Um estudo de Silva et al (2009), indicou que a incidência de chuvas é o maior inibidor para prática de atividade física em um parque de Curitiba-PR. Outro estudo, realizado com adultos do Canadá (CHAN et al., 2006) identificou que nos dias de menores temperaturas, bem como nos de maiores precipitações de chuvas, menor era a quantidade de passos que as pessoas realizavam, independente do sexo, tornando-se, assim, menos ativos. A poluição do ar em um parque de Curitiba-PR foi reportada como uma das principais barreiras para a prática de atividade física, especialmente, por pessoas com nível socioeconômico mais baixo (SILVA et al., 2009).

Em relação aos fatores que estimulam a prática de atividade física em espaços públicos, um aspecto importante do ambiente é a disponibilidade e o acesso às instalações de exercícios (SALLIS et al., 1990; HOEHNER et al., 2005; SALVADOR et al., 2009; SILVA et al., 2009; FLORINDO et al., 2011; FERMINO et al., 2013; JAHNS et al., 2014; LOPES et al., 2014; MACKENBACH et al., 2016). Mackenbach et al. (2016) analisaram a interação de disponibilidade de locais para a prática de atividade física com os níveis de atividade física de 5025 adultos de cinco países distintos da Europa. A presença de ciclovias e parques no bairro foi associada com maiores níveis de atividade física. Já no estudo de Silva et al. (2009) em um parque público de Curitiba-PR, os fatores da dimensão tecnológica e arquitetônica do ambiente no parque como pista de caminhada, equipamentos disponíveis, estacionamento no parque e beleza arquitetônica das estruturas construídas, foram considerados facilitadores para a prática de AF.

Os programas públicos para a prática de atividade física e a presença de cartazes informativos sobre atividade física são fatores percebidos como estimuladores para a prática (SALLIS et al., 2006; SILVA et al., 2009). A percepção de segurança se mostra como um fator determinante para a prática de atividades físicas, principalmente em espaços abertos (MCGIN et al., 2007; FLORINDO et al., 2011; RECH et al., 2012; FLORINDO et al., 2013; ECHEVERRIA et al., 2014). No

estudo de Silva et al. (2009), foi considerada um fator estimulador para a AF, independente de variáveis sócio-demográficas. Florindo e colaboradores (2013) investigaram a associação entre o ambiente percebido e a atividade física entre 890 adultos da cidade de São Paulo e concluíram que as pontuações de percepção segurança mais elevadas estiveram entre as variáveis que explicaram a atividade física.

Os fatores sociais, também, são amplamente investigados na literatura. Os valores e atitudes como, comportamento dos frequentadores, apoio e incentivo dos amigos, valor atribuído ao parque pela comunidade e a importância do suporte social para a prática de AF em todas as idades, são considerados estimuladores para a prática de AF em parques, independente de variáveis sócio-demográficas (BATIK et al., 2008; KIRCHHOFF et al., 2008; PETERSON et al., 2008; SILVA et al., 2009).

4.5 Estabilidade na prática de atividade física

Há muitos anos a atividade física é reconhecidamente um fator comportamental importante para a manutenção, tratamento e melhoria da condição de saúde da população (HALLAL et al., 2012; LEE et al., 2012). Dessa maneira, as recomendações para tal comportamento são amplamente defendidas por diversas entidades nacionais e internacionais (LEITÃO et al., 2000; CIOLAC et al., 2004). Assim, além de descrever a prevalência de atividade física de uma população, se torna de suma importância realizar o acompanhamento deste comportamento e obter informações sobre o efeito da atividade física praticada ao longo da vida para a promoção da saúde e prevenção de doenças (LOPES et al., 2004).

De uma forma geral, o monitoramento da prática de atividade física a nível populacional ainda não é uma realidade entre países de renda baixa e média (HALLAL et al., 2012). No Brasil o VIGITEL começou a monitorar os níveis de atividade física populacionais nas capitais a partir do ano de 2006, e adotou o Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis no Brasil 2011 – 2022 (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2011), permitindo assim que os gestores pudessem realizar o redirecionamento e planejamento de políticas públicas para reduzir a carga das doenças crônicas não transmissíveis.

A partir destes dados foi possível realizar o acompanhamento da prática de atividade entre a população brasileira. Por exemplo, um estudo realizado por Malta et

al. (2015), com os dados do VIGITEL entre os anos de 2006 e 2013, identificou um aumento dos níveis de atividade física no lazer em ambos os sexos, faixas de idade e escolaridade, uma redução na atividade física de deslocamento e uma estabilidade na tendência dos percentuais de indivíduos que assistem à TV por no mínimo três horas diárias. O percentual de adultos inativos também se manteve estável, segundo sexo, idade e escolaridade. As prevalências são muito mais elevadas, mais que dobram após 65 anos, o que está em conformidade com o cenário global (MALTA et al., 2015).

Dados atuais do Vigitel (2017), mostraram que cresce a prática de atividade física no tempo livre, em 2009, 30,3% da população fazia atividade física por pelo menos 150 minutos por semana, já em 2016 a prevalência foi de 37,6%. Nas faixas etárias pesquisadas, os jovens de 18 a 24 anos foram os que mais praticaram atividades físicas no tempo livre, prevalência essa que diminui com o aumento da idade. Já a prevalência de inatividade física entre os brasileiros é de 15,4%.

Nos Estados Unidos a atividade física no tempo livre encontrava-se relativamente estabilizada há mais de 20 anos, entretanto, as atividades físicas ocupacional, de deslocamento e atividades domésticas se encontram em declínio (CDC, 2005). Por outro lado, este comportamento de estabilidade ou redução tem ocorrido na maioria dos países em desenvolvimento, exceto alguns países da Europa, onde os níveis também têm aumentado (KNUTH et al., 2009). Estudo conduzido por Santos et al. (2017), com estudantes de Educação Física da Universidade Federal de Pelotas verificou que não houve diferença estatisticamente significativa da frequência de ativos no período de lazer, deslocamento e total durante dois anos de acompanhamento.

Outros estudos realizados no Brasil traçaram a adesão e a estabilidade da prática de atividade física entre adultos (KRUGER et al., 2001; SANTOS et al., 2006). Estudo conduzido por Santos et al. (2006), verificou os motivos de adesão e manutenção à atividade física de indivíduos de 40 a 60 anos, mostrando que a motivação para continuar a prática varia de acordo com a idade e atividade física executada, porém os motivos iniciais de adesão variaram, sendo de ordem médica, lazer, qualidade de vida, estética e saúde. Outro estudo que buscou verificar os motivos que conduzem pessoas de meia-idade à participarem de atividades físicas, mostrou que os motivos de continuidade mais mencionados são o bem-estar e a

disposição, estando diretamente relacionados às atividades de vida diária e a preparação para um envelhecimento sem dependência (KRUGER et al., 2001).

Monitorar as mudanças nos indicadores de atividade física é fundamental para avaliar a efetividade das políticas públicas de promoção de atividade física e planejar ações que contribuam com a redução de um dos principais fatores de risco para doenças crônicas. Porém, existem poucos estudos brasileiros traçando a estabilidade na prática de atividade física entre adultos e nenhum estudo nacional ou internacional de estabilidade da prática de atividade física em espaços públicos. Tal fato evidencia a necessidade de maior investigação acerca de possíveis determinantes para adoção e manutenção da atividade física em frequentadores e não frequentadores de espaços públicos para a prática de atividade física.

4.6 Características da linha de base

No presente trabalho serão utilizados dados da linha de base do estudo intitulado “Barreiras e facilitadores para a prática de atividade física em um espaço público: a diferença de percepção entre frequentadores e não frequentadores”, realizado na cidade de Canguçu/RS no ano de 2017 que teve como objetivo analisar a percepção de facilitadores e barreiras para a prática de atividade física em um espaço público, entre frequentadores e não frequentadores. A amostra deste estudo foi composta por 109 frequentadores e 109 não frequentadores de um espaço público da cidade de Canguçu/RS e o processo de amostragem foi do tipo acidental, onde o maior número possível de frequentadores foi entrevistado, abrangendo todos os sujeitos que estiveram utilizando o espaço no período de 14 dias de coleta de dados. Adicionalmente, para cada frequentador, foi entrevistado um não frequentador.

Os não frequentadores foram pareados aos frequentadores em termos de vizinhança, sexo e idade (± 10 anos). Para a coleta foi utilizado um questionário com questões demográficas, socioeconômicas, comportamentais, de saúde, relativas à utilização do espaço e uma escala de autopercepção do ambiente. Para verificar se determinado fator era considerado uma barreira ou um facilitador, foi realizado um teste de diferença entre proporções, adotando-se um $p < 0,05$.

Frequentadores e não frequentadores do espaço público apresentam percepção semelhante em relação aos fatores ambientais que estimulam ou inibem a prática AF

no local. Ambos concordaram que a incidência de chuvas e a falta de serviços de atendimento de emergência inibem a prática de atividade física. Em relação aos fatores que estimulam a prática, concordaram que a beleza geográfica, a localização, pista de caminhada, estacionamento, beleza arquitetônica, programas públicos, comportamento dos usuários, apoio e incentivo dos amigos e valor atribuído ao parque são facilitadores para prática de atividade física. Entretanto, a falta de cartazes/quadros informativos e a poluição do ar foram percebidas, respectivamente, como uma barreira e um facilitador somente pelos frequentadores. Já a regulamentação de trânsito foi um facilitador somente para os não frequentadores.

Em geral, tanto frequentadores quanto não frequentadores apresentaram uma percepção positiva sobre o espaço para prática de atividades físicas. No entanto, algumas melhorias podem ser realizadas no espaço, como instalação de cartazes/quadros informativos sobre atividade física e disponibilização de profissional da área da saúde capacitado para agir em casos de emergência.

5 Metodologia

5.1 Delineamento

Estudo de coorte prospectiva, com primeira coleta entre janeiro/2017 e março/2017. A segunda coleta será realizada no primeiro semestre de 2018, respeitando o período de um ano após a primeira coleta.

5.2 População alvo

A amostra para este estudo será composta por 218 moradores da área urbana da cidade de Canguçu/RS que participaram da primeira fase da pesquisa, sendo eles 109 frequentadores e 109 não frequentadores do espaço público. A população de referência para a primeira fase da pesquisa foi composta por moradores da cidade de Canguçu/RS que efetivamente realizaram alguma atividade física em um espaço público da cidade denominado “pista do ginásio”.

O processo de amostragem foi do tipo acidental, em que o maior número possível de frequentadores foi entrevistado, abrangendo todos os sujeitos que estiveram utilizando o espaço no período de coleta de dados. Adicionalmente, para cada frequentador, foi entrevistado um não frequentador. Os não frequentadores foram pareados aos frequentadores em termos de vizinhança, sexo e idade (± 10 anos).

5.3 Cidade de Canguçu – Rio Grande do Sul

Canguçu é um município de pequeno porte, localizado na Serra dos Tapes, no sul do Rio Grande do Sul. É considerado o município com maior número de minifúndios do Brasil, possui cerca de 14 mil propriedades rurais, sendo conhecida como a Capital Nacional da Agricultura Familiar. O município tem uma população de 55956 habitantes, sendo que 65% dos moradores estão na zona rural do município (IBGE, 2016). A economia local é baseada principalmente no comércio e na agricultura, sendo Canguçu o maior produtor de tabaco do Brasil (AFUBRA, 2017).

O município apresenta um relevo mais elevado com predominância de declividades e com altitude ao redor dos 400m. Em relação às condições climáticas, Canguçu apresenta um clima subtropical com precipitações regulares durante todo

ano. As quatro estações do ano são bem definidas, porém com um inverno rigoroso, registrando temperaturas negativas.

No município de Canguçu são raros os locais públicos para a prática de atividade física. Um dos poucos locais e o mais frequentado para esse tipo de atividade é um espaço popularmente conhecido como “A pista”. O espaço público fica localizado ao lado do Ginásio Municipal de Esportes e conta com uma pista de atletismo, um campo de futebol, uma AAL (academia ao ar livre), duas quadras de vôlei de areia e equipamentos para alongamento. Além disso, no verão, existe um projeto da Prefeitura Municipal de Canguçu (2015) que consiste na orientação profissional para a prática de exercícios e empréstimo de materiais esportivos que perdura há anos, independentemente das trocas na gestão do município. A figura 1 apresenta uma imagem do espaço público.

5.4 Critérios de inclusão

- Todos os participantes do estudo de 2017;

5.5 Critérios de exclusão

- Morar em outro município;
- Limitações cognitivas ou neurológicas que impeçam o sujeito de responder ao questionário;
- Reclusão.

5.6 Variáveis investigadas

A tabela 1 descreve as variáveis dependentes e independentes utilizadas neste projeto.

Tabela 1. Operacionalização das variáveis dependente e independentes.

| Variáveis | Definição | Escala | Operacionalização |
|---|------------------|---------------|--------------------------|
| Dependentes | | | |
| Continuidade na utilização do espaço público | Dicotômica | Sim/Não | Sim Não |

| | | | |
|---|-------------------|---------|--|
| Continuidade na não-utilização do espaço público | Dicotômica | Sim/Não | Sim Não |
| Independentes | | | |
| Barreiras para prática de atividade física | Ordinal | 1 a 4 | Inibe muito Inibe Estimula Estimula bastante |
| Facilitadores para prática de atividade física | Ordinal | 1 a 4 | Inibe muito Inibe Estimula Estimula bastante |
| Renda familiar mensal | Numérica | -- | Reais |
| Escolaridade | Ordinal | 0 a 5 | Ensino fundamental incompleto Ensino fundamental completo Ensino médio incompleto Ensino médio Superior Incompleto Superior Completo |
| Sexo | Nominal | 0 a 1 | Feminino Masculino |
| Idade | Numérica | -- | Anos completos (a ser categorizada) |
| Cor da pele | Nominal | 0 a 2 | Branca Preta Parda |
| Situação Conjugal | Nominal | 0 a 3 | Casado/Vive companheiro Solteiro Separado Viúvo |
| Profissão | Nominal | -- | Tipo de profissão |
| Massa Corporal | Numérica contínua | -- | Quilos |
| Estatura | Numérica contínua | -- | Centímetros |
| Índice de Massa Corporal | Ordinal | 0 a 2 | Baixo peso Normal Obesidade |

| | | | |
|--|-------------------|-------|--|
| Nível de atividade física | Numérica discreta | -- | Minutos por semana de atividade física no lazer |
| Tabagismo | Nominal | 0 a 2 | Nunca fumou Ex-fumante Fumante atual |
| Ingestão de álcool | Nominal | 0 a 2 | Nunca bebeu Bebe socialmente Ingestão excessiva de álcool |
| Autopercepção de saúde | Ordinal | 0 a 4 | Excelente Muito boa Boa Regular Ruim |
| Tipo de atividade física praticada no espaço | Nominal | 0 a 6 | Caminhada Corrida Vôlei Futebol Musculação Alongamento Outra |
| Tempo que frequenta o espaço | Numérica | -- | Tempo em meses |
| Com que frequência usa o espaço | Numérica | -- | Dias por semana |
| Quanto tempo fica no espaço | Numérica | -- | Tempo em horas e minutos |
| Dias que frequenta o espaço | Nominal | 0 a 2 | Dias de semana Finais de semana Ambos |
| Turno que frequenta o espaço | Nominal | 0 a 2 | Manhã Tarde Noite |
| Frequência que alguém da família ou amigo veio/convidou/incentivou a ir ao espaço | Nominal | 0 a 2 | Nunca Às vezes Sempre |
| Machucou/lesionou no espaço | Nominal | 0 a 1 | Não Sim |
| Deslocamento até o espaço | Nominal | 0 a 5 | A pé Bicicleta Carro Moto Transporte público Outros |

| | | | |
|---|---------|-------|---|
| Objetivo da prática no espaço | Nominal | 0 a 7 | Permanecer saudável Melhorar desempenho esportivo Ter mais energia/reduzir cansaço Prevenir/Tratar doenças/Lesões Diminuir estresse Emagrecer Ganhar massa muscular Outros |
| Satisfação com os resultados obtidos com a prática | Ordinal | 0 a 4 | Totalmente satisfeito Muito satisfeito Satisfeito Insatisfeito Muito insatisfeito |
| Quantidade de dias que realiza atividade física em outro local | Nominal | 0 a 8 | 0 dias/sem 1 dia/sem 2 dias/sem 3 dias/sem 4 dias/sem 5 dias/sem 6 dias/sem 7 dias/sem |
| Por que parou de praticar atividades físicas no espaço? | Nominal | | Falta de profissionais de EF no local Falta de profissionais da saúde no local Estruturas precárias para atividade física Estado de conservação do local é ruim Falta de tempo Preguiça Não tinha local adequado Problemas de saúde Residência distante do espaço público Falta de companhia |

| | | | |
|---|---------|-------|--|
| | | | Achava chato / não gostava Outro |
| Você percebeu alguma mudança estrutural no espaço | Nominal | 0 a 1 | Não Sim |
| Você percebeu incremento de equipamentos para prática de atividade física no espaço? | Nominal | 0 a 1 | Não Sim |
| Você percebeu aumento no número de profissionais de educação física no espaço? | Nominal | 0 a 1 | Não Sim |
| Você percebeu aumento no número de profissionais da saúde no espaço? | Nominal | 0 a 1 | Não Sim |
| Você percebeu aumento nos programas públicos no parque para prática de atividade física? | Nominal | 0 a 1 | Não Sim |
| O estado de conservação do espaço público no último ano? | Nominal | 0 a 2 | Piorou Se manteve igual Melhorou |

5.7 Instrumentos

Os instrumentos utilizados para a coleta de dados serão dois questionários: um aplicado para frequentadores e outro para não frequentadores. Ambos são instrumentos pré testados e codificados, com questões estruturadas e já validadas ou que apresentaram reprodutibilidade adequada em outros estudos (Apêndices B e C). Os instrumentos foram elaborados a partir da composição de outros instrumentos, incluindo questões demográficas, socioeconômicas, comportamentais, nutricional, de saúde, relativas à utilização do espaço público, a mudanças estruturais no espaço público e referentes as barreiras e aos facilitadores para a prática de atividade física no local.

