

Silva, Eduardo Alexandre Ribeiro; Elali, Gleice Azambuja. O papel das praças para o envelhecimento ativo sob o ponto de vista dos especialistas

O papel das praças para o envelhecimento ativo sob o ponto de vista dos especialistas

The role of public squares in the active aging from the point of view of the experts

El papel de las plazas públicas para el envejecimiento activo de acuerdo con el punto de vista de expertos

Eduardo Alexandre Ribeiro da Silva¹

Gleice Azambuja Elali²

Resumo

Estudos que investigam o comportamento humano em espaços abertos ressaltam que estar ao ar livre favorece o bem-estar físico e mental, refletindo positivamente na saúde e na qualidade de vida, notadamente dos idosos, devido à variedade de estímulos e às oportunidades de socialização oferecidas por esses ambientes. A fim de investigar o papel das praças públicas para o envelhecimento ativo, foi realizado um painel de *experts*, em que sete profissionais que trabalham com idosos na cidade de Natal/RN foram entrevistados. O roteiro de entrevista envolveu temas ligados ao envelhecimento ativo, socialização e suporte ambiental. As respostas foram trabalhadas por meio da análise de conteúdo e indicaram que os especialistas consideram as praças locais com grande potencial para a promoção do envelhecimento ativo, desde que disponham dos elementos que ofereçam o suporte necessário à permanência de idosos nela.

Palavras-chave: idosos, Psicologia Ambiental, interação social, praças, ambiente construído.

Abstract

Studies that investigate the human behavior in open spaces emphasize that outdoor living promotes physical and mental well-being, reflecting positively on the health and on the quality of life, especially of the elderly, due to the variety of stimuli and socialization opportunities offered by these environments. In order to investigate the role of public squares in active aging, and panel of experts was formed, in which seven professionals who work with the elderly in the city of Natal/RN were interviewed. The script of the interview involved themes linked to active aging, socialization, and environmental support. The answers were treated by means of content analysis and they indicated that experts consider that the public squares can be suitable places with great potential to promote active aging, since they have the necessary elements to support the older people's permanence there.

Keywords: Elderly, Environmental Psychology, social interaction, public squares, built environment.

Resumen

Los estudios que investigan el comportamiento humano en los espacios abiertos enfatizan que la práctica de actividades al aire libre promueve el bienestar físico y mental, lo que refleja positivamente en la calidad de vida especialmente en los ancianos, debido a la variedad de estímulos y oportunidades de socialización que estos ambientes ofrecen. Con el fin de investigar el papel de las plazas públicas para el envejecimiento activo, se realizó un panel de expertos a través de entrevistas con siete profesionales que trabajan con ancianos en Natal/RN. La entrevista involucró cuestiones relacionadas con el envejecimiento activo, socialización y apoyo ambiental. Las respuestas se analizaron mediante análisis

¹ Psicólogo. Mestre em Ciências Ambientais. Doutorado em Psicologia pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

² Psicóloga. Arquiteta. Profa. Dra. na Pós-Graduação em Psicologia e Arquitetura e Urbanismo da Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

Silva, Eduardo Alexandre Ribeiro; Elali, Gleice Azambuja. O papel das praças para o envelhecimento ativo sob o ponto de vista dos especialistas

de contenido y indicaron que las plazas pueden ser locales adecuados para los fines de envejecimiento activo, cuando hay elementos básicos que fomenten el apoyo necesario para la permanencia de los ancianos en ella.

Palabras-clave: Ancianos, Psicología Ambiental, interacción social, plazas públicas, medio construido.

Introdução

Dentre as contribuições teóricas que apresentam modelos explicativos da relação do idoso com seu ambiente, as mais destacadas foram propostas por Mortimer Powell Lawton (1986) que, no decorrer de sua produção intelectual, demonstrou que a qualidade de vida na velhice está associada a diversos fatores em constante interação ao longo da existência do indivíduo. Esses fatores estão relacionados às condições objetivas (ambiente físico, contexto social, rede de apoio social, amizade e relações de parentesco e capacidade funcional) e a condições subjetivas (vinculadas a aspectos afetivos ligados ao bem-estar).

Ambientes que não oferecem o suporte necessário às atividades cotidianas afetam negativamente o bem-estar objetivo e subjetivo de seus usuários. Quando possuem autonomia funcional, os próprios idosos costumam providenciar arranjos para que seus ambientes se tornem seguros, confortáveis e interessantes (por meio da modificação da disposição dos móveis, objetos e acessórios, cuidados com plantas e outras iniciativas). Por outro lado, quanto maiores forem as dificuldades físicas e cognitivas das pessoas menos elas terão autonomia para atuar nas condições ambientais, de modo que um ambiente desfavorável poderá impor uma influência maior sobre elas, limitando suas possibilidades de uso do espaço.

O modelo da pressão-competência (ou modelo ecológico) considera que, à medida que as pessoas envelhecem e têm suas competências reduzidas, os ambientes passam a exercer uma pressão maior sobre seu comportamento, sendo necessário recorrer a adaptações nos elementos ambientais de acordo com os níveis de competências dos indivíduos para atingir níveis ideais de ajustamento, conforto e desempenho (Nahemow & Lawton, 1973). Nesse sentido, os indivíduos com capacidades funcionais mais comprometidas seriam os que mais sentiriam a influência da pressão ambiental, adaptando-se a uma variedade menor de ambientes. Contudo, a criação de ambientes “amigáveis” por meio de adaptações, princípio da hipótese da *docilidade ambiental* (Nahemow & Lawton, 1973), atua como função protética, compensando os efeitos da pressão do ambiente sobre o comportamento do idoso e garantindo seu desempenho comportamental (Moore, Van Haitsma, Curyto & Saperstein, 2003).

Acatando esse tipo de argumentação, ao instituir a perspectiva do envelhecimento ativo (*active ageing*), a Organização Mundial da Saúde (OMS) – World Health Organization, 2005 (WHO) – incluiu o ambiente como fator determinante para o

envelhecimento saudável. Segundo a organização, as características do ambiente influenciam o comportamento humano de modo significativo, podendo representar a diferença entre a independência e a dependência para todos os indivíduos, mas especialmente para pessoas em processo de envelhecimento. Pessoas idosas que moram em ambientes ou áreas de risco com múltiplas barreiras físicas saem de casa com menos frequência e, por isso, estão mais propensas ao isolamento, depressão, menor preparo físico e mais problemas de mobilidade (WHO, 2005).

Para que o ambiente físico possa proporcionar mais benefícios do que dificuldades aos idosos, isto é, para que seja mais dócil e propicie apoio adequado às suas necessidades, as proposições do envelhecimento ativo (EA) recomendam que as opções de atividades mais saudáveis também sejam as de mais fácil execução, estimulando-os a serem mais ativos diante das situações da vida cotidiana. Com a finalidade de alcançar esses objetivos, o programa do EA recomenda:

- oferta de serviço de transporte público acessível e barato;
- ausência de obstáculos que possam causar lesões por quedas, acidentes e incêndios;
- moradia apropriada e adaptada para suas necessidades de saúde e de segurança;
- vizinhança segura que favoreça uma interação social positiva;
- ruas bem iluminadas para caminhadas seguras, banheiros públicos acessíveis e semáforos com mais tempo para os pedestres;
- fornecimento de água limpa, ar puro e alimentos seguros;
- programas de exercícios para ajudar as pessoas idosas a manter sua mobilidade.

