

**Comunicação, Interação Social e Escala Humana:
o papel dos parques verdes urbanos na
socialização e bem-estar da população viseense**

Fábio André Martins Gomes

Interação Social e Escala Humana: o papel dos parques verdes na socialização e bem-estar da população

Fábio André Martins Gomes

Projeto

Mestrado em Comunicação Aplicada

Trabalho efetuado sob a orientação de
Professora Doutora Ana Mafalda Matias

Professor Julien Diogo

Novembro 2024

DECLARAÇÃO DE INTEGRIDADE CIENTÍFICA

Fábio André Martins Gomes n.º 12882 do curso de Mestrado em Comunicação Aplicada - Ramo Comunicação Estratégica, declara sob compromisso de honra, que o Projeto de Mestrado é inédito e foi especialmente escrito para este efeito.

Viseu, 2022

O(A) aluno(a), _____

Agradecimentos

A conclusão deste trabalho não representa apenas a finalização de um marco importante no meu percurso académico. O alcançar desta meta representa a soma de experiências, aprendizagem e desenvolvimento relevantes para uma futura carreira profissional e vida pessoal. Gostava de expressar os meus sinceros agradecimentos a todos os intervenientes que de certa forma, contribuíram para a concretização deste trabalho.

Em primeiro lugar, gostaria de agradecer a Orientadora, Professora Doutora Ana Mafalda Matias e ao Coorientador Professor Julien Diogo, por todo o apoio, disponibilidade e base de conhecimento que me transmitiram ao longo deste percurso. A confiança transmitida por ambos foi uma constante inspiração para chegar à conclusão deste trabalho.

Gostaria de agradecer aos meus pais, tal como uma casa precisa de alicerces para se manter, assim vejo o vosso contributo neste percurso. Um enorme obrigado por transmitirem o que de melhor sabem e contribuírem para que tudo se pudesse tornar uma realidade.

Gostaria de agradecer à minha namorada por nunca me deixar abalar por demonstrar apoio, por ser um braço direito. Obrigado pelo respeito, carinho e apoio a todo o tempo que dediquei a este momento da minha vida. Obrigado a ti que me transmitiste a ambição necessária para que levasse este percurso até ao fim.

Gostaria de agradecer aos meus colegas de mestrado, por todas as discussões e momentos de aprendizagem, pelos bons conselhos e apoio em especial à Inês, ao João, ao Luís Rafael, que demonstram o verdadeiro sentido de amigo. Obrigado pelo vosso apoio incondicional, tão fundamental para que os momentos mais difíceis não me abalassem.

Agradeço também a uma amiga especial, à Professora Filomena, uma Amiga incondicional, que teve um contributo fundamental para a realização deste trabalho. Um obrigado não chegaria para um apoio constante e uma aprendizagem enorme relevante para o meu percurso académico e, certamente, a transmissão de bons valores e aprendizagem para um futuro profissional.

Por fim, agradeço a todas as pessoas e instituições que, de forma direta ou indireta, foram partes importantes e que contribuíram para a realização deste trabalho. Especial

obrigado aos viseenses que me permitiram fundamentar o meu estudo através do seu contributo afim da pesquisa e trabalho de dados.

A cada um, o meu sincero e profundo obrigado!

Fábio Gomes

Resumo

Os espaços verdes urbanos, como parques, são espaços sociais fundamentais para a interação diária dos cidadãos e indicadores relevantes de sustentabilidade e bem-estar comunitário. Para fundamentar o estudo empírico, explorou-se o desenvolvimento histórico das cidades, com enfoque na transformação urbana após a Segunda Guerra Mundial e na necessidade de reestruturação dos espaços urbanos, destacando a importância da escala humana no planeamento das cidades.

Discutiu-se ainda a evolução dos espaços públicos e o seu impacto na comunicação social e individual, sublinhando a relevância dos parques urbanos na promoção da coesão social. Abordaram-se conceitos como *placemaking* e *walkability*, enfatizando a criação de espaços urbanos acessíveis, que fomentem a mobilidade e a convivência social.

Neste contexto, o presente estudo procurou verificar de que modo os parques verdes urbanos de Viseu influenciam a coesão social, o bem-estar, a diminuição do isolamento social e a sua relevância no quotidiano da população. Tratou-se de um estudo quantitativo, descritivo e transversal, com uma amostra de 130 residentes de Viseu, entre os 18 e os 65 anos ou mais, recorrendo a amostragem não probabilística por conveniência e bola de neve. A recolha de dados foi realizada através de um questionário *online* e presencial.

Os resultados mostram que os participantes consideram os parques espaços promotores de interações sociais, de redução do stresse e de prevenção de doenças físicas e mentais, atuando na diminuição do isolamento social. Embora os homens frequentem mais regularmente estes espaços, foi entre as mulheres que se verificaram médias mais elevadas para motivos como o usufruto de espaços de lazer e a promoção da saúde e bem-estar. A idade e a parentalidade revelaram-se variáveis preditoras da frequência de visita: participantes mais velhos e com filhos, especialmente mais novos, visitam mais frequentemente os espaços verdes.

Em suma, o estudo reforça o papel essencial dos parques verdes urbanos como facilitadores das interações sociais e promotores de uma vida comunitária mais saudável e integrada.

Palavras-chave: Cidades; Comunicação Interpessoal; Espaços Verdes; Place Making.

Abstract

Urban green spaces, such as parks, are fundamental social spaces for citizens' daily interaction and relevant indicators of sustainability and community well-being. To support the empirical study, the historical development of cities was explored, with a focus on urban transformation after World War II and the need to restructure urban spaces, highlighting the importance of the human scale in city planning.

The evolution of public spaces and their impact on both social and individual communication was also discussed, emphasizing the relevance of urban parks in promoting social cohesion. Concepts such as placemaking and walkability were addressed, stressing the creation of accessible urban spaces that foster mobility and social interaction.

In this context, the present study sought to examine how Viseu's urban green parks influence social cohesion, well-being, the reduction of social isolation, and their relevance in the daily lives of the population. This was a quantitative, descriptive, and cross-sectional study, with a sample of 130 residents of Viseu aged between 18 and 65 or older, using non-probabilistic convenience and snowball sampling. Data collection was carried out through both online and in-person questionnaires.

The results show that participants consider parks to be spaces that promote social interaction, reduce stress, and help prevent physical and mental illnesses, thereby contributing to the reduction of social isolation. Although men visit these spaces more regularly, women reported higher averages for reasons such as enjoying leisure areas and promoting health and well-being. Age and parenthood emerged as predictive variables for visit frequency: older participants and those with children, especially younger ones, visit green spaces more frequently.

In summary, the study reinforces the essential role of urban green parks as facilitators of social interactions and promoters of a healthier and more integrated community life.

Keywords: Cities; Interpersonal Communication; Social Cohesion; Green Spaces; Place Making.

Índice

Lista de Gráficos _____	10
Lista de Anexos _____	10
Introdução _____	11
Capítulo 1. Evolução das Cidades ao longo do tempo _____	14
1.1 Evolução das cidades ao longo do tempo: urbanização _____	14
1.2 Segunda Guerra Mundial: Necessidade de reestruturação do tecido urbano _____	16
1.3. Escala humana horizontal <i>versus</i> escala humana vertical _____	20
Capítulo 2 – Comunicação Interpessoal e Social _____	24
2.1 Dimensão Urbana e Social das Cidades _____	24
2.2 Comunicação Interpessoal <i>versus</i> Comunicação Social _____	25
2.3 A Comunicação e o seu Determinismo Social _____	27
2.3.1 Sociologia Urbana: Relações Sociais e Comunicacionais entre as Comunidades e Sociedades _____	27
2.4 Isolamento Social em Meio Urbano como consequência da Covid-19 _____	32
Capítulo 3. Cidades à Escala Humana: Estratégias para uma Vida Melhor _____	35
3.1. Os Espaços Verdes Urbanos: a Cidade Desejada, Viva, Sustentável e Saudável _____	35
Capítulo 4. Comunicação e Socialização em Parques Verdes Urbanos _____	43
4.1 Parques Verdes Urbanos: Centros de Comunicação e Socialização _____	43
4.1.1 Place Making: O Lugar cria a Comunidade e a Comunidade Cria o Lugar _____	47
4.2 Dimensão Humana no Espaço Urbano: <i>Walkability</i> _____	48
4.3 Interações Sociais nos Parques Verdes Urbanos Públicos: Estímulo da Coesão Social e da Mitigação do Isolamento Social _____	50
Capítulo 5. Metodologia _____	55
5.1 Objetivos e Questão de Investigação _____	55
5.2 Tipo de Estudo _____	59
5.3 População/Amostra _____	59
5.4 Instrumento de Recolha de Dados _____	60
5.5 Procedimentos Éticos, Formais e Estatísticos _____	61
Capítulo 6. Resultados _____	63
6.1 Apresentação dos Resultados _____	63
6.2 Discussão dos Resultados _____	86

Considerações finais	92
Referências Bibliográficas	97

Lista de Gráficos

Gráfico 1 Sexo dos Participantes	64
Gráfico 2 Idade dos Participantes	65
Gráfico 3 Estado Civil dos Participantes.....	65
Gráfico 4 Nível de Escolaridade dos Participantes.....	66
Gráfico 5 Situação Profissional dos Participantes.....	66
Gráfico 6 Possibilidade de ter ou não filhos	67
Gráfico 7 Intervalo de idades dos filhos dos Participantes	67
Gráfico 8 Hábito da visita dos Participantes aos Parques.....	68
Gráfico 9 Motivo para a frequência dos espaços verdes públicos	69
Gráfico 10 Parques Verdes Urbanos que o Participante conhece ou já visitou.....	70
Gráfico 11 Parque verde urbano que o participante mais visita	71
Gráfico 12 Frequência com que o Participante costuma visitar o parque.....	72
Gráfico 13 Momento do dia que o Participante costuma visitar o parque	73
Gráfico 14 Tempo de duração que o participante visita o parque	74
Gráfico 15 Pessoa que geralmente acompanha o Participante ao Parque.....	75
Gráfico 16 Motivo do Participante para a visita ao Parque	76
Gráfico 17 Tipo de atividades realizadas no parque pelos Participantes.....	78
Gráfico 18 Percepção do Participante em relação ao parque	79
Gráfico 19 Eficácia da divulgação de eventos para a dinamização dos parques na ótica dos Participantes.....	80
Gráfico 20 Modo como os Participantes têm conhecimento relativamente às atividades/eventos que decorrem no parque.....	81

Lista de Tabelas

Tabela 1 Caracterização Sociodemográfica.....	66
Tabela 2 Ter por hábito ou visitar frequentemente espaços verdes públicos que Viseu oferece.....	71
Tabela 3 Motivo para a frequência dos espaços verdes públicos.....	72
Tabela 4 Parques verdes urbanos que conhece ou já visitou	73
Tabela 5 Parque verde urbano que mais visita	74
Tabela 6 Frequência com que costuma visitar o parque	75
Tabela 7 Momento do dia que costuma visitar o parque	76
Tabela 8 Tempo de duração da visita ao parque	77
Tabela 9 Pessoa que, geralmente, acompanha os participantes ao parque.....	78
Tabela 10 Motivos da visita a “este” parque verde urbano.....	79
Tabela 11 Tipo de atividades realizadas no parque	80
Tabela 12 Percepção sobre o parque	81
Tabela 13 Eficácia da divulgação de eventos para a dinamização destes parques.....	82
Tabela 14 Modo como tem conhecimento relativamente às atividades/eventos que decorrem no parque	83
Tabela 15 Teste U de Mann-Whitney para a relação entre o sexo e ter por hábito visitar frequentemente os espaços verdes públicos que a cidade oferece.....	84

Tabela 16 Regressão múltipla entre o stresse e as variáveis independentes	85
Tabela 17 Teste T-Student para a relação entre o sexo e o que pretendem os participantes obter deste tipo de parque	86
Tabela 18 Teste U de Mann-Whitney e Teste de Kruskal-Wallis para a relação entre possuir filhos e o que pretendem os participantes obter deste tipo de parque.....	87

Lista de Anexos

Anexo I – Respostas ao Inquérito por Questionário.....	120
--	-----

Introdução

Após a Segunda Guerra Mundial, tornou-se essencial repensar a reestruturação urbana e a consequente reconstrução do tecido urbano. Esta reestruturação visava enfrentar novos desafios como a rápida expansão e urbanização, a integração social e a preservação da identidade local (Salgueiro, 1992). Foi essencial para adaptar as cidades aos novos desafios sociais e económicos. A preservação e renovação foram determinantes para redefinir funções urbanas e fortalecer a identidade local. Este novo desafio foi influenciado pelo pensamento crítico crescente do século XIX, quando o crescimento urbano era visto como caótico (Czarnecki & Chodorowski, 2021).

A crescente e rápida urbanização tem uma dupla face: por um lado, resultou em alguns aspetos negativos, como degradação ambiental e desigualdade social; por outro lado, originou aspetos positivos, nomeadamente maior oferta de emprego e serviços que dão resposta às reais necessidades das populações (Allen, 2014; Barr & Cohen, 2014). Os espaços públicos, como os parques verdes urbanos, ganharam destaque por promoverem a sociabilidade, o sentimento de pertença e comunidade, elementos-chave na coesão social e no bem-estar (Li & Pussella, 2017).

Espaço verde é um termo genérico utilizado para descrever áreas ambientais mantidas ou não mantidas, que podem incluir reservas naturais, ambientes e parques urbanos. A urbanização global reduziu o acesso e o envolvimento com os espaços verdes, mas há boas evidências de uma relação positiva entre a frequência de parques verdes urbanos e o nível da coesão social, bem-estar populacional e a diminuição do isolamento social (Reyes-Riveros et al., 2021).

A pandemia de COVID-19 evidenciou o impacto negativo relativamente a medidas restritivas e o consequente isolamento social e reforçou a importância de ideias como a “Cidade de 15 Minutos” e a criação de espaços verdes acessíveis, que contribuem para a saúde mental e o fortalecimento dos laços sociais no tecido urbano (Moreno et al., 2021). Assim, parques verdes urbanos e áreas onde é possível caminhar e criar laços sociais, tornaram-se fundamentais para incentivar interações e o bem-estar populacional, ou seja, são parte essencial para uma cidade sustentável e humanizada. Atualmente, o planeamento urbano integra espaços verdes urbanos como parte vital do tecido urbano e a sua infraestrutura social,

promovendo, deste modo, a qualidade de vida, a coesão social e o equilíbrio ambiental nas grandes cidades.

Neste pressuposto, o presente estudo investiga como a estratégia de implementação de espaços verdes urbanos contribui para a coesão social e o bem-estar nas cidades atuais. A pergunta que orienta a investigação é

- De que modo os parques verdes urbanos da cidade de Viseu (Aquilino Ribeiro, Parque de Santiago, Mata do Fontelo e o Parque da Aguieira) influenciam os níveis de coesão social, bem-estar populacional, isolamento social e qual a relevância dos mesmos no quotidiano de um viseense?

A investigação é orientada pelas seguintes hipóteses:

- _ H1: Existe relação entre o sexo dos participantes e o hábito de visitar frequentemente os espaços verdes públicos que a cidade oferece;
- _ H2: Identificar quais as variáveis preditoras da visita frequente aos espaços verdes públicos que a cidade disponibiliza;
- _ H3: Verificar se existe relação entre o sexo dos participantes e as motivações associadas à utilização destes espaços;
- _ H4: Analisar a relação entre a idade dos participantes, o facto de possuírem filhos, a idade dos filhos e as motivações para a utilização dos parques urbanos.

Para aferir as hipóteses de investigação, foi conduzido um estudo quantitativo, descritivo e de cariz transversal, através da aplicação de um inquérito por questionário desenvolvido para este efeito. A amostra obtida é composta por 130 participantes, residentes no Concelho de Viseu, com idades compreendidas entre os 18 anos e os 65 anos ou mais, representando a população acessível do estudo. A seleção dos participantes foi realizada através de amostragem não probabilística por conveniência e técnica de bola de neve, tendo sido os dados recolhidos por meios digitais e físicos. Estes procedimentos metodológicos permitiram obter uma caracterização abrangente da relação entre a utilização dos espaços verdes urbanos e as variáveis sociodemográficas, bem como contribuir para uma melhor compreensão do impacto destes espaços na promoção da qualidade de vida urbana.

