

IMPORTÂNCIA DOS PARQUES URBANOS PARA PROMOÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DOS INDIVÍDUOS¹

IMPORTANCE OF URBAN PARKS FOR PROMOTING THE QUALITY OF LIFE OF INDIVIDUALS

Aline Soares², Fernanda Machado², Yohana Gularte² e Deisi Viviani Becker Borges³

RESUMO

O papel dos parques urbanos é muito relevante para dinâmica urbana, inserindo-se na comunidade como um espaço de lazer, respeito ao meio ambiente e integração social. Assim, o estudo teve como objetivo geral destacar a importância dos parques urbanos para promoção da qualidade de vida dos indivíduos acerca dos fatores sociais e ambientais. Quanto à metodologia, a pesquisa classifica-se como exploratória, de natureza quantitativa, definindo-se como um estudo de campo. A coleta de dados foi realizada através da aplicação de questionários de forma aleatória em uma rede social, com intuito de destacar a importância dos parques urbanos para promoção da qualidade de vida. Verificou-se que grande parte das pessoas dedica tempo para lazer, frequenta parques no mínimo uma vez por semana para tomar sol, que próximos às suas residências existem parques, e que dos frequentados, grande maioria deles não está conservado, que o convívio em parques urbanos traz benefícios para qualidade de vida, tais como: saúde física e mental, lazer e contato com a natureza. Conclui-se, portanto, que os parques urbanos têm grande importância na promoção de qualidade de vida, trazendo benefícios aos indivíduos, mas a pesquisa aponta que estes ainda necessitam de atenção quanto a sua conservação.

Palavras-chave: integração social, lazer, qualidade socioambiental.

ABSTRACT

The role of urban parks is very relevant for urban dynamics, inserting themselves in the community as a space of leisure, respect for the environment and social integration. Thus, the study aimed to highlight the importance of urban parks to promote the quality of life of individuals about social and environmental factors. As for the methodology, the research is classified as exploratory, of a quantitative nature, being defined as a field study. Data collection was performed through the application of random questionnaires in a social network, in order to highlight the importance of urban parks to promote the quality of life. It was verified that a great part of the people dedicates time for leisure, attends parks at least once a week for sunbathing, that next to their residences there are parks, and that of the frequented ones, the great majority of them is not conserved, that the conviviality in parks urban development brings benefits to quality of life, such as: physical and mental health, leisure and contact with nature. It is concluded, therefore, that the urban parks have great importance in the promotion of quality of life, bringing benefits to the individuals, but the research indicates that these still need attention as to its conservation.

Keywords: social integration, recreation, socio-environmental quality.

¹ Trabalho oriundo da Disciplina de Responsabilidade Social e Desenvolvimento Sustentável.

² Acadêmicos do curso de Administração - Universidade Franciscana. E-mails: alinesoares0410@gmail.com; fernanda-soutomachado@hotmail.com; yohanagularte@outlook.com

³ Orientadora. Docente do Curso de Administração - Universidade Franciscana. E-mail: deisib@ufn.br

INTRODUÇÃO

Atualmente, a vida dos cidadãos tem se tornado um caos quando se fala em estresse, preocupação, trabalho entre outros, no entanto esses problemas cotidianos têm afetado e muito as relações sociais e intrafamiliares dos brasileiros. Nas cidades, a habitação multifamiliar em massa e a verticalização têm aumentado muito nesses últimos anos, e condicionados a viabilidade orçamentária, o espaço de convivência desses locais vem decrescendo, a ponto de que cidadãos acabam necessitando de locais públicos urbanos para usufruir do ar livre (MARTINS; ARAÚJO, 2014).

O fator de qualidade de vida tem se tornado um assunto muito discutido entre as pessoas, e com isso as áreas verdes vêm adquirindo importância e contribuindo na melhoria da qualidade do ambiente e de vida da população urbana. Os parques urbanos, por possuir características físicas e sociais, são considerados apropriados para a prática de atividade física ao ar livre e recreação. Ainda, outros estudos apresentam diferentes benefícios (sociais, físicos e psicológicos) de utilizar espaços naturais ou ambientes urbanos com áreas verdes para a prática destas atividades (SZEREMETA; ZANNIN, 2013).

De acordo com Oliveira e Bitar (2009), as cidades brasileiras estão passando por um período de acentuada urbanização, fato este que reflete negativamente na qualidade de vida de seus moradores. Diante disso, a ampliação das “áreas verdes” urbanas torna-se essencial, não apenas em face das funções ecológicas e ambientais que tendem a exercer, em razão da importância de conservação da biodiversidade, mas também em vista da perspectiva de criação de espaços voltados para o lazer ao ar livre dos habitantes, como é o caso dos parques urbanos (OLIVEIRA; BITAR, 2009).

Segundo Lima (1994) apud Loboda e Angelis (2005), parque urbano é uma área verde, com função ecológica, estética e de lazer, no entanto com uma extensão maior que as praças e jardins públicos. No contexto da qualidade de vida urbana, as áreas verdes, além de atribuir melhorias ao meio ambiente e ao equilíbrio ambiental, contribuem para o desenvolvimento social e trazem benefícios ao bem-estar, a saúde física e psíquica da população, ao proporcionarem condições de aproximação do homem com o meio natural e disporem de condições estruturais que favoreça a prática de atividades de recreação e lazer (LONDE; MENDES, 2014).

