

Academias ao ar livre: caracterização do perfil dos frequentadores e do padrão de utilização

Outdoor Fitness Equipment: characterization of user profiles and pattern of utilization

DOI:10.34119/bjhrv6n4-109

Recebimento dos originais: 19/06/2023

Aceitação para publicação: 19/07/2023

Thaís Ribeiro da Silva

Especialista em Ciências Biológicas

Instituição: Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG)

Endereço: Rua Brasília, 222, Centro, Cláudio - MG, CEP: 35530-000

E-mail: thais.tata.1994@hotmail.com

Fabrizio Furtado de Sousa

Doutor em Engenharia Florestal

Instituição: Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG)

Endereço: Av. Paraná, 3001, Jardim Belvedere I, Divinópolis - MG, CEP: 35501-170

E-mail: fabrizio.sousa@uemg.br

Alysson Rodrigo Fonseca

Doutor em Agronomia

Instituição: Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG)

Endereço: Av. Paraná, 3001, Jardim Belvedere I, Divinópolis - MG, CEP: 35501-170

E-mail: alysson.silva@uemg.br

Catarina Teixeira

Doutora em Educação

Instituição: Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM)

Endereço: Av. Randolpho Borges Júnior, 1400, Univerdecidade, Uberaba - MG, CEP: 38064-200

E-mail: catarina.teixeira@uftm.edu.br

Mauro Cesar Cardoso Cruz

Mestre em Engenharia Civil

Instituição: Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG)

Endereço: Av. Paraná, 3001, Jardim Belvedere I, Divinópolis - MG, CEP: 35501-170

E-mail: mauro.cruz@uemg.br

Vânia dos Santos Ventura

Mestre em Desenvolvimento Regional

Instituição: Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG)

Endereço: Av. Paraná, 3001, Jardim Belvedere I, Divinópolis - MG, CEP: 35501-170

E-mail: vania.ventura@uemg.br

Thaís Prado Vasconcelos Silva

Mestre em Sustentabilidade e Tecnologia Ambiental

Instituição: Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG)

Endereço: Av. Paraná, 3001, Jardim Belvedere I, Divinópolis - MG, CEP: 35501-170

E-mail: thais.silva@uemg.br

Bruno Martins Moreira

Mestre em Educação Tecnológica

Instituição: Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG)

Endereço: Av. Paraná, 3001, Jardim Belvedere I, Divinópolis - MG, CEP: 35501-170

E-mail: bruno.moreira@uemg.br

RESUMO

O presente estudo teve por objetivo identificar o perfil dos frequentadores e o padrão de uso das academias ao ar livre (AAL) de Cláudio-MG, visando fornecer subsídios para melhorar a satisfação de seus usuários. Para isso foram entrevistados usuários de duas AAL do município, os respondentes foram escolhidos ao acaso e entrevistados pessoalmente. Na entrevista foi utilizado um questionário semiestruturado com perguntas sobre os usuários, frequência e sugestões para a utilização do espaço. Constatou-se que: 65,8% são mulheres; 58,9% são adultos (20 a 59 anos); 56,2% são solteiros; 37,0% possuem ensino fundamental incompleto e 28,8% ensino médio completo; 45,2% são trabalhadores ativos e 32,9% estudantes. Apresentam boas condições de saúde, com 58,9% dos usuários muito satisfeitos com a própria saúde; 45,2% possuindo peso adequado; 90,4% sem problemas com hipertensão e 95,9% não apresentando diabetes. O uso da academia segue o seguinte padrão: 97,5% dos frequentadores utilizam pelo menos um equipamento; 75,3% vão à academia de 1 a 4 vezes por semana; 75,3% frequentam a AAL de 2ª a 6ª feira. Com relação à socialização, 78,1% vão à academia acompanhados e 50,7% dizem ter conhecido alguém do bairro na academia. As principais reivindicações dos usuários foram: manutenção da área verde e dos equipamentos; falta de instrução para o uso dos equipamentos e a falta de bebedouros no local. Assim, verificou-se que são necessárias melhorias para que estes locais possam oferecer melhores condições de uso pela comunidade.