O EA foi proposto como forma de incentivo à promoção da expectativa de vida com saúde e qualidade para todas as pessoas que estão em processo de envelhecimento, visando a incentivá-las a perceber o próprio potencial para o bem-estar físico, social e mental ao longo da vida (WHO, 2005), indicando a concordância com os pressupostos da perspectiva *life-span* (Neri, 2001), tais como os de *multidimensionalidade*, *multidirecionalidade* e *plasticidade*.

No Brasil, esse programa está inserido nas ações do Programa “Brasil Saudável” (Brasil – Ministério da Saúde, 2005), que fomenta iniciativas nacionais para criar políticas públicas que promovam modos de viver mais saudáveis em todas as etapas da vida, com ênfase na atividade física no cotidiano e no lazer, na reeducação alimentar e no controle do tabagismo, consideradas iniciativas básicas para o envelhecimento saudável, por proporcionarem um

Silva, Eduardo Alexandre Ribeiro; Elali, Gleice Azambuja. O papel das praças para o envelhecimento ativo sob o ponto de vista dos especialistas

ganho substancial em qualidade de vida e saúde, em consonância com as indicações da Organização Mundial da Saúde (WHO, 2005, 2008).

Ao comparar as recomendações para a promoção de um ambiente adequado ao envelhecimento ativo com as funções do ambiente para idosos indicadas por Lawton (1986) (manutenção, estimulação e apoio/suporte), percebe-se que as últimas, mesmo que de forma não sistemática, foram incluídas na perspectiva do EA. Assim, a função *manutenção*, que diz respeito à constância e previsibilidade do ambiente em termos de satisfação e ao apego aos lugares, pode ser notada na crítica da OMS ao fato de alguns idosos serem forçados a viver em lugares que não são de sua escolha (como a casa de parentes e em lares já superlotados), o que, quando somado a outros fatores, pode acarretar maior risco de isolamento social e saúde precária.

A *estimulação* refere-se à importância de sair do usual, favorecendo novos arranjos de estímulos que possam levar a novos comportamentos na vida diária por meio de atividades que proporcionem lazer e incentivem as relações sociais. Essa função pode ser identificada quando a OMS recomenda a criação de oportunidades acessíveis, baratas e agradáveis para os idosos permanecerem ativos em áreas seguras para andar e em parques.

O *apoio* ou *suporte* é o potencial do ambiente para compensar competências reduzidas ou perdas e pode ser aplicado mediante a eliminação de barreiras físicas e outras formas de facilitação de acesso aos ambientes. Consta-se essa função quando a OMS afirma ser necessário que os ambientes de apoio façam com que “as opções saudáveis sejam as mais fáceis” (WHO, 2005).

Assim, ao recomendar que sejam considerados os aspectos ambientais que podem favorecer uma postura ativa do idoso durante o uso e a permanência nos espaços que frequentam, a proposta do EA abre perspectivas para a investigação de associações entre condições ambientais e envelhecimento saudável por meio do incentivo à realização de atividades.

Devido ao fato de as pessoas de idade mais avançada geralmente apresentarem uma redução na mobilidade, o ambiente doméstico e seus arredores tornam-se os espaços mais utilizados da vida cotidiana (Lawton, 1986; Mollenkopf et al., 2004). Nas imediações das residências, as praças estão entre os espaços abertos urbanos públicos (EAUPs) de acesso livre e gratuito que mais favorecem o encontro e a formação de laços sociais na comunidade, possibilitando a realização de diversas atividades como exercícios físicos, jogos, atividades recreativas, leitura, contemplação, entre outras.

Os EAUPs são ruas, praças, parques e outros locais abertos à livre escolha e às ações espontâneas dos indivíduos, dotados de acessibilidade pública e designados, construídos ou apropriados para atividades funcionais, sociais ou de lazer que possibilitam a convivência e a permanência (Lynch, 2007). Eles têm sido utilizados em diversas partes do mundo como locais para a promoção de atividades físicas, recreativas, de cultura e lazer para todas as idades por serem acessíveis, possibilitando o encontro das diferenças sociais (Cattell, Dines, Gesler & Curtis, 2008). Especificamente no caso dos idosos, vários grupos de pesquisa têm apresentado indicativos consistentes com relação a esses espaços estimularem a permanência física, cognitiva, social e afetiva, resultando em benefícios para a saúde e o bem-estar (Active Living Research, 2010; Inclusive Design for Getting Outdoors, 2007; OPENspace Research Centre, 2010).

Em Natal/RN, uma constatação que evidencia o uso desses espaços públicos pelos idosos na cidade é a prática da caminhada e o uso das chamadas Academias da Terceira Idade (ATIs), conjunto de aparelhos para a prática de atividades físicas de baixo impacto, cujo acesso é público e gratuito, geralmente instaladas em praças, parques e locais de passagem de pedestres (Ideias saudáveis, 2009). Essas e outras formas de uso dos EAUPs são marcadas pela dinâmica do conjunto urbano onde estão inseridas e se caracterizam pelos seus valores ambientais, funcionais, estéticos e simbólicos, correspondendo a um arranjo complexo de limitações e exigências do ambiente físico e geográfico, todos direta ou indiretamente relacionados aos diferentes usos que ali ocorrem (Liberalino, 2011).

Ao entender que os profissionais envolvidos diretamente no cuidado e atenção às necessidades das pessoas idosas podem consentir, sugerir ou recomendar/estimular sua participação em praças públicas, oportunizando o exercício de suas capacidades funcionais, interessou-nos identificar a concepção dos especialistas a respeito do papel que esses espaços podem representar para a promoção do EA.

Procedimentos Metodológicos

O estudo realizado na cidade de Natal/RN correspondeu a um painel de *experts* (Pinheiro, Farias & Abe-Lima, 2013; Taylor, Zube & Sell, 1987), técnica que consiste na consulta a um grupo de especialistas selecionados devido ao potencial de sua contribuição para o tratamento de questões relativas ao objetivo da pesquisa em andamento. A

Silva, Eduardo Alexandre Ribeiro; Elali, Gleice Azambuja. O papel das praças para o envelhecimento ativo sob o ponto de vista dos especialistas

escolha dos participantes pode ser motivada por sua competência no que diz respeito aos ambientes em questão, às situações trabalhadas ou aos fenômenos/conceitos que interessam à pesquisa. O tipo de conhecimento necessário à pesquisa é justamente o que define os membros do grupo (Elali & Pinheiro, 2013). No caso da investigação em curso, optou-se por trabalhar com profissionais atuantes na cidade e que lidam com idosos a partir de 60 anos. Partindo de dois nomes que, em âmbito local, se distinguem na área, o grupo foi composto pela indicação dos próprios participantes, que foram solicitados a sugerir outros profissionais com atuação direta e reconhecida com a população idosa. A constituição final do grupo deu-se a partir da constatação de que todos os indicados já haviam sido entrevistados, totalizando sete indicações.

A pesquisa foi aprovada pelo comitê de ética em pesquisa com seres humanos e utilizou entrevista semiestruturada, tendo como base um roteiro construído a partir do referencial bibliográfico, enfocando os temas: envelhecimento ativo, socialização e suporte ambiental, por serem elementos frequentemente presentes na literatura. As entrevistas, realizadas individualmente e nos horários e locais de atuação de cada profissional, tiveram duração média de uma hora e dez minutos. As respostas foram registradas com um gravador de áudio e anotações em diário de campo e

posteriormente transcritas e analisadas por meio da análise temática, com a interpretação lógico-semântica das ideias prevaletentes no *corpus* dos depoimentos (Campos, 2004).

