

Academias ao Ar Livre: Análise sobre o perfil dos usuários e da infraestrutura de equipamentos no município de Divinópolis-MG

Outdoor gyms: Analysis of the profile of users and equipment infrastructure in the municipality of Divinópolis - MG

Gimnasios al aire libre: Análisis del perfil de los usuarios y de la infraestructura de equipamiento en el municipio de Divinópolis-MG

Marco Aurélio Gonçalves Nóbrega dos Santos 

Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG), Brasil - marco.santos@uemg.br

Maria Julia Silva Santos 

Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG), Brasil - maria.julia@uemg.br

Nara Heloisa Rodrigues 

Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG), Brasil - nara.rodrigues@uemg.br

Mauro Lucio Maciel Junior 

Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG), Brasil - mauro.maciel@uemg.br

Marina de Matos Dantas 

Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG), Brasil - marina.dantas@uemg.br

Katrina Rabelo Souza 

Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG), Brasil - katrina.1698491@discente.uemg.br

Natan Lisboa da Silva 

Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG), Brasil - natan.2411612248@discente.uemg.br

Resumo

Esse estudo analisou a infraestrutura e o perfil dos usuários das academias ao ar livre (AAL) em Divinópolis-MG, buscando compreender sua utilização enquanto espaço público de promoção da saúde e lazer. Foram observadas nove academias, por meio de pesquisa descritivo-exploratória de abordagem mista. Os equipamentos apresentavam, em geral, boas condições físicas, embora houvesse carência de manutenção e problemas no entorno. O perfil dos frequentadores revelou predominância de pessoas idosas, maior participação feminina em áreas centrais, sendo a presença de jovens, adultos e pessoas negras foi reduzida. Também se destacou o uso de vestimentas inadequadas. Conclui-se que persistem barreiras estruturais e sociais que limitam a utilização plena das AAL. Investimentos em manutenção, infraestrutura, orientação profissional e políticas inclusivas são fundamentais para ampliar o alcance e a equidade desses espaços.

Palavras-chave: Academias ao Ar Livre; Esporte e Lazer; Políticas Públicas; Saúde.

Abstract

This study analyzed the infrastructure and user profile of outdoor gyms (AAL) in Divinópolis, Minas Gerais, seeking to understand their use as public spaces for health and leisure promotion. Nine gyms were observed through descriptive-exploratory research with a mixed-method approach. The equipment generally presented good physical conditions, although there was a lack of maintenance and problems in the surrounding area. The profile of users revealed a predominance of older adults, greater female participation in central areas, and a low presence of young people, adults, and Black people. The use of inappropriate clothing was also highlighted. The conclusion is that structural and social barriers persist, limiting the full use of AALs. Investments in maintenance, infrastructure, professional guidance, and inclusive policies are essential to expand the reach and equity of these spaces.

Keywords: Outdoor Gyms; Sports and Leisure; Public Policies; Health.



Resumén

Este estudio analizó la infraestructura y el perfil de los usuarios de gimnasios al aire libre (AAL) en Divinópolis-MG, buscando comprender su uso como espacio público para promover la salud y el ocio. Se observaron nueve academias, a través de una investigación descriptiva-exploratoria con enfoque mixto. Los equipos se encontraban en general en buen estado físico, aunque hubo falta de mantenimiento y problemas en los alrededores. El perfil de visitantes reveló predominio de personas mayores, mayor participación femenina en zonas centrales y se redujo la presencia de jóvenes, adultos y negros. También se destacó el uso de vestimenta inapropiada. Se concluye que persisten barreras estructurales y sociales que limitan el uso pleno de AAL. Las inversiones en mantenimiento, infraestructura, orientación profesional y políticas inclusivas son fundamentales para ampliar el alcance y la equidad de estos espacios.

Palabras clave: Gimnasios al aire libre; Deporte y Ocio; Políticas Públicas; Salud.

Introdução

A atividade física é amplamente reconhecida como um pilar fundamental para a manutenção da saúde e prevenção de doenças crônicas, sendo promovida por diversas organizações de saúde em todo o mundo (Reis *et al.*, 2017; Silva *et al.*, 2023; Porto *et al.*, 2023). Sabe-se que a prática regular de atividades físicas é crucial para a promoção da saúde cardiovascular (Alves, 2021) e que pode proporcionar benefícios na saúde mental e no bem-estar geral (Borges, 2021; Lima *et al.*, 2023). Além disso, a literatura científica evidencia que a prática regular de exercícios físicos contribui significativamente para a prevenção de doenças como diabetes, hipertensão e obesidade, contribuindo também para a melhoria da saúde mental (Alves, 2021; Borges, 2021; Lima *et al.*, 2023; Reis *et al.*, 2017).

A conscientização sobre os benefícios da atividade física é essencial para motivar a população a adotar um estilo de vida mais ativo, contribuindo para a redução da prevalência de doenças crônicas e a melhora da qualidade de vida (Alves, 2021; Borges, 2021; Silva; Anjos, 2020; Reis *et al.*, 2017). Outrossim, a integração da atividade física e do exercício físico no cotidiano das pessoas é um desafio que exige colaboração entre profissionais da saúde e de gestores responsáveis pelo planejamento de políticas públicas (Tusset *et al.*, 2020; Silva; Souza, 2020).

A eficácia das políticas públicas de promoção à saúde por meio das atividades físicas é amplamente documentada na literatura. Estudos mostram uma correlação positiva entre a implementação de espaços públicos para exercícios e a melhoria dos indicadores de saúde da população (Silva; Anjos, 2020; Porto *et al.*, 2023; Reis *et al.*, 2017).

A colaboração entre diferentes setores do serviço público, incluindo saúde, educação e, principalmente, esporte e lazer, é fundamental para o sucesso dessas políticas (Tusset *et al.*, 2017; Mielke *et al.*, 2021). A criação de ambientes que incentivem a prática de atividades físicas, como ciclovias, parques e academias ao ar livre, tem se mostrado essencial para a promoção de um estilo de vida saudável.

