

## ACADEMIAS AO AR LIVRE EM CASTANHAL, UMA OPÇÃO DE LAZER E CONVÍVIO SOCIAL? O PERFIL E DISCURSO DO USUÁRIO

**Recebido em:** 23/11/2018

**Aceito em:** 11/09/2019

*Carlos Cristiano Espedito Guzzo Júnior*<sup>1</sup>  
Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN)  
Natal – RN – Brasil

*Weber Lucas Almeida Silva*<sup>2</sup>  
Universidade Estadual do Pará (UEPA)  
Belém – PA – Brasil

**RESUMO:** Esta pesquisa objetivou compreender o perfil e discurso do usuário de academias ao ar livre no município de Castanhal. Esta é uma pesquisa qualitativa, tendo como instrumento de pesquisa um questionário estruturado. A pesquisa foi dividida em duas grandes etapas, sendo elas: 1- visita *in loco* com aplicação do questionário estruturado e do termo de livre consentimento; 2- análise dos dados coletado. A primeira etapa ocorreu nos meses de setembro e outubro de 2017. Os pontos de coleta de dados foram a Praça do Estrela e a Praça da Bíblia, tendo sido entrevistados 15 pessoas em cada praça, totalizando 30 entrevistados. Dentre os resultados obtidos tem-se que 70% dos usuários das AAL entrevistados são do sexo feminino, e que estes entrevistados apresentam idade média de 48,83 anos. Mais de 53% (exatamente 53,33%) estão com sobrepeso e mais de 26% estão com obesidade. É unânime o discurso de que o projeto contribui para a interação social, onde muitos dos usuários criaram laços de amizade entre si, buscando ajudar-se na realização dos exercícios e motivar para não se ausentarem das AAL. Conclui-se que as AAL em Castanhal tem grande importância, tanto para oportunizar a realização de atividades físicas pela população, bem como serem espaços de relações sociais.

**PALAVRAS CHAVE:** Atividades de Lazer. Exercício. Promoção da Saúde.

### ACADEMIES OUTDOORS IN CASTANHAL, AN OPTION OF LEISURE AND SOCIAL COVENANT? THE USER'S PROFILE AND SPEECH

**ABSTRACT:** This research aimed to understand the profile and discourse of the user of outdoor gyms in the municipality of Castanhal. This is a qualitative research, having as a research instrument a structured questionnaire. The research was divided into two

<sup>1</sup> Mestrando em Educação Física no Programa de pós-graduação da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN). Pós-graduado *latu sensu* em Musculação terapêutica para grupos especiais pelo Centro Universitário do Pará (CESUPA). Docente do curso de Educação Física do Centro Universitário Metropolitano da Amazônia (UNIFAMAZ). Membro do Grupo de Pesquisa: Estesia – Corpo, Fenomenologia e Movimento.

<sup>2</sup> Possui Licenciatura em Educação Física pela Universidade do Estado do Pará (UEPA).

main stages, namely: 1 - on - site visit, application of the structured questionnaire and free consent term; 2- Analysis of the data collected. The first stage occurred in September and October 2017. Data collection points were Praça do Estrela and Praça da Bíblia, and 15 people were interviewed in each square, totaling 30 respondents. Among the results obtained, 70% of the AAL users interviewed are female, and that these interviewees have a mean age of 48.83 years. More than 53% (exactly 53.33%) are overweight and more than 26% are obese. It is unanimous the discourse that the project contributed to social interaction, where many of the users created bonds of friendship with each other, seeking to help in the accomplishment of the exercises and motivate not to be absent from AAL. It is concluded that the AAL in Castanhal is of great importance, both to provide opportunities for physical activities by the population, as well as spaces of social relations.

**KEYWORDS:** Leisure Activities. Exercise. Health Promotion.

## **Introdução**

A prática de atividade física é reconhecidamente um meio efetivo na prevenção e tratamento das doenças crônicas não transmissíveis, bem como um fator associado à melhoria da qualidade de vida dos indivíduos. Nesse contexto, a utilização de ambientes públicos para tal finalidade ganha grande importância como uma tentativa de aumentar o nível de atividade física da população.

No Brasil, estratégias têm sido desenvolvidas com foco no estímulo a prática de atividade física, para o combate ao sedentarismo e à obesidade. Dentre elas pode-se citar a criação de academias públicas, principalmente aquelas de livre acesso. Localizadas em parques e praças elas asseguram o incentivo ao uso do espaço público para as práticas corporais e para a prática de atividade física. Esses espaços têm seu alicerce na mudança de hábitos e a sua utilização demonstra ocorrer várias questões, dentre elas cita-se questões ligadas à massificação do estilo de vida ativo, bem como a questões ligadas ao lazer e convívio social (MATOS, 2014).