5.7.1 Questionário aplicado aos frequentadores

As variáveis demográficas verificadas serão endereço, telefones, e-mail, sexo (masculino, feminino), idade (anos completos), cor da pele (observada pelo entrevistador e classificada como branca, parda ou preta) e situação conjugal (classificada como casado ou vive com companheiro, viúvo, separado ou solteiro). As variáveis socioeconômicas avaliadas serão a escolaridade (nas categorias: analfabeto, ensino fundamental incompleto, ensino fundamental completo, ensino médio incompleto, ensino médio completo, superior completo) e renda familiar (em reais, posteriormente classificada em classes segundo critérios da ABEP, 2016). O perfil nutricional será verificado pelo índice de massa corporal (IMC), que será calculado pela massa (Kg) (autorreferida), dividida pela estatura (metros) (autorreferida) elevada ao quadrado. Os indicadores comportamentais serão tabagismo (classificado como fumante atual, ex-fumante e nunca fumou), consumo excessivo de álcool (5 doses ou mais para homens e 4 doses ou mais para mulheres em uma mesma ocasião) e prática de atividade física no tempo de lazer (minutos por semana, através do domínio de lazer da versão longa do Questionário Internacional de Atividade Física - IPAQ) (CRAIG et al., 2003).

A percepção de saúde do indivíduo será avaliada pela pergunta “Como você percebe sua saúde?” (classificada como excelente, muito boa, boa, regular ou ruim). As variáveis relativas à utilização do espaço público dirão respeito ao objetivo de verificar a continuidade ou não da prática de atividade física no espaço público, os motivos que levaram a não manutenção da prática no espaço, o tipo de atividade física praticada no espaço, o tempo que frequenta o espaço, com que frequência usa o espaço, quanto tempo fica no espaço, quais dias frequenta o espaço, qual turno frequenta o espaço, frequência que alguém da família ou amigo veio ao espaço com você, convidou você a vir ao espaço e incentivou você a vir ao espaço, se a pessoa já se machucou/lesionou no espaço, como se dá o deslocamento até o espaço, o objetivo da prática, a satisfação com os resultados obtidos com a prática, a prática de outra atividade física fora do espaço e as mudanças no último ano no espaço público, como: mudanças estruturais, incremento de equipamentos, aumento no número de profissionais de educação física e de saúde, aumento no número de programas de atividade física e o estado de conservação do espaço público.

Além disso, será utilizada uma escala de autopercepção do ambiente para realização de atividades físicas, criada e validada por Reis e Petroski (2002). Essa escala apresenta 16 fatores que podem influenciar a prática de atividades físicas em espaço públicos, positivamente (facilitadores) ou negativamente (barreiras). As opções de resposta variam entre 1: Inibe bastante, 2: Inibe, 3: Estimula e 4: Estimula bastante.

5.7.2 Questionário aplicado aos não-frequentadores

As variáveis demográficas, socioeconômicas, nutricionais, comportamentais e de saúde serão coletadas da mesma forma que os frequentadores. As variáveis relativas à utilização do espaço público dirão respeito ao objetivo de verificar a continuidade fora do espaço público ou início de prática no espaço. Será verificado se o indivíduo já frequentou o espaço regularmente anteriormente, caso a resposta seja positiva ele responderá as variáveis relativas à utilização do espaço público no período em que frequentou, idênticas às dos frequentadores atuais: tipo de atividade física praticada no espaço, o tempo que frequentou o espaço, com que frequência usava o espaço, quanto tempo ficava no espaço, quais dias frequentava o espaço, qual turno frequentava o espaço, frequência que alguém da família ou amigo ia com você ao espaço, convidou você a ir ao espaço e incentivou você a ir ao espaço, se a pessoa já se machucou/lesionou no espaço, como se dá o deslocamento até o espaço, o objetivo da prática, a satisfação com os resultados obtidos com a prática e se pratica outra atividade física fora do espaço e os motivos que influenciaram com que ela voltasse a frequentar o espaço. Ademais, a escala de autopercepção do ambiente para realização de atividades físicas, criada e validada por Reis e Petroski (2002).

5.8 Aspectos logísticos

5.8.1 Seleção e treinamento dos entrevistadores

Todos os entrevistadores que fizeram parte da primeira fase do estudo serão convidados a participar deste novo acompanhamento. Caso seja necessário, serão recrutados alunos de ambos os sexos do curso de Educação Física da ESEF/UFPEL para auxiliarem o pesquisador na tarefa de coleta de dados. Um número mínimo de cinco entrevistadores será necessário para o trabalho de campo.

Os entrevistadores passarão por um treinamento de 10 horas a fim de padronizar e qualificar a coleta de dados. O treinamento será baseado na técnica de dramatização da entrevista, constando de quatro fases:

a) Manual de instruções: contém instruções para a aplicação do questionário, destinando-se a orientar os entrevistadores para a precisão e homogeneidade na coleta das informações.

b) Leitura do questionário: os entrevistadores em treinamento terão o primeiro contato com o instrumento de coleta de dados. Realizarão uma leitura em voz alta do questionário, um entrevistador em treinamento fará a entrevista e o outro responderá as perguntas de acordo com a sua realidade. O mestrando, supervisor do trabalho de campo, coordenará a atividade esclarecendo as dúvidas.

c) Dramatização da entrevista: objetiva reproduzir e solucionar problemas que possam comprometer a confiabilidade dos dados coletados. Nesta fase, os entrevistadores ocuparão o papel de entrevistador e de pessoa a ser entrevistada. A entrevistada responderá as questões, apresentando as mais diversas situações que poderão ocorrer no trabalho de campo, simulando uma entrevista.

d) Entrevistas acompanhadas: será observado o desempenho do entrevistador na realização do trabalho de campo. O mestrando observará à forma que o entrevistador abordará os indivíduos selecionados para o estudo, avaliará todos os aspectos necessários à realização da entrevista e preenchimento do questionário, corrigindo e esclarecendo dúvidas.

5.8.2 Procedimento das entrevistas

Antes do início da pesquisa, será divulgada uma chamada nas duas rádios AM local: Rádio Cultura e Rádio Liberdade e também será publicada uma matéria no site: cangucuonline.com.br, o jornal online da cidade com maior alcance e credibilidade, a fim de promover o estudo, fazendo com que as pessoas compreendam a importância da pesquisa e, caso solicitadas, participem da mesma.

A coleta de dados se dará nas residências e será organizada conforme os dados informados pelos participantes. Para a coleta na casa do participante, o entrevistador

deverá se apresentar e realizar uma breve explanação sobre o estudo e convidar o indivíduo para participar. Em caso de aceite, o entrevistador solicitará a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (ANEXO I). Após esta etapa será realizada a aplicação do questionário por meio de entrevista.

No preenchimento do questionário, os dados de identificação deverão ser preenchidos com caneta, já os demais a lápis. Ao final da pesquisa, o entrevistador deverá revisar o questionário para ver se todas as perguntas foram respondidas. Cada entrevistador fica responsável de, ao final do dia, codificar as respostas dos seus questionários e entregar ao supervisor do trabalho de campo.

Para o trabalho de campo, os entrevistadores deverão, obrigatoriamente, portar seu material de trabalho, composto por prancheta, questionários, lápis e caneta, camiseta do projeto e crachá, a fim de proporcionar uma identificação clara e facilitar que as pessoas os atendam.

5.8.3 Perdas e Recusas

Os frequentadores e não frequentadores do espaço que se negarem a responder o questionário por motivo pessoal durante o período de coleta de dados serão considerados como recusa. E os frequentadores e não frequentadores do espaço que não forem encontrados serão considerados como perdas.

5.9 Análises dos dados

O procedimento de tabulação final dos dados será efetuado no programa EpiData 3.1 e os dados serão analisados no programa Stata versão 13.0. Para o tratamento estatístico será utilizada uma estatística descritiva (média, desvio padrão, frequência relativa e absoluta). Para verificar diferença entre as proporções de sujeitos que relataram que o indicador inibe ou estimula a prática de atividade física, será utilizado o teste de qui-quadrado. A associação entre os indicadores ambientais e as variáveis sociodemográficas ordinais e não ordinais será verificada pelo teste qui-quadrado de tendência linear e de proporções. O teste Exato de Fischer será empregado quando os pressupostos do qui-quadrado não forem atingidos. Em todas as análises será considerado um nível de significância de 5% ($p < 0,05$).

5.10 Controle de qualidade

O controle de qualidade terá início no treinamento dos entrevistadores e com a supervisão contínua do pesquisador responsável durante todo trabalho de campo e com a dupla digitalização dos dados digitados. A padronização da coleta, assim como a detecção de interpretações incorretas, omissão de perguntas ou das entrevistas será foco do trabalho do mestrando, de forma a garantir, ao máximo, a confiabilidade do estudo. Posteriormente, para identificar possíveis irregularidades na realização das entrevistas, o pesquisador sorteará 5% do total de entrevistas e fará um contato telefônico. O roteiro do contato com o entrevistado será:

- 1- Breve apresentação sobre o objetivo do contato.
- 2- Realizar algumas perguntas com uma versão resumida do instrumento, para verificar se a primeira entrevista foi realizada de fato e também inconsistência de informações.
- 3- Questionar o indivíduo sobre a cordialidade do entrevistador.
- 4 - Agradecer a participação.

Em caso de identificação de erros ou respostas falsas por parte do entrevistador, todos os questionários aplicados por ele, serão reaplicados.

6. Aspectos éticos

O presente projeto será encaminhado para apreciação do Comitê de Ética em Pesquisas da Escola Superior de Educação Física da Universidade Federal de Pelotas.

Após, terá início a coleta de dados. Somente participarão do estudo os indivíduos que assinarem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Anexo I), concordando com a participação e divulgação dos resultados da pesquisa.

Como possíveis riscos da pesquisa, embora a mesma envolva somente a aplicação de um questionário e, aparentemente, não apresente riscos, é importante considerar que desconfortos psicológicos possam acontecer ao responderem o mesmo.

Como benefícios, espera-se que as informações que serão geradas a partir desse estudo, no sentido de verificar a estabilidade na utilização e não-utilização de um espaço público para a prática de atividade física entre adultos de Canguçu/RS,

possam fomentar intervenções em saúde pública na cidade e região, visando o aumento da prática de atividade física e, conseqüentemente, aumento na qualidade de vida das pessoas.

7. Divulgação dos resultados

Após a conclusão deste estudo, os resultados sobre a estabilidade na utilização e não-utilização do espaço público para a prática de atividade física entre adultos na cidade de Canguçu, serão apresentados à Prefeitura Municipal de Canguçu/RS. Além disto, caso seja de interesse da Secretária da Educação ou do Núcleo de Esportes do município, uma palestra será organizada para maiores esclarecimentos/divulgação dos achados. Os resultados serão divulgados, também, nos meios de comunicação locais. Ainda, logo após a defesa da dissertação de mestrado, pelo menos, um artigo científico escrito com os resultados da presente pesquisa será encaminhado a um periódico da área para publicação.

8. Cronograma

| Descrição da Atividade | 2016 | | | | | 2017 | | | | | | | | | | | | 2018 | | | | | | | | | | | |
|--|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| | A G O | S E T | O U T | N O V | D I Z | J A N | F E V | M A R | A B R | M A I | J U N | J U L | A G O | S E T | O U T | N O V | D I Z | J A N | F E V | M A R | A B R | M A I | J U N | J U L | A G O | S E T | O U T | N O V | D I Z |
| Definição do tema e objetivos do estudo | | | X | X | X | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Revisão de literatura | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X |
| Elaboração do projeto final | | | | | | | | | X | X | X | X | X | X | X | X | | | | | | | | | | | | | |
| Envio do projeto para avaliação do Comitê de Ética em Pesquisa e possíveis Ajustes /Qualificação | | | | | | | | | | | | | | | | | X | | | | | | | | | | | | |
| Coleta de dados | | | | | | | | | | | | | | | | | | X | X | X | | | | | | | | | |
| Tabulação e análise dos dados | | | | | | | | | | | | | | | | | | X | X | X | X | X | | | | | | | |

9. Orçamento

| Tipo de Despesa | Número | R\$ | Fonte de Financiamento | |
|--|--------|------------|--|----------------------------------|
| | | | Edital externo/ Edital interno | Ainda sem fonte de financiamento |
| DESPESAS DE CUSTEIO | | | | |
| Impressão de questionários e TCLE | 1920 | R\$ 96,00 | | X |
| Material para entrevistadores (Pranchetas) | 5 | R\$ 12,50 | | X |
| Material para entrevistadores (canetas, lápis e borrachas) | 5 | R\$ 7,50 | | |
| Material de identificação (Camisetas e crachás) | 5 | R\$ 110,00 | | X |
| Gasolina | | R\$ 100,00 | | X |
| Vale alimentação para os entrevistadores | 4 | R\$ 200,00 | | X |
| Total Custeio | | | Pesquisador | |
| TOTAL GERAL | | R\$ 526,00 | Pesquisador (com auxílio da bolsa de estudos do PPG em Educação Física da UFPel fornecida pela CAPES) | |

10 Referências

Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa. **Critério de classificação econômica do Brasil**. São Paulo, 2015. Disponível em: <<http://www.abep.org>> Acesso em: 17 jun. 2017.

AFUBRA. Associação dos Fumicultores do Brasil. **Maiores produtores de fumo do Brasil**. Disponível em: <<http://www.afubra.com.br>> Acesso em: 17 out. 2017.

ARZU, D.; TUZUN, E. H.; EKER, L. Perceived barriers to physical activity in university students. **Journal of Sports Science and Medicine**, v. 5, p. 615-620, 2006.

BARETTA, E; BARETTA, M; PERES, K.G. Nível de atividade física e fatores associados em adultos no Município de Joaçaba, Santa Catarina, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 23, n. 7, p. 1595-602, 2007.

BARROS, M.V.G.; NAHAS, M.V. **Medidas da Atividade Física**: teoria e aplicação em diversos grupos populacionais. Londrina: Midiograf, 2003..

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**, v. 28, n. 2, p.159-168, 2005.

BIELEMANN, R. M.; KNUTH, A. G.; HALLAL, P. C. Atividade física e redução de custos por doenças crônicas ao Sistema Único de Saúde. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 15, n. 1, p. 9-14, 2012.

BOCARRO et al. Social and environmental factors related to boys' and girls' park-based physical activity. **Prev Chronic Dis**, v.12, n.97, p. 1-10. 2015.

CANCILLIER, Ismael de Oliveira. **Perfil dos praticantes de exercícios físicos em um espaço público na cidade de Urussanga- SC**. 2011. 53 f. Trabalho de conclusão de curso (Bacharelado em Educação Física) - Universidade do Extremo Sul Catarinense, Criciúma, 2011. Disponível: < <http://200.18.15.27/handle/1/1601> > Acesso em: 29 de out. 2017.

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. Disponível em: < <http://acervodigital.ufpr.br/handle/1884/20923> > Acesso em: 29 out. 2017.

CASSOU, A. C. N. et al. Barreiras para a atividade física em idosos: uma análise por grupos focais. **Revista da Educação Física/UEM**, v. 19, n. 3, p. 353-360, 2008.

CASSOU, A. C. N. et al. Barriers to physical activity among Brazilian elderly women from different socioeconomic status: a focus-group study. **Journal of Physical Activity and Health**, v. 8, n. 1, p. 126-32, 2011.

CASTRO-CARVAJAL, J. A. et al. Aspectos asociados a la actividad física en el tiempo libre en la población adulta de un municipio antioqueño. **Revista de Salud Pública**, v. 10, n. 5, p. 679-90, 2008.

CHAN, C.B.; RYAN, D.A.; TUDOR-LOCKE, C. Relationship between objective measures of physical activity and weather: a longitudinal study. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 3, n. 1, p. 1, 2006.

CIOLAC E.; GUIMARÃES G. Exercício físico e síndrome metabólica. **Rev Bras Med Esporte**. 2004;10(4):319–24.

COHEN, D. A. et al. Use of neighbourhood parks: does socioeconomic status matter? A four-city study. **Public Health**, v. 127, n. 4, p. 325-332, 2013.

COLLET, C. et al. Fatores determinantes para a realização de atividades física em parque urbano de Florianópolis. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 13, n. 1, p. 15-23, 2008.

COOMBES E.; JONES A.P.; HILLSDON M. The relationship of physical activity and overweight to objectively measured green space accessibility and use. **Soc Sci Med**. 2010; 70(6):816-22.

COSTA, B. V. L. et al. Academia da Cidade: um serviço de promoção da saúde na rede assistencial do Sistema Único de Saúde. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 18, n. 1, p. 95-102, 2013.

DA SILVA, M. C. et al. Participação atual e passada em academias de ginástica entre adultos: prevalência e fatores associados. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 13, n. 1, p. 28-36, 2012.

DE JESUS, G. M.; DE JESUS, É. F. A. Nível de atividade física e barreiras percebidas para a prática de atividades físicas entre policiais militares. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 34, n. 2, 2011.

DE SOUSA, T. F.; DOS SANTOS, S. F. S.; JOSÉ, H. P. M. Barreiras percebidas à prática de atividade física no Nordeste do Brasil. **Pensar a Prática**, v. 13, n. 1, p. 1-15, 2010.

DURAN, A.C.F.L., LATORRE, M.R.D.O., FLORINDO, A.A., JAIME, P.C. Food intake and physical activity level correlation among individuals who practice exercises in a gym. *R. bras. Ci.e Mov.* 2004; 12(3): 15-19.

ECHEVERRIA, S. E. et al. A community survey on neighborhood violence, park use, and physical activity among urban youth. **Journal of physical activity & health**, v. 11, n. 1, 2014.

EKELUND, U. et al. Does physical activity attenuate, or even eliminate, the detrimental association of sitting time with mortality? A harmonised meta-analysis of data from more than 1 million men and women. **The Lancet**, v. 388, n. 10051, p. 1302-1310, 2016.

ESTEVES, J. V. D. C. et al. Estilo de vida de praticantes de atividades físicas em academias da terceira idade de Maringá-PR. **Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP**, v. 8, n. 1, p. 119-129, 2010.

FARIAS JÚNIOR, J. C.; REIS, R. S.; HALLAL, P. C. Atividade física e fatores psicossociais e ambientais em adolescentes do Nordeste do Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 30, n. 5, p. 941-951, 2014.

FERMINO, R. C. et al. Perceived environment and public open space use: a study with adults from Curitiba, Brazil. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 10, n. 1, p. 1, 2013.

FERMINO, R. C. et al. Who are the users of urban parks? A study with adults from Curitiba, Brazil. **Journal of Physical Activity and Health**, v. 12, n. 1, p. 58-67, 2015.