Palavras-chave: qualidade de vida, atividade física, espaços verdes, AAL, socialização.

ABSTRACT

The present study aimed to identify the profile of attendees and the pattern of use of outdoor gyms (AAL) in Cláudio-MG, in order to provide insights for improving user satisfaction. For this purpose, users of two AALs in the municipality were randomly selected and personally interviewed. A semi-structured questionnaire was used during the interview, which included questions about the users, frequency of use, and suggestions for space utilization. The following findings were observed: 65.8% were women; 58.9% were adults (aged 20 to 59); 56.2% were single; 37.0% had incomplete primary education and 28.8% had completed secondary education; 45.2% were active workers and 32.9% were students. The users were found to be in good health, with 58.9% expressing high satisfaction with their own health; 45.2% having a healthy weight; 90.4% not experiencing hypertension issues, and 95.9% not having diabetes. The usage pattern of the gym was as follows: 97.5% of the attendees used at least one piece of equipment; 75.3% visited the gym 1 to 4 times per week; 75.3% attended the AAL from Monday to Friday. Regarding socialization, 78.1% went to the gym accompanied, and 50.7% reported meeting someone from their neighborhood at the gym. The main user demands were: maintenance of the green area and equipment; lack of instruction for equipment usage, and the

absence of drinking fountains on-site. Thus, improvements are necessary to provide better conditions for community use of these facilities.

Keywords: quality of life, physical activity, green spaces, AAL, socialization.

1 INTRODUÇÃO

A implantação ou aperfeiçoamento de benfeitorias na estrutura urbana podem melhorar os níveis de atividade física da população, promovendo decréscimo da inatividade e favorecendo o envelhecimento ativo. De acordo com Kruchelski, Grande e Wendling, a presença de espaços públicos destinados à prática de atividades físicas repercute de forma positiva na quantidade de indivíduos que frequentam esses locais e que são fisicamente ativos, servindo como um bom exemplo de política pública. Corroborando com estes autores, Bedimo-Rung, Mowen e Cohen (2005), afirmam que a prática de atividade física e a existência de espaços verdes urbanas estão associadas, pois, a disponibilidade e o acesso a espaços verdes públicos nos bairros, como parques, praças e bosques, pode facilitar a prática de exercícios físicos e é considerado um aspecto importante para a saúde dos indivíduos e da comunidade.

Assim, a prática de atividades físicas em espaços abertos está associada a um maior dispêndio energético (COHEN *et al.*, 2013) e os usuários destes espaços realizam caminhada e atividade física de intensidade vigorosa com maior frequência do que aqueles que não os utilizam (HINO *et al.*, 2010; PARRA *et al.*, 2010). Além disto, a presença, a proximidade e o uso de espaços verdes estão associados com um melhor bem-estar físico, psicológico e social da comunidade (BEDIMO-RUNG; MOWEN; COHEN, 2005; FERMINO; REIS, 2013).

Parques e praças são ambientes ideais para a realização de atividades físicas, uma vez que são locais facilmente acessíveis aos cidadãos. A prática de exercícios nesses espaços pode gerar benefícios à saúde em nível físico e psicológico (BEDIMO-RUNG; MOWEN; COHEN, 2005). Segundo Fermino e Reis (2013), a combinação de disponibilidade de locais, estruturas e equipamentos nos espaços verdes urbanos podem contribuir para atrair a população a visitá-los, o que, potencialmente, possibilitaria o seu maior uso, além de incentivar a prática de exercícios físicos. Portanto, as academias ao ar livre (AAL) instaladas em áreas verdes são um exemplo de equipamento público que atende a este pressuposto.

De acordo com Salin (2013) e Silva (2013), as primeiras AAL surgiram na China; quando o governo aproveitou, a preparação para a realização dos Jogos Olímpicos no país em 2008, para estimular a prática de atividades físicas. A instalação destas academias tornou as atividades físicas mais acessíveis para grande parte da população chinesa. Silva (2013) afirma,

também, que o mesmo ocorreu na Inglaterra, quando, entre os eventos de preparação para os Jogos Olímpicos de 2012, os governos municipais britânicos convocaram patrocinadores privados para criar áreas de exercício ao ar livre.