A expressão qualidade de vida vai além do aspecto econômico, também está ligada ao desenvolvimento social (saúde, habitação, educação, transportes, lazer, trabalho e crescimento individual) (PIRES, 2007). Os parques apresentam condições ambientais adequadas para a realização de atividades físicas e lazer. Ou seja, de acordo com Szeremeta e Zannin (2013), podem contribuir na redução da prevalência de sedentarismo e auxiliarem na promoção da saúde e bem-estar, além de possibilitar o aumento do nível de atividade física dos ativos, agindo simultaneamente sobre o lado físico e mental do homem, como absorvendo ruídos, atenuando o calor do sol; no plano psicológico, atenua o sentimento de opressão (SZEREMETA; ZANNIN, 2013).

A vida urbana na cidade, especialmente nas grandes cidades, é vista como um espaço de oportunidades e satisfação de necessidades básicas, mas, também, como estressante, poluída e perigosa, com diversos conflitos e problemas graves que afetam a qualidade de vida de seus habitantes (FERREIRA, 2005).

Diante das considerações apontadas, a presente pesquisa contará com o objetivo geral de destacar a importância dos parques urbanos para promoção da qualidade de vida dos indivíduos, acerca dos fatores sociais e ambientais dos parques e ainda busca contribuir com um maior conhecimento do tema, suas funções urbanas e seus benefícios.

Para alcançar o objetivo proposto, o artigo abordará sobre o tema de parques urbanos no Brasil, posteriormente, num segundo momento, explanará sobre o fator qualidade de vida e por fim, elencará as contribuições dos parques urbanos na promoção de qualidade de vida dos indivíduos. Quanto a metodologia, a pesquisa classifica-se como exploratória, de natureza quantitativa, definindo-se como um estudo de campo. A coleta de dados foi realizada através da aplicação de um questionário de forma aleatória em uma rede social, cujo instrumento continha 16 questões fechadas, com intuito de destacar a importância dos parques urbanos para a promoção da qualidade de vida, obtendo ao final da coleta uma amostra de 100 respondentes.

REFERENCIAL TEÓRICO

PARQUES URBANOS NO BRASIL

O Parque Urbano é um produto da cidade da era industrial, nasceu a partir do século XIX, da necessidade de dotar as cidades de espaços adequados para atender a uma nova demanda social: o lazer, o tempo do ócio e para contrapor-se ao ambiente urbano. A evolução do parque urbano nestes dois séculos tem acompanhado as mudanças urbanísticas das cidades, sendo assim um testemunho importante dos valores sociais e culturais das populações urbanas (MACEDO; SAKATA, 2003).

Pode-se dizer, conforme Villaça (1999, p. 182), que a história do planejamento no Brasil se encontra dividida em três fases:

A primeira de 1875 a 1930, marcada por melhoramentos e embelezamentos, onde foi marcante a realização de projetos de centros cívicos, proporcionando dentre outras, uma melhor disposição ao monumentos e praças. Era altamente ideológica e procurava exaltar o estado e a classe governante em decadência quando se fez presente a escassez de recursos; a segunda de 1930 a 1990, caracterizada pelo planejamento técnico de base científica, onde surgiram os planos diretores, as teorias urbanísticas, e se consistiam, basicamente, na ordenação de obras para solucionar os problemas das cidades com um planejamento técnico de base científica; a terceira na década de 90, seria uma consequência dos planos anteriores, sendo marcada principalmente por uma crítica à segunda, onde se discute a funcionalidade e a aplicabilidade dos planos.

No Brasil a presença de praças e lagos vem de longa data, remontando aos primeiros séculos da colonização. Sobre esses espaços recaíam as atenções principais dos administradores, pois constituíam pontos de atenção e focalização urbanística, localizando-se ao redor da arquitetura de maior apuro (FILHO, 1968).

Os parques urbanos, por suas características físicas e sociais, são considerados apropriados para a prática de atividade física ao ar livre e recreação. Segundo Barton e Pretty (2010) apud Szeremeta e Zannin (2013), apenas cinco minutos de caminhada em áreas verdes, como por exemplo, em um parque público, já é suficiente para melhorar a saúde mental, com benefícios para o humor e autoestima.

Assim, os parques urbanos num contexto de uma cidade que vem se caracterizando por fortes demandas sociais, surgem como uma questão ecológica, compreendida como um registro da interação entre os processos naturais e os propósitos humanos através do tempo, conforme descrição apontada por Castelnou (2006, p. 53),

A noção de parque associa-se à de uma área extensa, cercada e com elementos naturais; na acepção mais antiga, datada no século X na Inglaterra, destinava-se à caça ou a guarda de animais. Posteriormente, a noção entendeu-se a pastos e bosques ornamentais existentes ao redor das casas de campo. Ao longo do tempo, apresentou-se como outra forma de apropriação do espaço público urbano e como produto direto de uma nova função: o lazer. Hoje, como descreve Kliass (1993), os parques urbanos são espaços públicos com dimensões significativas e predominância de elementos naturais, principalmente cobertura vegetal, destinados ao lazer e à recreação.