Para Ribeiro (2010), as Academias ao Ar Livre (AAL) vêm se espalhando pelo país normalmente instalado em parques e praças. Estas academias vêm atraindo à

atenção de muita gente para as praticas de atividade física e ou seu lazer ativo, onde os objetivos propostos para elas são fazer com que a população adquira o hábito de exercitar-se, e também mais um espaço para a prática de lazer.

As AAL consistem de um conjunto de equipamentos duráveis para treinamento de força e atividades aeróbias, como uma forma de estimular e oportunizar a prática de atividade física, em especial as de força, para um grande número de pessoas em locais públicos gratuitamente. Os equipamentos das AAL utilizam a massa corporal do praticante como carga para realização de atividades de musculação e alongamento.

Pesquisas de Cohen *et al* (2012) apontam que esses locais foram criados, originalmente, para a população idosa, mas são frequentados por indivíduos de todas as idades, sendo apropriados para pessoas com 13 anos ou mais e para todos os níveis de aptidão física.

Apesar das AAL estarem sendo implementadas em um grande número de cidades brasileiras, ainda pouco se conhece a respeito das características dos frequentadores destes locais, bem como do “porquê” da utilização destes espaços por estes.

Neste sentido, tem-se como questão problema desta pesquisa: qual o perfil e o discurso do usuário para utilização das academias ao ar livre localizadas em Castanhal – PA?

O presente estudo tem como objetivo compreender o perfil e discurso dos usuários de academias ao ar livre no município de Castanhal. E como objetivos específicos levantar características dos usuários de AAL no município de Castanhal; Identificar quais os pontos com maior frequência de usuários das AAL no referido

município; compreender a visão da população quanto aos benefícios e usos das Academias ao Ar Livre em Castanhal.

Portanto acreditamos que o referido trabalho tem sua relevância haja vista que, pensar no perfil do usuário e dos motivos da utilização destes espaços é ter como princípio norteador elementos potenciais que podem ser muito mais que um simples local de prática de atividade física. Estudar estes espaços é compreender um fenômeno social crescente, e que pode estar cumprindo diversos papéis que precisam ser revelados.

Além disto, acredita-se que a identificação, avaliação do perfil e análise do discurso dos usuários são de fundamental importância para que se possa entender a contribuição das AAL para diminuir as desigualdades nos níveis de atividade física da população e, com isso, (re) direcionar políticas públicas voltadas para estes ambientes de prática de atividade física (SOUZA *et al*, 2014; IEPSEM & SILVA, 2015). Este trabalho foi construído a luz da natureza qualitativa e descritiva, apresentando como instrumento de pesquisa a aplicação de questionários semiestruturados.

O presente estudo se organizará em 4 tópicos, sendo eles: referencial teórico; metodologia; resultados e discussões e conclusão. No primeiro tópico é abordado o referencial teórico referente às academias ao ar livre, políticas públicas voltadas para o esporte, lazer e saúde. O segundo item discorre sobre toda a metodologia da obtenção, coleta e composição do espaço amostral de dados coletados. O terceiro item aborda os resultados e discussões colocando em evidência os dados coletados, sua análise e discussão, dividindo-se em dois momentos, onde o primeiro identifica o perfil do usuário de AAL no município de Castanhal e o segundo compreende o discurso do usuário sobre estes espaços, os benefícios e a opinião quanto ao projeto. E o quarto

pondera sobre a conclusão, o qual apresenta uma visão global do autor e sua opinião acerca dos resultados obtidos.

## **Referencial Teórico**

### **Academias ao ar livre**

Segundo relatos históricos, as AAL tiveram sua origem na China, onde aparelhos semelhantes aos usados nas academias de ginástica eram montados em praças públicas, com objetivo de proporcionar à comunidade, em especial os idosos, a prática gratuita e de fácil acesso aos exercícios físicos (HAMMERSHMIDT e PORTELLA, 2014).

No Brasil a primeira Academia ao Ar livre (AAL), também conhecida como Academia da Terceira Idade (ATI) surgiu em 2008, na cidade de Maringá. O criador do projeto foi Roberto Nagahama, que na época era secretário de esportes da prefeitura municipal da cidade (MANUAL DA ACADEMIA AO AR LIVRE, 2011).

Segundo Nogueira e Fernandes (2013), a finalidade das academias ao ar livre é oferecer aos cidadãos a possibilidade de praticarem uma atividade física sem precisar pagar diretamente por isso. O público alvo desse projeto governamental é a grande parcela populacional que não dispõe de recursos financeiros suficientes para custear seu ingresso em academias particulares ou, que porventura, não as frequenta por motivos outros.

Os aparelhos da Academia ao Ar Livre proporcionam a prática de atividades físicas através de movimentos naturais e amplos, simulam caminhadas, contribuem no alongamento e não precisa de uma roupa específica de ginástica para usá-los, apenas

uma vestimenta confortável e muita disposição, o que de certa forma desperta o gosto pela atividade física.