A maioria dos profissionais participantes foi do sexo feminino (6), sendo que três também se enquadravam na condição de idosos (mais de 60 anos). A média de idade situou-se em 57 anos, e a média de atuação com o público idoso de 23,9 anos. A formação profissional dessas pessoas incluiu Assistência Social, Geriatria, Gerontologia, Advocacia, Antropologia, Pedagogia e Sociologia, verificando-se que alguns apresentaram mais de uma graduação. Na ocasião da pesquisa, os entrevistados ocupavam cargos de coordenação em associações, conselhos e instituições voltadas para a faixa etária de idosos.

Resultados e Discussão

Os temas utilizados no roteiro de entrevista (envelhecimento ativo, suporte ambiental e socialização) foram facilmente assimilados pelos participantes, de modo que, a partir deles, construímos as categorias analíticas das respostas (Quadro 1), com base nas quais analisamos as concepções dos entrevistados ligadas à relação entre EAUPs e envelhecimento ativo.

Quadro 1
Síntese dos resultados das entrevistas com os especialistas

Part.	Envelhecimento Ativo	Suporte Ambiental	Socialização
P.1	- Ocorre quando o idoso tem boa saúde, autoestima e qualidade de vida.	- Acessibilidade física. - Estrutura para permanência. - Estrutura para atividades.	- Ver e ser visto por outras pessoas, encontrar amigos, conversar, realizar atividades em grupo.
P.2	- Estilo de vida que resulta em benefícios funcionais, sociais, intelectuais, físicos e psicológicos. - Postura que permite descobertas e realização do potencial.	- Acessibilidade física. - Estrutura para permanência. - Estrutura para atividades.	- Conversar, realizar atividades em grupo, encontrar amigos.
P.3	- Decisão de estar ativo e envolvido em seu meio social gozando de boa saúde ou que possa compensar doenças a partir de um suporte material, afetivo e informativo.	- Acessibilidade física. - Estrutura para permanência. - Estrutura para atividades. - Aproximabilidade.	- Realizar atividades em grupo, encontrar amigos.
P.4	- Ações pessoais que permitem o idoso a manter sua autonomia e independência.	- Acessibilidade física. - Estrutura para permanência. - Estrutura para atividades.	- Conversar, realizar atividades em grupo.
P.5	- É a prática do envelhecimento saudável por meio de atividades que envolvam socialização e preservem a	- Acessibilidade física. - Estrutura para permanência. - Estrutura para atividades.	- Ver e ser visto por outras pessoas, encontrar amigos, conversar.

Silva, Eduardo Alexandre Ribeiro; Elali, Gleice Azambuja. O papel das praças para o envelhecimento ativo sob o ponto de vista dos especialistas

	qualidade de vida. A família pode interferir nesse processo.	- Apazibilidade.	
P.6	- Envelhecimento participativo e permanente. - Prática de atividade física para manter a saúde. - Recusar-se a ter hábitos sedentários.	- Acessibilidade física. - Estrutura para permanência. - Estrutura para atividades.	- Conversar.
P.7	- É o estilo de envelhecimento que valoriza a realização de atividades que promovam satisfação. Estas podem ser entendidas como ativas ou sedentárias.	- Acessibilidade física. - Estrutura para permanência. - Estrutura para atividades. - Apazibilidade.	- Realizar atividades em grupo e interagir com familiares.

Envelhecimento ativo

As respostas dos participantes, de um modo geral, indicam que os profissionais relacionam o EA à aquisição ou manutenção da saúde e qualidade de vida, na qual se inclui competência para manter a autonomia, aperfeiçoar as capacidades funcionais e utilizar seu potencial para realizações pessoais respeitando seus limites. Os participantes P.2 e P.7 foram os que mais se aproximaram da definição oficial da OMS ao afirmarem que se trata de um estilo de vida que valoriza a realização de atividades físicas e ou psicossociais que promovem satisfação ao praticante, permitindo descobertas e a realização do potencial, resultando em benefícios funcionais, sociais, intelectuais físicos e psicológicos. Nesse aspecto, nota-se que os especialistas não se limitaram a relacionar o termo “estar ativo” a estar apenas fisicamente ativo, empregando o conceito de modo mais abrangente. Apenas um participante (P.6) deu maior ênfase ao aspecto físico, ressaltando a importância da prática da atividade física para a manutenção da saúde.

Suporte ambiental

Referindo-se ao suporte ambiental, termo utilizado para designar as diversas formas de apoio que os recursos do ambiente podem oferecer para que seu uso seja facilitado (Sugiyama & Thompson, 2007), os especialistas entrevistados consideram ser necessário haver no ambiente elementos cuja qualidade e atributos permitam a presença, permanência e o uso adequado às necessidades dos

usuários idosos. Segundo Sugiyama e Thompson (2005), a existência de suporte ambiental adequado é fundamental para que os idosos permaneçam ativos e independentes. Essa concepção é compatível com os resultados de pesquisas que indicam que espaços com carência de recursos ambientais podem ser um dos fatores que desencorajam os idosos a serem mais ativos (Humpel, Owen & Leslie, 2002).

Os recursos mencionados nas entrevistas foram resumidos no Quadro 2, atendendo à classificação das funções básicas do ambiente sugerida por Lawton (1986). Evidenciou-se, assim, que os especialistas consideram importante atender às necessidades dos idosos quanto às condições de uso e permanência em ambientes externos. Acessibilidade física, estrutura para permanência e estrutura para atividades foram elementos mencionados por todos, enquanto apazibilidade foi considerada importante para três participantes (P.3, P.5 e P.7).

Na estrutura para permanência e na apazibilidade, foram agrupados os recursos que podem favorecer a permanência no ambiente, relacionados à função de manutenção, enquanto que na categoria estrutura para atividades foram reunidos os recursos que podem incentivar a diversidade de uso, ligados à função de estimulação. Na acessibilidade física estão os elementos que minimizam as barreiras físicas e facilitam a mobilidade e acesso ao local, que foram vinculados à função de suporte/apoio.

Quadro 2

Relação entre os recursos citados pelos especialistas e as funções do ambiente

Função	Categoria	Recursos
Manutenção	- Estrutura para permanência - Apazibilidade	Bancos, mesas, banheiro, água potável, abrigos, sentimento de segurança e sombreamento, paisagismo, chafariz.
Estimulação	- Estrutura para atividades	Espaços para apresentações culturais, jogos, atividades recreativas, exercícios físicos e orientação de profissionais

Silva, Eduardo Alexandre Ribeiro; Elali, Gleice Azambuja. O papel das praças para o envelhecimento ativo sob o ponto de vista dos especialistas

		para prática de exercícios físicos nas Academias da Terceira Idade (ATIs).
Suporte/Apoio	Acessibilidade física	Transporte público gratuito e adequado, condições de conservação das vias públicas, ruas e calçadas, proximidade da praça em relação à residência do usuário.

Acessibilidade física

A ausência ou precariedade da acessibilidade física pode restringir ou até mesmo inibir a presença dos idosos nos EAUPs, especialmente a dos que apresentam mobilidade reduzida (Almeida Prado, 2005; Wennberg, Hydén & Ståhl, 2010; WHO, 2005, 2008). Genericamente definida como a capacidade de o ambiente construído oferecer segurança e autonomia a qualquer pessoa que o utilize, independentemente de suas limitações (Juncà Ubierna, 1997), a acessibilidade, quando deficitária, pode comprometer a experiência de bem-estar proporcionada por estar ao ar livre. Provavelmente devido a sua relevância, todos os participantes citaram a necessidade de elementos para esse item do suporte ambiental.

