

UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

**BARREIRAS E FACILITADORES PARA A PRÁTICA DE
ATIVIDADES FÍSICAS EM AMBIENTES PÚBLICOS DA
CIDADE DE JOÃO PESSOA/PB.**

LARYSSA ALESSANDRA BEZERRA ALVES

JOÃO PESSOA
2010

LARYSSA ALESSANDRA BEZERRA ALVES

**BARREIRAS E FACILITADORES PARA A PRÁTICA DE
ATIVIDADES FÍSICAS EM AMBIENTES PÚBLICOS DA
CIDADE DE JOÃO PESSOA/PB.**

Artigo apresentado ao curso de Licenciatura em Educação Física do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba – UFPB, como exigência parcial para obtenção do grau de Licenciado em Educação Física.

Orientador: Prof^a Daniela Karina da Silva Ferreira

JOÃO PESSOA
2010

LARYSSA ALESSANDRA BEZERRA ALVES

**BARREIRAS E FACILITADORES PARA A PRÁTICA DE
ATIVIDADES FÍSICAS EM AMBIENTES PÚBLICOS DA
CIDADE DE JOÃO PESSOA/PB.**

Artigo apresentado ao curso de Licenciatura em Educação Física do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba – UFPB, como exigência parcial para obtenção do grau de Licenciado em Educação Física.

Data de defesa: _____ de _____ de _____

Resultado: _____

Banca Examinadora

Daniela Karina da Silva Ferreira

UFPB/CCS/DEF

Prof. Dr. _____

Marcelle de Oliveira Martins

UFPB/CCS/DEF

Prof.. Ms. _____

Nome Membro da banca

UFPB/CCS/DEF

Prof.. _____

DEDICATÓRIA

Para Suely Bezerra, minha mãe querida, a quem devo os melhores exemplos e ensinamentos de vida. Obrigada.

AGRADECIMENTOS

À Deus em primeiro lugar, por me dar força e coragem para enfrentar todas as barreiras que surgiram durante toda a minha jornada.

A minha grande mãe que com seu amor me incentivou e sempre me apoiou em todos os momentos de minha vida.

Aos meus irmãos André e Suelyta, que sempre estiveram ao meu lado, compartilhando todas as fases de minha vida, nos quais foram fundamentais durante todo esse processo.

Ao meu namorado Diego, pela dedicação, paciência, e amor, sempre estando ao meu lado me dando força e coragem para continuar a luta.

Aos meus familiares que acreditam no meu crescimento profissional.

A minha professora e orientadora Daniela Karina, que através de seus ensinamentos pude realizar com êxito esse trabalho.

As amigas e companheiras, Juliana, Fernanda, Felícia e Kátia, pela dedicação e cumplicidade.

A minha Amiga Camilla, pelo seu companheirismo e colaboração prestada nesse trabalho.

Aos amigos Allan, Sara, Adriana, Sandra e Bárbara, os quais se fizeram sempre presente em minha vida, com troca de conhecimentos e afeto.

A Loana, Danilo e James que foram fundamentais nesta pesquisa.

Aos professores e funcionários do Departamento de Educação Física, agradeço pelos conhecimentos compartilhados.

*"A mente que se abre a uma nova idéia,
jamais voltará ao seu tamanho normal"*

Albert Einstein

RESUMO

O presente estudo tem como objetivo analisar a percepção dos usuários sobre barreiras e facilitadores em ambientes públicos de atividade física, e caracterizar o nível de atividade física destes. Participaram deste estudo 120 usuários dos ambientes das zonas sul e leste da cidade de João Pessoa-PB. Foram coletadas informações, mediante uma entrevista estruturada. Os dados foram analisados mediante estatística descritiva e análise de associação de qui-quadrado ($p < 0,05$), no programa SPSS 13.0. Nos resultados, destaca-se, nas duas zonas, como a principal barreira nos ambientes a falta de segurança (45,0 %) e, como principal facilitador a proximidade do ambiente da sua residência (63,3%). No total, 48,3% foram classificados como ativos. Entre os ativos predominaram os indivíduos do sexo feminino (58,6%), mais jovens (62,1%), casados (56,9%), com maior renda (53,4%) e com ensino fundamental e médio (84,5%). Conclui que mais estudos deste tipo são necessários em outros estados e cidades brasileiras.

Palavras-chave: Ambiente, atividade física, barreira, facilitador

ABSTRACT

This study aims to examine the perceptions of users about barriers and facilitators in public physical activity, and characterize the level of physical activity. A sample of 120 users of the environments of the areas south and east of the city of Joao Pessoa. Information was collected through a structured interview. Data were analyzed with descriptive statistics and association analysis of chi-square test ($p < 0.05$) in SPSS 13.0. In the results, it stands out in both areas, as the main barrier in the environments the lack of security (45.0%) and as the main facilitator of the environment near their residence (63.3%). In total, 48.3% were classified as active. Among the predominant active females (58.6%), younger (62.1%), married (56.9%), with higher income (53.4%) and elementary and high school (84.5%). It concludes that more studies of this type are needed in other states and cities.

Key words: environment, physical activity, barriers, facilitators

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	09
2 METODOLOGIA.....	11
3 RESULTADOS.....	13
4 DISCUSSÃO.....	17
5 CONCLUSÃO.....	20
REFERÊNCIAS.....	22
ANEXOS.....	25
Anexo A - Normas para Submissão de Artigos.....	26
Anexo B – Protocolo de CEP/CCS/UFPB.....	39
APÊNDICES.....	31
Apêndice A – Instrumento de avaliação objetiva dos Ambientes Públicos de Atividades Físicas.....	32
Apêndice B- Roteiro de entrevista.....	34
Apêndice C- Termo de Consentimento.....	37
Apêndice D- Declaração de vínculo em Laboratório.....	39
Apêndice E – Projeto inicial para desenvolvimento do artigo monográfico...	41

INTRODUÇÃO

A sociedade, nas últimas décadas, tem passado por grandes transformações culturais, econômicas, políticas e ambientais, entre outras que influenciam diretamente o estilo de vida da população. Dentre as diversas mudanças ocorridas no estilo de vida das pessoas destaca-se a falta de oportunidade para prática das atividades físicas e do lazer ativo. Diante disso, as investigações sobre os fatores associados à prática de atividades físicas, sobretudo em relação aos fatores do ambiente, e o estilo de vida adotado pelas pessoas podem oferecer importantes contribuições.

Algumas pesquisas deram-nos certos aportes sobre os fatores citados acima, como por exemplo, Martins (2000) que em seu estudo considerou os fatores determinantes da prática de atividade física de professores universitários como também a existência de fatores facilitadores e a percepção de barreiras. Reis (2001) em um de seus estudos preocupou-se em identificar as formas de utilização e os determinantes ambientais para a prática de atividade física dos usuários de um parque. Como também no estudo de Silva et al (2009), no qual avaliou as barreiras e os facilitadores de atividades físicas em usuários de um parque público.

Os ambientes públicos de atividade física têm sido valorizados adquirindo um significado especial para a comunidade. A criação de ambientes favoráveis para prática de atividade física implica o reconhecimento da complexidade das nossas sociedades e das relações de interdependência entre diversos setores, como também a proteção ao meio ambiente, a conservação dos recursos físicos e naturais, o acompanhamento sistemático do impacto que as mudanças no meio ambiente produzem sobre a saúde, e sobre o comportamento das pessoas nesses ambientes (BUSS, 2000).

Com isso o reconhecimento da complexidade dos ambientes, e os esforços para compreender os efeitos do ambiente sobre a saúde devem ser considerados em suas múltiplas dimensões. Considera-se que a saúde é influenciada por múltiplos fatores físicos, sociais e culturais do ambiente, mas o papel das características pessoais também é reconhecido como influente no comportamento de saúde. (REIS, 2001)

Diversos benefícios têm sido associados à presença dos ambientes públicos de atividade física, tais como a diminuição da criminalidade, a redução dos custos de saúde, o aumento da produtividade, o controle da poluição, entre outros. Além desses benefícios Collet et al (2008) dizem que, o aumento da oferta de praças vem sendo valorizado como importante estratégia de aumento da prática de atividade física pela população. Segundo Reis (2001) considerando a atenção que o sedentarismo tem despertado, e o impacto que a

prevalência elevada da inatividade física tem causado na saúde, a oferta de ambientes e de oportunidades para a ocupação nestes, pode servir como uma ferramenta para o aumento da população fisicamente ativa.

A atividade física tem sido considerada importante componente de um estilo de vida saudável, devido particularmente à sua associação com a redução da pressão arterial e dos níveis de colesterol, queima de calorias, controle do diabetes, fortalecimento muscular e ósseo, melhora na capacidade pulmonar e na flexibilidade das articulações. Além disso, também há aumento da auto-estima e do bem-estar, redução do estresse e melhoria no convívio social. (DUNN, 2001)

Carpesen, Powel e Christenson (1985) definem atividade física, como qualquer movimento corporal produzido pela musculatura esquelética que resulte em gasto energético acima dos níveis de repouso. Tendo componentes e determinantes de ordem psicossocial, cultural e comportamental, no qual se incluem as atividades ocupacionais (trabalho), atividades de lazer, atividades da vida diária, jogos, lutas, danças, esportes, exercícios físicos e deslocamentos (NAHAS, 2001; PITANGA, 2002).

A utilização de ambientes públicos para a prática de atividades físicas parece uma alternativa com grande aplicabilidade para a promoção de um estilo de vida mais ativo na população. As contribuições das atividades físicas realizadas no lazer são também destacadas, na literatura especializada (COSTA et al, 2003; MARTINS et al, 2009). Estudos mostraram que, aqueles que dizem não praticar atividade física no tempo de lazer possuem níveis menores de atividade física na vida diária, o que sugere então que, quanto menor o nível de atividade física no lazer, maior o nível de sedentarismo (CASPERSEN et al 1995). Neste sentido, o lazer também favorece consideravelmente a saúde, sobretudo, psico-social das pessoas, direcionando as energias perdidas para aspectos saudáveis, amenizando a fadiga exaustiva e o estresse provocado pelas condições desfavoráveis da vida cotidiana (DUMAZEDIER, 1979).

Dessa forma torna-se importante caracterizar o nível de atividade física da população e fatores associados, tais como barreiras e facilitadores para a adoção de um estilo de vida ativo, sobretudo em ambientes públicos de atividades físicas e lazer, tendo em vista que as investigações neste contexto ainda são escassas.

Neste pressuposto, políticas públicas direcionadas à apropriação, pelo cidadão, dos ambientes públicos de atividade física e lazer, individuais e/ ou coletivos, podem desencadear transformações físicas e sociais, que se fazem sentir no estilo de vida do indivíduo. Pellegrin (2004) assinala que tais ambientes públicos devem ser compreendidos como oportunidade de

encontro com o inusitado e com o diferente, de relacionamento interpessoal, de práticas culturais, de criação, transformação e de vivências diversas, no que diz respeito a valores, conhecimentos e experiências.

Porém pouco se sabe sobre a percepção dos moradores sobre esses ambientes, sua forma de utilização e sobre os fatores que podem facilitar (facilitadores) ou impedir (barreiras) a utilização dos ambientes de maneira ativa. Sendo considerados facilitadores os fatores que oportunizam, facilitam ou viabilizam a prática dessas atividades, e barreiras como sendo os fatores que dificultam ou atrapalham (MARTINS, 2000).

Essas evidências reforçam a necessidade de se investigar os diferentes fatores associados à prática das atividades físicas, como também os ambientes públicos e suas barreiras e facilitadores sob o ponto de vista da comunidade, em especial na cidade de João Pessoa- PB. Com isso, compreender esses fatores passa a ser uma investigação importante, especialmente ao se considerar que poucas pesquisas desta natureza têm sido desenvolvidas no Brasil.

Esta pesquisa foi realizada no sentido de fornecer uma contribuição para as políticas públicas no atendimento das necessidades da comunidade e na implantação e desenvolvimento dos ambientes públicos para a prática das atividades físicas e do lazer. Nesta perspectiva o objetivo do estudo é analisar a percepção dos usuários sobre barreiras e facilitadores em ambientes públicos de atividade física e caracterizar o nível de atividade física destes.

MÉTODOS

Esta pesquisa caracteriza-se como descritiva. Segundo Thomas e Nelson (2002), o mesmo possibilita a observação, análise e descrição objetiva e completa do estudo. Com abordagem ecológica, no qual busca entender a influência do ambiente sobre os comportamentos relacionados à saúde, procurando compreender a influência do ambiente sobre tais comportamentos, identificando os fatores físicos, sociais e culturais (REIS, 2001).

Este estudo faz parte de uma investigação mais ampla, na qual são investigados diferentes bairros conforme as regiões geográficas que compõem o município de João Pessoa - PB. O mesmo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital Universitário Lauro Wanderley (CEP-HULW) da Universidade Federal da Paraíba, protocolo N° 234/10.

A amostra foi composta por usuários adultos (≥ 18 anos de idade) frequentadores dos ambientes públicos utilizados para a prática de atividades físicas (praças e ruas) existentes nos

bairros das regiões sul e leste do Município de João Pessoa-PB. Esses bairros foram selecionados de forma aleatória, abrangendo 50% dos bairros de cada zona, considerando a renda média por bairro (IBGE, 2000), de forma que foi incluída a mesma proporção de bairros com renda mais elevada e mais baixa, totalizando oito bairros da zona leste e 14 bairros da zona sul. A identificação e localização dos ambientes públicos de atividade física destes bairros foram realizadas mediante um mapa da cidade de João Pessoa - PB, disponibilizado pela Secretaria de Planejamento (SEPLAN). Foram utilizados como critério de exclusão os ambientes que não constavam no mapa.

Foram incluídas neste estudo apenas as zonas sul e leste, por seus bairros possuírem famílias que representam classes econômicas distintas da sociedade e por serem as regiões mais populosas da cidade. Na zona sul se concentra pessoas consideradas de classe média baixa ou C. A zona leste é a região da orla marítima da cidade, composta em sua maioria por famílias consideradas da classe A e B, sendo a zona com menor índice de pobreza.

Para coleta das informações sobre os ambientes foram analisados indicadores em relação ao ambiente natural (paisagismo), ambiente construído (existência de calçada, irregularidades nas calçadas, ponto de ônibus, residências, esgoto a céu aberto, lixeiras, bancos, áreas cobertas, lanchonetes, ciclovia, sinalização, banheiros químicos, estacionamento, equipamentos de ginástica, quadras esportivas, materiais esportivos, acessibilidade e parques infantis) e segurança/trânsito (postes, luminárias, lombadas, faixas de pedestre, vias de tráfego e semáforos). Este instrumento foi adaptado da proposta de Bortoni (2009) em seu estudo Desenvolvimento e Reprodutibilidade de um Instrumento de Avaliação Objetiva do Ambiente para Aplicação em Estudos de Atividade Física, tendo como objetivo avaliar o ambiente para a prática de atividades físicas. A caracterização dos ambientes foi realizada mediante observação sistemática com preenchimento do referido instrumento.

