

<https://eventos.utfpr.edu.br//sicite/sicite2019>

Utilização de espaços públicos abertos para atividade física por adultos de São José dos Pinhais-PR

Use of public open spaces for physical activity by adults from São José dos Pinhais-PR

Resumo

O objetivo deste trabalho foi verificar a associação entre o padrão de uso dos Núcleos de Esporte e Lazer (NEL) com variáveis sociodemográficas e o nível de atividade física (AF) de adultos de São José dos Pinhais-PR. Estudo de delineamento quantitativo, transversal e correlacional. A amostra do trabalho foi composta de 26 frequentadores de dois NEL. Um questionário foi utilizado para coletar variáveis socio demográficas e de padrão de uso dos NEL. Para a coleta do nível de AF os participantes utilizaram um acelerômetro durante sete dias consecutivos. A coleta de dados ocorreu entre agosto e setembro de 2018. A maioria da amostra foi composta por frequentadores do sexo feminino (61,5%), na faixa etária de 18-59 anos (50%), com sobrepeso (69,2%) e de nível socioeconômico B2, C1 e C2 (61,5%). Em relação ao nível de AF, a maioria realiza AF de intensidade leve. Em relação ao padrão de uso, a maioria frequenta os NEL >5 vezes/semana, permanecem de 31 a 60 min/dia e utilizam o NEL há pelo menos um ano. Conclui-se que a faixa etária >60 anos apresentou associação positiva com a frequência semanal e AF de intensidade moderada apresentou associação positiva com tempo de permanência.

PALAVRAS-CHAVE: Atividade motora. Áreas verdes. Monitoramento.

Abstract

The objective of this study was to verify the relationship between the pattern of use of the Sports and Leisure Centers (NEL) with sociodemographic variables and the level of physical activity (PA) by adults from São José dos Pinhais-PR. Quantitative, cross-sectional and correlational study. The study sample consisted of 26 participants from two NELs. A questionnaire was used to collect socio demographic and pattern of use of NEL variables. To collect the PA level, the participants used an accelerometer for seven consecutive days. Data collection took place between August and September 2018. The majority of the sample consisted of female participants (61,5%), aged 18-59 years (50%), overweight (69,2%) and socioeconomic status B2, C1 and C2 (61,5%). Regarding the AF level, most perform light intensity AF. Regarding the pattern of use, most attend NEL >5 times/week, remain for 31 to 60 min/day and use NEL for at least one year. It was concluded that the age group >60 years old had a positive association with weekly frequency and moderate intensity PA had a positive association with length of stay.

KEYWORDS: Motor activity. Green areas. Monitoring.

Alana Vitória Guedes Madureira
alanavitoria98@hotmail.com
Universidade Tecnológica Federal do Paraná. Grupo de Pesquisa em Ambiente, Atividade Física e Saúde (GPAAFS). Curitiba, Paraná, Brasil.

Rogério César Fermino
rogeriofermino@utfpr.edu.br
Universidade Tecnológica Federal do Paraná (UTFPR). Programa de Pós-Graduação em Educação Física (PPGEF). Grupo de Pesquisa em Ambiente, Atividade Física e Saúde (GPAAFS). Curitiba, Paraná, Brasil.

Recebido: 19 ago. 2019.

Aprovado: 01 out. 2019.

Direito autorial: Este trabalho está licenciado sob os termos da Licença Creative Commons-Atribuição 4.0 Internacional.



Introdução

A inatividade física é um fator de risco modificável para doenças cardiovasculares e uma ampla variedade de outras doenças crônicas, incluindo diabetes mellitus e câncer (WARBURTON; NICOL; BREDIN, 2006). Este comportamento foi considerado a causa de 9% de todas as mortes prematuras do mundo (LEE *et al.*, 2013). Por outro lado, a prática de atividade física é capaz de atenuar ou até mesmo eliminar os efeitos adversos da inatividade física (EKELUND *et al.*, 2016) através de benefícios como o aumento da aptidão cardiovascular (OJA *et al.*, 2011).

Segundo Saliis *et al.* (2006), a prática de atividade física é mediada por interações entre o indivíduo e o ambiente físico e sociocultural que o cerca. Evidências sobre a influência do ambiente construído na atividade física estão começando a se acumular. Intervenções no ambiente construído como espaços públicos, por exemplo, os ginásios de esportes, podem encorajar a prática de atividade física na comunidade (COHEN *et al.*, 2007). Resultados de um estudo identificaram que usuários de espaços públicos são mais propensos a atingir os níveis recomendados de atividade física em comparação com os não usuários (GILES-CORTI *et al.*, 2005).

Na cidade de São José dos Pinhais-PR, município localizado na região metropolitana da capital do estado, os Núcleos de Esporte e Lazer (NEL) são espaços públicos destinados principalmente à prática de atividades físicas. Estes locais possuem estrutura como pista de caminhadas, quadra poliesportiva e academias ao ar livre. Apesar do potencial dos NEL em relação à prática de atividade física, não se sabe ao certo como a comunidade utiliza esses espaços. Identificar o padrão de uso nestes locais pode direcionar as ações dos gestores públicos a fim de aumentar o nível de atividade física da comunidade.