Nessa categorização enquadraram-se as respostas que continham expressões como: transporte público gratuito e adequado, estado de conservação das vias públicas, ruas e calçadas, proximidade da praça em relação à residência, considerados elementos importantes para a efetividade de uso dos EAUPs. A respeito das condições de uso das praças, os entrevistados ressaltaram:

É necessário que os espaços abertos da cidade sejam adaptados para o uso do idoso, para que este possa ter opções acessíveis e baratas de sair de casa e ter uma atividade no seu próprio bairro, sem que tenha que se deslocar grandes distâncias, muitas vezes com dificuldades de acesso seja pela distância, pelas condições de transporte e mobilidade que são inadequados para os idosos (P.1).

A acessibilidade é muito deficitária. As ruas e os calçamentos representam barreiras à sua mobilidade. Buracos, desníveis nas calçadas já vitimaram muitos idosos (P.2).

De uma forma geral, deixa a desejar [a praça]. Não tem conforto. Os bancos ou são baixos demais ou altos, inclinados demais. Falta manutenção, calçamento, presença de lixo e entulhos que dificultam a mobilidade (P.5).

A acessibilidade é essencial. A pessoa idosa que tenha condições de mobilidade reduzida precisa ter condições para poder subir rampas. É preciso ter degraus, barras de apoio, bancos na altura suficiente para sentar-se sem cair, iluminação para a participação no período noturno (P.7).

Esses comentários apontam a necessidade de cuidados para com a mobilidade dos idosos, tais como treinamento ou postura profissional por parte dos motoristas de ônibus ao conduzir pessoas que apresentam condições de mobilidade mais reduzidas, e algumas adaptações para o uso adequado do espaço construído. Além disso, mencionou-se que muitas ocorrências de fraturas em idosos nos setores de traumatismo dos hospitais da cidade se devem a acidentes por quedas relacionados às péssimas condições de mobilidade para os pedestres. As vias públicas apresentam graves problemas à segurança e à integridade física de seus usuários por diversas irregularidades, tais como pisos escorregadios, desnível de altura de uma calçada para outra, buracos (muitas vezes abertos por empresas que prestam serviços públicos), veículos estacionados, entre outras.

O participante P.1 mencionou a importância de adequar o suporte ambiental para a permanência e o uso das praças que estão próximas à moradia dos idosos como forma de motivá-los a realizar atividades. Com essa medida, o idoso não precisaria ter de se deslocar até locais mais distantes da cidade que oferecem o suporte necessário à sua permanência e atividades. A esse respeito, McCormack, Rock, Toohey e Hignell (2010) relataram que a proximidade foi o item da acessibilidade mais frequentemente relatado, seus resultados mostraram que a existência de EAUPs locais, acessíveis a uma caminhada de curta distância, foi positivamente associado ao seu uso frequente. Contudo, a acessibilidade isolada dos outros elementos do suporte ambiental pode não ser o fator predominante para estimular a participação das pessoas nesses locais.

Ao tratar do sentimento de segurança em ambientes externos, Jones, Hillsdon e Coombes (2009) mencionam que, embora áreas mais carentes de suporte como algumas áreas públicas possam ser mais acessíveis à presença, as percepções negativas que podem vir de sinais de vandalismo, aparência de abandono, pichações, entre outros, inibem o seu uso. Nesse sentido, pode-se entender que a acessibilidade permite a presença, mas não garante a permanência. A permanência e seu uso concomitante estão relacionados à existência de outros elementos do suporte ambiental, tais como estrutura para

Silva, Eduardo Alexandre Ribeiro; Elali, Gleice Azambuja. O papel das praças para o envelhecimento ativo sob o ponto de vista dos especialistas

permanência, estrutura para atividades, apazibilização e a possibilidade de contatos sociais.

Estrutura para permanência

As necessidades dos idosos são em geral as mesmas das pessoas de outras idades. Contudo, os idosos estão em uma condição física que requer uma atenção maior a fim de que sua permanência no local seja convidativa, agradável e proporcione mais bem-estar do que incômodos e preocupações. Segundo WHO (2008), a disponibilidade de bancos e áreas para sentar é uma característica urbana necessária para os idosos, pois para muitos deles é difícil andar pela cidade se não houver algum lugar para descansar. A organização cita também que a existência de banheiros limpos, convenientemente localizados, bem sinalizados e acessíveis a deficientes é, em geral, considerada uma característica importante e amigável. É preciso lembrar que uma parcela significativa da população idosa faz uso de tratamento medicamentoso para doenças como diabetes e hipertensão, sendo necessário facilitar acesso a tais recursos. As respostas mais frequentes relativas a esse tema foram relativas à necessidade de haver nas praças bancos, mesas, banheiro, água potável, abrigos, sentimento de segurança e sombreamento.

Sentimento de segurança

Os participantes indicaram a segurança como uma condição indispensável para que os idosos possam participar de atividades nas praças. Independentemente do nível real de perigo, preocupações quanto à segurança foram mencionadas em todas as entrevistas e incluem aspectos como iluminação urbana, violência, crimes, drogas e sem-teto morando em lugares públicos. Ressaltam ainda que, embora não existam ocorrências explícitas de crimes ou delitos em certas praças, o sentimento de insegurança pode ser responsável pela ausência de participação nas atividades ao ar livre.

A percepção do risco no espaço público pode ser influenciada pelas características do ambiente físico e social, sendo, em diversos países, considerada uma das principais barreiras contra a frequência das pessoas em EAUPs, principalmente de idosos, crianças e mulheres (Austin, Furr & Spine, 2002; Booth, Owen, Bauman, Clavisi & Leslie, 2000; Cattell et al., 2008; King, 2008; Krenichyn, 2006). Os estudos relatam que muitos idosos deixam de participar de atividades em ambientes externos às suas residências por falta de segurança. Segundo a OMS, a sensação de segurança no local onde se mora afeta grandemente a vontade das pessoas de saírem à rua, o que, por sua vez, influencia na sua

independência, saúde física, integração social e bem-estar emocional (WHO, 2008).

Para os especialistas, muitos idosos deixam de frequentar ambientes externos como praças e parques por medo de serem atacados ou sentirem-se humilhados perante pessoas ou grupos intimidantes. Nesse sentido, uma forma de se encorajar a presença dos idosos nas praças foi apresentada pelo participante P.7 nos seguintes termos: “A participação familiar junto com o idoso nas praças pode incentivar a participação. O idoso sente-se mais seguro, mais protegido, não se sentiria intimidado por outros grupos se estivesse presente com a família”.

Sombreamento

O outro elemento citado com frequência foi o sombreamento. Excetuando-se P.5, os participantes mencionaram a necessidade da existência de sombreamento natural (proporcionado por árvores, arbustos ou outro tipo de vegetação) e artificial (proporcionado por abrigos construídos para proteção contra as intempéries da chuva e do sol) para que os idosos possam estar ao ar livre. Essa ênfase na recomendação ocorreu provavelmente devido às características climáticas da cidade, que possui elevados índices de radiação solar.

A menção desse aspecto reforça a necessidade de se alertar a respeito da falta ou da inadequação de elementos que proporcionem sombreamento nas praças natalenses, por se tratar de uma condição essencial às pessoas que frequentam espaços ao ar livre em cidades tropicais, como ilustra o trecho de entrevista a seguir.

O Brasil é um país tropical e o nordeste é uma região quente. Este tipo de lugar dificulta a participação dos idosos durante o dia. As nossas praças não estão projetadas com o entendimento de que Natal é uma cidade quente. As praças precisavam ser muito mais arborizadas. Os idosos não podem ir para lá para ficar sofrendo no calor. Precisa ter espaços com cobertura para facilitar a climatização (P.7).