Em relação aos usuários, foi utilizado roteiro de entrevista estruturada, elaborada mediante compilação de instrumentos já utilizados em outros estudos. Incluídas informações: a) sociodemográficas (gênero, idade, estado civil, renda familiar e escolaridade) - (FERREIRA, 2009); b) percepção de barreiras e facilitadores tais como, o objetivo de frequentar os ambientes; o motivo (quanto aos motivos que os levam frequentar esses ambientes); companhia para atividades físicas (informação quanto ao acompanhamento de outra pessoa quando da utilização do ambientes públicos); dias (por semana que frequenta esses ambientes); tempo (em minutos que passa diariamente nesses ambientes); barreiras (descrições mais frequentes de fatores que representavam um empecilho para esses ambientes); facilitadores (principais fatores sociais e ambientais que facilitam a frequência

nesses ambientes) (REIS, 2001); em relação à atividade física que os usuários realizam nos ambientes públicos (REIS, 2001).

Para hábitos de atividade física foi utilizado a versão 8, forma curta do Questionário Internacional de Atividades Físicas – IPAQ, com questões sobre frequência e duração da realização de atividades físicas moderadas, vigorosas e de caminhada (MATSUDO et al, 2001). Para classificação do nível de atividade física foram selecionadas as atividades de acordo com a intensidade (moderada e vigorosa) em seguida de forma separada (caminhada, moderada e vigorosa) foi multiplicado o tempo pelo dia. No final somaram-se todos os resultados. Sendo considerados, valores igual ou > 150 como ativos, e < 150 como sendo insuficientemente ativo (BARROS E NAHAS, 2003). Foram realizadas 10 entrevistas por bairro.

Os dados coletados foram tabulados em planilha do Excel e analisados mediante recursos da estatística descritiva (Frequência e Percentual) no programa SPSS 13.0. A coleta foi realizada no período de junho a outubro de 2010, no horário da tarde, por seis pesquisadores devidamente treinados. O estudo piloto do roteiro de entrevista e do instrumento de avaliação dos ambientes foi aplicado numa praça da cidade, com o objetivo de testar a clareza e aplicabilidade dos instrumentos de pesquisa.

RESULTADOS

Fizeram parte do estudo 22 bairros da cidade de João Pessoa - PB, 8 da zona leste e 14 da zona sul. Do total analisado, constatou-se que em 10 bairros não existiam ambientes para prática de atividade física, sendo 3 da zona leste e 7 da zona sul, restando então 12 bairros. Com isso foram realizadas ao total das duas zonas 120 entrevistas.

Nos ambientes públicos para prática de atividade física (APPAF) investigados foram considerados como aspectos favoráveis predominantes no ambiente natural o paisagismo, no ambiente construído as calçadas, bancos, telefones públicos, e na segurança/trânsito a presença de postes de iluminação e vias de tráfego. Verificou-se então que os bairros da zona sul apresentam ambientes com melhor infra-estrutura.

As características sócio-demográficas dos usuários estão apresentadas na Tabela 1. Observa-se que a maior parte dos entrevistados da zona sul, foi do gênero feminino (55,7%), na faixa etária entre 40 a 59 anos (55,8%), casados (53,25%), com renda média familiar de dois a três salários (40%), e com ensino médio (54,3%). Na zona leste, destacam-se os indivíduos do gênero feminino (58%), com idade menor que 40 anos (54%), casados (46%),

com renda média familiar acima de cinco salários (50%) e com ensino médio (48%). Assim pode-se observar que a maior parte dos entrevistados das duas zonas, é do Gênero feminino (56,7%), casado (50,2%), e com ensino médio (51,6%).

Tabela 1- Caracterização sócio-demográfica dos usuários dos ambientes públicos de atividades físicas da cidade de João Pessoa-PB, Brasil, 2010.

Variáveis sócio-demográficos	Zona Sul		Zona Leste		Total	
	N	%	n	%	n	%
GÊNERO						
Masculino	31	44,3	21	42,0	52	43,3
Feminino	39	55,7	29	58,0	68	56,7
IDADE (ANOS)						
<40	19	27,2	27	54,0	66	55,0
40-59	39	55,8	13	26,0	32	26,7
≥60	12	17,1	10	20,0	22	18,3
ESTADO CIVIL						
Solteiro	28	40,4	15	30,0	43	36,0
Casado	37	53,2	23	46,0	60	50,2
Viúvo	4	4,7	3	6,0	7	5,3
Divorciado/Separado	1	1,7	9	18,0	10	8,5
RENDA MÉDIA FAMILIAR						
1 a 2 salários	19	27,1	14	28,0	33	27,5
2 a 3 salários	28	40,0	7	14,0	35	29,2
3 a 4 salários	16	22,9	4	8,0	20	16,7
Acima de 5 salários	17	10,0	25	50,0	32	26,7
ESCOLARIDADE						
Ensino fundamental	17	24,3	10	20,0	27	22,5
Ensino Médio	38	54,3	24	48,0	62	51,6
Superior	15	21,4	16	32,0	31	25,8

Em relação aos indicadores de utilização e de percepção das barreiras e facilitadores dos ambientes públicos de atividade física da zona sul da cidade de João Pessoa-PB, observou-se como principal objetivo para frequentar os ambientes públicos: o lazer (52,9%); como principal motivo de utilização dos mesmos: a proximidade (47,1%). Os entrevistados utilizam o ambiente com amigos (47,1%); frequentando de três a cinco dias (65,7%); com duração de permanência no ambiente de 30 a 60 min./semana (57,1%). Sendo considerada como principal barreira dos ambientes públicos de atividades físicas, a falta de segurança (48,6%); e, principal facilitador a proximidade do local (60,0%).

Em relação à Zona Leste. Observou-se como principal objetivo para frequentar os ambientes públicos: a estética (44,0%), já em relação ao motivo de utilização dos ambientes: a proximidade (60,0%), os entrevistados frequentam os ambientes sozinhos (48,0%) de três a cinco dias (44,0%) com duração de 30 a 60min./semana (54,0%). A principal barreira dos

ambientes considerada por grande parte dos entrevistados foi a falta de segurança (40,0%), e principal facilitador a proximidade do local (68,0%). (ver Tabela 2)

Verificaram-se algumas diferenças, entre as duas zonas em relação ao principal objetivo de utilização dos ambientes, na zona sul, o lazer (52,9%) e na zona leste, a estética (44,0%); e com quem frequenta esses ambientes, na zona sul com amigos (47,1%) e na zona leste sozinho (48,0%).

Tabelas 2- Indicadores de utilização e de percepção de barreiras e facilitadores nos ambientes públicos de atividade física por zonas da cidade de João Pessoa-PB, Brasil, 2010.

Principal objetivo para freqüentar os ambientes	Zona sul		Zona leste		Total	
	n	%	n	%	n	%
Indicação médica/saúde	15	21,4	15	30,0	30	25,0
Estética	13	18,6	5	10,0	18	15,0
Lazer	37	52,9	22	44,0	59	49,2
Outros	5	7,1	8	16,0	13	10,8
Principal motivo de utilização dos ambientes						
Segurança/conforto	4	5,7	9	18	13	10,8
Equipamentos adequados	11	15,7	0	0,0	11	9,2
Proximidade	33	47,1	30	60,0	63	52,5
Estética do ambiente	2	2,9	1	2,0	3	2,5
Facilidade de acesso	15	21,4	8	16,0	23	19,2
Outros	5	7,1	2	4,0	7	5,8
Com quem frequenta os ambientes						
Sozinho	16	22,9	24	48,0	40	33,3
Companheiro	6	8,6	1	2,0	7	5,8
Amigos	33	47,1	18	36,0	51	42,5
Familiares	15	21,4	7	14,0	22	18,3
Dias por semana que frequenta os ambientes						
Até 2 dias	10	14,3	12	24,0	22	18,3
3 a 5 dias	46	65,7	22	44,0	68	56,7
>5 dias	14	20,0	16	32,0	30	25,0
Tempo de permanência nos ambientes						
Até 15 min/dia	3	4,3	2	4,0	5	4,2
30 a 60 min/dia	40	57,1	27	54,0	67	55,8
60 a 90 min/dia	10	14,3	11	22,0	21	17,5
90 a 120 min/dia	8	11,4	2	4,0	10	8,3
>120 min/dia	9	12,9	8	16,0	17	14,2
Principal barreira para atividade física						
Poluição	5	7,1	4	8,0	9	7,5
Estrutura física inadequada	15	21,4	4	8,0	19	15,8
Ausência de equipamentos	4	5,7	3	6,0	7	5,8
Falta de segurança	34	48,6	20	40,0	54	45,0
Distância	2	2,9	0	0,0	2	1,7
Dificuldades de acesso	1	1,4	2	4,0	3	2,5
Outros	4	5,7	4	8,0	8	6,7
Nenhum	5	7,2	13	26,0	18	15,0
Principal facilitador para atividade física						

Proximidade do local	42	60,0	34	68,0	76	63,3
Acessibilidade	9	12,9	3	6,0	12	10,0
Equipamentos adequados	7	10,0	0	0,0	7	5,8
Estrutura física adequada	7	10,0	6	12,0	13	10,8
Segurança	0	0,0	6	12,0	6	5,0
Existência dos programas públicos de atividade física e lazer	4	5,7	1	2,0	5	4,2
Outros	1	1,4	0	0,0	1	0,8
Nenhum	0	0,0	0	0,0	76	63,3

Em relação às atividades que os entrevistados realizam nos ambientes públicos da zona sul grande parte respondeu como sendo: a caminhada (44,3%); ginástica, jogos e encontrar com os amigos (20,0%) cada; outras atividades (14,3%); alongamento (11,4%); corrida (7,1%) e ler (0,0%). Os da zona leste a maioria também respondeu a caminhada (56,0%), em seguida, outras atividades (26,0%); corrida (18,0%); encontrar com amigos (14,0%); alongamento, ginástica e jogos (4,0%) e ler (0,0%).

Dessa forma em relação às duas zonas, a caminhada foi a atividade mais realizadas pelos entrevistados, na zona sul (44,3%) e na zona leste (56,0%). Ao contrário, a leitura não foi citada por nenhum dos entrevistados, zona sul e zona leste (0,0%).

Analisando os hábitos de atividades físicas dos usuários entrevistados nos ambientes públicos das zonas sul e leste pode-se observar que em relação à caminhada o tempo em média foi de 108,75 min/semana (DP= 136,24), nas atividades consideradas moderadas os usuários apresentaram um tempo médio de 41,12 min/semana (DP= 84,52), já nas atividades vigorosas tempo médio de 39,00 min/semana (DP= 116,15). A zona sul apresentou então um tempo médio de 178,78 min/semana (DP=206,30) e a zona leste tempo médio de 203,00 (DP=219,01).

Na zona sul 50% dos indivíduos foram considerados ativos (realizam ≥ 150 minutos/semana de atividades físicas no mínimo moderadas) e 50% considerados insuficientemente ativos (realizam < 150 minutos/semana de atividades físicas no mínimo moderadas). Já na zona leste 47,1% foram considerados ativos e 52,9% insuficientemente ativos.

No total, 48,3% foram classificados como ativos e 51,7% como insuficientemente ativos. Entre os ativos predominaram os indivíduos do gênero feminino (58,6%), mais jovens (62,1%), casados (56,9%), com maior renda (53,4%) e com ensino fundamental e médio (84,5%). Entretanto associação significativa foi obtida somente entre o nível de atividade física e renda ($\chi^2 = 4,67$; $p < 0,05$; Tabela 3).

Tabela 3 – Associação entre características sociodemográficas e o nível de atividade física das duas zonas da cidade de João Pessoa-PB, Brasil, 2010.

Sociodemográficas	Ativos		Insuficientemente ativos		X ²	p
	n	%	n	%		
GÊNERO						
Masculino	24	41,4	28	45,2	0,17	0,71
Feminino	34	58,6	34	54,8		
Idade (anos)						
>40	22	37,9	29	46,8	0,96	0,36
≤40	36	62,1	33	53,2		
Estado civil						
Casado	33	56,9	27	43,5	2,13	0,20
Solteiro, viúvo, divorciado/separado	25	43,1	35	56,5		
Renda média familiar						
1 a 3 salários	27	46,6	41	66,1	4,67	0,04*
> 3 salários	31	53,4	21	33,9		
Escolaridade						
Superior	9	15,5	10	16,1	0,00	1,00
Ensino fundamental e médio	49	84,5	52	83,9		

* p < 0,05

DISCUSSÃO

O presente estudo objetivou analisar a percepção dos usuários (barreiras e facilitadores) sobre os ambientes públicos de atividade física como também caracterizar o nível de atividade física destes. No entanto é importante salientar que, as barreiras e os facilitadores identificados em ambientes públicos podem variar conforme cada região. Evidências mostraram que a depender de características sociais, demográficas e regionais, específicas de cada local, estes fatores que impedem ou facilitam podem assumir diferentes formas de percepção (CHAN et al., 2006).

As evidências encontradas neste estudo indicam que maior parte dos usuários de ambas as zonas consideraram como principal barreira dos ambientes públicos de atividades físicas, a falta de segurança. Percepção semelhante foi observada em outros estudos, na qual a falta de segurança foi um dos principais pontos negativos de frequentadores de uma determinada praça na cidade de Santa Maria-RS (PAZ, 2008); estudo realizado com estudantes no Canadá indicou que a segurança nos bairros e nas praças pode influenciar a atividade física de forma independente ou de forma interativa, caso contrário, pode permitir ausência dos usuários nestes locais (NICHOL, JANSSEN, PICKETT 2010). Neste sentido, a

taxa de criminalidade alta pode ser uma barreira para prática de atividades físicas. Sendo assim, a segurança pública é um fator importante e em alguns casos até determinante dos comportamentos de determinada população ou comunidade, de modo que ambientes públicos que oferecem à possibilidade de acesso com segurança possuem maior potencialidade para prática de atividades físicas (SILVA, 2009).