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 e Desempenho Humano, v. 14, n. 4, p. 377-389, 2012.

FERMINO, R.; REIS, R.S. Variáveis individuais, ambientais e sociais associadas com o uso de espaços públicos abertos para a prática de atividade física: uma revisão sistemática. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 18, n. 5, p. 523, 2014.

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.
FLORINDO, A. A. et al. Percepção do ambiente e prática de atividade física em adultos residentes em região de baixo nível socioeconômico. **Revista de Saúde Pública**, v. 45, n. 2, p. 302-10, 2011.

FLORINDO, A. A.; SALVADOR, E. P.; REIS, R. S. Physical activity and its relationship with perceived environment among adults living in a region of low socioeconomic level. **Journal of Physical Activity and Health**, v. 10, n. 4, p. 563-71, 2013.

HALLAL, P. C. et al. Avaliação do programa de promoção da atividade física Academia da Cidade de Recife, Pernambuco, Brasil: percepções de usuários e não-usuários. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 26, n. 1, p.70-78, 2010.

HALLAL, P. C. et al. Physical activity in adults from two Brazilian areas: similarities and differences. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 21, n. 2, p. 573-580, 2005.

HALLAL, Pedro C. et al. Global physical activity levels: surveillance progress, pitfalls, and prospects. **The lancet**, v. 380, n. 9838, p. 247-257, 2012.

HEATH G.W.; PARRA D.C.; SARMINENTO O.L.; ANDERSEN L.B.; OWEN N.; GOENKA S, et al. Evidence-based intervention in physical activity: lessons from around the world. **Lancet**. 2012; 380(9838):271-81.

HINO, A. A. F. et al. Using observational methods to evaluate public open spaces and physical activity in Brazil. **Journal of Physical Activity and Health**, v. 7, n. Supl 2, p. 146-154, 2010.

HOEHNER, C. M. et al. Perceived and objective environmental measures and physical activity among urban adults. **American journal of preventive medicine**, v. 28, n. 2, p. 105-116, 2005.

HOEHNER, C. M. et al..Physical activity interventions in Latin America: expanding and classifying the evidence. **Am J Prev Med**. 2013; 44(3): e 31-40.

IEPSEN, Alice; SILVA, Marcelo. Perfil dos frequentadores das academias ao ar livre da cidade de Pelotas-RS. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 20, n. 4, p. 413, 2015.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE. Diretoria de Pesquisas, Coordenação de População e Indicadores Sociais. **Estimativas da população residente com data de referência 1º de julho de 2013**. Disponível em: <http://www.cidades.ibge.gov.br/xtras/temas.php?lang=&codmun=430450&idtea=119&search=rio-grandedo-sul|canguculestimativa-da-populacao-2013>. Acesso em: 29 nov. 2016.

JAHNS, L. et al. Barriers and facilitators to being physically active on a rural US northern plains American Indian reservation. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 11, n. 11, p. 12053-12063, 2014.

KACZYNSKI, A. T.; HENDERSON, K. A. Parks and recreation settings and active living: a review of associations with physical activity function and intensity. **Journal of Physical Activity and Health**, v. 5, n. 4, p. 619-632, 2008.

KACZYNSKI, A.T.; HENDERSON, K. A. Environmental correlates of physical activity: a review of evidence about parks and recreation. **Leisure Sciences**, v. 29, n. 4, p. 315-354, 2007.

KIRCHHOFF, A.C. et al. Strategies for physical activity maintenance in african american women. **American Journal of Health Behavior**, v. 32, n. 5, p. 517-524, 2008.

KNUTH, A. G. et al. Practice of physical activity and sedentarism among Brazilians: results of the National Household Sample Survey-2008. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 16, n. 9, p. 3697-3705, 2011.

KRUG, R. R.; LOPES, M. A.; MAZO, G. Z. Barreiras e facilitadores para a prática da atividade física de longevas inativas fisicamente. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 21, n. 1, p. 57-64, 2015.

KRUGER, G. ET AL. Atividade física na fase da meia-idade: motivos de adesão e de continuidade. **Revista Movimento**, vol. VII, núm. 15, 2001, pp. 75-88

LEE, A. C. K.; MAHESWARAN, R. The health benefits of urban green spaces: a review of the evidence. **Journal of Public Health**, v. 33, n. 2, p. 212-222, 2011.

LEE, I. M. et al. Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. **The lancet**, v. 380, n. 9838, p. 219-229, 2012.

LEES, F. D. et al. Barriers to exercise behavior among older adults: a focus-group study. **Journal of Aging and Physical Activity**, v. 13, n. 1, p. 23-33, 2005.

LEITÃO M.; LAZZOLI J.; OLIVEIRA M.; NOBREGA A.; SILVEIRA G.; CARVALHO T. Posicionamento oficial da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte: atividade física e saúde na mulher. **Rev Bras Med Esporte**. 2000;6(6):215–20.

LEMOS, E. C. **Perfil sócio demográfico e de estilo de vida dos usuários do Programa Academia da Cidade- Recife, PE**. 2010. 60f. Monografia (Especialização em Saúde Pública) - Fundação Oswaldo Cruz, Departamento de Saúde Coletiva, Recife, 2010. Disponível em: <<http://www.cpqam.fiocruz.br/bibpdf/2010lemos-ec.pdf>> Acesso em: 29 nov, 2016.

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. **Journal of Physical Activity & Health**, v. 7, n. 6, p. 802-810, 2010.

LOPES V.; MAIA J. Atividade física nas crianças e jovens. **Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum**. 2004;6(1):82–92.

LOPES, A. A. S. et al. Perceived neighborhood environment and physical activity among high school students from Curitiba, Brazil. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 17, n. 4, p. 938-953, 2014.

MACKENBACH, J. D. et al. Interactions of individual perceived barriers and neighbourhood destinations with obesity-related behaviours in Europe. **Obesity Reviews**, v. 17, n. S1, p. 68-80, 2016.

MALTA D.C.; ANDRADE S.S.A.; SANTOS M.A.S.; RODRIGUES G.B.A.; MIELKE G.I. Tendências dos indicadores de atividade física em adultos: Conjunto de capitais do Brasil 2006-2013. **Rev. Bras. Ativ. Fís. Saúde**. 20(2): 141-51.

MATSUDO, S. M. et al. Nível de atividade física da população do Estado de São Paulo: análise de acordo com o gênero, idade, nível socioeconômico, distribuição geográfica e de conhecimento. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 10, n. 4, p. 41-50, 2002.

MARTINEZ-LOPEZ et al. **Revista de Salud Publica = Journal of Public Health**; Bogota Vol. 12, Iss. 6: 938-949. 2010.

MCCORMACK, G. R.; GILES-CORTI, B.; BULSARA, M. The relationship between destination proximity, destination mix and physical activity behaviors. **Preventive Medicine**, v. 46, n. 1, p. 33-40, 2008.

MIELKE, G. I. et al. Diferenças regionais e fatores associados à prática de atividade física no lazer no Brasil: resultados da Pesquisa Nacional de Saúde-2013. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 18, n. supl. 2, p. 158-169, 2015.

MIELKE, G. I. et al. Prática de atividade física e hábito de assistir à televisão entre adultos no Brasil: Pesquisa Nacional de Saúde 2013. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 24, n. 2, p. 277-286, 2015.

Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. **Plano de ações estratégicas para enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil 2011-2022**. Brasília: Ministério da Saúde; 2011

Ministério da Saúde. **Política Nacional de Promoção da Saúde**. Brasília: Ministério da Saúde; 2006. Disponível em: http://www.pmf.sc.gov.br/arquivos/arquivos/pdf/28_11_2013_14.57.23.7ae506d47d4d289f777e2511c83e7d63.pdf> Acesso em: 30 nov. 2017.

MOORE, S. C. et al. Association of leisure-time physical activity with risk of 26 types of cancer in 1.44 million adults. **Journal of the American Medical Association Internal Medicine**, v. 176, n. 6, p. 816-825, 2016.

MOURA JUNIOR, J. S. et al. Nível de atividade física e perfil sociodemográfico dos usuários dos ambientes públicos de atividades físicas na cidade de João Pessoa-PB. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, v. 15, n. 3, p. 349-356, 2011.

OLIVEIRA-CAMPOS, M.; MACIEL, M. G.; RODRIGUES NETO, J. F. Atividade física insuficiente: fatores associados e qualidade de vida. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 17, n. 6, p. 562-572, 2012.

PARRA, D. C. et al. Assessing physical activity in public parks in Brazil using systematic observation. **American Journal of Public Health**, v. 100, n. 8, p. 1420-1426, 2010.

PAULO, T. R. S. et al. Programa academia da terceira idade no município de Uberaba, MG. **Arquivo de Ciências do Esporte**, v.1, n.1, p.54-59, 2012.

PAZIN et al. Effects of a new walking and cycling route on leisuretime physical activity of Brazilian adults: A longitudinal quasiexperiment. **Health Place**, v.39, p. 18-25 2016.

PREFEITURA MUNICIPAL DA CIDADE DE CANGUÇU. **Secretaria Municipal de Educação e Esportes**. Disponível em: <
<http://www.cangucu.rs.gov.br/site/evento/visualizar/idDep/59/id/331/?Projeto-Verao-na-Pista.html>>. Acesso em: 02 nov. 2017.

RECH, C. R. et al. Neighborhood safety and physical inactivity in adults from Curitiba, Brazil. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 9, n. 1, p. 1, 2012.

RECHIA, S.; FRIEDRICHSEN, V. M.; TSCHOKE, A. Lazer e cidade: em foco a praça do “gaúcho” em Curitiba. **Licere**, Belo Horizonte, v.14, n.3, p. 1-19, 2011.

REICHERT, F. F. et al. The role of perceived personal barriers to engagement in leisure-time physical activity. **American Journal of Public Health**, v. 97, n. 3, p. 515-519, 2007.

RIES et al. A quantitative examination of park characteristics related to park use and physical activity among urban youth. **J Adolesc Health**, v.45 (3 Suppl), p. 64-70

ROMEIRO, C. et al. O modelo lógico como ferramenta de planejamento, implantação e avaliação do programa de Promoção da saúde na estratégia de saúde da família do Distrito Federal. **Rev Bras Ativ Fis Saúde** p. 132-142. 2013

RUFINO, V. S. Características de frequentadores de academias de ginástica do Rio Grande do Sul. **Kinesis**, n. 22, p. 57-68, 2000.

SALLIS J. F.; OWEN N. Determinants of Physical Activity. In: **Physical Activity & Behavioral Medicine**. California: Sage Publications, 1999.

SALLIS, J. F. et al. Distance between homes and exercise facilities related to frequency of exercise among San Diego residents. **Public Health Reports**, v. 105, n. 2, p. 179, 1990.

SALLIS, J. F. et al. Progress in physical activity over the Olympic quadrennium. **The Lancet**, v. 388, n. 10051, p. 1325-1336, 2016.

SALLIS, J. F. Measuring physical activity environments: A brief history. **American Journal of Preventive Medicine**, v. 36, n. 4, p. 86-92, 2009.

SALVADOR, E. P. et al. Percepção do ambiente e prática de atividade física no lazer entre idosos. **Revista Saúde Pública**, v. 43, n. 6, p. 972-80, 2009.

SALVO et al. Where latin americans are physically active, and why does it matter? Findings from the IPEN-adult study in Bogota, Colombia; Cuernavaca, Mexico; and Curitiba, Brazil. **Prev Med**, 2016.

SANTOS et al. Motivos de adesão à prática de atividade física na vida adulta intermediária. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte** – 2006 5(1):23-34

SANTOS et al. Atividade física em acadêmicos de Educação Física: um estudo longitudinal. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**. 2017;22(1):76-84

SCOTT, D.; JACKSON, E.L. Factors that limit and strategies that might encourage people's use of public parks. **Journal of Park Recreation Administration**. Spring, v. 14, n. 1, p. 1–17, 1996.

SHISHEHBOR, M. H. et al. Association of socioeconomic status with functional capacity, heart rate recovery, and all-cause mortality. **Journal of the American Medical Association**. v. 295, n. 7, p. 784-92, 2006.

SILVA, D. A. S.; PETROSKI, E. L.; REIS, R. S. Barreiras e facilitadores de atividades físicas em frequentadores de parques públicos. **Motriz**, v. 15, n. 2, p. 219-27, 2009.

SILVA, M. C.; SILVA, A. B.; AMORIM, T. E. C. Condições de espaços públicos destinados a prática de atividades Físicas na cidade de Pelotas/RS/Brasil. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 17, n. 1, p. 28-32, 2012.

SILVA, S. G. et al. Fatores associados à inatividade física no lazer e principais barreiras na percepção de trabalhadores da indústria do Sul do Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 27, n. 2, p. 249-259, 2011.

SOUZA, C. A. et al. Perfil dos frequentadores e padrão de uso das academias ao ar livre em bairros de baixa e alta renda de Curitiba-PR. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 19, n. 1, p. 86-97, 2014.

SOUZA, D. L.; VENDRUSCULO, R. Fatores determinantes para a continuidade da participação de idosos em programas de atividade física: a experiência dos participantes do projeto "Sem Fronteiras". **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 24, n. 1, p. 95-105, 2010.

STAFFORD, M. et al. Inequalities in health: evaluating the New Deal for Communities initiative. **Journal of Epidemiology and Community Health**, v. 62, n. 4, p. 298-304, 2008.

STRONG, W. B., R. M. MALINA, C. J. BLIMKIE, et al. Evidence based physical activity for school-age youth. **J. Pediatrics** 146:732–737, 2005.

VEITCH, J et al. Is park visitation associated with leisure-time and transportation physical activity? **Prev Med.** 2013; 57(5):732-4.

VIGITEL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa: **Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico**. Brasília: Ministério da Saúde, 2013.

VIGITEL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa: **Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico**. Brasília: Ministério da Saúde, 2017.

WEN, C. P. et al. Minimum amount of physical activity for reduced mortality and extended life expectancy: a prospective cohort study. **The Lancet**, v. 378, n. 9798, p. 1244-1253, 2011.

WHO- World Health Organization. **Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases**. Geneva: WHO, 2003.

WHO- World Health Organization. **Physical activity**. Geneva: WHO, 2015.

WHO- World Health Organization. **Physical inactivity: a global public health problem**. Geneva: WHO, 2004.

WHO- World Health Organization. **Global recommendations on physical activity for health**. Geneva: WHO; 2010.

WHO- World Health Organization. **Global strategy on diet, physical activity and health**. Geneva: WHO, 2004.

WHO- World Health Organization. **Insufficient physical activity**. Geneva: WHO, 2015.

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS
ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA
CURSO DE MESTRADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA**



Relatório do Trabalho de Campo

**A utilização de um parque público para prática de atividade física no sul do RS:
estudo longitudinal com frequentadores e não frequentadores**

Igor Retzlaff Doring

Pelotas, 2018.

Igor Retzlaff Doring

A estabilidade do uso e não-uso de parque público para a prática de atividade física no Rio Grande do Sul ao longo de um ano

Relatório de trabalho de campo apresentado ao Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade Federal de Pelotas, como requisito parcial à obtenção do título de Mestre em Educação Física (Linha de Pesquisa: Epidemiologia da atividade física).

Orientador: Prof. Dr. Felipe Fossati Reichert

Pelotas, 2018

INTRODUÇÃO

Com o objetivo de coletar informações a serem utilizadas em sua dissertação, o mestrando Igor Retzlaff Doring, aluno da área de Epidemiologia da Atividade Física do Programa de Pós-Graduação em Educação Física da ESEF-UFPeI, realizou uma pesquisa para **analisar 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 RS.**

Os principais objetivos da coleta de dados foram:

- Analisar a estabilidade em um ano na utilização e não-utilização de um espaço público para a prática de AF entre adultos.
- Descrever características sociodemográficas, nutricionais e de saúde dos frequentadores e não-frequentadores de um espaço público para a atividade física;
- Descrever o número absoluto e características demográficas e econômicas de frequentadores que tornaram-se não-frequentadores e não-frequentadores que tornaram-se frequentadores do espaço público no período de acompanhamento;
- Descrever e comparar os facilitadores e as barreiras para a prática de atividade física entre frequentadores e não frequentadores de um espaço público;
- Analisar a associação das barreiras e dos facilitadores com variáveis sociodemográficas, nutricionais e de saúde dos frequentadores e não frequentadores;
- Verificar as variáveis tabagismo e consumo de álcool em excesso entre frequentadores e não frequentadores de um espaço público para a atividade física;
- Descrever nível de atividade física de frequentadores e não-frequentadores;
- Descrever como são utilizadas as estruturas do espaço público por frequentadores;
- Descrever atividades físicas praticadas no espaço público;
- Descrever eventuais mudanças estruturais ocorridas no espaço público no período estudado (entre dezembro de 2016 a Janeiro de 2018) .

1 METAS

Coletar informações a serem utilizadas no artigo de dissertação, através de uma pesquisa de campo realizada na cidade de Canguçu/RS, com a descrição e cruzamento de variáveis, possibilitando, assim, gerar novos conhecimentos a partir do trabalho. Os dados desta investigação poderão servir de base para futuras ações relacionadas à saúde e lazer da população em foco. Algumas delas são:

- Compreender os determinantes relacionados à prática de atividades físicas em espaços públicos de cidades de pequeno porte;
- Embasar novas ações de incentivo à utilização dos espaços públicos como uma alternativa para prática de atividade física de forma gratuita;
- Apresentação dos resultados aos órgãos competentes para manutenção e melhoria dos espaços públicos para a prática de atividade física já existentes e aumento do número desses espaços nos demais bairros do município.

2 CONFECÇÃO DO QUESTIONÁRIO

Os instrumentos para a coleta de dados foram dois questionários utilizados no estudo de linha de base, um questionário para os frequentadores do espaço e outro para não frequentadores, pré-testados e codificados, com questões estruturadas e já validadas ou que apresentaram reprodutibilidade adequada em outros estudos. A elaboração dos questionários se deu a partir da composição de partes de outros instrumentos, incluindo questões demográficas, socioeconômicas, comportamentais, de saúde, nutricional, relativa à utilização do espaço e questões relativas a continuidade ou não da prática de atividade física no espaço público, além de uma escala validada para identificar barreiras e facilitadores para a prática de atividades físicas em espaços públicos. Essencialmente, o questionário para os frequentadores e o para os não frequentadores eram muito semelhantes, com algumas adaptações necessárias.