Em suma, o presente estudo visa a compreensão abrangente de como a reestruturação urbana e a integração de espaços verdes urbanos numa cidade, pode criar um ambiente urbano mais saudável e socialmente coeso, respondendo assim às necessidades atuais e futuras das populações urbanas emergentes.

Em termos estruturais, o presente trabalho organiza-se em torno de duas partes. Na primeira, reservada à fundamentação teórica, constam quatro capítulos, nomeadamente Capítulo 1. Evolução das Cidades ao longo do tempo, onde se aborda o contexto histórico da reestruturação urbana após a Segunda Guerra Mundial, onde se aborda a evolução das cidades ao longo do tempo, nomeadamente a urbanização, a necessidade de reestruturação do tecido urbano após a Segunda Guerra Mundial e a a escala humana horizontal versus escala humana vertical. No Capítulo 2 – Comunicação Interpessoal e Social, reflete a expansão urbana e a importância dos espaços públicos – tem lugar a dimensão urbana e social das cidades, onde se destaca a comunicação interpessoal versus comunicação social e a comunicação e o seu determinismo social, terminando com uma alusão à Sociologia Urbana, atendendo às relações sociais e comunicacionais entre as comunidades e sociedades. O Capítulo 3, Cidades à Escala Humana: Estratégias para uma Vida Melhor, que aborda o papel dos parques verdes urbanos no que à promoção da coesão social diz respeito no meio urbano. Já o Capítulo 4 trata do tema, comunicação e socialização em parques verdes urbanos, considerados essenciais para a compreensão do fenómeno em estudo. Inclui-se ainda neste capítulo o conceito de *place making*, cuja noção aponta para a noção de que o lugar cria a comunidade e a comunidade cria o lugar, bem como o conceito de *walkability* no âmbito da dimensão humana no espaço

urbano. A explanação destes conceitos deve-se ao facto de demonstrar como esses espaços verdes urbanos influenciam as interações sociais, a convivência comunitária e o bem-estar dos seus frequentadores. Os parques verdes urbanos são fundamentais para a vida nas cidades, não só como áreas de lazer, mas também como locais que promovem a interação social e a comunicação entre as pessoas. A segunda parte, correspondente ao Capítulo 5. A Metodologia é reservada para a descrição de todos os procedimentos metodológicos inerentes ao estudo de investigação. No Capítulo 6. Procede-se à apresentação e discussão dos resultados. O trabalho termina com as principais conclusões, limitações e sugestão de estudo futuro.

Capítulo 1. Evolução das Cidades ao longo do tempo

1.1 Evolução das cidades ao longo do tempo: urbanização

Ao longo da história, as pessoas têm sido atraídas para as cidades como centros de cultura, aprendizagem e oportunidades económicas. A variabilidade entre as cidades, desde o mundo antigo até à atualidade, pode ser organizada de duas formas úteis (Barthel & Isendahl, 2013). Em primeiro lugar, o enfoque nas atividades e processos urbanos dominantes leva ao reconhecimento de dois tipos urbanos básicos: cidades económicas e cidades políticas. A maior parte das cidades atuais são cidades económicas em que o crescimento se processa através de processos de aglomeração (Alvanides & Ludwig, 2023). Em contrapartida, a maioria das cidades do mundo antigo e algumas atualmente são cidades políticas, nas quais o poder e a administração desempenham um papel fundamental na estruturação das cidades e na geração de mudanças (Richerson & Boyd, 2015; Alvanides & Ludwig, 2023). Em segundo lugar, um enfoque alternativo nos processos de interação social dentro do ambiente urbano construído leva ao reconhecimento de que existe apenas um tipo de povoamento que inclui todas as cidades - económico e político; passado e presente. Neste sentido, as cidades são cenários de “aglomeração com energia”. Os processos de interação geram crescimento económico e político e produzem e influenciam as formas construídas e as características sociais de todas as cidades (Richerson & Boyd, 2015; Alvanides & Ludwig, 2023).

A urbanização, ao longo dos tempos, tem manifestado uma enorme variação nas formas espaciais e sociais das cidades, na sua dimensão, funções, atividades e padrões de crescimento. Tendo em conta esta grande variabilidade em tantos domínios, não é difícil argumentar que qualquer noção de uma única forma, processo ou padrão urbano ao longo da história implica uma simplificação excessiva (Richerson & Boyd, 2015).

As diferenças entre as cidades, no espaço e no tempo, parecem demasiado grandes para se enquadrarem num único tipo ou modelo. No entanto, académicos de várias disciplinas têm defendido que as cidades, independentemente da sua dimensão, geografia, contexto temporal ou meio cultural, partilham muitas características sociais subjacentes e desempenham papéis funcionais semelhantes em diferentes sociedades humanas (Hall, 1998).

Existe um reconhecimento crescente de que os assentamentos humanos de Ur a Mumbai compartilham o suficiente em comum para que o termo “cidades” possa ser usado para se referir significativamente a entidades separadas por milhares de anos (Barthel & Isendahl, 2013).

As cidades e os aglomerados humanos, em geral, têm essencialmente a ver com as vantagens proporcionadas pela agregação que, por sua vez, são uma manifestação da socialidade humana (Richerson & Boyd, 2005). A dimensão da população é simultaneamente um fator determinante e uma consequência importante da evolução social. A dinâmica demográfica básica de expansão, manutenção e declínio é essencial para as cidades, antigas, pré-modernas e modernas (Henrich, 2015).

Ao longo da sua existência, todas as cidades documentadas pela arqueologia e pela história passaram por fases de expansão (em extensão espacial e dimensão populacional) antes de entrarem em declínio. A existência, a extensão e a relevância do crescimento económico, que pode significar tanto o aumento da produção material como o aumento da produção *per capita*, nas sociedades antigas e pré-modernas é um tema de debate considerável (Richerson & Boyd, 2005). Por outro lado, a realidade do crescimento urbano (aumento da proporção da população de uma sociedade que reside em aglomerados urbanos ou aumento da dimensão da população de cada aglomerado urbano), nas sociedades antigas e pré-modernas, não o é. Compreender o que é comum e o que não é no que respeita ao crescimento urbano (populacional) ao longo do tempo é fundamental para compreender o que é comum à vida urbana em todas as épocas e civilizações (Richerson & Boyd, 2005).

No seu livro *Triumph of the City*, o economista urbano, Edward Glaeser, define as cidades como “a ausência de espaço físico entre pessoas e empresas. São a a densidade e a proximidade” (Glaeser, 2011, p. 6). A definição minimalista de Glaeser parece de facto captar o que para muitos é a característica essencial das cidades. No entanto, o seu minimalismo permite que a definição se aplique igualmente a todas as formas de povoamento humano, desde os acampamentos de caçadores-recoletores às cidades, em que a proximidade física facilita a vida social. Além disso, a alta densidade já não é característica de todas as cidades modernas, nem era característica de todas as cidades antigas (Glaeser, 2011).

Os primeiros aglomerados urbanos eram proeminentes e influentes nos seus contextos regionais, mas os seus níveis de dimensão, densidade e heterogeneidade populacionais eram consideravelmente inferiores aos das cidades ocidentais contemporâneas. Esta situação levou à adoção de uma abordagem “funcional” à definição, baseada no trabalho em geografia económica (Richerson & Boyd, 2005).

A definição do arqueólogo Trigger (1972, p. 577) é geralmente aceite que, seja o que for que uma cidade possa ser, é uma unidade de povoamento que desempenha funções especializadas em relação a um vasto hinterland”. Uma função urbana é uma atividade ou instituição que afeta diretamente a vida e a sociedade num hinterland. A definição funcional inicial das cidades centrava-se nas funções económicas do comércio a retalho e a teoria do lugar central fornecia conceitos e métodos para compreender as cidades como lugares centrais económicos. Os antropólogos passaram depois a definir as cidades para além das funções económicas, utilizando outros impactos regionais, como a administração política ou a religião (Boyd & Richerson, 2005).

Em síntese, a cidade constitui um lugar onde presente e passado se cruzam, através da sua cultura e arquitetura. No espaço urbano, podem ser testemunhados modos de vida individuais e coletivos, modelos de organização económica, processos históricos de evolução, hábitos sociais, entre outros. A arquitetura urbana testemunha todos estes aspetos, espelhando uma visão sobre a construção e evolução da cidade ao longo do tempo, dando-se, de seguida, especial ênfase à necessidade de reestruturação do tecido urbano após a Segunda Guerra Mundial.

1.2 Segunda Guerra Mundial: Necessidade de reestruturação do tecido urbano

Assim como os indivíduos, as sociedades e os povos possuem uma memória coletiva, que é “parte essencial da sua identidade como grupo”, e perdê-la pode ser devastador. Esta memória coletiva é conhecida por constituir o quadro de referência essencial para o equilíbrio mental necessário para responder às mudanças que se anunciam continuamente nas nossas cidades. A estruturação de uma memória coletiva tem por base a preservação de um património arquitetónico e cultural, que transmite a ideia de uma identidade nacional (Salgueiro, 1992).

A criação de imagens urbanas faz parte da economia global. Atualmente, alguns dos desafios mais importantes no desenvolvimento urbano incluem ver como estas paisagens são criadas e compreender que estas imagens surgem da interação entre política, cultura e mercados (Swensen, 2012).

As estruturas espaciais das cidades são constituídas por formas que evoluem durante muito mais tempo do que a substância arquitetónica. Na maioria das vezes, desenvolvem-se de forma harmoniosa, ampliando ou modificando os sistemas espaciais já existentes (Czarnecki & Chodorowski, 2021). Na história do urbanismo, há exemplos de diferentes modelos de desenvolvimento de estruturas espaciais, nos quais a continuidade foi quebrada e as estruturas existentes foram subitamente destruídas. Estes foram resultados de danos de guerra, mas também de reconstruções em grande escala efetuadas por outras razões (Czarnecki & Chodorowski, 2021).

Sabe-se que o fenómeno da guerra tem a capacidade de mudar que resulta na criação de situações de transição que possuem energia transformadora ao nível físico ou cultural da civilização. Ao nível das cidades, as guerras têm o papel de acelerar o ritmo das transformações urbanas (Larkham, 2022).

Entre 1939 e 1945, em consequência da intensa guerra na Europa, as cidades foram fortemente danificadas. O património urbano de muitos centros históricos foi destruído e a sua reconstrução tornou-se uma questão muito importante não só para os arquitetos e urbanistas, mas também para os políticos e comunidades locais (Diefendorf, 1993). Estes foram confrontados com mudanças na doutrina da conservação e regeneração urbanas, com a necessidade de uma maior transparência e da regeneração urbana, questões e prioridades políticas, necessidades económicas e sociais, bem como a evolução dos paradigmas urbanos. Os processos de reconstrução das cidades bombardeadas também foram conduzidos de forma diferente em determinados países (Diefendorf, 1993; Swensen, 2012).

Para além das mudanças sociais, as alterações das perspetivas políticas e socioeconómicas, estas variam desde a recuperação do património destruído e a criação de ambientes de vida modernos até à tematização dos espaços urbanos. Além disso, o que deve ser salientado é a interação entre a evolução dos paradigmas políticos e concetuais e,

consequentemente, a evolução da doutrina de reabilitação urbana que moldou a reconstrução pós-guerra dos núcleos destruídos das cidades (Alvanides, S., & Ludwig, 2023).

Raramente, no entanto, se procedeu a reconstruções completas das antigas composições antes da sua destruição com a Segunda Guerra Mundial. Os urbanistas modernistas tiveram a oportunidade de implementar ideias do Movimento Moderno em cidades que estavam a ser remodeladas em resultado das destruições da Segunda Guerra Mundial, o que não era possível antes em estruturas tradicionais de evolução a longo prazo (Czarnecki & Chodorowski, 2021).

A reestruturação produtiva correspondeu a um período de hegemonia do mercado e, perante o contexto neoliberal, à desqualificação do Estado como gestor da política urbana integrada, bem como à compressão do espaço pelo tempo, permitido pela evolução da tecnologia. Uma crescente exclusão social foi o resultado quase inevitável dos grandes projetos urbanos que se multiplicam em cidades de todo o mundo, ou seja, a vertente humana foi descurada perante uma vertente económica (Stola, 2019).

As cidades começaram a ser reconstruídas gradualmente após o fim da 2ª Guerra Mundial, embora se possam distinguir certas fases e tipos de intervenções, que vão desde a restauração e idealização das paisagens urbanas do pré-guerra, que se desenvolveu segundo princípios contraditórios com as teorias de conservação urbana da época até aos princípios modernos tardios e pós-modernos. Em algumas cidades, várias fases e abordagens sobrepuseram-se, criando palimpsestos únicos (Alvanides & Ludwig, 2023).

Após a Segunda Guerra Mundial, a reconstrução arquitetónica das cidades foi muito debatida em vários países europeus. A devastação sofrida por numerosas cidades europeias suscitou questões fundamentais sobre a melhor forma de lidar com edifícios históricos e estruturas urbanas em ruínas. Embora debates comparáveis tenham tido lugar na sequência da Primeira Guerra Mundial, dada a escala sem precedentes da destruição na Segunda Guerra Mundial, a questão assumiu uma nova urgência, que se refletiu no discurso profissional e nas atitudes políticas em relação à reconstrução (Alvanides & Ludwig, 2023; Lorens & Bugalski, 2023).

O planeamento pós-Segunda Guerra Mundial começou logo em 1943, mas o período exato do “planeamento pós-guerra” raramente é claro, não tendo uma data fixa de início ou

fim. Algumas cidades estavam a elaborar mapas de danos e planos de reconstrução enquanto a guerra ainda decorria, mas só começaram a sua reconstrução até anos (por vezes décadas) mais tarde. Em toda a Europa, foram elaborados vários planos a diferentes escalas (cidade, local, quarteirão ou edifício), mas muitos nunca foram realizados por uma razão ou outra (Alvanides & Ludwig, 2023). Neste contexto, Larkham e Adams (2023, p. 170) dão como exemplo os planos britânicos, que ao contrário do resto da Europa, foram reformulados no âmbito do processo formal do “Plano de Desenvolvimento”, o que, sem dúvida, “diluiu alguns dos planos originalmente ambiciosos. Os planos de desenvolvimento tinham de ter um formato específico e uma longa vida útil com uma visão estratégica para mais de 20 anos”. Os períodos do pós-guerra, no entanto, para todas as cidades afetadas foram “anos de desmobilização, mas também de mudança” (Stola, 2019, p. 31). Em alguns casos, a recuperação das cidades ainda está em decurso, como demonstra o relato de Lorens e Bugalski (2023, p. 171) sobre a reconstrução das cidades polacas. Além disso, o “planeamento pós-guerra” que efetivamente ocorreu foi, em muitos casos, uma continuação de planos anteriores do período entre guerras, frequentemente anteriores, muitas vezes impulsionados pelo bombardeamento de uma cidade que atuou como catalisador da ação.

As devastações da Segunda Guerra Mundial foram visíveis nos múltiplos aspetos da vida da cidade - a sua forma espacial, os aspetos sociais, o património cultural e outros. A fase de limpeza do pós-guerra excedeu a remoção regular dos escombros e provocou uma maior eliminação do património das cidades (Szczepańska, 2023). Os processos de reconstrução continuados nas décadas seguintes, especialmente sob o impacto do Realismo Socialista, transformaram, em vários casos, o novo plano numa manta de retalhos derivada de padrões urbanos estranhos, negligenciando e apagando a identidade anterior. Os aspetos comerciais da década de 1990 contribuíram para novas mudanças, infelizmente também transformando os centros das cidades numa forma de utilização única (Szczepańska, 2023).