A Academia ao Ar Livre é formada por equipamentos de ginásticas que atendem todas as necessidades das pessoas acima de 12 anos (para se evitar acidentes e possíveis prejuízos à saúde desses sujeitos em fase de crescimento), ou seja, alongar, fortalecer e desenvolver a musculatura, além de trabalhar a capacidade aeróbica e coordenação motora.

Conforme se pode observar nas AAL encontradas nas diversas cidades no Brasil e conforme pesquisas de Hammersmidt e Portella (2014), pode-se descrever os aparelhos da AAL, segundo o seu grupo muscular, o que está disposto na Tabela 1.

**Tabela 1: Grupos musculares exercitados na AAL**

<b>APARELHOS</b>	<b>DESCRIÇÃO</b>
Esqui	Aparelho que trabalha os músculos da coxa e glúteo. Permitindo ainda uma sincronia de exercícios feitos pelas pernas e braços, onde você poderá concentrar mais forças nas pernas ou braços.
Simulador de Cavalgada	Equipamento possibilita trabalhar tanto a musculatura das costas e os bíceps, quando a força é depositada mais nos braços e o quadríceps quando a força é feita mais com as pernas.
Rotação vertical	Equipamento direcionado mais aos braços e ombros, não exige força, porém pode ser usado como um aparelho de aquecimento.
Simulador de leg-press	Trabalha especificamente as coxas e glúteo. No momento do exercício é importante observar a postura e o joelho não pode ultrapassar a linha do dedo do pé.
Remada sentada	Musculatura trabalhada neste aparelho é a da cintura escapular, devido à pegada mais aberta, como se estivesse praticando um remo.
Extensor	Trabalha o músculo do quadríceps e extensão de joelho, podendo ser executado em três variações, sendo elas, quanto mais aberto estiver o ângulo dos pés, mais a parte de dentro da coxa é trabalhada, quanto mais fechado o ângulo, mais a parte de fora da coxa é exercitada e se o pé estiver na posição padrão, de 90°, o efeito é para o quadríceps inteiro.
Abdominal	Este aparelho trabalha basicamente a parte lateral do abdômen, caso você sinta dor ao realizar este exercício é melhor não fazê-lo, pois irá forçar a parte lateral da coluna.
Supino	Aparelho que fortalece, alonga e aumenta a flexibilidade dos membros superiores.
Desenvolvimento	Exercício de desenvolvimento dos membros superiores. Fortalece os músculos das costas, ombros, braços e peito.

Fonte: Hammersmidt e Portella (2014) adaptado pelo autor.

### **Políticas Públicas Voltadas para o Esporte, Lazer e Saúde**

O termo “política” refere-se ao exercício de alguma forma de poder, com suas inúmeras consequências. Enquanto que o conceito de “políticas públicas” pode ser definido como “conjuntos de disposições, medidas e procedimentos que traduzem a orientação política do Estado e regulam as atividades governamentais relacionadas às tarefas de interesse público” (RECHIA, 2005).

As políticas se materializam na ação de sujeitos sociais e de atividades institucionais, que as realizam em cada contexto e condicionam seus resultados.

Desde 2006 no país há a Política Nacional de Promoção da Saúde – PNPS, a qual tem como objetivo: Promover a qualidade de vida e reduzir vulnerabilidade e riscos à saúde relacionados aos seus determinantes e condicionantes – modos de viver, condições de trabalho, habitação, ambiente, educação, lazer, cultura, acesso a bens e a serviços essenciais (BRASIL, 2010, p. 17).

Na agenda de prioridades da saúde pública, destacam-se as práticas corporais e atividades físicas, sendo estas reconhecidas como fator protetor de saúde, corroborando na redução dos riscos à saúde e melhoria da qualidade de vida dos sujeitos. A PNSP estimula a criação de projetos e programas que promovam a prática de atividades físicas no Sistema Único de Saúde – SUS, bem como a melhoria das condições dos espaços públicos de lazer (MARANHÃO, 2013).

Marcellino (1996) considera que o lazer como grande fator na temática social, sendo assunto para reivindicações ligadas a qualidade de vida nas cidades e que não possui o devido acompanhamento por parte do poder público, estabelecendo políticas setoriais na área articuladas a outras esferas de atuação que vincule população e parcerias com órgão privados.

O lazer não deve ser compreendido apenas de forma abstrata, mas como parte de uma cultura histórica, entendendo que o mesmo assim como a cultura, está em uma compreensão mais ampla e só pode ser vivenciada no tempo disponível. Portanto o lazer é amplo em sua concepção ou entendimento, sendo visto não somente como uma atividade de liberação de tensões, mas também como produto de consumo, pois há uma limitação ou escolha e que deve ser incluído numa compreensão cultural e histórica.