Em relação aos facilitadores dos ambientes públicos de atividade física nas duas zonas pesquisadas a maioria dos sujeitos referiu ser a proximidade do local o principal facilitador. Outros estudos semelhantes confirmam essa evidência, nos quais a proximidade de instalações de atividade física/lazer e praças são consideradas como um fator relevante para realização de atividades físicas (COHEN et al, 2007). A proximidade do local (ambiente) está diretamente ligada à duração de uso dos ambientes, como também relacionada à atividade física e saúde, através da utilização destes locais (MOWEN et al, 2007). Nesse mesmo contexto, Reis (2001) sugere que a distância entre local de residência e o ambiente está associada com a frequência de utilização. A existência de local próximo à residência para atividades de lazer e atividades físicas favoreceu estas práticas para ambos os gêneros, de todas as faixas etárias e escolaridades em estudo realizado com adultos de todo o Brasil (FLORINDO et al, 2009). Em uma amostra representativa das capitais brasileiras, constatou-se que pessoas que relatam possuir locais para fazer caminhadas e praticar exercícios físicos próximos das residências apresentam, aproximadamente, 60% mais chance de realizar atividade física no lazer (FLORINDO et al, 2009).

Os ambientes públicos possuem grande importância no contexto das cidades, sua função, além de proporcionar lazer e atividade física, é garantir a plena inclusão de usuários, portanto, sua socialização. Podendo ser freqüentado por um número grande de sujeitos sendo favoráveis para realização de um comportamento ativo, o ambiente acessível é aquele facilmente compreendido, que permite ao usuário seu deslocamento e a participação com segurança, conforto e autonomia nas diversas atividades nele realizadas (BINS ELY et al, 2006).

Os benefícios gerados pelos ambientes públicos são inúmeros para a melhoria de vida da população dentre esses, a possibilidade do acontecimento de práticas sociais, momentos de lazer e atividade física, encontros ao ar livre, manifestações de vida urbana e comunitária, que estimulam o desenvolvimento humano e o relacionamento entre as pessoas. Por isso, esses espaços devem ser criados nas cidades não somente em número compatível ao tamanho dela, mas também com qualidade e facilidade de acesso (VIEIRA, PEDROTTI, MASCARÓ 2009).

Se os ambientes públicos (praças) são abundantes, as pessoas podem ser mais ativas fisicamente. Porém nem todos os ambientes e suas instalações podem promover o aumento de atividade física de forma igual. Alguns ambientes são considerados “ativos” na medida em que fornecem serviços e equipamentos para prática de atividade física. Já outros podem ser considerados “passivos”, pois parecem promover atividades sedentárias (COHEN et al, 2007).

De acordo com as atividades físicas que os usuários entrevistados realizam nos ambientes públicos das duas zonas pesquisadas grande parte respondeu ser a caminhada. Reis (2001) em seu estudo realizado em parques de Curitiba também constatou a caminhada como sendo a atividade mais realizada pelos frequentadores desses locais (REIS, 2001). O estudo populacional de Hino et al (2010) realizada nas capitais brasileiras enfatiza que a caminhada é o tipo mais comum de atividade física, esta escolha pode estar relacionada à maior oferta de espaços para esse tipo de atividade nos ambientes públicos. A presença das pistas de caminhadas tem sido associada ao alto nível de atividade física (HINO et al, 2010). Neste sentido os ambientes públicos são valorizados como locais para prática de atividades físicas uma vez que esse é o tipo de atividade que os usuários mais realizam nesses locais (REIS, 2001).

Analisando os níveis de atividades físicas dos usuários dos ambientes públicos das duas zonas pesquisadas, o presente estudo mostrou que as mulheres foram consideradas mais ativas quando comparadas aos homens, o que foi confirmado também em outro estudo no qual caracterizou os usuários de ambientes públicos e seus comportamentos fisicamente ativos (HINO et al, 2010). Essa evidência também foi constatada em pesquisa realizada por Matsudo et al (2002) no qual a maioria dos sujeitos entrevistados que conseguem atingir a recomendação de atividade física para saúde é do gênero feminino.

Pode-se observar também que os usuários entrevistados nos ambientes públicos considerados ativos tinham idade < 40 anos. Os resultados do levantamento diagnóstico no estado de São Paulo mostraram declínio na atividade física com o aumento da idade cronológica (MATSUDO et al, 2002). Estes mesmos usuários considerados ativos, em sua maioria eram casados, o que corrobora com outro estudo no qual mostrou uma maior prevalência de pessoas casadas envolvidas em atividades físicas regulares (MELLO, FERNANDEZ e TUFIK, 2000). Estudos realizados em parque urbano evidenciam que a maior parte dos usuários dos parques é de classe média e alta, com nível superior, por sua vez o grau de instrução e renda esta associada com o nível de atividade física (PETROSKI et al, 2009; REIS, 2001). O mesmo não foi verificado totalmente no presente estudo sobre os ambientes públicos, que demonstrou que o grau de instrução dos usuários entrevistados

considerados ativos é fundamental e médio, isto pode ter ocorrido em função do tamanho da amostra.

É possível que a influência da situação econômica sobre atividade física esteja confirmada no presente trabalho, o que mostrou indivíduos que apresentaram renda maior (53,4%), como sendo ativos. O que sugere o estudo de Reis (2001), no qual relata que a prática de atividade física aumenta com a renda. Corroborando, Costa et al, (2003), em seu estudo encontrou associação entre o nível econômico e atividade física sendo homem e mulher com menor nível socioeconômico menos ativos fisicamente. Dessa forma pode-se dizer que os hábitos de atividade física têm sido consistentemente relacionados de maneira positiva com o nível econômico.

O presente estudo apresenta contribuições importantes para área uma vez que a utilização de ambientes públicos para pratica de atividades físicas parece uma alternativa com grande aplicabilidade para a promoção de um estilo de vida mais ativo na população. Além disso, a identificação das principais barreiras e facilitadores para a utilização dos ambientes públicos de atividades físicas pode auxiliar na organização de políticas públicas que favoreçam a adoção de um estilo de vida mais ativo pela população.

CONCLUSÃO

Com o exposto conclui-se que a principal barreira percebida pelos usuários para prática de atividades físicas nos ambientes públicos das zonas sul e leste da cidade de João Pessoa-PB foi, a falta de segurança e o principal facilitador, como sendo a proximidade do ambiente de sua residência. No total, 48,3% foram classificados como ativos e 51,7% como insuficientemente ativos. Entretanto associação significativa foi obtida somente entre o nível de atividade física e renda ($\chi^2 = 4,67$; $p < 0,05$).

Embora as comunidades tenham recursos físicos para estimular a prática de atividade física nos ambientes, são necessárias políticas públicas que visem atender as condições de segurança dos usuários nesses locais, pois dessa forma o ambiente torna-se mais valorizado pela comunidade, o que é reconhecidamente um fator importante para ocupação desses ambientes para prática de atividades físicas. Da mesma forma a proximidade do local como sendo o principal motivo para se freqüentar esses ambientes, o que mostra ser um facilitador para prática de atividade física, o que sugere então o aumento desses ambientes em diversos bairros da cidade, para que assim todos tenham acesso a esses locais próximos as residências.

Mais estudos tornam-se necessários em outros Estados e cidades brasileiras, de maneira a identificar os diferentes condicionantes que podem se apresentar como barreiras e facilitadores para a prática de atividades físicas em ambientes públicos do país. Além de conhecer e o nível de atividade física nos diferentes contextos da vida dos indivíduos, em relação a esses ambientes.

REFERENCIAS

BARROS, M. V. G.; NAHAS, M. V. **Medidas da atividade física. Teoria e Aplicação em diversos grupos populacionais.** 1ª edição. Londrina-Paraná: Mediograf, p. 149, 2003.

BORTONI, et al. Desenvolvimento e Reprodutibilidade de um instrumento de avaliação objetiva do ambiente para aplicação em estudos de atividade física. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, vol. 14, n. 1, 2009.

BINS ELY, V. H. M. et al. **Projeto de espaços públicos de lazer para todos.** 6º ERGODESIGN – 6º Congresso Internacional de Ergonomia e Usabilidade de Interfaces Humano-Tecnologia: Produtos, Informação, Ambiente Construído e Transporte, CD-ROM, Bauru, 2006.

BUSS, P. M. Promoção da saúde e qualidade de vida. **Ciência Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 5, n. 1, 2000.

CASPERSEN, C.J.; POWELL, K.E.;CHRISTENSON, G.M. Physical activity, exercise and physical fitness. **Public Health Reports.** V.100, n. 2, p.126-131, 1985.

CASPERSEN, C.J.; MERRIT, R.K.; STEPHENS, T. (1995). International physical activity patterns: a methodological perspective. In Rod K.Dishman (ed.). **Advances in exercise adherence.** p.73-110. Champaign: Human Kinetics.

CHAN, C. B.; RYAN, D. A.; TUDOR LUCKE, C. Relationship between objective measures of physical activity and weather: a longitudinal study. **The international journal of behavioral nutrition and physical activity.** London, v.3, p. 21, 2006

COHEN, D. A.; MCKENZIE, T.L; SEHGAL, A.; WILLIAMSON, S.; GOLLINELI, D.; LURIE, N. Contribution of public parks to physical activity. **American journal of public health**, vol. 97, n. 3, 2007.

COLLET C; CHIARADIA B. M.; REIS R.S; NASCIMENTO J. V. DO. Fatores determinantes para a realização de atividades físicas em parque urbano de Florianópolis. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 13, n. 1, 2008.

COSTA R. S; HEIBORN M. L.; WERNECK G. L.; FAERSTEIN E.; LOPES C. S. Gênero e prática de atividade física de lazer, **Caderno de saúde pública**, vol.19, 2003.

COSTA, R. S.; WERNECK, G.; LOPES, C. S.; FAERSTEINS, E. Associação entre fatores sócio-demográficos e prática de atividade física de lazer no estudo pró-saúde. **Caderno saúde pública**, vol. 19, n. 4, p. 1095-1105, agosto de 2003.

DUMAZEDIER, J. **Sociologia empírica do lazer**. São Paulo: Perspectiva: SESC, 1979.

DUNN, A.L, TRIVED, M.H, O'NEAL,H.A. Physical activity dose-response effects on outcomes of depression and anxiety. **Med Sci Sports Exerc**. 2001, vol.33, p.587-97

FERREIRA, D. K. S. da. **Condições de saúde, de trabalho e modos de vida de policiais militares: Estudo de caso na cidade do Recife- PE**. Recife, 2009. Tese (doutorado em saúde publica) apresentada ao Programa de Pós-Graduação do Centro de Pesquisas Aggeu Magalhães, Fundação Oswaldo Cruz.

FLORINDO, A. A.; HALLAL, P. C.; MOURA, E. C.; MALTA, D. C. Prática de atividades físicas e fatores associados em adultos, Brasil, 2006. **Revista Saúde Pública** vol.43, p. 65-73, novembro de 2009.

HINO, A. A. F.; REIS, R. S.; RIBEIRO, I. C.; PARRA, D. C.; BROWNSON, R. C.; FERMINO, R. C. Usando métodos de observação para avaliar espaços públicos e atividades físicas no Brasil. **Journal of physical activity and health**, vol. 7, p. 146-154, julho de 2010.

MARTINS, M. de O. **Estudo dos fatores determinantes da prática de atividades físicas de professores universitários**. Santa Catarina, março, 2000. Dissertação (Mestrado em Educação Física)- Curso de Pós- Graduação, Universidade Federal de Santa Catarina.

MARTINS T. G.; ASSIS M. A. A. de; NAHAS M. V.; GAUCHE H. MOURA E. C. Inatividade física no lazer de adultos e fatores associados. **Revista Saúde Publica**. V. 43, n.5, São Paulo, 2009.

MATSUDO S. M.; ARAÚJO T, MATSUDO V.; ANDRADE D.; ANDRADE E, OLIVEIRA L.; BRAGGION G. Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ): estudo de validade e reprodutibilidade no Brasil. **Revista Atividade Física & Saúde**, vol. 6, p.5-18, 2001.

MATSUDO, S. M.; MATSUDO, V. R.; ARAÚJO, T.; ANDRADE, D.; ANDRADE E, OLIVEIRA.; L. BRAGGION, G. 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 ciência e movimento**, vol.10. n.4, p.41-50, outubro de 2002.

MELLO, M. T.; FERNANDEZ, A.C., TUFIK, S. Levantamento epidemiológico da prática de atividade física na cidade de São Paulo. **Revista brasileira medicina do esporte**, vol. 6, n. 4, p. 119-124, agosto de 2000.

MOWEN A.; SMITTH, E. O.; PAYANE, L. L.; AINSWORTH, B. E.; GODBEY, G. The role of park visitation, physical activity and perceived health among older adults. **Journal of physical activity and health**, vol.4, p.167-179, abril de 2007.

NAHAS, M. V. **Atividade Física, Saúde e qualidade de vida: Conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. Londrina: Midiograf, 2001.

NICHOL, M.; JANSSEN, I.; PICKETT, W. Associations Between Neighborhood Safety, availability of recreational facilities, and adolescent physical activity among Canadian youth. . **Journal of physical activity and health**, vol.7, p. 442-450, julho de 2010.

PAZ, D. B. **Avaliação dos espaços públicos: Um estudo de caso Praça Tenente Menna Barreto**. Santa Maria, 2008. Trabalho de conclusão de curso apresentado ao curso de engenharia civil, área de concentração em construção, da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM, RS), como requisito parcial para obtenção do grau de graduada em engenharia civil.

PELLEGRINI, A. De. Espaço de Lazer. In: **Dicionário crítico do lazer**. Christiane Luce Gomes (Org.), Belo Horizonte: Autêntica Editora, 2004.

PETROSKI, E. L.; SILVA, D. A. S.; REIS, R. S.; PELEGRINE, A. Estágios de mudança de comportamento e percepção positiva do ambiente para atividade física em usuários de parque urbano. **Revista Motricidade**, vol. 5, n.2, p. 17-31, junho de 2009.

PITANGA, F. J. G. Epidemiologia, atividade física e saúde. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v.10, n. 3, p. 49-54, Jul. 2002.

REIS, R. S. **Determinantes para a realização de atividades físicas nos parques urbanos de Curitiba: Uma abordagem sócio- ecológica da percepção dos usuários**. Santa Catarina, fevereiro, 2001. Dissertação (Mestrado em Educação Física)- Centro de Desporto, Universidade Federal de Santa Catarina.

SILVA, D.A.S.; PETROSKI, E.L.; REIS, R. S. Barreiras e facilitadores de atividades físicas em freqüentadores de parques públicos. **Revista Motriz**, v.15, n.2, p.219-227, abril/junho 2009.