Os acontecimentos que ocorrem nas cidades afetam a sua morfologia e características urbanas, sendo que o acontecimento ato de guerra que ocorreu no sistema urbano das cidades, levou a transformações forçadas na sua morfologia, sendo a razão dessa transformação a ausência de traços urbanos após o fim do acontecimento (Salman et al., 2021).

Os estudos de arquitetura têm abordado as cidades destruídas pela guerra a partir de diferentes eixos, alguns dos quais enfatizaram que os seus centros históricos foram destruídos e a maior parte das suas características urbanas desapareceram, pelo que devem ser construídos novos centros para atender às exigências contemporâneas e diferir do passado, como a experiência, por exemplo, de Sarajevo, a capital da Bósnia e Herzegovina. Por outro lado, outros estudos sublinharam a necessidade de reavivar estas cidades, preservando as suas identidades locais e apoiando-se no plano básico da cidade (Salman et al., 2021).

Embora a intencionalidade das várias estratégias de planeamento do pós-guerra na Europa, a interação entre as prioridades políticas e socioeconómicas, os estilos arquitetónicos dominantes, as doutrinas e as práticas de requalificação desempenharam um papel importante (Vialard, 2023). Todas as cidades mudam ao longo do tempo. Normalmente é um processo relativamente lento, mas, por vezes, a mudança dá-se muito rapidamente, impulsionada por uma qualquer catástrofe. A catástrofe pode ser natural ou de origem humana (guerra ou mesmo crise económica). As respostas de planeamento após a catástrofe constituíram uma parte importante da história do planeamento, uma vez que levantam as respostas e prioridades de planeamento, *design* e funcionamento urbanos de uma forma que, normalmente, só se vê em períodos de fundação de novas cidades (Larkham, 2022).

Uma cidade não é apenas significada pelas diferenças estruturais com que se assemelha a algo que não é aceite como cidade por não ter um ambiente físico construído, rodeado de edifícios de betão e espaços de escritórios estagnados; em vez disso, uma cidade significa uma realidade social e as suas interações, o que levou a uma maior humanização da cidade (Mathotaarachchi & Thilakarathna, 2021), como a seguir se apresenta.

1.3. Escala humana horizontal *versus* escala humana vertical

Ao longo do século XIX, os críticos sociais condenaram universalmente o crescimento das cidades, com o “coro a subir até um crescendo”, como escreveu William Morris, que falava do “inferno de Londres e Manchester” e “os miseráveis subúrbios que se espalhavam à volta das cidades mais belas e antigas” (Morris, 1992, p. 7). Estes sentimentos têm dominado a abordagem às cidades e o seu planeamento até aos dias de hoje, ou seja, as cidades ainda são vistas por manifestarem uma desordem e um caos que requerem controlo através da

imposição de planos geométricos idealizados (Cardoso et al., 2022). As vozes discordantes têm sido poucas, exceção de Jacobs (1961), que defendia que, longe de serem homogêneas e sem alma, as cidades são locais essenciais para a inovação, a tolerância, a diversidade, a novidade, a surpresa e, acima de tudo, para a prosperidade económica (Cardoso et al., 2022).

Estudos anteriores sobre a dimensão, no século XX, o crescimento e a distribuição das cidades identificaram fatores económicos (como a escala e a aglomeração) como os principais determinantes do crescimento urbano à escala local (Allen et al., 2014; Barr & Cohen, 2014). No entanto, a análise tradicional do crescimento urbano revelou-se, por vezes, inadequado para identificar e explicar as trajetórias recentes de desenvolvimento das cidades contemporâneas, uma vez que as regiões assumiram novos - e mais complexos - ativos espaciais e processos de mudança (Brenner & Schmid, 2014). Neste sentido, as forças não económicas (demográficas, sociais, culturais, políticas e institucionais) têm desempenhado um papel fundamental na expansão recente dos sistemas metropolitanos (González-Val & Lanaspá, 2014). Os processos de expansão urbana foram caracterizados por uma interação contínua entre o crescimento vertical (promovendo a concentração da população e da atividade económica em locais centrais e determinaram um consequente aumento do rácio entre o solo e a área) e a expansão horizontal, com a adição de novos aglomerados - frequentemente com um perfil vertical - a localizações urbanas mais periféricas (Carlucci et al., 2019). Coerentemente, Hirt (2016) identificou uma tipologia bidimensional da gestão nas regiões metropolitanas, sendo fortemente influenciada pelos tipos de expansão urbana vertical ou horizontal.

Em termos de dimensão e de escala, ainda não existe uma visão clara da dimensão de uma cidade em termos da densidade das suas atividades, volume do seu espaço construído e natural, e a forma como os materiais, a informação e as pessoas interagem para sustentar essas formas (Youn et al., 2016). A caracterização do estágio e do processo de urbanização depende fortemente do estudo da forma urbana, que engloba as dimensões de layout horizontal (2D) e altura vertical (3D) (Zhang et al., 2024). Compreender os elementos físicos e a sua composição em áreas construídas é essencial para analisar de forma abrangente a forma urbana e apoiar o planeamento e o desenvolvimento urbanos sustentáveis. A forma urbana está intimamente ligada a elementos económicos, ambientais e energéticos no domínio

urbano, e o estudo destas inter-relações tem implicações significativas para a investigação sobre as emissões de carbono e a modelação do clima urbano (Zhang et al., 2024).

A urbanização nas zonas em desenvolvimento passou por várias fases de mudança à medida que a economia se desenvolveu rapidamente. Nas últimas décadas, tem havido um surgimento contínuo de novos edifícios (Youn et al., 2016), enquanto os edifícios existentes estão a ser renovados, levando a mudanças complexas na área construída das cidades (Liu et al., 2020). Alguns edifícios sofreram várias alterações, como a demolição, a recuperação ecológica e a reconstrução, para se adaptarem ao ambiente socioeconómico em mudança (Liu et al., 2020). Por conseguinte, a compreensão das mudanças em várias fases da forma urbana é fundamental para analisar de forma abrangente o processo de urbanização. Embora a análise de séries temporais seja normalmente utilizada para identificar alterações em áreas construídas, as abordagens atuais centram-se frequentemente na deteção precisa de alterações e ignoram a dinâmica da forma urbana (Liu et al., 2020).

Prevê-se que a população urbana aumentará 66% da população total mundial até 2050, o que significa urbanização global, continuando, então, a aumentar ao nível atual, especialmente nos países em desenvolvimento (Handayani et al., 2018). A urbanização é sempre acompanhada pela expansão espacial do solo urbano (Zhang et al., 2017; Zhao et al., 2022). Recentemente, a expansão urbana é medida pelo crescimento urbano horizontal e vertical. Uma terceira dimensão que utiliza o volume urbano é utilizada como indicador de desenvolvimento vertical. A informação espacial na terceira dimensão é um indicador chave da expansão urbana em áreas urbanas densas onde existem múltiplos usos do solo (Liu et al., 2021; Zhao et al., 2022). A atenção tem sido dada à modelagem urbana com a integração das dimensões horizontais e verticais, não apenas da perspetiva da comunidade científica, mas também da perspetiva das partes interessadas urbanas (Zhang et al., 2024; Zhao et al., 2022).

A expansão urbana horizontal tem sido estudada há muito tempo e é relativamente bem compreendida, mas o conhecimento dos perfis verticais das estruturas construídas permanece escasso. Aqui propomos um modelo de conjunto espacialmente explícito e mapeamos a altura dos edifícios de parede a parede das três cidades mais urbanizadas do mundo (Reba & Seto, 2020). Os avanços científicos e tecnológicos têm alimentado poderosamente a urbanização humana das urbes desde a Revolução Industrial. A era atual, que assiste a uma urbanização sem precedentes, foi apelidada de “o século da cidade” (Reba &

Seto, 2020). A urbanização dramática no século XXI abre a porta a um mundo próspero através de um acesso mais fácil aos serviços sociais públicos, de trocas socioeconómicas mais rápidas e de mais oportunidades de emprego. No entanto, a par das oportunidades estão os riscos e desafios, por exemplo, a degradação ambiental, a escassez de recursos e a desigualdade social (Manoli et al., 2019).

Os modelos de urbanização têm sido moldados por fatores de crescimento e mudança que interagem mutuamente, sendo, por sua vez, influenciados por fatores de aglomeração, acessibilidade, atratividade e competitividade local (Manoli et al., 2019). Com as mudanças sociais, os sistemas económicos sofreram flutuações que influenciam os ciclos de construção e orientam as cidades para um para um novo caminho de desenvolvimento (Reba & Seto, 2020).

Capítulo 2 – Comunicação Interpessoal e Social

2.1 Dimensão Urbana e Social das Cidades

A infraestrutura social implica uma reflexão sobre os diferentes tipos de equipamentos necessários para que as cidades funcionem como espaços sociais. O aspeto central é o facto de estas instalações terem funções distintas. Os parques urbanos proporcionam espaço para a prática de exercício físico, lazer convívio, comunicação interpessoal (Puel & Fernandez, 2012). Os mercados vendem produtos, entre outros. Todas as infraestruturas, neste contexto, são funções importantes a que as pessoas recorrem quando vivem nas cidades. Além disso, são espaços onde as pessoas socializam e estabelecem ligações com outras pessoas. São também, de formas diferentes e variadas, espaços públicos, acessíveis ao público (Puel & Fernandez, 2012; Scott, 2015).

A experiência de fazer parte de uma comunidade local, por exemplo, cidades ou bairros, tem sido referida como o entrelaçamento de vários aspetos relacionados tanto com a frequência dos seus lugares-comuns como com a partilha das dimensões psicológicas, sociais, simbólicas e culturais que os tornam significativos para os membros da comunidade (Wood et al., 2010). Os espaços acessíveis e utilizáveis, como, por exemplo os parques coletivos, podem representar cenários de sociabilidade local, pois podem acolher encontros sociais e interações significativas, reforçando os laços entre os membros da comunidade e o seu sentimento de pertença a essa comunidade (Vickery, 2007). Ao frequentar estes locais, os membros da comunidade têm a oportunidade de partilhar pontos de vista e opiniões, estabelecer objetivos partilhados e planear ações comuns para a melhoria pessoal e comunitária, manter-se em contacto uns com os outros, trocar apoio e recursos e ver as interações sociais locais a acontecer (Allen & Eby, 2012). Além disso, os espaços comuns e os encontros sociais no seio de uma comunidade associam-se às oportunidades de explorar e expressar representações pessoais e partilhadas sobre esta última e os seus lugares, às dimensões comunitárias da identidade dos cidadãos e à ligação que estes sentem em relação à comunidade (Lewicka, 2011).

No seu conjunto, os lugares-comuns locais representam, ao mesmo tempo, marcos e bens comuns para os membros da comunidade (Mao et al., 2016). Com efeito, ao permitir que

os membros da comunidade se encontrem e combinem e partilhem visões e valores, estes lugares podem promover o reconhecimento recíproco entre eles, a sua identificação com a comunidade e a perceção desta última como uma entidade social interativa (Vícha, 2014). Especificamente, os lugares “sociais” serão, neste trabalho, entendidos como aqueles lugares-comuns onde as interações entre os membros da comunidade podem acontecer, o que pode transmitir significados socialmente conotados sobre essa comunidade como uma entidade social (Lewicka, 2011), por exemplo, os parques.

A partir dos tempos modernos, o papel tradicional dos lugares-comuns locais e da sociabilidade sofreu uma profunda transformação devido aos recentes fenómenos globais. De facto, estes últimos enfraqueceram os significados sociais que estavam normalmente ligados aos lugares locais, representando-os como áreas de socialização transitórias e não habitáveis (Gatti & Procentese, 2021). Daí resultaram menos oportunidades de socialização e a falta de objetivos e ações comuns, produzindo o encerramento espacial e relacional parcial das comunidades locais modernas (Gatti & Procentese, 2021).

2.2 Comunicação Interpessoal versus Comunicação Social

O termo comunicação remete para a definição de informação ou de transmissão, sendo que estes meios são essenciais, independentemente do emissor ou recetor. Segundo Morais (2013, p. 37),

a comunicação (etimologicamente, do latim, *communicare* = pôr em comum ou em contacto), é um processo através do qual todas as interações humanas se desenvolvem. Baseando-se na transmissão, permuta e partilha de informações, ideias e opiniões, visa a criação de um clima de confiança e compreensão mútua entre os interlocutores, permitindo assim o estabelecimento de boas relações humanas e de bons ambientes de trabalho e de convívio. A informação distingue-se, pois, da comunicação, na medida em que a primeira representa o conteúdo no processo de comunicar. A comunicação é um processo de transmissão, enquanto a informação é o objeto desse processo.

Compreende-se comunicação como um processo profundo, constante e ativo no dia a dia, que concebe, de forma precisa, um tipo de relação humana, e em que é fulcral reconhecer a importância de darmos valor quando falamos da comunicação verbal e não verbal. A

comunicação é a função base de todo o ser humano, sendo esta função de comunicar instintiva e global. Por isso, o significado de comunicação evoluiu ao longo de vários anos de forma imprescindível, sendo esta a principal forma para a evolução de todo o ser humano (Hogue, 2000). Como refere Santos (2015, p. 10), “não é possível localizar a origem da comunicação enquanto transmissão intencional de sentidos por parte de seres humanos”. Segundo Prieto (2014, p. 36), “a comunicação é um dos comportamentos do ser humano, mas também se deve entender que qualquer comportamento também é comunicação, e que esta, por sua vez, afeta o comportamento”.

A comunicação faz parte do comportamento humano que permite a sua sobrevivência. A comunicação está no cerne de quem somos como seres humanos. É a sua forma de trocar informações; significa também a sua capacidade simbólica (Szostek, 2019). Estas duas funções refletem o que James Carey (2019), como refere Szostek (2019) caracterizou como as visões de transmissão e ritual da comunicação, respetivamente. Carey (2019) reconheceu que a comunicação serve um papel instrumental (por exemplo, ajuda a adquirir conhecimentos), mas também cumpre uma função ritualística, que reflete os seres humanos enquanto membros de uma comunidade social. Assim, depreende-se que a comunicação pode ser definida como a troca simbólica de significados partilhados e todos os atos comunicativos têm uma componente de transmissão e uma componente ritualística.

A comunicação interpessoal foi a primeira ferramenta humana do processo de socialização e foi definida por Floyd (2013) como a comunicação que ocorre entre duas pessoas no contexto da sua relação e que, à medida que evolui, ajuda a negociar e a definir a relação. Na sua obra *“The psychology of communication. Theories and methods”*, Jean-Claude Abric (2002), como salientam Hichirez e Purcărea (2018), define a comunicação como o conjunto de processos através dos quais se efetuam trocas de informações e de significados entre pessoas numa dada situação social. Na opinião do autor, a comunicação não pode ser concebida como um simples processo de transmissão, baseado na interação, sendo sempre uma transição entre emissores: a emissão e a receção são simultâneas.

A comunicação interpessoal refere-se à transmissão de informações entre, pelo menos, dois indivíduos. O estilo de comunicação interpessoal é importante para formar e manter relações, seja num ambiente de trabalho ou num espaço privado (Awad & Alhashemi, 2012). A interpretação das mensagens por uma pessoa baseia-se nos códigos verbais e não

verbais expressos nas comunicações do emissor e do recetor (Orlova, 2010). Estas interpretações baseiam-se, em parte, no contexto cultural, segundo Dragojevic e Giles (2019): por exemplo, certas expressões faciais são interpretadas como respostas automáticas a estímulos específicos, enquanto outras pistas não verbais, como o contacto visual direto, podem ter um significado diferente em diferentes culturas. Por estas razões, a comunicação interpessoal é importante para o funcionamento das relações, o que significa saber quando e como comunicar, bem como quando expressar determinadas pistas não verbais, para enviar mensagens específicas. Este tipo de comunicação ocorre quando uma das pessoas numa interação social se define a si própria ou à outra em termos da sua identidade social, ou seja, como membro de um grupo, em vez da sua identidade pessoal, isto é, como um indivíduo único (Hichirez & Purcărea, 2018).

