



**MINISTÉRIO DO EDUCAÇÃO**  
**UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA**  
**INSTITUTO DE CIÊNCIAS HUMANAS DO PONTAL**  
**CURSO DE GRADUAÇÃO EM GEOGRAFIA**



**LORENA LACERDA LIMA E BEZERRA**

**MAPEAMENTO E CARACTERIZAÇÃO DE ACADEMIAS AO AR  
LIVRE EM ITUIUTABA - MG**

**Ituiutaba**

**2023**

**LORENA LACERDA LIMA E BEZERRA**

**MAPEAMENTO E CARACTERIZAÇÃO DE ACADEMIAS AO AR  
LIVRE EM ITUIUTABA - MG**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Graduação em Geografia – Licenciatura e Bacharelado, do Instituto de Ciências Humanas do Pontal (ICHPO), da Universidade Federal de Uberlândia como requisito parcial para obtenção do título de licenciado e bacharel em Geografia.

Orientador: Profa. Dra. Gerusa G. Moura

**Ituiutaba**

**2023**

**BANCA EXAMINADORA**

**MAPEAMENTO E CARACTERIZAÇÃO DE ACADEMIAS AO AR LIVRE EM  
ITUIUTABA - MG**

---

Profa. Dra. Geresa Gonçalves Moura – ICHPO/UFU

---

Prof. Dr. Rildo Aparecido Costa – UFU/IG

---

Ms. José Victor Alves da Silva

Resultado: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_\_

*Dedico este trabalho aos meus pais, pelo estímulo, carinho e compreensão.*

## AGRADECIMENTOS

Primeiramente, dedico este trabalho a Deus, que tem me sustentado desde a minha aprovação no Curso. Toda honra e glórias a Jesus pela oportunidade de cursar e agora concluir esta etapa.

Agradeço imensamente aos meus familiares. Meu esposo, que esteve ao meu lado em todas as etapas, e meus pais, sogros, irmão e cunhado celebraram comigo cada conquista.

Quero expressar minha gratidão a todos os professores que cruzaram meu caminho acadêmico. Mesmo os mais desafiadores conseguiram transmitir o amplo conhecimento em Geografia, alterando minha forma de perceber e enxergar o mundo ao meu redor.

Em especial, agradeço à minha orientadora, Gerusa, por sua paciência ao longo desse processo e pelo suporte fundamental que me ofereceu para concluir esta etapa.

Lembro das palavras de Provérbios 2:6: “*O Senhor é quem dá sabedoria; de sua boca procedem o conhecimento e o discernimento*” - Um versículo que orientou minha jornada acadêmica.

*“Todos nós sabemos alguma coisa. Todos nós ignoramos alguma coisa.”*

(FREIRE, 2002, p. 69)



## RESUMO

O Programa Vida Saudável visa promover hábitos saudáveis e incentivar a prática regular de exercícios físicos na comunidade. Neste processo de valorização da saúde humana programas de lazer para o cidadão como as Academia ao Ar Livre (AAL) surgem para trazer melhor qualidade de vida, pois são instalações que visam disponibilizar aparelhos de musculação e propiciar exercícios físicos em espaços públicos, praças e parques. Este trabalho tem como objetivo geral conhecer as Academias ao Ar Livre instaladas na cidade de Ituiutaba/MG e sua contribuição na qualidade de vida da população. E, como objetivos específicos, descrever como elas foram criadas e onde foram instaladas; caracterizar a sua infraestrutura e como o serviço é oferecido à população. A pesquisa foi realizada com base em procedimentos metodológicos, onde primeiramente foram consultadas várias fontes bibliográficas e feito um levantamento de dados primários e secundários acerca desses equipamentos. As análises bibliográficas foram realizadas em diversas fontes, como livros, artigos em periódicos, dissertações, teses, dentre outros, serviram como embasamento teórico. Em relação aos dados secundários, foi realizada consultas a órgãos públicos para levantamento de informações vinculadas à criação, história, infraestrutura e organização espacial do nosso objeto de estudo, ou seja, as academias. Foi realizado o levantamento de dados em campo na Secretaria Municipal de Planejamento Urbano de Ituiutaba para conhecer os locais onde estão instaladas as Academias ao Ar Livre. E, ainda, foi realizado um questionamento via *Instagram*, onde se buscou informações junto à população para saber das localidades e das condições que se encontram as AAL na cidade de Ituiutaba. A caixa de perguntas foi visualizada por 232 pessoas e respondida por apenas 20 pessoas. Atualmente foram mapeadas na cidade um total de 15 (quinze) Academias ao Ar Livre. Foram realizadas pesquisas em campo onde foi possível identificar os locais de instalação das academias, a fim de fotografar o espaço de cada uma, identificando os equipamentos presentes nelas e as condições dos mesmos. Foi verificado que a maioria das academias possuem uma padronização em sua estrutura, com equipamentos semelhantes. As academias, em sua maioria estão em boas condições de uso, e a minoria sem condições de uso. Porém, não foi encontrado nenhum planejamento de construção, como também não foi encontrado nenhum projeto de uso desses locais pelos órgãos da saúde, mesmo que as Academias ao Ar Livre estejam próximas aos Posto de Saúde, observa-se que não é usufruído desses espaços pelos serviços de saúde. Dos 15 locais onde as academias estão instaladas, 6 estão próximo a serviços que ofertam cuidados de saúde preventiva, como os postos de saúde (PSF). Essa falta de aproveitamento desses recursos próximos evidencia uma oportunidade perdida de promover a saúde de forma abrangente. Diante desse cenário, sugere-se que os postos de saúde otimizem o uso dessas instalações, promovendo atividades físicas e programas de saúde comunitários para maximizar os benefícios proporcionados pelas Academias ao Ar Livre; além disso, seria importante que a Prefeitura Municipal também fizesse uma gestão melhor desses equipamentos, com manutenção diária dos mesmos, oferta de instrutores em alguns horários de maior fluxo ou mesmo placas informativas de como utilizar corretamente os equipamentos.

**Palavras-chave:** Academia ao ar livre. Geografia da saúde. Lazer. Qualidade de Vida.



## LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Ituiutaba/MG: caixa de perguntas colocada no Instagram, 2022.....	15
Figura 2 A – Ituiutaba/MG: bairros do Município, 2022 .....	23
Figura 2 B– Ituiutaba/MG: localização das academias, 2022 .....	28
Figura 3 – Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL situada no Bairro Nova Ituiutaba I, 2022.....	27
Figura 4 – Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Nova Ituiutaba I, 2022.....	27
Figura 5 – Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Gerson Baduy, 2022 .....	28
Figura 6 – Ituiutaba/MG: vista parcial dos aparelhos AAL do Bairro Gerson Baduy, 2022 ...	29
Figura 7 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Eldorado, 2022 .....	29
Figura 8 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Eldorado, 2022 .....	30
Figura 9 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Buritis, 2022.....	31
Figura 10 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Buritis, 2022.....	31
Figura 11 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Alcides Junqueira, 2022 .....	32
Figura 12 - Ituiutaba/MG: vista aparelho da AAL do Bairro Alcides Junqueira, 2022 .....	33
Figura 13 - Ituiutaba/MG: vista dos aparelho instalados na AAL do Bairro Natal, 2022.....	34
Figura 14 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Natal, 2022 .....	34
Figura 15 - Ituiutaba/MG: vista de um informativo sobre a AAL do Bairro Natal, 2022.....	35
Figura 16 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Universitário, 2022.....	35
Figura 17 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Universitário, 2022.....	36
Figura 18 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Platina, 2022.....	37
Figura 19 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Platina, 2022.....	37
Figura 20 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Marta Helena, 2022 .....	38
Figura 21 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Marta Helena, 2022 .....	39
Figura 22 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Sol Nascente, 2022.....	40
Figura 23 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Sol Nascente, 2022.....	40
Figura 24 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Progresso, 2022 .....	41
Figura 25 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Progresso, 2022 .....	42
Figura 26 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Setor Norte, 2022 .....	43
Figura 27 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Setor Norte, 2022 .....	43
Figura 28 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Jardim Europa II, 2022.....	44
Figura 29 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Jardim Europa II, 2022.....	45

Figura 30 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Satélite Andradina, 2022 .....	45
Figura 31 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Satélite Andradina, 2022 .....	46
Figura 32 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Bela Vista, 2022 .....	47
Figura 33 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Bela Vista, 2022 .....	47