Costa (1996) apud Martins e Araújo (2014), afirma que o conceito de arborização urbana não é limitado a presença de árvores nos parques públicos. Estão presentes em diversas tipologias dos espaços livres como praças, ruas, largos, becos, florestas urbanas, entre outros e inclusive nos espaços que não receberam intervenção paisagística.

A arborização urbana diz respeito aos elementos vegetais de porte arbóreo, dentro da cidade. Nesse enfoque, as árvores plantadas em calçadas fazem parte da arborização urbana, porém não integram o sistema das áreas verdes (jardins, praças e parques) (FERREIRA, 2005). Desta forma, para que as áreas verdes possam desempenhar satisfatoriamente suas funções é necessário que sejam englobadas de forma integrada ao planejamento urbano. Neste contexto metodologias e informações geradas a partir de estudos, envolvendo a temática em questão, podem ser úteis ao planejamento municipal (NAHAS, 2002).

QUALIDADE DE VIDA

Qualidade de vida tem sido foco de estudos intensivos, junto à população por sua importância na sociedade atual, por incluir em seus domínios aspectos como cognitivos, físico, nutricional e social. Observa-se a perda da qualidade de vida nas grandes mudanças ambientais e

padrões/condições de vida, sedentarismo, consumo de tabaco, mudanças de hábitos alimentares, falta de acesso a serviços básicos de saúde, poluição *indoor* e do ambiente em geral, mudanças climáticas, poluição, carência, falta de acesso a água potável e saneamento básico, perda de áreas verdes, principalmente para a urbanização e a monocultura e urbanização descontrolada/mudanças demográficas (aumento e envelhecimento da população) dos países (ALCÂNTARA, 2010).

A preocupação com a melhoria da qualidade de vida ocupa, cada vez mais, a atenção de representantes de governos e da sociedade civil mundial e está fortemente vinculada à questão ambiental. A sociedade deve garantir aos indivíduos as necessidades básicas que permitam e propiciem a possibilidade das pessoas alcançarem os fatores de qualidade de vida (FERREIRA, 2005).

Mas o que seria exatamente qualidade de vida e qual seria o grau de prioridade desta discussão em um país como o Brasil. Para Herculano, Porto e Freitas (2000), a avaliação e mensuração da qualidade de vida de uma população vêm sendo proposta de duas formas: 1) em primeiro lugar, examinando-se os recursos disponíveis, a capacidade eletiva de um grupo social para satisfazer suas necessidades; 2) uma segunda forma de estimar a qualidade de vida é avaliar as necessidades, através dos graus de satisfação e dos patamares desejados.

Segundo Bowling (1995) apud Praça (2012), “a qualidade de vida é frequentemente comparada com o bem-estar psicológico e social em geral, extremamente ambíguo e amplo, que vai para além da mera condição física, incluindo outros aspectos importantes da vida humana”.

Assim, para entender de que forma a qualidade de vida de uma população em um contexto como esse está situada, deve-se observar também de que forma essa população se articula politicamente, como tem acesso a bens e serviços, num contexto socioambiental mais amplo, onde as condições de moradia, alimentação, salários, lazer, relações de vizinhança, entre outros fatores, deverão ser observados. Dessa forma, a qualidade de vida pode ser utilizada como um conceito unificador que permite relacionar as necessidades humanas, os ambientes individuais e sociais e o desenvolvimento humano (HOGAN; VIEIRA, 1995).

De acordo com Rolnik (2000), a falta de qualidade de vida, pelo contrário, é apontada pelo estresse dos cidadãos, pela deterioração que assola as cidades nesse final de século. Movimentos de moradores se organizam para defender a qualidade de vida dos bairros e há uma espécie de consenso social em torno da necessidade de lutar por essa melhoria. Todos defendem e almejam a qualidade de vida, independente da maior ou menor inserção na cidade e da condição social. Contudo, por trás dessa inocência e neutralidade, desse valor tão supostamente universal encontram-se posições e, interesses bastante divergentes.

Contribuição dos parques urbanos para qualidade de vida

A oportunidade de estar em contato com a natureza, em atividades de lazer ativo, passivo ou contemplativo faz a integração do homem com a natureza de forma harmônica. Essa necessidade de

harmonia com a natureza pode ser mensurada e associada a certos princípios da vida em sociedade, como tempo para lazer, oportunidades para uma vida profissional, atividades políticas (participação em associações que ajudam nas decisões e atividades coletivas) (FERREIRA, 2005).