Neste sentido verifica-se que não há consenso na literatura sobre o que seja a saúde ou o lazer, tampouco uma definição específica e única, mas sim diferentes formas de pensar sobre uma questão que abrange toda humanidade. Desde 2006 a OMS, passa a definir saúde como “[...] um estado completo de bem estar físico, social e mental e não apenas ausência de doença.” Nesta acepção nos fazemos conjeturar a respeito da complexidade e nos induz a repensar na necessidade fundamental de ações Inter setoriais no intuito de criar condições de vida saudável, favorecendo a participação da sociedade nos projetos de políticas públicas de saúde, em específico, as academias ao ar livre.

### **Metodologia**

Este trabalho deu-se a luz da pesquisa qualitativa, tendo como instrumento de pesquisa um questionário estruturado, buscando compreender o perfil e discurso do usuário de academias ao ar livre no município de Castanhal.

A escolha da pesquisa qualitativa dar-se-á pelo fato de que a mesma proporciona um modelo de entendimento profundo de ligações entre elementos, direcionado à compreensão da manifestação do objeto de estudo (MINAYO, 2007).

A pesquisa foi dividida em duas grandes etapas, sendo elas: 1- visita *in loco*, aplicação de do questionário estruturado e termo de livre consentimento; 2- análise dos dados coletados. Onde a primeira etapa ocorreu nos meses de setembro e outubro de 2017.

Os horários de aplicação dos questionários foram os que apresentam maior índice de frequência dos usuários, sendo eles das 6:00 as 7:30hs e das 17:30 as 19hs. O instrumento utilizado para a coleta de dados foi o questionário estruturado com questões de resposta livre. A construção desse instrumento avaliativo levou em consideração as seguintes dimensões: perfil do usuário e o discurso sobre as AAL e suas motivações para frequentarem esses espaços.

O questionário foi dividido em duas partes: a primeira visou obter dados gerais do entrevistado, tais como idade, sexo, peso, altura e renda familiar. A segunda parte buscou conhecer a discurso do usuário de academias ao ar livre, suas motivações, benefícios que o projeto trás e sensações. O questionário contém 7 perguntas abertas.

Todos os entrevistados assinaram um termo de livre consentimento o qual explicava que a identidade dos mesmos seria preservada e que o autor deste trabalho não utilizaria os dados para fins lucrativos, e sim apenas para a construção deste trabalho acadêmico.

As respostas, além de tem sido anotadas pelo entrevistador, foram gravadas, para assim realizar uma melhora análise dos dados.

A segunda etapa da pesquisa deu-se pela análise dos dados coletados, onde as informações obtidas foram analisadas de forma qualitativa e quantitativamente. Para a análise quantitativa utilizou-se o método estatístico, envolvendo elaboração de gráficos por meio do software Excel.

Para a análise qualitativa da questão aberta do questionário foi utilizado o método de Análise de Conteúdo proposta por Minayo (1992). Esse tipo de abordagem, além de permitir compreender processos sociais ainda pouco conhecidos, referentes a grupos particulares, propicia a criação de novas abordagens, revisão e criação de novos conceitos e categorias durante a investigação.

A finalidade das informações obtidas pelas respostas a essas perguntas é identificar as pessoas que frequentam esses espaços e compreender o porquê disto. Segundo Bazanini (1993) “a comunicação humana depende da experiência em comum do transmissor-receptor”. A finalidade ainda das respostas obtidas é saber o nível de satisfação dos usuários, servindo assim como suporte para o poder público compreender o público que frequenta esses espaços e de que forma melhorar os serviços oferecidos.

## **Resultados e Discussões**

### **Área de Estudo**

Castanhal está situado no nordeste do estado do Pará, distante 68 km de sua capital Belém e conhecida como Cidade Modelo. Sua ocupação iniciou-se em 15 de agosto de 1899 por Colonizadores cearenses, especializados no cultivo da terra que foram contratados pelo Governo Provincial para desenvolver a região uma vez que por ali passava a Estrada de Ferro Belém/Bragança, que foi responsável pelo seu primeiro período de desenvolvimento e recebeu este nome por conta de uma das subestações da estrada ferroviária ter sido construída embaixo de uma castanheira. E em 28 de janeiro de 1932 a vila se transformou em município, hoje completando 87 anos e possuindo uma população estimada até 2018 em 198.294 pessoas (IBGE, 2018).

Para este estudo foram escolhidos dois locais para a aplicação do questionário, visto serem onde possui o nosso objeto de pesquisa, sendo eles: a) Praça do Estrela localizada na Avenida Maximino Porpino, nº 2711 no bairro Caiçaras, onde possui uma réplica da estação ferroviária de Bragança, inaugurada em 1º de dezembro de 1900, e a original 'Maria Fumaça', trem que ligava Belém a Bragança através de Castanhal, a praça oferece música ao vivo, ampla área com espaço para esportes radicais (skate, BMX e outros), os aparelhos das academias ao ar livre, arenas para a prática de futebol, vôlei, basquete e futsal. E o segundo local foi a Praça da Bíblia (também conhecida como Praça do Cristo) uma vez que possui o monumento do Cristo Redentor, inaugurado em 1982 em comemoração aos 50 anos da cidade de Castanhal, possuindo 24 metros de estatura e fica localizada na Avenida Major Wilson, bairro do Cristo. Ambos locais podem ser observados na foto abaixo.

