



Perfil dos usuários e padrão de utilização das Academias ao Ar Livre de Uberaba, Minas Gerais

Profile of the users and usage pattern of Outdoor Fitness Equipment in Uberaba, Minas Gerais

AUTORES

Debora Bernardo da Silva¹

Sheilla Tribess¹

Camila Bosquiero Papini¹

¹ Universidade Federal do Triângulo Mineiro,
Departamento de Ciências do Esporte, Uberaba,
Minas Gerais, Brasil.

CONTATO

Debora Bernardo da Silva

deborabernardo.silva@yahoo.com.br

Rua Frei Paulino, 30, Nossa Senhora da
Abadia, Uberaba, Minas Gerais, Brasil.

CEP: 38025-180.

DOI

10.12820/rbafs.24e0111



Esta obra está licenciado com uma Licença
Creative Commons Atribuição-NãoComercial-
Compartilhado Igual 4.0 Internacional.

RESUMO

O objetivo foi analisar o perfil, nível de atividade física dos usuários e o padrão de uso das Academias ao Ar Livre (AAL) de Uberaba, Minas Gerais, Brasil. A coleta de dados foi realizada por meio de entrevista “in loco” com usuários de nove AAL. Foram entrevistados 148 usuários. Os usuários das AAL de Uberaba, Minas Gerais são na maioria mulher, adulto, casado, com ensino médio completo, percebem a saúde como boa e são ativos fisicamente. A proporção de usuários com renda até 2 salários mínimos foi de 53,4%. A maioria frequenta o espaço há mais de 1 mês, utiliza a AAL durante os dias de semana, mais de 3 vezes na semana com duração superior a 30 minutos. Os usuários consideram o local acessível, próximo à sua residência, e realizam deslocamento até o local caminhando. A grande maioria percebe a AAL como local seguro (93,9%), embora em três AAL não foram observados usuários nos dias da coleta. A maioria dos usuários não vai acompanhado, mas às vezes encontra pessoas que conhece e não possui acompanhamento de um profissional de educação física. Esses resultados devem ser considerados pelos gestores do município com a finalidade de promover maior utilização das AAL nos finais de semana e maior utilização de homens, jovens adultos e idosos e indivíduos de menor escolaridade.

Palavras-chave: Política pública; Atividade motora; Promoção da saúde; Ambiente construído.

ABSTRACT

The objective was to analyze the profile, level of physical activity of users, and the usage pattern of Outdoor Fitness Equipment (OFE) of Uberaba, Minas Gerais, Brazil. Data were collected in loco in nine OFE. The OFE users were interviewed. A total of 148 users were interviewed. Most users are women, adult, married, with complete high school, perceive health as good and are physically active. The proportion of low-income users was 53.4%. As for the pattern of use, most users attend the OFE for more than 1 month, on weekdays, more than 3 times a week lasting more than 30 minutes. The OFE users consider the location accessible, near the residence, and go on foot to the place. The majority perceive the OFE as a safe place (93.9%), however, any users were observed in three OFE. Most users are not accompanied but met new people on the spot and sometimes find people they know. Most users are not accompanied by a physical education professional. These results must be considered by the city managers in order to promote greater use of OFE on weekends and greater use of men, young adults, and the elderly and less educated people.

Keywords: Public policy; Motor activity; Health promotion; Built environment.

Introdução

A prática de atividade física promove inúmeros benefícios à saúde, auxiliando na prevenção de doenças e agravos não transmissíveis¹. A atual recomendação para a saúde é a prática de atividade física aeróbia de intensidade moderada por pelo menos 150 minutos semanais². No entanto, para pessoas inativas, pequenos aumentos de atividade física moderada ou vigorosa ou a redução do comportamento sedentário podem trazer ganhos substanciais para a saúde³. No Brasil, apenas 39% dos adultos realizam a prática de atividade física no lazer⁴. A mudança de comportamento para um esti-

lo de vida mais fisicamente ativo depende de diferentes fatores, inclusive o ambiente físico⁵.

Uma das estratégias que vem ganhando suporte e popularidade para aumentar o nível de atividade física é a instalação de Academias ao Ar Livre (AAL)⁶, pois são locais de práticas corporais acessíveis a população, uma vez que os aparelhos são instalados em praças e locais públicos abertos⁷. Estudos realizados no Brasil indicam que a maioria dos usuários das AAL é adulto (entre 40 a 59 anos), do sexo feminino, com ensino médio ou ensino superior completos⁸⁻¹³. Alguns estudos evidenciam que a maioria dos usuários tem sobrepeso

ou obesidade^{9,11,13,14} e é considerada suficientemente ativa no lazer^{9,10,14}. Com relação à utilização das AAL, as diferentes estratégias adotadas para obtenção de dados nos estudos dificultam estabelecer um padrão, porém verifica-se que há considerável utilização das AAL nos dias durante a semana^{8,11,12} e que o número de dias de utilização por semana pode variar de acordo com o Município estudado, sendo utilizada de 5 a 7 dias em Florianópolis, Santa Catarina¹⁰ e Boa Vista, Roraima¹³ e mais de 3 dias por semana em Pelotas, Rio Grande do Sul¹⁵; Curitiba, Parana¹²; Teresina, Piauí¹¹ e Paranaguá, Parana¹⁴. Ainda, verificou-se que a maioria dos usuários estavam em bairro de alta renda em Curitiba, Parana^{8,12}, enquanto que em Pelotas, Rio Grande do Sul⁹ e Boa Vista, Roraima¹³ a maioria possuía renda entre 1 a 3 salários mínimos, e maior utilização de homens aos finais de semana em Curitiba, Parana¹². Em Florianópolis, Santa Catarina a 19,8% dos usuários atingem a recomendação de prática de atividade física somente com a utilização da AAL¹⁰.