Tais iniciativas são respaldadas por legislações específicas, como a Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS). Regulamentada pela Portaria MS/GM nº 687 e firmada pela Portaria de Consolidação nº 5, de 28 de setembro de 2017 (Brasil, 2017), tal política instituiu o Programa Academia da Saúde, visando à implantação de polos com infraestrutura, equipamentos e profissionais qualificados para a orientação de práticas corporais e atividades físicas.

Oriundas desse programa, as academias ao ar livre (AAL) surgiram como uma solução inovadora e acessível para promover a atividade física entre a população, oferecendo equipamentos para a realização de exercícios em espaços públicos (Souza *et al.*, 2014; Reis *et al.*, 2017; Silva *et al.*, 2018). Estudos realizados em diferentes contextos têm demonstrado os benefícios das AAL na

saúde física e mental, visto que, além de servirem como espaços de convivência, elas têm potencial de proporcionar melhoras na força muscular, flexibilidade, saúde cardiovascular e bem-estar geral dos usuários (Moura *et al.*, 2020; Machado *et al.*, 2023).

Apesar dos benefícios, sua implementação e cuidado parecem enfrentar desafios, como a necessidade de manutenção regular dos equipamentos e a superação de barreiras culturais e de percepção da população (Moura *et al.*, 2020; Mielke *et al.*, 2021; Silva *et al.*, 2023). Tendo isso em vista, o presente estudo teve por objetivo analisar a utilização e a infraestrutura de academias ao ar livre localizadas em diferentes regiões do município de Divinópolis-MG. Para isso, foram empreendidos esforços para: identificar o perfil dos usuários; observar as apropriações dos sujeitos em relação às AAL; avaliar condições estruturais e de conservação dos equipamentos investigados.

Definidos esses pontos, compreendemos que a relevância do presente trabalho reside, tanto em questões acadêmicas, quanto em aspectos operacionais. Quanto ao primeiro ponto, há de se destacar a existência de lacunas na literatura no que se refere à existência de estudos sobre a utilização das academias ao ar livre. Nesse sentido, olhar para a interação dos usuários com o espaço é uma forma de entender melhor os anseios e os entendimentos das pessoas em relação a esses equipamentos. Adicionalmente, do ponto de vista da gestão, o presente trabalho pode fornecer informações capazes de subsidiar a implementação de medidas voltadas ao aperfeiçoamento das políticas públicas voltadas às academias ao ar livre, exercendo uma importância que pode ser sentida de forma prática e direta no dia a dia das pessoas.

Método

Este estudo foi conduzido por meio de uma pesquisa descritiva-exploratória, utilizando uma abordagem mista (qualitativa e quantitativa), com foco na observação dos usuários de academias ao ar livre na cidade de Divinópolis-MG.

Participantes

O município possui 34 academias ao ar livre distribuídas em 9 de suas 11 regiões. Para a realização do trabalho, foram selecionadas 9 academias, sendo uma em cada uma das regiões que dispõem deste tipo de espaço, considerando que 02 regiões do município não possuem essas instalações.

Procedimento

Considerando a proposta do estudo, durante a coleta de dados, uma pesquisadora se integrou ao ambiente das academias, utilizando um Roteiro de Observação Estruturado (ROE). As observações foram realizadas no segundo semestre de 2024, em datas e horários previamente definidos, buscando cobrir períodos de manhã (08h às 09h) e tarde (17h às 18h) para capturar variações no fluxo de usuários. Essa escolha considerou os horários de maior potencial de movimentação nos espaços públicos, abrangendo tanto o início quanto o final do dia.

Durante as observações, a pesquisadora registrou o nome da praça ou local da AAL, o endereço, a data e o horário da observação. Os dados coletados por meio foram escritos em caderno de campo e posteriormente digitados em tabelas para análise. Os resultados quantitativos e qualitativos foram organizados em categorias para possibilitar uma apreciação sistematizada dos aspectos observados.

Instrumento

O ROE foi elaborado para atender os objetivos do estudo, permitindo registrar os diferentes aspectos relacionados às academias ao ar livre, como condições físicas dos equipamentos, perfil dos

Não foi identificada a presença de homens ou mulheres transgêneros, bem como a presença de pessoas de outros gêneros.



usuários, práticas realizadas e características do entorno. Além disso, o roteiro assegurou que as informações coletadas fossem comparáveis entre os locais observados, o que facilitou a análise e a categorização dos resultados.

As categorias criadas incluíram: a) as condições físicas das AAL, englobando a quantidade e conservação dos aparelhos, além de condições do entorno, como iluminação, limpeza e pavimentação; b) perfil dos usuários, construído a partir da identificação da faixa etária², gênero (masculino ou feminino) e raça/cor (branco, negro, indígena) dos frequentadores, com base na percepção subjetiva da pesquisadora em relação às características fenotípicas dos usuários³; c) padrões de utilização do espaço.

Análise dos dados

Os resultados quantitativos e qualitativos, provenientes das observações de campo, foram organizados em categorias para facilitar a análise detalhada dos aspectos observados. As categorias criadas incluíram as condições físicas das AAL, que abrangeu a conservação dos equipamentos e as condições do entorno, como iluminação, limpeza e pavimentação. Outra categoria foi a faixa etária dos usuários, que permitiu identificar os grupos predominantes, como crianças, jovens, adultos e idosos, e analisar seus padrões de utilização. Além disso, a distribuição dos usuários por sexo foi categorizada para compreender as diferenças de acesso e participação entre homens e mulheres.

Essa categorização dos dados possibilitou uma análise estruturada e detalhada, contribuindo para a construção de tabelas com os resultados que sintetizam as informações e embasam as discussões apresentadas no estudo, discutidos, interpretados em relação ao comportamento e perfil dos usuários.