## **LISTA DE TABELAS**

Tabela 1 – Ituiutaba/MG: caracterização das AAL, 2023.....	49
--	----

## SUMÁRIO

<b>INTRODUÇÃO .....</b>	<b>12</b>
<b>Figura 1 – Ituiutaba/MG: caixa de perguntas colocada no Instagram, 2022 .....</b>	<b>15</b>
<b>CAPÍTULO 1 .....</b>	<b>17</b>
<b>AS ACADEMIAS AO AR LIVRE E SUA IMPORTÂNCIA NA QUALIDADE DE VIDA DA POPULAÇÃO URBANA .....</b>	<b>17</b>
<b>1.1. IMPORTÂNCIA DA PRÁTICA DA ATIVIDADE FÍSICA AO AR LIVRE.....</b>	<b>19</b>
<b>CAPÍTULO 2 .....</b>	<b>22</b>
<b>QUALIDADE DE VIDA NO MUNICÍPIO DE ITUIUTABA/MG .....</b>	<b>22</b>
<b>Figura 2 A - Ituiutaba/MG: bairros do Município, 2022.....</b>	<b>23</b>
<b>CAPÍTULO 3 .....</b>	<b>26</b>
<b>CARACTERIZAÇÃO DAS ACADEMIAS AO AR LIVRE DE ITUIUTABA – MG ....</b>	<b>26</b>
<b>3.1 ACADEMIA AO AR LIVRE DO BAIRRO NOVA ITUIUTABA I .....</b>	<b>27</b>
<b>3.2 AAL SITUADA NO BAIRRO GERSON BADUY.....</b>	<b>28</b>
<b>3.3. A AAL SITUADA NO BAIRRO ELDORADO.....</b>	<b>29</b>
<b>3.4. A AAL SITUADA NO BAIRRO BURITIS .....</b>	<b>30</b>
<b>3.5. A AAL SITUADA NO BAIRRO ALCIDES JUNQUEIRA .....</b>	<b>32</b>
<b>3.6. A AAL SITUADA NO BAIRRO NATAL.....</b>	<b>33</b>
<b>3.7. A AAL SITUADA NO BAIRRO UNIVERSITÁRIO .....</b>	<b>35</b>
<b>3.8. A AAL SITUADA NO BAIRRO PLATINA.....</b>	<b>36</b>
<b>3.9. A AAL SITUADA NO BAIRRO MARTA HELENA.....</b>	<b>38</b>
<b>Figura 21 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Marta Helena, 2023.....</b>	<b>39</b>
<b>3.11. A AAL SITUADA NO BAIRRO PROGRESSO .....</b>	<b>41</b>
<b>3.12. A AAL SITUADA NO BAIRRO SETOR NORTE.....</b>	<b>42</b>
<b>3.13 A AAL SITUADA NO BAIRRO JARDIM EUROPA II.....</b>	<b>44</b>
<b>3.14. A AAL SITUADA NO BAIRRO SATÉLITE ANDRADINA .....</b>	<b>45</b>
<b>3.15. A AAL SITUADA NO BAIRRO BELA VISTA.....</b>	<b>46</b>
<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>51</b>
<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>52</b>
<b>ANEXO - ROTEIRO DE OBSERVAÇÃO.....</b>	<b>53</b>

## INTRODUÇÃO

A Geografia estuda o processo de urbanização, a fim de monitorar dentre outros, seus aspectos ambientais e a necessidade de criação de áreas de lazer e práticas de esportes. Nesse sentido, surge uma necessidade de se questionar como o processo de urbanização vem somar na criação de áreas que tragam bem-estar à população.

O processo de urbanização se intensificou com a saída da população do campo em direção às cidades. Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), em 1940, o Brasil era um país com a população rural superior à urbana, com uma taxa de urbanização de 31,23% (IBGE, 1940). Após 1940, a população começou a migrar do campo para a cidade, mas o salto quantitativo se tornou mais visível a partir de 1980, com a população urbana ultrapassando a rural e, a partir de então, o país vem acumulando um grande aumento desta taxa, sendo que de acordo com dados da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD, 2015), a maior parte da população brasileira hoje, ou seja, 84,72% vivem em áreas urbanas.

No Brasil, tal fato se dá pelo êxodo rural e mecanização do campo. As máquinas ocuparam um papel cada vez mais relevante na economia, substituindo o trabalho manual pelo trabalho mecânico no campo, retirando diversos postos de trabalho dos trabalhadores rurais, que migraram para as cidades em busca de trabalho. Ao mesmo tempo, as cidades não estavam preparadas para atender essa demanda tão grande e que chegou tão rápida. Muitas cidades surgiram sem planejamento e com precária infraestrutura básica, como água, esgoto, energia e áreas de lazer, itens essenciais à qualidade de vida do ser humano.

Em Ituiutaba, o deslocamento da população rural para a cidade também não foi diferente. Até a década de 1950, a cidade ostentava o título de “Capital do Arroz” e, atualmente, grande parte dos trabalhadores da zona rural da cidade de Ituiutaba habitam na cidade e contribuíram para a formação dos 91 (noventa e um) bairros existentes atualmente, sendo que se encontram neles a presença de somente 15 academias ao ar livre para que seus habitantes possam se exercitar e ter melhor qualidade de vida (Ituiutaba, 2022).

A qualidade de vida visa proporcionar saúde e bem-estar geral das pessoas, além de garantir que elas tenham uma experiência de vida melhor em seu cotidiano. A qualidade de vida é uma preocupação generalizada que visa o bem-estar do indivíduo (Albuquerque, 2012).

A fim de se obter a qualidade de vida é necessário infraestrutura e serviços de atendimento às necessidades básicas da população; entre elas a implantação de espaços de lazer, que ofereçam condições de preservar a saúde física e mental, diante da sobrecarga de tarefas do dia a dia, uma vez que para ter qualidade ambiental, precisamos pensar sempre em saúde e conforto do indivíduo. (Chiavenato, 2014).

A preocupação com a qualidade de vida leva tanto o Poder Público quanto as empresas privadas a ter preocupação com o diagnóstico e prevenção de doenças, fazendo o estudo do homem em seu ambiente (Carrillo *et al*, 2010). Para César *et al* (2014), para que se tenha qualidade de vida é necessário que os espaços urbanos privilegiem a saúde, a ergonomia, psicologia, sociologia, economia, administração e engenharia à população. Autores como Cerqueira (2010) e César *et al* (2014) enfatizam a valorização do espaço urbano seguindo critérios de bem-estar como os citados acima, pois estes garantem a saúde e preservam a integridade física, psicológica e social do cidadão.

Neste processo de valorização da saúde humana programas de lazer para o cidadão como as Academia ao Ar Livre (AAL) surgem para trazer melhor qualidade de vida, pois são instalações que visam disponibilizar aparelhos de musculação e propiciar exercícios físicos em espaços públicos, praças e parques.

Mediante as considerações anteriores, este trabalho tem como objetivo geral conhecer as Academias ao Ar Livre instaladas na cidade de Ituiutaba/MG e sua contribuição na qualidade de vida da população. E, como objetivos específicos, descrever como elas foram criadas e onde foram instaladas; caracterizar a sua infraestrutura e como o serviço é oferecido à população.

A pesquisa foi realizada com base em vários procedimentos metodológicos. Primeiramente foram consultadas várias fontes bibliográficas e feito um levantamento de dados primários e secundários acerca desse equipamento. As análises bibliográficas em diversas fontes, como livros, artigos em periódicos, dissertações, teses, dentro outros serviram como embasamento teórico.

Em relação aos dados secundários, foi realizada consultas a órgãos públicos para levantamento de informações vinculadas à criação, história, infraestrutura e organização espacial do nosso objeto de estudo, ou seja, as academias. Foi realizado o levantamento de dados em campo na Secretaria Municipal de Planejamento Urbano de Ituiutaba para conhecer os locais onde estão instaladas as Academias ao Ar Livre.

Além disso, foi realizado um questionamento aberto à população em geral, utilizando a plataforma Instagram como meio de interação. Através de uma caixa de perguntas disponibilizada na interface da rede social, o público foi incentivado a compartilhar informações pertinentes à localização das Academias ao Ar Livre (AAL) na cidade de Ituiutaba/MG.

É crucial ressaltar que a escolha do Instagram como canal de interação desempenhou um papel significativo no alcance da pesquisa. Com a sua ampla base de usuários e a facilidade de compartilhamento de informações visuais, a plataforma proporcionou uma abordagem acessível e envolvente para a coleta de dados.

A Figura 1, mencionada logo abaixo, demonstra a caixa de perguntas visualizada por 232 pessoas, indicando um engajamento considerável, demonstrando o potencial da rede social como uma ferramenta eficaz para alcançar uma audiência diversificada. Contudo, é notável que somente 20 pessoas tenham respondido, o que levanta questões sobre os desafios associados à participação ativa em pesquisas online

Apesar do número limitado de respostas, as contribuições obtidas oferecem uma valiosa perspectiva da comunidade em relação às AAL em Ituiutaba/MG. Essas informações, mesmo que em quantidade reduzida, forneceu dados importantes para a conclusão do trabalho.

A escolha estratégica da plataforma de rede social, Instagram, facilitou o alcance e a participação da comunidade na pesquisa, embora a baixa taxa de resposta destaque a necessidade contínua de abordagens diversificadas para maximizar a obtenção de dados em estudos desse tipo.

Figura 1 – Ituiutaba/MG: caixa de perguntas colocada no Instagram, 2022



Fonte: BEZERRA, 2022.

Posteriormente, foi realizado um trabalho de campo com o objetivo de delimitar e reconhecer a área de estudo. Foram visitadas as 15 AAL implantadas na cidade de Ituiutaba/MG e, a partir de um roteiro de observação, elas foram localizadas, fotografadas, observado o estado de conservação, a quantidade e o tipo dos equipamentos instalados.

Após o levantamento dos dados e o estudo de campo, foi elaborado o mapeamento com o uso do *software SIG ArcGis Pro*. Nas camadas dos limites administrativos como as divisões municipais e estaduais foram utilizadas a base de dados do IBGE (2021). Na camada de rodovias foram utilizados dados do DNIT (2023). Como imagem de fundo foi utilizada a camada fornecida pela *Esri*, intitulada de "*Base Map*". Os pontos indicativos de academias foram obtidos pela coleta em campo e inseridos no mapa através da ferramenta "*Go to XY*", que determina pontos a partir de coordenadas inseridas. As localizações dos Postos de Saúde foram pesquisadas e os endereços coletados no *Google Maps*. Com esses endereços localizados na



base de dados do *software*, foram extraídas as suas coordenadas e, novamente, utilizado a ferramenta "Go tô XY" para indicar e plotar o ponto de localização de cada PSF.

De posse dos mapas e dos dados foi construída uma análise que permitiu entender a dinâmica de ocupação do lazer e da atividade física na cidade de Ituiutaba/MG. Os dados foram tratados da seguinte maneira: primeiramente separados em categorias semelhantes, como localização no bairro, estrutura física da academia ao ar livre, condições de conservação para, posteriormente, serem analisados conforme o referencial adotado.

Esta pesquisa é caracterizada como uma pesquisa descritiva, pois analisa a dinâmica espacial, social, econômica e histórica da fundação de academias ao ar livre. E, também histórica, pois compreende dados oficiais representados por documentos registrados e encontrados na Secretaria Municipal de Planejamento Urbano de Ituiutaba e por fotos realizadas nos locais indicados.