Segundo Vieira (2004) apud Martins e Araújo (2014, p. 41), as áreas verdes assumem diferentes papéis na sociedade e suas funções estão relacionadas no ambiente urbano como:

Função social: possibilidade de lazer que essas áreas oferecem à população. Com relação a este aspecto, deve-se considerar a necessidade de hierarquização; Função Estética: diversificação da paisagem construída e embelezamento da cidade. Relacionada a este aspecto deve ser ressaltada a importância da vegetação; Função ecológica: provimento de melhorias no clima da cidade e na qualidade do ar, água e solo, resultando no bem-estar dos habitantes, devido à presença da vegetação, do solo não impermeabilizado e de uma fauna mais diversificada nessas áreas; Função Educativa: possibilidade oferecida por tais espaços como ambiente para o desenvolvimento de atividades educativas, extraclasse e de programas de educação ambiental; Função Psicológica: possibilidade de realização de exercícios, de lazer e de recreação que funcionam como atividades antiestresse e relaxamento, uma vez que as pessoas entram em contato com os elementos naturais dessas áreas.

Rangel (2010, p. 72), indica o papel das áreas como relevante na dinâmica urbana contemporânea, inserindo-se na comunidade como um espaço de lazer, respeito ao meio ambiente e integração social. Tais áreas suavizam ainda alguns dos maiores problemas ambientais urbanos tais como a poluição do ar e a formação de ilhas de calor, típicos de centros metropolitanos.

A realização de atividades físicas em espaços, como as áreas verdes, pode trazer benefícios fisiológicos imediatos e a longo prazo, aos praticantes. Entre os imediatos, segundo Gobbi (1997), estão não só a regularização dos níveis de glicose sanguínea, de adrenalina e de noradrenalina, mas também a quantidade e qualidade do sono. Os efeitos a longo prazo são representados pela melhora em todos os aspectos do funcionamento cardiovascular (capacidade aeróbia e anaeróbia), flexibilidade, resistência, potência e fortalecimento muscular, equilíbrio, coordenação e velocidade de movimento, pela diminuição da incidência de doenças músculos-esqueléticas, cardiovasculares e metabólicas (ACHOUR, 1995).

Moradores do entorno e frequentadores das praças ou parques urbanos, mencionam como aspecto positivo destes espaços a sua vocação como ambientes que garantem oportunidade de contato com a natureza o que causa um bem-estar generalizado. O espaço diferenciado criado por uma praça pública dentro de um ambiente urbano permite, assim, uma recuperação da estética urbana (DORIGO; FERREIRA, 2015).

Segundo Maricato *et al.* (2013), nem toda melhoria das condições de vida é acessível com melhores salários ou com melhor distribuição de renda. Boas condições de vida dependem, frequentemente, de políticas públicas urbanas como transporte, moradia, saneamento, educação, saúde, lazer, iluminação

pública, coleta de lixo, segurança. Ou seja, a cidade não fornece apenas o lugar, o suporte ou o chão para essa reprodução social. Suas características e até mesmo a forma como se realizam fazem a diferença.

Com a compreensão da importância desses espaços, os habitantes passaram a exigir dos órgãos públicos e das instituições responsáveis a criação a revitalização de ambientes de natureza, tais como, parques, jardins, bosques e ruas arborizadas que, espalhados pela cidade, atuam como pulmões das cidades. Assim sendo, a presença desses ambientes de natureza se tornou importante nos planos e projetos urbanos (MELO, 2013).

MATERIAL E MÉTODOS

A metodologia científica pode ser definida como um conjunto de procedimentos a serem utilizados na obtenção de conhecimento, a qual trata da aplicação do método por meio de processos e técnicas, que garante a legitimidade científica do saber obtido (BARROS; LEHFELD, 2007).

Neste trabalho foi realizada uma pesquisa por meio de um questionário divulgado em redes sociais, respondido por uma amostra de 100 pessoas, com a finalidade de destacar a importância dos parques urbanos para promoção da qualidade de vida dos indivíduos, acerca dos fatores sociais e ambientais dos parques.

A presente pesquisa caracteriza-se, quanto a natureza, como quantitativa. A abordagem quantitativa é de inspiração positivista e pretende basear-se em dados objetivos passíveis de mensuração. É baseada em rígidos critérios estatísticos, que servem de parâmetro para a definição do universo a ser abordado pela pesquisa (RAMOS, 2009)

Segundo Appolinário (2016), a pesquisa quantitativa prevê a mensuração de variáveis pré-determinadas, analisando e explicando sua influência sobre outras variáveis. Nesta pesquisa a mensuração produz números que possibilitam uma análise estatística dos dados (FLICK, 2012).

Quanto aos objetivos, se enquadra como pesquisa exploratória, a qual segundo Gil (2002), proporciona maior familiaridade com o problema, com vistas a torná-lo mais explícito ou a constituir hipóteses. Pode-se dizer que estas pesquisas têm como objetivo principal o aprimoramento de ideias ou a descoberta de intuições. Seu planejamento é, portanto, bastante flexível, de modo que possibilite a consideração dos mais variados aspectos relativos ao fato estudado. Já para Raupp e Beuren (2003), quando se explora um assunto procura-se reunir mais conhecimento, bem como buscar novas dimensões até então não conhecidas.