Importante destacar que a maioria das pesquisas foi realizada em regiões metropolitanas^{8,10-12} com estimativa de mais de 500 mil habitantes¹⁶, sendo a maioria localizados na região Sul do país^{8-10,12,14,15}. Embora exista pequena diferença na prevalência de prática de atividade física no lazer entre as regiões do Brasil, há diferenças importantes quando são analisados, por exemplo subgrupos populacionais¹⁷, e também são encontradas diferenças regionais na prática de deslocamento ativo para o trabalho no Brasil¹⁸. Diferentes localidades podem influenciar no perfil dos usuários e no padrão de uso das AAL, por possuírem climas e culturas distintas entre as regiões do país. A região Sul do Brasil, onde grande parte dos estudos foi realizado, por exemplo, possui clima subtropical, caracterizado por estações bem definidas, com invernos mais intensos que outras regiões do país.

Posto isso, estudos sobre as AAL encontram-se limitados a algumas regiões do Brasil, como a região Sudeste. Especificamente nas microrregiões do estado de Minas Gerais, até o presente momento, não existem estudos que tenham identificado o perfil dos frequentadores e o padrão de uso das AAL. O diferencial desse estudo em relação aos já publicados na área é que o Município de Uberaba, Minas Gerais tem características distintas das AAL já estudadas no Brasil, pois é uma cidade de médio porte, com clima predominantemente tropical (inverno seco e frio com baixa intensidade pluviométrica e verão quente e chuvoso), localizada na

microrregião do Triângulo Mineiro do estado de Minas Gerais¹⁹. Assim, o objetivo do estudo foi analisar o perfil, nível de atividade física dos usuários e o padrão de uso das AAL de Uberaba, Minas Gerais.

Métodos

Este estudo possui delineamento transversal. A coleta de dados foi realizada por meio de entrevista “in loco” com os usuários das AAL na cidade de Uberaba, Minas Gerais. A cidade de Uberaba, Minas Gerais está situada na microrregião do Triângulo Mineiro, no Estado de Minas Gerais, e possui população estimada de 333.783 habitantes²⁰.

O número total de AAL existentes na cidade, dados das AAL e os respectivos endereços foram obtidos na Fundação de Esportes e Lazer (FUNEL) e na Prefeitura Municipal de Uberaba, Minas Gerais. Após remover as AAL repetidas, um total de 51 AAL foi identificado. Destas, seis não tinham os dados do endereço e sete não foram localizadas no endereço fornecido. Assim, 38 AAL foram consideradas elegíveis para o estudo.

Os dados das AAL foram tabulados em uma planilha eletrônica em ordem alfabética, e atribuído um código de referência para cada AAL (1 a 38). Para cada código de referência foi atribuído um número utilizando a função aleatória do software Excel versão 1806 (Microsoft®). Posteriormente os números foram classificados em ordem crescente, foi realizado o sorteio sistemático da primeira AAL e as demais selecionadas seguindo o pulo igual a cinco.

Para a coleta de dados foram consideradas nove AAL, sendo oito unidades sorteadas e uma escolhida por conveniência (Parque das Acácias) devido à popularidade do parque na cidade²¹. A Figura 1 apresenta o mapa de espacialização das AAL na cidade de Uberaba, Minas Gerais com destaque para as que ocorreram a coleta de dados.

A coleta de dados foi realizada por quatro entrevistadores entre os meses de setembro a novembro de 2017. Os entrevistadores receberam treinamento teórico e prático de quatro horas sobre o instrumento de pesquisa, critérios de inclusão e abordagem dos participantes. Foram instruídos a entrevistarem o maior número de pessoas possível (procurando abordar os usuários pela ordem de chegada nas AAL) e a permanecerem no local durante todo o tempo previsto, mesmo que as AAL não estivessem sendo utilizadas.

Os critérios de inclusão para a pesquisa foram: a)