Resultados

Como mencionado anteriormente, as academias ao ar livre são uma iniciativa importante para promover a saúde e o bem-estar da população, proporcionando espaços gratuitos e acessíveis para a prática de atividades físicas. Esses locais podem desempenhar um papel crucial na melhoria da qualidade de vida dos moradores, especialmente em áreas urbanas onde o acesso a academias convencionais pode ser limitado devido a custos ou localização. Reforçando a importância de equipamentos tais como as AAL, Reis *et al.* (2017) apontam que a atividade física ao ar livre contribui para a melhora da qualidade de vida, especialmente devido ao contato com a natureza e às interações sociais promovidas nesses ambientes.

Cabe destacar, no entanto, que apesar de serem públicas, não há igualdade nas possibilidades das pessoas se utilizarem as AAL. Rombaldi *et al.* (2014) e Alves (2021), por exemplo, argumentam que há diferenças no acesso aos equipamentos de saúde e de lazer em nossa sociedade. Tais discrepâncias são fruto de desigualdades estruturais nas condições de vida de pessoas pertencentes a diferentes grupos populacionais, que acabam reverberando na disparidade de condições de integração às políticas públicas. Em decorrência disso, no decorrer desse trabalho vamos lidar, não apenas com os aspectos estruturais, mas também com o perfil dos usuários e as formas de utilização as academias ao ar livre.

² Crianças (até 14 anos), jovens (de 15 a 29 anos), adultos (de 30 a 59 anos) e idosos (de 60 anos ou mais)

³ Reconhece-se que as categorias “raça/cor” no Brasil são, em princípio, autodeclaradas, sendo essa a forma recomendada e adotada em pesquisas oficiais como o Censo do IBGE. No entanto, em estudos de observação em espaços públicos, a identificação de raça/cor e gênero podem se basear em marcadores fenotípicos (como cor da pele, traços físicos, cabelo e vestimentas), ainda que se trate de inferências sujeitas a limitações. Essa prática permite levantar indícios da composição racial e de gênero da população frequentadora das AAL, fornecendo subsídios para a análise das desigualdades sociais e da presença (ou ausência) de determinados grupos em determinados contextos.

Tendo isso em vista, iniciamos a exposição dos resultados com a apresentação da Tabela 1, elaborada a partir de informações sobre a situação física de cada academia analisada, considerando os aspectos relativos aos aparelhos e ao entorno desses equipamentos.

Tabela 1 - Condições físicas das AAL observadas

Local/prça	Bairro	Região	Número de aparelhos	Estado de conservação^o	Condições físicas do entorno
Praça da Bíblia	São José	Sudoeste	9	Bom	Iluminação regular, pavimentação boa, limpeza adequada
Praça Geraldo Mota	Halim Souki	Nordeste	8	Bom	Iluminação insuficiente, pavimentação danificada, limpeza satisfatória
Praça Maria Fumaça	Esplanada	Central	9	Bom	Iluminação boa, pavimentação razoável, precisa de mais limpeza
Comunidade Quilombo	Quilombo	Noroeste Rural	7	Bom	Iluminação deficiente, pavimentação irregular, limpeza inadequada
Praça Roque	São Roque	Oeste	8	Bom	Iluminação parcial, pavimentação em bom estado, limpeza satisfatória
Comunidade Buriti	Buriti	Sudoeste Rural	5	Bom	Iluminação fraca, pavimentação inadequada, limpeza ruim

¹ Para avaliação do estado de conservação, foram adotados os seguintes padrões:

- Bom: AAL com a maioria dos aparelhos apresentando bom desempenho, durabilidade e funcionalidade;
- Ruim: AAL com a maioria dos aparelhos apresentando falhas significativas, seja no desempenho, na qualidade de construção ou em funcionalidades essenciais;
- Regular: AAL com um equilíbrio entre a aparelhos com classificação boa e ruim, no que se refere ao estado de conservação.



Praça Icaraiá	Icaraiá	Nordeste Distante	5	Bom	Iluminação insuficiente, pavimentação irregular, limpeza inadequada
Praça Pés de Manga	Nossa Senhora das Graças	Sudeste	5	Bom	Iluminação razoável, pavimentação adequada, limpeza suficiente
Praça Bom Pastor	Bom Pastor	Noroeste	8	Bom	Iluminação boa, pavimentação regular, precisa de limpeza

Fonte: Elaborada pelos autores (2025).

Em termos de infraestrutura, as AAL observadas apresentaram entre 5 e 9 equipamentos cada, com variações dependendo do local e da densidade populacional da região. Embora os aparelhos das academias ao ar livre estejam, em sua maioria, em bom estado de conservação, foram detectados problemas em alguns equipamentos, demonstrando a necessidade de atenção quanto à manutenção preventiva desses espaços.

No que se refere ao perfil dos usuários observados, a Tabela 2 destaca os aspectos relacionados à faixa etária dos frequentadores e aos horários de utilização das academias ao ar livre observadas.

Tabela 2 - Faixa etária dos usuários, horários de movimento, orientação profissional e as práticas realizadas

Local/praça	Bairro	Região	Faixa Etária Predominante	Horário de maior frequência	Usuários Observados (Quantidade)	Presença de profissional da saúde	1. Fonte:
Praça da Bíblia	São José	Sudoeste	Idosos	Manhã (08h)	3 idosos, 1 adulto	Não	
Praça Geraldo Mota	Halim Souki	Nordeste	Adultos e Idosos	Manhã (08h)	1 adulto, 1 idoso	Não	
Praça Maria Fumaça	Esplanada	Central	Idosos	Manhã (08h)	4 idosos, 1 adulto	Não	
Comunidade Quilombo	Quilombo	Noroeste Rural	Nenhum	Nenhum	0 usuários	Não	
Praça Roque	São Roque	Oeste	Crianças, Adultos, Idosos	Manhã (08h)	1 criança, 1 adulto, 2 idosos	Não	
Comunidade Buriti	Buriti	Sudoeste Rural	Nenhum	Nenhum	0 usuários	Não	
Praça Icaraiá	Icaraiá	Nordeste Distante	Nenhum	Nenhum	0 usuários	Não	
Praça Pés de Manga	Nossa Senhora das Graças	Sudeste	Idosos	Manhã (08h)	1 idoso	Não	
Praça Bom Pastor	Bom Pastor	Noroeste	Crianças e Idosos	Tarde (17h)	2 idosos, 1 jovem, 1 crianças	Não	

Fonte: elaborada pelos autores (2025).