THOMAS, J. R.; NELSON, J. K. **Métodos de Pesquisa em Atividade Física**. 3ª Ed. Porto Alegre: Artmed, p. 419, 2002;

VIEIRA, M. A.; PEDROTTI, A.; MASCARÓ, J. M. Qualidade de vida nos espaços públicos de lazer de Passo Fundo. **X Salão de Iniciação Científica**. PUCRS, 2009

ANEXOS

Anexo A: Normas para Submissão de Artigos - REVISTA DA EDUCAÇÃO
FÍSICA/UEM

REVISTA DA EDUCAÇÃO FÍSICA/UEM

Diretrizes para Autores

Produção de conhecimento relacionado com a área de Educação Física. Está aberto a professores de educação física e profissionais de áreas afins que desejam publicar suas pesquisas nas seguintes seções: artigo original, artigo de revisão e artigo de opinião.

Artigos Originais:

. São trabalhos resultantes de resultados da investigação científica, apresentando dados originais em relação aos aspectos de caráter experimental ou de observação médica, social e bioquímica, e inclui análise descritiva e inferências. Sua estrutura é convencional para trazer os seguintes itens: Introdução, Métodos, Resultados, Discussão e Conclusão.

. Revisão sistemática e meta-análise - através da síntese de resultados de estudos originais, quantitativos ou qualitativos, objetiva e de responder à questão específica de relevância para a educação física. Descreve em detalhes o processo de busca dos estudos originais, os critérios utilizados para selecionar aqueles que foram incluídos na revisão e os procedimentos empregados na síntese dos resultados obtidos pelos estudos revisados (que podem ou não ser estabelecidos procedimentos para a meta-análise).

. Revisão narrativa / crítica - A revisão narrativa ou revisão crítica apresenta um descritivo, discursiva, dedicado à apresentação e discussão abrangente em temas de interesse científico na área de Educação Física. Deve apresentar uma formulação clara do objeto de interesse científico, raciocínio lógico, a teoria crítica eo método de estudos em análise e síntese conclusiva. Elaborado por pesquisadores com experiência na área em questão ou por pesquisadores de reconhecida competência.

ARTIGO DE OPINIÃO:

Será encomendado pelo Conselho Editorial de indivíduos notáveis na área de Educação Física e Ciências do Esporte, que emitem as suas próprias opiniões sobre assuntos de interesse particular.

Diretrizes para Submissão

Como parte do processo de submissão, autores são obrigados a verificar a conformidade da submissão com todos os itens a seguir, e submissões podem ser devolvidos aos autores que não seguir essas diretrizes.

1. Para facilitar o trabalho de análise dos consultores, os textos submetidos para publicação deverão:
 - a) ser inseridos no editor de texto "Word for Windows 6.0 ou superior, fonte Times New Roman, tamanho 12, com 1,5 cm de espaçamento entre linhas;
 2. b) conter no máximo 20 páginas, incluindo figuras, gráficos, tabelas e referências;
 3. c) o trabalho deve ser formatado em A4 e as margens inferior, superior, esquerda e direita deve ser de 2,5 cm;
 4. d) tabelas, figuras e gráficos deverão ser inseridas no texto, logo após o mencionado;
 5. e) as figuras e tabelas devem preferencialmente 7,65 cm de largura e não deve exceder 16 cm;
 6. f) Os trabalhos devem ser apresentados por este Sistema On-Line.
7. Títulos e resumos
A primeira folha, não numerada, deverá conter:
 - a) título em Português e Inglês devem ser concisas e representar o conteúdo do trabalho;

b) deverá indicar o nome completo dos autores (máximo de seis autores), logo abaixo do título em Inglês, listados em ordem da proporcionalidade do envolvimento no estudo. Numa nota de rodapé, usar * (asterisco) deve conter os seguintes itens: tipo de ligação, último título, departamento e instituição a que pertence cada autor, por exemplo: Doutor do Departamento de Educação Física da Universidade Federal do Piauí;

c) resumo em Português e Inglês, com um máximo de 150 palavras, seguido de até 3 palavras-chave em ambas as línguas. Imperativa a utilização de termos da Descritores em Ciências da Saúde (<http://decs.bvs.br>);

d) ao final do texto após as referências, adicione o endereço completo dos autores, incluindo o electrónico e indicar o autor correspondente.

8. Texto No texto, exige:

a) na citação literal, recomenda-se a regra NBR-10520/2001. A entrada de autores nas referências deverá ser idêntica à da citação no texto. O sobrenome do autor deve ser escrito com apenas a primeira letra maiúscula, seguido pelo ano da publicação da literatura utilizada, como neste exemplo: Seidhl e Zannon (2004);

b) se o nome do autor e o ano entre parênteses, devem ser separadas por uma vírgula e ponto e vírgula entre autores, em letras maiúsculas como no exemplo: (Romanzini et al, 2005; SANTINI; MOLINA NETO, 2005);.

c) quadros, tabelas e figuras incluídas no texto após mencionadas, devem ser numerados em algarismos arábicos (com suas respectivas legendas);

d) os gráficos dos pontos e linhas não devem ser coloridas, devem ser legíveis e simplificados para facilitar a redução;

e) não utilizar notas de rodapé no texto.

9. Referências

As referências, contendo apenas os autores citados no trabalho devem ser apresentadas em ordem alfabética no final do trabalho, de acordo com ABNT-NBR-6023-2000.

Anexo B: Protocolo do CEP/CCS/UFPB



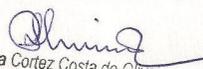
UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAIBA - UFPB
 HOSPITAL UNIVERSITÁRIO LAURO WANDERLEY - HULW
**COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA COM SERES
 HUMANOS - CEP**

CERTIDÃO

Com base na Resolução nº 196/96 do CNS/MS que regulamenta a ética da pesquisa em seres humanos, o Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital Universitário Lauro Wanderley - CEP/HULW, da Universidade Federal da Paraíba, em sua sessão realizada no dia 25/05/2010, após análise do parecer do relator, resolveu considerar **APROVADO** o projeto de pesquisa intitulado **BARREIRAS E FACILITADORES PARA A PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS EM AMBIENTES PÚBLICOS DA CIDADE DE JOÃO PESSOA/PB.** Protocolo CEP/HULW nº. 234/10, dos pesquisadores LARYSSA ALESSANDRA BEZERRA ALVES.

Solicitamos enviar ao CEP/HULW, no final da pesquisa, uma cópia desta certidão e da pesquisa, em CD, para emissão da certidão para publicação científica.

João Pessoa, 25 de maio de 2010.


 Iaponira Cortez Costa de Oliveira
 Coordenadora do Comitê de Ética
 em Pesquisa - CEP/HULW

Profª Drª Iaponira Cortez Costa de Oliveira
 Coordenadora do Comitê de Ética em Pesquisa-HULW

Endereço: Hospital Universitário Lauro Wanderley-HULW - 4º andar. Campus I - Cidade Universitária.
 Bairro: Castelo Branco - João Pessoa - PB. CEP: 58051-900 CNPJ: 24098477/007-05
 Fone: (83) 32167302 - Fone/fax: (083)32167522 E-mail - cepulw@hotmail.com

APÊNDICES

Apêndice A: Instrumento de avaliação objetiva dos Ambientes Públicos de Atividades Físicas

**UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**PESQUISA SOBRE BARREIRAS E FACILITADORES PARA A PRÁTICA DE ATIVIDADES
FÍSICAS EM AMBIENTES PÚBLICOS DA CIDADE DE JOÃO PESSOA/PB.**

Instrumento de avaliação objetiva dos Ambientes Públicos de Atividade Física e Lazer

Local:	Data:	
Ambiente Natural	Paisagismo	sim (1); não (2) e descrição
Ambiente Construído	Tipo de estrutura da rua	asfalto (1); terra (2); outros (3)
	Existência de calçada	de um lado só da rua (1); dos dois lados da rua (2); ao redor (3); não tem (4)
	Irregularidades nas calçadas	sim (1); não (2) e quantidade
	Ponto de ônibus	sim (1); não (2) e quantidade
	Residências	sim (1); não (2) e descrição
	Esgoto a céu aberto	sim (1); não (2) e quantidade
	Lixeiras	sim (1); não (2) e quantidade
	Bancos	sim (1); não (2) e quantidade
	Áreas cobertas	sim (1); não (2) e quantidade
	Lanchonetes	sim (1); não (2) e quantidade
	Cidlovia	sim (1); não (2) e descrição
	Sinalização	sim (1); não (2) e descrição
	Banheiros químicos	sim (1); não (2) e quantidade
	Estacionamento	sim (1); não (2) e quantidade
	Equipamentos de ginástica	sim (1); não (2) e descrição
	Quadras desportivas	sim (1); não (2) e descrição
	Materiais desportivos	sim (1); não (2) e descrição
Acessibilidade	sim (1); não (2) e descrição	
Parques Infantis	sim (1); não (2) e descrição	
Telefones Públicos	sim (1); não (2) e quantidade	
Ambiente de Segurança/ Trânsito	Existência de guardas	municipais (1); estaduais (2); particular (3); não tem (4); outros (5)
	Postes	sim (1); não (2) e quantidade
	Luminárias	sim (1); não (2) e quantidade
	Lombadas	sim (1); não (2) e quantidade
	Faixas de pedestre	sim (1); não (2) e quantidade
	Vias de tráfego	mão única (1); mão dupla (2)
	Semáforos	sim (1); não (2) e quantidade

Apêndice B: Roteiro de Entrevista

III- ATIVIDADE FÍSICA
1- Quais as atividades que o senhor (a) realiza nesses ambientes?
(<input type="checkbox"/>) ₁ Alongamento (<input type="checkbox"/>) ₂ Caminhada (<input type="checkbox"/>) ₃ Ginástica (<input type="checkbox"/>) ₄ Corrida (<input type="checkbox"/>) ₅ jogos (<input type="checkbox"/>) ₆ ler (<input type="checkbox"/>) ₇ encontrar com os amigos (<input type="checkbox"/>) ₈ Outros: _____
Para responder as questões abaixo lembre que: - atividades físicas VIGOROSAS são aquelas que precisam de um grande esforço físico e que fazem respirar MUITO mais forte que o normal. Você suar BASTANTE ou aumentem MUITO sua respiração ou batimentos do coração. - atividades físicas MODERADAS são aquelas que precisam de algum esforço físico e que fazem respirar UM POUCO mais forte que o normal. Você sua POUCO ou aumentam LEVEMENTE sua respiração ou batimentos do coração.
2- Quantos dias na semana você realiza caminhada nesse ambiente?
Dias _____ por SEMANA (<input type="checkbox"/>) Nenhum
2.1 Nos dias em que você realiza quanto tempo no total por dia você caminha por dia?
Horas: _____ Minutos: _____
3- Quantos dias da semana você realizada atividades moderadas por pelo menos 10 minutos contínuos nesses ambientes? Como por exemplo, pedalar leve na bicicleta, dançar, fazer ginástica aeróbica leve, jogar vôlei recreativo ou qualquer atividade que fez aumentar moderadamente sua respiração ou batimentos do coração (POR FAVOR, NÃO INCLUA CAMINHADA).
Dias _____ por SEMANA (<input type="checkbox"/>) Nenhum
3.1 Nos dias em que você realizou por pelo menos 10 minutos contínuos quanto tempo no total você gastou fazendo essas atividades por dia?
Horas: _____ Minutos: _____
4- Em quantos dias você realiza atividades VIGOROSAS por pelo menos 10 minutos contínuos, como por exemplo, correr, fazer ginástica aeróbica, jogar futebol, pedalar rápido na bicicleta, jogar basquete ou qualquer atividade que fez aumentar MUITO sua respiração ou batimentos do coração.
Dias _____ por SEMANA (<input type="checkbox"/>) Nenhum
4.1 Nos dias em que você faz essas atividades vigorosas por pelo menos 10 minutos contínuos quanto tempo no total você gastou fazendo essas atividades por dia?
Horas: _____ Minutos: _____

Apêndice C: Termo de Consentimento

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Prezado (a) Senhor (a)

Esta pesquisa é sobre, Barreiras e facilitadores para a prática de atividades física em ambientes públicos da cidade de João pessoa/PB, e está sendo desenvolvida por Laryssa Alessandra Bezerra Alves, aluna do Curso de Educação Física da Universidade Federal da Paraíba, sob a orientação da Prof^a Daniela Karina da Silva Ferreira.

Os objetivos do estudo é analisar a percepção dos usuários (barreiras e facilitadores) sobre os ambientes públicos de atividade física e caracterizar o nível de atividade física destes.

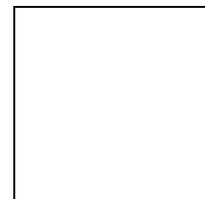
A finalidade deste trabalho é contribuir para as políticas públicas mediante as necessidades da comunidade, e na implantação e desenvolvimento de ambientes públicos para a prática das atividades físicas podendo proporcionar melhorias na saúde e qualidade de vida da população.

Solicitamos a sua colaboração para entrevista, como também sua autorização para apresentar os resultados deste estudo em eventos da área de saúde e publicação em revista científica. Por ocasião da publicação dos resultados, seu nome será mantido em sigilo.

Esclarecemos que sua participação no estudo é voluntária e, portanto, o(a) senhor(a) não é obrigado (a) a fornecer as informações e/ou colaborar com as atividades solicitadas pelo Pesquisador (a). Caso decida não participar do estudo, ou resolver a qualquer momento desistir do mesmo, não sofrerá nenhum dano. O pesquisador estará a sua disposição para qualquer esclarecimento que considere necessário em qualquer etapa da pesquisa.

Diante do exposto, declaro que fui devidamente esclarecido (a) e dou o meu consentimento para participar da pesquisa e para publicação dos resultados. Estou ciente que receberei uma cópia desse documento.

Assinatura do Participante da Pesquisa ou Responsável Legal



Assinatura da Testemunha

Contato com o Pesquisador (a) Responsável: Caso necessite de maiores informações sobre o presente estudo, favor ligar para a pesquisadora Laryssa Alessandra Bezerra Alves, Tel.: (83) 88647383. Prof^a Daniela Karina da Silva Ferreira, Tel.: (83) 32167030- DEF/CCS/UFPB.

Atenciosamente,

Assinatura do Pesquisador Responsável

Assinatura do Pesquisador Participante

Apêndice D: Declaração de vínculo em Laboratório



Universidade Federal da Paraíba
Centro de Ciências da Saúde
Departamento de Educação Física
Campus I – Cidade Universitária
João Pessoa – Paraíba
CEP: 58059 - 900



E-mail: def@ccs.ufpb.br
Telefone: 3216-7030

DECLARAÇÃO

Declaro para os devidos fins que a aluna **LARYSSA ALESSANDRA BEZERRA ALVES**, regularmente matriculada no curso de Educação Física, tem atuação em projetos vinculados ao Laboratório de Estudos e Pesquisas em Atividade Física e Saúde (LEPAFS/DEF) desde o início do semestre 2009.2 até o presente.