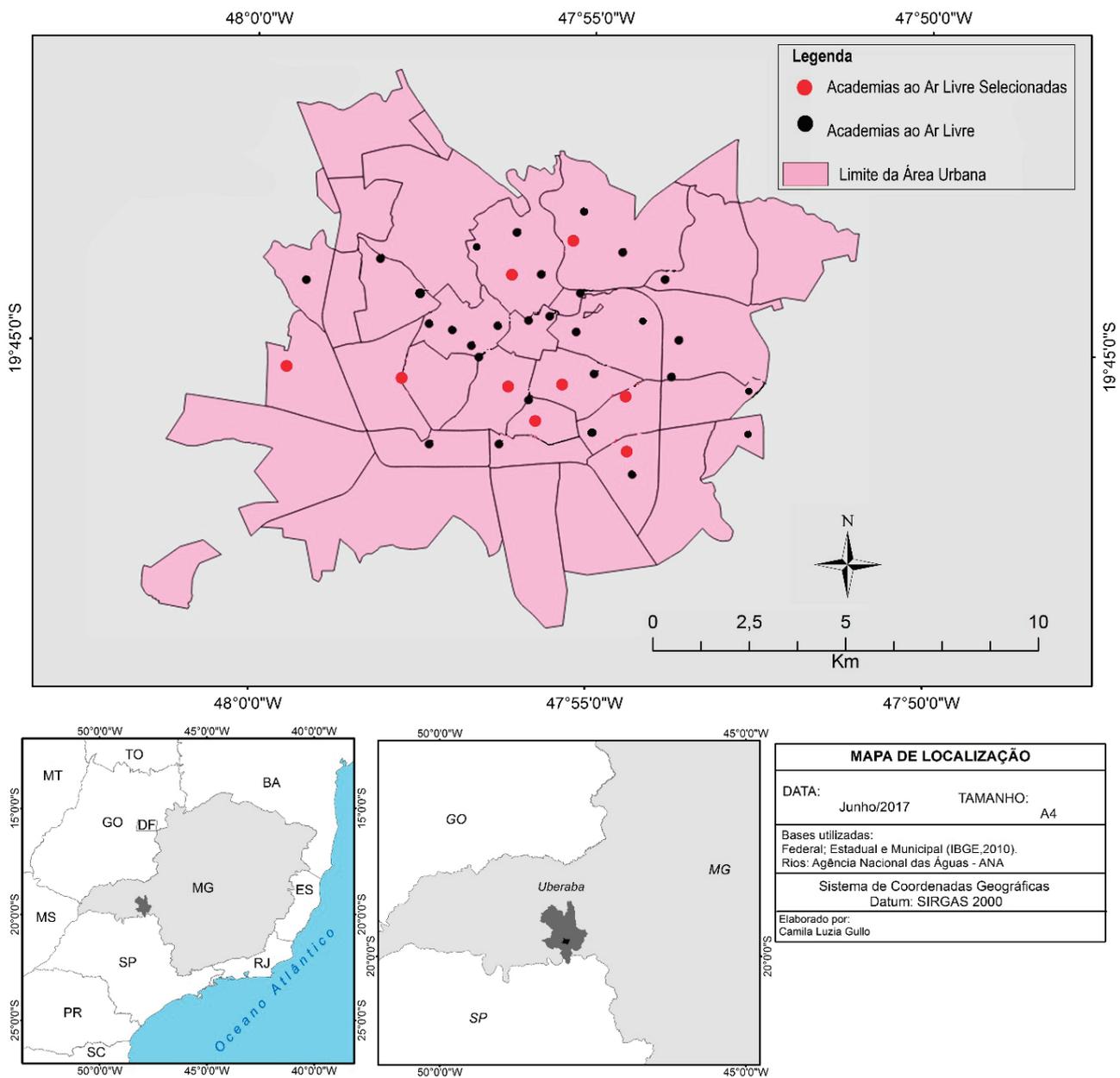


Figura 1 – Distribuição espacial das Academias ao Ar Livre em Uberaba, Minas Gerais, com destaques para as selecionadas para a coleta de dados.

estar praticando atividade física utilizando os equipamentos da AAL no horário determinado para coleta de dados e; b) ter idade igual ou superior a 18 anos. Foi considerada recusa, quando o usuário da AAL que atendesse os critérios de inclusão foi convidado e se negou a participar da pesquisa.

Em cada AAL a coleta ocorreu em três dias (dois dias de semana e um de final de semana) e em três horários (7h-9h, 11h-12h e das 17h-19h). Em dias chuvosos ou considerados feriados não houve coleta, sendo substituídos pelo próximo dia adequado. Entende-se que nestes dias poderiam ocorrer mudanças na rotina

das pessoas e, assim aumentar ou diminuir o número de usuários utilizando as AAL.

Para as pessoas abordadas que aceitaram participar da entrevista, foi solicitado assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), e somente após a assinatura a entrevista foi realizada. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Uberaba sob o parecer nº 2.010.753 em 11 de abril de 2017.

O questionário utilizado para a entrevista foi elaborado a partir de outros instrumentos e dividido em três seções:

- a) Caracterização dos participantes: nessa seção, foram levantadas as informações para traçar o perfil sociodemográfico e condições de saúde do usuário da AAL. A idade foi agrupada em 3 categorias (18-39, 40-59, ≥ 60 anos). O estado civil foi classificado em solteiro, casado, viúvo, divorciado e vivendo com parceiro. A escolaridade foi agrupada em 4 categorias (nenhuma ou fundamental incompleto, ensino fundamental completo, ensino médio completo, superior completo). A quantidade de filhos foi avaliada por meio da pergunta “Possui filhos?”, com duas opções de respostas (Não; Sim). A renda mensal individual foi obtida através de pergunta aberta “Qual a sua renda mensal?”, as divisões de renda foram realizadas de acordo com o Censo 2010²², baseadas no salário mínimo de ano de 2017, o qual era no valor de R\$ 937,00 (sem rendimento, até 1 salário mínimo, mais de 1 a 2 salários mínimos, mais de 2 a 5 salários mínimos, mais de 5 a 10 salários mínimos). A percepção de saúde foi obtida através da pergunta “Em geral você diria que sua saúde é”, com cinco opções de respostas (excelente, muito boa, boa, ruim e muito ruim). A presença de doenças foi verificada através da pergunta “Alguns médicos ou profissionais de saúde já lhe disse que o (a) Sr. (a) tem determinada doença?”, com sete alternativas de resposta, todas com opções de sim e não (hipertensão, diabetes, lombalgia ou dor nas costas, derrame, lombalgia/dor nas costas, doenças cardíacas, doenças reumáticas, osteoporose, outras doenças).
- b) Nível de atividade física: para avaliar o nível de atividade física foram utilizadas as seções de lazer e transporte do Questionário Internacional de Atividade Física – IPAQ²³. O cálculo realizado para obter o nível de atividade física de lazer considerou a “frequência x minutos”, na fórmula: [caminhada + atividade física moderada + 2x atividade física vigorosa]²⁴. A atividade física de transporte semanal foi calculada somando a “frequência x minutos” de caminhada e bicicleta. Por fim, foi realizada a soma da atividade física de lazer e de transporte. Os indivíduos foram classificados em ativos fisicamente (≥ 150 minutos por semana) e insuficientemente ativos (<150 minutos por semana)².
- c) Utilização das AAL e percepção do ambiente pelos usuários: as questões dessa seção objetivaram averiguar o padrão de utilização das AAL, acessibilidade, apoio social, prática de atividade física antes da AAL, segurança, presença de profissional de educa-