A comunicação social é um sistema de comunicação interpessoal de apoio que se constrói entre indivíduos. A comunicação social é um processo em que as pessoas estabelecem ligações com outras através de contactos, ações e influências mútuas. A teoria do apoio social postula que quanto mais forte for a rede de apoio social de uma pessoa, mais capaz ela será de enfrentar todos os tipos de desafios da vida (Lindsay, 2013). De acordo com a teoria do apoio social, a comunicação social melhora o bem-estar psicológico de um indivíduo (Erfani & Abedin, 2015). Uma comunicação social alargada e próxima pode ajudar os indivíduos a construir uma rede social de alta qualidade que fornece recursos intangíveis e tangíveis aos indivíduos de uma comunidade (Lindsay, 2013; Erfani & Abedin, 2015).

2.3 A Comunicação e o seu Determinismo Social

2.3.1 Sociologia Urbana: Relações Sociais e Comunicacionais entre as Comunidades e Sociedades

Durante milhares de anos, o comportamento humano foi alvo de estudo. Para compreender o porquê de determinados comportamentos em sociedade, surgiu a ciência a que Comte denominou como Sociologia. Trata-se de uma ciência que pertence ao grupo das ciências sociais humanas, ou seja, estuda concretamente o comportamento social, as relações sociais entre as pessoas que pertencem a uma comunidade ou aos diferentes grupos que

formam a sociedade. O estudo destes comportamentos sociais permite analisar e formular formas de atuação na sociedade vigente. Segundo Max Weber (1964), a Ciência Social corresponde à ciência da realidade, permitindo compreender a realidade da vida num aqui e agora.

A Sociologia trata da forma como os homens interagem e se ligam uns aos outros como indivíduos e grupos numa variedade de situações sociais. Interagem por necessidade e ligam-se como consequência de uma escolha e são as suas ligações que criam a comunidade. As redes de comunidades interdependentes, diversificadas e reativas à mudança, mas coesas, constituem a infraestrutura de uma sociedade saudável. No mundo de hoje, a infraestrutura social está continuamente a ser testada por forças e exigências que tentam alterá-la e, consequentemente, mudar a natureza da forma como as pessoas se ligam nas várias comunidades (Bruhn, 2005).

De acordo com Giddens (2005), a Sociologia comprova a necessidade de uma visão ampla em relação à interação social, quer no seio familiar, quer na sociedade. Existe a necessidade de perceber porque somos, como somos e porque agimos e como agimos, ou seja, existe perentoriamente a importância de perceber o porquê de determinados padrões culturais ou até mesmo decisões individuais seja em comunidade ou sociedade. Deve entender-se todo o tipo de fatores que possam influenciar a tomada de decisão, seja ela feita de forma individual seja feita em comunidade. Como refere o mesmo autor, “aquilo que encaramos como natural, inevitável, bom ou verdadeiro, pode não ser bem assim e que os “dados” da nossa vida são fortemente influenciados por forças históricas e sociais” (Giddens, 2005, p. 24). Sendo assim, entender os modos de atuação, pensamentos, crenças, cultura, entre outros fatores, marcados pela experiência social é fundamental para a abordagem sociológica, sendo o lugar e o espaço elementos fundamentais da sociologia urbana, um enfoque que liga a localização espacial às relações sociais.

O termo “comunidade” refere-se frequentemente à mera concentração de indivíduos num determinado local. Do ponto de vista da ecologia, esta ideia é igualmente aplicável no caso dos animais e das plantas: assim, é possível falar de comunidades de aves, por exemplo. No entanto, independentemente do significado etimológico da palavra, o seu uso refere-se maioritariamente a concentrações de pessoas ou instituições. O *Oxford English Dictionary* define comunidade como grupo de pessoas que vivem no mesmo sítio ou que têm uma

caraterística particular em comum (Cohen, 2013). Por conseguinte, seria possível falar de comunidades locais, na medida em que estão limitadas a um espaço mais ou menos delimitado, bem como de comunidades de interesse, como as comunidades de cientistas, onde o espaço não é o elemento central. Em todo o caso, a utilização mais comum do termo enfatiza o próprio facto da concentração (Pérez-Sindín & Van Assche, 2020). No entanto, definir comunidade de um ponto de vista sociológico é mais complicado. Em sociologia, “comunidade” não designa apenas uma concentração de indivíduos num determinado local, mas também a forma como esses indivíduos estão socialmente organizados (Cohen, 2013; Pérez-Sindín & Van Assche, 2020).

O conceito de comunidade já está presente nos textos de Aristóteles, onde o filósofo se refere à capacidade de socialização do ser humano. No entanto, com a contribuição de Ferdinand Tönnies (Tönnies & Loomis, 2002), segundo Pérez-Sindín e Van Assche (2020), ocorreu uma nova evolução como palavra concetual. Utilizada pela primeira vez em 1887, a palavra “comunidade” ou *Gemeinschaft*, em alemão, sugere a organização natural da humanidade que se encontra tipicamente em pequenas aldeias isoladas, onde toda a gente se conhece e interage com todos no dia a dia e onde cada pessoa está envolvida numa rede de familiares e amigos. Em contrapartida, Tönnies propõe o termo “sociedade” para o tipo de organização que se encontra especialmente nos centros urbanos e que se caracteriza por organizações formais, relações impessoais e ausência de normas gerais ou vinculativas. Neste contexto, o contributo de Tönnies teve um grande impacto em termos epistemológicos (Castells, 2012).

Ao considerar o conceito de comunidade e o seu carácter não-racional como parte de toda a sociedade, superando a dicotomia radical entre razão e paixão. De facto, o conceito de sociedade surgiu como um produto da razão, da necessidade de fornecer uma base secularizada para o estudo das instituições (Castells, 2012). Locke (2007), por exemplo, diferenciava a lei da natureza e o contrato social que dão origem ao Estado e, conseqüentemente, a necessidade de uma separação entre a Igreja e o Estado. Sob a influência de Locke, muitas correntes teóricas clássicas evitaram introduzir qualquer componente não-racional na sua definição de sociedade, desde o próprio Comte, que defendia que todas as sociedades têm um sistema de opiniões partilhadas sobre a natureza e a

humanidade, até aos conceitos económicos de Marx, que considerava que a sociedade não era mais do que relações económicas entre indivíduos (Locke, 2007).

Uma tipologia semelhante de sociedade que escapa aos limites da razão pode ser encontrada em Durkheim (1933) e na sua distinção entre solidariedade mecânica e orgânica (Augé, 1992). Como argumenta em *The Division of Labour in Society*, publicado pela primeira vez em 1893, nas sociedades primitivas, a solidariedade mecânica, isto é, as pessoas a agir e a pensar com uma consciência coletiva partilhada, é o que permite a manutenção da ordem social. Neste tipo de sociedade, cada indivíduo efetua a maior parte do trabalho, com ligeiras diferenciações em função do sexo e da idade (Augé, 1992). A solidariedade resulta do facto de se partilharem muitas coisas que produzem um forte compromisso. De igual modo, a falta de interdependência entre os membros explica o facto de serem regidos por leis repressivas baseadas na noção de vingança (Robinson & Green, 2011). Em contrapartida, outras sociedades, nomeadamente as modernas, têm uma solidariedade orgânica caracterizada por maiores diferenças entre os membros da sociedade devido à divisão social do trabalho e o que produz a solidariedade neste tipo de sociedade é a interdependência dos seus membros com base nos seus respetivos papéis na estrutura social. Esta interdependência faz com que, apesar de um menor grau de consciência coletiva, as sociedades permaneçam unidas (Bhattacharyya, 2004).

Giddens (1991) entende o espaço como um elemento essencial na constituição não tanto de comunidades em si, mas de comunidades coesas que protegem totalmente o indivíduo das forças desintegradoras da globalização. Teóricos como Augé (1992), que cunhou o conceito de não-lugar ou espaços antropológicos de transitoriedade onde os seres humanos permanecem anónimos e que não contêm significado suficiente para serem considerados “lugares”, é ainda mais explícito a este respeito, segundo Augé (2012), o facto de uma relação se construir através do tempo e do espaço. Para este antropólogo francês, a importância da dimensão espacial reside na sua relação com a identidade, enquanto aponta as novas tecnologias da informação como instrumentos de “identidade passiva” que fariam perder a dimensão do tempo e do espaço.

Com a sua sugestão da construção de comunidades éticas e a sua visão dinâmica da comunidade como capaz de ser criada, destruída ou mantida, Bauman (2013) aproxima-se das teorias do capital social. Se o conceito de *Gemeinschaft* e o seu carácter não-racional

provocaram, no seu tempo, a destruição da dicotomia radical entre razão e paixão, a ideia de comunidade como algo que pode ser construído representa uma visão mais sofisticada, variável e multidirecional que se afasta da dicotomia de Ferdinand Tönnies entre ela e a sociedade.

Neste seguimento, importa referir que a sociologia urbana foi um dos domínios fundadores da ciência social moderna. Teve origem nas questões levantadas pela rápida urbanização como consequência da industrialização, que quebrou os padrões de vida rural que tinham caracterizado o modo de vida da humanidade durante milénios. Foi construído em torno do tema central da integração social numa nova sociedade urbana constituída por imigrantes rurais recentes e onde as instituições tradicionais de integração social estavam a desmoronar-se sob o peso do crescimento demográfico, do desenvolvimento económico, da mobilidade social e lutas sociais (Castells, 2002). Como as áreas metropolitanas americanas eram o epítome do crescimento, imigração e mudança, constituíam o “laboratório social” no qual os cientistas sociais podiam explorar as condições de integração na sociedade urbana das massas de imigrantes desenraizados, que afluíam à para a “nova Babilónia”, vindas quer do espaço rural, quer do estrangeiro (Castells, 2002, p. 9).

Por conseguinte, a “coesão social” ou a “interdependência entre os membros da sociedade, lealdades partilhadas e solidariedade”, tal como definida por Durkheim (1893), tem sido considerada como uma característica desejável de uma sociedade que funciona bem e é frequentemente adotada como um instrumento para enfrentar os desafios sociais, físicos e económicos que as cidades contemporâneas enfrentam (Bauloz et al., 2020). É identificada como a construção chave que caracteriza o ambiente social em termos de dinâmica interpessoal e/ou esforços coletivos, que muitas vezes se relacionam com as interações sociais positivas (Qi et al., 2024).

Existe um consenso partilhado de que a coesão social pode ser promovida através de mecanismos de conceção e planeamento urbanos, por exemplo, a conceção de bairros orientada pelo novo urbanismo, a conceção de espaços públicos para a vida urbana contemporânea e a teoria de Jacobs sobre a cidade vibrante e a interação social (Brown & Lombard, 2014). A importância do espaço público urbano na facilitação da coesão social tornou-se ainda mais evidente, uma vez que se continua a avançar na compreensão da interação entre os fatores físicos e sociais na forma como afetam a coesão social (Cattell et al.,

2008). O espaço público serve como oportunidade para o envolvimento quotidiano, incluindo atividades culturais e interações sociais (Mehta & Bosson, 2021). Por exemplo, os parques urbanos funcionam como locais para interações sociais entre os residentes e o envolvimento da comunidade resulta no bem-estar e aumenta o capital social em termos de melhoria da vitalidade urbana (Modie-Moroka et al., 2020).

2.4 Isolamento Social em Meio Urbano como consequência da Covid-19

A intensa socialização tem sido um catalisador da cultura e da civilização humanas e as relações sociais a nível pessoal desempenham um papel fundamental na saúde e bem-estar. Estas relações são, no entanto, sensíveis ao tempo que se investem nelas. Os seres humanos, tal como todos os primatas antropóides, são intensamente sociais (Holt-Lunstad et al., 2015). Existem provas consideráveis de que as diferenças inter-individuais na integração social afetam uma série de indicadores de saúde e aptidão física. Nos seres humanos, o melhor fator de previsão da saúde física e do bem-estar, bem como da longevidade futura, é o número e a qualidade das relações sociais (Santini et al., 2021). De facto, a frequência do envolvimento social prediz a saúde e o bem-estar psicológicos, os sentimentos de felicidade autoavaliados, a satisfação com a vida e a confiança na comunidade local (Santini et al., 2021).

As amizades e as relações familiares não são constituídas por díades isoladas. Pelo contrário, estes laços formam uma rede entrelaçada de relações que se estendem à volta num espaço social que só em parte é mapeado no espaço físico que rodeia cada pessoa (Dunbar, 2020). A compreensão da estrutura e da dinâmica deste mundo social fornece um quadro importante que ajuda a explicar algumas das consequências do isolamento social. As redes de cada pessoa e as comunidades sociais têm uma estrutura fractal distinta, formando uma série de camadas cada vez mais amplas à nossa volta. Estas camadas são definidas tanto pela frequência com que se contacta membros individuais como pela proximidade emocional que se sente em relação aos mesmos (Dunbar, 2018, 2020).

O mundo enfrentou uma crise global de saúde pública à medida que a COVID-19 surgiu como uma pandemia ameaçadora. Além do número crescente de casos e fatalidades com esta

pandemia, também houve um impacto socioeconômico, político e psicossocial significativo (Banerjee & Rai, 2020). Bilhões de pessoas estiveram em quarentena nas suas próprias casas, em consequência da implementação da política de distanciamento social como uma medida para conter a disseminação da infecção. Este isolamento social levou à solidão crónica e ao tédio, com efeitos prejudiciais no bem-estar físico e mental (Banerjee & Rai, 2020). O mundo moderno raramente foi tão isolado e restrito. Várias restrições foram impostas à movimentação pública para conter a disseminação do vírus, sendo as pessoas forçadas a ficar em casa. O homem moderno conheceu de facto o isolamento social presencial (Torales et al., 2020).

A investigação tem comprovado o papel positivo da coesão social na preservação de comunidades fortes e funcionais, na promoção da saúde e do bem-estar humanos, na manutenção de uma elevada qualidade de vida e na gestão do crescimento da população urbana e da sustentabilidade (Paramita et al., 2021; Dash & Thilagam, 2022). Com a pandemia da COVID-19 a testar a força da resiliência das comunidades a nível local, regional e nacional, a coesão social oferece uma direção promissora para indicar a recuperação pós-COVID-19 nas zonas urbanas (Jewett et al., 2021). Neste contexto, observou-se um esforço crescente por parte dos governos nacionais em muitos países para promover a coesão social, quer transformando-a numa prioridade política (por exemplo, a Política de Coesão da UE (2021-2027)), quer através do desenvolvimento de programas de domínio público (UNDP, 2022; Comissão Europeia, 2022).

O impacto nas relações sociais, a manutenção do distanciamento físico e os requisitos de isolamento, bem como os consequentes resultados negativos em termos de saúde mental afetaram os grupos e os indivíduos na sociedade. A investigação que explora a forma como as pessoas viveram estas mudanças nas relações sociais - especificamente novas formas de interações, ligações e impactos na coesão social - tem sido limitada (Wong et al., 2021). Todavia, Archambault (2020) refere que as lições da pandemia demonstraram que o apoio social é importante para enfrentar e recuperar da solidão e do isolamento. A literatura emergente evidencia que o aumento das ligações sociais, durante os sucessivos confinamentos e distanciamentos sociais forçados, resultaram em mudanças notáveis nas modalidades de interação social, enraizadas no aumento da utilização da tecnologia (Archambault, 2020). O *software* de videoconferência (por exemplo, Zoom, Google classrooms), as plataformas

privadas de texto (por exemplo, iMessage, WhatsApp) e os meios de comunicação social (por exemplo, Instagram, Twitter) permitiram que os indivíduos se ligassem independentemente das restrições geográficas. Estas mudanças incluíram a transição de contextos de socialização presencial para espaços virtuais, como a salas de aula virtuais, os locais de culto virtuais e as plataformas de comunicação virtual. Todavia, também se aprendeu a valorizar mais os espaços sociais, como os parques urbanos, para a socialização, comunicação e bem-estar holístico das comunidades, bem como ao verdadeiro sentido da coesão social, que se refere ao senso de pertença de um indivíduo à sua comunidade e correlaciona-se com bons resultados ao nível da saúde física e mental (Willermark & Gellerstedt, 2022).