Conforme apresentado acima, a faixa etária mais prevalentemente observada no estudo foi aquela composta por pessoas idosas. Segundo Battistel *et al.* (2021), essa predominância dos idosos pode ser explicada pela maior disponibilidade de tempo livre, aliada ao fato de que essas pessoas costumam buscar alternativas acessíveis para a prática de atividades físicas, especialmente em espaços abertos e gratuitos.

Adicionalmente ao que foi revelado acerca das faixas etárias, o gênero⁴ também foi um aspecto utilizado para compreender o perfil dos usuários das AAL investigadas. Tomados como dados essenciais para identificar possíveis desigualdades de acesso e preferências de uso entre homens e mulheres⁵, os resultados sobre essa variável foram compilados na Tabela 3.

Tabela 3 - Distribuição dos usuários por gênero

Local/prça	Bairro	Região	Número Total de Usuários Observados	Percentual de Usuários Homens (%)	Percentual de Usuárias Mulheres (%)	Observações sobre a Distribuição por Gênero
Praça da Bíblia	São José	Sudoeste	4	75%	25%	Predominância de homens, principalmente no período da manhã
Praça Geraldo Mota	Halim Souki	Nordeste	2	50%	50%	Distribuição equitativa entre homens e mulheres
Praça Maria Fumaça	Esplanada	Central	5	20%	80%	Mais mulheres, especialmente no período da tarde
Comunidade Quilombo	Quilombo	Noroeste Rural	0	-	-	Nenhum usuário observado
Praça Roque	São Roque	Oeste	4	50%	50%	Equilíbrio na distribuição de usuários
Comunidade Buriti	Buriti	Sudoeste Rural	0	-	-	Nenhum usuário observado
Praça Icarai	Icarai	Nordeste Distante	0	-	-	Nenhum usuário observado
Praça Pés de Manga	Nossa Senhora das Graças	Sudeste	1	0%	100%	Predominância de mulheres
Praça Bom Pastor	Bom Pastor	Noroeste	4	40%	60%	Maioria de mulheres, especialmente idosos

Fonte: Elaborada pelos autores (2025).

⁴ Para avaliação do estado de conservação, foram adotados os seguintes padrões:

- Bom: AAL com a maioria dos aparelhos apresentando bom desempenho, durabilidade e funcionalidade;
- Ruim: AAL com a maioria dos aparelhos apresentando falhas significativas, seja no desempenho, na qualidade de construção ou em funcionalidades essenciais;
- Regular: AAL com um equilíbrio entre a aparelhos com classificação boa e ruim, no que se refere ao estado de conservação.

⁵ Para avaliação do estado de conservação, foram adotados os seguintes padrões:

- Bom: AAL com a maioria dos aparelhos apresentando bom desempenho, durabilidade e funcionalidade;
- Ruim: AAL com a maioria dos aparelhos apresentando falhas significativas, seja no desempenho, na qualidade de construção ou em funcionalidades essenciais;
- Regular: AAL com um equilíbrio entre a aparelhos com classificação boa e ruim, no que se refere ao estado de conservação.



Conforme pode ser visto nos dados acima, nos locais em que foram observadas pessoas utilizando as academias ao ar livre, foi notada a predominância de mulheres em três espaços, igualdade em dois locais e a maior presença de homens em um equipamento. A presença maior de mulheres foi observada principalmente em praças localizadas em áreas centrais, enquanto os homens predominam em regiões mais afastadas e rurais. Essa variação na participação entre os gêneros pode ser influenciada por fatores como a infraestrutura do entorno e a percepção de segurança, dado que as mulheres foram mais frequentes em locais mais bem iluminados e estruturados.

Ainda tratando do perfil dos usuários, no que se refere à raça/cor dos usuários, a Tabela 4 apresenta uma síntese das características dos sujeitos observados nas AAL.

Tabela 3 – Características da raça/cor dos usuários nas AAL observadas

Local/prança	Bairro	Região	Raça dos usuários observados	Percentual de Brancos (%)	Percentual de Negros (%)	Observações
Praça da Bíblia	São José	Sudoeste	Brancos e Negros	75%	25%	Observados usuários negros apenas no período da tarde
Praça Geraldo Mota	Halim Souki	Nordeste	Brancos	100%	0%	Usuários observados foram todos identificados como brancos
Praça Maria Fumaça	Esplanada	Central	Brancos	100%	0%	Todos os usuários eram brancos nos horários observados
Comunidade Quilombo	Quilombo	Noroeste Rural	Nenhum	-	-	Nenhum usuário observado
Praça Roque	São Roque	Oeste	Brancos e Negros	50%	50%	Presença igualitária de usuários brancos e negros
Comunidade Buriti	Buriti	Sudoeste Rural	Nenhum	-	-	Nenhum usuário observado
Praça Icarai	Icarai	Nordeste Distante	Nenhum	-	-	Nenhum usuário observado
Praça Pés de Manga	Nossa Senhora das Graças	Sudeste	Brancos	100%	0%	Todos os usuários observados eram brancos
Praça Bom Pastor	Bom Pastor	Noroeste	Brancos	100%	0%	Usuários observados em ambos os horários eram brancos

Fonte: Elaborada pelos autores (2025).