Alguns estudos que investigam os recursos necessários para incentivar a permanência em ambientes externos associaram maior uso e frequência das pessoas à existência de sombreamento em ambientes ensolarados (Tucker, Gilliland & Irwin, 2007; Veitch, Bagley, Ball & Salmon, 2006). Outros recursos que os especialistas entrevistados consideraram importantes para a participação dos idosos no ambiente das praças foram: estrutura para atividades e apazibilização.

Estrutura para atividades

Este elemento referiu-se a recursos que permitem realizar diversas atividades nos EAUPs e envolveu menções de: espaços para apresentações culturais, jogos, atividades recreativas, exercícios físicos e orientação de profissionais para prática de exercícios físicos na ATI. De acordo com a literatura, ambientes cujas instalações e arranjos espaciais convidam à atividade proporcionam estímulo para que o idoso possa adotar uma postura mais ativa. Manter-se ativo e produtivo, segundo a Teoria da Atividade, faz com que o idoso sinta-se útil, propicia o sentimento de felicidade e bem-estar, resulta em reconhecimento social e beneficia a construção de uma imagem positiva de si mesmo e de satisfação em relação à vida (Siqueira, 2001).

Os efeitos das atividades físicas, recreativas e de lazer incluem, como consequência natural, a estimulação das interações sociais, comumente associadas à melhora ou manutenção da qualidade de vida e do bem-estar físico e psíquico (Almeida et al., 2008; Butler, Forette & Greengross, 2004; Jenkins, Pienta & Horgas, 2002).

Evidências sugerem que pessoas que se exercitam com continuidade apresentam redução do risco de doenças cardiovasculares, aumento da força muscular, melhoria na mobilidade, diminuição de quedas e fraturas, diminuição do uso de medicamentos, prevenção do declínio cognitivo e melhoria na autoestima (Cirpiano & Medalha, 2007; Elward & Larson, 1992).

Segundo os entrevistados, opções de recursos que estimulam a realização de atividades como as ATIs representam uma forma de tornar o ambiente das praças mais atrativo aos idosos, diversificando as possibilidades de uso desse espaço de forma saudável. Percebem que os que se envolvem em atividades demonstram ter mais disposição, são mais participativos e relatam sentimento de bem-estar mais frequentemente. Para que os benefícios possam ser maximizados, recomendam, ainda, que o uso dos aparelhos seja orientado por profissionais da educação física, de modo a evitar que o uso inadequado acarrete prejuízos à saúde e à integridade física dos usuários.

Além das ATIs, as estruturas mais mencionadas pelos *experts* foram: espaços para apresentações culturais, para jogos, caminhadas e atividades de lazer. Houve o entendimento dos participantes de que as atividades ao ar livre que proporcionam benefícios aos idosos não se restringem às que envolvem exercícios físicos. As que são consideradas típicas do lazer passivo, estruturado ou não, também contribuem para o aprimoramento da qualidade de vida. O lazer passivo ocorre quando as

atividades não demandam movimento, tornando o indivíduo um espectador, como ocorre nas ações de conversar, descansar, apreciar o movimento ou a paisagem, refletir, lanchar, esperar etc. (Macedo, 2003). A esse respeito, os entrevistados comentaram: “Sem estrutura não tem motivação para o idoso ir ao local. Faltam opções de lazer, esporte e cultura” (P.1). “É preciso propiciar atividades que sejam do interesse dos idosos, tais como jogos e outras opções de cultura e lazer. As atividades não podem se restringir a caminhadas e exercícios físicos” (P.2). “Muitas vezes se pensa que ter uma ATI é o que vai melhor atender aquela comunidade de idosos, mas nem sempre é assim. Outras opções podem atender melhor o idoso, como espaço para jogar dama, xadrez, dominó, buraco, sueca” (P.7).

Para esses especialistas, estar ativo tem o significado de abranger todo tipo de atividade, de acordo com as condições e limites de cada pessoa. Desse modo, é possível estar ativo conversando, praticando esportes, fazendo leituras, exercícios físicos, visitando amigos, dançando, cantando, auxiliando nos afazeres domésticos, realizando trabalhos voluntários, participando de eventos religiosos e viajando.

A literatura que discute o tema de idosos em EAUPs indica que a diversidade de opções e o contato intergeracional auxiliam na motivação para sair de casa e realizar atividades de forma satisfatória, o que revela uma aplicação direta para a execução das propostas do EA que incentivam a participação do indivíduo em questões sociais, econômicas, culturais, espirituais e cívicas (WHO, 2005). Complementando essa ideia, Sugiyama e Thompson (2005) afirmam que, para se beneficiar da interação social que ocorre nos EAUPs, basta sair e permanecer no ambiente por alguns instantes. Além disso, o usuário pode vir a participar de outras atividades, alternando entre as formas ativas e passivas, a partir dos estímulos e das possibilidades de socialização que o ambiente propicia.

Apazibilidade

Uma das formas de se praticar o lazer passivo é a apreciação dos elementos estéticos presentes no ambiente. Ambientes com a capacidade de transmitir uma sensação agradável pelo fato de simplesmente neles se estar, podem estimular a participação e o seu uso mais frequente. Por outro lado, ambientes que provocam percepções desagradáveis podem constituir uma barreira à presença e participação. Estudos têm relatado que a presença de lixo, entulho, fezes caninas, falta de conservação e manutenção, sinais de vandalismo e grafite podem diminuir o sentimento de bem-estar e inibir a presença e a

Silva, Eduardo Alexandre Ribeiro; Elali, Gleice Azambuja. O papel das praças para o envelhecimento ativo sob o ponto de vista dos especialistas

participação (Gearin & Kahle, 2006; Hoehner, Ramirez, Elliott, Handy & Brownson, 2005; WHO, 2008).

Para os participantes, a aprazibilidade refere-se à ideia de estímulos estéticos que remetem à beleza cênica, como esculturas, paisagismo, chafariz, estado geral de limpeza, manutenção e conservação das praças e seus equipamentos. Esse item envolveu as respostas relacionadas ao sentimento de bem-estar psicológico pela contemplação de cenários, paisagens, espaços, eventos, pessoas e atividades em geral, tornando o ambiente agradável àquele que observa. Essas e outras características do entorno natural têm sido mencionadas como sendo amigáveis ao idoso em muitas cidades. Por outro lado, a percepção da sujeira tem um impacto negativo na qualidade de vida (WHO, 2008).

Os profissionais entrevistados conceberam a aprazibilidade das praças como uma forma de incentivo ao uso e à participação da comunidade. Entretanto, relatam que a quase totalidade das praças da cidade não proporcionam essa sensação aos seus frequentadores, pois, de uma forma geral, percebe-se a falta de conservação, gerando uma sensação de abandono e de risco à segurança pessoal.

Socialização

De acordo com a literatura na área de envelhecimento humano, os laços sociais estimulam e reforçam o senso do significado da vida e em muitos casos é o que motiva as pessoas a saírem de suas casas e reunirem-se para realizar atividades. Nesse sentido, a interação social tem sido relatada como importante elemento motivador de atividades em idosos, estimulando-os a abandonar hábitos sedentários e exercitar suas habilidades físicas, mentais, emocionais e sociais (Bennett, 2002; Butterworth, 2000; House, Landis & Umberson, 1988; McAuley et al., 2000; Sugiyama & Thompson, 2005; Ybarra et al., 2008). Por outro lado, isolamento e baixos níveis de engajamento social na velhice estão correlacionados com o declínio da saúde física, mental e a um alto risco de mortalidade (Pillai & Verghese, 2009; Saczynski et al., 2006).