ção física, modo de deslocamento e proximidade da residência. O instrumento foi organizado com base em um questionário desenvolvido nos Estados Unidos, para aplicação em estudos similares, traduzido e adaptado ao contexto brasileiro⁸. Foram acrescentadas mais seis questões nesta seção (8 a 13) para complementar as informações. As questões utilizadas nesse estudo foram: 1- Quando você vem a esta AAL você vem acompanhado? (Não; Sim); 2- Quando você está na AAL você encontra pessoas que você conhece? (Não; Às vezes; Sim); 3- Após a implantação da AAL você conheceu novas pessoas no seu bairro? (Não; Sim); 4- Com que frequência você vem a esta AAL? (1vez/sem; 2-3vez/sem; >3vez/sem); 5- Em um dia normal que você vem a AAL, quanto tempo você fica neste local? (10-15min/dia; >15-30min/dia; >30min/dia); 6- Há quanto tempo você frequenta esta AAL? (<1mês; 1-12 meses; > 12 meses); 7- Quais dias você geralmente frequenta esta AAL? (Dias da semana; Finais de semana; Ambos); 8- Você costumava praticar atividade física antes de implantar a AAL? (Não; Sim); 9- Essa AAL fica localizada próximo a sua residência? (Não; Sim); 10- Como você se desloca até esse local? (Caminhando; Carro ou moto; Transporte público; Bicicleta); 11- É fácil para você chegar até este local? (Muito fácil; Fácil; Difícil; Muito difícil), 12- Como você avalia a segurança do local? (Seguro; Não seguro; Não sabe opinar)., 13- Existe o acompanhamento de um Profissional de Educação Física nesta AAL? (Não; Sim).

Os dados coletados foram digitados no programa Excel, a análise foi conduzida através da utilização do software estatístico Statistical Package for Social Sciences (SPSS®) 21.0. Para traçar o perfil dos usuários, da utilização das AAL e do ambiente foi realizada a análise descritiva das variáveis em estudo (média e desvio padrão para variáveis contínuas e cálculo de proporção e intervalo de confiança de 95% para as variáveis categóricas).

Resultados

No total foram contabilizados 228 indivíduos nas AAL nos dias e horários de coletas. Em três das nove AAL incluídas na pesquisa não foram encontrados indivíduos. Do total, 26 indivíduos não foram considerados usuários das AAL (não estavam praticando atividade física nos aparelhos) e 202 indivíduos foram considera-

dos usuários. Dentre os usuários, 148 participaram da pesquisa (41,2% homens e 58,8% mulheres), 17 usuários se recusaram a participar da pesquisa e 37 não foram abordados pelo número limitado de entrevistador.

As informações detalhadas com o número de participantes em cada AAL podem ser observadas na Figura 2.

A Tabela 1 apresenta a descrição do perfil dos usuários, em que a maioria é do sexo feminino (58,8%), idade entre 40 a 59 anos (49,7%), casada (60,5%), tem filhos (83,7%), ensino médio completo (40,8%), renda individual entre 2 a 5 salários mínimos (35,8%) e percebe a saúde como boa (55,1%). Dos usuários entrevistados, a maioria (68%) atinge a recomendação de atividade física no lazer, realizando em média 248 minutos por semana. No transporte ativo, a média de tempo é de 140 minutos por semana. Com relação a presença de doenças, metade dos usuários relatou possuir alguma doença (50%). Entre as doenças questionadas as mais prevalentes entre os usuários foram a hipertensão (34%) seguida de diabetes (16,3%).

Houve um número maior de entrevistados no período da manhã (n = 96) e durante os dias de semana (visita dia 1, n = 70 e visita dia 2, n = 61). Apenas 17

usuários foram entrevistados nas visitas de fim de semana, sendo que todos os usuários foram abordados e não houve recusa no fim de semana.

Na Tabela 2 estão presentes as informações sobre a utilização das AAL. Em relação ao padrão de utilização, maioria dos usuários das AAL utiliza o local mais que três vezes na semana (70,3%), com duração superior a 30 minutos por dia (54,7%), em dias durante a semana (56,1%), frequenta há mais de 1 mês (93,2%). Parte considerável dos usuários frequenta as AAL há mais de 1 ano (43,2%). A maioria dos usuários relata que vai caminhando até a AAL (79,8%), considera a AAL próxima à sua residência (79,1%), considera o local seguro (93,9%) e julga fácil o acesso até o local (68,2%). Embora a maioria dos usuários não costumava praticar atividade física antes da implementação (55,5%), essa proporção não é significativa.

Sobre os aspectos relacionados ao apoio social, verificou-se que a maioria dos usuários não vai acompanhado até as AAL (64,9%), relata que às vezes encontra pessoas que conhece (45,3%) e que AAL não possui o acompanhamento de um profissional de educação física (94,6%).