No Brasil, as AAL começaram a ser implantadas a partir do lançamento do programa Brasil Saudável, do Ministério da Saúde, em 2005. Após essa data elas têm sido instaladas em diversas cidades brasileiras como forma de incentivo à prática de atividade física e especula-se que existem mais de 7.500 unidades instaladas em mais de 2.000 municípios (SALIN, 2013).

No entanto, até o presente momento existem poucos estudos que tenham identificado o perfil dos usuários e o padrão de uso destas estruturas. Sendo assim, o potencial que as academias ao ar livre podem apresentar para a promoção de atividade física na comunidade também é desconhecido. A identificação destas características possibilitaria aos gestores direcionarem as intervenções para que alcancem diferentes grupos populacionais, reduzindo assim, as desigualdades observadas, entre estes grupos, nos níveis de atividade física (BAUMAN *et al.*, 2012). Posto isso, o objetivo deste trabalho foi identificar o perfil dos frequentadores e o padrão de uso de AAL de Cláudio, Minas Gerais, visando fornecer subsídios para melhorar a satisfação de seus usuários.

2 METODOLOGIA

O estudo foi realizado no município de Cláudio, localizado na mesorregião Oeste de Minas, o qual possui população estimada de 29.093 habitantes (IBGE, 2023) e área de 630,706 km². No município existem dez AAL, instaladas ou em processo final de instalação, sendo sete no perímetro urbano da cidade e três em distritos. Neste estudo, foram incluídas, por conveniência operacional e visando contemplar uma razoável representatividade das academias, duas AAL que são consideradas as mais visitadas pela população claudiense, sendo uma no Povoado de Bocaina e outra situada no bairro Cachoeirinha. A população do estudo foi composta por frequentadores, independente do sexo, que utilizavam estas academias para a prática de atividade física.

Os dados do estudo foram coletados nos meses de abril a setembro, por meio de entrevistas face-a-face “*in loco*”. Foi utilizado um questionário semiestruturado com 19 perguntas, que abordou de maneira geral dados do usuário, frequência, conhecimento sobre o local, entre outras informações. Os respondentes foram escolhidos ao acaso e entrevistados pessoalmente. A coleta foi realizada em dois dias da semana (segunda e quarta-feira) e no final de semana (sábado e domingo) em quatro horários do dia (8h às 9h, 11h às 12h, 14h às 15h, 17h às 18h). Esta opção foi adotada com o objetivo de contemplar diferentes perfis de usuários.

O tamanho da amostra foi determinado por saturação teórica (FONTANELLA; RICAS; TURATO, 2008).

As medidas de altura e peso foram utilizadas para o cálculo do índice de massa corporal (IMC) por meio da divisão da massa do indivíduo pelo quadrado da sua altura. Empregou-se a classificação do IMC utilizada pela Organização Mundial de Saúde – OMS (BRASIL, 2004): baixo peso ($IMC < 18,5 \text{ kg/m}^2$), peso adequado ou eutrófico ($IMC \geq 18,5 \text{ kg/m}^2$ e $< 25 \text{ kg/m}^2$), sobrepeso ($IMC \geq 25 \text{ kg/m}^2$ e $< 30,0 \text{ kg/m}^2$) e obesidade ($IMC \geq 30,0 \text{ kg/m}^2$).

Os dados coletados foram tabulados e analisados de acordo com suas frequências absolutas e relativas. Para o tratamento estatístico e a análise descritiva dos dados foi utilizado o software SPSS 22.0 para Windows. Na análise das questões abertas adotou-se o processo de categorização descrito por Bardin (2009).