Quanto aos procedimentos técnicos, classifica-se como uma pesquisa bibliográfica e um estudo de campo. Segundo Marconi e Lakatos (2003), a pesquisa bibliográfica, ou de fontes secundárias, abrange toda bibliografia já tornada pública em relação ao tema de estudo, desde publicações avulsas,

boletins, jornais, revistas, livros, pesquisas, monografias, teses, material cartográfico etc., até meios de comunicação orais: rádio, gravações em fita magnética e audiovisuais: filmes e televisão.

Já a pesquisa de campo, de acordo com Gil (2002), procura o aprofundamento de uma realidade específica. Ou seja, é um estudo profundo e exaustivo de um ou poucos objetivos, permitindo conhecimento amplo e detalhado. Nesse tipo estuda-se um único grupo ou comunidade em termos de sua estrutura social, ou seja, ressaltando a interação de seus componentes. Assim, o estudo de campo tende a utilizar muito mais técnicas de observação do que de interrogação.

A pesquisa foi realizada através da aplicação de um questionário com 16 questões fechadas sobre o tema em uma rede social, com a finalidade de destacar a importância dos parques urbanos para promoção da qualidade de vida dos indivíduos, acerca dos fatores sociais e ambientais dos parques. Para Marconi e Lakatos (2003), o questionário é um instrumento de coleta de dados, constituído por uma série ordenada de perguntas, que devem ser respondidas por escrito e sem a presença do entrevistador.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra da pesquisa, com relação ao gênero, é composta por 70 mulheres e 30 homens, ou seja, 70% dos respondentes são do sexo feminino. Considerando a faixa etária, 63% apresentam idade entre 19 e 29 anos, 34% entre 30 e 40 anos, seguido de 8% que possuem idade entre 52 e 62 anos. Apenas três respondentes informaram ter entre 41 e 51 anos de idade, um respondente possui até 18 anos e um informou ter acima de 62 anos. Em relação ao estado civil dos respondentes, 67 deles informaram serem solteiros, 30 casados e 3 divorciados.

Dentre os 100 participantes da pesquisa, quanto a renda pessoal, 43% possuem renda entre um e três salários mínimos, 26% até um salário mínimo, 21% de três a seis salários mínimos e 10% informou ter renda pessoal maior de seis salários mínimos. Quanto a renda familiar, 49% possuem renda maior que seis salários mínimos, 31%, entre três e seis salários mínimos, 16%, entre um e três salários mínimos e 1%, até um salário mínimo.

Considerando o grau de instrução, 53 dos participantes informaram ter graduação incompleta, 19, graduação completa, 16, pós-graduação, 11, ensino médio completo e apenas 1, ensino médio incompleto. Percebeu-se que a maioria dos respondentes possui graduação incompleta, com renda pessoal entre um e três salários mínimos e familiar, maior que seis salários mínimos, entre 19 e 29 anos, solteiros e do sexo feminino.

Através da tabela 1 buscou-se apontar, as horas trabalhadas/estudadas dos respondentes por semana.

Tabela 1 - Horas de trabalho/estudo por semana.

Horas de trabalho/estudo por semana	Frequência	(%)
20 Horas	31	31%
30 Horas	13	13%
40 Horas	16	16%
44 Horas	15	15%
Mais de 44 Horas	25	25%
Total	100	100%

Fonte: elaborada pelos autores.

Considerando a tabela 1 é possível concluir que 31% dos respondentes trabalham/estudam 20 horas semanais, sendo eles a grande maioria e 25% mais de 44 horas semanais. Quem tem um emprego em período integral ou estágio precisa dar conta das horas de trabalho e do tempo extra, gasto com deslocamento e atividades que são levadas para casa (SÃO JUDAS UNIVERSIDADE, 2016).

Com relação ao tempo dedicado para lazer, 92 dos respondentes afirmaram ter o hábito de dedicar algum tempo para lazer e 8 deles não dedica nenhum tempo para lazer. Segundo Marcellino (2007, p. 15), “assim, a admissão da importância do lazer na vida moderna significa considerá-lo como um tempo privilegiado para a vivência de valores que contribuam para mudanças de ordem moral e cultural”.

Segundo Camargo e Bueno (2003), o mundo do trabalho está cada vez mais relacionado ao estresse e o mundo do lazer, aspirado pela maioria das pessoas, como fonte de prazer e de promoção da saúde. E um dos grandes meios para desfrutar do lazer, é frequentar parques urbanos. Nas horas de tempo livre, 58 participantes frequentam algum parque urbano e 42, não.

Dos 58 respondentes que frequentam algum parque urbano, 60,5% afirmaram que ele não está conservado e 39,5% informaram que não. Para Szeremeta e Zannin (2013), além do planejamento e implantação dos parques, devem ser estabelecidas políticas eficientes de conservação ambiental dessas áreas, já que a beleza da paisagem é atribuída pela presença de suas condições naturais, que podem também promover bem-estar psicológico no visitante.

Dentre as perguntas do questionário, os participantes responderam se há algum parque urbano perto de suas residências, 74 deles afirmaram que existe e 26 que não há parque urbano perto de suas casas. A cidade industrial moderna colocou a exigência de áreas verdes, parques e jardins, como elemento urbanístico, como ornamentação urbana, necessidade higiênica, recreação, defesa e recuperação do meio ambiente (MARTINS; ARAÚJO, 2014).