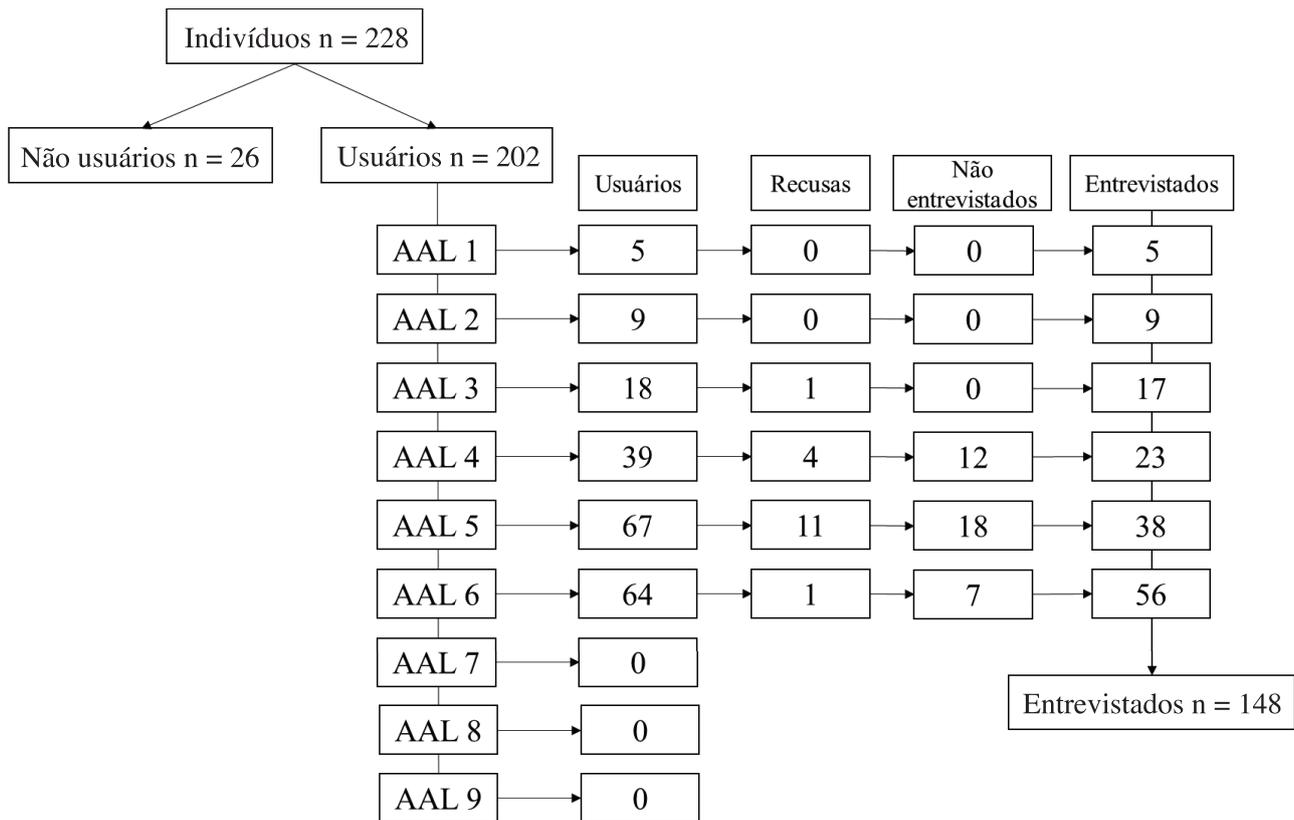


Figura 2 – Fluxograma do processo de seleção dos participantes em cada Academia ao Ar Livre.

Tabela 1 – Descrição do perfil dos usuários das Academias ao Ar Livre. Uberaba, Minas Gerais, 2017 (n = 148).

Variáveis	n	%	IC95%
Sexo			
Feminino	87	58,8	50,7 – 66,2
Masculino	61	41,2	33,8 – 49,3
Idade (anos completos)			
18-39	19	12,8	7,4 – 18,2
40-59	73	49,3	40,5 – 57,4
≥ 60	56	37,9	29,7 – 45,9
Estado civil			
Casado(a)	89	60,1	51,4 – 68,2
Solteiro(a)	20	13,5	7,4 – 19,6
Divorciado(a)	14	9,5	4,7 – 14,2
Viúvo(a)	14	9,5	5,4 – 14,2
Vivendo com parceiro(a)	11	7,4	3,4 – 12,1
Filhos			
Sim	124	83,8	77,7 – 89,8
Não	24	16,2	10,2 – 22,3
Escolaridade			
Nenhum ou fundamental incompleto	30	20,3	14,2 – 27,0
Ensino fundamental completo	30	20,3	13,5 – 26,4
Ensino médio completo	60	40,5	32,4 – 48,6
Superior completo	28	18,9	12,8 – 25,7
Renda individual			
Sem rendimento	9	6,1	2,7 – 10,1
Até 1 salário mínimo	30	20,3	13,5 – 27,0
Mais de 1 a 2 salários mínimos	40	27,0	20,3 – 34,5
Mais de 2 a 5 salários mínimos	53	35,8	28,4 – 43,9
Mais de 5 a 10 salários mínimos	16	10,8	6,1 – 16,2
Percepção de Saúde			
Excelente	15	10,1	6,1 – 15,5
Muito boa	47	31,8	24,3 – 39,2
Boa	81	54,7	46,6 – 62,8
Ruim	5	3,4	0,7 – 6,8
Muito ruim	0	0,0	
Doenças			
Não	74	50,0	41,9 – 58,8
Sim	74	50,0	41,2 – 58,1
Hipertensão	50	33,8	26,4 – 41,2
Diabetes	24	16,2	10,2 – 22,3
Lombalgia ou dor nas costas	17	11,5	6,8 – 16,9
Doenças cardíacas	14	9,5	4,7 – 14,9
Doenças reumáticas	13	8,8	4,7 – 13,5
Osteoporose	11	7,4	3,4 – 11,5
Outras doenças	7	4,7	1,4 – 8,8
Classificação do NAF de lazer			
Ativos fisicamente	101	68,2	60,8 – 75,7
Insuficientemente ativos	47	31,8	24,3 – 39,2
Nível de Atividade Física			
AF de lazer na semana		Média e desvio padrão (minutos)	
		248,70 ± 224,00	
AF de transporte na semana		140,10 ± 180,30	

NAF = nível de atividade física; AF = atividade física.

Tabela 2 – Informações sobre o padrão de uso das Academias ao Ar Livre. Uberaba, Minas Gerais, 2017 (n = 148).