Os estudos que avaliaram o padrão de uso de espaços públicos abertos utilizaram medidas auto reportadas (FERMINO, 2012; FERMINO; HALLAL; REIS, 2017). A utilização de equipamentos como o acelerômetro pode refinar os dados sobre padrão de uso e nível de atividade física (SASAKI *et al.*, 2017). Nesse contexto, o objetivo deste estudo é verificar a associação entre o padrão de uso dos NEL com variáveis sociodemográficas e o nível de atividade física de adultos de São José dos Pinhais-PR.

Materiais e métodos

Este é um estudo quantitativo, correlacional de delineamento transversal (ROTHMAN; GREENLAND; LASH, 2011). O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Pontifícia Universidade Católica do Paraná, sob o número 3.071.682.

Os Núcleos de Esporte e Lazer (NEL) são estruturas semelhantes aos ginásios de esporte e estão dispostos em diferentes bairros do município. São locais geralmente cercados, com horário de funcionamento definido e possuem diversas estruturas para a prática de atividade física, como quadra poliesportiva, pista de caminhada e academia ao ar livre. Estes espaços ofertam aulas gratuitas para toda a comunidade.

Após o treinamento teórico e prático dos pesquisadores, a coleta de dados foi realizada entre os meses de agosto e setembro de 2018. Os participantes foram escolhidos de maneira intencional e por conveniência, todos deveriam estar dentro das áreas alvo destinadas à prática de atividade física. Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). As entrevistas tiveram duração média de 30 minutos.

A variável dependente do estudo foi o padrão de uso dos Núcleos de Esporte e Lazer, avaliado através das variáveis frequência de utilização (≤ 1 vez/sem; 2-4 vez/sem; ≥ 5 vez/sem), duração da utilização (≤ 30 min; 31-60min; ≥ 61 min) e a quanto tempo frequenta o local (até um ano; há mais de um ano).

As variáveis independentes foram variáveis sociodemográficas e o nível de atividade física. As variáveis sociodemográficas foram: sexo (masculino; feminino), faixa etária (18-59 anos; ≥ 60 anos), índice de massa corporal (IMC) ($\leq 24,9$ kg/m²; $\geq 25,0$ kg/m²) e o nível socioeconômico (B2, C1 e C2; D e E).

O nível de atividade física foi mensurado de maneira direta com acelerometria. O aparelho de acelerômetro utilizado foi o modelo GT3X triaxial da marca *ActiGraph*. Foram consideradas válidas as informações obtidas por ao menos cinco dias (sendo um obrigatoriamente um dia de final de semana), com pelo menos 10 horas/dia de dados. Os dados foram limpos e organizados no o *software ActLife* versão 6.0. O nível de atividade, em *counts* por minuto, foi classificado de acordo com o seguinte critério de intensidades: “leve” (101 - 1.952 *counts*/min); “moderada” (1.953 - 5.724 *counts*/min) e “vigorosa” (≥ 5.724 *counts*/min) (CHOI et al., 2011, 2012).

Os dados foram duplamente digitados no *software Epidata Entry* 3.1. Foram realizadas análises descritivas de frequência, absoluta e relativa, e análises inferenciais, com teste de qui-quadrado (χ^2) para heterogeneidade e tendência linear, além dos testes de *U de Mann-Whitney* e *Kruskal-Wallis*. Todas as análises foram realizadas no *software SPSS* versão 25.0 e o nível de significância mantido em 5%.

Resultados e discussão

Foram entrevistados 89 frequentadores dos NEL (70,8% mulheres) e a taxa de recusa para a participação foi de 12,3%. Entretanto apenas 26 pessoas (29,2%) utilizaram acelerômetro e foram considerados válidos, a maioria eram do sexo feminino (61,5%), faixa etária de 18-59 anos (50%), apresentaram sobrepeso (69,2%) e nível socioeconômico “B2, C1 e C2” (61,5%).

A variável de atividade física demonstrou que 8 em cada 10 participantes realizaram atividades físicas em intensidade leve, totalizando ≈ 700 minutos ativos. As intensidades moderada e vigorosa totalizaram ≈ 89 e ≈ 5 minutos, respectivamente. Em relação ao padrão de uso, a maioria dos participantes frequentavam os NEL ≥ 5 vezes/sem (57,7%), permaneciam no local de 31 a 60 minutos por dia (53,8%) e o frequentavam há mais de um ano (76,9%).

Os resultados obtidos demonstraram que a faixa etária de ≥ 60 anos foi positivamente associada a frequência semanal de utilização dos NEL ($p=0,007$) e o nível de atividade física moderado apresentou associação com o tempo de permanência no NEL ($p=0,052$).

Este é um dos primeiros estudos que buscou associar o padrão de uso dos NEL com o perfil dos frequentadores e o nível de atividade física medida de forma direta. A metodologia utilizada possibilitou descrever o perfil dos frequentadores e o padrão de uso de dois NEL do município de São José dos Pinhais – PR. A identificação destas variáveis é importante para orientar intervenções comunitárias e políticas públicas para a promoção de AF a nível comunitário.