João Pessoa, 28 de Novembro de 2010.

Prof^a Dr^a Daniela Karina da Silva Ferreira
Matrícula Siape - 1346332

Apêndice E: Projeto inicial para desenvolvimento do artigo monográfico

UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

LARYSSA ALESSANDRA BEZERRA ALVES

**BARREIRAS E FACILITADORES PARA A
PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS EM
AMBIENTES PÚBLICOS DA CIDADE DE JOÃO
PESSOA/PB.**

JOÃO PESSOA
2010

LARYSSA ALESSANDRA BEZERRA ALVES

**BARREIRAS E FACILITADORES PARA A
PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS EM
AMBIENTES PÚBLICOS DA CIDADE DE JOÃO
PESSOA/PB.**

Projeto de pesquisa apresentado ao
Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital
Lauro Wanderley da Universidade Federal
da Paraíba.

Orientador: Prof^a Daniela Karina da Silva Ferreira

JOÃO PESSOA
2010

LISTA DE QUADROS

Quadro 1: Descrição dos indicadores, variáveis e unidades de medida.....	22
Quadro 2: Cronograma.....	25

LISTA DE TABELA

Tabela 1- Recursos financeiros de acordo com a descrição dos itens, quantidade e valores estimados.....	24
--	----

SUMÁRIO

1.1 INTRODUÇÃO	06
1.1 Objetivos	08
1.1.1 Objetivo Geral.....	08
1.1.2 Objetivo Específico.....	09
1.2 Hipóteses.....	09
2 REVISÃO DE LITERATURA	10
2.1 Saúde, atividade física e ambientes públicos: Conceitos e relações	06
2.1.1 Importância dos ambientes públicos de atividade física para promoção e prevenção da saúde na comunidade.....	10
2.2 Políticas Públicas de atividade física e lazer	12
2.2.1 Participação Comunitária na construção das políticas públicas.....	14
2.2.2 Programas de atividades físicas no Brasil.....	15
2.3 Percepção de barreiras e facilitadores para a prática de atividade física...	16
3 MATERIAIS E MÉTODOS	18
3.1 Caracterização da Pesquisa	21
3.2 População e Amostra	21
3.3 Variáveis e Instrumentos de dados	21
3.4 Procedimentos de Coleta	23
3.5 Tratamento e Análise de dados	24
3.6 Considerações Éticas	24
3.7 Viabilidade	24
3.8 Cronograma	25
REFERÊNCIAS	
APÊNDICES	30
Apêndice A- Entrevista estruturada.....	31

Apêndice B – Questionário para caracterização dos ambientes públicos de atividade física e lazer.....	36
Apêndice C- Termo de consentimento livre e esclarecido.....	38

1 INTRODUÇÃO

A sociedade, nas últimas décadas, tem passado por grandes transformações culturais, econômicas, políticas, ambientais, entre outras que influenciam diretamente o estilo de vida da população. Dentre as diversas mudanças ocorridas no estilo de vida das pessoas destaca-se, a falta de oportunidade da vivência prática de lazer e atividade física. Com isso a influência do ambiente sobre o comportamento tem sido estudada procurando entender tanto como o ambiente afeta o comportamento quanto o ambiente é afetado pelo mesmo.

Os ambientes públicos de atividade física e lazer têm sido valorizados adquirindo um significado especial para a comunidade. Com isso o reconhecimento da complexidade dos ambientes, e os esforços para compreender os efeitos do ambiente sobre a saúde devem ser considerados em suas múltiplas dimensões. Considera-se que a saúde é influenciada por múltiplos fatores, físicos, (equipamentos, calçadas, paisagismo) e sociais (família, amigos) do ambiente, mas o papel das características pessoais também é reconhecido como influente no comportamento de saúde. Neste sentido, “o ambiente pode ser descrito como social ou físico o existente e o percebido [...]” (REIS, 2001, p.17).

Diversos benefícios têm sido associados à presença dos ambientes públicos de atividade física, tais como a diminuição da criminalidade, a redução dos custos de saúde, o aumento da produtividade, o controle da poluição entre outros. Segundo Reis (2001) considerando a atenção que o sedentarismo tem despertado, e o impacto que a prevalência elevada da inatividade física tem causado na saúde, a oferta de ambientes e de oportunidades para a ocupação ativa nestes pode servir como uma ferramenta para o aumento da população fisicamente ativa.

Carpesen, Powel e Christenson (1985) definem atividade física, como qualquer movimento corporal produzido pela musculatura esquelética que resulte em gasto energético acima dos níveis de repouso. A atividade física tem sido considerada importante componente de um estilo de vida saudável, devido particularmente a sua associação com a redução da pressão arterial e dos níveis de colesterol, queima de calorias, controle da diabetes, fortalecimento muscular e ósseo, melhora na capacidade pulmonar e na flexibilidade das articulações. Além disso, também há aumento da auto-estima e do bem-estar, redução do estresse e melhoria no convívio social. Estima-se que pequenos aumentos de atividade física

em populações sedentárias têm um grande impacto na redução das doenças crônicas. Este impacto decorre do fato de que o sedentarismo associa-se a várias doenças e condições metabólicas adversas como: obesidade, doença coronariana, hipertensão, diabetes tipo 2, osteoporose, câncer de cólon, depressão, perfil lipídico e tolerância à glicose BOUCHARD(1996 APUD GOMES, 2001).

Embora sua importância na manutenção da saúde, a atividade física tem se reduzido muito nas sociedades modernas, principalmente nos grupos de menor nível sócio-econômico. Nos países desenvolvidos, a maioria das ocupações é de baixo gasto energético e as atividades físicas associadas ao lazer diferenciam os grupos mais ativos dos menos ativos (GOMES, 2001).

A utilização de ambientes públicos para a prática de atividades físicas e lazer parece uma alternativa com grande aplicabilidade para a promoção de um estilo de vida mais ativo na população. As contribuições das atividades físicas realizadas no lazer são também destacadas, na literatura especializada. O lazer favorece consideravelmente a saúde, sobretudo, mental das pessoas, direcionado as energias perdidas para aspectos saudáveis, amenizando a fadiga exaustiva e o estresse provocado pelas condições desfavoráveis da vida cotidiana (DUMAZEDIER, 1979). A prática das atividades de lazer permite ao indivíduo condições de se desenvolver conforme vai recebendo, indiretamente, elementos que o compõem. A atividade física e lazer são essenciais não somente para a prevenção de doenças e promoção da saúde, mas também para uma melhor da qualidade de vida.

Neste pressuposto, políticas públicas direcionadas à apropriação, pelo cidadão, dos ambientes públicos de atividade física e lazer, individuais e/ ou coletivos, podem desencadear transformações físicas e sociais, que se faz sentir no estilo de vida do indivíduo. Sobre estas idéias, Pellegrin (2004) assinala que tais ambientes públicos devem ser compreendidos como oportunidade de encontro com o inusitado e com o diferente, de relacionamento interpessoal, de práticas culturais, de criação, transformação e de vivências diversas, no que diz respeito a valores, conhecimentos e experiências.

Da mesma forma, pouco se sabe sobre a percepção dos moradores sobre esses ambientes, sua forma de utilização e sobre os fatores que podem facilitar ou impedir a utilização dos ambientes de maneira ativa. Com isso, compreender os fatores que possam intervir ou facilitar a ocupação e compreensão desses

ambientes públicos no sentido de sua comunidade, passa a ser um fator de importante investigação, especialmente ao se considerar que poucas investigações desta natureza têm sido desenvolvidas.

Nesse sentido, o presente estudo tem como foco o seguinte problema de pesquisa: Qual a percepção dos usuários em relação às barreiras e facilitadores para a prática de atividades físicas em ambientes públicos?

A escolha de se pesquisar sobre esse assunto se deu pela necessidade de explorar mais os estudos sobre os ambientes públicos de atividade física e os programas existentes nesses ambientes, e desta maneira, contribuir para a investigação na área de estudos de comportamento relacionado à atividade física e lazer nesses locais. Os ambientes públicos possuem grande importância no contexto das cidades, além de propiciar lazer e atividade física, garante a plena inclusão de usuários favorecendo a socialização (BINS ELY, 2006). Porém para elaborações de ambientes públicos e programas de atividade física e lazer acessíveis torna-se, então, essencial o estudo das necessidades apresentadas pelos usuários. Essas evidências reforçam a necessidade de se investigar os diferentes fatores associados à realização de atividade física na população e os programas de promoção da saúde, e em especial na população Brasileira, que possui poucos estudos desta natureza desenvolvidos (REIS, 2001).

Muitos são os projetos que acontece no Brasil relacionado a esses ambientes públicos de atividade física e lazer, porém alguns já chegam prontos para a população e muitas vezes não se adequam a realidade do local, com isso sentiu-se a necessidade de se pesquisar sobre as barreiras e os facilitadores desses ambientes do ponto de vista da comunidade.

Esta investigação será realizada no sentido de fornecer uma valiosa contribuição para as políticas públicas no atendimento das necessidades da comunidade, na implantação e desenvolvimento de ambientes públicos e programas para a prática dessas atividades.

1.1 Objetivos

1.1.1 Objetivo Geral: Analisar a percepção dos usuários (barreiras e facilitadores) sobre os ambientes e programas públicos de atividade física e lazer.

1.1.2 Objetivos Específicos:

- a) Caracterizar os ambientes públicos de atividades físicas existentes;
- b) Avaliar os programas de atividades físicas;
- c) Identificar a percepção dos usuários (barreiras e facilitadores) sobre os ambientes públicos de atividades físicas;
- d) Identificar a percepção dos usuários (barreiras e facilitadores) sobre os programas públicos de lazer e atividade física;

1.2 Hipótese:

Os ambientes públicos com melhores condições (segurança, infra-estrutura adequada, paisagismo) são considerados como facilitadores para prática de atividade física.

2. REVISÃO DE LITERATURA

2.1. Saúde, Atividade física e ambientes públicos: conceitos e relações

A saúde pode ser analisada sob diferentes perspectivas, ela pode ser vista tanto como ausência de doenças, como completo bem-estar físico-psíquico-social, como a capacidade de superação de dificuldades físicas, psíquicas, sociais, culturais e simbólicas (ASSUMPÇÃO, MORAIS e FONTOURA, 2002).

Assim, podemos dizer que a saúde não é apenas um processo de intervenção na doença, mas um processo para que o indivíduo e a coletividade disponham de meios para a manutenção ou recuperação do seu estado de saúde.

Diante disso, podemos enfatizar a idéia de promoção da saúde, que se apresenta como uma forma moderna e eficaz de enfrentar os desafios referentes à saúde e qualidade de vida, oferecendo condições e instrumentos para uma ação integrada e multidisciplinar que inclui as diferentes dimensões da experiência humana que pode ser expressa pelos diferentes campos do conhecimento (SECRETARIA DE POLÍTICAS DE SAÚDE, 2001). Ligada também a esses fatores temos as ações preventivas que tem como foco as intervenções orientadas a evitar o surgimento de doenças específicas, reduzindo sua incidência e prevalência nas populações. Estando assim a atividade física associada aos benefícios da promoção da saúde e prevenções de doenças, sendo considerada importante componente de um estilo de vida saudável, devido particularmente a sua associação com diversos benefícios para a saúde física e mental.

De acordo com o significado de atividade física, Reis (2001) comenta que, são encontradas diferentes dimensões para o termo atividade físicas, desde a frequência, a intensidade, a duração como um propósito definido de atividade física, até aquelas atividades que podem ser realizadas no cotidiano, já Carpesen, Powel e

Christenson (1985), definem atividade física, como qualquer movimento corporal produzido pela musculatura esquelética que resulte em gasto energético.

Diferentes contextos podem ser empregados para a atividade física, mas o que se pode observar é que, todo tipo de movimento realizado no nosso cotidiano que tenha como consequência o gasto energético, é resultante da mesma, na qual pode ser utilizada como um momento de lazer, sendo realizado no horário oposto ao trabalho ou à obrigação, podendo ser um fator que ajude na adoção e manutenção de um estilo de vida saudável que proporcione prazer, pois a atividade física e o lazer constituem uma principal oportunidade para a melhoria não só da aparência física, mas social e mental, promovendo assim a saúde como um todo. Marcellino, (2002, p. 14) completa dizendo que “O lazer além do descanso e do divertimento trata de desenvolvimento pessoal e social”.

Reis (2001) já define como um privilégio da existência humana onde cada pessoa pode segundo suas possibilidades, seus gostos, talentos e anseios, determinar o uso de seu tempo livre e inserir sua escolha de busca pessoal de prazer, de forma independente e natural, cuja finalidade está em si mesma e a partir das quais se formam laços de sociabilidade.

O Lazer é um fenômeno social que possibilita a vivência de valores questionadores da sociedade, pois ao admitir a importância do lazer na vida, torna-se pertinente considerá-lo um tempo privilegiado para a vivência de valores que contribuam para mudanças de ordem moral, cultural e social, estando estes fatores ligados também a prática de atividade física.

“Democratizar o lazer implica em democratizar o espaço” (MARCELLINO, 1995 p.57), devendo considerar que, para a concretização das características do lazer é necessário, antes de tudo, que ao tempo disponível corresponda um ambiente disponível.

A criação de ambientes favoráveis para prática de atividade física implica o reconhecimento da complexidade das nossas sociedades e das relações de interdependência entre diversos setores. Como também a proteção do meio ambiente e a conservação dos recursos físicos e naturais, o acompanhamento

sistemático do impacto que as mudanças no meio ambiente produzem sobre a saúde, e sobre o comportamento das pessoas nesses ambientes (BUSS, 2000).

O ambiente pode ser considerado uma alternativa para a prática de atividade física e lazer, para isso é necessário um ambiente oportuno para essa vivência que proporcione a integração do usuário e a universalização do mesmo. Segundo Moreira (1999) o conceito de ambiente possibilita abordar qualquer localização urbanizada e construído como lugar de intercâmbio de energia das atividades humanas com a natureza para satisfação das necessidades biológicas dos organismos, como lugar susceptível de percepção visual e atribuição de significado, e como lugar de interações das atividades humanas com o espaço construído e com os recursos naturais.