Os resultados apresentados na Tabela 4 indicam uma predominância de usuários brancos nas academias ao ar livre (AAL) em Divinópolis, enquanto a presença de pessoas negras foi observada apenas em algumas praças específicas, como a Praça da Bíblia e a Praça São Roque. Segundo Rombaldi *et al.* (2014), os determinantes sociais de saúde, incluindo fatores socioeconômicos e de acessibilidade, desempenham um papel importante na desigualdade de acesso a espaços públicos de lazer, tais como as AAL.

Por fim, trazemos os aspectos relacionados às apropriações dos sujeitos em relação às academias ao ar livre. Para tanto, nos atentamos a dois aspectos principais: as vestimentas dos usuários e as formas de utilização dos equipamentos (se individualmente ou em grupos). Para a descrição dos dados relacionados ao primeiro aspecto, foi utilizada a Tabela 5, apresentada abaixo.

Tabela 5 – Informações sobre as vestimentas dos usuários nas AAL.

Local/prça	Bairro	Região	Faixa Etária dos Usuários	Vestimenta Adequada (%)	Observações sobre Vestimentas Inadequadas
Praça da Bíblia	São José	Sudoeste	Adultos, Idosos	55%	Roupas casuais (calça jeans, sapatos não esportivos)
Praça Geraldo Mota	Halim Souki	Nordeste	Adultos, Idosos	40%	Vestidos casuais e calçados não apropriados
Praça Maria Fumaça	Esplanada	Central	Adultos, Idosos	40%	Roupas inadequadas, como sandálias e roupas apertadas
Comunidade Quilombo	Quilombo	Noroeste Rural	Nenhum	-	Nenhum usuário observado
Praça Roque	São Roque	Oeste	Crianças, Adultos, Idosos	30%	Uso de calçados inadequados, como chinelos
Comunidade Buriti	Buriti	Sudoeste Rural	Nenhum	-	Nenhum usuário observado
Praça Icarai	Icarai	Nordeste Distante	Nenhum	-	Nenhum usuário observado
Praça Pés de Manga	Nossa Senhora das Graças	Sudeste	Idosos	-	Uso de roupas casuais e sapatos inadequados
Praça Bom Pastor	Bom Pastor	Noroeste	Crianças, Jovens, Idosos	40%	Calçados e roupas inadequadas para atividades físicas

Fonte: Elaborada pelos autores (2025).

Os resultados apresentados na Tabela 5 indicam que a maioria dos usuários das academias ao ar livre em Divinópolis estava vestida de maneira inadequada para a prática de atividades físicas. Segundo Moura *et al.* (2020), a escolha inadequada de vestimentas para exercícios ao ar livre é um problema comum que pode afetar tanto o desempenho quanto a segurança dos praticantes. Essa observação está em consonância com os dados coletados, nos quais uma parcela significativa dos frequentadores foi observada utilizando roupas casuais, como calças jeans e calçados não apropriados, que comprometem a realização segura dos exercícios.

Discussão

Segundo Machado *et al.* (2020), a manutenção inadequada dos equipamentos pode comprometer a segurança dos usuários, reduzir a vida útil dos aparelhos e, conseqüentemente, diminuir a frequência de uso das academias. Essa situação foi observada em Divinópolis, onde, embora os



equipamentos estejam majoritariamente em bom estado, não há sinais de manutenção recente, o que pode acarretar problemas de desgaste e falhas mecânicas ao longo do tempo.

Santana *et al.* (2021) reforçam que a presença de um cronograma de manutenção é fundamental para garantir a segurança e a funcionalidade dos equipamentos, especialmente em espaços utilizados por idosos, que são mais suscetíveis a lesões. A ausência de manutenção preventiva pode desestimular o uso desses espaços públicos, uma vez que a percepção de risco é um fator determinante na adesão às atividades físicas ao ar livre (Silva *et al.*, 2020).

Na presente pesquisa, essa percepção foi evidenciada pelas condições do entorno de algumas academias, como pavimentação irregular e iluminação inadequada, além de problemas relacionados à limpeza. A presença de resíduos e falta de manutenção na higienização das áreas comuns foram observadas em algumas praças, o que também pode reforçar a sensação de descuido e insegurança, desestimulando o uso por parte dos frequentadores. Melhorias nesse aspecto poderiam contribuir para tornar os espaços mais acolhedores e atraentes para a prática de atividades físicas.

Reis *et al.* (2017) destacam que um ambiente seguro e bem estruturado é essencial para incentivar a prática de atividades físicas. As condições do entorno das academias ao ar livre observadas em Divinópolis indicam que melhorias na infraestrutura, como a iluminação e a pavimentação, são necessárias para promover uma experiência mais acolhedora e segura para os usuários. Segundo Moura *et al.* (2020), a qualidade da infraestrutura é um fator decisivo para a frequência dos usuários, principalmente em locais públicos onde a percepção de segurança está diretamente ligada à adesão às atividades.

Battistel *et al.* (2021) também apontam que academias ao ar livre com condições estruturais adequadas tendem a atrair um maior número de frequentadores, pois a percepção de conforto e segurança é essencial para garantir o uso contínuo desses espaços. Dessa forma, é imprescindível que as autoridades locais se comprometam com a manutenção e melhoria constante das academias ao ar livre, não apenas dos equipamentos, mas também das condições do entorno, para garantir que esses espaços sejam seguros, acessíveis e atrativos para todos os públicos.

Lima *et al.* (2023), por sua vez, destacam que a atividade física regular é essencial para a promoção da saúde mental dos idosos, contribuindo para a redução do isolamento social e do sedentarismo. O uso das academias ao ar livre como espaço para exercícios pode ser uma estratégia importante para promover o bem-estar desse grupo, que, em geral, possui menos oportunidades de acesso a academias convencionais. Os resultados obtidos no presente estudo corroboram esses achados, uma vez que os idosos foram observados em quase todas as academias.