Os impactos socioeconómicos nas cidades durante a pandemia de COVID-19 foram brutais, levando a um aumento das desigualdades e a números recorde de isolamento social em todo o mundo. Enquanto as cidades suportaram confinamentos para garantir níveis decentes de saúde, os desafios ligados ao desenrolar da pandemia levaram à necessidade de repensar radicalmente a cidade, levando ao ressurgimento de um conceito, inicialmente proposto em 2016 por Carlos Moreno: a “Cidade de 15 Minutos”. O conceito, que oferece uma perspetiva inovadora de “crono-urbanismo”, vem juntar-se à temática já existente das *Smart Cities* e à retórica da construção de tecidos urbanos mais humanos, delineada por Christopher Alexander, e à da construção de cidades mais seguras, resilientes, sustentáveis e inclusivas, tal como retratado no Objetivo de Desenvolvimento Sustentável 11 das Nações Unidas (Moreno et al., 2021).

À medida que os espaços verdes, em muitas cidades, sucumbem, cada vez mais a “selvas de betão, o apelo à incorporação de espaços verdes no *design* moderno tornou-se não apenas um desejo, mas uma necessidade” (Aronson et al., 2017, p. 189). Os espaços verdes urbanos - parques, jardins comunitários, árvores de rua - trazem imensos benefícios para a saúde ambiental, a coesão social e o bem-estar mental dos habitantes das cidades, sendo esta uma necessidade no redesenhar as cidades à escala humana, um tema a abordar no capítulo seguinte.

Capítulo 3. Cidades à Escala Humana: Estratégias para uma Vida Melhor

Na vanguarda, os espaços verdes urbanos, como os parques urbanos, funcionam como vida, sustentabilidade e proporcionam ambientes mais saudáveis para as suas comunidades. De uma perspectiva social, os espaços verdes nas zonas urbanas oferecem locais para a atividade física, o relaxamento e a interação social, contribuindo significativamente para o bem-estar e a qualidade de vida dos residentes urbanos (Harasimowicz, 2018).

3.1. Os Espaços Verdes Urbanos: a Cidade Desejada, Viva, Sustentável e Saudável

O aumento da densidade populacional e a expansão espacial têm exercido enormes impactos negativos nas áreas verdes e transforma os espaços verdes urbanos em paisagens impermeáveis. Nos últimos anos, muitos estudos têm documentado o crescimento urbano e a consequente perda de espaços verdes urbanos (Odindi & Mhangara, 2012). Parte deles identifica o crescimento dos aglomerados humanos nas franjas urbanas como a principal causa da perda de espaços verdes e dos consequentes impactos ambientais negativos (Yuan et al., 2005). Além disso, os espaços verdes urbanos, em particular, há muito que são reconhecidos como o recurso ambiental mais crítico num ecossistema urbano (Gairola & Noresah, 2010).

Segundo Cavalheiro et al. (1999), um espaço verde possui como elemento fundamental a vegetação, que desempenha os três objetivos essenciais, sendo eles o ambiental, o estético e o de lazer. Atualmente, e em conformidade com Gigante (2021, p. 8), “um espaço verde são definidos como um espaço de propriedade pública de livre acesso com uma grande área coberta por vegetação”. A autora enfatiza “a importância destes espaços para o bem-estar da população e que, como tal, não podem deixar de ser inseridos nos aglomerados urbanos”.

A definição de espaço verde tem sido discutida há muito tempo e ainda não existe uma universalmente aceite. Os países mais desenvolvidos têm as suas próprias definições de

espaços verdes urbanos (Byomkesh et al, 2012). Os espaços verdes urbanos podem ser definidos como áreas com vegetação que se encontram em ambientes urbanos e designadas como áreas seminaturais numa cidade (Jim & Chen, 2003). Estas áreas podem ser cobertas por vegetação natural ou artificial, mas estão presentes em zonas urbanizadas (Li & Pussella, 2017). O termo “espaço verde urbano” é utilizado para designar sítios verdes formais e informais e também para se referir a “espaços abertos” que têm potencial para desempenhar funções ecológicas (como clubes desportivos, campos de jogos, terrenos abertos estéreis, jardins, parques, etc.) (Breuste et al., 2013). Em referência aos espaços verdes, a Comissão Europeia (2013) fala de infraestruturas verdes e definiu-a como uma rede estrategicamente planeada de áreas naturais e seminaturais de alta qualidade com outras características ambientais, que é concebida e gerida para prestar uma vasta gama de serviços ecossistémicos e proteger a biodiversidade em ambientes rurais e urbanos.

Os espaços verdes urbanos consistem em vários tipos de elementos naturais e geralmente incluem parques, manchas florestais, espaços abertos, jardins residenciais e árvores ao longo das ruas (Jim & Chen, 2003). Arabi et al. (2014) agrupam os espaços verdes urbanos em quatro categorias:

- espaços verdes públicos, geralmente chamados de parques, que foram alocados para o público em geral para se envolver nas suas atividades de lazer;
- espaços verdes semipúblicos, como espaços abertos em edifícios públicos;
- espaços verdes privados que são as unidades de jardim residenciais;
- espaços verdes de rua que são os *layouts* das árvores ao longo das estradas.

Os espaços verdes urbanos, na arquitetura das cidades, tornaram-se amplamente reconhecidos como um importante componente da infraestrutura em áreas urbanas. O aumento da urbanização, no entanto, colocou espaços verdes urbanos sob extrema pressão, ameaçando as suas capacidades de manter a base ecológica e social básica, funções em que a existência humana depende (Chen et al., 2020). Por outro lado, muitas cidades que sofrem de crescimento intensivo enfrentam a redução dos espaços verdes, que aprofunda os problemas existentes, especialmente porque o ecossistema está intimamente relacionado noutros componentes do sistema urbano – social, económico, cultural ou político (Chen et al., 2020).

A extensão e a disponibilidade de espaços verdes urbanos são frequentemente consideradas entre os indicadores mais críticos da qualidade de vida e da sustentabilidade ambiental das áreas urbanas (Haq, 2011; de la Barrera et al., 2016). Conedera et al. (2015) e Hadavi et al. (2015) definiram espaços verdes urbanos como espaços abertos urbanos e periurbanos de acesso público que são parciais ou totalmente cobertos por uma grande quantidade de vegetação. No contexto da crescente urbanização e população urbana, que tiveram um impacto significativo na sustentabilidade ambiental, biodiversidade, saúde humana e bem-estar das pessoas que vivem em áreas urbanas (Farahani & Maller, 2018), os espaços verdes urbanos fornecem uma série de benefícios importantes, como ao nível de ecossistema (Guenat et al., 2021; Randrup et al., 2021), que influenciam e melhoram a qualidade de vida holística dos residentes urbanos (Kothencz et al., 2017). Os espaços verdes urbanos também oferecem benefícios diretos aos residentes urbanos, incluindo, mas não se limitando à promoção da saúde física, bem como ao nível da sua comunicação e socialização, um preditor de saúde mental (Gwedla & Shackleton, 2019).

Os espaços verdes urbanos desempenham um papel notável na redução das más consequências da rápida taxa de urbanização (Li & Pussella, 2017). Eles têm um papel muito importante na criação do espaço das cidades porque a qualidade de uma cidade é o resultado de uma distribuição equilibrada entre edifícios, infraestruturas de transporte e espaços verdes. Para além dos diferentes tipos de áreas verdes na cidade, como os parques urbanos, as suas funções e serviços revelam o impacto da qualidade de vida quer física, mental, bem como se têm tornado centros de comunicação e de socialização (Gülgün et al., 2015). É por isso que subestimar a importância dos espaços verdes é colocar em segundo plano uma cidade desejada, viva, sustentável e saudável.

O termo “sustentabilidade” tornou-se um termo de enquadramento demasiado utilizado que engloba uma série de ações climáticas e investimentos em infraestruturas ambientais. Os investigadores de estudos urbanos têm apresentado argumentos convincentes para uma conceptualização mais do que humana do planeamento urbano e ambiental e também partilham um interesse comum em traduzir a teoria em abordagens e implicações práticas que reconheçam (i) os nossos envoltórios ecológicos com sistemas planetários e (ii) a necessidade urgente de justiça multiespecífica na reconceptualização de cidades genuinamente sustentáveis e humanizadas. A sensibilidade mais do que humana baseia-se

numa gama de disciplinas e abrange métodos de investigação convencionais e não convencionais e abordagens de conceções (Fieuw et al., 2022).

Os processos de desenvolvimento urbano estão cada vez mais sob os holofotes devido ao seu potencial para contribuir para a redução da pegada de carbono das cidades, para alcançar maiores níveis de sustentabilidade e para restaurar ecologias sensíveis e focos de biodiversidade. No entanto, os estudos urbanos, de forma semelhante a muitas outras ciências sociais, sofrem de excecionalíssimo humano no enquadramento ontológico destas questões. Até agora, preocupações humanas, como o conforto e a conveniência, têm geralmente prioridade sobre os imperativos ecológicos e a necessidade urgente de evitar um ecocídio planetário (Medeiros & van der Zwet, 2023).

A cidade sustentável pode ser definida como uma cidade capaz de satisfazer as necessidades básicas dos seus habitantes, tais como infraestruturas, amenidades cívicas, saúde e cuidados médicos, habitação, educação, transporte, emprego, boa gestão e assegurar que as necessidades das populações sejam satisfeitas, beneficiando todos os setores da sociedade (Harasimowicz, 2018). De acordo com Marzukhi et al. (2011), a cidade sustentável é também vital para controlar o desenvolvimento de uma cidade com base na quantidade e na qualidade das infraestruturas e instalações para evitar outros problemas, por exemplo, a falta de habitação nas zonas urbanas. A compreensão das dimensões da cidade sustentável é uma questão complexa. Há que ter cuidado com o conteúdo dentro do qual as cidades existem, o seu contexto cultural e as diferenças regionais e nacionais. Haverá diferenças significativas em diferentes partes do mundo da interpretação da cidade sustentável. No entanto, existem temas subjacentes e duradouros comuns que parecem informar tanto o debate como as reivindicações de formas urbanas que promovem a sustentabilidade e a sua humanização. Globalmente, a investigação indica que é pouco provável que haja uma única solução espacial ou física, em vez de que possa ser muitas formas que podem alcançar a sustentabilidade, dependendo do contexto em que são aplicadas (Hezri & Hasan, 2004). Por conseguinte, o planeamento urbano sustentável é basicamente vital para o estabelecimento de mais uma visão urbana onde é um elemento-chave para a criação de cidades sustentáveis (Rosales, 2011).

A nível regional e municipal, a sustentabilidade assume maiores complexidades moldadas pela natureza de um lugar e as diferentes exigências dos cidadãos (Rosales, 2011). Líderes da região e dos municípios são confrontados com o desafio de equilibrar as exigências teóricas mais amplas da sustentabilidade e as exigências práticas específicas dos cidadãos. Assim, as cidades e as organizações estão a concentrar-se no desenvolvimento de indicadores para avaliar o progresso. Assim, o desenvolvimento sustentável pode ser visto como uma forma de desenvolver as áreas urbanas, comprometendo as necessidades tanto das gerações presentes como futuras. A cidade sustentável pode ser vista como um completo, satisfazendo as exigências das gerações presentes e futuras. Daí que os líderes, as organizações municipais e académicas estão a desenvolver os indicadores para avaliar o nível de sustentabilidade de forma sistemática.

Houston et al. (2018) argumentam que a reformulação dos processos de desenvolvimento urbano a partir de uma perspectiva mais humana poderia resultar em inovações tais como ferramentas de planeamento e narrativas mais reativas e melhoradas em termos de adaptação ao clima para diversas formas de crescimento futuro da cidade. Os autores concluíram argumentando que a teoria do planeamento requer uma forma mais espessa, relacional e mais recativa de pró-humanismo para imaginar e decretar cidades justas e sustentáveis numa época de incerteza e mudança ambiental global. Tal pressupostos foi corroborado por Roös (2020), que defende os méritos do emprego de uma abordagem de linguagem padrão de conceção para incorporar a biofilia na prática do planeamento. Esta linguagem de padrões de conceção também fornece uma base para melhor reconhecer as interações entre o Homem e a Natureza e informar uma nova teoria para o desenvolvimento sustentável e o planeamento de anuências humanas e cidades.

A variedade de experiências espaciais subjetivas e práticas de produção de conhecimento a fim de lançar uma nova luz sobre as especificidades da mudança sócio espacial contemporânea, impulsionada pela união do trabalho dos principais estudiosos de diversas disciplinas para abordar questões de transformação sócio espacial, a nível de planeamento urbano sustentável e da arquitetura (Fieuw et al., 2022). Perspetivas sobre a dinâmica espacial, degradação da qualidade ambiental e sustentabilidade socioeconómica das comunidades locais. As cidades são fundamentalmente realidades sociais que não podem ser desligadas do ritmo de desenvolvimento da época e do impacto da economia global em

desenvolvimento. Para avaliar o impacto da globalização, podem ser utilizadas cinco dimensões: fatores económicos, fatores socioeconómicos, fatores políticos, fatores culturais e a disposição da cidade (Light et al., 2017). As mudanças sociais ao nível micro da comunidade fazem parte do impacto do desenvolvimento económico nas áreas suburbanas, com o objetivo de desenvolver novas áreas urbanas. Estas condições provocam mudanças no índice de confiança social entre as pessoas das comunidades locais (Roös, 2020).

As cidades de todo o mundo são confrontadas com problemas “agudos e crónicos” (Alidoust, 2023, p. 1). Como referido anteriormente, a pandemia de COVID-19 colocou as cidades perante uma dura prova de como estavam preparadas para prestar serviços fora dos períodos “normais”. Exacerbou os problemas urbanos existentes, como o isolamento social, a desigualdade, a exclusão e a acessibilidade. As interpretações tradicionais de habitabilidade tendiam a realçar a qualidade de vida, a saúde e o bem-estar das comunidades em circunstâncias “normais” e não tinham em conta os impactos de choques e perturbações inesperados nas cidades (Grodach, 2020; Buffel et al., 2020).

É cada vez mais reconhecido o papel das políticas públicas, incluindo leis, diretrizes e regulamentos, na criação de ambientes habitáveis e na promoção da saúde e o bem-estar dos indivíduos e das comunidades (Alidoust, 2023). A criação de cidades habitáveis desejáveis é uma aspiração comumente declarada nas estratégias urbanas e documentos políticos em todo o mundo (Arundel et al., 2018). A definição de habitabilidade desejável varia significativamente em diferentes contextos e em diferentes níveis de governação (McArthur & Robin, 2019).

A questão de tornar as cidades mais desejáveis, sustentáveis e saudáveis, como referem Nicol e Knoepfel (2003), tem sido objeto de orientações de organizações como a Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico (OCDE), o Banco Mundial e a UNHabitat (2016). Por exemplo, de acordo com o Banco Mundial (1996, p. 2), as ações necessárias para tornar as cidades habitáveis e desejáveis incluíam: “levar serviços básicos a todos os cidadãos e um ambiente urbano mais saudável e financeiro para as pessoas”. Os sistemas sócio-ecológicos, como as cidades, são sistemas adaptativos complexos capazes de se reconfigurar e gerar novas formas de funcionamento, através da inovação e da novidade, sem declínios significativos nas suas funções cruciais, onde se incluem a criação de mais espaços verdes aos quais tenham acesso todos os cidadãos (Nicol & Knoepfel, 2003).

As cidades sustentáveis têm o potencial de transformar o ritmo atual das alterações climáticas, da perda de biodiversidade e do stress social, podendo catalisar a transformação através da inovação, da educação, do emprego, da economia, do entretenimento e da interação cultural, social e comunicacional (Arundel et al., 2018). A corroborar, Alidoust (2023, p. 2) refere que este é “o momento de reimaginar, redesenhar, refazer e reconstruir estes espaços de uma forma que contribua para a justiça social, para a inclusão e socialização em tempos de lazer, bem como para a sustentabilidade ambiental, a resiliência e a atenuação das alterações climáticas”.