Em relação ao sexo dos frequentadores, a maioria era do sexo feminino. Este resultado corrobora com a literatura, onde estudos realizados na cidade de Curitiba identificaram que os frequentadores de espaços públicos eram em sua maioria mulheres (FERMINO *et al.*, 2015; FERMINO; REIS; CASSOU, 2012). A faixa etária 18 – 59 anos foi a mais observada no presente estudo. Este resultado está de acordo com um estudo realizado nos NEL de São José dos Pinhais que observou mais frequentadores na faixa etária adultos (21-59 anos) (CUSTÓDIO, 2019).

O nível socioeconômico mais relatado foi “B2, C1 e C2”, semelhante ao encontrado em um estudo realizado por Fermino *et al.* (2015) que identificou que entre os frequentadores de parques, a maioria apresentou nível socioeconômico intermediário. Em relação ao IMC, a maioria dos frequentadores foi classificado em sobrepeso. Este resultado são diferentes dos apontados na literatura, onde em Curitiba os frequentadores foram classificados em peso normal (FERMINO *et al.*, 2015).

Apenas a faixa etária de 60 anos ou mais apresentou associação com a frequência semanal de utilização dos NEL. Poucos estudos na literatura buscaram associar o perfil dos frequentadores com a frequência semanal. Este resultado pode ser explicado pelas características da idade, uma vez que idosos possuem mais disponibilidade para visitação e utilização dos NEL.

Já o nível de atividade física moderada apresentou associação com o tempo de permanência nos NEL. Este resultado pode ser explicado pelas características das aulas ofertadas nesses espaços, uma vez que, em sua maioria, as aulas ofertadas buscam atingir esse nível.

Por fim, algumas limitações do estudo devem ser consideradas para adequada compreensão destes resultados. O número de participantes que utilizaram o acelerômetro foi reduzido, quando comparado aos participantes que auto reportaram todas as informações. A amostra não é representativa para o município, e apesar de sua importância e alcance, os NEL não são o único modelo de espaço público disponível para a comunidade do local.

Conclusão

Conclui-se que as variáveis faixa etária ≥ 60 anos ou mais foi positivamente associada a frequência semanal do NEL e o nível de atividade física moderada apresentou associação com o tempo de permanência no local.

Agradecimentos

Agradeço a Universidade Tecnológica Federal do Paraná pela bolsa fornecida durante a elaboração deste trabalho. Agradeço também ao meu orientador Rogério César Fermino pelos ensinamentos e aos integrantes do GPAAFS que colaboraram de alguma forma.

Referências

- CHOI, L. et al. Validation of accelerometer wear and non-wear time classification algorithm. **Medicine & Science in Sports & Exercise**, v. 43, n. 2, p. 357, 2011.
- CHOI, L. et al. Assessment of Wear/Non-wear Time Classification Algorithms for Triaxial Accelerometer. **Medicine & Science in Sports & Exercise**, v. 44, n. 10, p. 2009–2016, 2012.
- COHEN, D. A. et al. Contribution of public parks to physical activity. **American Journal of Public Health**, v. 97, n. 2, p. 509–514, 2007
- CUSTÓDIO, I. G. **Qualidade dos Núcleos de Esporte e Lazer e sua associação com o perfil e o nível de atividade física dos frequentadores em São José dos Pinhais, Paraná**. 2019. Dissertação de Mestrado. Universidade Tecnológica Federal do Paraná.
- 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.
- FERMINO, R. C. **Utilização de espaços públicos de lazer: associação com variáveis individuais e ambientais em adultos de Curitiba-PR**. Tese. 2012.
- 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. 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**, v. 18, n. 5, p. 523-533, 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.; HALLAL, P. C.; REIS, R. S. Frequência de uso de parques e prática de atividades físicas em adultos de Curitiba, Brasil. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 23, n. 4, p. 264-270, 2017.
- GILES-CORTI, B. et al. Increasing walking: how important is distance to, attractiveness, and size of public open space?. **American Journal of Preventive Medicine**, v. 28, n. 2, p. 169-176, 2005.
- LEE, I. M. et al. Annual deaths attributable to physical inactivity: whither the missing 2 million?. **The Lancet**, v. 381, n. 9871, p. 992-993, 2013.
- OJA, P. et al. Health benefits of cycling: A systematic review. **Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports**, 2011.

ROTHMAN, K.; GREENLAND, S.; LASH, T. **Epidemiologia Moderna-3ª Edição**. Artmed Editora, 2016.

SALLIS, J. F.; OWEN, N. FISHER, E. Ecological models of health behavior. **Health behavior: Theory, research and practice**, v. 5, p. 43-64, 2006.

SASAKI, J. *et al.* Orientações para utilização de acelerômetros no Brasil. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 22, n. 2, p. 110-126, 2017.

WARBURTON, D. E. R.; NICOL, C. W.; BREDIN, S. S. D. **Health benefits of physical activity: the evidence**. *Cmaj*, v. 174, n. 6, p. 801-809, 2006.