

A influência dos parques urbanos para a qualidade de vida: revisão narrativa

The influence of urban parks on the quality of life: narrative review

Daiane Cristina Silva Vilaça¹ |  <https://orcid.org/0000-0002-4178-4329>
 Rita de Cássia Ribeiro Carvalho¹ |  <https://orcid.org/0000-0001-7497-2230>
 Raquel Dully Andrade¹ |  <https://orcid.org/0000-0002-1515-098X>

Artigo de revisão

Como Citar

Vilaça DCS, Carvalho RCR, Andrade RD. A influência dos parques urbanos para a qualidade de vida: revisão narrativa. Rev Científica Integrada 2023, 6(1):e202308. DOI: 10.59464/2359-4632.2023.3022

Conflito de interesses

Não há conflito de interesses.

Submetido em: 15/02/2023

Aceito em: 15/05/2023

Publicado em: 17/05/2023

¹ Universidade do Estado de Minas Gerais. Passos, MG, Brasil.

Autor correspondente

Daiane Cristina Silva Vilaça

Av. Juca Stockler, 1130 - Belo Horizonte, Passos - MG, Brasil.

e-mail: daianeambiental@outlook.com

Revista Científica Integrada (ISSN 2359-4632)

<https://revistas.unaerp.br/rci>

RESUMO

Objetivo: identificar a influência dos parques urbanos para a qualidade de vida e as características dos seus usuários. **Métodos:** Trata-se de uma revisão narrativa, realizada no Portal de Periódico da CAPES, SciELO e na Biblioteca Virtual em Saúde. Para realização da primeira seleção dos estudos utilizaram-se as palavras de busca “parques urbanos” e “qualidade de vida”. Dessa forma, foram estabelecidos para inclusão dos artigos, aqueles que foram publicados nos últimos cinco anos e em qualquer idioma. Já para a exclusão dos artigos, os critérios estabelecidos foram os estudos de revisões de literaturas e artigos anteriores ao ano de 2017. Os dados foram analisados de acordo com as recomendações de estudos qualitativos, por meio da discussão e da síntese, estabelecendo a comparação entre informações e dados da literatura. **Resultados:** Inicialmente encontrou-se 204 estudos, dos quais, foram selecionados 8 para compor a versão da revisão final. A utilização dos parques urbanos seja para realização de atividade física ou lazer, podem estar relacionados na promoção de saúde física ou mental, pois esses espaços podem ser explorados por qualquer faixa etária, embora na literatura revelou-se que jovens utilizam menos esses espaços. **Conclusões:** a utilização dos parques urbanos está correlacionada com uma melhoria na qualidade de vida dos usuários.

Palavras-chave: Parques urbanos; Saúde Mental; Saúde Física; Qualidade de vida.

ABSTRACT

Aim: To identify the influence of urban parks on the quality of life and the characteristics of its users. **Methods:** This is a narrative review, carried out in the CAPES Journal Portal, SciELO and in the Virtual Health Library. To carry out the first selection of studies, the search words “urban parks” and “quality of life” were used. In this way, those that were published in the last five years and in any language were established for the inclusion of articles. As for the exclusion of articles, the established criteria were studies of literature reviews and articles prior to the year 2017. The data were analyzed according to the recommendations of qualitative studies, through discussion and synthesis, establishing the comparison between information and data from the literature. **Results:** Initially, 204 studies were found, of which 8 were selected to compose the final review version. The use of urban parks, whether for physical activity or leisure, may be related to the promotion of physical or mental health, as these spaces can be explored by any age group, although in the literature it has been revealed that young people use these spaces less. **Conclusions:** The use of urban parks is correlated with an improvement in the quality of life of users.

Keywords: Urban parks; Mental health; Physical health; Quality of life.

Introdução

Os parques urbanos surgem pela necessidade de dotar as cidades de áreas verdes, tendo como objetivo inicial, a preservação da fauna e da flora nativa. Assim, esses espaços tornam-se possibilidades em sua exploração como o lazer e a realização de atividades físicas, capaz de proporcionar uma maior qualidade de vida para a população (SZEREMETA; HENRIQUE; ZANNIN, 2013).