O questionário dos frequentadores foi composto pelas seguintes seções:

- Bloco 1- Dados pessoais: Continha informações referente ao endereço (logradouro, número, bairro), telefones, email, sexo (masculino, feminino), cor da pele (observada pelo entrevistador e classificada em branca ou não branca), idade (anos completos), estado civil (classificado como solteiro, separado,

viúvo e casado/vive com companheiro), profissão, grau de escolaridade (nas categorias: Ensino fundamental incompleto, Ensino Fundamental Completo, Ensino Médio Incompleto, Ensino Médio completo, Superior Completo), massa corporal (auto relatada), estatura (auto relatada), renda (em reais, posteriormente classificada em classes segundo critérios da ABEP, 2016), hábito de tabagismo (classificado como fumante atual, ex-fumante e nunca fumou), consumo excessivo de álcool (caracterizado pelo consumo de 4 ou mais doses para mulheres e 5 ou mais doses para homens percepção de saúde (medida pela pergunta “Como você percebe sua saúde?”, classificada como excelente, muito boa, boa, regular ou ruim),

- Bloco 2- Atividade física de recreação, esporte, exercício e de lazer: prática de atividade física no tempo de lazer (minutos por semana, através do domínio de lazer da versão longa do Questionário Internacional de Atividade Física - IPAQ) (CRAIG et al., 2003).
- Bloco 3- Prática de atividade física no espaço público: qual atividade física praticada no espaço (caminhada, corrida, vôlei, futebol, musculação, alongamento, outras), há quanto tempo frequenta o espaço (meses), quantos dias por semana, carga horária semanal no espaço, dias em que frequenta (dias de semana, fins de semana, ambos), turnos em que frequenta (manhã, tarde, noite), com que frequência um familiar ou amigo veio com você ao espaço (nunca, às vezes, sempre), com que frequência um familiar ou amigo convidou você a vir ao espaço (nunca, às vezes, sempre), com que frequência um familiar ou amigo incentivou você a vir ao espaço (nunca, às vezes, sempre), histórico de lesão no espaço (já se machucou: sim ou não), deslocamento até o espaço (a pé, bicicleta, carro, moto, transporte público), objetivos para frequentar o espaço (Permanecer saudável, melhorar desempenho desportivo, ter mais energia/reduzir cansaço, prevenir doenças e lesões, tratar doenças e lesões, diminuir o estresse, emagrecer, ganhar massas muscular, diversão/recreação, outros), nível de satisfação em relação aos resultados obtidos com a prática no local (totalmente satisfeito, muito satisfeito, satisfeito, insatisfeito, muito insatisfeito), prática de atividade física em outro local (sim/não, se sim: qual e quantos dias por semana).

- Bloco 4 – Eventuais mudanças estruturais ocorridas no espaço público no último ano.
- Bloco 5 - Barreiras e facilitadores para a prática de atividades físicas em espaços públicos, avaliado por uma escala de autopercepção do ambiente criada e validada por Reis e Petroski (2002).

O questionário foi composto, em sua totalidade, de 61 questões mais 15 itens da escala de autopercepção do ambiente, além de itens para preenchimento dos dados de identificação do entrevistador e entrevistado, com o *Termo de Consentimento Livre e Esclarecido* (Apêndice A). O questionário utilizado encontra-se anexo a este volume (Apêndice B).

O questionário dos não frequentadores foi composto pelas seguintes seções:

- Bloco 1- Dados pessoais: Continha informações referente ao endereço (logradouro, número, bairro), telefone, email, sexo (masculino, feminino), cor da pele (observada pelo entrevistador e classificada em branca, não branca), idade (anos completos), estado civil (classificado como solteiro, separado, viúvo e casado/vive com companheiro), profissão, grau de escolaridade (nas categorias: Ensino fundamental incompleto, Ensino Fundamental Completo, Ensino Médio Incompleto, Ensino Médio completo, Superior Completo), massa corporal (auto relatada), estatura (auto relatada), renda (em reais, posteriormente classificada em classes segundo critérios da ABEP, 2016), hábito de tabagismo (classificado como fumante atual, ex-fumante e nunca fumou), consumo excessivo de álcool (caracterizado pelo consumo de 4 ou mais doses para mulheres e 5 ou mais doses para homens percepção de saúde (medida pela pergunta “Como você percebe sua saúde?”, classificada como excelente, muito boa, boa, regular ou ruim),
- Bloco 2- Atividade física de recreação, esporte, exercício e de lazer: prática de atividade física no tempo de lazer (minutos por semana, através do domínio de lazer da versão longa do Questionário Internacional de Atividade Física - IPAQ) (CRAIG et al., 2003).

- Bloco 3- Prática de atividade física no espaço público (Alguma vez na vida a já frequentou o espaço: sim/não, se sim: qual atividade física praticada no espaço (caminhada, corrida, vôlei, futebol, musculação, alongamento, outras), há quanto tempo frequentava o espaço (meses), quantos dias por semana, carga horária semanal no espaço, dias em que frequentava (dias de semana, fins de semana, ambos), turnos em que frequentava (manhã, tarde, noite), com que frequência um familiar ou amigo ia com você ao espaço (nunca, às vezes, sempre), com que frequência um familiar ou amigo convidou você a ir ao espaço (nunca, às vezes, sempre), com que frequência um familiar ou amigo incentivou você a ir ao espaço (nunca, às vezes, sempre), histórico de lesão no espaço (já se machucou: sim ou não), deslocamento até o espaço (a pé, bicicleta, carro, moto, transporte público), objetivos para frequentar o espaço (permanecer saudável, melhorar desempenho desportivo, ter mais energia/reduzir cansaço, prevenir doenças e lesões, tratar doenças e lesões, diminuir o estresse, emagrecer, ganhar massas muscular, diversão/recreação, outros), nível de satisfação em relação aos resultados obtidos com a prática no local (totalmente satisfeito, muito satisfeito, satisfeito, insatisfeito, muito insatisfeito), prática de atividade física em outro local (sim/não, se sim: qual e quantos dias por semana). Motivo por ter parado de frequentar o espaço (falta de tempo, preguiça, não achava o local adequado, machucou-se, falta de companhia, achava chato/não gostava) (REICHERT et al., 2007).
- Bloco 4- Barreiras e facilitadores para a prática de atividades físicas em espaços públicos, avaliado por uma escala de autopercepção do ambiente criada e validada por Reis e Petroski (2002).

O questionário foi composto, em sua totalidade, de 57 questões mais as 15 questões relacionadas a percepção do ambiente, além de itens para preenchimento dos dados de identificação do entrevistador e entrevistado, com o *Termo de Consentimento Livre e Esclarecido* (Apêndice A). O questionário utilizado encontra-se anexo a este volume (Apêndice C).

3 AMOSTRA

A amostra do estudo foi composta por todos os indivíduos que efetivamente participaram do estudo de 2017.

4 SELEÇÃO E TREINAMENTO DOS ENTREVISTADORES

O processo de coleta de dados foi realizado pelo mestrando Igor, pelo mestre da ESEF/UFPEL Guilherme Vilela (que realizou seu estudo no espaço público), além de três entrevistadores treinados, de ambos os sexos, estudantes do curso de Educação Física da Escola Superior de Educação Física da Universidade Federal de Pelotas, os quais foram selecionados a partir da manifestação de interesse em participar da coleta.

Todos os entrevistadores passaram por um treinamento de 10 horas. Nesse processo, o desempenho dos candidatos foi avaliado através do interesse, capacidade, desenvoltura para a tarefa de entrevistar e desempenho durante a técnica de dramatização da entrevista.

O treinamento foi baseado na técnica de dramatização da entrevista, onde se objetiva reproduzir e solucionar problemas que possam comprometer a confiabilidade dos dados coletados. Nesta fase, os entrevistadores ocuparam o papel de entrevistador e de pessoa a ser entrevistada. O entrevistador respondeu as questões, apresentando as mais diversas situações que poderiam ocorrer no trabalho de campo, simulando uma entrevista. Este treinamento consistiu de três partes:

- Primeira parte: os entrevistadores em treinamento tiveram o primeiro contato com o instrumento de coleta de dados. Realizaram uma leitura em voz alta do questionário, explicando cada questão lida e sua respectiva codificação. Um entrevistador em treinamento realizou a entrevista e a outro respondeu as perguntas de acordo com a sua realidade.
- Segunda parte: objetivou reproduzir e solucionar problemas que poderiam comprometer a confiabilidade dos dados coletados. Nesta fase, os entrevistadores em treinamento ocuparam o papel de entrevistador e de pessoa a ser entrevistada. A entrevistada respondeu as questões, apresentando as mais diversas situações que

punderam ocorrer no trabalho de campo, simulando uma entrevista. Ao término trocaram de funções respondendo às perguntas de acordo com a sua realidade.

- Terceira parte: o mestrando, coordenador do trabalho de campo, encerrou a atividade esclarecendo as dúvidas surgidas durante as entrevistas simuladas.

5 SUPORTE TÉCNICO E CONTROLE DE QUALIDADE

O processo de coleta de dados foi acompanhado e supervisionado pelo mestrando responsável pelo estudo. A padronização da coleta, assim como a detecção de omissão de perguntas ou das entrevistas foi foco do trabalho do mestrando, de forma a garantir, ao máximo, a confiabilidade do estudo. O mestrando atuou sempre coletando os dados e sempre que achou necessário auxiliou seus entrevistadores, corrigindo e esclarecendo dúvidas quanto ao preenchimento e codificação do questionário durante todo processo. As dúvidas foram tiradas pessoalmente. O controle de qualidade ocorreu nas seguintes etapas:

- Acompanhamento in-loco: o coordenador esteve no campo durante todos os dias de coleta de dados a fim de acompanhar a condução das entrevistas.
- Revisão pós-entrevista: visando evitar o esquecimento de alguma pergunta os entrevistadores revisaram o questionário logo após a sua aplicação, ainda próximo ao local de entrevista.

6 TRABALHO DE CAMPO

Pelo fato de o projeto ter sido aprovado praticamente em toda sua estrutura, não foram necessárias grandes alterações, o que possibilitou que a coleta tivesse seu início na segunda semana de janeiro. A coleta de dados começou no dia 9 de janeiro, e foi até o dia 30 de abril. O coordenador da pesquisa fez um levantamento dos questionários do último estudo e os separou por entrevistadores. De posse dos dados das pessoas, os entrevistadores deslocaram-se até as residências dos participantes para realizar a entrevista. Sempre que um participante do estudo não fosse encontrado, o entrevistador realizava um contato telefônico para marcar um novo dia para a entrevista. Em caso de insucesso por mais de três vezes na tentativa de

entrevistar, o entrevistador encaminhava o questionário para o coordenador, que tentava realizar um novo contato.

Os frequentadores e não frequentadores do espaço que não foram encontrados ou não moravam mais no município de Canguçu durante o período de coleta de dados foram considerados como perdas. Ao longo da coleta de dados, 4 participantes mudaram para outro município e 6 não foram encontrados, somando assim, 10 perdas.

Durante a coleta de dados a principal dificuldade foi encontrar os participantes nas suas residências, principalmente pelo fato de que as entrevistas foram realizadas durante os dias da semana. Em muitos casos, os entrevistadores tiveram que se deslocar até o local empregatício do participante para conseguir realizar a entrevista.

7 CODIFICAÇÃO E DIGITAÇÃO DOS DADOS

Foi utilizada uma coluna à direita do questionário para codificação. A codificação foi realizada pelos entrevistadores ao final de cada dia de trabalho de campo. A digitação dos questionários foi realizada imediatamente após o término do trabalho de campo. Cada questionário foi digitado duas vezes, uma pelo mestrando e outra por um estudante de graduação que auxiliou na coleta de dados, em bancos distintos criados no programa EpiData 3.1, o que permitiu, ao final da digitação, cruzar os bancos, verificando inconsistências e corrigindo os erros de digitação.

10 ANÁLISE DOS DADOS

A análise dos dados foi realizada através da utilização do pacote estatístico Stata-versão 13.0. Para verificar a associação entre o status de utilização do espaço público dos sujeitos e as variáveis sociodemográficas, comportamentais, nutricionais e de saúde foi utilizado o teste de qui-quadrado. O mesmo foi utilizado para a associação do status com as barreiras e os facilitadores para prática de AF, adotando-se um nível de significância de 5% ($p < 0,05$).

11 PERDAS

Os frequentadores e não frequentadores do espaço que não foram encontrados ou não moravam mais no município de Canguçu durante o período de coleta de dados foram considerados como perdas. Ao longo da coleta de dados, 4 participantes mudaram para outro município e 6 não foram encontrados, somando assim, 10 perdas.

Artigo

(Dissertação de Igor Retzlaff Doring)

O artigo será submetido ao periódico Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde e já se encontra formatado nas normas da mesma, as quais podem ser encontradas no Anexo

Artigo Original

A estabilidade do uso e não-uso de parque público para a prática de atividade física no Rio Grande do Sul ao longo de um ano

The stability of the use and non-use of public park for the practice of physical activity in Rio Grande do Sul over a year

Título corrido: Atividade física em parque público

Igor Retzlaff Doring

Programa de Pós-graduação em Educação Física, Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS, Brasil

Felipe Fossati Reichert

Programa de Pós-graduação em Educação Física, Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, RS, Brasil

Contato:

Igor Retzlaff Doring

PPG em Educação Física, Universidade Federal de Pelotas

Rua Luis de Camões 625 – CEP: 96055-630

Fone (fax): (53) 3273-3851

E-mail: igordoring@hotmail.com

Número de palavras no texto: 2867

Número de palavras no resumo: 238

Número de palavras no abstract: 233

Número de referências: 30

Número de ilustrações: 5

A estabilidade do uso e não-uso de parque público para a prática de atividade física no Rio Grande do Sul ao longo de um ano

Resumo: O objetivo é analisar a estabilidade 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 RS e verificar a associação da estabilidade com variáveis sociodemográficas, comportamentais, nutricionais e de saúde. A amostra foi composta por 218 moradores da área urbana da cidade de Canguçu/RS, sendo 109 frequentadores do espaço público. Para a coleta foi utilizado um questionário com questões demográficas, socioeconômicas, comportamentais, de saúde, relativas à utilização do espaço e uma escala de autopercepção do ambiente. A associação entre o status de utilização do espaço público e as variáveis independentes foi testado pelo qui-quadrado, adotando-se um nível de significância de 5%. A maior parte da amostra era do sexo masculino (54,1%), na faixa etária de 18 a 29 anos (77,5%). Em relação ao status de utilização, (70,7%) dos frequentadores continuou frequentando e (34,3%) dos não frequentadores começou a frequentar. 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 atividade física. O fator localização geográfica, foi percebido como inibidor para a prática de atividade física entre o grupo que continuou frequentando o espaço público e o fator regulamento de trânsito foi percebido como estimulador entre o grupo que continuo frequentando o local. Os resultados podem embasar políticas públicas para aumentar o uso deste espaço pela população.

Palavras-Chave: meio ambiente; atividade motora; saúde pública; epidemiologia.

Abstract: The objective is to analyze the stability in the use and non-use of a public space for the practice of PA among adults of a small municipality in the south of RS and to verify the association of stability with sociodemographic, behavioral, nutritional and health variables. The sample was composed of 218 residents of the urban area of the city of Canguçu/RS, being 109 public space visitors. For the collection, a questionnaire was used with demographic, socioeconomic, behavioral, and health questions related to the use of space and a self-perception scale of the environment. The association between the public space use status and the independent variables was tested by chi-square, adopting a significance level of 5%. The majority of the sample was male (54.1%), aged 18-29 years (77.5%). Regarding the use status, (70.7%) of the attendants continued to attend and (34.3%) of the non-attendees began to attend. People who started attending the park live mostly without a companion and people who continue to not attend the public space have lower prevalence of physical activity. The geographic location factor was perceived as an inhibitor to the practice of physical activity among the group that continued to attend the public space and the traffic regulation factor was perceived as a stimulator among the group that still frequent the place. The results can support public policies to increase the use of this space by the population.

Keywords: environment; motor activity; public health; epidemiology.

1 **Introdução**

2 A atividade física é reconhecidamente um fator comportamental importante para a
3 manutenção, tratamento e melhoria da condição de saúde da população^{1,2}. Adequados níveis de
4 atividade física diminuem o risco de desenvolvimento de doença arterial coronariana, diabetes,
5 hipertensão e osteoporose^{2,3}. Apesar da população reconhecer os benefícios da prática de
6 atividade física⁴, essa informação não é suficiente para aumentar o nível de atividade física da
7 população nacional e mundial¹.

8 Estudo realizado no ano de 2016 identificou a inatividade física como uma pandemia
9 global, sendo que um quarto dos adultos não alcançava as recomendações para a prática de
10 atividade física em todo o mundo (SALLIS et al., 2016). Esses achados desencadearam uma
11 série de ações visando modificar esse panorama, contudo, em 2016, novas pesquisas foram
12 realizadas e as análises de tendência não encontraram mudanças substanciais no nível de
13 atividade física das populações⁵. Portanto, estudos longitudinais são importantes para
14 verificação de alterações no nível de atividade física e seus fatores associados.

15 No Brasil, os dados de acompanhamento do sistema de vigilância de fatores de risco e
16 proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico (VIGITEL) e da Pesquisa Nacional por
17 Amostra de Domicílio (PNAD), mostraram que cresceu a prática de atividade física no tempo
18 livre, em 2009 o indicador era 30,3%, em 2016 passou para 37,6%. Jovens de 18 a 24 anos são
19 os que mais praticam atividades físicas no tempo livre, mas essa prevalência vai diminuindo
20 com o aumento da idade⁶. Sendo que a falta de tempo foi o principal motivo declarado por
21 adultos para não fazer exercício. Por este motivo, diversos programas de intervenção vêm sendo
22 implementados com o objetivo de incentivar a prática de atividade física como um promotor de
23 saúde^{7,8} e no Brasil, parte dos programas de intervenção são realizados em espaços públicos,
24 como parques⁹.

Os parques são locais valorizados e utilizados pela população para atividades físicas de lazer^{10,11}. Como consequência da atratividade e a visitação destes locais, tem sido observada associação positiva entre o uso de espaços públicos e a prática de diferentes tipos e intensidades de atividades físicas¹². A utilização de espaços públicos pode aumentar significativamente a probabilidade de maiores níveis de atividade física no deslocamento, caminhada e atividade física moderada vigorosa no lazer, além da atividade física total¹³.