A preferência pelo período da manhã também deve ser destacada, uma vez que pode se relacionar às melhores condições climáticas e de segurança, uma vez que o horário analisado concilia temperaturas mais amenas com boa taxa de luminosidade natural. Assim, em relação à utilização das AAL de acordo com os períodos do dia, observou-se que a manhã (entre as 8h e 9h), foi um momento mais popular do que a tarde, tendo em vista a maior concentração de pessoas, especialmente idosos, utilizando as academias.

Em outra direção, os adultos foram observados em menor frequência nas academias ao ar livre, enquanto crianças e jovens apareceram esporadicamente em algumas praças. De acordo com Mielke *et al.* (2021), a baixa frequência de adultos e jovens pode estar relacionada a barreiras como falta de tempo, insegurança e a preferência por outras atividades físicas mais estruturadas ou realizadas em

ambientes fechados. Esses fatores limitam a adesão de outros grupos etários às academias ao ar livre, que acabam sendo predominantemente frequentadas pelos idosos.

Borges (2021) aponta que os jovens e adultos, principalmente aqueles que estão inseridos no mercado de trabalho, enfrentam dificuldades para ajustar o horário das atividades físicas às suas rotinas diárias, especialmente em espaços que não oferecem a infraestrutura adequada para o período noturno, como iluminação e segurança. Essa falta de infraestrutura foi evidente em algumas das academias de Divinópolis, onde a iluminação insuficiente pode desestimular o uso no final do dia, restringindo os horários nos quais potencialmente haveria um maior uso das AAL por jovens e adultos.

Reis *et al.* (2017) reforçam a necessidade de tornar esses espaços mais atrativos para diferentes faixas etárias, investindo em melhorias no entorno, como iluminação, segurança e a presença de profissionais de educação física para orientar as atividades. A ausência de profissionais nas academias ao ar livre no município avaliado pode ser um fator limitante para a adesão de adultos e jovens, que poderiam se beneficiar de orientação profissional para garantir a realização correta dos exercícios, prevenindo lesões e aumentando a motivação para a prática contínua.

Apesar desses apontamentos, Praças como a Praça Maria Fumaça (Central) tiveram uma diversidade de frequentadores, incluindo idosos, adultos e crianças, em diferentes horários. Esse tipo de diversidade é positivo, pois indica que o espaço está sendo utilizado por diferentes faixas etárias e, portanto, cumprindo seu papel como um local de promoção da saúde e do lazer, acessível a diferentes públicos.

Segundo Moura *et al.* (2020), a distribuição por sexo⁶ em academias ao ar livre está diretamente relacionada à percepção de segurança e ao conforto proporcionado pelo ambiente. Mulheres tendem a evitar locais com pouca iluminação ou que não ofereçam uma infraestrutura adequada, o que pode explicar, na presente pesquisa, a menor presença desse grupo em algumas das praças mais afastadas. Essa preferência pode ser atribuída ao receio de situações de insegurança, que são mais comuns em locais com baixa visibilidade e menor fluxo de pessoas.

Machado *et al.* (2020) afirmam que, para aumentar a adesão das mulheres às academias ao ar livre, é essencial melhorar as condições de infraestrutura, principalmente no que diz respeito à iluminação e à segurança. Esses elementos são cruciais para garantir que as mulheres se sintam confortáveis e seguras ao praticar atividades físicas em espaços públicos. Nos locais onde a infraestrutura é melhor, como na Praça Maria Fumaça, observou-se uma maior frequência de mulheres, reforçando a importância de um ambiente adequado para promover a equidade de uso entre os gêneros.

Alves (2021) destaca que a promoção da atividade física em espaços públicos deve ser inclusiva e acessível, garantindo que mulheres e homens tenham as mesmas oportunidades de utilizar esses locais. A maior presença de homens em algumas das praças mais afastadas sugere que ainda há barreiras específicas que limitam o acesso das mulheres, como a falta de segurança e a falta de infraestrutura adequada. Para superar essas barreiras, Alves (2021) sugere o desenvolvimento de políticas públicas que visem a criação de ambientes mais seguros e convidativos para todos os públicos.

⁶ Opta-se aqui pela categoria gênero por compreender que a análise se refere a construções sociais e culturais relacionadas às identidades e papéis atribuídos a homens e mulheres, o que se identifica como homem e como mulher não se baseia somente em características físicas, mas em toda uma construção subjetiva sobre como se caracteriza um homem e uma mulher.



Borges (2021) também menciona que a falta de orientação profissional pode ser um fator limitante para a participação feminina em espaços como as academias ao ar livre. Mulheres podem se sentir mais seguras e confiantes para praticar exercícios quando há um profissional disponível para orientar e garantir a correta execução dos movimentos, reduzindo o risco de lesões. Essa presença também contribui para a percepção de segurança, especialmente em locais públicos.

Finalmente, Reis *et al.* (2017) reforçam a importância de campanhas de conscientização que incentivem a prática de atividades físicas por mulheres, destacando os benefícios da saúde física e mental. Essas campanhas podem ser especialmente eficazes se acompanhadas de melhorias na infraestrutura, como iluminação e presença de profissionais de educação física, para aumentar a confiança das mulheres ao utilizar esses espaços. Dessa forma, a promoção de um ambiente acolhedor e seguro poderia contribuir significativamente para equilibrar a distribuição de gênero nas academias ao ar livre em Divinópolis.

Alves (2021) destaca que a acessibilidade e a inclusão são aspectos cruciais para garantir que espaços de atividade física, como as AAL, sejam utilizados por toda a comunidade. Silva *et al.* (2020) reforçam que a promoção de atividades físicas deve considerar estratégias de inclusão que alcancem todos os grupos sociais, independentemente de raça ou condição econômica.