Com as principais problemáticas urbanas, como poluição, stress, conflitos e outros, esses espaços são vistos com grande potencialidade, uma vez que, é evidente a diminuição da qualidade de vida nas cidades. Visto que, o impacto negativo do sedentarismo intensifica-se durante o período industrial, que contribuiu para o declínio da qualidade de vida e do bem-estar das pessoas.

Felipe et al. (2019), afirmam que eventuais complicações podem ser reduzidas decorrentes aos exercícios físicos, que apresenta uma relação risco-benefício, uma vez que a vivência em áreas urbanas, muitas vezes vista como estressante, poluída e repleta de conflitos. Diante desse contexto, pode-se questionar: como os parques urbanos influenciam para a qualidade de vida?

Preliminarmente, argumenta-se como hipótese, que a utilização de parques urbanos proporciona melhoras na qualidade de vida da população. Por consequente, a positivação dos benefícios sociais, físicos e psicológicos são fatores benéficos aos usuários desses espaços (SZEREMETA; HENRIQUE; ZANNIN, 2013). Nesse sentido, estudos apontados, Felipe et al. (2019), evidenciam a interdependência entre atividade física, saúde e meio ambiente, pois contribuem para o bem-estar dos praticantes.

A relevância de um texto dessa natureza está na tentativa de explorar algumas possíveis reflexões acerca dos benefícios para a qualidade de vida ao explorar os parques urbanos.

Tal reflexão visa apontar alguns elementos que precisam ser considerados para que a conscientização de gestores resulte em política pública efetiva. Uma vez que acarretará a conservação ambiental dessas áreas, um aumento significativo da utilização desses espaços para a prática de exercícios físicos e o lazer, além de outras finalidades.

O objetivo desse estudo foi identificar a influência dos parques urbanos para a qualidade de vida e as características dos seus usuários.

Métodos

Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, realizado em setembro de 2022, a partir da pergunta norteadora: “Como os parques urbanos influenciam para a qualidade de vida?”. Para realizar a revisão foi necessário seguir alguns passos: i) definir os descritores de modo a utilizá-los durante a organização e planejamento da revisão; ii) definir as fontes de consulta, tais como artigos, dissertações, teses e resumos de congressos científicos, dando preferência aos últimos cinco anos; iii) prestar atenção às referências bibliográficas dos textos consultados, pois podem abrir novas possibilidades de catalogação de autores e periódicos relacionados ao tema em questão (DORSA, 2020).

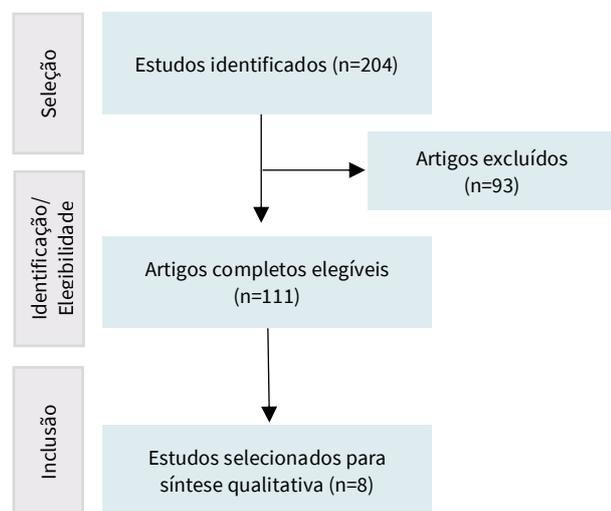
Realizou-se uma busca nas bases de dados: Portal de Periódicos da CAPES, SciELO e Portal Regional da BVS, e na primeira seleção dos estudos utilizaram-se as palavras de busca: “parques urbanos” e “qualidade de vida”, em qualquer idioma, concatenadas com o operador Booleano AND, que resultaram em 204 artigos relevantes. A partir desse resultado, como metodologia de seleção de estudos relevantes para análise estabeleceu-se os seguintes critérios de inclusão: estudos que avaliaram a influência dos parques urbanos na qualidade de vida da população; que envolveram parques localizados em áreas urbanas; e que foram publicados nos últimos 5 anos (de 2017 a 2022).