De acordo com a tabela 2, é possível observar a frequência semanal de idas a parques urbanos dos respondentes.

Tabela 2 - Frequência semanal de idas a parques urbanos.

Frequência semanal de idas a parques urbanos	Frequência	(%)
1 vez na semana.	55	55%
2 vezes na semana.	11	11%
3 vezes na semana.	1	1%
4 vezes na semana ou mais.	2	2%
Não frequenta.	31	31%
Total	100	100%

Fonte: elaborada pelos autores.

Analisando a tabela 2, conclui-se que a maioria dos respondentes frequentam parques urbanos uma vez na semana. O uso dos parques urbanos para a prática de lazer e turismo cidadão demonstra a necessidade de um planejamento urbano harmônico, por promover a socialização e a interação do homem com a natureza (MELO, 2013).

Na tabela 3 podem-se observar os motivos que levam os respondentes a um parque urbano.

Tabela 3 - Motivos que os levam a um parque urbano.

Motivos que os levam a um parque urbano	Frequência	(%)
Tomar Sol.	45	45%
Ler.	8	8%
Caminhar.	41	41%
Levar crianças e pets para passear.	33	33%
Descansar.	43	43%
Praticar esportes.	20	20%
Outros.	20	20%
Não frequenta.	15	15%

Fonte: elaborada pelos autores.

Os parques urbanos promovem a socialização e a interação da população como meio ambiente, por meio de atividades esportivas, artísticas, culturais, educativas e contemplativas (MELO; DIAS, 2014). Diante disso, através da tabela 3, onde os respondentes puderam marcar mais de uma alternativa, percebe-se que os principais motivos que levam os participantes a um parque urbano são: (i) tomar sol; (ii) descansar; e (iii) caminhar.

Quando questionados sobre a capacidade dos parques urbanos proporcionarem benefícios para qualidade de vida, 98 respondentes afirmaram que o convívio em áreas verdes pode trazer benefícios à qualidade de vida e 2, afirmaram que não traz benefícios.

A tabela 4 demonstra a seguir refere-se aos benefícios que os parques urbanos trazem a população.

Tabela 4 - Benefícios que um parque urbano traz para a população.

Benefícios que o parque urbano traz para a população	Frequência	(%)
Saúde Física e Mental.	89	89%
Lazer.	86	86%
Contato com a natureza.	83	83%
Outros.	22	22%
Nenhum.	0	0%

Fonte: elaborada pelos autores.

Considerando a tabela 4, cujos participantes puderam escolher mais de uma alternativa, conclui-se que saúde física e mental, lazer e contato com a natureza são os principais benefícios que um parque urbano traz a população. De acordo com Loboda e Angelis (2005, p. 7), “as áreas verdes públicas constituem-se elementos imprescindíveis para o bem-estar da população, pois influencia diretamente a saúde física e mental da população.”

De acordo com Melo e Dias (2014), o fato de um parque urbano ser um espaço de sociabilidade e ter áreas verdes geram inúmeros benefícios. Ele é capaz de oferecer aos seus frequentadores a sensação de distanciamento dos ambientes urbanos construídos, criando um lugar de lazer e de tranquilidade, ao contrário do ritmo acelerado das cidades.

Quando questionados se criar parques urbanos significa investir em qualidade de vida, 98% afirmaram que sim, e 2%, negaram. A utilização do vegetal no espaço urbano é o estado de perfeita satisfação física, psíquica ou moral, e por fim o bem-estar e a qualidade de vida. A arborização agrupada dentro do cenário urbano - parques urbanos, praças - proporciona qualidade de vida, quando bem conservado, a seus habitantes (FERREIRA, 2005).

CONCLUSÃO

O presente artigo buscou analisar os dados obtidos através dos 100 respondentes de uma pesquisa realizada nas redes sociais acerca dos parques urbanos. Diante dos resultados obtidos foi possível constatar a importância dos parques urbanos na promoção da qualidade de vida aos indivíduos.

A partir desta análise foi possível perceber que a maioria dos respondentes possui graduação incompleta, com renda pessoal entre um e três salários mínimo e familiar maior que seis salários mínimos, entre 19 e 29 anos, solteiros e do sexo feminino, e que maioria destes trabalham/estudam 20 horas semanais.

Verificou-se que grande parte das pessoas dedicam tempo para lazer, e que costumam frequentar parques urbanos em suas horas vagas, para tomar sol, caminhar, descansar e levar crianças ou pets para passear, no mínimo uma vez na semana. Quanto aos parques urbanos foi diagnosticada a existência deles nas proximidades das residências dos respondentes, mas que a maioria destes apresenta má conservação.

Portanto, o objetivo deste trabalho foi alcançado, pois apontou que os parques urbanos trazem sim benefícios aos indivíduos, que além de proporcionar momentos de lazer, descanso e contato com a natureza, auxiliam na saúde mental, diminuição do estresse do dia-a-dia, e que devido a isto é de suma importância a criação de parques urbanos/praças em prol da qualidade de vida dos frequentadores. Através desta pesquisa um ponto impactante foi levantado, quanto a má conservação dos parques urbanos/praças, segundo os respondentes.