Retomando a ideia de Moreno de “A Cidade de 15 Minutos”, uma das infraestruturas temporárias é um parque em forma de labirinto, introduzido na Áustria para ajudar os moradores a vivenciar espaços verdes enquanto mantêm medidas de distanciamento social (Zhekova, 2020). O projeto arquitetónico dos parques tornou-os implementáveis em qualquer espaço aberto, maximizando, com efeito, o uso de espaços públicos não utilizados nas cidades, especialmente as que são desafiadas à adoção da criação de tais infraestruturas pela escassez de locais para o estabelecimento de parques públicos (Moreno et al., 2021). É que “A Cidade dos 15 Minutos” baseia-se no conceito de “crono-urbanismo”, que defende que a qualidade da vida urbana é inversamente proporcional ao tempo investido em transportes, sobretudo através da utilização de automóveis. Este conceito teve origem no primeiro autor, Moreno, em 2016, que defendeu uma configuração urbana em que os habitantes locais possam aceder a todos os seus bens essenciais a distâncias que não demorem mais de 15 minutos a pé ou de bicicleta. Observa-se que o conceito emana dos seus princípios desenvolvidos na sua versão de uma “cidade viva”, descrevendo como é necessário “reparar” fragmentos urbanos e sociais, em grande parte alimentados por abordagens modernistas. Para o atual conceito de “15 minutos”, Moreno et al. (2021, p. 95) defendem que os residentes poderão usufruir de uma qualidade de vida mais elevada, onde poderão cumprir eficazmente seis funções sociais urbanas essenciais para sustentar uma vida urbana decente. Estas incluem “(a) viver, (b) trabalhar, (c) comércio, (d) cuidados de saúde, (e) educação e (f) entretenimento” (p. 95).

Weng et al. (2022) exploram a importância de “bairros caminháveis de 15 minutos” que atendem às necessidades de todos os grupos demográficos. Em particular, os autores promovem isso como uma forma de promover as dimensões de saúde dos moradores, especialmente na prevenção de doenças não transmissíveis, como a obesidade e problemas de

saúde mental. No entanto, os autores estavam preocupados que os “bairros caminháveis de 15 minutos” pudessem apresentar alguma forma de desigualdade social em relação a atributos como a idade e o *status* económico. Ou seja, opinaram que as comodidades básicas nas quais pessoas mais jovens podem estar interessadas (como instalações desportivas e *playgrounds*) podem ser diferentes daquelas nas quais pessoas mais velhas podem estar interessadas e tendo em conta que estes diferentes grupos têm comportamentos e ritmos de deslocação diferentes, os arquitetos urbanos devem ser informados. No entanto, os autores observaram que, a uma distância que pode ser percorrida a pé, as necessidades sociais dos diferentes grupos demográficos não são suficientemente satisfeitas e que, em qualquer altura, um ou mais grupos ficam em desvantagem no que respeita à oferta de serviços básicos.

Tal como avançado no conceito de “A Cidade de 15 Minutos”, Moreno et al. (2021) são da opinião de que os equipamentos urbanos básicos devem ser disponibilizados nas proximidades dos centros urbanos e que tal não deve prejudicar as pessoas em função do seu estatuto socioeconómico ou idade. Assim, o conceito de Moreno (2016) inspirou-se na necessidade de manter laços sociais estreitos para aumentar os índices de habitabilidade, comunicação e socialização. Além disso, a necessidade de uma “A Cidade de 15 Minutos” centra-se igualmente noutras dimensões, relacionadas com a sustentabilidade ecológica, a promoção de interações sociais e a participação dos cidadãos, e a resolução da dependência do automóvel, ao enfatizar a proximidade de todos os serviços básicos (Moreno, 2020).

Em suma, a “A crise da cidade crescida é a outra face da crise do mundo natural”, escreve Italo Calvino em *Cidades Invisíveis* (Calvino, 1972/2015). Nunca foram ditas palavras mais verdadeiras, mas o autor italiano queria que se passasse a tratar estes espaços de forma diferente. A rápida expansão urbana tem-se processado geralmente à custa da biodiversidade circundante, poluindo a água e o ar, e sem qualquer referência a princípios de igualdade ou justiça social. Mas, como sustenta Grodach e Limb (2020) ainda há tempo para mudar esta situação, pois os lugares onde se vive podem e devem transformar-se em cidades e comunidades sustentáveis, tornando-as mais desejáveis, ou seja, um urbanismo orientado para a satisfação das necessidades humanas básicas, bem como para a criação de mais espaços verdes que maximizem a comunicação e socialização, por exemplo, em parques verdes urbanos, um tema central do capítulo seguinte.

Capítulo 4. Comunicação e Socialização em Parques Verdes Urbanos

Os parques verdes urbanos desempenham múltiplas funções. Para além da sua função como áreas de lazer, recreio, perceção da natureza ou melhoria da saúde física e mental, funcionam também como espaços de contacto social, encontro, comunicação e interação. Esta função social destes espaços verdes urbanos assume significativa importância, com destaque para o encontro, a comunicação, a interação e a socialização.

4.1 Parques Verdes Urbanos: Centros de Comunicação e Socialização

O ambiente social desempenha um papel importante no contexto do lugar, da saúde e do bem-estar. A coesão social, uma construção-chave utilizada para caracterizar o ambiente social, tem sido definida de muitas formas, mas refere-se frequentemente a dinâmicas interpessoais e/ou esforços coletivos que podem ser utilizados para avaliar a qualidade de vida das pessoas/comunidades (Jennings & Bamkole, 2019). A coesão social pode também envolver sentimentos de confiança, pertença, aceitação, comunicação e convivialidade, que frequentemente se relacionam com as interações sociais positivas. Estes construtos sociais favoráveis podem promover benefícios para a saúde física e mental. A exposição limitada a espaços verdes urbanos, como os parques, pode também reduzir as oportunidades de comunicação social e o potencial para desenvolver a coesão social, através da convivialidade (Jennings & Bamkole, 2019; Adedayo et al., 2023).

Os espaços verdes urbanos referem-se a áreas como jardins, parques, vias verdes e outras áreas com relva, árvores e/ou arbustos. No caso concreto, os parques podem ser áreas comuns onde as pessoas se reúnem para fins de lazer, atividades sociais e recreativas. Os parques urbanos também oferecem oportunidades para as pessoas saírem ao ar livre e interagirem com a natureza e com os outros de formas que podem não ocorrer noutros contextos. As análises da relação entre natureza e saúde sugerem que a coesão social é positivamente influenciada pela presença e qualidade de espaços verdes urbanos, como os parques (Jennings & Bamkole, 2019).

Os parques urbanos são considerados grandes espaços destinados a servir as zonas residenciais e concebidos para acolher diversas atividades que as pessoas possam querer

realizar. Os parques urbanos dão aos residentes um sentimento de pertença, uma vez que tendem a interagir uns com os outros quando se encontram nesses locais, pelo que a sua existência é muito importante, no seio da comunidade, enquanto espaços de lazer, prática desportiva, de convívio e de comunicação. Os parques urbanos são considerados como espaços indispensáveis para uma comunidade funcional, porque incluem frequentemente uma diversidade de espaços e atividades que se adequam aos seus diferentes utilizadores (Adedayo et al., 2023; Chen et al., 2020). Com a urbanização global e o afluxo de população, os residentes urbanos enfrentaram uma miríade de problemas de saúde física e mental devido à falta de exercício físico e ao isolamento social. Os parques urbanos, com os seus espaços verdes, são cada vez mais reconhecidos como recursos públicos significativos para mitigar tais problemas de saúde, proporcionando oportunidades de atividade física e de interação social (Myalkovsky et al., 2023). Para além da atividade física, outras utilizações dos parques também contribuem para relações positivas entre os cidadãos e os benefícios para uma maior interação social (Askarizad & Safari, 2020). Não só reduzindo o isolamento social dos habitantes das cidades, a literatura sugere que a interação social nos parques urbanos pode contribuir para o bem-estar geral do ser humano (Askarizad & Safari, 2020).

A maior parte dos estudos experimentais sugerem que as atividades físicas nos parques urbanos trazem benefícios para a saúde física e psicológica (Myalkovsky et al., 2023). Para além das atividades físicas, outras utilizações dos parques urbanos também contribuem para relações positivas entre parques e benefícios para a saúde, mas têm sido ignoradas, como a interação social (Askarizad & Safari, 2020). Não só reduzindo o isolamento social dos habitantes das cidades, a literatura sugere que a interação social nos parques urbanos pode reduzir as morbilidades psiquiátricas, como a depressão e a ansiedade, e contribuir para o bem-estar geral do ser humano, uma vez que são espaços promotores de comunicação e socialização (Askarizad & Safari, 2020; Chen et al., 2020).

O desenho do parque urbano é um fator importante para motivar ou impedir utilizações específicas do parque, incluindo a interação social e a qualidade do parque é um conceito abrangente que inclui características do parque para generalizar o seu desenho arquitetónico (van Dinter et al., 2023). Como medida experimental, a qualidade do parque pode ser quantificada de acordo com a existência de vários atributos objetivos do parque, tais

como as instalações e as suas características, bem como os componentes subjetivos, como condições gerais e percepções dos seus utilizadores (van Dinter et al., 2023).

Com base numa revisão rigorosa da literatura, Jim e Chen (2006) referem que a maioria dos estudos avalia a qualidade dos parques urbanos de acordo com a variedade de instalações que podem apoiar as atividades dos utilizadores, tais como parques infantis e campos de jogos de bola e prática de atividade física. Os investigadores descobriram também que as comodidades, incluindo bancos, mesas de piquenique e casas de banho, são características básicas esperadas pelos visitantes (McCormack et al., 2010). As características estéticas e os elementos naturais, como o paisagismo, as copas das árvores, as fontes de água e os espaços verdes não programados também são importantes tanto para as crianças como para os adultos (McCormack et al., 2010; Mathey et al., 2018).

Outras pesquisas também sugerem que a manutenção e a limpeza eram cada vez mais importantes para todos os utilizadores dos parques urbanos, especialmente porque são percebidas pelos utilizadores como indicadores de segurança do parque - uma questão de suma importância que afeta a ida ao mesmo (Rigolon & Németh, 2018). Hughey et al. (2016) referem que as incivildades que refletem as preocupações de segurança (por exemplo, locais perigosos, excesso de resíduos animais, lixo, ruído, *graffitis* e vandalismo) são aspetos que devem ser considerados na avaliação da qualidade do parque urbano, o que é consensual com outras evidências mais atuais (McCormack et al., 2010; Mathey et al., 2018).

Os indivíduos necessitam de outros locais para além do trabalho e de casa, onde possam conhecer outras pessoas e estabelecer relações, para desenvolver um sentido de comunidade local e estabelecer laços sociais (Jim & Chen, 2006), e os parques urbanos podem ser locais inclusivos para as pessoas se encontrarem, comunicarem e socializarem (Peters et al., 2010; Rasidi et al., 2012). Os ambientes dos parques urbanos facilitam mais que os visitantes se conheçam e façam novos amigos, facilitando a interação social entre as pessoas, a ligação ao local e o reforço da coesão social da comunidade (Peters et al., 2010).

Na mesma linha de pensamento, Szeremeta e Zannin (2013, p. 177), “os parques urbanos são áreas verdes que podem trazer qualidade de vida para a população”, uma vez que facultam o “contacto com a natureza e suas estruturas e qualidade ambiental, quando adequadas e atrativas, são determinantes para a realização de atividade física e o lazer”. Tais

atividades, ainda em conformidade com os mesmos autores, resultam em vários “benefícios psicológicos, sociais e físicos a saúde dos indivíduos, como, por exemplo, a redução do sedentarismo e amenizar o stresse do quotidiano urbano”. Como tal, sustentam a necessidade de um planeamento “correto e a conservação de parques públicos se revelam como significativa estratégia para uma política efetiva do projeto urbano e da saúde pública” (Szeremeta & Zannin, 2013, p. 177). Com base na sua revisão não sistemática, para identificar os fatores sociais e ambientais dos parques que os tornam mais atrativos para a atividade física, os mesmos autores verificaram que “a beleza da paisagem e a proximidade de um parque, ao local de moradia dos usuários, são os principais fatores que incentivam uma utilização frequente para a atividade física e o lazer” (Szeremeta & Zannin, 2013, p. 177).

Farahani e Maller (2018) conduziram uma revisão de literatura para explorar a interação entre práticas sociais, padrões de uso e espaços verdes urbanos em termos de percepções e preferências. Definiram a percepção em termos da avaliação das condições atuais dos espaços verdes urbanos existentes e as preferências vinculadas a esse espaço. As percepções do ambiente natural, incluindo os parques verdes urbanos, estão fortemente correlacionadas com o cenário contextual das áreas urbanas. Gashu et al. (2020) observaram que os fatores de saúde física e de socialização influenciam a preferência por espaços verdes, como o uso de parques verdes por membros de comunidades locais, ou seja, os moradores de áreas urbanas estão muito mais motivados a frequentar espaços verdes urbanos, resultando na reconstrução de parques verdes em antigos locais industriais.

Os parques verdes urbanos podem representar locais onde as pessoas vão para ficarem sozinhas ou mesmo para fugirem deliberadamente de conflitos sociais (Peters et al., 2010). Ao mesmo tempo, estes espaços funcionam como locais onde as pessoas passam tempo com familiares e amigos e se encontram com outras pessoas, na sua maioria já conhecidas de alguém. Não menos importantes, os parques verdes urbanos também permitem encontros não planeados e espontâneos com pessoas até então desconhecidas (Mathey et al., 2018).

Peters et al. (2010) sublinham que, na maioria dos casos, os encontros/interações não planeados com pessoas que não se conhecem são conversas curtas e superficiais, impulsionadas por estímulos externos, como as condições meteorológicas ou o comportamento observado/percebido, por exemplo, de crianças ou cães. À semelhança de

outros estudos (Cattell et al., 2008), concluem que o bem-estar nos parques verdes urbanos e a sensação de descontração aumentam com o número de encontros espontâneos, mesmo que curtos e superficiais. A probabilidade de encontro e a interação não superficiais aumenta quando este espaço verde é utilizado principalmente pela população local e os utilizadores representam um grupo controlável de pessoas praticamente iguais que seguem as mesmas rotinas (por exemplo, passear o cão, utilizar um parque infantil, sentar-se num banco). Várias características físicas dos parques verdes urbanos, tais como a dimensão, a claridade, a densidade da vegetação ou a diversidade da conceção (por exemplo, existência ou ausência de subzonas distintas, zonas de maior comunalidade ou de isolamento) também determinam em que medida e de que forma esse local se torna um espaço de encontro (Cocks & Shackleton, 2020; Rächle & Berding, 2020; Elands et al., 2020).

4.1.1 Place Making: O Lugar cria a Comunidade e a Comunidade Cria o Lugar

Ao longo dos anos, o *place-making* tem sido implementado em muitos locais diferentes em todo o mundo e tem sido cada vez mais utilizado numa variedade de disciplinas, incluindo a geografia, o planeamento, a arquitetura e a sociologia (John Friedmann, 2010). O conceito tem a sua origem na conceção urbana, que se centra apenas na transformação física e no produto final dos lugares. No entanto, ao longo do seu desenvolvimento, registou-se uma mudança no conceito de *place-making*. Esta noção atual de *place-making* defende que os lugares urbanos estão incorporados no ambiente construído e são criados através práticas sociais reiterativas, significados que são feitos e refeitos diariamente (Cresswell 2004). Por outras palavras, o lugar é visto como um processo em que a configuração do lugar é um produto das atividades dos utilizadores e, portanto, refazer um lugar é uma atividade social que envolveu pessoas (Arefi, 2014; Lombard, 2014).

A mudança na literatura sobre a criação de lugares tem sido particularmente observada desde a década de 1990, que andava à volta do foco e do processo de tomada de decisão na criação de lugares (Strydom et al. 2018). Esta transforma a responsabilidade do projetista urbano de construir lugares para promover a capacidade institucional nas comunidades para atividades (em curso) de criação de lugares (Healey, 1998). Esta mudança não pode ser dissociada do conceito de relações pessoas-lugar que foi proposto e explorado

por Jane Jacobs e William Whyte nos anos 60 do século XX (Akbar & Edelenbos, 2021). Os críticos da abordagem do *design* urbano, que se centrava principalmente nas construções físicas com um ligeiro contributo dos residentes locais, defendem que o direito de criar espaço não se destina apenas aos decisores políticos e profissionais, mas também um direito dos residentes (Akbar et al., 2021).