Após a exploração dos títulos dos estudos, analisaram-se os resumos e posteriormente todo texto, a extração das informações pertinentes à discussão da temática. Então, foram excluídos os estudos que não atenderam a esses critérios determinados, dessa forma foram selecionados 2 artigos na BVS e 6 artigos na Capes, totalizando 8 artigos, como indicado na Figura 1. Assim, analisou os dados principais incluindo autor, objetivo, métodos de pesquisa, principais resultados que foram usados para análise crítica e consequente na síntese de dados.

Os dados foram analisados a partir de estudos qualitativos, por meio da discussão e da síntese, estabelecendo a comparação entre informações e dados da literatura. Assim, a revisão de literatura permite identificar lacunas no conhecimento, compilar o conhecimento já existente e indicar prioridades para futuros estudos, nesse sentido, com base na análise apresentada os estudos selecionados foram avaliados quanto à heterogeneidade dos estudos em relação aos seus desenhos de investigação, populações, intervenções e desfechos

das pesquisas incluídas na revisão, uma vez que pode afetar a validade dos resultados. Além disso, buscou-se avaliar se os resultados desses trabalhos são consistentes entre si e se há evidência de viés de publicação ou de outros fatores que possam afetar a validade dos resultados. Ademais, analisou-se, também, a relevância para destes para questão da pesquisa.

Figura 1. Fluxograma de estudos incluídos na revisão.



Fonte: elaborado pelos autores (2023).

Resultados

Os resultados obtidos indicam que a utilização dos parques urbanos, seja para a realização de atividades físicas ou para o lazer, está associada à promoção da saúde física e mental dos usuários. Esses espaços foram considerados benéficos para todas as faixas etárias, embora os estudos revisados tenham revelado uma menor utilização por parte dos jovens (Quadro 1).

Os estudos mostram que a presença de parques em cidades intermediárias pode contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos usuários, proporcionando benefícios como segurança, apoio social, oportunidades de uso ativo, aspectos estéticos, limpeza e cuidados com os parques urbanos. Foi enfatizada a importância de considerar as necessidades de conexão humana em diferentes níveis durante as transformações dos parques, a fim de otimizar seu uso e maximizar os benefícios para a saúde dos usuários.

Os dados também destacaram a importância do Parque do Povo, localizado em São Paulo, que é amplamente utilizado pela população e atende às expectativas dos frequentadores em relação à

natureza, bem-estar e saúde, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida.

No entanto, o estudo de Lima e Garcez (2017) revelou a insatisfação dos entrevistados em relação ao número insuficiente de áreas verdes em Fortaleza, ressaltando a importância de aumentar esses espaços para atender à demanda da população.

Além disso, os estudos revisados apontaram a necessidade de criar mais parques e praças urbanos e de educar a população sobre a importância dos parques urbanos para a qualidade de vida e o meio ambiente. A percepção do espaço verde como um fator promotor da saúde foi enfatizada, especialmente entre os jovens, evidenciando a importância de projetar parques que incentivem o seu uso.

Por fim, foi mencionada a importância de prestar atenção especial aos jovens e às horas de trabalho durante o planejamento e projeto de parques urbanos. Além disso, ressaltou-se a necessidade de futuras pesquisas e políticas para aprimorar a compreensão dos fatores que contribuem para a qualidade de vida nos espaços avaliados.

Discussão

A análise dos estudos possibilitou afirmar que os parques urbanos apresentam uma influência direta na qualidade de vida, pois eles desempenham papéis importantes para a melhoria da qualidade de vida e socialização em ambientes residenciais habitáveis. Dessa forma, esses espaços podem ser explorados para a prática de exercícios físicos e para o lazer (SANTOS; NASCIMENTO; REGIS, 2019).

Ainda que, o aumento da urbanização resultou no declínio da interação com a natureza e menores expectativas sobre ela. Fiorese (2020), indica que com a limitação de acesso aos espaços verdes disponíveis, acarretou-se uma significativa redução da qualidade do ar e na saúde da população. Não obstante, constataram-se alguns fatores limitantes para utilização desses espaços, como a proximidade com a residência dos usuários e a insatisfação quanto ao número de áreas verdes.