Investigações nacionais foram realizadas para identificar as características dos frequentadores dos parques, relacionar fatores ambientais com a prática regular de atividade física^{14,15,16,17,18} e descrever a frequência de uso de parques¹⁹. Entretanto, nenhuma investigação longitudinal para verificar a estabilidade na utilização e não-utilização de espaços públicos para a prática de atividade física entre adultos foi realizada. Além disso, existe uma lacuna na literatura no que diz respeito às cidades de menor porte e o comportamento de suas populações em relação à atividade física²⁰.

Com isso, torna-se relevante a realização de uma pesquisa na cidade de Canguçu – RS, um município de porte pequeno, semelhante a vários outros do país e que apresenta um espaço público para a prática de atividade física que se destaca na região. O objetivo do estudo é analisar a estabilidade em um ano na utilização e não-utilização de um espaço público para a prática de atividade física entre adultos de um município de pequeno porte do sul do Rio Grande do Sul e verificar a associação destes fatores com variáveis sociodemográficas, comportamentais, nutricionais e de saúde.

Métodos

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 para a primeira fase da pesquisa foi composta por moradores da cidade de Canguçu/RS que efetivamente realizaram alguma atividade física no espaço público. A amostra do estudo foi composta por 218 moradores da área urbana da cidade de Canguçu/RS, sendo 109 frequentadores e 109 não frequentadores de um espaço público. 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. Adicionalmente, para cada frequentador, foi entrevistado um não frequentador. Os não frequentadores foram pareados aos frequentadores em termos de vizinhança, sexo e idade (± 10 anos).

O espaço público estudado é popularmente conhecido como “a pista” entre os moradores do município. Fica localizada a 10 minutos do centro da cidade de Canguçu/RS e possui uma pista de atletismo, um campo de futebol, uma AAL (academia ao ar livre), duas quadras de vôlei de areia e equipamentos para exercícios de flexibilidade/alongamento. A Figura 1 apresenta uma imagem de satélite do local. 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.

A coleta de dados da linha de base ocorreu durante os meses de janeiro a março de 2017 e foi realizada por três professores e três estudantes de Educação Física da UFPEL, os quais

receberam treinamento sobre o instrumento utilizado e como realizar a abordagem da população pesquisada. Os critérios de inclusão para considerar o indivíduo como frequentador do espaço foram: estar efetivamente utilizando o espaço para praticar alguma atividade física, ter idade igual ou superior a 18 anos e morar na zona urbana da cidade. Os critérios de inclusão dos não frequentadores foram: não estar praticado alguma atividade física no espaço público em questão, ter idade igual ou superior a 18 anos e conhecer o espaço público estudado. Pessoas com alguma deficiência que impedisse de responder o questionário e moradores da zona rural da cidade não eram elegíveis para o estudo.

A amostra para a segunda fase da pesquisa foi composta pelos 218 indivíduos que participaram da primeira fase do estudo. A coleta de dados foi realizada por cinco entrevistadores nas residências dos participantes e ocorreu durante os meses de janeiro a abril de 2018. As visitas foram organizadas conforme os dados informados na primeira entrevista. Aquelas pessoas que mudaram de município, estavam em reclusão ou que não foram encontrados foram considerados como perdas. Os indivíduos que se declinaram participar do estudo foram considerados como recusa.

As informações foram coletadas por meio de dois questionários (frequentadores e não frequentadores), previamente testados. Questões demográficas (endereço, telefones para contato, e-mail, sexo, idade, cor da pele, e situação conjugal), socioeconômicas (escolaridade e renda familiar, posteriormente classificada em classes segundo critérios da ABEP, 2016), comportamentais (tabagismo, consumo excessivo de álcool e prática suficiente de atividade física 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. Uma parte do questionário continha questões relacionadas à utilização do espaço (tempo de frequência, atividades praticadas, dias por semana, quais dias na semana, turno, deslocamento até o espaço, apoio social, objetivos de prática, atividade física em outro local e, para os não

frequentadores que um dia já frequentaram o espaço, os motivos para ter deixado de frequentar), e também questões relativas à eventuais mudanças estruturais ocorridas no espaço público no último ano, além da percepção sobre as barreiras e os facilitadores para a prática de atividade física no local. A escala usada para identificar essa percepção apresentava 15 fatores que podem influenciar a prática de atividades físicas 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) e negativo (inibe bastante e inibe).

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 de número absoluto e percentual para cada um dos quatro status de utilização do parque possíveis: a) não utilizou nunca; b) utilizou sempre; c) começou a utilizar; d) deixou de utilizar. 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 $p < 0,05$.

1 **Resultados**

2 Na primeira fase do estudo foram entrevistados 218 moradores da área urbana da cidade
3 de Canguçu/RS, sendo 109 frequentadores e 109 não frequentadores de um espaço público. Na
4 segunda fase do estudo foram entrevistadas 208 pessoas, sendo 106 frequentadores e 102 não
5 frequentadores. Não houveram recusas, apenas 4,6% de perdas. Em relação ao status de
6 estabilidade na utilização e não-utilização do espaço público, (70,7%) dos frequentadores
7 continuou frequentando o espaço público e (34,3%) dos não frequentadores começou a
8 frequentar. A Tabela 1 apresenta dados relacionados à utilização do espaço para a prática de
9 AF entre as pessoas que continuam frequentando (n=75) e para as pessoas que começaram a
10 frequentar o espaço (n=35).

11 As características sociodemográficas, comportamentais, nutricional e de saúde da
12 amostra são apresentadas na tabela 1. Entre os homens, a maioria continua frequentando o
13 espaço público, enquanto que grande parte das mulheres continua não frequentando. Pessoas
14 que começaram a frequentar o parque vivem na sua maioria sem companheiro e as pessoas que
15 continuam não frequentando o espaço público apresentam menores prevalências de atividade
16 física.

17 A Tabela 2 apresenta as barreiras e facilitadores para a prática de atividade física no
18 espaço público com base no status de utilização. O fator localização geográfica, foi percebido
19 como inibidor ($p<0,05$) para a prática de atividade física entre o grupo que continuou
20 frequentando o espaço público. E o fator regulamento de trânsito foi percebido como
21 estimulador ($p<0,05$) para a prática de atividade física entre o grupo que continuo frequentando
22 o local. Esses achados vão ao encontro de resultados reportados em outros estudos²⁶, o que
23 acaba fortalecendo a importância da disponibilização de estruturas públicas para a prática de
24 AF, sobretudo, com estruturas satisfatórias¹⁰. Os demais fatores que poderiam influenciar a

1 prática de atividades físicas no espaço públicos, positivamente (facilitadores) ou negativamente
2 (barreiras) foram consideradas não significativos para a mudança no status de utilização do
3 espaço público.

4 A Tabela 3 apresenta dados relacionados à utilização do espaço para a prática de AF
5 entre as pessoas que continuam frequentando (n=75) e para as pessoas que começaram a
6 frequentar o espaço (n=35). A maioria das pessoas dos dois grupos relatou frequentar o espaço
7 público pelo menos duas vezes na semana, por até duas horas e deslocar-se até o parque a pé.
8 As atividades físicas mais praticadas foram caminhadas, corrida e vôlei. Em relação ao apoio
9 social, indivíduos que continuaram frequentando o local relataram praticar AF com a presença
10 de um amigo ou familiar às vezes, enquanto os indivíduos que começaram a frequentar o local
11 relataram sempre frequentar o espaço na companhia de alguém. Dentre os objetivos mais
12 citados para frequentar o espaço para praticar AF destacaram-se: permanecer saudável e
13 emagrecer para os dois grupos, diminuir o estresse para o grupo que continua frequentando e
14 diversão/recreação para o grupo que começou a frequentar.

1 **Discussão**

2 O presente estudo objetivou analisar a estabilidade em um ano na utilização e não-
3 utilização de um espaço público para a prática de atividade física entre adultos de um município
4 de pequeno porte do sul do Rio Grande do Sul e verificar a associação destes fatores com
5 variáveis sociodemográficas, comportamentais, nutricionais e de saúde. Este é o primeiro
6 estudo que busca realizar o acompanhamento de frequentadores e não frequentadores de
7 espaços públicos e analisar a mudança de status em relação prática de atividade física nesses
8 locais. Além disso, é um dos poucos realizado em cidades de pequeno porte. Até o momento,
9 no Brasil, a maioria das informações sobre a prática de atividades físicas em parques e espaços
10 públicos são restritas a estudos transversais realizados em cidades grandes.

11 Os resultados do presente estudo mostraram que a prevalência de pessoas que deixaram
12 de frequentar o espaço público (29,3%) foi similar as pessoas que começaram a frequentar
13 (34,7%). Esses resultados reforçam a importância da criação de políticas públicas voltadas para
14 a promoção de atividade física, bem como, melhorias no espaço público, as quais podem
15 contribuir na captação de mais indivíduos para práticas neste local e auxiliar na manutenção de
16 indivíduos que já utilizam.

17 A maioria das pessoas que estão frequentando o espaço público eram homens, adultos
18 jovens com idade entre 18 e 29 anos, de cor da pele branca, e aquelas pessoas que continuam
19 não frequentando o parque apresentavam menores níveis de atividade física. Tais características
20 vão ao encontro de outros estudos que identificaram que os parques são frequentados, em sua
21 maioria, por homens, pessoas mais jovens e fisicamente ativos^{21,22,23}. Além disso, pessoas que
22 começaram a prática de AF no espaço público viviam na sua maioria sem companheiro. Isso
23 pode ser explicado pelo fato de que locais públicos, especialmente parques, facilitam a interação
24 social entre amigos, vizinhos e até mesmo pessoas que não se conhecem, fazendo com que

1 pessoas que vivem sem companheiro estabeleçam relações sociais com outros membros da
2 comunidade²⁴.

3 No presente estudo, o fator localização geográfica, foi percebido como inibidor ($p<0,05$)
4 para a prática de atividade física entre o grupo que continuou frequentando o espaço público,
5 esse resultado vai de encontro a outros estudos que identificaram a localização geográfica como
6 um facilitador para prática de atividade física em espaços públicos^{21,22}. A “Pista”, está
7 localizada cerca de 15 minutos a pé do centro da cidade, com fácil acesso para moradores da
8 área central do município, porém distante de pessoas que moram em outros bairros da cidade,
9 o que pode explicar o fator inibidor por grande parte dos frequentadores. E o fator regulamento
10 de trânsito foi percebido como estimulador ($p<0,05$) para a prática de atividade física entre o
11 grupo que continuou frequentando o local, resultado semelhante aos reportados na
12 literatura^{21,22}. Isso pode explicado pelo fato de que a “pista” está localizada em um local com
13 baixo movimento de veículos automotores e com boa sinalização de trânsito.

14 No presente estudo, as atividades físicas mais praticadas foram a caminhada e a corrida.
15 Outros estudos^{21,27} encontraram resultados semelhantes, o que acaba fortalecendo a importância
16 da disponibilização de estruturas públicas para a prática de AF, sobretudo, com qualidade
17 satisfatória. O espaço público de Canguçu/RS dispõe de uma pista de atletismo com medidas
18 oficiais, favorecendo a prática de caminhada e corrida, justamente as atividades mais praticadas
19 entre os frequentadores.

20 A maioria das pessoas dos dois grupos, que continua frequentando e que começou a
21 frequentar, relataram utilizar o espaço público pelo menos duas vezes na semana. Estudo
22 conduzido por Fermino et al.¹⁴ verificou que o uso de parques mais de 1 vez por semana
23 aumenta em 39% a probabilidade de indivíduos praticarem ≥ 150 min de atividade física por
24 semana. Além disso, a maior frequência de uso dos locais possibilita que o indivíduo veja

1 pessoas se exercitando, o que pode aumentar a sua motivação e auto eficácia para a realização
2 das atividades¹⁵.

3 Mais da metade dos indivíduos do grupo que continua frequentando e do grupo que
4 começou a frequentar relatou deslocar-se até o espaço público a pé. Esses dados ressaltam a
5 importância de áreas de lazer e recreação no planejamento urbano, pois essas estruturas
6 contribuem não somente para a prática de atividade física no lazer, mas também para a
7 caminhada como forma de deslocamento até estes locais²⁴.

8 Uma limitação a ser considerada no estudo é que as duas coletas de dados foram
9 realizadas somente em uma época do ano, a qual compreendeu os meses de janeiro a abril
10 (verão), contudo, essa é a época do ano em que o parque é mais frequentado para a prática de
11 atividade física. Desse modo, acredita-se que os dados do presente estudo tenham aplicação
12 limitada para todas as épocas do ano, pois constata-se que há uma diminuição muito grande na
13 utilização do parque durante os meses de inverno e talvez o perfil dos frequentadores contínuos
14 seja diferente daqueles que frequentam apenas no verão. Desta forma, seria importante coletar
15 dados em outros meses/estações para traçar de forma mais realista, o perfil dos usuários do
16 espaço.

17 Alguns aspectos positivos do presente estudo também devem ser enfatizados. O
18 processo de amostragem, a utilização de um questionário com instrumentos padronizados e a
19 utilização de um delineamento do tipo longitudinal que possibilita avaliar a mudança de status
20 entre frequentadores e não frequentadores de um espaço público para prática de atividade física
21 são pontos importantes a serem destacados. Além disso, o estudo foi realizado em um município
22 de pequeno porte no Brasil, o que torna suas informações válidas para grande maioria das
23 cidades do país.

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. E que a maioria dos indivíduos que estão frequentando são homens, adultos jovens com idade entre 18 e 29. Políticas públicas voltadas para a promoção de atividade física no espaço público devem levar em consideração os resultados deste estudo, os quais podem ajudar na captação de mais indivíduos para práticas neste local, bem como melhorar a prática de quem já utiliza.

Contribuição dos autores

I. R. Doring participou da criação do projeto, coleta de dados, revisão de literatura e análise dos dados. F. F. Reichert supervisionou o trabalho de campo, realizou a análise de dados e participou em todas as fases de redação do artigo. Os autores aprovaram a versão final do manuscrito.

1 Referências

- 2 1- Hallal P, Andersen LB, Bull FC, Guthold R, Haskell W. e Ekelund U. Global physical
3 activity levels: surveillance progress, pitfalls, and prospects. *The Lancet*. 2012.
- 4
- 5 2- Lee, I. M. et al. Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases
6 worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. *The Lancet*, v. 380,
7 2012.
- 8
- 9 3- Wen, C. P. et al. Minimum amount of physical activity for reduced mortality and
10 extended life expectancy: a prospective cohort study. *The Lancet*, v. 378, 2011.
- 11
- 12 4- Reichert, F. F. et al. The role of perceived personal barriers to engagement in leisure-
13 time physical activity. *American Journal of Public Health*, v. 97, n. 3, p. 515-519, 2007.
- 14
- 15 5- WHO- World Health Organization. Insufficient physical activity. Geneva: WHO, 2015.
- 16
- 17 6- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Gestão
18 Estratégica e Participativa: Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças
19 crônicas por inquérito telefônico (Vigitel). Brasília: Ministério da Saúde, 2017.
- 20
- 21 7- Lee AC, Maheswaran R. The health benefits of urban green spaces: a review of the
22 evidence. *J Public Health*. 2011; 33(2): 212-22.
- 23
- 24 8- Heath G.W.; Parra D.C.; Sarminento O.L.; Andersen L.B.; Owen N.; Goenka S, et al.
25 Evidence-based intervention in physical activity: lessons from around the world.
26 *Lancet*. 2012; 380(9838):271-81.
- 27
- 28 9- Hoehner, C. M. et al..Physical activity interventions in Latin America: expanding and
29 classifying the evidence. *American Journal of Preventive Medicine*, 2013.
- 30
- 31 10- Bedimo-Rung, A.L.; Mowen, A.J.; Cohen, D.A. The significance of parks to physical
32 activity and public health: A conceptual model. *American Journal of Preventive*
33 *Medicine*, 2005.
- 34
- 35 11- Kaczynski, A.T.; Henderson, K. A. Environmental correlates of physical activity: a
36 review of evidence about parks and recreation. *Leisure Sciences*, v. 29, n. 4, p. 315-354,
37 2007.
- 38
- 39 12- Coombes E.; Jones A.P.; Hillsdon M. The relationship of physical activity and
40 overweight to objectively measured green space accessibility and use. *Soc Sci Med*.
41 2010; 70(6):816-22
- 42
- 43 13- Veitch, J et al. Is park visitation associated with leisure-time and transportation physical
44 activity? *Prev Med*. 2013; 57(5):732-4.
- 45
- 46
- 47 14- Fermino, R. C.; Reis, R. S.; Cassou, A. C. Fatores individuais e ambientais associados
48 ao uso de parques e praças por adultos de Curitiba-PR, Brasil. *Revista Brasileira de*
49 *Cineantropometria e Desempenho Humano*, v. 14, n. 4, p. 377-389, 2012.