### Foto 1: Localização dos objetos de pesquisa.



Fonte: Printscreen do Google Maps.

Os locais escolhidos para a aplicação dos questionários foram as duas praças já mencionadas e localizadas no município de Castanhal: 1- a praça do estrela; 2- a praça da bíblia (praça do Cristo). A escolha desses locais deu-se por três motivos, sendo eles: 1- as praças mais centrais da cidade; 2- as maiores praças da cidade; 3- possuem os objetos do nosso estudo que no caso são as academias ao ar livre.

Foram entrevistadas 30 pessoas, sendo 15 usuários da praça do estrela e 15 usuários da praça da bíblia.

### Perfil do Usuário das AAL

A tabela 2 ilustra o perfil dos usuários que utilizam as AAL no município de Castanhal. Os dados levantados foram obtidos a partir da primeira parte do questionário aplicado. O intuito dessa parte foi obter dados gerais do entrevistado, tais como idade, sexo, peso, altura e renda familiar.

**Tabela 2: Perfil do usuário das AAL em Castanhal.**

Variáveis		N
Sexo	masculino	9
	feminino	21
Idade	20-29	3
	30-39	5
	40-49	8
	50-59	7
	60-69	5
	70 ou mais	2
	ate 1	18
Renda (salario mínimo)	2 a 4	12
	5 ou mais	0
IMC	Eutrofico	4
	Sobrepeso	16
	Obesidade	8
	Obesidade mórbida	2

Fonte: próprio autor.

Verifica-se que 70% dos entrevistados são do sexo feminino, e que estes entrevistados apresentam idade média de 48,83 anos. Tem-se que 40% dos usuários possuem renda entre 2 a 3 salários mínimos e 60% recebem até um salario mínimo mensalmente. Mais de 53% (exatamente 53,33%) estão com sobrepeso e mais de 26% estão com obesidade.

Com relação a este perfil, corrobora-se com o estudo de Iepsen & Silva (2015) onde se encontra uma maior frequência de indivíduos acima de 50 anos e relatam que é devido à alteração gradativa do tempo de trabalho para o lazer, além de possuírem um risco somado de doenças comparado aos mais púberes incentivando assim uma mudança de comportamento e adotando um estilo de vida mais saudável.

Mais de 53% (exatamente 53,33%) estão com sobrepeso e mais de 26% estão com obesidade. Estes dados relativo a sobrepeso e obesidade, semelhança ao encontrado por Souza *et al* (2014) onde se verifica aproximadamente seis a cada 10 participantes apresentavam excesso de peso.

Percebeu-se que o público feminino é maior nas duas Praças, entretanto, a Praça da Bíblia é aquela que apresenta maior parte de homens, comparando as duas Praças.

### **Discurso do Usuário das AAL em Castanhal**

Neste tópico são demonstrados os dados levantados a partir das 7 perguntas subjetivas presentes no questionário de entrevista. As perguntas buscaram compreender o discurso do usuário de academias ao ar livre, suas motivações, benefícios que o projeto trás e sensações.

Foram entrevistados 15 usuários de cada praça, totalizando 30 entrevistados. Para preservação da identidade e melhor organização das respostas foram atribuídos aos entrevistados a letra E, e numeração de 1 a 15 para os entrevistados da Praça do Estrela; e letra B e numeração de 1 a 15 para os entrevistados da Praça da Bíblia. Buscou-se elencar as principais respostas obtidas, tentando evitar a utilização de respostas repetidas.

## O Que Levou Você a Frequentar este Espaço?

A maioria dos entrevistados das duas Praças respondeu que o que os principais fatores que os levam a frequentar as AAL são o próprio espaço da praça, sendo um espaço ao ar livre, com presença de árvores e não uma simples sala cheia de equipamentos; e devido à gratuidade para utilização da AAL.

O entrevistado E3 relata que “é bom ter um espaço desses, pois além de ser perto da minha casa, é de graça, então posso exercitar e não ter nenhum gasto com isso, ainda mais nesse momento de aperto financeiro que todo mundo tem passado”.

B2 disse que “aqui é melhor do que esta dentro de uma sala, aqui você faz o exercício, vê as pessoas caminhando na praça e ainda ‘pega um ventinho”.