No estudo realizado por Camargo, Ramírez e Fermino (2017), constatou-se que as características dos usuários desses espaços eram semelhantes no Brasil e na Colômbia, onde 63% dos usuários eram do sexo feminino. Todavia, notou-se que havia mais homens nos Estados Unidos da América, com o percentual de 62% e no Canadá 64%.

Outro fator considerável, configura-se pela faixa etária dos frequentadores. Segundo Grigoletto et al.

(2021), a população entre 20 e 30 anos tem a menor frequência aos parques, uma vez que, esses preferem realizar atividades mais ativas ou porque não dispõem tempo de lazer devido aos compromissos de trabalho e estudos. Nessa mesma perspectiva, Chen et al. (2020), relata que os jovens ocidentais preferem utilizar esses espaços para passear com cães, praticar esportes com bola, correr ou aproveitar o sol em espaços verdes, enquanto os jovens chineses raramente exploram para atividades, pois carregam o estigma de ser um lugar ocupado por pessoas mais velhas e crianças. De acordo com Lima e Garcez (2017), os parques urbanos influenciam na função social, pois essa, está posta na promoção da socialização da comunidade em diversas possibilidades de lazer, eventos culturais e artísticos, prática esportivas, entre outras atividades. Não obstante, esses espaços possibilitam o convívio com amigos, familiares, vizinhos ou outros.

A interação com a natureza nos parques tem influência direta com a função psicológica como aponta Lima e Garcez (2017), pessoas em contato com o ambiente natural se sentem relaxadas e com a sensação de bem-estar mental. Ou seja, alguns fatores favorecem a utilização dos parques urbanos como as variáveis plantas e ambientes microclimáticos e a água, pois essas variáveis foram relacionadas um papel importante na promoção da saúde, e principalmente para a para a saúde física e mental (CHEN et al., 2020).

Ademais, visto que Santos, Nascimento e Regis (2019) recordam a importância que recaem sobre os parques urbanos em sua exploração para a qualidade de vida, entretanto, não basta apenas ter a disposição desses espaços. Segundo Fiorese (2020), é necessário desenvolver uma educação ambiental e políticas públicas, a fim de estabelecer a importância das áreas verdes, como forma de melhorar a qualidade de vida.

Ainda, é necessário relatar que para obter uma compreensão mais aprofundada dos mecanismos pelos quais os parques urbanos afetam a qualidade de vida e identificar estratégias eficazes para maximizar seus benefícios mais pesquisas são necessárias. Uma vez que uma revisão da literatura pode apresentar limitações, como a heterogeneidade nos resultados e nos métodos de análise devido à compilação de estudos de diferentes metodologias, podendo dificultar a comparação direta entre os estudos e levar a conclusões imprecisas ou conflitantes. Apesar desse ponto de limitação, os resultados apresentados nesse estudo indicam os parques urbanos apresentam uma influência direta na qualidade de vida.

Conclusão

O propósito de desenvolver esse artigo, teve o objetivo de identificar a influência da utilização dos parques urbanos para a qualidade de vida. Os resultados demonstraram que a utilização desses espaços, seja ela pela realização de atividade física ou lazer, podem estar relacionados na promoção de saúde física ou mental. Assim, com base na análise desses dados, pode-se constatar que a utilização dos parques urbanos está correlacionada com uma melhoria na qualidade de vida dos usuários, bem como identificar quais aspectos dos parques são mais importantes para essa influência positiva, tais como a oferta de atividades físicas e culturais, a segurança e a limpeza dos espaços. Além disso, é importante ressaltar que a utilização dos parques urbanos pode ser explorada por todas as faixas etárias. No entanto, estudos da literatura sugerem que os jovens tendem a usar menos esses espaços. Portanto, são necessárias mais pesquisas sobre esse tema para entender melhor essa tendência e identificar estratégias para incentivar a participação dos jovens nos parques urbanos.