Segundo Bins Ely et al (2006) o ambiente público possui grande importância no contexto das cidades. Sua função, além de proporcionar lazer, é garantir a plena inclusão de usuários, portanto, sua socialização. São locais privilegiados para a prática de atividades físicas e lazer, podendo ser freqüentado por um número grande de sujeitos sendo favoráveis para realização de um comportamento ativo. Com isso, o ambiente acessível é aquele facilmente compreendido, que permite ao usuário seu deslocamento e a participação com segurança, conforto e autonomia nas diversas atividades nele realizadas. (BINS ELY, 2006)

Os ambientes públicos exercem importante papel na sociedade contemporânea. Eles possuem função social (à medida que proporcionam encontro e lazer e promovem a socialização dos indivíduos); função organizacional (organizam a infra-estrutura da cidade e configuram o desenho urbano); função ecológica (estruturam áreas de proteção ambiental) e função cultural (já que fortalecem a identidade local). (BINS ELY, 2006)

A qualidade de vida urbana esta diretamente ligada a vários fatores reunidos na infra-estrutura, no desenvolvimento econômico-social e aqueles ligados a questão ambiental. No caso do ambiente, constituem-se de elementos imprescindíveis para o bem estar da população, influenciando diretamente a saúde física e mental da mesma. (LOBODA; DE ANGELIS, 2005)

De acordo com o que foi visto, lazer, atividade física e ambientes públicos têm grande relação, sendo de grande importância na vida da população, pois esses

ambientes podem proporcionar um estilo de vida saudável influenciando diferentes fatores da vida, tendo como objetivo levar ao indivíduo a inclusão, socialização e bem estar físico, através do lazer e atividade física.

2.1.1 Importância dos ambientes públicos de atividades físicas para a promoção e prevenção da saúde da comunidade.

O homem moderno é cada vez menos obrigado a se movimentar, ao contrário dos seus antepassados, que precisavam disso para conseguir alimento, garantir abrigo ou defender-se dos inimigos, sendo uma necessidade para a sua sobrevivência. Com a evolução tecnológica e da informática isso fez com que o esforço que o homem precisava realizar em determinadas tarefas fosse substituído por máquinas e/ou equipamentos. Com todas as comodidades e confortos propiciados pela sociedade contemporânea, a atividade física deixou de fazer parte da rotina dos indivíduos. (DUMITH, 2008). Com isso aumenta-se a preocupação do governo em implantar políticas públicas de saúde, como o objetivo de melhorar as condições de vida da população, através da promoção e prevenção da saúde.

Segundo Lefevre (2007) o termo prevenção é toda medida que, tomada antes do surgimento ou agravamento de uma dada condição mórbida ou um conjunto dessas condições, vise afastar a doença do doente ou vice-versa, para que tal condição não se manifeste, ou manifeste-se de forma menos grave ou mais branda dos indivíduos ou nas coletividades. Já o termo promoção é caracterizado por uma intervenção ou conjunto destas que, diferentemente, teria como meta a eliminação permanente, ou pelo menos duradoura, da doença, pois buscaria atingir suas causas mais básicas, e não apenas evitar que as doenças se manifestem nos indivíduos e nas coletividades de indivíduos. (LEFEVRE, 2007). A promoção da saúde representa uma estratégia promissora para enfrentar os múltiplos problemas de saúde que afetam as populações humanas e seus entorno neste final de século. (DOMINGUES, 2004; BUSS, 2000).

Dentre esses problemas que afetam a população, estão as doenças causadas pelo sedentarismo, tendo como possibilidade de prevenção dessas

doenças a criação de locais públicos destinados a atividade física e lazer, juntamente com programas locais de divulgação sobre atividade física, podendo ser uma ferramenta efetiva no combate ao sedentarismo. Sendo assim uma estratégia para a promoção da saúde, que devem dar conta dos problemas da população que ali habitam, com o objetivo de criar melhores condições de vida para a população (LEFEVRE, 2007).

Os benefícios gerados pelos ambientes públicos são inúmeros para a melhoria de vida da população dentre esses, a possibilidade do acontecimento de práticas sociais, momentos de lazer, encontros ao ar livre, manifestações de vida urbana e comunitária, que estimulam o desenvolvimento humano e o relacionamento entre as pessoas. Por isso, esses espaços devem acontecer na cidade não somente em número compatível ao tamanho dela, mas também com qualidade e facilidade de acesso. (VIEIRA, 2009)

Para promover saúde os ambientes devem oferecer condições físicas, econômicas e sociais que proporcionem estilos de vida saudáveis e que garantam informações e serviços. Dessa forma a oferta de locais públicos para a prática de atividade física e lazer pode ser uma ferramenta valiosa para a diminuição nos níveis de sedentarismo. Podendo também facilitar a interação diminuindo, assim a distância social e governamental.

2.2 Políticas Públicas de atividade física e lazer

A constituição Brasileira, no seu artigo sexto, define o lazer como um dos direitos sociais junto a outros direitos. E no parágrafo terceiro do artigo 217, define ainda que, “O poder público incentivará o lazer como forma de promoção social” (ISAYAMA, 2006, p. 136).

Uma política pública diz respeito a ações de autoridades públicas na sociedade, referindo-se aquilo que os governos produzem, para alcançar determinados resultados, através de alguns meios, ou seja, remete a um conjunto de decisões e a um conjunto de ações para implantar aquelas decisões (ISAYAMA, 2006). Devendo estas atingir todos os segmentos sociais da cidade, buscando a distribuição democrática de recursos existentes com prioridade dos recursos

públicos para atividade física e o lazer, incorporando à dinâmica da cidade, as práticas corporais e desportivas como direito assegurado de afirmação cultural e de cidadania, isso se faz através da democratização dos ambientes, e da construção dessas políticas junto com a comunidade, pois só assim teremos ações que privilegia a sociedade como um todo em suas diferentes realidades.

Ao se promover políticas públicas, tem-se primeiramente o reconhecimento enquanto direitos sociais dos indivíduos, pois garantir a atividade física e lazer enquanto um objeto de políticas públicas é considerar as diferenças entre idéias, conceitos e, sobretudo, as diferenças sociais, para com isso possibilitar o acesso aos espaços e locais para a prática dessas atividades.

O processo de democratização desses ambientes confronta com a verificação de que a prática de atividade física e lazer estão, por vezes, relacionados com as condições sociais dos indivíduos. Com isso a inclusão de outros elementos que interferem e participam da condição de saúde de um indivíduo é acompanhado pelo processo de democratização dos direitos sociais no país, mover intervenções de políticas públicas quando esta é reconhecida não apenas nos seus aspectos biológicos, mas também nas relações sociais, manifestadas particularmente em cada indivíduo (LINS, 2007).

Para que uma gestão pública de atividade física possa realmente atender aos anseios da população, é necessário, incentivar a sociabilidade e permitir o desenvolvimento de uma plena cidadania de seus participantes. Devendo ficar atento não só às questões referentes à formulação das políticas públicas, mas também às questões referentes à sua execução, através da formulação de uma política coerente com as reais necessidades de cada comunidade. Podendo assim programá-la com sucesso e alcançar o objetivo principal, que é oferecer a todos os cidadãos a possibilidade de uma melhor qualidade de vida através da prática de atividade física e lazer.

2.2.1 Participação comunitária na construção das políticas públicas de lazer e atividade física.

Segundo Zingoni, (2009) a administração pública visa a elevação da qualidade de vida das pessoas. E o planejamento particular fornece a interação com a população, dando maior transparência e legitimidade a administração. Reforçam-se os vínculos com os cidadãos, para que a qualidade de vida seja elevada.

Construir uma política pública que influencie o futuro da qualidade de vida urbana pressupõe novos arranjos de vários setores da gestão pública, encarando desafios de mudanças sobre a perspectiva da cidadania ativa, considerando as redes sociais da população nos programas produzidos pela gestão participativa e integrada do poder público em função dos problemas do território. Pressupõem também o empoderamento da população, capacitação e acesso à informação para que a mesma possa lutar por políticas públicas saudáveis. (MORETTI, 2009)

A promoção da saúde, entendida como estratégia de produção social de saúde, deve emitir e permear políticas públicas que influenciem o futuro da qualidade de vida urbana. Esse grande desafio envolve relações de vários setores na gestão pública, participação da população, capacitação, acesso à informação, estímulo à cidadania ativa, entre outros, para que a população reconheça seus problemas e suas causas. (MORETTI, 2009). Sendo necessário também que o governo encontre uma forma de gestão pública que considere a melhoria nas condições de vida, de trabalho e de cultura, estabelecendo uma relação harmoniosa com o ambiente e com a participação social, pois estabelecendo essa relação, fortalece a democratização das políticas públicas.

A atividade física e o lazer é uma necessidade humana que precisa ser satisfeita, assim como outras necessidades, com isso os objetivos desses ambientes públicos de atividade física e lazer é proporcionar para a comunidade valores culturais, históricos e sociais. A população precisa satisfazer suas necessidades e por isso exigem a presença do poder público nas reformas dos espaços para o benefício das comunidades locais e adjacentes. Contudo a população precisa também acreditar que os ambientes de lazer não são propriedades do poder público, assumindo esses espaços como seus. O exercício de cidadania deve ser algo existente nas comunidades (SANTOS 2007).

Assim, o projeto de um espaço público de lazer e atividade física acessível exige profundo conhecimento das capacidades e limitações apresentadas pelos respectivos usuários (BINS ELY, 2006).

2.2.2 Programas de atividades físicas no Brasil

O incentivo à prática regular de atividade física vem sendo apontado como importante ação na área da saúde pública, o que vem ensejando iniciativas de larga abrangência populacional, na forma de programas em prol de estilos de vida ativos. É objetivo desses programas, criarem condições favoráveis e promover ações (...) que induzam as pessoas a adotar, de forma regular, a prática de atividades físicas como um hábito de vida (BRASIL, 2001).

Segundo Hoehner (2008 apud HALLAL et al., 2009) a ênfase na promoção da atividade física por meio da implementação de políticas públicas já acontece há algum tempo. Mesmo sabendo que a existência de programas de intervenção é uma realidade nos países latinos, pouco se sabe da efetividade destes, seja pela carência de estudos ou pela falta de metodologias adequadas para avaliá-los.

No Brasil, os programas de promoção da saúde parecem adotar uma posição de destaque, ainda que possa haver diferenças na quantia de recursos públicos destinados à prática da atividade física, às pesquisas e ao estabelecimento de políticas públicas na área. Porém, nos últimos anos, essa preocupação com a saúde pode ser percebida em algumas ações que vêm sendo adotadas pelo poder público (FERREIRA, 2005).

Existem em diversos estados brasileiros políticas de promoção da saúde que vem obtendo êxito em suas praticas, Programas como Academia da Cidade em Recife, Academia da Cidade em Aracajú, Curitibativa, Agita São Paulo, e o Projeto Vida Saudável na cidade de João Pessoa todos objetivam incentivar a adoção de hábitos de vida saudáveis. Tendo alguns como principais objetivos potencializar os ambientes públicos de lazer, utilizar equipamentos de baixo custo para promover a prática de atividade física.

O Programa Academia da Cidade (PAC) em Recife foi implantado em 2002, pela Secretaria de Saúde do Recife, como uma política que objetiva promoção à saúde, com ênfase na atividade física, lazer e alimentação saudável, como também potencializar os espaços públicos de lazer e equipamentos de saúde (RECIFE, 2010).

Tendo assim os mesmos objetivos podemos encontrar o Projeto João Pessoa- Vida Saudável, que tem como principal objetivo levar promoção da saúde as comunidades, ou seja, levar o conhecimento sobre a importância da prática de atividade física em prol de sua própria saúde, orientar e informar a população dos benefícios oriundos da prática de atividade física regulares, bem como motivá-las e envolvê-las para o desenvolvimento do auto-cuidado e hábitos de vida saudáveis. Tendo como atividades: alongamentos, ginásticas e caminhadas. O mesmo acontece em quase todas as praças da cidade pela manhã de segunda a sexta (JOÃO PESSOA, 2009).

O programa agita São Paulo foi criado em 1996 para combater o sedentarismo no Estado de São Paulo aumentando o nível de atividade física e o conhecimento sobre os benefícios para a saúde de um estilo de vida ativo (CELAFISCS, 2008). A Academia da Cidade em Aracajú tem como objetivo estimular as pessoas a seguirem um estilo de vida cada vez mais saudável, o mesmo acontece em espaços públicos como calçadas praças e quadras, além de espaços cedidos por associações de moradores e salões paroquiais, trabalham com pessoas das diversas faixas etárias e tem como meta fazer com que exercitem o corpo. as modalidades mais comuns são os alongamentos, as caminhadas e aulas de ginástica (ARACAJÚ, 2009).

Já o projeto Curitibativa atende a pessoas de várias faixas etárias, através de diferentes práticas corporais orientadas, tendo como objetivo orientar e educar a população sobre a importância da atividade física (AF), como instrumento para a melhoria da qualidade de vida. É um programa de avaliação física da população que tem como meta despertar para os benefícios que a atividade física traz para a melhoria da saúde. É realizada uma avaliação física e orientação sobre a condição individual com indicação de atividade física adequada a cada pessoa. (SIQUEIRA ET AL, 2008)

2.3 Percepção de Barreiras e Facilitadores para a Prática de Atividades Físicas

Percepção é freqüentemente considerada o ponto de contato entre o mundo físico e o da mente, sendo, por esse motivo, um processo psicofísico: um estímulo físico excita, por exemplo, os receptores do olho, essa excitação é convertida em impulsos elétricos, que percorrem vias nervosas até chegar ao cérebro, onde provocam uma mudança estrutural (chamada "engrama") da área do córtex (que recebe o impulso) – até aqui todo o processo é físico. De alguma maneira o engrama é convertido em uma cópia mental do objeto, chamada "experiência", "idéia" ou "representação", que por sua vez é "percebida" pela consciência (considerada por essas teorias como um órgão interno de percepção) – essa é a parte mental da percepção (LOPES; ABIB, 2002).

Desse modo, o estudo da percepção diz respeito à vivência das pessoas e os significados que são atribuídos por estas ao ambiente em que se relacionam. Considerando que para se conhecer uma determinada realidade, há que se levarem em conta os fatores objetivos, e a análise dos fatores subjetivos que dizem respeito, principalmente, a relação da pessoa com o mundo e vice-versa.

Em relação à percepção ambiental pensamos na relação do ser humano com o mundo. Há diversas formas de perceber o mundo, desde aquela revestida com o manto sagrado, até aquela ancorada no arcabouço cientificista dominador. Quando falamos em percepção, estaremos falando mais do que os conceitos que as pessoas têm do seu lugar, do seu mundo, mas das imagens com que o povoam (MARIN; OLIVEIRA; COMAR, 2003).