Variáveis	n	%	IC95%
Vai acompanhado			
Sim	52	35,1	27,7 – 42,6
Não	96	64,9	57,4 – 72,3
Encontra pessoas que conhece			
Não	40	27,0	19,6 – 33,8
Às vezes	67	45,3	37,2 – 52,7
Sempre	41	27,7	20,9 – 35,1
Conheceu novas pessoas			
Sim	78	52,7	44,6 – 60,8
Não	70	47,3	39,2 – 55,4
Frequência semanal de uso			
1 vez/sem	12	8,1	4,1 – 12,2
2-3 vez/sem	32	21,6	15,5 – 28,4
≥3 vez/sem	104	70,3	62,8 – 77,7
Duração da atividade			
10-15 min/dia	16	10,8	6,1 – 16,2
>15-30 min/dia	51	34,5	27,0 – 41,9
≥30 min/dia	81	54,7	46,6 – 62,8
Tempo que frequenta a Academia ao Ar Livre			
< 1 mês	10	6,8	3,4 – 10,8
1-12 meses	74	50,0	42,6 – 58,1
≥ 12 meses	64	43,2	35,8 – 50,7
Dias que frequenta a Academia ao Ar Livre			
Dias de semana	83	56,1	48,0 – 64,2
Finais de semana	8	5,4	2,0 – 9,5
Ambos	57	38,5	31,1 – 46,6
Praticava AF antes da instalação da Academia ao Ar Livre			
Sim	66	44,6	47,3 – 63,5
Não	82	55,4	36,5 – 52,7
Proximidade da residência			
Sim	117	79,1	72,3 – 85,8
Não	31	20,9	14,2 – 27,7
Modo de deslocamento para a Academia ao Ar Livre			
Caminhando	118	79,8	73,0 – 85,8
Carro ou moto	23	15,5	9,5 – 21,6
Bicicleta	7	4,7	2,0 – 8,8
Transporte público	0	0,0	
Acessibilidade até a Academia ao Ar Livre			
Muito fácil	46	31,1	23,6 – 39,2
Fácil	101	68,2	60,1 – 75,7
Difícil	1	0,7	0,0 – 2,0
Muito difícil	0	0,0	
Percepção de segurança na Academia ao Ar Livre			
Seguro	139	93,9	89,9 – 97,3
Não seguro	3	2,0	0,0 – 4,7
Não sabe opinar	6	4,1	1,4 – 7,4
Presença de profissional de Educação Física			
Não	140	94,6	90,5 – 98,0
Sim	8	5,4	2,0 – 9,5

Discussão

Este é o primeiro estudo a verificar o perfil dos usuários e o padrão de uso das AAL no Município de Uberaba, Minas Gerais. Em 2009 foi implantada a primeira AAL (nomeada na época como Academia da Terceira Idade) em Uberaba, Minas Gerais, sendo que em 2011, totalizavam sete espalhadas pelo Município²⁵. Em 2017, ano de coleta de dados desta pesquisa, o município já contava com 38 AAL instaladas em todo território do município.

A hipótese levantada pelo estudo é de que o perfil dos usuários e padrão de uso das AAL é diferente dos usuários estudados em outras regiões do país. Os resultados encontrados nesse estudo constataam que o perfil do usuário uberabense não difere dos usuários de outras regiões do país considerando sexo, faixa-etária e nível de escolaridade. No entanto, verificou-se que embora a maioria dos usuários declare renda entre 2 e 5 salários mínimos (35,8%), a soma da proporção com usuários com menor renda (sem rendimento e até 2 salários mínimos) é superior (53,4%). Assim, as AAL de Uberaba, Minas Gerais parecem beneficiar a população de baixa renda, garantindo o acesso gratuito, e também as mulheres, duas características que são consideradas determinantes de inatividade física⁴.

A maioria dos usuários das AAL de Uberaba, Minas Gerais considera a saúde como boa, corroborando com outros estudos^{8,9,15}. Os resultados na literatura indicam que a maioria dos usuários não relata possuir doenças^{9,10,14,15}, enquanto que no presente estudo a proporção foi semelhante entre aqueles que possuem doenças ou não. Somente o estudo de Ibiapina e colaboradores indicou que a maioria dos usuários de Teresina, Piauí relatou possuir alguma doença¹¹. A hipertensão é a doença mais prevalente entre os usuários de Uberaba, Minas Gerais corroborando com outros estudos^{9,11,15}.

Algumas especificidades no padrão de uso das AAL de Uberaba, Minas Gerais foram levantadas. A maior utilização é durante a semana e no período da manhã. Nas visitas aos finais de semana, apenas 4 AAL tiveram usuários (n = 17) e todos foram abordados e entrevistados. Mesmo na AAL do Parque das Acácias, escolhida por conveniência por ser um local muito frequentado para prática de atividade física, o número de usuários foi de apenas 4 na visita do fim de semana (2 homens e 2 mulheres). Em um estudo com observação sistemática de mais de 19 mil usuários de um parque de Presidente Prudente, São Paulo constatou-se que há aumento de atividades sedentárias e crianças aos finais

de semana quando comparadas aos dias de semana²⁶. Assim, a baixa utilização das AAL aos finais de semana sugere que os frequentadores desse parque utilizam o espaço para outras atividades de lazer. A maior utilização das AAL durante a semana reflete o hábito popular em que a rotina dos finais de semana geralmente é diferente dos outros dias, considerando que nos dias da semana são reservados para as atividades essenciais, como trabalho e atividades do lar, e os finais de semanas para atividades esporádicas e de lazer²⁶.

A maioria dos usuários é mulher e prefere utilizar as AAL no período da manhã, podendo essa preferência estar associada com a segurança. No presente estudo, a maioria dos usuários percebe as AAL como local seguro, e em Curitiba, Paraná a maioria dos usuários consideram o período da manhã mais seguro para frequentar a AAL⁸. O transporte ativo é considerado mais seguro no período da manhã para usuários de espaços públicos²⁷, corroborando com os dados do presente estudo, em que a maioria dos usuários se desloca caminhando até a AAL e prefere frequentar o local pela manhã. Importante destacar que em três AAL não foram encontrados usuários, colocando em discussão a questão de segurança desses locais. Em estudo realizado por Silva et al⁹, que analisou a percepção da qualidade dos espaços públicos de lazer e as vivências dos usuários nestes espaços, uma das sugestões mais presentes entre os entrevistados foi a melhoria da segurança dos usuários nos locais, considerando que isso pode influenciar o uso de ambientes públicos.