Por fim, tendo como proposta para estudos futuros recomenda-se realizar uma pesquisa para analisar o estado de conservação e segurança dos parques urbanos ou praças da cidade de Santa Maria/RS, acerca de ações dos órgãos públicos.

REFERÊNCIAS

ACHOUR, Junior Abdallah. Os efeitos da associação atividade física e saúde estão cada vez mais presentes na literatura científica. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, Pelotas v. 1, n. 2, p. 3-4, 1995. Disponível em: <https://drive.google.com/file/d/1rCeSst0DveaBtrSbz9kJNBK84fX6q7pr/view>>. Acesso em: 04 jun. 2018.

ALCÂNTARA, Ícaro Alves. **Qualidade de vida é vida**. São Paulo: Biblioteca24horas, 2010.

APPOLINÁRIO, Fábio. **Metodologia Científica**. São Paulo: Cengage, 2016.

BARROS, Aidil Jesus da Silveira; LEHFELD, Neide Aparecida de Souza. **Fundamentos da metodologia científica**. 3. ed. São Paulo: Pearson Prentice Hall, 2007.

CAMARGO, Rosângela; BUENO, Sônia. Lazer, a vida além do trabalho para uma equipe de futebol entre trabalhadores de hospital. **Revista Latino Americana de Enfermagem**, jul/ago 2003, v. 11, n. 4, p. 490-498. Disponível em: <https://bit.ly/2mVeJ4p>. Acesso em: 11 jun. 2018.

CASTELNOU, Antônio Manuel Nunes. Parques urbanos de Curitiba: de espaços de lazer a objetos de consumo. **Cadernos de Arquitetura e Urbanismo**, Belo Horizonte, v. 13, n. 14, p. 53-73, dez. 2006. Disponível em: <https://bit.ly/2kSAJMN>. Acesso em: 20 maio 2018.

DORIGO, Tania Amara; FERREIRA, Ana Paula Nascimento Lamano. Contribuições da percepção ambiental de frequentadores sobre praças e parques no Brasil (2009-2013), revisão bibliográfica. **Revista de Gestão Ambiental e Sustentabilidade - GeAS**, São Paulo, v. 4 n. 3, p. 31 - 45, 2015. Disponível em: <https://bit.ly/2moRU9c>. Acesso em: 04 jun. 2018.

FERREIRA, Adjalme Dias. **Efeitos positivos gerados pelos parques urbanos: o caso do Passeio Público da Cidade do Rio de Janeiro**. 2005. n. 111. Dissertação (Mestrado em Ciência Ambiental) - PGCA, UFF, Rio de Janeiro, 2005. Disponível em: <https://bit.ly/2fstLIT>. Acesso em: 30 maio 2018.

FILHO, Nestor Goulart Reis. **Contribuição ao estudo da evolução urbana no Brasil (1500/1720)**. São Paulo: EDUSP, 1968.

FLICK, Uwe. **Introdução à pesquisa qualitativa**. 3. ed. Porto Alegre, RS: Artmed, 2012.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002. Disponível em: <https://bit.ly/1swwi8J>. Acesso em: 31 maio 2018.

GOBBI, S. Atividade Física para pessoas idosas e recomendações da Organização Mundial de Saúde de 1996. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, Pelotas/RS, v. 2, n. 2, p. 41-49, 1997. Disponível em: <https://bit.ly/2ldO4Q1>. Acesso em: 31 maio 2018.

HERCULANO, Selene; PORTO, Marcelo Firpo; FREITAS, Carlos Machado (Organizadores). **Qualidade de vida e riscos ambientais**. Rio de Janeiro: EDUFF, 2000.

HOGAN, Daniel Joseph; VIEIRA, Paulo Freire. **Dilemas socioambientais e desenvolvimento sustentável**. São Paulo: Unicamp, 1995.

LONDE, Patrícia Ribeiro; MENDES, Paulo Cezar. A influência das áreas verdes na qualidade de vida urbana. **Revista Brasileira de Geografia Médica e da Saúde**, Hygeia, v. 10, n. 18, p. 264-272, 2014. Disponível em: <https://bit.ly/2kQCXw0>. Acesso em: 30 maio 2018.

LOBODA, Carlos Roberto; ANGELIS, Bruno. Áreas verdes públicas: conceitos, usos e funções. **Ambiência - Revista do Centro de Ciências Agrárias e Ambientais**, Guarapuava, Paraná, v. 1 n. 1, p. 125-139, 2005. Disponível em: <https://bit.ly/2mxfhNB>. Acesso em: 23 maio 2018.

MACEDO, Silvio Soares; SAKATA, Francine Gramacho. **Parques urbanos no Brasil brazilian urban parks**. São Paulo: EDUSP, 2003.