Diante disso, o trabalho a seguir está organizado em três partes, sendo que na primeira há uma breve abordagem sobre o processo de urbanização e conceitos de academia ao ar livre. Na sequência, relata os dados geográficos do município e suas atividades de lazer, bem como o campo de estudo relatando a história de sua formação. E, finalizando, apresenta os resultados das investigações com os dados obtidos e análise da infraestrutura das Academias ao Ar Livre instaladas na cidade de Ituiutaba/MG.

## **CAPÍTULO 1**

### **AS ACADEMIAS AO AR LIVRE E SUA IMPORTÂNCIA NA QUALIDADE DE VIDA DA POPULAÇÃO URBANA**

Neste capítulo será apresentada a temática principal do trabalho, as formas de ocupação dos espaços públicos, adentrando à história da criação de Academias ao Ar Livre (ALL) e a importância delas na realização de atividades físicas e, por conseguinte, destas para o bem-estar físico e mental da população.

A implantação de Academia ao ar livre é uma característica clara de um período, denominado por Santos (1994), como o Científico-Informacional, pois reflete a preocupação e necessidade em disseminar o conhecimento e democratizar o seu acesso ao território como um todo, procurando, desta forma, construir as bases para uma sociedade inserida nas discussões das questões locais e globais. Como afirmam Moura e Damasceno (2011), é neste processo que as cidades passam a ter uma importância econômica e política significativa, uma vez que é palco da produção e reprodução do capital e, para sobreviver, elas precisam estar inseridas na rede urbana.

A ocupação do espaço público nas cidades sempre foi desordenada. Somente a partir do século XX é que se começou a preocupar com o uso do espaço urbano para a promoção da saúde física do cidadão. (Rodrigues, 2003). Seguindo uma proposta originada em Porto Alegre no ano de 1926 denominada "Praça de Esporte e Recreação", foram difundidas as Academias ao Ar Livre (AAL) por todo o país, através do Programa Brasil Saudável, lançado pelo Ministério da Saúde em 2005 (Santana, 2014).

O Programa Vida Saudável buscou cumprir o compromisso assumido com OPAS/OMS (Organização Pan Americana de Saúde/Organização Mundial de Saúde) de cumprir as diretrizes e ações previstas na estratégia global para a promoção da alimentação saudável, atividade física e saúde, em conjunto com as secretarias de saúde e postos de saúde que realizam o tratamento da saúde da vizinhança.

Na perspectiva da Geografia da Saúde, o Programa Vida Saudável tem a função de contemplar o tratamento da saúde da população, sendo uma interface científica e interdisciplinar entre saúde e lazer, que tem por objetivo contribuir no tratamento do processo saúde-doença (Santana, 2014).

Segundo o Ministério da Cidadania (Brasil, 2022, s./p.), o Programa Vida Saudável tem como objetivos,

- Desenvolver ações voltadas para pessoas predominantemente com 60 anos ou mais, nos núcleos de esporte recreativo e de lazer.
- Estimular a intersetorialidade e a gestão participativa entre os sujeitos locais direta e indiretamente envolvidos.
- Orientar entidades convenientes para estruturar e conduzir políticas públicas de lazer e de esporte para pessoas idosas, baseadas na educação popular.
- Promover e estimular a formação continuada de gestores e agentes sociais de lazer e esporte recreativo, com vistas a intervir junto ao público idoso.
- Incentivar a organização coletiva de eventos de lazer e esporte recreativo para envolver a população local.
- Garantir a apropriação do direito ao lazer e ao esporte recreativo, reconhecendo e valorizando a cultura local.

O Programa também visa dar oportunidade de realização e a prática de exercícios físicos, atividades culturais e de lazer para os cidadãos idosos, instigando a convivência social, para que o esporte e o lazer se tornem efetivamente uma política pública, que seja de direito de todos os cidadãos (Mascotto, 2014).

O Programa Vida Saudável é parte integrante de outras políticas públicas integrantes do Sistema Único de Saúde (SUS) para a população. Em 2011, o Ministério da Saúde publicou a Portaria n.º. 719/2011, que criou o Programa Academia da Saúde, sendo resultante de uma política que busca, localmente, criar políticas e espaços de promoção da saúde, valorizando o território e a comunidade nele inseridas, como cidadãos capazes de articular e determinar a mudança nos indicadores sociais da saúde, a partir da sua realidade local, aliada a práticas de atividades físicas realizadas nas Academias ao Ar Livre fornecidas pelo programa (Mascotto, 2014).

Para manter a saúde daqueles que frequentam as Academias ao Ar Livre (AAL), o Programa Vida Saudável propõe medidas eficazes: dormir de 7 a 8 horas por noite, manter o peso adequado, praticar atividade física regularmente, consumir bebidas alcoólicas com moderação, não fumar e garantir uma alimentação saudável pela manhã, como indicado por Dantas (2012).

Destacando a importância de uma dieta equilibrada, o Programa Vida Saudável ressalta a inclusão de frutas, verduras, carboidratos integrais, proteínas e gorduras boas. Cuidar do que se consome é fundamental para uma alimentação saudável, que pressupõe um prato colorido, variado e equilibrado. Essa abordagem alimentar pode prevenir doenças como infarto

do miocárdio, acidente vascular encefálico (AVE), câncer, hipertensão, diabetes e alterações do colesterol, conforme destacado por Dantas (2012).

A construção de AAL próximas aos postos de saúde foi outra iniciativa do mesmo Programa. Além de oferecer infraestrutura e equipamentos, visou articular práticas de comportamentos voltados para a promoção da vida saudável e que interagem com outras políticas como ocorreu, por exemplo, com o Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) no Brasil, nos anos de 2011-2022, com o enfrentamento da pressão alta e diabetes.

A implantação das Academias ao Ar Livre demonstrou que o lazer abrange uma gama muito grande de possibilidades: repousar, comer, fazer visitas, ir ao cinema, estádio, ouvir rádio, ver tevê, jornal, praticar esportes, jardinagem, fotografia, ouvir música, etc. Sendo assim, a recreação é uma forma de transformar os momentos de folga para não se deixar cair no ócio. O sistema de espaços livres públicos tem, portanto, uma grande parcela de responsabilidade em fornecer opções para que a população encontre, nos momentos de lazer, muitas possibilidades de escolha para sua recreação ao ar livre, tão importante nas cidades (Mascotto, 2014).

### **1.1. Importância da prática da atividade física ao ar livre**

A saúde se define, segundo a OMS (2006), como um estado completo de bem-estar físico, social e mental e não apenas a ausência de doença. O atual conceito ampliado de saúde desloca-se do campo biológico. Ele precisa ser pensado não apenas do ponto de vista da doença, mas dos aspectos econômicos, políticos e histórico-sociais, da qualidade de vida e das necessidades básicas do ser humano, seus valores, crenças, direitos, deveres e das suas relações dinâmicas e construídas ao longo de todo ciclo da vida e do meio em que convive.

É indispensável, nesse contexto, entender saúde por meio das relações históricas e socioculturais que o indivíduo mantém com o outro e com a comunidade e nas suas formas de convivência com o meio ambiente (Brasil, 2008). É na relação com o meio ambiente que ocorre o lazer. Para Dumazedier (1979, p. 39),

O lazer é, um conjunto de ocupações às quais o indivíduo pode entregar-se de livre vontade, seja para repousar, seja para divertir-se, recrear-se e entreter-se, ou, ainda, para desenvolver sua informação ou formação desinteressada, sua participação social voluntária ou sua livre capacidade criadora após livrar-se ou desembaraçar-se das obrigações profissionais, familiares e sociais.

Diante dessas conceituações, entende-se que para que se tenha qualidade de vida, Freitas e Py (2002, p. 106) sugerem que,

O estilo de vida deve ser alicerçado em hábitos saudáveis: atividade física regular e orientada, alimentar-se sem exageros, manter o peso ideal, ingerir álcool com moderação, não fumar e fazer controles médicos periódicos, mesmo na ausência de sintomas.

O ambiente saudável que contribui para a saúde do cidadão precisa ter ausência de poluentes, infraestrutura sanitária adequada, possibilidades de acesso ao mercado de trabalho, a saúde e a eventos socioculturais (Papaléo Netto, 1999). A ciência comprova que somente quando as políticas públicas de promoção de saúde e vida saudável forem adotadas é que garantirão à população uma qualidade de vida melhor.

Todos almejam ter qualidade de vida e saúde para envelhecer com sucesso (senescência), não de forma degradante (senilidade). E os exercícios físicos isotônicos moderados amenizam a maioria das perdas apresentadas anteriormente. Por isso, é importante ressaltar que a atividade física regular e bem orientada pode efetivamente prevenir uma grande gama de enfermidades, como doenças cardiovasculares, quedas e depressão.

Os benefícios do exercício físico regular são inúmeros. Os mesmos auxiliam na perda de peso, ganho de massa muscular; ajuda na prevenção da osteoporose; liberam endorfinas que são responsáveis por diminuir a ansiedade, estresse e melhorar o humor; ajuda a manter uma melhor noite de sono e prevenir doenças. A Organização Mundial da Saúde (OMS) preconiza a prática de no mínimo 30 minutos de exercício diário para manter os benefícios e manutenção do hábito. Medidas como trocar o carro pela bicicleta ajudam a melhorar o meio ambiente, reduz custos e ainda melhora a saúde, além de proporcionar bem-estar e aumentar a vida social (São Paulo, 2016).

A prevenção de doenças é um conjunto de ações, normalmente de caráter multidisciplinar, que visa identificar problemas e promover a reabilitação em pacientes sintomáticos (Correa, 2012). Quando se envelhece fica-se mais vulnerável a várias doenças. É essencial saber que se pode prever ou no mínimo controlar algumas delas, tomando alguns cuidados simples, como a realização de atividades físicas e hábitos de vida saudável. (Papaléo Netto, 1999).