Esses achados de pesquisas contribuem para o avanço das investigações sobre parques urbanos e qualidade de vida, uma vez que desvela as características e os benefícios na utilização desses espaços, preenchendo uma lacuna na literatura, pois, sintetiza as pesquisas disponíveis sobre essa temática e direciona a prática fundamentando-se em conhecimento científico. Além disso, esses resultados favorecem as pesquisas sobre a exploração dos parques, particularmente como esses influenciam para a qualidade de vida, cujos benefícios, características dos usuários e fatores que influenciam demandam mais atenção pela literatura.

No que se refere às contribuições práticas sobre a utilização dos parques urbanos, funciona como diagnóstico para conscientizar a população e gestores públicos para observar as lacunas existentes na utilização dessas áreas verdes. Nesse sentido, as características principais desses espaços devem ser consideradas sem suas construções, com a finalidade de atender a demanda de todas as faixas etárias. Ainda este estudo contribui com todos os esforços que buscam a diversidade em todas as esferas sociedade, particularmente sobre esses espaços que tendem a ter maior acessibilidade social e podem contribuir para a qualidade de vida.

Referências

- ANDRÉ, A. et al. **Qualidade de Vida: Uma Reflexão Sobre a Cidade de São Paulo**. [s.l: s.n.].
- CAMARGO, D. M.; RAMÍREZ, P. C.; FERMINO, R. C. Individual and environmental correlates to quality of life in park users in Colombia. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 14, n. 10, 19 out. 2017.
- CAMPOS, J. C. B. et al. Proposta de avaliação da qualidade de vida e do bem-estar em áreas verdes urbanas. **Ambiente Construído**, v. 21, n. 3, p. 97–115, set. 2021.
- CHEN, C. et al. Impact of perception of green space for health promotion on willingness to use parks and actual use among young urban residents. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 17, n. 15, p. 1–21, 1 ago. 2020.
- DORSA, A.C. O papel da revisão da literatura na escrita de artigos científicos. **Interações**, v.21, n.3, p.681-683, 2020.
- DE PAULA, D.; CASER, K. DO C. **Usos e desusos dos parques urbanos: um panorama sobre suas origens, tipos e usos** **Uses and disuses of urban parks: an overview of its origins, types and uses** **Usos y desuso de parques urbanos: una visión general de sus orígenes, tipos y usos**. [s.l: s.n.].
- SANTOS, T. B.; NASCIMENTO, A. P. B.; REGIS, M. M. Green areas and quality of life: Use and environment perception of an urban park in São Paulo city, Brazil. **Revista de Gestão Ambiental e Sustentabilidade**, v. 8, n. 2, p. 361–385, 2019.
- FELIPE, J. et al. PHYSICAL ACTIVITY AND ENVIRONMENT: THE INFLUENCE OF URBAN GREEN SPACES ON HEALTH. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 25, n. 4, p. 305–309, ago. 2019.
- FIORESE, C. H. U. Dinâmica das áreas verdes do perímetro urbano de Muqui/ES, Brasil. **Revista Ibero-Americana de Ciências Ambientais**, v. 11, n. 4, p. 416–423, 29 abr. 2020.
- GAO, W. et al. Building-based analysis of the spatial provision of urban parks in Shenzhen, China. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 14, n. 12, 6 dez. 2017.
- GOMES, M. A. S. Urban parks, global politics sustainable development. **Mercator**, v. 13, n. 02, p. 79–90, 26 set. 2014.
- GRIGOLETTO, A. et al. Attitudes towards green urban space: a case study of two Italian regions. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 18, n. 12, 2 jun. 2021.
- LIMA, S. M. DE; GARCEZ, D. S. Áreas verdes públicas urbanas e sua relação com a melhoria da qualidade de vida: um estudo de caso em um Parque Ecológico Urbano na cidade de Fortaleza (Ceará, Brasil). **Revista Brasileira de Ciências Ambientais (Online)**, n. 43, p. 140–151, mar. 2017.
- SWIERAD, E. M.; HUANG, T. T. K. An exploration of psychosocial pathways of parks' effects on health: A qualitative study. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 15, n. 8, 8 ago. 2018.
- SZEREMETA, B.; ZANNIN, P. H. T. A importância dos parques urbanos e áreas verdes na promoção da qualidade de vida em cidades. **Raega - O Espaço Geográfico em Análise**, v. 29, p. 177, 6 dez. 2013.