- 15- Fermينو, R. C. et al. Perceived environment and public open space use: a study with adults from Curitiba, Brazil. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, v. 10, n. 1, p. 1, 2013.
- 16- Florindo, A. A.; Salvador, E. P.; Reis, R. S. Physical activity and its relationship with perceived environment among adults living in a region of low socioeconomic level. *Journal of Physical Activity and Health*, v. 10, n. 4, p. 563-71, 2013.
- 17- Lopes, A. A. S. et al. Perceived neighborhood environment and physical activity among high school students from Curitiba, Brazil. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, v. 17, n. 4, p. 938-953, 2014.
- 18- Farias Junior, J. C.; Reis, R. S.; Hallal, P. C. Atividade física e fatores psicossociais e ambientais em adolescentes do Nordeste do Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 30, n. 5, p. 941-951, 2014
- 19- Fermينو, R.C.; Hallal, P.C; Reis, R.S. Frequência de uso de parques e prática de atividades físicas em adultos de Curitiba, Brasil. *Rev Bras Med Esporte* vol.23 no.4 São Paulo July/Aug. 2017
- 20- Barreta, E; Barreta, M; Peres, K.G. Nível de atividade física e fatores associados em adultos no Município de Joaçaba, Santa Catarina, Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 23, n. 7, p. 1595-602, 2007.
- 21- Silva, d. a. s.; Petroski, e. l.; Reis, r. s. Barreiras e facilitadores de atividades físicas em frequentadores de parques públicos. *Motriz*, v. 15, n. 2, p. 219-27, 2009.
- 22- 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.
- 23- Scholz J, Klein MC, Behrens TE e Johansen-Berg H. Training induces changes in the architecture of white matter. *Nat Neurosci* . 2009; 12(11): 1370-1371.
- 24- 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.
- 25- Chan, c.b.; Ryan, d.a.; Tudor-Locke, C. Relationship between objective measures of physical activity and weather: a longitudinal study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, v. 3, n. 1, p. 1, 2006.
- 26- Sallis JF, Cervero RB, Ascher W, Henderson KA, Kraft MK, Kerr J. An ecological approach to creating active living communities. *Ann Rev of Pub Heal.* 2006; 27(1):297-322.
- 27- Kruger, g. et al. Atividade física na fase da meia-idade: motivos de adesão e de continuidade. *Revista Movimento*, vol. VII, núm. 15, 2001, pp. 75-88

- 1
2 28- Florindo AA, Barrozo LV, Cabral-Miranda W, Rodrigues EQ, Turrel G, Goldbaum M,
3 et al. Public Open Spaces and Leisure-Time Walking in Brazilian Adults. *Int J Environ*
4 *Res Public Health* . 2017; 14 (6): 1-12.
5
6 29- SALLIS, J. F. et al. Progress in physical activity over the Olympic quadrennium. *The*
7 *Lancet*, v. 388, n. 10051, p. 1325-1336, 2016.
8
9 30- Biddle SJ, Atkin AJ, Cavill N e Foster C. Correlates of physical activity in youth: a
10 review of quantitative systematic reviews. *Int Rev Sport Exerc Psychol*. 2011; 4(1): 25-
11 49

Figura 1: Imagem de satélite do ano de 2016 do espaço público avaliado no estudo.



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

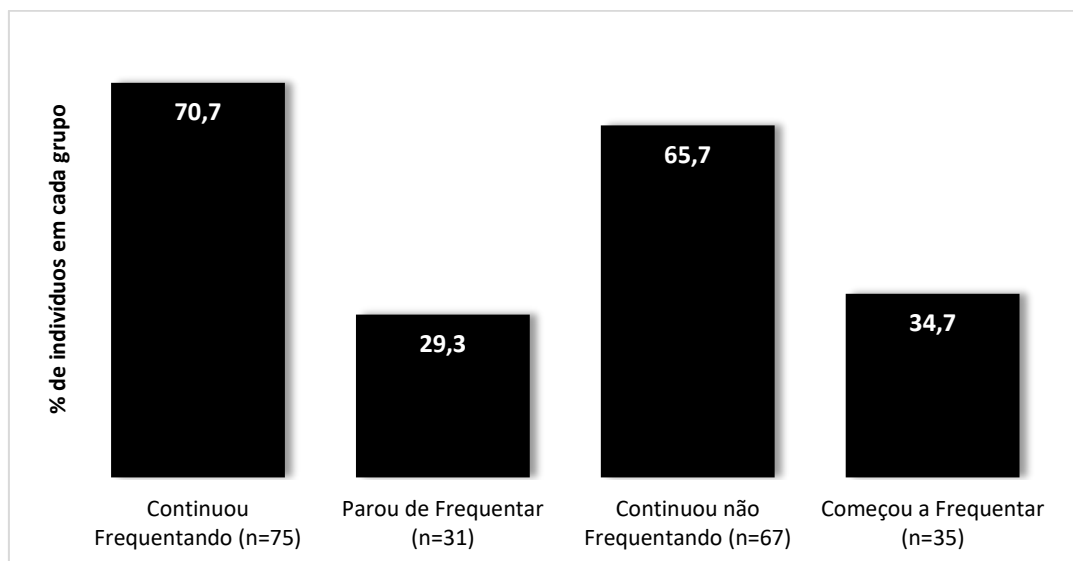


Tabela 1: Associação entre o status de utilização do espaço público dos sujeitos e as variáveis sociodemográficas, comportamentais, nutricionais e de saúde

| | Começou a frequentar | Continua não frequentando | P | Parou de frequentar | Continua frequentando | P |
|--------------------------------------|----------------------|---------------------------|-------|---------------------|-----------------------|-------|
| Variável | 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 Sócio 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) | | | 0,000 | | | 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.

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

| | Comecei a frequentar | Continuo Não Frequentando | | Parei de frequentar | Continuo frequentando | |
|-------------------------------|----------------------|---------------------------|-------|---------------------|-----------------------|-------|
| Variável | n=35 (%) | n=67 (%) | P | n=31 (%) | 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 Usuários | | | 0,747 | | 0,459 |
| 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) | | |

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

| Variáveis | n=75 (%) | n=35 (%) |
|--|-----------|-----------|
| Tempo de frequência ao espaço | | |
| Até 1 ano | 0 (0,0) | 27 (77,1) |
| Até 2 anos | 7 (9,3) | 2 (5,7) |
| Até 3 anos | 2 (2,7) | 3 (8,6) |
| Até 4 anos | 5 (6,7) | 1 (2,9) |
| 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 os 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 | 10 (13,3) | 17 (48,6) |
| Até 2 | 27 (36,0) | 11 (31,4) |
| Até 3 | 20 (26,7) | 2 (5,7) |
| Até 4 | 6 (8,0) | 2 (5,7) |
| 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) |
| Diminuir 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) |

Apêndices

Apêndice A – Termo de consentimento livre e esclarecido

Pesquisadores responsáveis: **Igor Retzlaff Doring, Felipe Fossati Reichert**

Instituição: **Escola Superior de Educação Física, Universidade Federal de Pelotas**

Endereço: **Rua Luiz de Camões, 625, Pelotas/RS**

Telefone: **053-32732752**

Concordo em participar do estudo “Estabilidade na utilização e não-utilização de um espaço público para a prática de atividade física entre adultos de um município de pequeno porte do sul do Rio Grande do Sul”. Estou ciente de que estou sendo convidado a participar voluntariamente do mesmo.

PROCEDIMENTOS: Fui informado de que o objetivo do estudo é verificar a estabilidade na utilização e não-utilização de um espaço público para a prática de atividade física entre adultos de um município de pequeno porte do sul do Rio Grande do Sul. Fui informado que será aplicado um questionário contendo blocos de perguntas sobre aspectos demográficos, socioeconômicos, comportamentais e de saúde, além de um instrumento que mede a autopercepção do ambiente.

RISCOS E POSSÍVEIS REAÇÕES: Fui informado de que não existem riscos no estudo.

BENEFÍCIOS: Os benefícios de participar da pesquisa relacionam-se ao fato de que os resultados serão incorporados ao conhecimento científico e auxiliarão no esclarecimento de lacunas acerca do assunto.

PARTICIPAÇÃO VOLUNTÁRIA: Como já me foi dito, minha participação neste estudo será voluntária e poderei interrompê-la a qualquer momento.

DESPESAS: Eu não terei que pagar por nenhum dos procedimentos, nem receberei compensações financeiras.

CONFIDENCIALIDADE: Estou ciente que a minha identidade permanecerá confidencial durante todas as etapas do estudo.

CONSENTIMENTO: Recebi claras explicações sobre o estudo, todas registradas neste formulário de consentimento. Os investigadores do estudo responderam e responderão, em qualquer etapa do estudo, a todas as minhas perguntas, até a minha completa satisfação. Portanto, estou de acordo em participar do estudo. Este Formulário de Consentimento Pré-Informado será assinado por mim e arquivado na instituição responsável pela pesquisa.

Nome do participante: _____ Identidade: _____

ASSINATURA: _____ DATA: ____ / ____ / ____

DECLARAÇÃO DE RESPONSABILIDADE DO INVESTIGADOR: Expliquei a natureza, objetivos, riscos e benefícios deste estudo. Coloquei-me à disposição para perguntas e as respondi em sua totalidade. O participante compreendeu minha explicação e aceitou, sem imposições, assinar este consentimento. Tenho como compromisso utilizar os dados e o material coletado para a publicação de relatórios e artigos científicos referentes a essa pesquisa. Se o participante tiver alguma consideração ou dúvida sobre a ética da pesquisa, pode entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa da ESEF/UFPel – Rua Luís de Camões, 625 – CEP: 96055-630 - Pelotas/RS; Telefone: (53)3273-2752

ASSINATURA DO PESQUISADOR RESPONSÁVEL



Apêndice B – Questionário Frequentadores
UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS
ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

QUESTIONÁRIO GERAL

| | |
|---|--------------------|
| FREQUENTADOR | 1 |
| 01. Entrevistador(a): | NENTR _____ |
| 02. Data da entrevista: ____/____/____ | DATA _____ |
| 03. Nº do questionário: _____ (não preencher) | NQUES _____ |
| 04. Qual é o seu nome completo? | |
| 05. Endereço: | |
| 06. Telefone(s): () () () | |
| 07. Email(s): | |
| DADOS SOCIOECONÔMICOS E DEMOGRÁFICOS | |
| 08. Qual é a sua idade: _____ anos | IDADE _____ |
| 09. Sexo: (0) masculino (1) feminino | SEXO _____ |
| 10. Qual é o seu estado civil: (0) casado (a) ou vive com companheiro (a) (1) solteiro (a) (2) separado (a) (3) viúvo (a) | ESTCI _____ |
| 11. Qual é a sua estatura atual: _____ cm (999) IGN | EST _____ |
| 12. Qual é o seu peso atual: _____ kg (999) IGN | PES _____ |
| 13. Cor da pele: (0) branca (1) não branca | COR _____ |
| 14. Quantos filhos você possui? _____ filhos | FIL _____ |
| 15. Qual a sua escolaridade: (0) - 1º Grau Incompleto; (1) - 1º Grau Completo; (2) - 2º Grau Incompleto; (3) - 2º Grau Completo; (4) - Superior Incompleto; (5) - Superior Completo; | ESCOL _____ |
| 16. Qual a sua ocupação? _____ | |
| 17. Qual a renda mensal da sua família? _____ | RENDA _____ |

AGORA VAMOS CONVERSAR SOBRE ATIVIDADE FÍSICA

Agora vamos conversar sobre **atividades físicas**. Para responder essas perguntas você deve saber que **atividades físicas fortes** são as que exigem grande esforço físico e que fazem respirar **muito mais rápido** que o normal. **Atividades físicas médias** são as que exigem esforço físico médio e que fazem respirar **um pouco mais rápido** que o normal. Em todas as perguntas sobre atividade física, considere uma semana habitual e responda somente sobre aquelas que duram **pelo menos 10 minutos seguidos**.

Eu gostaria que você pensasse apenas nas atividades que você faz no seu tempo livre, lazer. Lembre de falar apenas sobre as atividades que você faz em uma semana habitual e que duram pelo menos 10 minutos seguidos.

| | |
|--|-------------|
| 18. Quantos dias por semana você faz caminhadas no seu tempo livre? (0) Nenhum, PULE PARA A QUESTÃO 20 (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) dias | ANDADIALA__ |
| 19. SE CAMINHA: Nos dias em que você caminha no seu tempo livre, quanto tempo no total duram essas caminhadas por dia? ____ horas ____ minutos = ____ minutos | ANDALA__ |
| 20. Quantos dias por semana você faz atividades físicas FORTES no seu tempo livre, como correr, fazer ginástica de academia, pedalar em ritmo rápido, praticar esportes competitivos, etc.? (0) Nenhum, PULE PARA A QUESTÃO 22 (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) dias | DIASFORLA__ |
| 21. SE FAZ ATIVIDADES FÍSICAS FORTES: Nos dias em que você faz essas atividades FORTES, quanto tempo no total elas duram por dia? ____ horas ____ minutos = ____ minutos | TEMFORLA__ |
| 22. Quantos dias por semana você faz atividades físicas MÉDIAS sem contar as caminhadas no seu tempo livre, como nadar ou pedalar em ritmo médio, praticar esportes por diversão, etc.? (0) Nenhum, PULE PARA A QUESTÃO 24 (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) dias | DIASMEDLA__ |
| 23. SE FAZ ATIVIDADES FÍSICAS MÉDIAS: Nos dias em que você faz essas atividades MÉDIAS, quanto tempo no total elas duram por dia? ____ horas ____ minutos = ____ minutos | TEMMEDLA__ |

AGORA VAMOS CONVERSAR SOBRE TABAGISMO

| | |
|--|---------|
| 24. Alguma vez na vida você já fumou? (cigarro ou cigarro de palha) (0) não, nunca fumou (PULE PARA O PRÓXIMO BLOCO, QUESTÃO 31) (1) sim já fumou | JAFUM__ |
| 25. Você fuma atualmente? (0) não (1) sim (PULE PARA A QUESTÃO 27) (8) NSA | FUMO__ |

| | |
|---|-------------------------|
| 26. Se você não fuma atualmente, há quanto tempo parou de fumar? ____anos ____meses (888) NSA (999) IGN | PAROUTEM ____ |
| 27. Se fuma atualmente: (0) fuma 1 ou mais cigarro(s) por dia há mais de 1 mês (1) fuma apenas ocasionalmente (1 ou mais cigarro(s) no mês) (8) NSA | FUMAATU ____ |
| 28. Há quanto tempo você fuma (ou fumou durante quanto tempo)? ____ anos ____ meses (888) NSA (999) IGN | TEFUMO ____ |
| 29. Quantos cigarros você fuma geralmente (ou fumava) por dia? ____ cigarros (888) NSA (999) IGN | CIGDIA ____ |
| 30. Nos últimos 30 dias, quantos dias você fumou? ____ dias (888) NSA (999) IGN | CIGMES ____ |
| AGORA VAMOS CONVERSAR SOBRE INGESTÃO DE ÁLCOOL E AUTOPERCEPÇÃO DE SAÚDE | |
| Este item refere-se à ingestão de álcool. Lembrando que de acordo com a Organização Mundial da Saúde, doses equivalentes ao consumo de 285 ml de cerveja, 120 ml de vinho ou, aproximadamente, 30 ml de destilados por dia, proporcionam benefícios. Doses acima desses indicados, não são aconselhadas à população. | |
| 31. Alguma vez na vida você já ingeriu bebida alcoólica? (0) não, nunca bebi (PULE PARA O PRÓXIMO BLOCO, QUESTÃO 40) (1) sim, já bebi | JABEB ____ |
| 32. Você ingere bebida alcoólica atualmente? (0) não (1) sim (PULE PARA A QUESTÃO 34) (8) NSA | BEBO ____ |
| 33. Se você não bebe atualmente, há quanto tempo parou de beber? ____anos ____meses (888) NSA (999) IGN | PAROUBEBTEM ____ |
| 34. Se bebe atualmente: (0) bebe diariamente (1 dose) (1) bebe diariamente (mais de 1 dose) (2) bebe esporadicamente (8) NSA | BEBEATU ____ |
| 35. Há quanto tempo você bebe (ou bebeu durante quanto tempo)? ____anos ____meses (888) NSA (999) IGN | TEBEB ____ |

| | |
|---|--|
| 43. Há quanto tempo você frequenta/ou o espaço? ____anos____meses | TEMESP ____ |
| 44. Quantos dias por semana você frequenta/ou o espaço? ____ dias | DIASFRE ____ |
| 45. Qual é/era a carga horária semanal no espaço? ____horas | JORSEM ____ |
| 46. Quais os dias frequenta/va o espaço? (0) Dias de semana (1) Finais de semana (2) Ambos | QUALDIA ____ |
| 47. Quais os turnos que você frequenta/va o espaço? (1) manhã (2) tarde (3) noite | TURN01 ____ TURN02 ____ TURN03 ____ |
| 48. Com que frequência algum familiar ou amigo veio/foi com você ao espaço? (0)=Nunca (1)=Às vezes (2)= Sempre | APOIO ____ |
| 49. Com que frequência algum familiar ou amigo convidou você a ir ao espaço? (0)=Nunca (1)=Às vezes (2)= Sempre | APOIO2 ____ |
| 50. Com que frequência algum familiar ou amigo incentivou você a ir ao espaço? (0)=Nunca (1)=Às vezes (2)= Sempre | APOIO3 ____ |
| 51. Você já se machucou/lesionou no espaço? (0)=Sim (1)=Não | MACHU ____ |
| 52. Como você faz/fez seu deslocamento até o espaço? (0)=A pé (1)=Bicicleta (2)=Carro (3)=Moto (4)=Transporte público | DESLOC ____ |
| 53. Qual(is) é(são)/eram o(s) seu(s) objetivo(s) em frequentar o espaço? (0) Permanecer saudável (1) Melhorar desempenho desportivo (2) Ter mais energia/reduzir cansaço (3) Prevenir doenças e lesões | (0) não (1) sim (0) não (1) sim (0) não (1) sim (0) não (1) sim OBJ0 ____ OBJ1 ____ OBJ2 ____ OBJ3 ____ OBJ4 ____ |

| | | |
|---|---|--|
| (4) Tratar doenças e lesões (5) Diminuir o estresse (6) Emagrecer (7) Ganhar massa muscular (8) Diversão/Recreação Outro(s) <i>Qual(ais)?</i> _____ | (0) não (1) sim (0) não (1) sim (0) não (1) sim (0) não (1) sim (0) não (1) sim | OBJ5 ____ OBJ6 ____ OBJ7 ____ OBJ8 ____ |
| 54. Qual é o seu nível de satisfação em relação aos resultados obtidos com a prática da(s) atividade(s)? (0) Totalmente satisfeito (1) Muito satisfeito (2) Satisfeito (3) Insatisfeito (4) Muito insatisfeito | SATISF ____ | |
| 54. Você pratica outra atividade física fora do espaço? (0) Não (PULE PARA O PRÓXIMO BLOCO) (1) Sim Quais _____ | OUTRAAF ____ | |
| 55. Quantos dias por semana você pratica atividade física fora do espaço? (0)=1 dias/sem (1)=2 dias/sem (2)=3 dias/sem (3)=4 dias/sem (4)=5 dias/sem (5)=6 dias/sem (6)=7 dias/sem | DIASFOR ____ | |
| AGORA VAMOS CONVERSAR SOBRE O ÚLTIMO ANO DO ESPAÇO PÚBLICO | | |
| 56. Você percebeu alguma mudança estrutural no espaço? (0)=Não (1)=Sim Quais _____ | MUDESP _____ | |
| 57. Você percebeu incremento de equipamentos para prática de atividade física no espaço? (0)=Não (1)=Sim | MUDEQUIP _____ | |
| 58. Você percebeu aumento no número de profissionais de educação física no espaço? (0)=Não (1)=Sim | MUDPEF _____ | |
| 59. Você percebeu aumento no número de profissionais da saúde no espaço? (0)=Não (1)=Sim | MUDSAU _____ | |
| 60. Você percebeu aumento nos programas públicos no parque para prática de atividade física? (0)=Não (1)=Sim | MUDPROG _____ | |