Diante disso, é possível observar a relevância positiva das academias ao ar livre para a população de uma forma geral, pois através desses espaços que é realizado a prática dos

exercícios físicos, importante para o cuidado e prevenção da saúde. Nas AAL geralmente há espaços para a realização de caminhadas, pois como o Programa Vida Saudável (Dantas, 2012) ressalta, é importante que se realize caminhadas, pois esta atividade é altamente positiva se realizada com regularidade por cerca de 30 minutos.

A população frequentadora da AAL deve ser orientada a todo instante por profissionais da saúde, que devem se preocupar com a dieta, prática de exercícios moderados, lazer, controle de visitas aos médicos para o controle de rotina da sua saúde. As ações multidisciplinares/interdisciplinares têm como objetivo a obtenção de impactos sobre os diferentes fatores que interferem no processo saúde doença, por meio de uma abordagem integral aos indivíduos e famílias, intervindo com ações voltadas a realidade a qual são inseridos (Correa, 2012).

Além das práticas de atividades físicas e da alimentação saudável, a AAL é um espaço que em conjunto com as Unidade Básica de Saúde (UBS) pode levar conhecimento para a população, inclusive sobre os cuidados que se deve ter com os idosos, já que mais do que a metade das quedas de idosos (66%) acontecem em domicílio, sendo o quintal (54%) e o piso molhado (26%) as maiores causas (Duarte, 2011).

Os fatores de riscos intrínsecos para as quedas são os relacionados ao envelhecimento e às limitações do indivíduo e as AAL vão muito além de serem apenas um local de realização do exercício físico, já que nela é possível fazer exercícios que auxiliam no fortalecimento muscular e conscientização dos movimentos, contribuindo assim para a diminuição de acidentes domésticos por falta de força muscular.

Entre as medidas preventivas orienta-se o autocuidado; adaptação dos objetos de uso pessoal (como calçados e roupas); estabelecimento de um ambiente seguro (como iluminação e pisos antiderrapantes); orientação para procurar assistência médica em caso de deficiência visual, desequilíbrio ou sintomas que aumentam o risco de quedas; orientação quanto ao uso correto das medicações; e evitar comportamentos de risco (Correa, 2012).

Na prática da atividade física com população idosa, obter informações precisas são fundamentais para a melhor compreensão dos resultados obtidos. Por isso é importante que as atividades físicas realizadas na AAL partam do princípio do cuidado geral com a saúde, tendo o profissional que nela atua uma abordagem da história clínica e do exame físico na avaliação dos pacientes sobretudo idosos, antes que estes comecem a realizar exercícios nas AAL.

## **CAPÍTULO 2**

### **QUALIDADE DE VIDA NO MUNICÍPIO DE ITUIUTABA/MG**

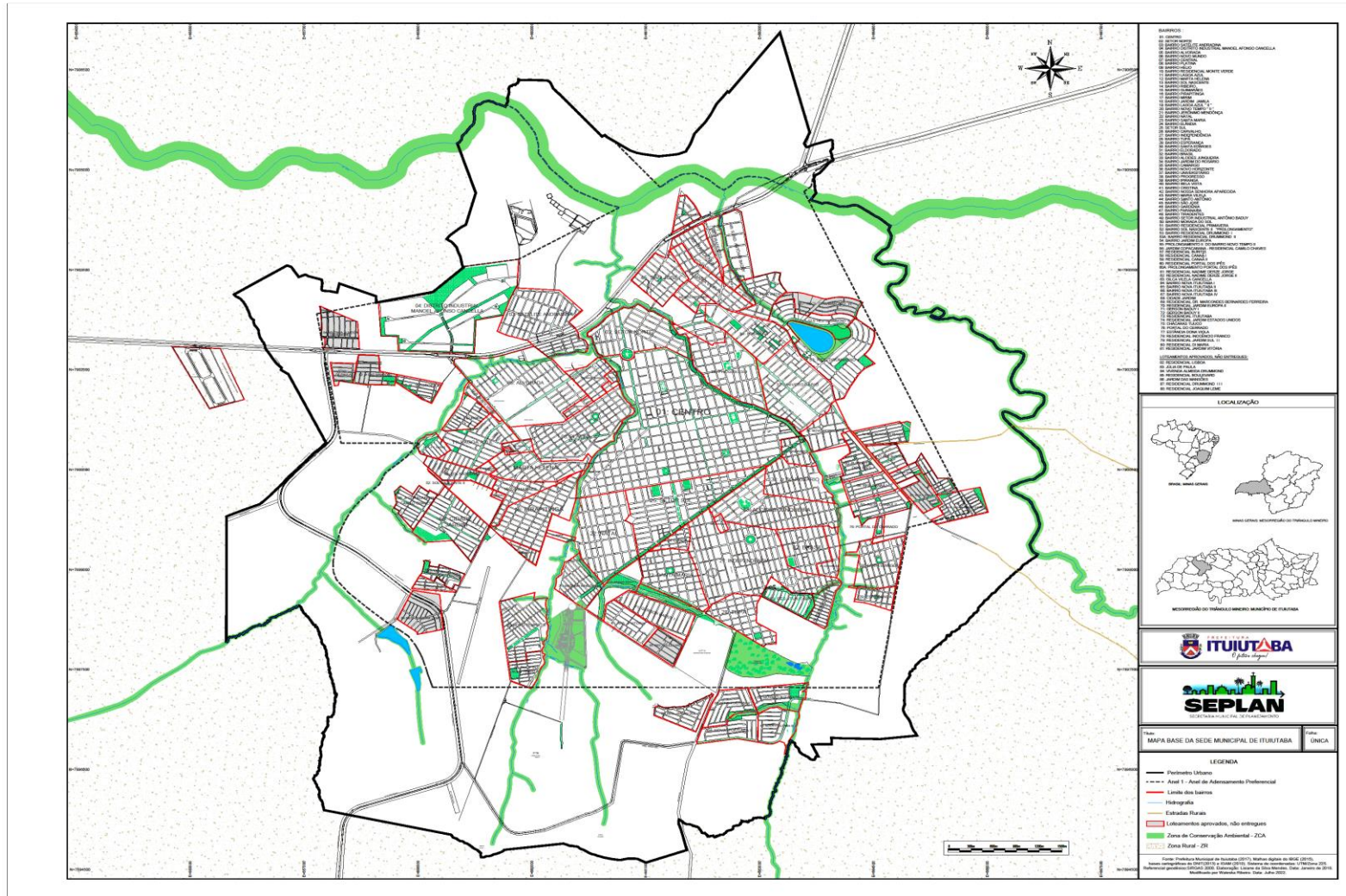
O município de Ituiutaba localiza-se na mesorregião do Triângulo Mineiro e Alto Paranaíba, no Estado de Minas Gerais (Figura 1), sendo limitado pelas coordenadas geográficas 18° 58' 08" Latitude Sul e 49° 27' 54" Longitude Oeste de Greenwich, com uma área de 2.694 km<sup>2</sup>. Possui uma altitude de 604m e o clima predominante é classificado como quente úmido, segundo Koppen, e tropical de inverno seco com estação chuvosa bem definida no período de outubro a abril e um período seco de maio a setembro com temperaturas médias de 14°C em junho e 31°C em dezembro. (Ituiutaba, 2021).

Ituiutaba participou ativamente do processo histórico de ocupação de Minas Gerais, pois a cidade nas décadas passadas ostentava o título de “Capital do Arroz”, sendo um grande pólo produtor. Ainda hoje o município relembra os tempos brilhantes da cultura do arroz.

Atualmente, a cidade é um polo regional, com uma estrutura diversificada na oferta de produtos e serviços que atende a diversas cidades do Pontal do Triângulo Mineiro como: Santa Vitória, Guarinhatã, Canápolis, Capinópolis e Cachoeira Dourada de Minas. O município possui no agronegócio atividades que se destacam, como a agricultura de soja e milho, e também uma sólida pecuária de corte e leite (Ituiutaba, 2022).

Isso acontece por Ituiutaba (MG) consolida-se como polo regional com interações espaciais em diferentes níveis escalares, entre as quais, as nacionais e internacionais estão vinculadas à existência de agroindústrias dos setores de beneficiamento de grãos, laticínio, frigorífico e sucroalcooleiro, com sua produção voltada, principalmente, para as demandas do mercado externo (exportação), no entanto, sem deixar de atender o mercado interno brasileiro. Já na escala regional, os serviços de saúde e educação superior são os responsáveis pela intensificação das interações, acompanhados da comercialização de alguns produtos produzidos nas unidades industriais menores da cidade, como: beneficiadoras de café (torração e moagem), frigoríficos, laticínios e olarias. Da mesma forma, o setor terciário de Ituiutaba (MG) se estabelece como centralizador das relações regionais, atendendo tanto as necessidades de sua população, quanto às cidades vizinhas, o que resulta no aumento do dinamismo do setor (Oliveira, 2014, p. 110).

Figura 2 - Ituiutaba/MG: bairros do Município, 2022



Fonte: Prefeitura de Ituiutaba, 2017. RIBEIRO, Waleska, 2022.



Outras atividades vêm se desenvolvendo e beneficiando a cidade com empregos e captação de recursos como: usinas sucroalcooleiras, frigoríficos, laticínios, agroindústrias e fábricas de ração, proporcionando aos setores agroindustriais ocupar posições privilegiadas na economia mundial. Silva (1997) aponta que o crescimento populacional se deu, em sua maioria, devido à migração de nordestinos para Ituiutaba (MG), buscando melhores condições de vida através do trabalho nas lavouras de arroz. O município de Ituiutaba é um importante pólo econômico de Minas Gerais, contribuindo para o crescimento do Estado através de suas atividades agropecuárias e prestação de serviços que constituem para o município seus principais elementos e fontes de divisas.