Além dos dois fatores já citados acima, alguns entrevistados relataram que por causa de algum amigo ou familiar que já frequentava os espaços, este também passou a frequentar, como relatou B9, “minha mulher já vinha para a praça e sempre me convidava, ate que um dia eu aceitei e nunca mais parei de vir”.

A entrevistada E5 disse que “já frequentava a praça para fazer alongamento e minhas amigas sempre me convidavam para fazer uns exercícios aqui nos aparelhos, e agora estou todos os dias aqui”.

Avaliando a utilização dessas academias nas praças urbanas é perceptível que as relações sociais influenciam na utilização dos aparelhos para exercícios, mas, além disso, o benefício financeiro, de ser um serviço ofertado gratuitamente, contribui significativamente para a utilização das AAL. No estudo de Fermino *et al*<sup>3</sup> (2015 *apud* Iepsen & Silva, 2015) existe uma associação significativa entre nível educacional, o qual, geralmente tem íntima relação com renda, e uso destes locais e, portanto, podem

---

<sup>3</sup> FERMINO, Rogério; REIS, Rodrigo; HALLAL, Pedro; KACZYNSKI, Andrew. Who are the users of urbans parks? A study with adults from Curitiba, Brazil. **J phys Act Health**, v. 12, n. 1, p. 58-67, 2015.

ser a alternativa para ampla parte da população que não possui entrada a espaços privados para prática de atividade física.

Percebemos então que a intenção das AAL é proporcionar aos cidadãos a possibilidade de se exercitarem a partir de uma atividade física sem necessitar pagar diretamente por isso. O público alvo desses projetos é a ampla parcela populacional que não dispõem de recursos financeiros para custear seu ingresso em academia particular ou, que porventura, não as frequenta por outros motivos.

### **Quantas Vezes na Semana Você Frequenta este Local?**

Dos entrevistados da Praça do Estrela, 86.66% (13) relataram frequentar a AAL pelo menos 5 vezes por semana, os outros dois entrevistados relataram frequentar a AAL 3 vezes na semana.

A porcentagem alta apresentada na Praça do Estrela também se fez presente na Praça da Bíblia, onde 80% (12) dos entrevistados relataram frequentar a AAL pelo menos 5 vezes no decorrer da semana.

### **A Comunidade Ajuda a Preservar este Local?**

O entrevistado E10 contribuiu dizendo que “eu frequento essa praça já tem uns anos, antes, quando algum equipamento quebrava demorava um pouco para concertarem. Como a maioria de nós que usamos aqui nos conhecemos, acabamos tentando conservar e falar para os outros tentarem usar com cuidado, pois isso é um equipamento nosso, pra gente usar”.

É compreensível que a preservação do ambiente das AAL deve ser uma parceria entre a prefeitura, o qual oferece a preservação formal, por assim dizer, que envolve a

manutenção dos equipamentos, bem como a pintura; e os usuários, que devem buscar utilizar os equipamentos de maneira correta, não sobrecarregando o peso nos equipamentos.

Alguns entrevistados, como B1, B4, E8 e E6 disseram em suas respostas que sempre observam jovens utilizando os equipamentos, mas não para a utilização correta dos exercícios, e sim, na maioria das vezes, para brincar. O entrevistado E8 complementa dizendo que “o problema não são esses adolescentes estarem nos equipamentos, já que isso é de todo mundo, o problema é que eles ficam brincando e forçando as estruturas, e caso venha quebrar, pode demorar ter concerto”.

É quase unânime a opinião de que a preservação dos equipamentos é dever das pessoas que utilizam estes. Porém, determinados entrevistados comentam sobre a carência de conservação de alguns equipamentos os quais prejudicam sua utilização e que os mesmos não possuem um sistema de regulagem de carga (no caso seria o peso que a pessoa está trabalhando durante a execução do exercício) impossibilitando alguns usuários de executarem atividades de maneira correta e segura.

### **Qual a Sensação de Frequentar esta Academia? Quais os Benefícios este Espaço Pode lhe Trazer?**

Visto que as respostas se assemelham, optou-se por fazer um único tópico com as duas perguntas acima.

Dentre as principais palavras citadas pelos usuários, destacam-se: qualidade de vida; bem-estar; disposição; mais saúde; vigor; força para lidar com o dia.

O entrevistado E13 comentou que “me sinto mais disposto para trabalhar, venho fazer exercícios as 6 da manhã, e as 8 já me sinto produtivo pro dia de trabalho”.

A resposta de B7 mostra que “mesmo com um dia todo de trabalho, faço questão de vir fazer uns exercícios, os equipamentos estão aqui, de graça, e posso melhorar minha qualidade de vida”.

