

A qualidade de vida de praticantes de atividades físicas na natureza

Walker Nattã dos Santos
Rafael Henrique Silva Andreatta
Ana Letícia Padeski Ferreira

Resumo

Adrenalina, aventura, esportes radicais, liberdade, superar limites, são palavras cada vez mais utilizadas na atualidade, seja por jovens, adultos ou alguns “jovens há mais tempo”. Sentir o vento no rosto, sentimento de liberdade e alegria, são sensações que as práticas de montanhismo, trilha, slackline, dentre tantas opções pode proporcionar e são fatores que influenciam diretamente na escolha por práticas desta natureza. Essas modalidades tem se tornado a opção de muitas pessoas, visando substituir alguns esportes tradicionais já populares na sociedade brasileira como o futebol, voleibol e basquete. No Paraná, a região de Quatro Barras, por exemplo, tem frequentemente sido o destino de muitos sujeitos. Nesta região está localizado o Morro do Anhangava, local onde a possibilidade de realização de práticas de atividades físicas na natureza é grande e que possui uma vasta Área de Proteção Ambiental (APA) que caracterizam o cenário com cachoeiras, cavernas, montanhas, serras, pedreiras abandonadas, entre outros. Desta maneira, esta pesquisa terá como objetivo geral identificar quais os principais fatores que levam o indivíduo a praticar atividades físicas na natureza e sua influência para a qualidade de vida dos mesmos, e como objetivos específicos traçar um perfil dos praticantes, identificar a percepção destes com as práticas, avaliar os benefícios físicos e psicológicos. Acreditamos que pesquisas desta natureza podem contribuir para o reconhecimento e valorização de tais práticas, incentivando que políticas públicas neste setor sejam revistas, levando em conta a exploração destes locais de forma que exista o estímulo para a prática e a consciência de cuidar da natureza. Esta pesquisa será desenvolvida em uma abordagem de cunho sociológica de metodologia qualitativa e quantitativa. Os instrumentos utilizados serão: Revisão de literatura, mapeamento de dados, aplicação de protocolos qualidade de vida, realização de entrevistas semiestruturadas com os praticantes presentes no local. Esta pesquisa encontra-se na fase de projeto, por este motivo ainda não apresenta resultados e conclusões.

Palavras chaves: Natureza; Aventura; Atividade física na natureza; Anhangava; Montanhismo; Qualidade de vida.