De acordo com Portuguese e Oliveira (2011), a cidade de Ituiutaba vem registrando expressivos índices de crescimento econômico. Nesse sentido, a cidade vem ampliando seus horizontes e novos bairros estão se formando em seu entorno. De acordo com informação da Prefeitura Municipal de Ituiutaba, através da Secretaria Municipal de Planejamento expedida em 17 de abril de 2015, anexa a este trabalho, a cidade possui até a referida data 80 bairros. Tal fato se deve ao processo de urbanização que vem promovendo constantes modificações no espaço urbano local.

Segundo Corrêa (2005, p.25), o espaço urbano é um “[...] produto da sociedade, ou seja, um reflexo e condicionante social, um conjunto de símbolos e campo de lutas, fruto da expressão espacial dos processos sociais materializados a partir de formas espaciais”. Com o passar do tempo estes espaços sofreram mudanças e transformações.

O primeiro indicador desta transformação é o quantitativo populacional da cidade, o qual revela que a partir de meados da década de 1970 a população passou a se concentrar mais nas cidades do que no campo, como ocorreu em todo o restante do território brasileiro. Ituiutaba (MG) é um município que obteve as taxas de crescimento positivas no período de 1950 a 2010, mesmo com as fragmentações territoriais e a diminuição da população do campo em virtude da modernização agrícola. Somente entre 1940 e 1950 houve crescimento da população rural, impulsionado pelas lavouras de arroz, entretanto a partir da decadência dessa atividade agrícola, a maioria absoluta dos migrantes estabeleceu moradia definitiva na cidade de Ituiutaba (MG), o que resultou em transformações nos espaços e nas dinâmicas das cidades (Oliveira, 2014, p. 99).

Além das transformações, os espaços foram reelaborados, de acordo com Oliveira (2014, p. 99):

O espaço geográfico de Ituiutaba (MG) foi reelaborado ao longo do tempo para atender as demandas sociais de produção e reprodução da vida humana e do capital a partir da evolução da economia e da sociedade. Nesta cidade, as exigências impostas pela produção agropecuária foram as responsáveis pelas dinâmicas espaciais e pelos processos urbanos recentes, uma vez que possibilitaram mudanças na estrutura técnica

produtiva, nas atividades econômicas predominantes e na organização espacial do centro urbano.

A expansão urbana de Ituiutaba (MG) acirrou na década de 2000, quando 10 (dez) conjuntos habitacionais foram construídos entre 2001 e 2010, totalizando 2.895 habitações, todas financiadas pelos programas habitacionais públicos (estadual ou federal), como o Minha Casa Minha Vida. Os investimentos em habitação dinamizaram o mercado imobiliário da cidade, tanto pela comercialização de terras urbanas e de materiais para a construção dos imóveis, quanto pela contratação de mão de obra e serviços e pela busca por financiamentos (Oliveira, 2013).

A qualidade de vida da população de Ituiutaba tem os seguintes indicadores, segundo informa a Prefeitura Municipal de Ituiutaba (2023):

- Área do Município: 2.587 km<sup>2</sup>
- IDH - Índice de Desenvolvimento Humano: 0,739
- Energia Elétrica: 95%
- Água e Esgoto: 99%
- Unidades construídas: 35.135
- Lotes vagos: 12.350
- Limpeza pública: 40% (varrição) somente na área pavimentada
- Lixo Produzido: 45 toneladas/dia; 6 a 8 toneladas de entulho de construção; 1,5 toneladas de lixo reciclado
- Número de Telefones: 30.000 (33.3 aparelhos/100 habitantes)
- Número de veículos: 24.183
- Coeficiente de Mortalidade Infantil: 20.2

Ao longo dos anos, é possível observar um notável progresso na qualidade de vida em Ituiutaba, impulsionado pelo contínuo desenvolvimento econômico e social. Esse avanço é evidenciado pelo expressivo percentual de 99% de abastecimento de água tratada e saneamento básico, além da presença de 95% de cobertura de energia elétrica em toda a cidade. Ituiutaba emergiu como um polo regional, destacando-se por sua capacidade de oferecer uma ampla diversidade de produtos e serviços para os municípios vizinhos. No próximo capítulo, aprofundaremos a caracterização das academias ao ar livre, explorando sua distribuição e localização estratégica em diferentes áreas do município de Ituiutaba-MG, permitindo-nos compreender melhor como esses espaços se integram ao cotidiano dos cidadãos, promovendo um estilo de vida saudável.

### **CAPÍTULO 3**

#### **CARACTERIZAÇÃO DAS ACADEMIAS AO AR LIVRE DE ITUIUTABA – MG**

O interesse para a realização desse tema se dá pela carência de informações sobre a localização das academias ao ar livre no município de Ituiutaba-MG, visto que ao procurar o órgão público local foi concedido um documento com a localização das praças da cidade, mas sem delimitar a área das academias.

A primeira academia ao ar livre de Ituiutaba foi inaugurada no dia 13 de maio de 2014, na gestão do prefeito Dr. Luiz Pedro Correa do Carmo, na Avenida José João Dib próximo à Escola Álvaro Brandão. Esta foi conseguida através da parceria entre o Governo de Minas e a Prefeitura Municipal de Ituiutaba. Com recursos do Estado, União e da própria Prefeitura Municipal, a primeira AAL fez parte de uma grande obra realizada na cidade: a segunda etapa da canalização do Córrego São José, rotatória da Avenida 25, guarda-corpo e academia popular ao ar livre.

Na época as obras foram consideradas importantes, pois promoveram o embelezamento urbano, lazer e qualidade de vida à população, com a construção da extensão da pista de caminhada e academia, além da canalização do Córrego São José que antes ficava a céu aberto sem proteção ou delimitação da área.

O Programa Academia da Saúde visou contribuir para a promoção da saúde da população a partir da implantação de espaços públicos construídos com infraestrutura, equipamentos e profissionais qualificados para o desenvolvimento de práticas corporais; orientação de atividade física; promoção de ações de segurança alimentar e nutricional e de educação alimentar, bem como outras temáticas que envolvam a realidade local; além de práticas artísticas e culturais.

No início da realização desta pesquisa foi procurada a Secretaria Municipal de Planejamento afim de obter informações a respeito das Academias ao ar Livre. O material disponibilizado foi o mapa das praças da cidade, todavia o mesmo não teve como ser utilizado na pesquisa pois não tem boa qualidade de impressão.

Mas diante dos trabalhos de campo realizados e das informações adquiridas na Secretaria Municipal de Planejamento, conseguimos verificar que foram instaladas até o momento um total de 15 (quinze) Academias ao Ar Livre, diante disso como já foi mencionado o Programa Vida Saudável visa promover hábitos saudáveis e incentivar a prática regular de exercícios físicos na comunidade. Nesse contexto, a proximidade entre os Postos de Saúde e as

Academias ao Ar Livre revela uma estratégia inteligente para facilitar o acesso da população a serviços de saúde e promoção de atividades físicas. Essa sinergia de localização sugere uma abordagem holística para o bem-estar, conectando a prevenção de doenças com a promoção da saúde física.

No entanto, apesar da proximidade estratégica entre os Postos de Saúde e as Academias ao Ar Livre (Figura 3), observa-se que não é usufruído desses espaços pelos serviços de saúde. Dos 15 locais onde as academias estão instaladas, 6 estão integradas à oferta de cuidados de saúde preventiva. Essa falta de aproveitamento desses recursos próximos evidencia uma oportunidade perdida de promover a saúde de forma abrangente.

Diante desse cenário, sugere-se que os postos de saúde otimizem o uso dessas instalações, promovendo atividades físicas e programas de saúde comunitários para maximizar os benefícios proporcionados pelas Academias ao Ar Livre. Essa integração mais efetiva não apenas reforçaria os objetivos do programa Vida Saudável, mas também potencializaria a promoção da saúde na comunidade de maneira mais eficiente e abrangente.

A seguir será apresentada cada uma das Academias ao Ar Livre mapeadas na cidade de Ituiutaba, bem como as condições em que elas se encontram.