61. O estado de conservação do espaço público no último ano?

(0)=Piorou

(1)=Se manteve igual

(2)= Melhorou

MUDCONSE_____

Cada questão abaixo apresenta uma situação/condição que pode ser encontrada em parques urbanos e que possui o potencial de **INIBIR ou ESTIMULAR** a prática de atividades físicas. Assinale com um X a alternativa que melhor corresponde a sua percepção.

| | | | |
|--------------------|-----------|--------------|-----------------------|
| Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
|--------------------|-----------|--------------|-----------------------|

Cada item deverá ter uma resposta e não há respostas erradas, desde que elas correspondam àquilo que você pensa.

| QUESTÃO | ESCALA | | | |
|---|--------------------|-----------|--------------|-----------------------|
| Incidência de chuvas no parque | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
| Poluição do ar no parque | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
| Beleza geográfica do parque | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
| Localização geográfica do parque | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
| Pista de caminhada/corrida no parque | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
| Estacionamento no parque | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
| Beleza arquitetônica das estruturas construídas no parque | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
| Programas públicos no parque para a prática de atividades físicas | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
| Cartazes ou quadros informativos no parque sobre atividades físicas | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
| Serviços de atendimento de emergência | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
| Segurança pública nas imediações do parque | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
| Regulamento de trânsito nas imediações do parque | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
| Comportamento frequente observado dos usuários no parque | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
| Apoio e incentivo de amigos | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
| Valor atribuído ao parque pela comunidade em geral | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |

| | |
|---|--------------------|
| UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA | |
| QUESTIONÁRIO GERAL | |
| NÃO FREQUENTADOR | 2 |
| 01. Entrevistador(a): | NENTR _____ |
| 02. Data da entrevista: ____/____/____ | DATA _____ |
| 03. Nº do questionário: _____ (não preencher) | NQUES _____ |
| 04. Qual é o seu nome completo? | |
| 05. Endereço: | |
| 06. Telefone(s): () _____ () _____ () _____ | |
| 07. Email(s): | |
| DADOS SOCIOECONÔMICOS E DEMOGRÁFICOS | |
| 08. Qual é a sua idade: _____ anos | IDADE _____ |
| 09. Sexo: (0) masculino (1) feminino | SEXO _____ |
| 10. Qual é o seu estado civil: (0) casado (a) ou vive com companheiro (a) (1) solteiro (a) (2) separado (a) (3) viúvo (a) | ESTCI _____ |
| 11. Qual é a sua estatura atual: _____ cm (999) IGN | EST _____ |
| 12. Qual é o seu peso atual: _____ kg (999) IGN | PES _____ |
| 13. Cor da pele: (0) branca (1) não branca | COR _____ |
| 14. Quantos filhos você possui? _____ filhos | FIL _____ |
| 15. Qual a sua escolaridade: (0) - 1º Grau Incompleto; (1) - 1º Grau Completo; (2) - 2º Grau Incompleto; (3) - 2º Grau Completo; (4) - Superior Incompleto; (5) - Superior Completo; | ESCOL _____ |
| 16. Qual a sua ocupação? _____ | |
| 17. Qual a renda mensal da sua família? _____ | RENDA _____ |
| AGORA VAMOS CONVERSAR SOBRE ATIVIDADE FÍSICA | |

Agora vamos conversar sobre **atividades físicas**. Para responder essas perguntas você deve saber que **atividades físicas fortes** são as que exigem grande esforço físico e que fazem respirar **muito mais rápido** que o normal. **Atividades físicas médias** são as que exigem esforço físico médio e que fazem respirar **um pouco mais rápido** que o normal. Em todas as perguntas sobre atividade física, considere uma semana habitual e responda somente sobre aquelas que duram **pelo menos 10 minutos seguidos**.

Eu gostaria que você pensasse apenas nas atividades que você faz no seu tempo livre, lazer. Não precisa falar apenas sobre as atividades que você faz em uma semana habitual e que duram pelo menos 10 minutos seguidos.

| | |
|--|-----------|
| 18. Quantos dias por semana você faz caminhadas no seu tempo livre? (0) Nenhum, PULE PARA A QUESTÃO 20 (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) dias | ANDADIAL |
| 19. SE CAMINHA: Nos dias em que você caminha no seu tempo livre, quanto tempo no total duram essas caminhadas por dia? ____ horas ____ minutos = ____ minutos | ANDALA |
| 20. Quantos dias por semana você faz atividades físicas FORTES no seu tempo livre, como correr, fazer ginástica de academia, pedalar em ritmo rápido, praticar esportes competitivos, etc.? (0) Nenhum, PULE PARA A QUESTÃO 22 (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) dias | DIASFORLA |
| 21. SE FAZ ATIVIDADES FÍSICAS FORTES: Nos dias em que você faz essas atividades FORTES, quanto tempo no total elas duram por dia? ____ horas ____ minutos = ____ minutos | TEMFORLA |
| 22. Quantos dias por semana você faz atividades físicas MÉDIAS sem contar as caminhadas no seu tempo livre, como nadar ou pedalar em ritmo médio, praticar esportes por diversão, etc.? (0) Nenhum, PULE PARA A QUESTÃO 24 (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) dias | DIASMEDLA |
| 23. SE FAZ ATIVIDADES FÍSICAS MÉDIAS: Nos dias em que você faz essas atividades MÉDIAS, quanto tempo no total elas duram por dia? ____ horas ____ minutos = ____ minutos | TEMMEDLA |

AGORA VAMOS CONVERSAR SOBRE TABAGISMO

| | |
|---|----------|
| 24. Alguma vez na vida você já fumou? (cigarro ou cigarro de palha) (0) não, nunca fumou (PULE PARA O PRÓXIMO BLOCO, QUESTÃO 31) (1) sim já fumou | JAFUM |
| 25. Você fuma atualmente? (0) não (1) sim (PULE PARA A QUESTÃO 27) (8) NSA | FUMO |
| 26. Se você não fuma atualmente, há quanto tempo parou de fumar? ____ anos ____ meses (888) NSA (999) IGN | PAROUTEM |

| | |
|---|------------|
| 27. Se fuma atualmente: (0) fuma 1 ou mais cigarro(s) por dia há mais de 1 mês (1) fuma apenas ocasionalmente (1 ou mais cigarro(s) no mês) (8) NSA | FUMAATU__ |
| 28. Há quanto tempo você fuma (ou fumou durante quanto tempo)? ____ anos ____ meses (888) NSA (999) IGN | TEFUMO__ |
| 29. Quantos cigarros você fuma geralmente (ou fumava) por dia? ____ cigarros (888) NSA (999) IGN | CIGDIA__ |
| 30. Nos últimos 30 dias, quantos dias você fumou? ____ dias (888) NSA (999) IGN | CIGMES__ |
| AGORA VAMOS CONVERSAR SOBRE INGESTÃO DE ÁLCOOL E AUTOPERCEPÇÃO DE | |
| Este item refere-se à ingestão de álcool. Lembrando que de acordo com a Organização Mundial doses equivalentes ao consumo de 285 ml de cerveja, 120 ml de vinho ou, aproximadamente, destilados por dia, proporcionam benefícios. Doses acima desses indicados, não são aconselhadas para a população. | |
| 31. Alguma vez na vida você já ingeriu bebida alcoólica? (0) não, nunca bebi (PULE PARA O PRÓXIMO BLOCO, QUESTÃO 40) (1) sim, já bebi | JABEB__ |
| 32. Você ingere bebida alcoólica atualmente? (0) não (1) sim (PULE PARA A QUESTÃO 34) (8) NSA | BEBO__ |
| 33. Se você não bebe atualmente, há quanto tempo parou de beber? ____ anos ____ meses (888) NSA (999) IGN | PAROUBEE__ |
| 34. Se bebe atualmente: (0) bebe diariamente (1 dose) (1) bebe diariamente (mais de 1 dose) (2) bebe esporadicamente (8) NSA | BEBEATU__ |
| 35. Há quanto tempo você bebe (ou bebeu durante quanto tempo)? ____ anos ____ meses (888) NSA (999) IGN | TEBEB__ |
| 36. Quantas doses você bebe (ou bebia) por dia? ____ doses (888) NSA (999) IGN | DOSDIA__ |

| | |
|---|--|
| 37. Nos últimos 30 dias, quantos dias você ingeriu bebida alcoólica? ____ dias (88) NSA (99) IGN | DIABEBME |
| 38. Nos últimos 30 dias, qual o máximo de doses que você bebeu em uma mesma ocasião? ____ doses (888) NSA (999) IGN | MAXDOS |
| 39. Como você percebe sua saúde? (0) Excelente (1) Muito boa (2) Boa (3) Regular (4) Ruim | PERSAU |
| AGORA VAMOS CONVERSAR SOBRE O ESPAÇO PÚBLICO CONHECIDO COMO “A P ONDE ALGUMAS PESSOAS PRATICAM ATIVIDADES FÍSICAS | |
| 40. Em 2017 você foi entrevistado e relatou não praticar atividade física na pista. Você continua NÃO FREQUENTANDO o espaço público para prática de atividade física? (0) Comecei a frequentar (1) Continuo não frequentando | CONTINUI |
| 41. Em algum momento você já frequentou o espaço público para prática de atividade física? (0) Não (PULE PARA A QUESTÃO 56) (1) Sim | UTILIZAÇ |
| 42. Qual(is) atividades você pratica no espaço público? (0) Caminhada (1) Corrida (2) Vôlei (3) Futebol (4) Musculação (5) Alongamento Outra(s), quais ? _____ | ATI0 ____ ATI1 ____ ATI 2 ____ ATI 3 ____ ATI 4 ____ ATI 5 ____ ATIOUT ____ |
| 43. Há quanto tempo você frequenta o espaço? ____ meses | TEMESP |
| 44. Quantos dias por semana você frequenta o espaço? ____ dias | DIASFRE |
| 45. Qual era a carga horária semanal no espaço? ____ horas | JORSEM |

| | |
|---|---|
| 46. Quais os dias você frequenta o espaço? (0) Dias de semana (1) Finais de semana (2) Ambos | QUALDIA ____ |
| 47. Quais os turnos que você frequenta o espaço? (1) manhã (2) tarde (3) noite | TURN01 ____ TURN02 ____ TURN03 ____ |
| 48. Com que frequência algum familiar ou amigo foi com você ao espaço? (0)=Nunca (1)=Às vezes (2)= Sempre | APOIO ____ |
| 49. Com que frequência algum familiar ou amigo convidou você a ir ao espaço? (0)=Nunca (1)=Às vezes (2)= Sempre | APOIO2 ____ |
| 50. Com que frequência algum familiar ou amigo incentivou você a ir ao espaço? (0)=Nunca (1)=Às vezes (2)= Sempre | APOIO3 ____ |
| 51. Você já se machucou/lesionou no espaço? (0)=Sim (1)=Não | MACHU ____ |
| 52. Como você faz seu deslocamento até o espaço? (0)=A pé (1)=Bicicleta (2)=Carro (3)=Moto (4)=Transporte público | DESLOC ____ |
| 53. Qual(is) é(são) o(s) seu(s) objetivo(s) em frequentar o espaço? (0) Permanecer saudável (0) não (1) sim (1) Melhorar desempenho desportivo (0) não (1) sim (2) Ter mais energia/reduzir cansaço (0) não (1) sim (3) Prevenir doenças e lesões (0) não (1) sim (4) Tratar doenças e lesões (0) não (1) sim (5) Diminuir o estresse (0) não (1) sim (6) Emagrecer (0) não (1) sim (7) Ganhar massa muscular (0) não (1) sim (8) Diversão/Recreação (0) não (1) sim Outro(s) Qual(ais)? _____ | OBJ0 ____ OBJ1 ____ OBJ2 ____ OBJ3 ____ OBJ4 ____ OBJ5 ____ OBJ6 ____ OBJ7 ____ OBJ8 ____ OBJOU ____ |
| 54. Qual é o seu nível de satisfação em relação aos resultados obtidos com a prática da(s) atividade(s)? (0) Totalmente satisfeito (1) Muito satisfeito (2) Satisfeito (3) Insatisfeito (4) Muito insatisfeito | SATISF ____ |

| | |
|--|--|
| 55. Por que começou a utilizar o espaço para praticar atividade física? (0) Fica próximo de casa (0) não (1) sim (1) Possui estrutura necessária (0) não (1) sim (2) Melhor espaço público da cidade (0) não (1) sim (3) Gratuito (0) não (1) sim (4) Muito utilizado pela comunidade (0) não (1) sim Outro(s) Qual(ais)? _____ | COM01 _____ COM02 _____ COM03 _____ COM04 _____ COM05 _____ COMOU _____ |
| PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ATUAL | |
| 56. Você pratica alguma atividade física fora do espaço? (0) Não (PULE PARA O PRÓXIMO BLOCO) (1) Sim | OUTRAAF ____ |
| 57. Qual(is)? _____ | OUTRASAF ____ |
| 58. Quantos dias por semana? (0)=1 dias/sem (1)=2 dias/sem (2)=3 dias/sem (3)=4 dias/sem (4)=5 dias/sem (5)=6 dias/sem (6)=7 dias/sem | DIASFOR ____ |

Cada questão abaixo apresenta uma situação/condição que pode ser encontrada em parques urbanos e que possui o potencial de **INIBIR** ou **ESTIMULAR** a prática de atividades físicas. Assinale com um X a alternativa que melhor corresponde a sua percepção.

| | | | |
|--------------------|-----------|--------------|-----------------------|
| Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
|--------------------|-----------|--------------|-----------------------|

Cada item deverá ter uma resposta e não há respostas erradas, desde que elas correspondam àquilo que você pensa.

| QUESTÃO | ESCALA | | | |
|---|--------------------|-----------|--------------|-----------------------|
| Incidência de chuvas no parque | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
| Poluição do ar no parque | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
| Beleza geográfica do parque | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
| Localização geográfica do parque | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
| Pista de caminhada/corrida no parque | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
| Estacionamento no parque | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
| Beleza arquitetônica das estruturas construídas no parque | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
| Programas públicos no parque para a prática de atividades físicas | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
| Cartazes ou quadros informativos no parque sobre atividades físicas | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
| Serviços de atendimento de emergência | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
| Segurança pública nas imediações do parque | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
| Regulamento de trânsito nas imediações do parque | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
| Comportamento frequente observado dos usuários no parque | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
| Apoio e incentivo de amigos | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |
| Valor atribuído ao parque pela comunidade em geral | Inibe bastante (1) | Inibe (2) | Estimula (3) | Estimula bastante (4) |

Anexos

Anexo A – Normas de Submissão da Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde

Instruções aos autores

1 Escopo e política editorial

A Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde (Rev Bras Ativ Fís Saúde), periódico oficial da Sociedade Brasileira de Atividade Física e Saúde, publica artigos veiculando os resultados de pesquisas e estudos sobre a temática da atividade física e saúde em diferentes subgrupos populacionais. A revista aceita artigos que se enquadrem em uma das seguintes categorias: artigos originais, revisões sistemáticas, editoriais e cartas ao editor. Além de artigos nestas categorias, interessam à revista manuscritos que se encaixem no escopo das seguintes seções especiais: da pesquisa à ação; pesquisa e pós-graduação em atividade física e saúde; e, experiências curriculares inovadoras em atividade física e saúde. Estudos epidemiológicos, clínicos, experimentais ou qualitativos focalizando a inter-relação “atividade física e saúde”, assim como os estudos sobre os padrões de atividade física em diferentes grupos populacionais, validação de métodos e instrumentos para medida da atividade física e estudos de intervenção para promoção da atividade física são exemplos de estudos que atendem à política editorial da revista.

É um periódico multidisciplinar que aceita contribuições de pesquisadores cujos esforços de investigação contribuam para o desenvolvimento da “área de atividade física e saúde”. Ao submeter o manuscrito, os autores assumem a responsabilidade de que o trabalho não foi previamente publicado e nem está sendo analisado por outra revista, enquanto estiver em avaliação pelo conselho editoria da Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde. Como forma de atestar formalmente que assumem esta responsabilidade, os autores deverão assinar declaração de acordo com o modelo fornecido pela revista. Os manuscritos devem ser inéditos e todos os autores devem ter contribuído substancialmente para o seu desenvolvimento de modo que estes possam assumir responsabilidade pela autoria dos mesmos (ver critérios de autoria no item 3.7). Admite-se a submissão de manuscrito contendo resultados de estudos que tenham sido preliminarmente publicados na forma de resumos.

2 Avaliação dos manuscritos

A Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde adota o sistema de revisão por pares. Isto quer dizer que os manuscritos submetidos à revista serão apreciados por dois ou mais revisores, indicados por um dos editores associados. O editor associado analisa os pareceres dos revisores e emite um relatório final conclusivo que é então enviado ao editor assistente para comunicação da decisão aos autores. O processo de revisão adotado é duplo-cego, assim nem os revisores ad hoc saberão quem são os autores do manuscrito nem os autores saberão quem foram os revisores do mesmo. A revista tem em seu corpo editorial revisores ad hoc (nacionais e internacionais) com experiência de pesquisa em atividade física e saúde.

O fluxo editorial inicia com uma avaliação preliminar, na qual o editor assistente analisa se o manuscrito foi preparado de acordo com a presente normatização (“Instruções aos Autores”). Se a formatação não estiver em conformidade com estas normas, o artigo é devolvido aos autores para reformulação. É importante lembrar que a submissão de manuscrito em desacordo com o disposto nesta norma é motivo suficiente para recusa. O processo de avaliação do manuscrito só é iniciado quando todos os documentos exigidos forem enviados

(declaração de responsabilidade, declaração de conflito de interesses, declaração de autoria e cópia da certidão do Comitê de Ética para estudos com Seres Humanos ou com animais). Além disso, será exigido também a declaração de transferência de direitos autorais, conforme descrito no item 3.5 desta norma. Na fase seguinte, um dos editores-chefes é designado para efetuar uma análise do manuscrito considerando: a compatibilidade em relação à política editorial da revista; e, a contribuição potencial do artigo para o avanço do conhecimento em atividade física. Se aprovado nesta fase, o manuscrito segue então para a próxima etapa do processo de avaliação, caso contrário, a recusa é imediatamente comunicada aos autores.