Contribuições dos autores

Vilaça DCS contribuiu para o planejamento do estudo, análise dos estudos selecionados e redação do artigo. Carvalho RCR e Andrade RD contribuíram para a redação e revisão crítica do artigo.

Editor-chefe

José Claudio Garcia Lira Neto

Copyright © 2023 Revista Científica Integrada.

Este é um artigo de acesso aberto distribuído sob os termos da Licença Creative Commons CC BY. Esta licença permite que outros distribuam, remixem, adaptem e criem a partir do seu trabalho, mesmo para fins comerciais, desde que lhe atribuam o devido crédito pela criação original. É a licença mais flexível de todas as licenças disponíveis. É recomendada para maximizar a disseminação e uso dos materiais licenciados.

Quadro 1. Características dos estudos selecionados.

Autor	Objetivo	Método	Desfecho
(LIMA; GARCEZ, 2017)	Identificar as funções desempenhadas pelo Parque Ecológico do Rio Cocó como área verde pública urbana de Fortaleza, Ceará.	Entrevistas realizadas por aplicação de formulários, com 64 usuários do parque.	Revelou a insatisfação dos entrevistados quanto ao número de áreas verdes em Fortaleza.
(CAMARGO; RAMÍREZ; FERMINO, 2017)	Explorar os correlatos individuais e ambientais da qualidade de vida (QV) em usuários de parques na Colômbia.	Estudo transversal com entrevistas.	Parques em cidades intermediárias aumentam a QV dos usuários por segurança, apoio social, uso ativo, estética, limpeza e cuidados com as áreas verdes.
(SWIERAD; HUANG, 2018)	Examinar significados atribuídos aos parques da cidade para entender como eles afetam a saúde	Pesquisa qualitativa é um sub-estudo de um projeto de pesquisa maior – o Estudo PARCS (Atividade Física e Espaços Comunitários Redesenhados).	Transformações do parque devem considerar necessidades de conexão humana em vários níveis para otimizar uso e benefícios à saúde.
(SANTOS; NASCIMENTO; A REGIS, 2019)	Avaliar o uso e a percepção de frequentadores sobre o Parque Mário Pimenta Camargo (conhecido como Parque do Povo).	Os dados foram coletados através de entrevistas estruturadas realizadas com 100 frequentadores do parque localizado na cidade de São Paulo, Brasil.	Parque do Povo é bem utilizado e satisfaz população em relação à natureza, bem-estar e saúde, melhorando qualidade de vida.
(FIORESE, 2020)	Estimar e mapear as áreas verdes urbanas do município de Muqui (ES), com vistas a subsidiar melhorias na qualidade de vida e ambiental.	Análises quali-quantitativas.	Criar mais parques e praças urbanos e educar sobre a importância das áreas verdes para melhorar a qualidade de vida e o meio ambiente.
(CHEN et al., 2020)	Examinar o impacto da percepção dos componentes do espaço verde para a promoção da saúde na vontade de usar parques e uso entre jovens residentes em cidades chinesas.	Entrevistas por questionário online.	Percepção do espaço verde para promoção da saúde afeta uso de parques por jovens; projetar parques para incentivá-los.
(GRIGOLETTO et al., 2021)	Compreender relações do espaço verde com gênero, idade, escolaridade, distâncias e uso para atividade física.	Estudo exploratório.	Atenção especial necessária a jovens e horas de trabalho; importante para futuras pesquisas e políticas.
(CAMPOS et al., 2021)	Avaliar a qualidade de vida dos frequentadores do Parque Solon de Lucena e Parque Zoobotânico Arruda Câmara em João Pessoa, PB.	Metodologia proposta e adaptada do índice de bem-estar urbano (Ibeu).	Foi possível identificar as dimensões e os indicadores que contribuem para ampliar e/ou reduzir o índice de qualidade de vida de cada espaço avaliado.

Fonte: elaborado pelos autores (2023).