Segundo Pacheco e Silva (2007) o conceito de percepção ambiental não é, portanto, uma questão de dizer quais das representações parecem corresponder melhor à realidade, mas elucidar as perspectivas científicas, sociais ou políticas veiculadas através da utilização desse conceito. Em torno das orientações epistemológicas que dão origem às diferentes representações científicas agrupam-se visões de mundo, interesses grupais, disputas políticas, enfim, tudo aquilo que

compõe o universo de forças que faz da ciência não um conhecimento “neutro”, mas um saber contextualizado e endereçado.

Dessa forma, o estudo da percepção ambiental pode ser utilizado para identificar qual a relação de uma comunidade com os problemas existentes na sua região, além de ser um importante instrumento para fornecer informações e nortear propostas e metodologias de trabalho com enfoque ambiental que envolva a comunidade no processo de implantação e gestão, além de considerar quais espaços de uma determinada comunidade são considerados importantes por esta.

Conhecer a dinâmica do uso desses espaços pela população local a fim de estabelecer uma relação próxima à realidade e facilitar o acesso as pessoas que fazem parte da comunidade, favorece o envolvimento desta no processo de pensar a realidade local, sugerindo trabalhos e pautas sobre as ações buscando a melhoria dos aspectos considerados ruins, bem como a valorização das potencialidades (COUTO, 2006).

O estudo da percepção ambiental tem fundamental importância no que diz respeito ao conhecimento das relações estabelecidas entre o ser humano e o ambiente natural, tendo em vista suas satisfações, insatisfações e expectativas. Porém caso sejam percebidas relações negativa, não basta somente conhecer esta realidade e não suscitar mudanças na relação do ser humano com o meio ambiente. Faz-se necessário que de posse desta percepção, aconteça um movimento no sentido de discutir, propor e agir buscando a participação comunitária (COUTO, 2006).

Por esta razão, o conhecimento sobre os fatores que estimulam (facilitadores) e que inibem (barreiras) a realização de atividade física e lazer nos ambientes públicos, como parques, praças, e praias é importante, pois o local destinado à prática de atividade física e de lazer deve ser de maneira que o usuário esteja seguro de que o ambiente fornece itens que favoreça a prática da atividade física, como segurança, acessível a qualquer ponto do local, como também o local o atraia com sua infra-estrutura e seu paisagismo (MARTINS, 2000). Determinantes relacionados ao ambiente físico estão evidenciados na acessibilidade, estética,

segurança, conforto, variedade e qualidade de recursos disponíveis (equipamentos, espaços, materiais diversos).

Esses fatores podem ser de modo facilitador, como também na ausência desses elementos pode se tornar uma barreira para a utilização do local, para a prática de atividade física.

Se a falta de suporte por parte da família é uma barreira para a prática de AF de algumas pessoas, por outro lado ter uma família que incentiva, conhece ou participa conjuntamente da prática de AF, é um fator facilitador. De maneira geral, os determinantes sócio-culturais fazem-se presentes através do apoio social. Nesta categoria incluem-se suporte da família, de amigos, da comunidade, e de quaisquer estruturas socialmente organizadas.

Sobre a estruturação do ambiente, percebe-se claramente que as regiões da comunidade cujas áreas, ruas e praças são mal iluminadas, estreitas e com obstáculos, ou mal pavimentadas, são pouco procuradas para prática de AF (ambiente desestimulante pela falta de segurança, acessibilidade e atrativos). A região com ruas bem iluminadas, áreas verdes, amplas e com ciclovias e faixas de segurança podem ser mais procuradas (facilitador: ambiente estimulante pela segurança oferecida, acesso fácil, atrativo) (MARTINS, 2000).

3 MATERIAIS E MÉTODOS

3.1 Caracterização da Pesquisa

Esta pesquisa tem como objetivo analisar a percepção dos usuários (barreiras e facilitadores) sobre os ambientes e programas públicos de atividade física e lazer. Trata-se de uma pesquisa descritiva que segundo Thomas e Nelson (2002) este tipo de pesquisa, por ser um estudo de status, possibilita a observação, análise e descrição objetiva e completa do estudo. Estando sua valorização baseada na premissa que os problemas podem ser resolvidos e as práticas podem ser melhoradas através de descrição e análise de observações objetivas e diretas.

3.2 População e Amostra

Farão parte do estudo os ambientes públicos de atividades físicas e os usuários destes. A investigação será por bairros conforme a zona de abrangência (leste, oeste, norte, sul) do município de João Pessoa-PB. A amostra será composta por ambientes públicos utilizada para a prática de atividades físicas (praças e ruas) existentes nos bairros e por seus usuários com idade acima de 18 anos, de ambos os sexos. O tamanho da amostra para os ambientes será identificado mediante levantamento realizado durante o desenvolvimento da pesquisa, e para os indivíduos um número mínimo de dez pessoas por bairro, que esteja presente no período da coleta dos dados e que aceite participar de forma voluntária.

A pesquisa será realizada em duas etapas: 1ª) no primeiro semestre investigadas as zonas sul e leste; e, 2ª) no segundo semestre as zonas norte e oeste.

3.3 Variáveis e Instrumentos de coleta de dados

Para caracterização dos ambientes públicos de prática de atividades físicas serão utilizados os indicadores das variáveis em relação ao ambiente natural, ambiente construído, segurança/trânsito. A descrição detalhada desses indicadores, suas respectivas variáveis e unidades de medidas estão apresentadas no Quadro 1.

Para coleta das informações sobre os ambientes será utilizado um formulário com questões fechadas (APENDICE B), este instrumento foi adaptado da proposta de BORTONI (2009), o seu estudo teve como objetivo desenvolver e verificar a reprodutibilidade intra e interavaliadores de um instrumento de avaliação objetiva do ambiente para aplicação em estudos de atividade física. Para os usuários será utilizado um roteiro de entrevista estruturada (APENDICE A) contendo informações sociodemográficas (sexo, idade, cor da pele, situação conjugal, bairro onde reside, escolaridade, profissão, renda familiar), Percepção de barreiras e facilitadores: companhia para atividades físicas (informação quanto ao acompanhamento de outra pessoa quando da utilização do ambientes públicos); motivo (quanto aos motivos que os levam freqüentar esses ambientes); tempo (em minutos que passa diariamente nesses ambientes); dias (por semana que freqüenta esses ambientes); barreiras (descrições mais freqüentes de fatores que representavam um empecilho para esses ambientes); facilitadores (principais fatores sociais e ambientais que facilitam a freqüência nesses ambientes); opinião sobre o ambiente público (em relação ao ambiente natural e estrutura física) e Opinião sobre os programas de atividade física (o que poderia ser melhorado em relação a esses programas) e informações sobre Hábitos de atividade física (atividades que realizam com mais freqüência no ambiente, dias/semana, duração e intensidades) e motivo (realização de atividades físicas nesse ambiente). A entrevista foi composta mediante uma compilação de instrumentos utilizados em outros estudos: a) para informações sociodemográficas (FERREIRA, 2009); b) percepção de barreiras e facilitadores (REIS, 2001); c) para hábitos de atividade física o Questionário Internacional de Atividades Físicas - IPAQ (Matsudo, 2001 APUD Guimarães, 2007).

Indicadores	Variáveis	Unidades
Ambiente Natural	Paisagismo	sim (1); não (2) e descrição
Ambiente Construído		
	Tipo de estrutura da rua	asfalto (1); terra (2); outros (3)
	Existência de calçada	de um lado só da rua (1); dos dois lados da rua (2); não tem (3)
	Irregularidades nas calçadas	sim (1); não (2) e quantidade
	Ponto de ônibus	sim (1); não (2) e quantidade
	Residências	sim (1); não (2) e quantidade
	Esgoto a céu aberto	sim (1); não (2) e quantidade
	Lixeiras	sim (1); não (2) e quantidade
	Bancos	sim (1); não (2) e quantidade
	Áreas cobertas	sim (1); não (2) e quantidade

	Lanchonetes	sim (1); não (2) e quantidade
	Ciclovias	sim (1); não (2) e quantidade
	Sinalização	sim (1); não (2) e descrição
	Banheiros químicos	sim (1); não (2) e quantidade
	Estacionamento	sim (1); não (2) e quantidade
	Equipamentos de ginástica	sim (1); não (2) e descrição
	Quadras desportivas	sim (1); não (2) e descrição
	Materiais desportivos	sim (1); não (2) e descrição
	Acessibilidade	sim (1); não (2) e descrição
Ambiente de Segurança/ Trânsito	Existência de guardas	municipais (1); estaduais (2); particular (3); outros (4)
	Postes	sim (1); não (2) e quantidade
	Luminárias	sim (1); não (2) e quantidade
	Lombadas	sim (1); não (2) e quantidade
	Faixas de pedestre	sim (1); não (2) e quantidade
	Vias de tráfego	mão única (1); mão dupla (2)
	Semáforos	sim (1); não (2) e quantidade

Quadro 1 – Descrição dos indicadores, variáveis e unidades de medida

3.4 Procedimentos para coleta dos dados

Inicialmente será enviada uma solicitação ao Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital Universitário Lauro Wanderley (CEP-HULW) da Universidade Federal da Paraíba para autorização do estudo. Atendendo as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisa envolvendo seres humanos, contidas na Resolução nº. 196, de 10 de outubro de 1996. Os dados somente serão coletados após aprovação do CEP-HULW.

Os dados serão coletados através do preenchimento dos formulários para caracterização dos ambientes e das entrevistas com os frequentadores dos ambientes públicos de atividades físicas participantes ou não dos programas existentes nesses ambientes. A entrevista será realizada individualmente e após assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido, neste momento o sujeito ficará ciente de sua participação voluntária, como também dos objetivos da pesquisa. A coleta acontecerá no próprio local (ambientes públicos para a prática de atividades físicas), por um grupo de pesquisadores previamente treinados, no período de maio a junho do corrente ano e no horário da manhã.

3.5 Tratamento e análise de dados

Os dados coletados serão tabulados em planilha do Excel e analisados mediante recursos da estatística descritiva (Média, Desvio Padrão, Frequência e Percentual) no programa SPSS 10.

3.6 Considerações Éticas

Como a pesquisa envolve seres humanos, será encaminhada ao Comitê de ética em pesquisa do HU-CCS-UFPB e os dados só serão coletados após aprovação pelo o mesmo.

A participação dos sujeitos será voluntária, mediante o termo de consentimento livre e esclarecido (APÊNDICE C), sendo assegurado o sigilo das informações individuais, pois, os dados coletados serão utilizados apenas para divulgação dos resultados do presente estudo e revistas científicas.

3.7 Viabilidade

A pesquisa será custeada pela própria pesquisadora e os recursos necessários estão apresentados na tabela 1.

Descrição do Item (total)	Quantidade	Valor (unidade)	Valor
Fotocópias dos Questionários	100 cópias	R\$ 0,15	R\$ 15,00
Fotocópias dos Termos de Compromisso	100 cópias	R\$ 0,15	R\$ 15,00
Papel A4 (500 folhas)	02 resmas	R\$ 12,00	R\$ 24,00
Cartucho colorido para HP	01 recargas	R\$ 20,00	R\$ 20,00
Cartucho preto para HP	02 recargas	R\$ 20,00	R\$ 40,00
Serviços de encadernação	03 unidades	R\$ 30,00	R\$ 90,00
TOTAL			R\$ 204,00

Tabela 1 - Recursos financeiros de acordo com a descrição dos itens, quantidade e valores estimados

3.8 Cronograma

Anos	2010					2011						
	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7
Levantamento bibliográfico	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
Aplicação Piloto	x											
Coleta dos dados: 1ª etapa	x	x										
Tabulação e análise dos dados: etapa 1ª	x	x	x									
Relatório parcial			x									
Elaboração da apresentação para XIX ENIC			x									
Coleta dos dados: etapa 2ª				x	x	x						
Tabulação e análise dos dados: etapa 2ª					x	x	x					
Relatório final								x	x	x		
Apresentação em evento					x							
Elaboração de Artigos	x	x	x							x	x	x

REFERENCIAS

ASSUMPÇÃO, L. O. T.; MORAIS, P. P; FONTOURA, H. **Relação entre atividade física, saúde e qualidade de vida**. Notas Introdutórias. Lecturas: EF y Deportes. Buenos Aires. Ano 8 n.52, 2002.

BARTONI, et al. Desenvolvimento e Reprodutibilidade de um instrumento de avaliação objetiva do ambiente para aplicação em estudos de atividade física. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, vol. 14, n. 1, 2009.

BINS ELY, V. H. M. et al. **Projeto de espaços públicos de lazer para todos**. 6º ERGODESIGN – 6º Congresso Internacional de Ergonomia e Usabilidade de Interfaces Humano-Tecnologia: Produtos, Informação, Ambiente Construído e Transporte, CD-ROM, Bauru, 2006.

Brasil 2001. Ministério da Saúde. Portaria nº 1.893/GM, de 15 de outubro de 2001. Institui o Programa de Promoção da Atividade Física. Disponível em <<http://dtr2001.saude.gov.br/portarias/2001/i1893PROGRAMADEATIVIDADEFISICAPELASPS.rtf>>. Acesso em 30 de Marc. de 2010.

BUSS, P. M. Promoção da saúde e qualidade de vida. **Ciência Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 5, n. 1, 2000.

CASPERSEN. C.J., POWELL, K.E.,CHRISTENSON, G.M. Physical activity, exercise and physical fitness. **Public Health Reports**. V.100, n. 2, p.126-131, 1985.

CELAFISCS,2008.Disponívelem:<http://celafiscs.institucional.ws/50/programa_agita_sao_paulo.html>. Aceso em 13 de abr. de 2010.

COUTO, M. N. C.I do. **Percepção Ambiental de Grupos Representativos da Comunidade de Itaoca, São Gonçalo/ RJ**. Niterói, outubro, 2006. Dissertação de mestrado (Ciência Ambiental)- Instituto de Geociências, Universidade Federal Fluminense.

DOMINGUES, M. R; PAVIN, C. L.; GIGANTE, D. P. Conhecimento e percepção sobre exercício físico em uma população adulta urbana do sul do Brasil. **Caderno Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v.20, n.1, 2004.

DUMAZEDIER, J. **Sociologia empírica do lazer**. São Paulo: Perspectiva: SESC, 1979.

DUMITH, S. C. Proposta de um modelo teórico para a adoção da pratica de atividade física. **Revista brasileira de atividade física e saúde**, v. 13, n. 2, 2008.

FERREIRA, D. K. S. da. **Condições de saúde, de trabalho e modos de vida de policiais militares: Estudo de caso na cidade do Recife- PE.** Recife, 2009. Tese (doutorado em saúde pública) apresentada ao Programa de Pós-Graduação do Centro de Pesquisas Aggeu Magalhães, Fundação Oswaldo Cruz.