Este estudo foi conduzido dentro dos padrões éticos exigidos pela declaração de Helsinki e de acordo com as resoluções 466/12 e 510/16 do Conselho Nacional de Saúde, e foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade do Estado de Minas Gerais, Unidade Divinópolis/CAAE nº 56929616.8.0000.5115.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram entrevistados 73 indivíduos, deste total 34,2% eram homens e 65,8% eram mulheres. A frequência maior de mulheres difere de estudo do Ministério da Saúde, no qual verificou-se que os homens, fazem mais exercícios físicos que as mulheres, ou seja, que 41,2% dos homens praticam algum exercício no tempo livre, enquanto apenas 27,4% delas fazem o mesmo (LEAL, 2014). A idade dos usuários oscilou entre 12 a 68 anos, com uma média de 29,6 anos. Os adultos (20 a 59 anos) e os jovens (até 19 anos) são os mais frequentes, representando, respectivamente 58,9% e 38,4% dos frequentadores. Com os idosos (60 anos ou mais) representando apenas 2,7% dos usuários.

Observou-se também que 37,0% dos usuários entrevistados possuíam o ensino fundamental incompleto e 28,8% ensino médio completo, sendo estas as duas faixas de escolaridade mais frequentes. Com relação a renda, 60,3% dos usuários possuíam renda compreendida entre R\$ 1.250,00 e 3.749,00.

Tabela 01: Descrição da frequência e das variáveis demográficas e socioeconômicas dos usuários das Academias ao Ar Livre (AAL) de Cláudio- MG.

VARIÁVEIS	n	%
Sexo		
Masculino	25	34,2
Feminino	48	65,8
Faixa etária		
Jovem (≤ 19 anos)	28	38,4
Adulto (20 a 59 anos)	43	58,9
Idoso (≥ 60 anos)	2	2,7
Escolaridade		
Analfabeto	1	1,4
Fund. Incompleto	27	37,0
Fund. Completo	8	11,0
Médio incompleto	9	12,3
Médio completo	21	28,8
Superior incompleto	4	5,5
Superior completo	3	4,1
Estado Civil		
Solteiro	41	56,2
Casado	24	32,9
Separado/Divorciado	3	4,1
Viúvo	4	5,5
Outro	1	1,4
Renda Domiciliar		
\leq R\$ 1.249,00	26	35,6
R\$ 1.250,00 - 3.749,00	44	60,3
R\$ 3.750,00 - 6.249,00	2	2,7
R\$ \geq 6.250,00	1	1,4
IMC		
Baixo peso (IMC $< 18,5$)	7	9,6
Peso adequado (IMC $\geq 18,5$ e < 25)	33	45,2
Sobrepeso (IMC ≥ 25 e < 30)	22	30,1
Obesidade (IMC $\geq 30,0$)	11	15,1
Possui hipertensão		
Sim	7	9,6
Não	66	90,4
Possui diabetes		
Sim	3	4,1
Não	70	95,9
Profissão / Principal ocupação		
Estudante	24	32,9
Dona de casa	11	15,1
Trabalhador ativo	33	45,2
Aposentado	2	2,7
Desempregado	3	4,1
Frequência semanal na AAL		
Primeira vez	8	11,0
De 1 a 2 vezes por semana	30	41,1
De 3 a 4 vezes por semana	25	34,2
Mais de 5 vezes por semana	10	13,7
Tempo que fica na ALL		
≥ 31 min/dia	32	43,8
≤ 30 min/dia	41	56,2
Dias da semana que frequenta a AAL		
Principalmente de 2ª a 6ª feira	55	75,3
Principalmente sábado e domingo	8	11,0
Durante toda a semana (2ª a dom.)	10	13,7

Fonte: Autores

Com relação ao peso, 45,2% dos frequentadores apresentam sobrepeso (30,1%) ou obesidade (15,1%) e 9,6% apresentam peso abaixo do adequado. No tocante à hipertensão e à diabetes, apenas dois frequentadores (2,7%) apresentaram as duas morbidades ao mesmo tempo, no entanto, do total de entrevistados, 9,6% apresentam hipertensão e 4,1% declararam possuir diabetes. Resultados divergentes dos encontrados por Iepsen e Silva (2015), em AAL de Pelotas, onde 45,8% dos frequentadores relataram ter pressão alta, 10,5% ter diabetes e 64,4% utilizava algum tipo de medicamento; contudo, estudos de base populacional realizados nesta mesma cidade (Pelotas-RS) verificaram prevalências que correspondem a pouco mais da metade da encontrada entre os frequentadores das AAL estudadas, ou seja, 23,6% de hipertensão arterial e 5,6% de diabetes mellitus. Segundo estes mesmos autores, resultados semelhantes aos seus foram encontrados em usuários de uma academia de Belo Horizonte-MG (41,6% hipertensos, 9,3% diabéticos, 68,4% tomam algum medicamento) e de usuários das Academias da Melhor Idade de Joinville-SC (46,3% hipertensos, 22,0%, diabéticos). Assim, a prática de atividade física nas AAL entre estes usuários (diabéticos e hipertensos) é importante, pois ajuda no tratamento da morbidade.