Assim, presença limitada de usuários negros nas AAL de Divinópolis pode refletir, tanto a falta de iniciativas específicas voltadas para a inclusão e acessibilidade desses grupos, quanto refletir desigualdades mais amplas presentes em nossa sociedade. Quanto a esse último aspecto, cabe colocar em questão as relações existentes entre raça/cor e as desigualdades socioeconômicas presentes no Brasil, o que remete a reflexões sobre a importância do tempo livre e de condições financeiras para a utilização das academias ao ar livre nos horários em que foram feitas as observações.

De acordo com Borges (2021), o uso de vestimentas inadequadas pode limitar a amplitude dos movimentos e aumentar o risco de lesões, principalmente em atividades que envolvem exercícios de força e flexibilidade. Nos resultados observados, foi comum encontrar usuários, inclusive idosos, utilizando calçados não apropriados, como sandálias e chinelos, o que eleva o risco de quedas e lesões. Esse problema pode ser reflexo da falta de conscientização sobre a importância do uso de roupas adequadas para a prática de atividades físicas.

Machado *et al.* (2020) reforçam que a promoção de atividades físicas deve estar associada à educação dos usuários sobre a importância de vestimentas adequadas, que ofereçam conforto e segurança. A ausência de orientação profissional nas academias ao ar livre em Divinópolis também contribui para esse problema, uma vez que os usuários não recebem instruções sobre as melhores práticas para maximizar os benefícios dos exercícios e minimizar os riscos. Ademais, a presença de profissionais de educação física pode educar os praticantes sobre a importância do uso adequado de roupas e calçados durante a atividade (Santana *et al.*, 2021).

Reis *et al.* (2017) destacam que a percepção de conforto e segurança é fundamental para incentivar a adesão às atividades físicas. Roupas inadequadas, como aquelas observadas em uma proporção significativa dos frequentadores das AAL de Divinópolis, podem tornar a experiência desconfortável e contribuir para a desistência na prática regular de exercícios. Campanhas de conscientização e a promoção de informações sobre os benefícios do uso de roupas adequadas poderiam melhorar significativamente a experiência dos usuários e aumentar a frequência de uso das academias.

Com relação à forma de uso do equipamento, há de se destacar a apropriação predominantemente individual, mesmo em momentos em que havia mais de um usuário presente. Isso pode indicar que,

embora as AAL sejam espaços públicos, a prática de atividades físicas ainda é vista como uma experiência individual por muitos frequentadores. Ademais, a falta da oferta de atividades com orientação profissional pode ser um dos motivos de tal evidência.

Algumas exceções ocorreram, como na Praça Geraldo Mota e na Praça São Roque, localizadas em regiões mais centrais da cidade, nas quais houve registros de atividades em grupo (embora não orientadas). A prática em grupo pode trazer benefícios adicionais, como maior motivação e incentivo mútuo, além de contribuir para a socialização e o fortalecimento de laços comunitários.

Conclusões

Tendo em vista a difusão das academias ao ar livre como equipamentos capazes de ampliar o acesso a práticas benéficas à saúde e à vivência do esporte e do lazer, buscamos, com o presente estudo, entender melhor o funcionamento desses equipamentos. Para tanto, realizamos uma investigação em 9 AAL localizadas no município de Divinópolis-MG, buscando analisar, tanto a infraestrutura dos locais, quanto as apropriações que a população realizava desses espaços.

Os resultados demonstraram que, apesar das condições físicas satisfatórias dos equipamentos, a falta de manutenção preventiva e de melhorias no entorno, como iluminação e pavimentação, representaram fatores limitantes. Essa situação foi especialmente relevante para mulheres e idosos, que dependem de um ambiente seguro para realizar atividades físicas com confiança.

Além disso, a pesquisa revelou uma predominância de frequentadores idosos e uma menor adesão de jovens e adultos em idade produtiva, evidenciando a necessidade de diversificar as atividades oferecidas e atrair outros grupos etários. Outro achado significativo foi a predominância de usuários brancos, com presença reduzida de pessoas negras, o que pode apontar para barreiras sociais e econômicas que ainda limitam o acesso equitativo a esses espaços públicos.

A observação de vestimentas inadequadas em uma parcela significativa dos frequentadores também revelou a falta de conscientização sobre a importância do uso de roupas apropriadas ou mesmo de acesso a elas, o que pode comprometer a segurança e a eficácia dos exercícios. Adicionalmente, no que se refere à forma de realização das atividades, as apropriações dos equipamentos foram feitas, majoritariamente, de forma individual.

No que se refere aos aspectos científicos, o estudo apresentou limitações, como a realização das observações em um período restrito e em horários fixos, que podem não refletir plenamente a dinâmica de utilização das AAL em diferentes dias e turnos. Além disso, a ausência de entrevistas com os frequentadores restringiu a compreensão das motivações e percepções individuais sobre o uso dos espaços, bem como uma precisão maior em relação às identidades raciais e de gênero.

Destacamos, por fim, que, para maximizar o impacto das AAL como ferramentas para a promoção da saúde e do lazer, é importante investir em manutenção regular, melhorias na infraestrutura do entorno e na promoção de campanhas educativas que incentivem o uso apropriado por toda a população, independentemente de faixa etária, raça/cor, gênero ou condição social. Políticas públicas voltadas para a inclusão social, a equidade e a presença de profissionais qualificados nesses locais podem desempenhar um papel fundamental na redução das desigualdades identificadas. Essas iniciativas também podem garantir maior segurança, orientação e estímulo para o uso contínuo e diversificado desses espaços.

Pesquisas futuras devem explorar as percepções dos frequentadores e o impacto de intervenções estruturais e educativas na adesão aos espaços, além de investigar formas de aumentar a diversidade e a inclusão nesses ambientes.