FERREIRA, M. S.; NAJAR A. L. Programas e campanhas de promoção da atividade física. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 10, Sept./Dec. 2005.

GOMES, V. B.; SIQUEIRA, K. S.; SICHIERI, R. Atividade física em uma amostra probabilística da população do Município do Rio de Janeiro. . **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, 17(4): 969-976 , jul-ago, 2001.

GUIMARÃES G. V et al. Interval exercise decrease 24h blood pressure more than continuous exercise in hypertension patients. In: Final program and abstract book. **XVth Scientific Meeting of the Inter-American Society of Hypertension**;63, 2003.

HALLAL P. C. REIS, R. S.; HINO, A. A. F.; SANTOS M. S.; GRANDE D. KREMPEL, M. C.; CARVALHO, Y. M.; CRUZ D. K. A.; MALTA, D. C. Avaliação de Programas Comunitários de Promoção da Atividade Física: O caso de Curitiba, Paraná. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 14, n. 2, 2009.

LEFEVRE, F.; LEFEVRE, A. M. C. **Promoção de Saúde a negação da negação.** 1º ed. Rio de Janeiro, 2007.

LINS, B. R. G. Atividade física como objeto das políticas públicas, **Revista Digital - Buenos Aires**, Ano 12, n. 111, Agosto de 2007.

LOBODA, C. R.; DE ANGELIS, B. L. D. **Áreas verdes publicas urbanas:** Conceitos, usos e funções. Guarapuava, v.1, n.1, p.125-139, 2005.

LOPES, C. E; ABIB, J. A. D. Teoria da percepção no behaviorismo radical. **Psicologia: Teoria e Pesquisa.** Brasília; v. 18, n. 2, pp. 129-137, 2002.

MARCELLINO, N. C. **Lazer e humanização.** 2º ed. Campinas, SP: Papyrus, 1995.

MARCELLINO, N. C. **Estudos do lazer:** Uma introdução. 3º ed. Campinas, SP: Autores Associados, 2002.

MARIN, A. A., OLIVEIRA, H. T., COMAR, V. **A educação ambiental num contexto de complexidade do campo teórico da percepção.** *INCI*, p.616-619, v. 28, n. 10, oct. 2003.

MARTINS, M. O. DE. **Estudo dos fatores determinantes da prática de atividades físicas de professores universitários.** Santa Catarina, março, 2000. Dissertação (Mestrado em Educação Física)- Curso de Pós- Graduação, Universidade Federal de Santa Catarina.

MENICUCCI, T. Políticas Publicas de Lazer: Questões Analíticas e Desafios Políticos. In: ISAYAMA, H.f. et al. **Sobre lazer e política:** Maneiras de ver, maneiras de fazer. Belo Horizonte, ed. UFMG, 2006.

MOREIRA, A.; Cláudio M L. Conceitos de ambiente e de impacto ambiental aplicáveis ao meio urbano. **Material didático da disciplina de pós-graduação - Políticas públicas de proteção do ambiente urbano**. São Paulo, 1999.

MORETTI et al. Práticas Corporais/ Atividade física e políticas públicas da saúde. **Revista Saúde e sociedade**, São Paulo, v.18, n. 2, p. 346-354, 2009.

PACHECO, E. SILVA, H. P. **Compromissos epistemológicos do conceito de percepção ambiental**. Departamento de Antropologia, Rio de Janeiro, 2007.

PELLEGRINI, A. De. Espaço de Lazer. In: **Dicionário crítico do lazer**. Christiane Luce Gomes (Org.), Belo Horizonte: Autêntica Editora, 2004.

POPE, C. MAYS, N. **Pesquisa Qualitativa na atenção à saúde**. 3º ed. Porto Alegre: Artmed, 2009.

SECRETARIA DE POLITICAS DE SAÚDE. **O que é promoção da saúde?** 2001. Disponível em: <<http://www.saude.gov.br/sps/areastecnicos/promoção>>. Acesso em: 12 de abril de 2010, 22h30min.

ARACAJÚ, 2010. Prefeitura de Aracajú. Disponível em: <<http://www.visitearacaju.com.br/interna.php?obj=noticia&var=5380>>. Acesso em: 13 de abr. de 2010.

JOÃO PESSOA, 2009. Prefeitura de João Pessoa. Disponível em: <<http://www.joaopessoa.pb.gov.br/secretarias/saude/vidasaudavel>>. Acesso em: 13 de abr. de 2010.

RECIFE, 2009. Prefeitura do Recife. Disponível em: http://www.recife.pe.gov.br/2007/07/04/mat_144861.php. Acesso em: 13 de abr. de 2010.

REIS, R. S. **Determinantes Ambientais para a realização de atividades físicas nos parques urbanos de Curitiba: Uma abordagem sócio- ecológica da percepção dos usuários**. Santa Catarina, fevereiro, 2001. Dissertação (Mestrado em Educação Física)- Centro de Desporto, Universidade Federal de Santa Catarina.

SANTOS, C. A. dos, BLATT, C. R., COSTA, P. M. Espaços Públicos de lazer; História e Espaços Urbanos de Lazer. **II Congresso de Pesquisa e Inovação da Rede Norte Nordeste de Educação Tecnológica**, João Pessoa, 2007.

SIQUEIRA, A. P. R, et al. **Curitiba**: Política pública de atividade física e qualidade de vida de uma cidade. 22º Ed. Curitiba, PA: Venezuela, 2008.

SIQUEIRA, F. V. et al. Aconselhamento para a prática de atividade física como estratégia de educação à saúde. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro; v.25 n.1, 2009.

THOMAS, J. R.; NELSON, J. K. **Métodos de Pesquisa em Atividade Física**. 3ª Ed. Porto Alegre: Artmed, 2002; p. 419

VIEIRA, M. A., PEDROTTI, A., MASCARÓ, J. M. Qualidade de vida nos espaços públicos de lazer de Passo Fundo. **X Salão de Iniciação Científica**. PUCRS, 2009.

APÊNDICES

Apêndice A- Entrevista estruturada

() ₁ até 2 dias () ₂ 3 a 5 dias () ₃ > 5 dias () ₄ Outros: _____
5- Quanto tempo diariamente você passa nesse ambiente?
() ₁ até 15 min. () ₂ 30 a 60 min. () ₃ 60 a 90 min. () ₄ 90 a 120 min. () ₅ > 120 min. () ₆ Outros: _____
6- Quais as <u>barreiras</u> encontradas pelo senhor (a) nesses ambientes?
() ₁ poluição () ₂ estrutura física inadequada () ₃ ausência de equipamentos () ₄ falta de segurança () ₅ distância, () ₆ dificuldades de acesso () ₇ Outros: _____
7- Quais as <u>facilidades</u> encontradas pelo senhor (a) nesses ambientes?
() ₁ Proximidade do local () ₂ acessibilidade () ₃ equipamentos adequados () ₄ estrutura física adequada () ₅ segurança () ₆ Existência dos programas públicos de atividade física e lazer () ₇ outros: _____
8- O que você acha que poderia ser melhorado em relação aos programas de atividade física e lazer existente?
() ₁ atividades () ₂ horários () ₃ espaços () ₄ professores () ₅ Outros: _____
III- ATIVIDADE FÍSICA
1- Quais as atividades que o senhor (a) realiza nesses ambientes?
() ₁ Alongamento () ₂ Caminhada () ₃ Ginástica () ₄ Corrida () ₅ jogos () ₆ ler () ₇ encontrar com os amigos () ₈ Outros: _____
2- Qual o principal motivo do senhor (a) realizar atividades físicas nesse ambiente?
() ₁ Beleza natural da praça/ rua () ₂ Beleza da estrutura física () ₃ Equipamentos disponíveis () ₄ Pista de caminhada () ₅ Nenhum () ₆ Outros: _____
Para responder as questões abaixo lembre que: - atividades físicas VIGOROSAS são aquelas que precisam de um grande esforço físico e que fazem respirar MUITO mais forte que o normal. Você suar BASTANTE ou aumentem MUITO sua respiração ou batimentos do coração. - atividades físicas MODERADAS são aquelas que precisam de algum esforço físico e que fazem respirar UM POUCO mais forte que o normal. Você sua POUCO ou aumentam LEVEMENTE sua respiração ou batimentos do coração.
3- Quantos dias na semana você realiza caminhada nesse ambiente?
Dias _____ por SEMANA () Nenhum
3.1 Nos dias em que você realiza quanto tempo no total por dia você caminha por dia?
Horas: _____ Minutos: _____
4- Quantos dias da semana você realizada atividades moderadas por pelo menos 10 minutos contínuos nesses ambientes? Como por exemplo, pedalar leve na bicicleta, dançar, fazer ginástica aeróbica leve, jogar vôlei recreativo ou qualquer atividade que fez aumentar moderadamente sua respiração ou batimentos do coração (POR FAVOR, NÃO INCLUA CAMINHADA).
Dias _____ por SEMANA () Nenhum
4.1 Nos dias em que você realizou por pelo menos 10 minutos contínuos quanto tempo no total você gastou fazendo essas atividades por dia?
Horas: _____ Minutos: _____
5- Em quantos dias você realiza atividades VIGOROSAS por pelo menos 10 minutos contínuos, como por exemplo, correr, fazer ginástica aeróbica, jogar futebol, pedalar rápido na bicicleta, jogar basquete ou qualquer atividade que fez aumentar MUITO sua respiração ou batimentos do coração.
Dias _____ por SEMANA () Nenhum

5.1 Nos dias em que você faz essas atividades vigorosas por pelo menos 10 minutos contínuos quanto tempo no total você gastou fazendo essas atividades por dia?

Horas: _____ Minutos: _____

Apêndice B- Formulário para caracterização dos ambientes públicos de atividade física e lazer.

**UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**PESQUISA SOBRE PERCEPÇÃO DE USUÁRIOS SOBRE AMBIENTES PÚBLICOS E
PROGRAMAS DE LAZER E ATIVIDADE FÍSICA DA CIDADE DE JOÃO PESSOA/PB.**

Instrumento de avaliação objetiva dos Ambientes Públicos de Atividade Física e Lazer

Local:	Endereço:		Horário:	
Tipo de estrutura da rua:	Asfalto (1)	Terra (2)	Outros (3)	
Rua sem saída:	Sim (1)	Não (2)		
Faixas de pedestre:	Sim (1)	Não (2)		
Lombadas:	Sim (1)	Não (2)		
Semáforos:	Sim (1)	Não (2)		
Existência de calçada:	De um lado só da rua (1)		Dos dois lados da rua (2)	Não tem (3)
Irregularidades nas calçadas	Não tem (1)	Quantidade:		
Postes	Não tem (1)	Quantidade:		
Luminárias:	Não tem (1)	Quantidade:		
Ponto de ônibus	Não tem (1)	Quantidade:		
Residências	Não tem (1)	Quantidade:		
Esgoto a céu aberto	Não tem (1)	Quantidade:		
Vias de tráfego	Mão única (1)	Mão dupla (2)		
Lixeiras	Não tem (1)	Quantidade:		
Paisagismo (árvores, gramado, jardins,...)	Não tem (1)	Quantidade:		
Bancos	Não tem (1)	Quantidade:		
Áreas cobertas	Não tem (1)	Quantidade:		
Lanchonetes	Não tem (1)	Quantidade:		
Ciclovia	Não tem (1)	Quantidade:		

Sinalização	Não tem (1)	Quantidade:
Banheiros químicos	Não tem (1)	Quantidade:
Estacionamento	Não tem (1)	Quantidade:
Equipamentos de ginástica	Não tem (1)	Quantidade:
Quadras desportivas	Não tem (1)	Quantidade:
Materiais desportivos	Não tem (1)	Quantidade:
Segurança	Não tem (1)	Quantidade:

Apêndice C- Termo de Consentimento

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Prezado (a) Senhor (a)

Esta pesquisa é sobre, Barreiras e facilitadores para a prática de atividades físicas em ambientes públicos da cidade de João pessoa/PB, e está sendo desenvolvida por Laryssa Alessandra Bezerra Alves, aluna do Curso de Educação Física da Universidade Federal da Paraíba, sob a orientação da Prof^a Daniela Karina da Silva Ferreira.

Os objetivos do estudo são caracterizar os ambientes públicos de atividades físicas existentes; avaliar os programas de atividades físicas; identificar a percepção dos usuários (barreiras e facilitadores) sobre os ambientes e os programas públicos de lazer e atividade física;

A finalidade deste trabalho é contribuir para as políticas públicas no atendimento das necessidades da comunidade, e na implantação e desenvolvimento de ambientes públicos para a prática das atividades físicas. Sendo de grande importância para a cidade de João Pessoa/PB, pois será possível identificar seus ambientes públicos de lazer e atividade física e as percepções dos moradores sobre esses ambientes, sua forma de utilização e os fatores que podem facilitar ou impedir a utilização dos ambientes de maneira ativa. Contribuindo dessa forma para futuros projetos nesses locais, com atividades necessárias e adequadas para à comunidade, favorecendo acessibilidade de lazer e atividade física para todos, proporcionando uma melhoria na qualidade de vida da população.

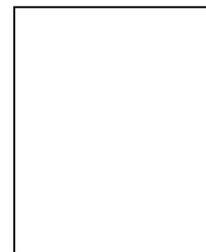
Solicitamos a sua colaboração para entrevista, como também sua autorização para apresentar os resultados deste estudo em eventos da área de saúde e publicação em revista científica. Por ocasião da publicação dos resultados, seu nome será mantido em sigilo.

Esclarecemos que sua participação no estudo é voluntária e, portanto, o(a) senhor(a) não é obrigado (a) a fornecer as informações e/ou colaborar com as atividades solicitadas pelo Pesquisador (a). Caso decida não participar do estudo, ou resolver a qualquer momento desistir do mesmo, não sofrerá nenhum dano.

O pesquisador estará a sua disposição para qualquer esclarecimento que considere necessário em qualquer etapa da pesquisa.

Diante do exposto, declaro que fui devidamente esclarecido (a) e dou o meu consentimento para participar da pesquisa e para publicação dos resultados. Estou ciente que receberei uma cópia desse documento.

Assinatura do Participante da Pesquisa ou Responsável Legal



Espaço para impressão
dactiloscópica

Assinatura da Testemunha

Contato com o Pesquisador (a) Responsável:

Caso necessite de maiores informações sobre o presente estudo, favor ligar para a pesquisadora Laryssa Alessandra Bezerra Alves.

Telefone: (83) 88647383

Atenciosamente,

Assinatura do Pesquisador Responsável

Assinatura do Pesquisador Participante