No presente estudo, a maioria dos usuários considera a acessibilidade fácil, reside próximo a AAL e declara que vai caminhando até a AAL. A proximidade da residência com áreas verdes e a segurança durante o dia têm relação com o transporte ativo em mulheres²⁸. Assim, essa proximidade percebida pelos usuários das AAL de Uberaba, Minas Gerais, pode facilitar o descolamento ativo, contribuindo para aumentar o nível de atividade física de deslocamento, que é alto nos usuários do estudo, em média 140 minutos por semana.

Em Uberaba, Minas Gerais, os usuários das AAL são fisicamente ativos (com média de 248 minutos semanais no lazer). A disponibilidade e a proximidade de um espaço público de lazer podem contribuir com o aumento do nível de atividade física da população, favorecendo a prática de atividade física de moderada e vigorosa intensidade²⁸. Esse fato, pode ser associado ao impacto e efetividade da estratégia de implementação das AAL, no sentido de oportunizar um local público e

gratuito para a população praticar atividade física como forma de lazer, visto que o custo de uma atividade física é considerado como uma barreira para a sua prática²⁹.

O padrão de uso das AAL também é semelhante ao de outras regiões brasileiras. Os usuários frequentam mais de 3 vezes na semana com duração superior a 30 minutos por dia^{8,11,12,14,15}. A presença de um local com mais equipamentos próximo a residência contribui para que os usuários tenham uma frequência maior nestes espaços²⁸. Eles não vão acompanhados até a AAL, porém encontram pessoas conhecidas no local. Espaços públicos podem ser importantes locais para facilitar a interação social, pois acredita-se que ao encontrar conhecidos e moradores próximos de suas residências na AAL pode-se estabelecer relações sociais com pessoas da comunidade e resultar em um ambiente social com maior participação de atividade física na AAL, visto que os fatores interpessoais são considerados facilitadores para a prática de atividade física²⁹.

A maioria declara que nas AAL não há acompanhamento de um profissional de educação física, fato este evidenciado em outros estudos brasileiros. Em Boa Vista, Roraima, os usuários relatam que a única orientação que recebem é do painel de instruções, e muitas vezes acreditam que possam realizar os exercícios de maneira errada¹³. Em Florianópolis, Santa Catarina, a maioria sente a necessidade de orientações sobre como utilizar a AAL¹⁰ e em Teresina, Piauí, o acompanhamento do profissional foi considerado a necessidade mais urgente por 36,7% dos usuários¹¹. Segundo informações fornecidas pela FUNEL de Uberaba, Minas Gerais, durante o período de coleta de dados, das 38 AAL existentes no município, apenas três usufruíam da presença de um profissional de educação física em dias e horários específicos e, dessas, uma AAL foi sorteada e incluída no estudo. O período de coleta de dados coincidiu em um horário com a presença do profissional de educação física, sendo 11 usuários presentes e entrevistados nessa ocasião.

Algumas limitações do estudo devem ser consideradas ao se analisar os resultados. É importante que futuros estudos utilizem diferentes instrumentos para avaliar a atividade física, é importante considerar um maior número de entrevistados para evitar perda amostral. A coleta de dados foi realizada em apenas uma época do ano (setembro a novembro), podendo ter deixado de incluir público que utiliza em outras estações do ano. O procedimento de registro da caracterização das recusas na pesquisa não foi adotado durante a co-

leta, impedindo explorar o perfil dos não respondentes. Em três das nove AAL não foram encontrados usuários nos dias e horários visitados para a coleta de dados. Os entrevistadores verificaram que essas AAL estão localizadas em bairros residenciais, porém não tinham painel de informações e que em duas AAL os aparelhos não estavam conservados. Portanto se faz interessante para próximos estudos, tentar acessar os moradores da área de abrangência das AAL para entender os motivos da não utilização desse espaço.

Os resultados apresentados nessa pesquisa serão encaminhados aos gestores do Município de Uberaba, Minas Gerais e deverão ser considerados para planejamento das políticas públicas para a promoção de atividade física por meio das AAL. Essas políticas deverão ser direcionadas para maior utilização desses espaços aos finais de semana, e por homens, adultos com idade inferior à 40 anos e superior à 59 anos, e indivíduos de menor escolaridade. A prefeitura de Uberaba, Minas Gerais deve promover esforços para que o profissional de educação física esteja presente em todas, ou ao menos a maioria das AAL. Esse é o primeiro estudo que levantou o perfil dos usuários das AAL de Uberaba, Minas Gerais. Futuros estudos, com uma abordagem ecológica, serão fundamentais para compreender com mais precisão os aspectos relacionados a utilização desses espaços pela população.

Conclui-se que os usuários das AAL de Uberaba, Minas Gerais são, em sua maioria, mulheres, adultos, casados, com o ensino médio completo, de baixa renda, fisicamente ativos no lazer. Ainda, a maioria frequenta o local mais de três vezes na semana com duração superior a 30 minutos, durante os dias de semana, deslocando-se caminhando até a AAL, considera o local acessível, seguro e próximo à residência.

Conflito de interesses

Os autores declaram não haver conflito de interesses.

Agradecimentos

À Coordenação de Apoio de Pessoal de Nível Superior (CAPES); e aos professores Danilo Rodrigues Bertucci e Jair Sindra Virtuoso Junior pela revisão final do texto.

Contribuições dos autores

Silva DB, foi responsável pela busca da literatura, coleta de dados e redação do texto. Tribess S, participou da revisão crítica do texto. Papini C, participou da concepção inicial do estudo e revisão crítica do texto.