Observou-se que, 45,2% dos frequentadores era de trabalhadores ativos, 32,9% eram estudantes e 15,1% eram donas de casa. Os desempregados e aposentados perfizeram, respectivamente, 4,1 e 2,7% da amostra. Pressupõe-se que os trabalhadores ativos procuram estes espaços com maior frequência em busca de melhor qualidade de vida e para fugir do estresse do dia a dia, pois, o contato com diferentes pessoas e diferentes ambientes transformam o humor e o emocional dos indivíduos tornando seu ritmo de vida mais prazeroso e saudável.

Verificou-se também que: 41,1% dos usuários frequentam a academia de 1 a 2 vezes por semana e 56,2% permanecem no local pelo menos 30 min por dia. O maior uso da AAL ocorre entre 2ª e 6ª feira, sendo que 75,3% dos usuários frequentam a AAL apenas durante estes dias. Em relação ao uso dos equipamentos 94,5% dos frequentadores utilizavam os equipamentos, o outro restante relatou que apenas frequenta o ambiente para descanso mais que não utiliza os equipamentos. Constatou-se que 58,9% dos usuários estão muito satisfeitos com a saúde. Resultados semelhantes foram observados por Fermino e Reis (2013) em Curitiba-PR, Salin (2013) em Florianópolis-SC e Iepsen e Silva (2015) em Pelotas-RS, em que, respectivamente, 50,9%, 47,2% e 48,3% dos usuários de AAL destas cidades perceberam sua saúde como sendo boa.

Segundo Hallal *et al.* (2003), indivíduos ativos classificam sua própria saúde de forma mais positiva do que aqueles que são insuficientemente ativos. Resultado de estudo

populacional realizado na Coréia do Sul também demonstrou existir uma associação direta e independente entre a prática de atividades físicas e a percepção de saúde (HAN *et al.*, 2005).

Com relação ao relacionamento interpessoal, observou-se que 78,1% dos usuários vão para a AAL acompanhados e 32,9% sempre encontram pessoas que conhecem nesse local. Demonstrando, assim, que as AAL são importantes dentro de seu contexto social, contribuindo para a convivência e o envolvimento das pessoas. Também foi verificado que 50,7% dos usuários conheceram novas pessoas no seu bairro por meio da AAL. Este é um dado que revela a importância deste equipamento para ampliar o relacionamento e a integração entre os moradores de seu entorno.

Tabela 02: Descrição da utilização, satisfação e relacionamento dos usuários de Academias ao Ar Livre (AAL) de Cláudio-MG.

VARIÁVEIS	n	%
Utiliza algum equipamento da (AAL)		
Sim	69	94,5
Não	4	5,5
Está satisfeito com a saúde?		
Muito satisfeito	43	58,9
Satisfeito	25	34,2
Nem satisfeito e nem insatisfeito	3	4,1
Insatisfeito	2	2,7
Vai a (AAL) acompanhado?		
Sim	57	78,1
Não	16	21,9
Na (AAL) você encontra pessoas que conhece?		
Sempre	24	32,9
Não	6	8,2
Às vezes	43	58,9
Após a implantação da AAL você conheceu novas pessoas no seu bairro?		
Sim	37	50,7
Não	36	49,3

Fonte: Autores

De acordo com as sugestões dos usuários (Tabela 03), pode-se averiguar que há pouco monitoramento por parte do poder público, ocasionado, conseqüentemente, falta de manutenção dos equipamentos e pouco comprometimento com a satisfação dos usuários. Este se torna um grande problema, uma vez que dificulta a utilização das AAL. Além do mais, a falta de cuidados com estes locais faz com que o público frequentador se afaste por causa das más condições do ambiente.