A terceira etapa na avaliação dos manuscritos tem início quando um dos editores associados é designado pelo editor-chefe para acompanhar o processo de avaliação do manuscrito. Nesta etapa, inicialmente, o editor associado julga o potencial do artigo, considerando o rigor científico, a originalidade e a qualidade linguística. Se aprovado nesta etapa, o manuscrito é encaminhado para análise

por, no mínimo, dois revisores ad hoc, caso contrário, a recusa é imediatamente comunicada aos autores. Se o manuscrito alcançar a fase de análise pelos revisores ad hoc, o editor associado aguarda os pareceres para subsidiar a sua decisão quanto ao aceite ou recusa do manuscrito.

A decisão em relação ao manuscrito será comunicada aos autores considerando três possibilidades: (1) RECUSADO, sem possibilidade de nova submissão; (2) REVISÕES REQUERIDAS; e, (3) ACEITO.

Caso a decisão editorial seja “revisões requeridas”, o autor terá trinta (30) dias a contar da data que foi comunicado sobre a decisão editorial, para reenviar a carta resposta aos revisores junto com o manuscrito corrigido.

Após aceite, os autores irão receber a prova tipográfica de seu artigo, a qual deve ser revisada e reenviada à RBAFS no prazo máximo de 48 horas.

3 Preparação e envio dos manuscritos

3.1 Submissões

A Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde aceita submissões espontâneas em seis categorias:

a) Artigos originais

Destina-se à veiculação de resultados de pesquisas conduzidas a partir da aplicação de métodos científicos rigorosos, passíveis de replicação e/ou generalização, abrangendo tanto as abordagens quantitativas quanto qualitativas de investigação em atividade física e saúde. Outras contribuições como revisões, relatos, estudo de casos, opiniões e pontos de vista não serão tratadas como artigos originais.

b) Artigos de revisão

Destina-se à veiculação de revisões sistemáticas por meio das quais os autores possam apresentar uma síntese de conhecimentos já disponíveis sobre um tópico relevante em atividade física e saúde.

c) Cartas ao editor

Trata-se de um espaço destinado ao leitor ou pesquisador que deseja submeter uma reflexão ou aprofundamento sobre o conteúdo de um artigo publicado na revista.

d) Seção especial “Do diagnóstico à ação: experiências em promoção da atividade física e saúde”

É uma seção destinada à veiculação de artigos apresentando as bases conceituais, modelos lógicos e resultados de intervenções para promoção da atividade física e saúde. Busca-se nesta seção dar visibilidade a experiências de intervenção profissional que denotem um esforço de aplicação do conhecimento científico já produzido no desenvolvimento de ações de promoção da atividade física e saúde.

e) Seção especial “Pesquisa e pós-graduação em atividade física e saúde”

É uma seção destinada à veiculação de artigos apresentando experiências de pesquisa e de formação de pesquisadores. Interessam para esta seção as contribuições que descrevam modos de organização de grupos de pesquisa ou de trabalho em rede com vistas ao desenvolvimento de projetos de pesquisa e ações de formação ou capacitação de recursos humanos para investigação em atividade física e saúde.

f) Seção especial “Experiências curriculares inovadoras em atividade física e saúde”

É um espaço destinado ao relato de experiências curriculares inovadores na formação inicial (graduação) que tenham foco em atividade física e saúde.

Além dos artigos publicados nas categorias supramencionadas, por convite do Conselho Editorial, a revista poderá publicar também editoriais, comentários e posicionamentos. Contate a revista na eventualidade de dúvida quanto à aderência de um manuscrito em relação à política editorial ou quanto à classificação do manuscrito numa das categorias de submissão espontânea.

3.2 Conflito de interesse

A transparência do processo de revisão por pares e a credibilidade dos artigos publicados dependem, ao menos em parte, de como o conflito de interesses é tratado durante a redação, revisão por pares e tomada de decisão pelos editores. Este tipo de conflito pode emergir quando autores, revisores ou editores possuem interesses que, aparentes ou não, podem influenciar na elaboração ou avaliação dos manuscritos. Assim, tanto os autores quanto os revisores devem comunicar à revista sobre a existência de conflito de interesses de qualquer natureza. O conflito de interesses pode ser de natureza pessoal, comercial,

política, acadêmica ou financeira. Quando os autores submetem um manuscrito, eles são responsáveis por reconhecer e revelar a existência de conflito financeiro ou de qualquer outra natureza que possa ter influenciado seu trabalho. Os autores devem reconhecer no manuscrito todo o apoio financeiro para o trabalho e outras conexões financeiras ou pessoais com relação à pesquisa. Por sua vez, também os revisores ad hoc devem declinar da revisão de um manuscrito quando houver qualquer conflito de interesses que possa influir em sua opinião. No momento da submissão de um manuscrito os autores devem encaminhar também a declaração de conflito de interesses elaborada conforme modelo adotado pela revista.

3.3 Aspectos éticos

Os autores devem informar, no texto, se a pesquisa foi aprovada por Comitê de Ética em Pesquisa em consonância com o disposto na Declaração de Helsinki, na resolução nº 196/96 ou 466/12 (para pesquisas realizadas a partir de 12 de dezembro de 2012) do Conselho Nacional de Saúde e demais dispositivos normativos vigentes. Nos trabalhos experimentais envolvendo animais, conforme estabelecido pelo Colégio Brasileiro de Experimentação Animal (COBEA), as normas e os princípios éticos vigentes quanto à experimentação animal devem ser respeitados. Os ensaios clínicos devem ser devidamente registrados no Registro Brasileiro de Ensaios Clínicos (ReBEC), ou no Ministério da Saúde (<http://www.ensaiosclinicos.gov.br/>), ou em outros bancos de dados internacionais (ex.: ClinicalTrials- <http://clinicaltrials.gov/>). Os autores devem enviar juntamente com o manuscrito a cópia da certidão e ou declaração atestando a observância às normas éticas de pesquisa, inclusive cópia da aprovação do protocolo de pesquisa em Comitê de Ética com seres humanos. Estudos que não atendam a tais requisitos não serão aceitos para publicação na revista.

3.4 Idioma

Aceitam-se manuscritos escritos na forma culta em um dos seguintes idiomas: português, espanhol ou inglês. Os manuscritos em português e espanhol devem ser acompanhados dos resumos no idioma original e em inglês. Aqueles

submetidos em língua espanhola devem ter também um resumo em português. Os manuscritos em língua inglesa deverão incluir o resumo no idioma original e em português. Para as submissões em português ou espanhol, oferece-se a opção de tradução integral do manuscrito para o inglês, com custo para os autores.

3.5 Direitos autorais

Os autores deverão encaminhar no momento da submissão do artigo, a declaração de transferência de direitos autorais assinada. Esta declaração deverá ser preparada em conformidade com o modelo fornecido pela revista (<http://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/RBAFS/index>). Artigos aceitos para publicação passam a ser propriedade da revista, não podendo ser reproduzidos, mesmo que de forma parcial, incluindo a tradução para outro idioma, sem a autorização por escrito da Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde.

3.6 Agradecimentos/Financiamentos

Ao final do texto, os autores devem mencionar as fontes de financiamento para o estudo e os nomes de instituições, agências ou pessoas que devam ser nominalmente agradecidas pelo apoio à realização do estudo. Os autores devem manter em seu poder prova documental de que as pessoas e instituições citada na seção de agradecimentos autorizaram a inclusão do seu nome, uma vez que tal citação nominal pode implicar em endosso aos resultados e conclusões do estudo.

3.7 Colaboradores

Devem ser especificadas quais foram as contribuições individuais de cada autor na elaboração do artigo. Lembramos que os critérios de autoria devem basear-se nas deliberações do ICMJE, que determina o seguinte: o reconhecimento da autoria deve estar baseado em contribuição substancial relacionada aos seguintes aspectos: 1. Concepção e projeto ou análise e interpretação dos dados; 2. Redação do artigo ou revisão crítica relevante do conteúdo intelectual;

3. Aprovação final da versão a ser publicada. Essas três condições devem ser integralmente atendidas.

4 Preparação dos manuscritos

Todos os artigos devem vir acompanhados por uma carta de submissão dirigida ao editor-chefe, indicando a seção em que o artigo deva ser incluído (vide categorias anteriormente listadas no item 3.1) e apontando a potencial contribuição do estudo para desenvolvimento da área de atividade física e saúde. Os autores devem encaminhar também todas as declarações exigidas por ocasião da submissão do manuscrito, a saber: declaração de responsabilidade, declaração de conflito de interesses e declaração de transferência dos direitos autorais, anexando-as em “documentos suplementares”. Anexar ainda documentação comprobatória de atendimento aos requisitos éticos de pesquisa, conforme descrito no item 3.3. Após submissão, os autores assumem inteira responsabilidade pelo conteúdo do manuscrito, assim como pela obtenção de autorização para uso de ilustrações e dados de terceiros.

Os manuscritos devem ser preparados considerando a categoria do artigo e os critérios apresentados no quadro seguinte.

| Categoria do artigo | Número de palavras no texto* | Número de palavras no resumo | Número de caracteres no título** | Número de referências | Número de ilustrações |
|---------------------|------------------------------|------------------------------|----------------------------------|-----------------------|-----------------------|
| Original | 4.000 | 250 | 100 | 30 | 5 |
| Revisão | 6.000 | 250 | 100 | 100 | 5 |
| Carta ao Editor | 750 | - | 100 | 5 | 1 |
| Seções especiais*** | 1.500 | 150 | 100 | 15 | 2**** |

* Sem incluir o resumo, abstract, referências e ilustrações. ** Contagem de caracteres com espaços. *** Categorias D, E e F apresentadas no item 3.1. **** Uma das ilustrações deve ser obrigatoriamente o modelo lógico do programa/intervenção

Os manuscritos devem ser preparados em editor de texto do Microsoft Word. Os arquivos devem ter extensão DOC, DOCX ou RTF. Adotar as seguintes recomendações na preparação do arquivo de texto:

- O arquivo deve ser preparado em página formato A4, com todas as margens de 2,5 cm;
- O texto deve ser digitado com espaçamento duplo entre linhas, usando fonte “Times New Roman” tamanho 12 em todo o texto, inclusive nas referências;

- As páginas devem ser numeradas no canto superior direito, a partir da “página de título”;
- Incluir numeração de linhas (layout da página), reiniciando a numeração a cada página;
- Não é permitido uso de notas de rodapé.

No momento da submissão, os autores deverão anexar em “documentos suplementares” a página de título. A página título deve incluir, nesta ordem, as seguintes informações:

- Categoria do manuscrito;
- Título completo;
- Título completo em inglês;
- Título resumido (running title), com, no máximo, 50 caracteres incluindo os espaços;
- Autor(es) e respectivas afiliações institucionais organizada na seguinte sequência: Instituição, Departamento, Cidade, Estado e País. Após submissão do artigo não será permitido efetuar alterações na autoria dos manuscritos;
- Informações do autor responsável pelo contato com a Editoria da revista, inclusive endereço completo, com CEP, número de telefone e e-mail;
- Contagem de palavras no texto, no resumo e no abstract, assim como o número de referências e ilustrações.

O arquivo com o corpo do manuscrito deve conter o texto principal (página com o título do manuscrito, resumo, abstract, introdução, métodos, resultados e discussão), as referências e as ilustrações, e ser anexado em “documento de submissão”, seguindo as orientações específicas para cada tipo de manuscrito. Para os artigos originais e de revisão, incluir na primeira página o título do trabalho e um resumo não estruturado com até 250 palavras, cujo conteúdo deverá descrever obrigatoriamente: objetivos, métodos, resultados e conclusões. Abaixo do resumo, os autores devem listar de 3 a 6 palavras-chave que devem ser buscadas na base de descritores em ciências da saúde (DeCS, disponível para consulta em <http://decs.bvs.br>) ou no Medical Subject Headings (MeSH, disponível para consulta em

<http://www.nlm.nih.gov/mesh/MBrowser.html>). Sugere-se que os autores usem, preferencialmente, palavras-chave que não aparecem no título do artigo.

Nos artigos submetidos para as seções especiais o conteúdo do resumo fica a critério dos autores, respeitando-se o limite de 150 palavras. Em seguida, devem ser apresentadas traduções em inglês tanto para o resumo (abstract) quanto para as palavras-chave (key-words). No resumo, evitar o uso de siglas e abreviações e não citar referências.

O texto de todos os manuscritos deve estar organizado em seções, seguindo a seguinte disposição: introdução, métodos, resultados, discussão e referências. Para tanto, deve-se inserir uma quebra de página após o término de cada seção. Todos os manuscritos devem ter uma conclusão que deve ser apresentada dentro da seção de discussão, não podendo vir como uma seção a parte.

4.1 Referências

O número máximo de referência por manuscrito deve ser rigorosamente respeitado. Essas informações estão descritas no quadro com as orientações sobre o preparo dos manuscritos. As referências devem ser apresentadas no corpo do texto usando sistema numérico, por ordem de aparecimento no texto, usando algarismos arábicos sobrescritos. Se forem citadas mais de duas referências em sequência, apenas a primeira e a última devem ser digitadas, sendo separadas por um traço (Exemplo: 5-8). Em caso de citação alternada, todas as referências devem ser digitadas, separadas por vírgula (Exemplo: 12, 19, 23).

A organização da lista de referências deve ser realizada em conformidade com o estilo de Vancouver, apresentada em maior detalhe nos Requisitos Uniformes para Manuscritos Submetidos a Periódicos Biomédicos (Uniform Requirements for Manuscripts Submitted to Biomedical Journals), disponível para consulta em http://www.nlm.nih.gov/bsd/uniform_requirements.html. As referências devem ser numeradas sequencialmente conforme aparição no texto e devem ter alinhamento à esquerda. Comunicações pessoais, resumos e dados não publicados não devem ser incluídos na lista de referências e não devem ser usados como referência no corpo do texto. Citar todos os autores da obra quando o número for de até seis autores, e somente os seis primeiros seguidos da

expressão “et al” quando a obra tiver mais de seis autores. As abreviações dos nomes das revistas devem estar em conformidade com os títulos disponíveis na List of Journals Indexed in Index Medicus (www.nlm.nih.gov/pubs/libprog.html) ou no caso de periódicos não indexados com o título abreviado oficial adotado pelos mesmos. Os editores estimulam, quando possível, a citação de artigos publicados na Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde. Atenção! Ao submeter o manuscrito ter certeza de desativar as funções automáticas criadas pelos programas de computador usados para gerenciamento de referências (exemplo: EndNote). Não submeter o manuscrito com hiperlinks entre as referências citadas e a lista apresentada ao final do texto.

São exemplos de referências de trabalhos científicos:

- Artigos em periódicos

- ✧ Artigos em periódicos com até 6 autores Hallal PC, Victora CG, Wells JCK, Lima RC. Physical inactivity: prevalence and associated variables in Brazilian adults. *Med Sci Sports Exerc.* 2003;35:1894-900.

- ✧ Artigos em periódicos com mais de 6 autores Mattos LA, Sousa AGMR, Feres F, Pinto I, Tanajura L, Sousa JE, et al. Influência da pressão de liberação dos stents coronários implantados em pacientes com infarto agudo do miocárdio: análise pela angiografia coronária quantitativa. *Arq Bras Cardiol.* 2003; 80(3): 250-9.

- ✧ Artigos publicados em suplementos de periódicos Webber LS, Wattigney WA, Srinivisan SR, Berenson GS. Obesity studies in Bogalusa. *Am J Med Sci.* 1995; 310(Suppl 1): S53-61.

- Livros e capítulos de livros

- ✧ Livro - Autoria individual Nahas MV. Atividade física, saúde e qualidade de vida. Londrina: Midiograf, 2001.

- ✧ Livro - Autoria institucional Sociedade Brasileira de Hipertensão, Sociedade Brasileira de Cardiologia, Sociedade Brasileira de Nefrologia. IV Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial. São Paulo: BG Cultural; 2002.

- ✧ Capítulo de livro – autoria individual Zanella MT. Obesidade e fatores de risco cardiovascular. In: Mion Jr D, Nobre F (eds). Risco cardiovascular global: da teoria à prática. 2ª ed. São Paulo: Lemos Editorial; 2000. p. 109-25.

- Tese ou Dissertação Brandão AA. Estudo longitudinal de fatores de risco cardiovascular em uma população de jovens [tese de doutorado]. Rio de Janeiro: Universidade Federal do Rio de Janeiro; 2001.
- Obras em formato eletrônico Sabroza PC. Globalização e saúde: impacto nos perfis epidemiológicos das populações. In: 4º Congresso Brasileiro de Epidemiologia [online]; 1998 Ago 1-5; Rio de Janeiro. Anais eletrônicos. Rio de Janeiro: ABRASCO; 1998. [citado 1999 jan 17]. Disponível em: [url:http://www.abrasco.com.br/epirio98](http://www.abrasco.com.br/epirio98).
- Ilustrações (Tabelas, Figuras, Quadros e Fotos): Limita-se o quantitativo de ilustrações a um máximo de 5 (cinco). Todas as ilustrações devem ser inseridas, sempre que possível, no mesmo arquivo do texto, após as referências bibliográficas, e devem ser acompanhadas de um título autoexplicativo. As unidades de medida, abreviações, símbolos e estatísticas devem estar apresentadas de modo claro e objetivo. As ilustrações devem ser monocromáticas (em escala de cinza). Fotografias podem ser usadas, mas devem ser em preto e branco e com boa qualidade gráfica. As ilustrações devem ser usadas somente quando necessário para a efetiva compreensão do trabalho, sem repetir informações já apresentadas no corpo do texto. Todas as ilustrações devem ser numeradas por ordem de aparecimento, conforme o tipo (Tabela ou Figura), devendo-se indicar no texto o local aproximado no qual devem ser inseridas. Fotos, ilustrações, quadros e assemelhados devem ser identificados como figuras. Utilize na preparação das ilustrações a mesma fonte que foi utilizada no texto.

4.2 Submissão dos manuscritos

A submissão dos manuscritos deverá ser efetuada na plataforma eletrônica da revista que pode ser acessada no seguinte endereço: <http://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/RBAFS/index>. Para efetuar a submissão, o primeiro autor (ou autor correspondente) deverá estar obrigatoriamente cadastrado na plataforma.