Referências

- Pereira DS. A atividade física na prevenção das doenças crônicas não transmissíveis. *Revista Gestão & Saúde*. 2017;17:9.
- World Health Organization. *Global Recommendations on Physical Activity for Health*. 2011.
- U.S. Department of Health & Human Services. 2018 Physical Activity Guidelines Advisory Committee Scientific Report. Washington, DC, 2018.
- Brasil. Ministério da Saúde. VIGITEL BRASIL 2019: Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico. Brasília (DF): Ministério da Saúde, 2020.
- Bauman AE, Reis RS, Sallis JF, Wells JC, Loos RJJ, Martin BW. Correlates of physical activity: why are some people physically active and others not? *The Lancet*. 2012;380:258–71.
- Vega CDC, Tutte V, Bermudez G, Parra DC. Impact on Area-Level Physical Activity Following the Implementation of a Fitness Zone in Montevideo, Uruguay. *J Phys Act Health*. 2017;14:883–87.
- Brasil. Ministério do Esporte. *Academias ao Ar Livre: Orientações para a Gestão Municipal*. CREF6: 2016.
- Souza C, Fermino R, Añez C, Reis R. Perfil dos frequentadores e padrão de uso das academias ao ar livre em bairros de baixa e alta renda de Curitiba-PR. *Rev Bras Ativ Fis Saúde*. 2014;19(1):86.
- Silva MC, Iepson AM, Caputo EL, Engers PB, Spohr CF, Vilela GF, et al. Leisure-time physical activity and associated factors in fitness zones. *Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum*. 2017;19(2):185–95.
- Costa B, Freitas C, Silva K. Atividade física e uso de equipamentos entre usuários de duas Academias ao Ar Livre. *Rev Bras Ativ Fis Saúde*. 2016;21:29–38.
- Ibiapina ARL, Moura M do N, Santiago MLE, et al. Caracterização dos usuários e do padrão de uso das academias ao ar livre. *Rev Bras Promoç Saúde*. 2017;30(4):1-10.
- Alberico CO, Hipp JA, Reis RS. Association Between Neighborhood Income, Patterns of Use, and Physical Activity Levels in Fitness Zones of Curitiba, Brazil. *J Phys Act Health*. 2019;16:447–54.
- Pires GP, Figueiredo EL, Barros FT, Alecrim JVC, Pinto LMAM. O que diz o perfil dos frequentadores das academias ao ar livre de Boa Vista-RR sobre a relação lazer, saúde e qualidade de vida. *Revista Brasileira de Estudos do Lazer*. 2019;6(2):72–95.
- Mathias NG, Melo Filho J, Szkudlarek AC, Gallo LH, Ferminio RC, Gomes ARS. Motivos para a prática de atividades físicas em uma academia ao ar livre de Paranaguá-PR. *Rev. bras. ciênc. esporte*. 2019;41(2):222–28.
- Iepson A, Silva M. Perfil dos frequentadores das academias ao ar livre da cidade de Pelotas - RS. *Rev Bras Ativ Fis Saúde*. 2015;20(4):413–24.
- IBGE. Cidades e Estados. [Internet]. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/cidades-e-estados>.
- Mielke GI, Malta DC, Sá GBAR, Reis RS, Hallal PC. Diferenças regionais e fatores associados à prática de atividade física no lazer no Brasil: resultados da Pesquisa Nacional de Saúde-2013. *Rev Bras Epidemiol*. 2015;18(suppl 2):158–69.
- Sá TH, Pereira RHM, Duran AC, Monteiro CA. Diferenças socioeconômicas e regionais na prática do deslocamento ativo no Brasil. *Rev Saúde Pública* 2016;50:37.
- IBGE. Estado de Minas Gerais. Geografia. [Internet]. Disponível em: <https://www.mg.gov.br/conheca-minas/geografia>.
- IBGE. Uberaba. Minas Gerais. [Internet]. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/cidades-e-estados/mg/uberaba.html>.
- Prefeitura Municipal de Uberaba. Parque das Acácias. [Internet]. Disponível em: <http://www.uberaba.mg.gov.br/portal/conteudo,45393>.
- IBGE. Censo 2010. Rendimentos. [Internet]. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/mg/uberaba/pesquisa/23/22787?detalhes=true>.
- Matsudo S, Araújo T, Matsudo V, Andrade D, Andrade E, Oliveira LC, et al. Questionário Internacional de Atividade Física: Estudo de validade e reprodutibilidade no Brasil. *Rev Bras Ativ Fis Saúde*. 2001;6(2):5–18.
- Hallal PC, Victora CG, Wells JCK, Lima RC. Physical inactivity: prevalence and associated variables in Brazilian adults. *Med Sci Sports Exerc*. 2003;35(11):1894–900.
- Paulo TRS, Castellano, Queiroz Junior CA, Freitas Junior IF. Programa Academia da Terceira Idade no município de Uberaba, MG. *Arquivos de Ciências do Esporte*. 2013;1(1):54–9.
- Xavier FB, Felipe J, Arana ARA. The green urban park: characteristics of use through systematic observation. *Urbe Rev. Bras. Gest. Urbana*. 2018;10(Supl. 1): 82–95.
- Samios AAB, Larranaga AM, Cybis HB. Ambiente construído e bem-estar subjetivo: análise das diferenças entre os usuários dos diferentes modos de transporte. *Transportes*. 2019;27(3):54–66.
- Hino AAF, Rech CR, Gonçalves PB, Reis RS. Acessibilidade a espaços públicos de lazer e atividade física em adultos de Curitiba, Paraná, Brasil. *Cad Saúde Pública*. 2019; 35(12):e00020719.
- Silva CRM, Bezerra J, Soares FC, Mota J, Barros MVG, Tassitano RM. Percepção de barreiras e facilitadores dos usuários para participação em programas de promoção da atividade física. *Cad Saúde Pública* 2020;36(4):e00081019.

Recebido: 30/07/2019
Aprovado: 21/07/2020

Como citar este artigo:

Silva DB, Tribess S, Papini CB. Perfil dos usuários e padrão de utilização das Academias ao Ar Livre de Uberaba, Minas Gerais. *Rev Bras Ativ Fis Saúde*. 2019;24:e0111. DOI: 10.12820/rbafs.24e0111