Dentre os principais benefícios colhidos por meio das respostas, pode-se destacar qualidade de vida; bem-estar; disposição; mais saúde; vigor; força para lidar com o dia e amizades. Marcelino (1996) considera importante que as atividades de lazer procurem atender as pessoas no seu todo. Mas, para tanto, é necessário que essas mesmas pessoas conheçam as atividades que satisfaçam os vários interesses, sejam estimuladas a participar e recebam um mínimo de orientação que lhes permita a opção. Em outras palavras, a escolha, a opção, em termos de conteúdo, está diretamente ligada ao conhecimento das alternativas que o lazer oferece.

### **O Que Você Acha deste Projeto?**

As respostas foram unânimes quanto a esse questionamento. Todos os entrevistados responderam que este projeto é muito bom e de grande importância para a população.

O entrevistado B15 comentou que “esse é um projeto muito bom, pois ajuda quem não tem condições de pagar uma acadêmica a se exercitar”.

Para E12 o projeto é muito bom, mas o mesmo acredita deveria ser “mais divulgado”, para que mais pessoas próximas às praças pudessem utilizar dos equipamentos e praticarem exercícios.

Para B6 e B7, que são um casal, acreditam que “seria necessário um professor para acompanhar a gente e dizer onde estamos errando ou fazendo certo um exercício”.

### **Você Acredita Que este Projeto Contribui para Interação Social?**

Muitos dos entrevistados, antes de responderem a este questionamento, perguntaram o que seria a interação social. O entrevistador explicou que interação social é a relação que acontece entre as pessoas e os grupos sociais, criando vínculos.

Após esta explicação, os usuários das AAL puderam responder a esta pergunta.

Mais uma vez as respostas foram unânimes quanto a contribuição do projeto para a interação social. B9 afirma que “fiz novas amigas aqui e elas me incentivam a vir me exercitar”.

“Eu e as meninas criamos um grupo no “whatsapp” só para combinarmos de irmos sempre juntas e esta sempre encorajando as outras” relatou E14.

“Conversar enquanto se faz exercícios parece que deixa a atividade mais leve e descontraída” disse o entrevistado B13.

É unânime o discurso de que o projeto contribuiu para a interação social, onde muitos dos usuários criaram laços de amizade entre si, buscando se ajudar na realização dos exercícios e motivar para não se ausentarem das AAL.

Embora a importância do efeito das interações sociais sobre a decisão individual seja consensualmente perfilhada na literatura recente, o trabalho nos leva a estimar que as pessoas com carência crônica de interação social são mais propensas a ter níveis elevados de estresse, depressão, inflamações, doenças cardíacas, artrite, diabetes e até mesmo tentativas de suicídio. Esses problemas, por sua vez, podem prejudicar o bem-estar de quase todo sistema corporal, incluindo o cérebro e sua saúde mental. Além disso, poucos estudos dedicaram-se a estimar o efeito das interações sociais do lazer e qualidade de vida entre os adultos e idosos no Brasil, embora estes grupos sejam potencialmente suscetíveis aos efeitos dessas interações sociais por razões associadas à falta de uma amizade e/ou à

necessidade de se integrar e pertencer a um grupo, comportamentos característicos da idade. Uma vez que quando envelhecemos tende-se a perder elos, sejam eles amizades, amor ou companhia por vários motivos.

Manski (1995) identifica em uma de suas hipóteses porque indivíduos em um mesmo grupo ou que frequentam o mesmo lugar tendem a apresentar um comportamento similar o qual ele chama de efeito correlação (correlated effect), onde se refere à possibilidade de os indivíduos que compartilham o mesmo ambiente apresentarem comportamentos similares porque estão, por exemplo, sujeitos às mesmas atividades recreativas ou procurando o mesmo bem estar a partir das atividades físicas e qualidade de vida.

Sendo assim, nos discursos dos usuários, compreende-se que as AAL são de grande importância para a população local, sendo espaços não apenas para a realização de exercícios físicos diários, bem como para a troca de informações e interações sociais dentre os que estão envolvidos neste sistema.

## **Conclusão**

Conclui-se que as AAL em Castanhal tem grande importância, tanto para oportunizar a realização de atividades físicas pela população afinal é um meio efetivo na prevenção e tratamento das doenças, bem como à melhoria da qualidade de vida dos indivíduos, assim como também serem espaços de relações sociais, uma vez que os usuários criaram laços de amizade entre si, buscando ajudar-se na realização dos exercícios e motivar para não se ausentarem das AAL.

As características encontradas nesse trabalho expressam uma complexidade singular, pois a partir da inserção desses indivíduos que se localizam nesse espaço

podemos amplificar o lazer, a saúde por meio das experimentações da mesma com as atividades ao ar livre. Percebemos então que a utilização de ambientes públicos para tal finalidade ganha grande importância como uma tentativa de aumentar o nível de atividade física da população, pois vem contribuindo em parte para o desenvolvimento do lazer e bem estar dos usuários com foco no estímulo a prática de atividade física, para o combate ao sedentarismo e à obesidade.