Habibah et al. (2011) definiram o conceito de *place-making* com um sentido de um local, tendo em conta a visão, as estratégias e as práticas das partes interessadas. Para os projetistas urbanos e os governos, o *place-making* é frequentemente visto como a mudança física de um lugar como produto final de um projeto. O embelezamento de espaços públicos com arquitetura icónica, obras de arte monumentais, esculturas e outras expressões artísticas, tem sido um fator crítico na criação de imagens e de identidade para cidades, aldeias e vilas que pretendem traçar o seu perfil. Na perspetiva dos profissionais ou das iniciativas autofinanciadas, como voluntários e organizações sem fins lucrativos, o *place-making* é um processo de acrescentar valor e significado à esfera pública através de projetos de revitalização baseados na comunidade e enraizados nos valores locais, na história, na cultura e no ambiente natural. Por último, o *place-making* é normalmente uma construção de lugares ou de experiências que as comunidades podem exibir e oferecer a partir das perspetivas da comunidade local (Akbar et al., 2021).

Na mesma perspetiva, o *Project for Public Spaces* refere-se ao *place-making* como o processo de criação de espaços públicos de qualidade que promovam a saúde, a felicidade e o bem-estar das comunidades. Mais do que apenas um projeto de *design* urbano, o *place-making* é uma abordagem centrada nas pessoas, que valoriza a participação comunitária no planeamento, conceção e gestão dos espaços urbanos. Estes espaços devem ser convidativos, seguros, acessíveis e incentivar a interação social, fortalecer o sentido de pertença e de identidade local. O *Project for Public Spaces*, uma organização pioneira no desenvolvimento do conceito, refere que “*place-making* é a arte de planear, projetar e gerir espaços públicos que estimulam a comunidade a usar e a apropriar-se desses locais” (2016, s.p.). Para que um espaço se torne um verdadeiro “lugar”, é indispensável que o mesmo atenda às necessidades da comunidade, fomentando a vitalidade social e cultural.

A criação de lugares, como componente da participação no planeamento urbano, deve reunir estes diferentes interesses. Franz et al. (2008, p. 316) afirmam que a moderação é essencial para arbitrar o desacordo entre as diferentes “concepções de lugar” de diferentes grupos de utilizadores (por exemplo, grupos étnicos ou sociais) e para promover uma construção coletiva do lugar que reúna os diferentes interesses, como são exemplos os parques verdes urbanos.

4.2 Dimensão Humana no Espaço Urbano: *Walkability*

Para começar, o conceito de “walkability” não é novo e tem sido descrito como uma qualidade urbana essencial por numerosos projetistas urbanistas durante o último século. A facilidade de deslocação é uma medida do grau de facilidade de deslocação de uma área. Foram introduzidos vários métodos de avaliação nas perspetivas da medicina, dos transportes, do *design* ambiental e da psicossociologia, incluindo um número significativo de dimensões de

desempenho alternativas: conectividade da rede de caminhos, ligação com outros modos de transporte, padrões de utilização de segurança (tráfego/social), a qualidade do contexto da via, definições espaciais e explorabilidade global (Southworth, 2005). Apesar da grande variedade de aspetos e dimensões acima referidos, os seres humanos vivem e percebem todas estas dimensões como um todo. Por conseguinte, a recolha e o tratamento das experiências dos cidadãos em grande escala pode eventualmente conduzir a uma construção social da facilidade de deslocação.

O termo *walkability* refere-se à qualidade e condições do ambiente urbano que favorecem o ato de caminhar como meio de transporte, lazer ou convívio social. Um espaço urbano com elevada *walkability* é aquele que proporciona segurança, conforto, acessibilidade, conectividade e atratividade para os peões. Esta está diretamente associada à promoção da saúde pública, à sustentabilidade ambiental e à coesão social urbana (Southworth, 2005). Ainda em conformidade com o mesmo autor, *walkability* refere-se à dimensão em que o ambiente urbano é favorável ao transeunte, oferecendo-lhe rotas contínuas, sedutoras e seguras, com destinos de interesse a curta distância. Um espaço significativamente *walkability* melhora a mobilidade urbana, incentiva estilos de vida ativos e reforça o sentimento de comunidade entre os residentes.

Estudos recentes têm investigado a importância da conceção urbana de *walkability* e da coesão social. Foi demonstrado que a coesão social tem amplos benefícios sociais e para a saúde, e os estudiosos levantaram a hipótese de que a conceção urbana de *walkability* pode influenciar a coesão, embora as evidências continuem a ser limitadas (Sonta & Jiang, 2023). Por conseguinte, no seu estudo, os mesmos autores utilizaram uma abordagem orientada por dados que decompôs os fatores de *design* relacionados com o design pedonal e investigou o seu impacto na coesão. Sonta e Jiang (2023) utilizaram bases de dados abertos sobre a configuração urbana nos Estados Unidos para caracterizar o *design* urbano associado à *walkability*, complementadas por dados de inquéritos abertos que analisaram a coesão social e a demografia. A amostra total incluiu 9670 participantes distribuídos por seis cidades norte-americanas. Os resultados evidenciaram que a diversidade na estrutura urbana orientada para a *walkability* exerce um impacto positivo significativo na coesão social, na comunicação e na apropriação dos espaços pelos seus utilizadores.

A forma como os indivíduos respondem ao ambiente construído durante as experiências de caminhada apoia o comportamento espacial, o desenvolvimento de um

sentido de lugar e a harmonização dos humanos e do seu ambiente, ou seja, refere-se ao *walkability*, que tem inerente a avaliação da conveniência da área urbana para caminhar (Frank et al., 2010; Sonta & Jiang, 2023) e abrange a percepção de um indivíduo sobre o espaço urbano como um ambiente de caminhada adequado (Ewing & Handy, 2009; Liao et al., 2022). A rápida urbanização, o crescimento populacional e as transformações ambientais, sociais, económicas e culturais contribuem para a expansão urbana, desafios de transporte, aumento dos níveis de poluição e um declínio gradual da qualidade de vida (Lee et al., 2013; Liao et al., 2022). Consequentemente, a investigação de comportamentos de caminhada no ambiente construído é crucial para conceber e planear espaços urbanos a pé. Por conseguinte, existe uma necessidade urgente de uma compreensão e avaliação aprofundada da caminhada neste ambiente urbano dinâmico (Liao et al., 2022).

A criação de infraestruturas no ambiente construído envolve muitas decisões políticas, *design* e engenharia que influenciam as formas como se experiênciam o tecido urbano, sendo uma dessas experiências a social, envolvendo amplamente interações e relações que se manifestam em espaços construídos. Face a esta realidade, têm surgido diferentes teorias da melhor forma de fornecer infraestruturas urbanas em relação aos fatores sociais, comunicacionais e de socialização entre os seus habitantes. Nos últimos anos, tem-se registado um interesse renovado na filosofia de *design* mais frequentemente referida como “novo urbanismo”, uma estrutura para o *design* que, por norma, enfatiza as cidades com infraestruturas para a mobilidade ativa, como um fator fundamental para a relação da cidade com os seus residentes (Yıldırım et al., 2023).

4.3 Interações Sociais nos Parques Verdes Urbanos Públicos: Estímulo da Coesão Social e da Mitigação do Isolamento Social

Os parques verdes urbanos podem ser vistos como espaços possivelmente favoráveis para a interação social e mitigar o isolamento social. É consensualmente aceite que a interação social pode contribuir para a coesão social. É importante notar que as interações sociais não são apenas conversas entre as pessoas; o contacto visual e todas as formas de comportamento não-verbal são também considerados interações (Maloutas & Pantelidou 2004). Lofland (1998)

conclui que diferentes tipos de relações são formados no domínio público. Um estudo com metodologia mista qualitativa e quantitativa (observações, entrevistas e inquéritos) a utilizadores de cinco parques verdes urbanos na Holanda demonstra que diferentes grupos étnicos e etários vão aos parques para relaxar e passar tempo com amigos e familiares, apreciando tais momentos de comunicação e socialização, muito mais do que em espaços fechados, como os cafés e bares (Peters et al., 2010).

Os parques urbanos fazem, atualmente, parte de um conceito mais amplo que é o de Espaços Verdes Públicos Urbano, que podem ser assumidos como componentes vitais do

ecossistema urbano (Muqueeth, 2021) e podem ser entendidos como a vegetação que se encontra no meio urbano, incluindo parques, jardins, praças ajardinadas, espaços abertos, jardins residenciais, árvores de rua, entre outros, maioritariamente geridos pelas autoridades locais, totalmente acessíveis, e que promovem a comunicação e a interação (Vidal et al., 2022). Estes espaços são importantes do ponto de vista ecológico porque fornecem uma série de serviços ecossistémicos, tais como i) melhoria da qualidade do ar e do ambiente, mitigação de temperaturas extremas, redução da perceção do ruído e da depleção de poluentes atmosféricos, entre outros (Matos et al., 2019; Ranagalage et al., 2020); ii) potenciar a atividade física; iii) melhorar as ligações sociais entre os seus utilizadores e os residentes na área circundante (Enssle & Kabisch, 2020); e iv) contribuir para o restabelecimento da saúde, reduzindo os sintomas de stresse, contribuindo para o bem-estar holístico (Ranagalage et al., 2020).

Portanto, os parques verdes urbanos são espaços onde os utilizadores podem interagir entre si e com o próprio espaço verde, e o estudo do comportamento dos utilizadores nestes espaços é vital, para melhor compreensão, inclusive, da coesão social, que é conceptualizada como normas e valores partilhados, interações positiva e relações entre indivíduos e sentimentos de serem aceites mutuamente em ambientes públicos, como bairros e parques (Yanru et al., 2020). Uma variedade de termos como contacto social, ligação social, interação social, apoio social e laços sociais são utilizados para indicar o valor das relações entre as pessoas umas com as outras em tais espaços, e expressões como sentimentos de solidão e a falta de apoio social são utilizadas para representar a ausência de coesão social, ou seja, o isolamento social (Ranagalage et al., 2020). A coesão social está também intimamente relacionada com o construto capital social (Ríos-Chelén et al., 2013). Soares et al. (2019, p. 143) reforçam dizendo que “O papel dos parques urbanos é muito relevante para dinâmica urbana, inserindo-se na comunidade como um espaço de lazer, respeito ao meio ambiente e integração social”. Tendo por base esta premissa, as mesmas autoras realizaram um estudo para destacar a importância dos parques urbanos numa cidade brasileira ao nível da promoção da qualidade de vida dos indivíduos acerca dos fatores sociais e ambientais. A recolha de dados foi realizada através da aplicação de um Inquérito por questionário de forma aleatória numa rede social. O estudo concluiu que a maioria das pessoas dedica tempo para lazer, frequenta parques verdes no mínimo uma vez por semana para apanhar sol, referindo que a proximidade das suas residências a tais parques. Todavia, grande parte dos participantes

também relatou que a maioria dos parques verdes urbanos não está conservada. Não obstante, reforçaram o convívio nos parques, resultando em benefícios para sua qualidade de vida, nomeadamente: “saúde física e mental, lazer e contacto com a natureza” (Soares et al., 2019, p. 144).

Mais recentemente, Vilaça et al. (2023) identificaram a influência dos parques verdes urbanos na qualidade de vida e as características dos seus frequentadores, através de uma revisão narrativa da literatura, cujos resultados mostram a utilização de tais espaços, para realização de atividade física ou de lazer, promove a saúde física e/ou mental, uma vez que os mesmos podem ser explorados por qualquer faixa etária, ainda que a literatura documente que os jovens frequentam menos esses espaços.

Segundo Gigante (2021, p. 28), “a coesão social refere-se a normas e valores compartilhados, a existência de relações positivas e amigáveis e sentimentos de ser aceite e pertença”. O termo coesão social mais uma característica de bairros e de outros espaços, como os parques verdes urbanos, do que de indivíduos, ou seja, “com maior probabilidade de serem influenciados por características físicas do espaço, como a disponibilidade e a qualidade de espaços verdes e elementos naturais”. A mesma autora salienta que as evidências de estudos revelam que frequentar parques verdes urbanos pode diminuir o isolamento e a solidão, promovendo a “oportunidade de participar de atividades sociais compartilhadas, elevando, uma vez mais, a coesão social (Gigante, 2021, p. 28). Assim, estes espaços urbanos ajudam também as interações formais e informais com pessoas de diferentes origens socioculturais, espelhando-se numa “maior coesão e inclusão social” (p. 29). Por conseguinte, a qualidade, o *design* e a manutenção dos parques verdes urbanos configuram-se como fatores essenciais, dado que interferem na perceção que as pessoas têm dos mesmos, “levando-as a frequentar com maior ou menor frequência, o que irá implicar nos benefícios sociais”. Ten brink et al. (2016) referem, neste âmbito, que um espaço verde, como os parques urbanos, bem projetado e com boa manutenção são fatores que potenciam a mitigação de comportamento antissocial. Semeraro et al. (2021) acrescentam que os benefícios para as pessoas que os frequentam dependem igualmente dos sentimentos de segurança que possuem e do comportamento de outros frequentadores.

O ambiente social desempenha um papel importante no contexto do lugar, da saúde e do bem-estar. A coesão social, uma construção-chave utilizada para caraterizar o ambiente

social, tem sido definida de muitas formas, mas refere-se frequentemente a dinâmicas interpessoais e/ou esforços coletivos que podem ser utilizados para avaliar a qualidade de vida das pessoas/comunidades (Jennings & Bamkole, 2019). A coesão social pode também envolver sentimentos de confiança, pertença, aceitação, comunicação e convivialidade, que frequentemente se relacionam com as interações sociais positivas. Estes construtos sociais favoráveis podem promover benefícios para a saúde física e mental. A exposição limitada a espaços verdes urbanos, como os parques, pode também reduzir as oportunidades de comunicação social e o potencial para desenvolver a coesão social, através da convivialidade (Jennings & Bamkole, 2019; Adedayo et al., 2023).

Os espaços verdes urbanos referem-se a áreas como jardins, parques, vias verdes e outras áreas com relva, árvores e/ou arbustos. No caso concreto, os parques podem ser áreas comuns onde as pessoas se reúnem para fins de lazer, atividades sociais e recreativas. Os parques urbanos também oferecem oportunidades para as pessoas saírem ao ar livre e interagirem com a natureza e com os outros de formas que podem não ocorrer noutros contextos. As análises da relação entre natureza e saúde sugerem que a coesão social é positivamente influenciada pela presença e qualidade de espaços verdes urbanos, como os parques (Jennings & Bamkole, 2019).

Os parques urbanos são considerados grandes espaços destinados a servir as zonas residenciais e concebidos para acolher diversas atividades que as pessoas possam querer realizar. Os parques urbanos dão aos residentes um sentimento de pertença, uma vez que tendem a interagir uns com os outros quando se encontram nesses locais, pelo que a sua existência é muito importante, no seio da comunidade, enquanto espaços de lazer, prática desportiva, de convívio e de comunicação. Os parques urbanos são considerados como espaços indispensáveis para uma comunidade funcional, porque incluem frequentemente uma diversidade de espaços e atividades que se adequam aos seus diferentes utilizadores (Adedayo et al., 2023; Chen et al., 2020).

Com a urbanização global e o afluxo de população, os residentes urbanos enfrentaram uma miríade de problemas de saúde física e mental devido à falta de exercício físico e ao isolamento social. Os parques urbanos, com os seus espaços verdes, são cada vez mais reconhecidos como recursos públicos significativos para mitigar tais problemas de saúde, proporcionando oportunidades de atividade física e de interação social (Cao & Kang, 2019).