Ao serem questionados quanto à relevância das praças para a interação social dos idosos, os especialistas responderam que esses locais têm grande potencial para a socialização do público da terceira idade por serem espaços de uso comum que permitem uma integração à vida da comunidade por meio da troca de ideias e informações sobre os acontecimentos na vizinhança. Conforme P.3, ao referir-se à praça: “É muito importante, mantém o idoso em contato com sua comunidade, ela permite

a realização de atividades entre idosos sem segregação social ou etária”.

De acordo com os grupos de pesquisa que investigam a participação dos idosos nos EAUPs, o acesso gratuito, irrestrito e universal, somado à possibilidade da participação de pessoas de diferentes condições sociais, faixas etárias e origens étnicas, permite maior possibilidade de trocas afetivas, sociais e culturais para todos os usuários. Para os especialistas, essas características dos EAUPs permitem aos idosos interagir com outras pessoas, encontrar amigos, ver e serem vistos, conversar e realizar atividades em grupo, sendo as duas últimas as mais citadas. A seguir, alguns trechos das entrevistas ilustram as respostas referentes aos motivos pelos quais os idosos frequentam as praças da cidade.

Encontrar as pessoas, conversar e ser ouvido, reforçar laços de amizade, preencher seu tempo, se distrair, realizar atividades de jogos, esporte, cultura e lazer (P.1).

Caminhadas com amigos, atividades físicas, convivência social. Os idosos se sentem muito isolados, alguns dentro da própria família, mesmo dando atenção a eles. Atualmente as famílias estão em um ritmo de atividades que os afastam de casa... Nesses espaços ocorre também a integração de pessoas de diversos grupos socioeconômicos, de outras idades porque o espaço é aberto e isso favorece a socialização... Como esses espaços geralmente são públicos e abertos à presença de qualquer pessoa, o idoso pode ter um contato intergeracional. Nas caminhadas, os idosos acabam formando grupos, encontrando amigos, fazendo novas amizades, tem um encontro com a natureza (P.2).

Principalmente para a finalidade de socialização. A solidão prejudica muito o idoso. A família sai para o trabalho, para o estudo, deixa o idoso isolado... São ambientes de extrema importância por serem espaços que permitem a participação. Nesses locais o idoso pode andar ao ar livre sem se preocupar com o trânsito, carros em alta velocidade. A possibilidade dos idosos de conviverem sem barreiras sociais. Cada instituição tem suas propostas, atividades e acabam por selecionar as pessoas que são atendidas. As instituições são por assim dizer, fechadas para certo público. Nos espaços abertos não há essa separação (P.4).

A utilização das ATIs é a atividade de interação social mais comum praticada por idosos nas praças de Natal atualmente... Vejo grande potencialidade das praças enquanto espaço de coletividade, de solidariedade entre as pessoas se a cultura do respeito às diferenças estiver internalizada nas pessoas (P.7).

Silva, Eduardo Alexandre Ribeiro; Elali, Gleice Azambuja. O papel das praças para o envelhecimento ativo sob o ponto de vista dos especialistas

Conversar, encontrar amigos e interagir socialmente realizando atividades físicas, recreativas ou de lazer foram atividades frequentemente mencionadas nos estudos que investigam idosos em EAUPs, indicando que as necessidades de socialização nesses ambientes se assemelham aos públicos de diferentes nacionalidades (Almeida Prado, 2005; Aspinall, Bell & Thompson, 2007; Ishii, Shibata & Oka, 2010; Müller, Freitas & Ely, 2007; Oliveira, 2005). Embora os itens ver e ser visto por outras pessoas e interagir com familiares tenham sido menos frequentes, também figuram na literatura investigada como elementos de prática dos idosos nos EAUPs (Rosenbaum, Ward, Walker & Ostrom, 2007).

Da mesma forma que os demais, o participante P.7 entende que o ambiente das praças é propício para atividades de socialização. Entretanto, observa a necessidade de o idoso sentir-se aceito pelas pessoas que frequentam as praças, uma vez que, em algumas situações, sentir que há preconceito em relação ao envelhecer faz com que as pessoas com mais idade evitem frequentar esse tipo de espaço. Os outros *experts* identificaram a precariedade dos recursos de suporte do ambiente como o fator de maior obstáculo à realização de atividades. Nenhum especialista mencionou a discriminação a partir de motivações étnicas.

Alguns entrevistados relataram que o uso das praças na rotina de vida diária pode atuar como fator compensatório para os idosos que se sentem solitários. O participante P.4 comenta que, pelo fato de os familiares precisarem ir para o trabalho ou para os estudos, o idoso muitas vezes passa o dia só em casa e alguns desenvolvem sentimentos de solidão e isolamento.

Outra reflexão oportuna apontou diferenças na qualidade entre ambientes domésticos e externos, defendendo que os externos permitem uma vivência social mais rica em relação ao doméstico:

Esses espaços têm um significado muito grande para os idosos no sentido da interação social. Os resultados das atividades externas que os idosos realizam são muito melhores do que as que são realizadas dentro de casa. As atividades que os idosos desenvolvem no lar passam a ser uma atividade rotineira em função dos outros, filhos, netos, marido. A atividade externa, fora de casa é em benefício próprio e envolve a interação com pessoas diferentes. Desta forma, a ocupação em atividades dentro de casa tem um significado, fora de casa tem outro (P.2).

Apesar dos benefícios relatados, conforme afirma um dos participantes, “Na cidade de Natal existem poucos espaços abertos que oferecem as condições mínimas para essas possibilidades de

interação social para os idosos. Algumas praças são extremamente inadequadas para uso e permanência de qualquer faixa etária” (P.7). Complementando essa opinião, outro participante relata que esses espaços estão nessa situação porque “Não estão sendo cumpridas as recomendações das políticas públicas voltadas para os idosos” (P.4).

Para reverter essa situação e promover adequações nos EAUPs, P.2 aponta algumas possibilidades de enfrentar esse desafio citando a importância do suporte ambiental nas praças (condições de segurança, acessibilidade adequada, diversidade de opções para atividades, estrutura para permanência como bancos, mesas, abrigos, sombreamento e instrutores para os exercícios nas ATIs) para incentivar o idoso a explorar suas capacidades e possibilidades de realização pessoal. Essas recomendações assemelham-se a de outros estudos que abordam o mesmo tema, indicando sua relevância. Segundo Dorneles (2006), medidas como a instalação de bancos, localizados em área de sombra durante o dia e com iluminação adequada durante a noite, em certos arranjos espaciais, podem incentivar a permanência. A instalação de equipamentos de ATI, bem como a existência de calçamento, pode estimular a prática de exercícios físicos e o fortalecimento de laços sociais devido à frequência de contato entre os praticantes (Cipriani, 2013; Liberalino, 2011).

Considerações Finais

Diante da valorização da prática de atividades para uma vida diária com mais qualidade, a OMS instituiu o EA com a intenção de implantar uma ação mais abrangente, para além da saúde física, que promovesse o envelhecimento da população com sucesso. A perspectiva do EA apresenta-se como uma proposta de incentivo à adoção de um estilo de vida saudável e desfaz o conceito antigamente difundido de que a velhice é uma etapa de repouso e descanso. Na nova concepção, o idoso é um ser ativo que se realiza no exercício de suas habilidades mentais, afetivas, físicas e sociais, resultando em uma condição de extensão de suas capacidades, como apregoa o conceito de plasticidade da teoria *Life-Span* (Baltes, Lindenberger & Staudinger, 2007). Uma vida ativa melhora a saúde mental, promove contatos sociais e ajuda as pessoas idosas a ficarem mais independentes por um período de tempo mais longo.