Tabela 03: Sugestões dos usuários das Academias ao Ar Livre (AAL).

Sugestão	n	%
Está ótimo do jeito que está	5	6,8
Precisa de um auxiliar profissional de educação física para ensinar a usar os equipamentos corretamente	6	8,2

Precisa de iluminação	3	4,1
Precisa de colocar banheiro para os usuários	1	1,4
Falta árvores ao redor do local	4	5,5
O espaço poderia ser maior	7	9,6
Precisava de um teto para época de chuva	2	2,7
Falta segurança	2	2,7
Falta bebedouro no local	12	16,4
Falta mais aparelhos	3	4,1
Falta limpeza	3	4,1
Nenhuma sugestão	23	31,5
Dar manutenção nos equipamentos	2	2,7

Fonte: Autores

Dentre as sugestões citadas pelos usuários, 16,4% questionam a falta de bebedouros no local e 9,6% questionaram que o espaço poderia ser maior. Quanto a essa questão, Marcelinho (2015) afirma que, muitas vezes a solução não está em construir mais equipamentos e nem aumentar o espaço, mas sim na revitalização e recuperação do espaço, destinado a função que se originou, ou em fazer adaptações necessárias que somem a outras finalidades.

Verifica-se também que 8,2% dos frequentadores reivindicam a presença de um profissional para orientar o uso correto dos equipamentos. As academias são excelentes iniciativas, porém ainda não estão sendo bem operacionalizadas. Quem não recebe orientação adequada, ao invés de ter os benefícios almejados pode desenvolver uma série de problemas. Uma vez que, a atividade física só será benéfica se for realizada de forma regular, controlada e bem orientada, podendo ser prejudicial quando não forem tomadas as devidas precauções, principalmente, para pessoas que resolvem sair de longos períodos de sedentarismo (CARVALHO; GUEDES; SILVA, 1995).

Um importante aspecto que também foi observado é que são muito poucas as pessoas que se preocupam com a questão da área verde nestes locais, apenas 5,5% se preocuparam em relatar como um problema. É importante que as AAL se localizarem em espaços verdes, o que proporcionaria aos frequentadores uma prática de atividades mais relaxante e saudável.

4 CONCLUSÕES

No contexto das AAL avaliadas, percebe-se que os usuários caracterizam-se por serem: majoritariamente do sexo feminino (65,8%), adultos (58,9%), solteiros (56,2%), com ensino fundamental incompleto (37,0%) ou ensino médio completo (28,8%), trabalhadores ativos (45,2%) ou estudantes (32,9%) e possuem renda média entre R\$ 1.250,00 e R\$ 3.749,00 (60,3%). Apresentam boas condições de saúde, com 58,9% dos usuários muito satisfeitos com a própria saúde, sendo que 45,2% possuem peso adequado, 90,4% não têm problemas com hipertensão e 95,9% não apresentam diabetes. Verifica-se também que o uso destas academias

segue o seguinte padrão: 97,5% dos frequentadores utilizam algum equipamento, 75,3% vão à academia de 1 a 4 vezes por semana, 75,3% frequentam a AAL de 2^a a 6^a feira. Com relação à interação social, 78,1% vão à academia acompanhados e 50,7% dizem ter conhecido alguém do bairro no local. As principais reivindicações dos usuários foram: manutenção da área verde e dos equipamentos; faltade instrução para o uso dos equipamentos e a falta de bebedouros no local. Assim, verificou-se que são necessárias melhorias para que estes locais possam oferecer melhores condições de uso pela comunidade.