### **3.1 Academia ao Ar Livre do Bairro Nova Ituiutaba I**

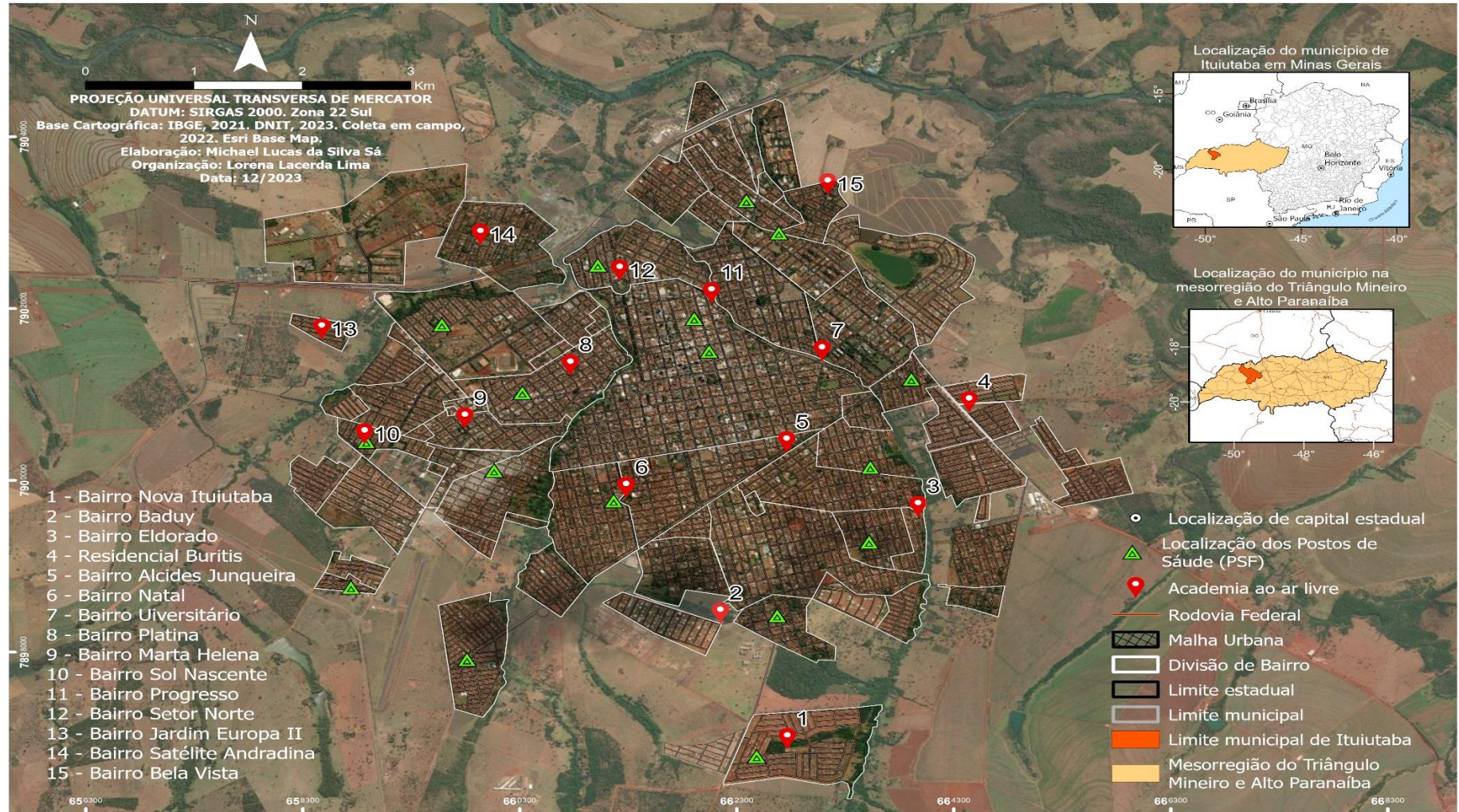
A AAL situada no Bairro Nova Ituiutaba (Figura 3) foi instalada pelo Prefeito Fued José Dib, em 16 de setembro de 2018. Localizada no Bairro Nova Ituiutaba, na Rua Lazaro José dos Santos. Foi observado que o local tem pouca arborização ao redor, mas possui uma quadra ao lado. Ela não possui placa de orientação para a realização dos exercícios, possui fácil acesso para entrada.

A Academia ao Ar Livre do Bairro Nova Ituiutaba I possui os seguintes equipamentos:

- Cadeira de bike tripla > sem 1 par de pedal
- Rotação diagonal dupla > Furtada por inteiro, ficou apenas a base;
- 2 Peitoral com desenvolvimento duplo > os dois estragados sem possibilidade de uso;
- Cadeira de pernas - LegPress Duplo;
- Simulador de caminhada triplo.



Figura 2 B – Ituiutaba/MG: localização das academias ao ar livre e PSF’s, 2023



Fonte: Google Earth, 2022. Org.: Bezerra, 2023.



Figura 3 – Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL situada no Bairro Nova Ituiutaba I, 2023



Autor: L. L. B., 2023.

Hoje ela já se encontra desgastada e faltando partes dos aparelhos, como apoio das costas do exercitador de pernas, os pedais da cadeira de bicicletas, e um aparelho inteiro que ficou apenas o apoio. Sem contar na falta de sombras e orientação de como realizar os exercícios nos aparelhos (Figura 4). A Unidade Básica de Saúde (UBS) está instalada na mesma rua da academia. Todavia, o uso da academia não possui vínculo com a UBS.

Figura 4 – Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Nova Ituiutaba I, 2023



Autor: L. L. B., 2023.

### 3.2 AAL situada no Bairro Gerson Baduy

A AAL situada no bairro Baduy fica na Avenida Antônio Baduy (Figura 5), essa por sua vez se encontra bem conservada, com todos os aparelhos funcionam perfeitamente; porém, não possui nenhuma informação de como realizar os exercícios. Essa academia fica em um bairro nobre da cidade, que foi fundado por proprietários de terras da cidade. A manutenção da AAL, como a arborização é feita pelos moradores do bairro.

Figura 5 – Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Gerson Baduy, 2023



Autor: L. L. B., 2023.

Com relação a acessibilidade há apenas uma entrada. Os aparelhos estão em boas condições e apenas o simulador de cavalgada possui orientação, porém com marcas apagadas. Possui os seguintes equipamentos:

- Simulador de caminhada individual
- Simulador de cavalgada individual
- Jogo de barras
- Multiexercitador 6 funções > Apenas 1 peça faltando do aparelho



Figura 6 – Ituiutaba/MG: vista parcial dos aparelhos da AAL do Bairro Gerson Baduy, 2023



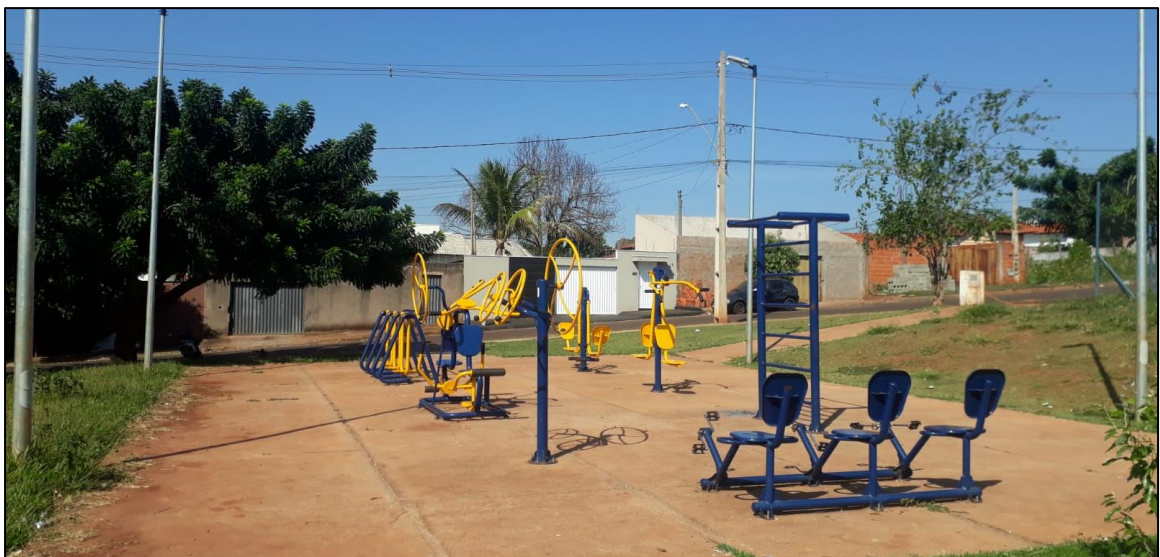
Autor: L. L. B., 2023.

### 3.3. A AAL situada no Bairro Eldorado

A academia situada no bairro Eldorado na Rua Alvarenga Peixoto (Figura 7) possui alguns aparelhos com falta de peças, além de ser precária de sombra e sem nenhuma informação da execução dos exercícios.

O PSF do bairro fica aproximadamente 500m de distância da academia. Não há informações disponíveis que relacionem o PSF do bairro ao uso da academia

Figura 7 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Eldorado, 2023



Autor: L. L. B., 2023.



Figura 8 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Eldorado, 2023



Autor: L. L. B., 2023.

O local possui 2 entradas de acesso, possui campo de futebol ao lado e os aparelhos que fazem parte são:

- Puxada alta duplo > 1 quebrado
- Espaldar
- Caldeira bike tripla > as 3 sem funcionalidade com os pedais quebrados;
- Volante de rotação vertical triplo > pegadores furtados;
- Multiexercitador 6 funções
- Simulador de caminhada triplo;
- Cadeira pressão pernas – LegPress Duplo

### 3.4. A AAL situada no Bairro Buritis

A academia do Bairro Buritis se encontra em bom estado, com alguns aparelhos enferrujados, não possui instrução de como realizar os exercícios. Localiza-se na entrada da Estrada do São Lourenço.

Figura 9 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Buritis, 2023



Autor: L. L. B., 2023.

A academia possui apenas uma entrada de acesso, tem uma boa arborização com árvores em grande parte do espaço, não possui placa de orientação para a realização dos exercícios.

Figura 10 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Buritis, 2023



Autor: L. L. B., 2023.

Foi observado que possuem quatro de onze aparelhos precisando de manutenção. Os aparelhos identificados foram:

- Multiexercitador 6 funções
- Volante de rotação diagonal triplo > 1 volante furtado



- Prancha abdominal duplo;
- Cadeira pressão pernas – Leg Press Duplo
- Simulador de escada duplo > Fio de mobilidade arrebitado;
- Puxada alta dupla;
- Barra Paralela Individual;
- Cadeira bike tripla > 1 par de pedal estragado;
- Peitoral duplo;
- Espaldar;
- Simulador de caminhada duplo > barra de apoio quebrada.

### 3.5. A AAL situada no Bairro Alcides Junqueira

A academia do bairro Alcides Junqueira localiza-se na Praça Alcides Junqueira é maior academia ao ar livre da cidade. Possui mais aparelhos que as demais, além de quadra de jogos e um grande espaço para lazer.

Figura 11 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Alcides Junqueira, 2023



Autor: L. L. B., 2023.

É bem arborizada ao redor, tem acessibilidade em todo o redor pela praça. Não tem placa de orientação dos exercícios. Possui os seguintes aparelhos:

- Barra Paralela Individual;
- Prancha abdominal duplo;
- Cadeira pressão de pernas – Leg Press duplo;
- Espaldar;

- Cadeira bike tripla;
- Peitoral duplo;
- Volante de rotação diagonal triplo;
- Simulador de escada triplo > apenas 1 funcionando, os outros sem fio para mobilidade;
- 2 multiexercitador de 6 funções > 1 deles com o extensor quebrado, outro inteiro;
- Puxada alta duplo;
- Caminhada simulador triplo.

Figura 12 - Ituiutaba/MG: vista aparelho instalado na AAL do Bairro Alcides Junqueira, 2023



Autor: L. L. B., 2023.