Segundo a OMS, os EAUPs representam uma excelente opção de baixo custo financeiro para a promoção da saúde, bem-estar e qualidade de vida para a população em geral (WHO, 2008). Nesse

Silva, Eduardo Alexandre Ribeiro; Elali, Gleice Azambuja. O papel das praças para o envelhecimento ativo sob o ponto de vista dos especialistas

sentido, a utilização adequada desses espaços pode contribuir para a diminuição da proporção de idosos que levam uma vida sedentária, que é acentuada na maioria dos países (WHO, 2005).

De forma geral, os *experts* consultados indicaram conceber as praças como locais propícios para que os idosos possam usufruir do lazer ativo e passivo, compreensão que possui grande compatibilidade com os objetivos da perspectiva do envelhecimento ativo, mostrando estarem basicamente alinhados com a orientação institucional mais ampla. Para os participantes, esses espaços são propícios para a realização de atividades diversas, tendo grande potencial para exercer um papel decisivo na promoção do bem-estar, saúde e qualidade de vida na terceira idade, auxiliando tal população a preencher o tempo livre, efetuar contatos intra e intergeracional e a diminuir o sentimento de solidão e a carência afetiva, constituindo espaços de convivência importantes para essa faixa etária.

Corroborando os pressupostos da pesquisa em desenvolvimento, os participantes evidenciaram que, no entanto, tais benefícios somente são possíveis na medida em que os EAUPs ofereçam condições de suporte ambiental para o uso e permanência (que se aplicam a pessoas de todas as idades que se interessem por atividades em ambientes externos), o que inclui: condições de segurança pessoal; estruturas adequadas para permanência e realização de atividades no local; condições de acessibilidade no trajeto e no local de uso; elementos que favoreçam as funções básicas do ambiente, no caso das pessoas idosas, relacionados à manutenção, estimulação e apoio.

Assim, mesmo havendo a necessidade de requisitos de ordem pessoal – que incluem o interesse e iniciativa para se envolver nas atividades, recusa de hábitos sedentários, saúde e capacidades funcionais compatíveis com atividade –, os especialistas indicam que, na cidade Natal/RN, o estado de precariedade, insuficiência e inadequação desses espaços são os maiores responsáveis pela baixa participação dos idosos nas praças, o que aponta a necessidade de aprimoramento das políticas públicas nesse campo.

Referências

- Active Living Research. (2010). Parks, playgrounds and active living. San Diego: Robert Wood Johnson Foundation.
- Almeida, G. J. M., Silva, A. D., Cassilhas, R. C., Cohen, M., Peccin, M. S., Tufik, S. et al. (2008). Equilíbrio, coordenação e agilidade de idosos submetidos à prática de exercícios físicos resistidos. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 14, 88-93.
- Almeida Prado, A. R. D. (2005). *A cidade para o idoso – envelhecer em nossas cidades é um grande desafio*. Recuperado em 15/08/2013, de <http://goo.gl/IgxQgc>
- Aspinall, P., Bell, S. & Thompson, C. W. (2007). *Open space: people space 2*. Trabalho apresentado no Innovative approaches to research excellence in landscape and health, Edinburgh.
- Austin, D. M., Furr, L. A. & Spine, M. (2002). The effects of neighborhood conditions on perceptions of safety. *Journal of Criminal Justice*, 30(5), 417-427.
- Baltes, P. B., Lindenberger, U. & Staudinger, U. M. (2007). Life span theory in Developmental Psychology. In W. Damon & R. M. Lerner (Orgs.). *Theoretical models of human development* (6 ed., Vol. 1, pp. 569-664). New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Bennett, K. M. (2002). Low level social engagement as a precursor of mortality among people in later life. *Age and Ageing*, 31(3), 165-168.
- Booth, M. L., Owen, N., Bauman, A., Clavisi, O. & Leslie, E. (2000). Social-cognitive and perceived environment influences associated with physical activity in older australians. *Preventive Medicine*, 31(1), 15-22.
- Brasil – Ministério da Saúde. (2005). *Programa Brasil Saudável*. Brasília, DF: Departamento de Atenção Básica. Secretaria de Atenção à Saúde.
- Butler, R. N., Forette, F. & Greengross, B. S. (2004). Maintaining cognitive health in an ageing society. *The Journal of the Royal Society for the Promotion of Health*, 124(3), 119-121.
- Butterworth, I. (2000). The relationship between the built Environment and wellbeing: a literature review. *The Built Environment and Wellbeing*. Melbourne: Victorian Health Promotion Foundation.

Silva, Eduardo Alexandre Ribeiro; Elali, Gleice Azambuja. O papel das praças para o envelhecimento ativo sob o ponto de vista dos especialistas

- Campos, C. J. G. (2004). Método de análise de conteúdo: ferramenta para a análise de dados qualitativos no campo da saúde. *Revista brasileira de enfermagem*, 57(5), 611-614.
- Cattell, V., Dines, N., Gesler, W. & Curtis, S. (2008). Mingling, observing, and lingering: Everyday public spaces and their implications for well-being and social relations. *Health & Place*, 14(3), 544-561.
- Cipriani, P. (2013). *Acessibilidade espacial do idoso ao espaço público: o caso das ATIs em Natal/RN*. Trabalho de conclusão de curso de graduação em Arquitetura e Urbanismo, Departamento de Arquitetura e Urbanismo, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal - RN.
- Cirpiano, D. d. N. & Medalha, J. (2007). *A dança de salão como lazer e interação social para idosos*. Trabalho apresentado no Simpósio Internacional de Ciências Integradas da UNAERP, Guarujá/SP.
- Dorneles, V. G. (2006). *Acessibilidade para idosos em áreas livres públicas de lazer*. Dissertação de Mestrado, Programa de Pós-Graduação em Arquitetura e Urbanismo, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, SC.
- Elali, G. A. & Pinheiro, J. d. Q. (2013). Analisando a experiência do habitar: algumas estratégias metodológicas. In S. B. Villa & S. W. Ornstein (Orgs.). *Qualidade ambiental na habitação: avaliação pós-ocupação* (pp. 15-35). São Paulo: Oficina de Textos.
- Elward, L. & Larson, E. B. (1992). Benefits of exercise for older adults: a review of existing evidence and current recommendations for the general population. *Clinical Geriatric Medicine*, 8(1), 35-50.
- Gearin, E. & Kahle, C. (2006). Teen and adult perceptions of urban green space Los Angeles. *Children, Youth and Environments*, 16, 25-48.
- Hoehner, C. M., Ramirez, L. K. B., Elliott, M. B., Handy, S. L. & Brownson, R. C. (2005). Perceived and objective environmental measures and physical activity among urban adults. *American Journal of Preventive Medicine*, 28(2), 105-116.
- House, J. S., Landis, K. R. & Umberson, D. (1988). Social relationships and health. *Science*, 241(4865), 540-545.
- Humpel, N., Owen, N. & Leslie, E. (2002). Environmental factors associated with adults' participation in physical activity: A review. *American Journal of Preventive Medicine*, 22(3), 188-199.
- Ideias Saudáveis. (2009). *Academia na Praça Augusto Leite – Natal/RN*. Recuperado em: 07/11/2013, de <http://idsaudaveis.blogspot.com.br/2009/05/academia-na-praca-augusto>
- Inclusive Design for Getting Outdoors. (2007). *How does the outdoor environment affect older people's quality of life?* Recuperado em 08/02/2011, 2011, de <http://goo.gl/gwE4M7>
- Ishii, K., Shibata, A. & Oka, K. (2010). Environmental, psychological, and social influences on physical activity among Japanese adults: structural equation modeling analysis. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 7(61), 1-8.
- Jenkins, K. R., Pienta, A. M. & Horgas, A. L. (2002). Activity and health-related quality of life in continuing care retirement communities. *Research on Aging*, 24(1), 124-149.
- Jones, A., Hillsdon, M. & Coombes, E. (2009). Greenspace access, use, and physical activity: Understanding the effects of area deprivation. *Preventive Medicine*, 49(6), 500-505.
- Juncà Ubierna, J. A. (1997). *Diseño universal: factores clave para la accesibilidad integral*. Castilla-La Mancha, España: COCEMFE.
- King, D. (2008). Neighborhood and individual factors in activity in older adults: Results from the neighborhood and senior health study. *Journal of Aging and Physical Activity*, 16, 144-170.
- Krenichyn, K. (2006). The only place to go and be in the city: women talk about exercise, being outdoors, and the meanings of a large urban park. *Health & Place*, 12(4), 631-643.