Agradecimentos

Os autores expressam o seu agradecimento a Prefeitura Municipal de Divinópolis – MG e a Secretaria Municipal de Esportes e Lazer pelo apoio a essa pesquisa no fornecimento de informações sobre as instalações analisadas.

Referências

- Alves, J. A. (2021). Saúde cardiovascular e seus determinantes sociais: Uma revisão [Trabalho apresentado na X Jornada Internacional de Políticas Públicas].
- Anjos, V. A. A., & Silva, J. V. P. da. (2020). The impacts of outdoor gyms on leisure physical activity in Campo Grande/MS. *HOLOS*, 6, 1–14.
- Associação das Secretarias Municipais de Esporte e Lazer de Minas Gerais. (2021). Guia para implantação de academias ao ar livre. Associação das Secretarias Municipais de Esporte e Lazer de Minas Gerais.
- Battistel, J. A., Floss, M. I., Cruvinel, A. F. P., Barbato, P. R., Fermino, R. C., & Guerra, P. H. (2014). Perfil dos frequentadores e padrão de utilização das academias ao ar livre. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, 19(1), 86.
- Bardin, L. (2011). *Análise de conteúdo*. Edições 70.
- Borges, I. S. da S. (2021). Efeitos da atividade física e do exercício físico na prevenção e redução de transtornos de ansiedade e depressão em adultos jovens [Trabalho de conclusão de curso, Pontifícia Universidade Católica de Goiás].
- Brasil. Ministério da Saúde. (2006). Portaria nº 687, de 30 de março de 2006: Aprova a Política de Promoção da Saúde. *Diário Oficial da União*, seção 1.
- Brasil. Ministério da Saúde. (2017). Portaria de Consolidação nº 5, de 28 de setembro de 2017: Consolida a legislação sobre as redes do Sistema Único de Saúde. *Diário Oficial da União*, seção 1.
- IBGE. (2025). Divinópolis (MG) – Cidades e Estados. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Recuperado em 15 de setembro de 2025, de
- Lima, G. F., de Sousa, A. M. M., da Silva, L. C. C., Araújo, D. P., Oliveira, E. N., Vasconcelos, M. I. O., & da Silva, L. C. M. (2023). Atividade física e saúde mental: intervenção no contexto da residência multiprofissional em saúde da família. *Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR*, 27(6), 2324–2340.
- Machado, A. S., et al. (2020). Exercício físico na academia ao ar livre. *Revista Faculdades do Saber*, 5(9).
- Mielke, G. I., Stopa, S. R., Gomes, C. S., Silva, A. G., Alves, F. T. A., Vieira, M. L. F. P., & Malta, D. C. (2021). Atividade física de lazer na população adulta brasileira: Pesquisa Nacional de Saúde 2013 e 2019. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 24.
- Moura, M. do N., Ibiapina, A. R. L., Santiago, M. L. E., & de Moura, T. N. B. (2020). Academias ao ar livre: percepções dos usuários e relação com o serviço de saúde. *Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR*, 24(2).
- Reis, D. F. dos, Souza, F. da S., Jesus, J. da S., Garcia, T. A., Ozaki, G. A. T., Zanuto, E. A. C., Junqueira, A., Castoldi, R. C., Camargo, R. C. T., & Filho, J. C. S. C. (2017). Atividade física ao ar livre e a influência na qualidade de vida. *Colloquium Vitae*, 9(3), 32–38.
- Plano Diretor de Divinópolis. (s.d.). Mapa das regiões. Recuperado em 4 de abril de 2024, de Prefeitura Municipal de Divinópolis. (s.d.). Catálogo. Recuperado em 30 de julho de 2024, de [URL não informado]
- Porto, L. G. G., Azevedo, M. R., Molina, G. E., Guedes, D. P., Nahas, M. V., Hallal, P. C., & Matsudo, V. K. R. (2023). A relação entre atividade física e saúde: uma abordagem histórica e conceitual. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, 28, 1–7.
- Rombaldi, A. J., Silva, M. C. da, Neutzling, M. B., Azevedo, M. R., & Hallal, P. C. (2014). Fatores associados ao consumo de dietas ricas em gordura em adultos de uma cidade no sul do Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, 19(5), 1513–1521.
- Santana, S. A. V., et al. (2021). Presença de profissionais de educação física em academias ao ar livre frequentadas na terceira idade. *Revista CPAQV – Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida*, 13(3).
- Silva, T. R. da, Sousa, F. F. de, Fonseca, A. R., Teixeira, C., Cruz, M. C. C., Ventura, V. dos S., Silva, T. P. V., & Moreira, B. M. (2023).

Academias ao ar livre: caracterização do perfil dos frequentadores e do padrão de utilização. *Brazilian Journal of Health Review*, 6(4), 15363–15374.

Silva, T. D., Souza, S. da S., & Starepravo, F. A. (2020). Academia da Saúde, Academia da Cidade e Academia ao Ar Livre nas agendas política e governamental dos estados brasileiros. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, 25, 1–6.

Souza, C., Fermino, R., Añez, C., & Reis, R. (2014). Perfil dos frequentadores e padrão de uso das academias ao ar livre em bairros de baixa e alta renda de Curitiba-PR. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, 19(1), 86.

Tusset, D., Olkoski, M., Merchan-Hamann, E., Calmon, P. C. D. P., & Santos, L. dos. (2020). Programa Academia da Saúde: um olhar quantitativo das adesões entre 2011 a 2017. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, 25, 1–9.

Recebido em: 19 jan. 2025

Aceite em: 15 mar. 2026

Endereço para correspondência:

Marco Aurélio Gonçalves Nóbrega dos Santos

marco.santos@uemg.br



Esta obra está licenciada sob uma Licença Creative Commons Attribution 3.0