REFERÊNCIAS

- BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70, 2009.
- BAUMAN, A. E.; REIS, R.S.; SALLIS, J.F.; WELLS, J.C.; LOOS, R.J.; MARTIN, B.W. Correlates of physical activity: why are some people physically active and others not? **The Lancet**, London, v. 380, n. 9838, p. 258-71, jul. 2012.
- 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**, SanDiego, v. 28 (Suppl 2), p.159-68, 2005.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Vigilância alimentar e nutricional - Sisvan**: orientações básicas para a coleta, processamento, análise de dados e informação em serviços de saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2004.
- CARVALHO, T.; GUEDES, D. P.; SILVA, J. G. S. **Atividade física e saúde**: Orientações básicas sobre atividade física e saúde para profissionais das áreas de Educação e Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, Ministério da Educação e do Desporto, 1995. 68 p.
- COHEN, D. A.; LAPHAM, S.; EVENSON, K. R.; WILLIAMSON, S.; GOLINELLI, D.; WARD, P.; HILLIER, A.; MCKENZIE, T. L. Use of neighbourhood parks: does socio-economic status matter? A four-city study. **Public Health**, London, v. 127, n. 4, p. 325-32, 2013.
- FERMINO, R.C.; 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**, Pelotas, v. 18, n. 5, p.523-535, 2013.
- FONTANELLA, B. J. B.; RICAS, J.; TURATO, E. R. Amostragem por saturação em pesquisas qualitativas em saúde: contribuições teóricas. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 1, p. 17-27, jan. 2008.
- HALLAL, P. C.; VICTORA, C. G.; WELLS, J. C. K.; LIMA, R. C. Physical Inactivity: Prevalence and Associated Variables in Brazilian Adults. **Medicine & Science in Sports & Exercise**, Indianapolis, v. 35, n. 11, p.1894-900, 2003.
- HAN, M.A.; KIM, K.S.; PARK, J.; KANG, M. G.; RYU, S. Y. Association between levels of physical activity and poor self-rated health in Korean adults: The Third Korea National Health and Nutrition Examination Survey (KNANES), 2005. **Public Health**, London, v. 123, n. 10, p.665-669, 2009.
- HINO, A. A. F.; REIS, R. S.; RIBEIRO, I. C.; PARRA, D. C.; BROWNSON, R. C.; FERMINO, R. C. Using observational methods to evaluate public open spaces and physical activity in Brazil. **Journal of physical activity & health**, Washington, v. 7, n. 2, p. 146-54, 2010.
- IBGE. **Cidades**. Disponível em: <http://www.cidades.ibge.gov.br/xtras/home.php>. Acesso em: 24 jun.. 2023.

IEPSEN, A. M.; SILVA, M. C. Perfil dos frequentadores das academias ao ar livre da cidade de Pelotas – RS. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, Pelotas, RS, v. 20, n. 04, p. 413-424, 2015.

KRUCHELSKI, S.; GRANDE, D.; WENDLING, N.M.S. Utilização do ambiente construído: academias ao ar livre em Curitiba. **Gestão Pública em Curitiba**, Curitiba, v.2, n.2, p. 67-80, maio/ago. 2011.

LEAL, A. **Estudo mostra que homens praticam mais atividade física que mulheres**. 2014. Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/geral/noticia/2014-10/estudo-mostra-que-homens-praticam-mais-atividades-fisicas-que-mulheres>. Acesso em: 12 mar. 2021.

MARCELINNO, N. C. Subsídios para uma Política de Lazer: o papel da administração pública. *In*: MARCELINNO, N. C. (org.). **Política públicas de lazer**. Campinas: Alínea, 2015. Cap. 1, p.11-17.

PARRA, D.C.; MCKENZIE, T. L.; RIBEIRO, I. C.; HINO, A. A. F.; DREISINGER, M.; CONIGLIO, K.; MUNK, M.; BROWNSON, R. C.; PRATT, M.; HOEHNER, C. M.; SIMOES, E. J. Assessing physical activity in public parks in Brazil using systematic observation. **American Journal of Public Health**, v. 100, n. 8, p. 1420-26, 2010.

SALIN, M. S. **Espaços públicos para a prática de atividade física: O caso das academias da melhor idade de Joinville-SC**. 2013. 113 p. Tese (Doutorado em Ciências do Movimento Humano) - Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2013.

SILVA, A. E. **Diagnóstico dos fatores ambientais nas academias ao ar livre dos bairros de Panambi – RS**. 2013. 57 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física) –Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, Ijuí, 2013.