MARCELLINO, Nelson Carvalho. **Algumas aproximações entre lazer e sociedade**. Revista IberoAmericana, São Paulo, v. 1, n. 2, p. 15, mai. 2007/set. 2007. Disponível em: <https://bit.ly/2P6c15i>. Acesso em: 30 mai. 2018.

MARCONI, Marina; LAKATOS, Eva. **Fundamentos de Metodologia Científica**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2003.

MARICATO, Erminia Terezinha Menon. *Et al.* **Cidades rebeldes: Passe livre e as manifestações que tomaram as ruas do Brasil**. São Paulo: Boitempo e Carta Maior, 2013.

MARTINS, Raphael Tavares Pacheco; ARAÚJO, Ronaldo de Sousa. Benefícios dos parques urbanos. **Perspectivas online: humanas & sociais aplicadas**, Campos dos Goytacazes, v. 10, n. 4, p. 38-44, 2014. Disponível em: <https://bit.ly/2mWRS8K>. Acesso em: 30 mai. 2018.

MELO, Mariana Inocência Oliveira. **Parques urbanos, a natureza na cidade: práticas de lazer e turismo cidadão**. 2013, 202f. Dissertação (Mestrado Profissional em Turismo) - Universidade de Brasília, Brasília, 2013. Disponível em: <https://bit.ly/2mWS6g6>. Acesso em: 04 jun. 2018.

MELO, Mariana; DIAS, Karina. Parque Farroupilha, a natureza na cidade: práticas de lazer e turismo cidadão. **Revista de Turismo Contemporâneo**, Natal, v. 2, n. 1, p. 3, 2014. Disponível em: <https://bit.ly/2mYI1zh>. Acesso em: 11 jun. 2018.

NAHAS, Maria Inês Pedrosa. **Bases teóricas, metodológicas de elaboração e aplicabilidade de indicadores intra-urbanos na gestão municipal da qualidade de vida urbana em grandes cidades: o caso de Belo Horizonte**. 2002. 373 p. Tese (Doutorado em Ecologia e Recursos Naturais). Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade Federal de São Carlos, São Carlos: UFSCar, 2002. Disponível em: <https://bit.ly/2mqm3Vw>. Acesso em: 24 maio 2018

OLIVEIRA, Priscilla; BITAR, Omar. Indicadores Ambientais para o monitoramento de parques urbanos. **Revista de Gestão Integrada em Saúde do Trabalho e Meio Ambiente**, São Paulo, v. 4, n. 2, p. 2, 2009. Disponível em: <https://bit.ly/2lsBpZn>. Acesso em: 23 maio 2018.

RAMOS, Albenides. **Metodologia da Pesquisa Científica**. São Paulo: Atlas, 2009.

RANGEL, Helano Márcio Vieira. Algumas reflexões sobre bens ambientais áreas verdes e o parcelamento do solo urbano. **Orbis Revista Científica**, Fortaleza-CE, v. 2, n. 1, p. 72, 2010. Disponível em: <https://bit.ly/2mxgUuH>. Acesso em: 23 maio 2018.

RAUPP, Fabiano. Maury.; BEUREN, Ilse Maria. **Métodos da pesquisa aplicável as ciências sociais**. São Paulo: Atlas, 2003. Disponível em: <https://bit.ly/2mXWsDG>. Acesso em: 31 maio 2018.

ROLNIK, Raquel. **O lazer humaniza o espaço urbano**. In: Sesc SP. (Org). São Paulo: SESC/World Leisure, 2000. Disponível em: <https://bit.ly/2KbOsJA>.

PIRES, Afonso. **Qualidade de vida**: Estudo comparativo entre idosos que frequentam e não frequentam centros de convívio. 2007. n. 104. Monografia (Graduação em Psicologia) - Universidade Fernando Pessoa, Porto, 2007. Disponível em: <https://bit.ly/2HkpwJZ>. Acesso em: 23 maio 2018.

PRAÇA, Maria Isabel Fernandes. **Qualidade de vida relacionada com a saúde**: a perspectiva dos utentes que frequentam os centros de saúde do ACES Trás-os-Montes I Nordeste. 2012. n. 170. Dissertação (Mestrado Gestão das Organizações Ramo da Saúde) - IPB, Bragança, 2012. Disponível em: <https://bit.ly/2ltNOMP>. Acesso em: 03 jun. 2018.

SÃO JUDAS UNIVERSIDADE. **Os desafios de trabalhar e estudar ao mesmo tempo**, 2016. Disponível em: <https://bit.ly/2kQI0MY>. Acesso em: 03 jun. 2018.

SZEREMETA, Bani; ZANNIN, Paulo Henrique; A importância dos parques urbanos e áreas verdes na promoção da qualidade de vida em cidades. **Revista Ra'e Ga - O Espaço Geográfico em Análise**, Curitiba, v. 29, p. 177-193, 2013. Disponível em: <https://bit.ly/2mXYbJa>. Acesso em: 23 maio 2018.

VILLAÇA, Flávio. **O processo de urbanização no Brasil**. In: Csaba Deák & Sueli Ramos Schiffer (Org). São Paulo: Editora Universidade de São Paulo, 1999.