### 3.6. A AAL situada no Bairro Natal

A Academia ao Ar Livre do Bairro Natal situa-se na Praça Mario Natal Guimarães e foi inaugurada em janeiro de 2018. Possui arborização em toda parte.

Durante visita ao local, uma empresa terceirizada estavam em trabalho construindo uma quadra de vôlei e basquete ao lado do AAL, onde também informaram que haverá um parquinho para as crianças, pois a quadra será construída no lugar onde tinha um parquinho. Essa mesma empresa é responsável por outras obras na cidade.

A placa de orientação está violada, mas é possível ver algumas orientações. Possui pista de skate na praça, biblioteca, quadra coberta, sala de cinema, sala de dança onde é realizado aulas de karatê para comunidade. Atualmente possui os seguintes aparelhos:

- Volante de rotação Diagonal;



- Multiexercitador 6 funções;
- Remada Sentada (é possível ver a informação do uso no aparelho.)
- Simulador de esqui duplo; (é possível ver a informação do uso do aparelho.)
- Simulador de caminhada duplo;
- Cadeira pressão de pernas – leg press duplo;
- Simulador de cavalgada duplo.

Figura 13 - Ituiutaba/MG: vista dos aparelho instalados na AAL do Bairro Natal, 2023



Autor: L. L. B., 2023.

Figura 14 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Natal, 2023



Autor: L. L. B., 2023.





A academia foi inaugurada em maio, 2014. Possui entrada por todos os lados da AAL; bebedor de água da Sae, porém está violado, impossibilitando beber a água. Atualmente possui os seguintes aparelhos:

- Simulador de caminhada duplo;
- Simulador esqui duplo; (tem informação do musculo trabalhado)
- Volante de rotação diagonal duplo;
- Multiexercitador 6 funções;
- Cadeira Pressão de Pernas – leg press duplo > 1 quebrado (possui informação do musculo trabalhado);
- Simulador de cavalgada duplo.

Figura 17 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Universitário, 2023



Autor: L. L. B., 2023.

### 3.8. A AAL situada no Bairro Platina

A AAL situada do Bairro Platina localiza-se na Praça Camilo Chaves possui bastante área verde no seu entorno, porém não possui informativos de como realizar os exercícios. Possui também alguns pneus que servem de banco perto dos aparelhos.

Figura 18 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Platina, 2023



Autor: L. L. B., 2023.

Figura 19 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Platina, 2023



Autor: L. L. B., 2023.

Possui acesso por dois lados ao redor da AAL, além de um campo e uma quadra de futebol ao seu entorno. Tem os seguintes aparelhos instalados:

- Espaldar
- Volante de rotação Diagonal Triplo;
- Cadeira bike triplo;



- Simulador de caminhada triplo;
- Peitoral duplo;
- Multiexercitador 6 funções > apenas 3 funções funcionando;
- Cadeira pressão perna – leg press duplo.

### 3.9. A AAL situada no Bairro Marta Helena

A AAL do bairro Marta Helena localiza-se na Praça Luiz Antônio Moreira possui alguns aparelhos faltando peças; mas tem grande área verde no local e não possui informativo de realização dos exercícios.

Figura 20 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Marta Helena, 2023



Autor: L. L. B., 2023.

Figura 21 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Marta Helena, 2023



Autor: L. L. B., 2023.

A acessibilidade ocorre por 2 lados da AAL, possui quadra e campo de futebol na área.

Atualmente possui os seguintes aparelhos:

- Cadeira de bike triplo > apenas 1 funcionando;
- Espaldar;
- Volante de rotação diagonal triplo;
- Cadeira pressão pernas – leg press duplo > 1 estragado
- Peitoral duplo;
- Simulador de caminhada triplo;
- Multixercitador 6 funções > apenas 3 funcionando.

### 3.10 A AAL situada no Bairro Sol Nascente

A Academia do Bairro Sol Nascente se encontra na Rua Diva Paranaíba de Andrade em perfeito estado, porém em sua redondeza, até o presente momento da coleta das fotos, o mato estava grande. A academia não tem orientação dos aparelhos e possui um PSF a um quarteirão.

O prédio ao lado era o antigo PSF que agora se encontra no meio do quarteirão. O prédio no fundo é uma creche em construção mas com obras parada no momento, como destaca um funcionário do PSF.



Figura 22 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Sol Nascente, 2023



Autor: L. L. B., 2023.

Figura 23 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Sol Nascente, 2023



Autor: L. L. B., 2023.

Possui os seguintes equipamentos:

- Cadeira bike triplo > 3 pedais quebrados
- Multiexercitador 6 funções;
- Volante de rotação diagonal triplo;
- Prancha abdominal duplo;
- Cadeira pressão de pernas – leg press duplo;
- Simulador de escada triplo > todos violados, fios estourados;
- Peitoral duplo;

- Puxada alta dupla > 1 lado quebrado;
- Barra paralela individual;
- Espaldar;
- Simulador de caminhada > apoio violado.

### 3.11. A AAL situada no Bairro Progresso

A academia do Bairro Progresso se encontra na Avenida Marginal com a Avenida 5 em perfeito estado. Situa-se na continuação da academia do Bairro Universitário, onde possui a pista de caminhada. Essa academia possui informativo de como realizar os exercícios nos aparelhos. É bem arborizada, com plantações da população, além de algumas hortaliças plantadas pelo lanche que se situa em frente, possui quadras de vôlei e um bebedor da SAE, ao fundo.

Figura 24 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Progresso, 2023



Fonte: L. L. B., 2023.

Foi inaugurada em janeiro de 2018. Possui acesso de todos os lados. Os aparelhos estão em perfeito estado. São eles:

- Simulador de cavalgada individual;
- Volante de rotação diagonal duplo;
- Multiexecitador 6 funções;
- Simulador de esqui duplo;



- Simulador de caminhada duplo;
- Simulador de cavalgada duplo.
- Cadeira pressão de pernas – leg press duplo;

Figura 25 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Progresso, 2023



Autor: L. L. B., 2023.

### 3.12. A AAL situada no Bairro Setor Norte

A academia do Setor Norte, se encontra na parte da Praça dos Trabalhadores, onde possui uma pista de skate ao lado. A Academia está em perfeito estado, com apenas um aparelho estragado, mas não possui nenhum informativo de como realizar os exercícios.

Não tem fácil acesso à AAL, é preciso entrar pela pista de skate para se ter acesso a academia, possui muita arborização ao redor. Possui os seguintes aparelhos:

- Volante de rotação diagonal duplo;
- Simulador de caminhada triplo;
- Barreira em metal;
- Cadeira bike tripla;
- Cadeira pressão de pernas – leg press duplo;
- Peitoral duplo > 1 violado;
- Multiexercitador 6 funções.

Figura 26 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Setor Norte, 2023



Autor: L. L. B., 2023.

Figura 27 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Setor Norte, 2023



Autor: L. L. B., 2023.



### 3.13 A AAL situada no Bairro Jardim Europa II

A academia do Bairro Jardim Europa II situada na Rua Tenente Elias Daia se encontra em péssimo estado, com a maioria dos aparelhos faltando peças, sem a possibilidade de realizar exercícios. A mesma não possui nenhuma área verde ao redor, como também falta de orientação para a realização dos exercícios.

Figura 28 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Jardim Europa II, 2023



Autor: L. L. B., 2023.

Localizada na última rua do bairro, possui acesso por  $\frac{3}{4}$  ao redor da AAL. Foram instalados os seguintes aparelhos:

- Cadeira de bike tripla > todos pedais quebrados;
- Espaldar;
- Volante de rotação diagonal duplo > os dois quebrados;
- Multiexercitador de 6 funções > apenas 2 funções acessíveis;
- Peitoral duplo;
- Cadeira pressão nas pernas – Leg press duplo – todos quebrados.

Esta academia ao ar livre é a que se encontra em piores condições de uso desde a sua inauguração.

Figura 29 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Jardim Europa II, 2023



Autor: L. L. B., 2023.

### 3.14. A AAL situada no Bairro Satélite Andradina

A AAL do Bairro Satélite Andradina, se encontra na Rua Padre Alexandre Acler e foi inaugurada em 16 de setembro de 2018. A mesma se encontra do lado de uma quadra de futebol e possui acesso por uma rampa e pela escada que se encontra na mesma entrada.

Figura 30 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Satélite Andradina, 2023



Autor: L. L. B., 2023.



Figura 31 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Satélite Andradina, 2023



Autor: L. L. B., 2023.

Com pouca arborização, pouco espaço para locomoção entre os aparelhos, não possui placa de orientação para as atividades. Possui bancos ao redor da academia e a mesma é voltada para o campo. Possui os seguintes aparelhos:

- Simulador de caminhada triplo;
- Cadeira pressão nas pernas – leg press duplo;
- Volante de rotação vertical triplo;
- Puxada alta dupla;
- Peitoral com desenvolvimento duplo > quebrado
- Cadeira de bike tripla.

### 3.15. A AAL situada no Bairro Bela Vista

A AAL do Bairro Bela Vista se encontra na Praça Antônio Cardilo e sua inauguração foi em 16 setembro 2018. Possui grande parte de área verde e um grande espaço para lazer ao redor da academia. Não possui nenhum informativo de realização dos exercícios.

Possui um campo de futebol ao lado e aparelhos bem espaçados entre si. São eles:

- Simulador de caminhada triplo;
- Puxador costas duplo > 1 quebrado
- Cadeira pressão nas pernas -Leg press duplo;
- Cadeira de bike tripla
- Peitoral duplo > 1 quebrado;
- Volante de rotação vertical triplo.

Figura 32 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Bela Vista, 2023



Autor: L. L. B., 2023.

Figura 33 - Ituiutaba/MG: vista parcial da AAL do Bairro Bela Vista, 2023



Autor: L. L. B., 2023.

A caracterização das Academias ao Ar Livre de Ituiutaba identificou a existência de quinze academias ao ar livre na cidade durante a realização desta pesquisa e a instalação de mais três após a conclusão da mesma.