Silva, Eduardo Alexandre Ribeiro; Elali, Gleice Azambuja. O papel das praças para o envelhecimento ativo sob o ponto de vista dos especialistas

- Lawton, M. P. (1986). *Environment and aging*. Albany: Center for the Study of Aging. <http://arq.ufsc.br/petarq/wp-content/uploads/2008/02/cicau-43.pdf>
- Liberalino, C. C. (2011). *Praça: lugar de lazer*. Dissertação de Mestrado em Psicologia, Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, RN.
- Lynch, K. (2007). *A boa forma da cidade*. Lisboa: Edições 70.
- Macedo, C. F. d. (2003). *Avaliação dos atributos determinantes na escolha de ambientes de permanência em espaço livre público a partir do método da grade de atributos*. Dissertação de Mestrado, Engenharia de Produção, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, SC.
- McAuley, E., Blissmer, B., Marquez, D. X., Jerome, G. J., Kramer, A. F. & Katula, J. (2000). Social relations, physical activity, and well-being in older adults. *Preventive Medicine*, 31(5), 608-617.
- McCormack, G. R., Rock, M., Toohey, A. M. & Hignell, D. (2010). Characteristics of urban parks associated with park use and physical activity: A review of qualitative research. *Health & Place*, 16(4), 712-726.
- Mollenkopf, H., Marcellini, F., Ruoppila, I., Széman, Z., Tacken, M. & Wahl, H.-W. (2004). Social and behavioural science perspectives on out-of-home mobility in later life: findings from the European project MOBILATE. *European Journal of Ageing*, 1(1), 45-53.
- Moore, K. D., VanHaitsma, K., Curyto, K. & Saperstein, A. (2003). A pragmatic environmental psychology: A metatheoretical inquiry into the work of M. Powell Lawton. *Journal of Environmental Psychology*, 23, 471-482.
- Müller, L. M., Freitas, E. G. & Ely, V. H. M. B. (2007). *O uso dos espaços urbanos centrais de Florianópolis pelos idosos: percepção de intervenientes ambientais*. Trabalho apresentado no VII Congresso de Iniciação Científica em Arquitetura e Urbanismo, Florianópolis-SC. Recuperado em 22/08/2013, de <http://arq.ufsc.br/petarq/wp-content/uploads/2008/02/cicau-43.pdf>
- Nahemow, L. & Lawton, M. P. (1973). Toward an ecological theory of adaptation and aging. *Environmental Design Research*, 1, 24-32.
- Neri, A. L. (2001). Paradigmas contemporâneos sobre o desenvolvimento humano em Psicologia e em Sociologia. In A. L. Neri, (Org.). *Desenvolvimento e envelhecimento: perspectivas biológicas, psicológicas e sociológicas* (pp. 200). Campinas/SP: PAPIRUS.
- Oliveira, C. V. d. (2005). Lugares favoritos de idosos no Distrito Federal. *Textos de Psicologia Ambiental* (pp. 5). Brasília: Laboratório de Psicologia Ambiental.
- OPENspace Research Centre. (2010). *Community Green: using local spaces to tackle inequality and improve health*. England: CABE.
- Pillai, J. A. & Verghese, J. (2009). Social networks and their role in preventing dementia. *Indian Journal of Psychiatry*, 51(5), 22-28.
- Pinheiro, J. d. Q., Farias, T. M. & Abe-Lima, J. Y. (2013). Paineis de especialistas e estratégia multimétodos: Reflexões, exemplos, perspectivas. *Psico*, 44(2), 184-192.
- Rosenbaum, M. S., Ward, J., Walker, B. A. & Ostrom, A. L. (2007). A cup of coffee with a dash of love: An investigation of commercial social support and third-place attachment. *Journal of Service Research*, 10, 43-59.
- Saczynski, J. S., Pfeifer, L. A., Masaki, K., Korf, E. S. C., Laurin, D., White, L. et al. (2006). The effect of social engagement on incident dementia. *American Journal of Epidemiology*, 163(5), 433-440.
- Siqueira, M. E. C. d. (2001). Teorias sociológicas do envelhecimento. In A. L. Neri (Org.). *Desenvolvimento e envelhecimento: perspectivas biológicas, psicológicas e sociológicas* (pp. 73-112). Campinas/SP: PAPIRUS.

Silva, Eduardo Alexandre Ribeiro; Elali, Gleice Azambuja. O papel das praças para o envelhecimento ativo sob o ponto de vista dos especialistas

- Sugiyama, T. & Thompson, C. W. (2005). Environmental support for outdoor activities and older people's quality of life. *Journal of Housing for the Elderly*, 19 3(4), 167-185.
- Sugiyama, T. & Thompson, C. W. (2007). Outdoor environments, activity and the well-being of older people: conceptualising environmental support. *Environment and Planning*, 39(8), 1943-1960.
- Taylor, J. G., Zube, E. H. & Sell, J. L. (1987). Landscape assessment and perception research methods. In R. B. Bechtel, R. W. Marans & W. Michelson (Orgs.). *Methods in environmental and behavioral research* (pp. 361-393). New York: Van Nostrand Reinhold.
- Tucker, P., Gilliland, J. & Irwin, J. D. (2007). Splashpads, swings, and shade: parents' preferences for neighbourhood parks. *Canadian Journal of Public Health*, 98(3), 198-202.
- Veitch, J., Bagley, S., Ball, K. & Salmon, J. (2006). Where do children usually play? A qualitative study of parents' perceptions of influences on children's active free-play. *Health & Place*, 12(4), 383-393.
- Wennberg, H., Hydén, C. & Ståhl, A. (2010). Barrier-free outdoor environments: Older peoples' perceptions before and after implementation of legislative directives. *Transport Policy*, 17(6), 464-474.
- WHO – World Health Organization. (2005). *Envelhecimento ativo: uma política de saúde* (1ª ed.). Brasília, DF: Organização Pan-Americana da Saúde.
- WHO – World Health Organization. (2008). *Guia global: cidade amiga do idoso*. Genebra: World Health Organization.
- Ybarra, O., Burnstein, E., Winkielman, P., Keller, M. C., Manis, M., Chan, E. et al. (2008). Mental exercising through simple socializing: Social interaction promotes general cognitive functioning. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34(2), 248-259.

Recebido em: 08/07/2014
Aprovado em: 2/03/2015