Entretanto, apesar das dificuldades encontradas durante esta produção, este é um trabalho de grande relevância acadêmica, pois além de ser uma área pouco explorada pelos profissionais de educação física, estamos tratando de cidades que são pouco divulgadas e dialogadas com a sociedade, sendo interessante para estudos futuros realizar uma descrição minuciosa das diversas academias presentes em outras cidades tendo em vista serem com públicos, localidades e realidades distintas uma das outras.

Portanto, atualmente, a prática de atividade física como forma de lazer é algo a se considerar aberto e disponível para todas as classes sociais, não favorecendo apenas as classes altas capazes de pagar e usufruir das atividades privadas, pois possibilitam uma contribuição para a formação integral (moral, afetivo, cognitivo, social e motor) a esses indivíduos.

## REFERÊNCIAS

BAZANINI, R. O. **Ensino da Filosofia como um processo existencial humano nos cursos de Comunicação Social**. São Paulo, 1993. 126 f. Dissertação (Mestrado em Comunicação) – Instituto Metodista de Ensino Superior.

BRASIL. **Ministério da Saúde**. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Política Nacional de Promoção da Saúde / Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. – 3. ed. – Brasília : Ministério da Saúde, 2010. 60 p. – (Série B. Textos Básicos de Saúde) (Série Pactos pela Saúde 2006; v. 7).

BRASIL. IBGE. **Censo Demográfico, 2018**. Disponível em: [www.ibge.gov.br](http://www.ibge.gov.br) . Acesso em: 10 set. 2018.

COHEN, D. A. MARSH, T. WILLIAMSON, S. GOLINELLI, D. MCKENZIE, T. L. Impact and costeffectiveness of family Fitness Zones: A natural experiment in urban public parks. **Health & Place**, n. 18, p. 39-45, 2012.

FERMINO, Rogério; REIS, Rodrigo; HALLAL, Pedro; KACZYNSKI, Andrew. Who are the users of urbans parks? A study with adults from Curitiba, Brazil. **J phys Act Health**, v. 12, n. 1, p. 58-67, 2015.

HAMMERSHMIDT, Simone; PORTELA, Bruno Sérgio. A utilização das academias ao ar livre como promoção da melhoria na qualidade de vida dos adolescentes. *In: Os desafios da escola pública paranaense na perspectiva do professor PDE: produções didático-pedagógicas*. Paraná: Governo do Estado, 2014.

IEPSEN, A. M. SILVA, M. C. Perfil dos frequentadores das academias ao ar livre da cidade de Pelotas – RS. **Revista Brasileira Atividade Física e Saúde**, v. 20, n. 4, p. 413-424, 2015.

MANSKI, C. F. **Identifications Problems in the Social Sciences**. Cambridge: Harvard University Press, 1995.

MARANHO, M. C. A qualidade de vida nos ambientes urbanos – parques e academias ao ar livre no município de Curitiba. **Tuiuti: Ciência e Cultura**, n. 46, p. 45-61, Curitiba, 2013.

MARCELINNO, N. C. O Entendimento do Lazer. *In: \_\_\_\_\_*. (Org.) **Políticas públicas setoriais de lazer: o papel das prefeituras**. Campinas: Autores Associados, 1996.

MATOS, J. A. V. **Modo de vida e a pratica de atividade física em academia a céu aberto: relações e contradições**. Monografia. Belo Horizonte. 2014.

MINAYO, M. C. S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. São Paulo: Hucitec: Abrasco, 1992.

\_\_\_\_\_. **O Desafio do Conhecimento: Pesquisa Qualitativa em Saúde**. 10. ed. São Paulo: HUCITEC, 2007. 406 p.

NOGUEIRA, R. S. FERNANDES, V. L.C. **O espaço saúde e lazer: a academia ao ar livre em questão**. UEPA. 2013.

RIBEIRO, V. T. **Academias ao ar livre**. 2010. Disponível em [http://www.liveseg.com/academias\\_ao\\_ar\\_livre.html](http://www.liveseg.com/academias_ao_ar_livre.html). Acesso em: 7 set. 2017.

RECHIA, Simone. Espaço e planejamento urbano na sociedade contemporânea: políticas públicas e a busca por uma marca identitária na cidade de Curitiba. **Movimento**, Porto Alegre, v. 11, n. 3, p. 49-66, setembro/dezembro de 2005.

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

**Endereço dos Autores:**

Carlos Cristiano Espedito Guzzo Junior  
Universidade Federal do Rio Grande do Norte  
Rua dos Mundurucus, 822. Apto. 802  
Jurunas – PA – 66.025-660.  
Endereço Eletrônico: guzzejuniorpp@hotmail.com

Weber Lucas Almeida Silva  
Universidade do Estado do Pará  
Travessa José Alberto Cruz, 507  
Nova Estrela – PA – 68.743-660  
Endereço Eletrônico: weber\_almeida13@hotmail.com