Foram realizadas pesquisas em campo onde foi possível identificar os locais de instalação das academias, a fim de fotografar o espaço de cada uma, identificando os equipamentos presentes nelas e as condições dos mesmos.

Nas observações realizadas, o primeiro quesito investigado foi se a AAL possuía placa de orientação, e verificou-se que somente duas academias possuem placa de orientação e uma delas está danificada.

O segundo quesito de orientação foi referente a AAL ser acessível. Das quinze academias observadas, somente duas não são acessíveis, mas as demais são de fácil acesso.

O terceiro quesito de observação foi relacionado à qualidade dos aparelhos. Cinco AAL estão bem ruins, seis AAL estão ótimas e quatro AAL estão boas, mas possuem alguns danos. Assim, se observa que as AAL, em sua maioria, estão em condições de utilização, todavia requer manutenção constante.

O quarto quesito a ser observado foi relacionado à arborização. Verificou-se que possui arborização ao redor de 10 (dez) AAL que são muito arborizadas e 5 (cinco) delas pouco arborizadas, sendo que dessas cinco, duas não possuem nenhuma arborização, muita ou pouca.

O quinto quesito de observação é a presença de bebedouro e verificou-se que das AAL observadas foi possível perceber que duas das quinze academias possuem bebedouro, sendo um deles vandalizado.

Sexto quesito de observação se refere a presença ou proximidade a quadra de esportes. Foi verificado que somente duas não estão próximas a quadra de esporte.

O sétimo quesito foi referente ao fato de a AAL estar integrada a outro espaço de lazer, e foi observado que somente três academias não estão integradas a outro espaço de lazer.

Foi verificado, conforme evidenciado acima que a maioria das academias possuem uma padronização em sua estrutura, com equipamentos semelhantes.

As academias, em sua maioria estão em boas condições de uso. Somente a academia do bairro Jardim Europa II que está completamente vandalizada, sem condições de uso algum, possível perceber que não houve um planejamento para a instalação da mesma.

Uma academia que se destaca é a localizada na avenida marginal no bairro progresso, onde se encontra em perfeito estado de conservação, tem orientação dos exercícios, possui bebedor no local, além de um boa arborização, possui espaço de lazer ao redor e pista de caminhada deixando-a assim um ótimo e agradável espaço para realizar exercícios.

Com relação à criação e manutenção das demais academias foram procurados os responsáveis pelas Secretarias de Planejamento, Secretaria de Obras e Secretaria de Esporte de

Ituiutaba. Foi informado que as academias são fundadas de acordo com a disponibilização de emendas impositivas de cada vereador, onde os mesmos indicam os lugares a serem instaladas a pedido da população ou por entenderem que elas sejam necessárias em determinada região.

Não foi encontrado nenhum planejamento de construção dessas academias. Algumas são construídas próximas a PSF, mas não há nenhum projeto por parte dos PSF's que indiquem sua utilização.

Outro fator a ser destacado é que nas academias não é disponibilizada a forma de se utilizar os aparelhos, quesito fundamental para a eficácia dessas academias e para a promoção à saúde da população. Foi possível identificar que somente a academia do Bairro Progresso possui essa identificação. As academias não possuem educador físico, nem médico e nem nutricionista para darem suporte à população.

Com relação a manutenção dos equipamentos não foi informado quem as faz, somente foi dito que seria feito uma licitação para isso. A limpeza das academias é realizada juntamente com o restante da cidade, sendo feita pelos mesmos profissionais designados para isso.

Na academia da marginal, em dias alternados e às vezes se vê a ambulância do SAMU estacionada próximo à pista de caminhada, mas não foi encontrado nenhum planejamento estratégico que explique sua presença em nenhum órgão da prefeitura.

É possível perceber que a maioria das academias que possuem área verde em seu entorno se encontram em praças e, por esse fato, são arborizadas. Este é um projeto que tem muito potencial a ser explorado para garantir mais saúde e qualidade de vida para a população, porém existe pouco ou praticamente zero planejamento para uso e usufruto desses lugares.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A realização da presente pesquisa visou mapear as Academias ao Ar Livre existentes na cidade de Ituiutaba MG e verificar como as mesmas estão estruturadas para contribuir a promoção da saúde da população Tijuana.

Identificou-se a existência de quinze academias que foram catalogadas e visitadas durante a realização deste trabalho e três que foram fundadas após a conclusão da pesquisa, situadas nos bairros: Paranaíba, Marta Helena e Novo Tempo II, no dia 17 Maio de 2023.

A pesquisa foi realizada em campo, através de mapeamento dos locais onde se encontram as academias ao ar livre, verificação de suas condições de uso e profissionais envolvidos em sua utilização pela população, bem como foram entrevistados os Secretários de Obras, Planejamento e Esportes, sobre o projeto de construção, instalação e funcionamento das academias ao ar livre na cidade de Ituiutaba.

As respostas obtidas nos três órgãos da prefeitura demonstraram que não há disponibilizando nenhum projeto para pesquisa pública relacionado às AAL, e que as mesmas são criadas a partir de Emendas Legislativas Impositivas, conforme a disponibilidade de verbas a serem gastas por cada vereador que decide como onde e quando as academias serão instaladas.

As academias, assim, não possuem uma função social a qual elas foram criadas, ou seja, de promoção e prevenção à saúde da população, exatamente por não ter orientação para a utilização das mesmas.

A realização da presente pesquisa foi permeada de dificuldades, devido à falta de informação dos órgãos públicos das localidades de cada academia, tendo que ir visitá-las e fazer pesquisas informais para localização das mesmas. Como falta de informação das datas de instalação de cada uma, onde as que foram relatadas no presente trabalho foram adquiridas no local de instalação, ou seja, as que não possui data, nem mesmo os órgãos públicos possuem tal informação. Além do projeto e função da instalação das academias existências, que não foi encontrada em nenhum órgão público que foi solicitado.

Assim, sugere-se que outras pesquisas sejam realizadas na área e que novas estratégias sejam adotadas a fim de se encontrar maiores informações e funcionalidade para tais locais de grande relevância para a saúde da população.



## REFERÊNCIAS

- ALBUQUERQUE, L. G. Tendências que orientam as decisões dos formadores de opinião em gestão de pessoas no Brasil - RH 2010. **Anais...** ENANPAD, GRT 959, São Paulo, 2012.
- ABNT. Associação Brasileira de Normas Técnicas. **NBR 9050**. Acessibilidade a edificações, mobiliário, espaços e equipamentos urbanos. 3. ed. 2015. Disponível em: [http://www.pessoacomdeficiencia.gov.br/app/sites/default/files/arquivos/%5Bfield\\_generico\\_i\\_magens-filefield-description%5D\\_164.pdf](http://www.pessoacomdeficiencia.gov.br/app/sites/default/files/arquivos/%5Bfield_generico_i_magens-filefield-description%5D_164.pdf) . Acesso em: 30 mar. 2022.
- BEZERRA, J. A. **A reafirmação do Bairro**: um estudo geo-histórico do bairro Alecrim na cidade de Natal-RN. Natal: Universidade Federal do Rio Grande do Norte, 2005, p. 19.
- BRASIL. **Lei nº. 6766, de 19 de dezembro de 1979**. Dispõe sobre o parcelamento urbano e dá outras providências. Disponível em: [www.soleis.adv.br](http://www.soleis.adv.br). Acesso em: 30 mar. 2022.
- DUMAZEDIER, Jofre. **Democratização do esporte**. Cadernos de Lazer, SESC/SP, n. 4, 1979.
- \_\_\_\_\_. Ministério da Cidadania. **É tempo de viver diferente!** 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/cidadania/pt-br/acoes-e-programas/outros/vida-saudavel> Acesso em: 01 set. 2022.
- \_\_\_\_\_. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Saúde do adolescente**: competências e habilidades. Brasília: Ministério da Saúde, 2008.
- SANTANA, Paula. **Introdução à geografia da saúde: território, saúde e bem-estar**. Imprensa da Universidade de Coimbra/Coimbra University Press, 2014.
- SÃO PAULO. Secretaria da Saúde. Coordenação de Desenvolvimento de Programas e Políticas de Saúde-CODEPPS. **Manual de atenção à saúde do adolescente**. São Paulo: SMS, 2016.
- BUENO, F. da S. **Minidicionário da Língua Portuguesa**. São Paulo: FTD, 1996.
- CAMPOS FILHO, C. M. **Reinvente seu bairro**, caminhos para você participar do planejamento de sua cidade. São Paulo: Editora 34, 2003. 224p.
- CHIAVENATO, I. **Gestão de pessoas**. São Paulo: Campos, 2014.
- CERQUEIRA, J. C.; **Qualidade de Vida**. 2010. Dissertação. Universidade Candido Mendes Instituto a Vez do Mestre, 2010. 32- 45 p.
- CESAR, S. H. K.; BRITO JÚNIOR, C. A.; BATTISTELLA, L. R. Análise da qualidade de vida em pacientes de Escola de Postura. **Acta Fisiátr**, v. 11, n. 1, p. 17 – 21, 2014.
- SILVA, Dalva Maria de Oliveira. **Memória**: lembrança e esquecimento. Trabalhadores nordestinos no Pontal do Triângulo Mineiro nas décadas de 1950 e 1960. 1997. 151f. Dissertação (Mestrado em História) – Pontifícia Universidade Católica, São Paulo, 1997.

**ANEXO - ROTEIRO DE OBSERVAÇÃO**

Possui placa de orientação no local?
A academia é um lugar acessível?
Como está a qualidade dos aparelhos?
A academia possui arborização ao redor?
Possui bebedouro no local?
Possui quadra de esportes no seu entorno?
Está integrada a outro espaço de lazer?
Qual o seu ano de inauguração?
Quais são os aparelhos que fazem parte do local?
Quem faz a manutenção dos aparelhos?
Quem faz a limpeza do local?