Para além da atividade física, outras utilizações dos parques também contribuem para relações positivas entre os cidadãos e os benefícios para uma maior interação social (Soares et al., 2019). Não só reduzindo o isolamento social dos habitantes das cidades, a literatura sugere que a interação social nos parques urbanos pode contribuir para o bem-estar geral do ser humano (Soares et al., 2019).

Tendo por base tudo o que foi exposto, dando conta do estado da arte, segue-se o estudo de investigação que pretender dar resposta à seguinte questão de partida: De que modo os parques públicos da cidade de Viseu (Aquilino Ribeiro, Parque de Santiago, Mata do Fontelo e o Parque da Aguieira) influenciam os níveis de coesão social, bem-estar populacional, isolamento social e qual a relevância dos mesmos no quotidiano de um viseense?

Capítulo 5. Metodologia

A metodologia de investigação é o caminho através do qual os investigadores devem conduzir a sua pesquisa (Vilelas, 2022). É uma abordagem sistemática utilizada para efetuar investigação e recolher dados relevantes para responder a questões de investigação ou investigar um problema específico (Bhaskar & Manjuladevi, 2016).

Neste capítulo apresentam-se os métodos de investigação que foram utilizados durante o processo de realização do estudo, nomeadamente, o tipo e desenho do estudo, a amostra, os procedimentos para a recolha de dados, as considerações formais e éticas necessárias para o seu desenvolvimento, bem como o tratamento e a análise dos dados.

5.1 Objetivos, Questão de Investigação e hipóteses

O enquadramento do problema de investigação refere-se à conceptualização/definição de um tema ou de uma área de investigação, cujo início ocorre na fase em que o investigador trabalha uma ideia como guia orientador da sua investigação (Doody & Bailey, 2016). Vilelas (2002) refere que na

“vida quotidiana, no trabalho, nos estudos ou na constante interação social se adquire e usa uma grande quantidade de conhecimentos, mas para a aquisição de tais conhecimentos é indispensável vislumbrar a existência de um problema que merece ser conhecido, o saber-se algo acerca da realidade em que o investigador está inserido e com a qual interage. Esse problema radica-se no facto de que a verdade não se mostra diretamente e da mesma forma perante as pessoas e, portanto, esta deve ser encontrada ativamente através de um trabalho de interrogação constante dos objetos que tentamos conhecer. Todo o conhecimento presume esforço e este esforço pode ser realizado de uma maneira mais ou menos completa e efetiva” (Vilelas, 2022, p. 23).

Face à Era Tecnológica, a sociedade encontra-se cada vez mais interconectada, sendo mesmo conhecida como “aldeia global”, o que se traduz numa redefinição do que seriam as relações humanas. Porém esta “Aldeia Global” inicia um novo desafio paradoxal, a distância

social, afetando assim a proximidade entre as pessoas apesar de toda a facilidade de meios e equipamentos que o mundo digital promove (Barroso, 2021).

O avanço tecnológico e a crescente distância social atual, reflete-se numa nova perspectiva de planeamento urbano. É necessária a promoção social sustentável para promover os níveis de satisfação e produção no meio urbano. Analisando esta questão relacionando estes fatores e os espaços verdes urbanos em Viseu, foram analisados quatro parques urbanos, considerados os principais de acordo com os seguintes parâmetros; localização, dimensão, acessibilidade e relevância.

Um estudo coerente supõe um nível de conformidade entre a utilização de princípios mais ou menos delimitados por um método, bem como uma certa dose de inovação, diligenciando, deste modo, alcançar um maior conhecimento científico acerca de uma determinada problemática (Coutinho, 2021).

A(s) questões de investigação decorrem diretamente dos objetivos e devem ser uma componente dos estudos descritivos e descritivos correlacionais, tendo como principal objetivo descrever conceitos ou estabelecer relações entre as variáveis (Coutinho, 2021). Para o autor anteriormente referido, os objetivos do estudo são expressos de uma de forma mais geral e as questões de investigação caracterizam-se por ser mais específicas, compreendendo os diversos fatores suscetíveis de serem estudados, ou seja, a questão de investigação emerge diretamente dos objetivos e informa o que investigador quer alcançar.

Tendo-se por base o que foi exposto na fundamentação teórica, definiram-se os objetivos e a questão de investigação.

Neste seguimento, e como qualquer investigação deve assentar em objetivos claros e previamente definidos (Coutinho, 2021; Vilelas, 2022), delinearam-se os seguintes:

Objetivo geral:

Tendo em conta a contextualização apresentada anteriormente, o objetivo geral do presente estudo consiste no seguinte:

- Verificar de que modo os parques verdes urbanos da cidade de Viseu influenciam o nível da coesão social, o bem-estar populacional, a diminuição do isolamento social e a relevância dos mesmos no quotidiano de um viseense.

Objetivos específicos:

Decorrente do objetivo geral e mais especificamente pretende-se com esta investigação:

- Averiguar quais os parques verdes da cidade de Viseu (Aquilino Ribeiro, Parque de Santiago, Mata do Fontelo e o Parque da Aguieira) que os residentes mais utilizam e com que fins;

- Conhecer a perceção dos participantes sobre o que poderá ser consumado para melhorar as atividades comunitárias nos parques públicos da cidade de Viseu para otimizar o nível da coesão social, do bem-estar populacional, da diminuição do isolamento social e da relevância dos mesmos no quotidiano de um viseense;

- Verificar se existe relação entre o sexo dos participantes e o hábito de visitar frequentemente os espaços verdes públicos que a cidade oferece;

- Averiguar quais as variáveis preditoras da visita frequente aos espaços verdes públicos que a cidade oferece;

- Verificar se existe relação entre o sexo dos participantes e o que estes pretendem obter deste tipo de parque

- Verificar se existe relação entre a idade dos participantes, possuir filhos e a idade dos mesmos e o que estes pretendem obter deste tipo de parque.

Decorrente dos objetivos em epígrafe, formulou-se a questão de investigação:

- De que modo os parques verdes urbanos da cidade de Viseu (Aquilino Ribeiro, Parque de Santiago, Mata do Fontelo e o Parque da Aguieira) influenciam os níveis de coesão social, bem-estar populacional, isolamento social e qual a relevância dos mesmos no quotidiano de um viseense?

Hipóteses de investigação:

Após a identificação da questão de investigação, emergiu a necessidade de formular as hipóteses de investigação que, de acordo com Freixo (2011), consistem em suposições e/ou proposições que o investigador levanta tendo por base as análises preliminares e/ou conjeturas existentes, a serem testadas no decorrer da investigação. Assim, formularam-se as hipóteses para o presente estudo que representam explicações passíveis do fenómeno em estudo e que serviram de orientação para o processo investigativo. Freixo (2011) refere que as hipóteses devem ser formuladas de forma clara e específica. Como tal, as hipóteses formuladas são:

H₁: Existe relação entre o sexo dos participantes e o hábito de visitar frequentemente os espaços verdes públicos que a cidade oferece;

H₂: Quais as variáveis preditoras da visita frequente aos espaços verdes públicos que a cidade oferece;

H₃: Existe relação entre o sexo dos participantes e o que estes pretendem obter deste tipo de parque

H₄: Existe relação entre a idade dos participantes, possuir filhos e a idade dos mesmos e o que estes pretendem obter deste tipo de parque.

Estas hipóteses de investigação foram testadas/validadas através da análise estatística inferencial.

5.2 Tipo de Estudo

Para se poder dar resposta aos objetivos delineados, optou-se por um estudo quantitativo, descritivo de cariz transversal. Coutinho (2021) afirma que o estudo quantitativo é uma poderosa e influente forma de perceber e de saber como fazer a investigação, centrando-se no estudo de factos e eventos observáveis, causas e na medição de variáveis. A investigação descritiva, segundo Vilelas (2022), diz respeito ao método de pesquisa que se foca na colheita e análise de dados quantitativos para descrever e perceber claramente o fenómeno em estudo.

5.3 População/Amostra

A população diz respeito a todos elementos que têm características em comum e que são o foco da investigação, enquanto a amostra consiste numa parte representativa da população, seleccionada para análise (Fortin & Melo, 2009). Constituiu-se como população-alvo deste estudo todos os cidadãos residentes no Concelho de Viseu, constituindo, assim, a população acessível.

Os critérios de inclusão definidos para o estudo foram, ou seja, de elegibilidade foram: ter idade ≥ 18 anos; ser residente na cidade de Viseu; e aceitar participar livremente no estudo. Para a obtenção da amostra, recorreu-se a uma amostra não probabilística por conveniência por “bola de neve”, que consiste numa técnica de amostragem não probabilística na qual os participantes seleccionados para serem estudados convidam novos participantes da sua rede de amigos e conhecidos (Vilelas, 2022). A denominação “bola de neve” provém da ideia da forma como uma bola de neve, ao rolar por um declive abaixo, aumenta o seu tamanho. Assim, tal ocorre com esta técnica amostral, que vai crescendo à medida que os participantes convidam novos participantes (Fortin & Melo, 2009). Decorrente deste processo, adotado no presente estudo, obteve-se uma amostra total de 130 participantes na faixa etária desde os 18 anos até aos 65 ou mais anos.

5.4 Instrumento de Recolha de Dados

O processo de recolha de dados corresponde à fase em que o investigador recolhe sistematicamente a informação pretendida, tendo em consideração o fenómeno em estudo, os objetivos e as características da população-alvo, tendo, para tal, de selecionar os instrumentos mais adaptados ao estudo que pretende realizar. De acordo com Vilelas (2022, p. 331), “um instrumento de recolha de dados é, em princípio, qualquer recurso que o investigador pode recorrer para conhecer os fenómenos e extrair deles a informação”.

O objetivo do Inquérito por questionário passa por entender a utilidade dos espaços para a realidade urbana viseense, no que toca a coesão social, saúde e bem-estar populacional. O mesmo teve a duração de realização de aproximadamente 5 minutos. Para desenvolvimento deste Inquérito foram determinados alguns parâmetros estratégicos para entender de forma aprofundada, qual o tipo de público que acessa o parque, quantas vezes o faz, com que motivo o faz e que finalidade tem, o que representa para si a existência desse parque, quem o acompanha e, por fim, como tem conhecimento de determinados eventos ou atividades existentes naqueles parques.

De forma objetiva o Inquérito por questionário está desenvolvido através de 5 níveis basilares. O primeiro aborda a caracterização demográfica, onde reúne informações relativamente aos participantes relativamente a sua identidade, escolaridade, estado civil, situação profissional, percurso académico, seio familiar, no que a filhos diz respeito, para que se trace um perfil devidamente identificado da pessoa. O segundo nível, aborda o tipo de uso do parque, o tempo em média que dedica à visita e quem o acompanha nesta visita e que tipo de atividades realiza, para entender quais os fatores se demonstram mais interessantes ao nível prático do parque. O terceiro aborda com que objetivo se deve a visita ao parque, onde são reunidas várias opções de atividades possíveis naquele espaço e assim reunir as mais atrativas. O quarto aborda que tipo de perceção a pessoa tem do parque e se o mesmo contribui no sentido de coesão social e de certa forma se o mesmo representa um escape ao ambiente quotidiano urbano. O Quinto aborda os participantes no sentido de perceber se a divulgação dos parques é feita de forma eficaz ou não e através de que meios é que a mesma se demonstra mais eficaz.

O Inquérito por questionário foi partilhado através de meios digitais e físicos a vários cidadãos viseenses e esteve em partilha de 14 a 28 de setembro 2023.

5.5 Procedimentos Éticos, Formais e Estatísticos

Os procedimentos éticos, numa investigação, concernem às normas e práticas que garantem que o processo de recolha, análise e divulgação dos dados, garantindo que a mesma é realizada de forma responsável e respeitando a vontade dos participantes. O cumprimento de princípios éticos é capital para garantir a integridade e a credibilidade da investigação e para proteger os direitos e o bem-estar dos participantes (Fortin & Melo, 2009).

Assim, neste estudo foram mantidos o anonimato e a confidencialidade dos dados, tendo em conta que o investigador assumiu como sua obrigação e dever o sigilo profissional. Toda a informação recolhida foi sujeita a anonimização, não dispondo de elementos identificativos, sendo assegurado o tratamento confidencial dos dados, os quais foram codificados e usados apenas para fins de tratamento estatístico e, posteriormente, destruídos.

Os participantes, antes de responderem ao Inquérito por questionário, foram informados dos objetivos e da finalidade do estudo e do caráter voluntário da sua participação podendo aceitar ou não participar na investigação e caso pretendessem desistir a qualquer momento eram livres de o fazer.

Como já referido anteriormente, o Inquérito por questionário foi partilhado através de meios digitais e físicos a vários cidadãos viseenses e esteve em partilha de 14 a 28 de setembro.

Assegura-se que estes procedimentos estão em conformidade com a legislação nacional e da União Europeia em vigor (Lei nº 58/2019, Diário da República n.º 151/2019, Série I de 2019-08-08; e Regulamento (UE) 2016/679 do Parlamento e do Conselho, de 27 de abril de 2016, relativo à proteção das pessoas singulares no que diz respeito ao tratamento de dados pessoais e à livre circulação desses dados).

Após a recolha de dados os dados foram tratados através do programa *Program Statistical Package for the Social Sciences (SPSS)* versão 28.0 para a criação da base de dados e tratamento estatístico. Utilizou-se a estatística descritiva para determinar as frequências

absolutas e relativas para todas as variáveis, expressas em percentagens. Recorreu-se

igualmente à estatística inferencial (analítica), nomeadamente com a aplicação dos testes não paramétricos Teste U de Mann Whitney e Teste de Kruskal-Wallis e do Teste paramétrico T de Student. Para todos os testes, utilizou-se o valor de significância $p < 0,05$, com um grau de confiança de 95%, como recomendado por Pestana e Gajero (2014).

Capítulo 6. Resultados

No capítulo que se segue procede-se à apresentação dos resultados e à discussão dos mesmos, tendo em conta a literatura consultada.

6.1 Apresentação dos Resultados

Caracterização sociodemográfica da amostra

A amostra é constituída por 66% participantes do sexo feminino e por 34% do sexo masculino, com idades compreendidas entre o mínimo de 18 anos e um máximo de 65 anos ou mais, prevalecendo os participantes na faixa etária dos 26 aos 35 anos (33,0%), seguindo-se os que possuem idade entre os 46 aos 55 anos (23,0%) e entre os 36 aos 45 anos (21,0%). Quanto ao estado civil, destacam-se os participantes solteiros (38,0%) e os casados (35,0%). No que respeita ao nível de escolaridade, a maioria (69,0%) possui o ensino superior. Quase a totalidade da amostra (93,0%) encontram-se ativos profissionalmente. Constatou-se que 59,0% têm filhos. Entre os participantes com filhos, 32,0% referiram que os mesmos possuem 19 anos ou mais, sendo também expressiva a percentagem dos que os filhos possuem entre 0-5 anos (23,0%) (Tabela 1). Estes resultados figuram também nos gráficos do 1 ao 7.

Tabela 1 Caracterização Sociodemográfica

Variáveis	n	%
Sexo		
Feminino	86	66,0
Masculino	44	34,4
Idade		
18 aos 25 anos	15	12,0
26 aos 35 anos	43	33,0
36 aos 45 anos	27	21,0
46 aos 55 anos	30	23,0
56 aos 64 anos	11	8,0
≥65 anos	4	3,0
Estado Civil		
Casado(a)	45	35,0
Divorciado(a)	13	10,0
Solteiro(a)	49	38,0
União de facto	20	18,0

Viúvo(a)	3	2,0
Nível de escolaridade		
Ensino básico	8	6,0
Ensino secundário	33	25,0
Ensino superior	89	69,0
Situação profissional		
Ativo	121	93,0
Inativo	9	7,0
Possuir filhos		
Sim	77	59,0
Não	53	41,0
Idade do(s) filho(s)		
0 a 5 anos	23	23,0
6 a 9 anos	17	17,0
10 a 14 anos	15	15,0
15 a 18 anos	13	13,0
19 ou mais anos	31	32,2

Como apresentado no gráfico 1, maioritariamente, os participantes são mulheres (66,0%).

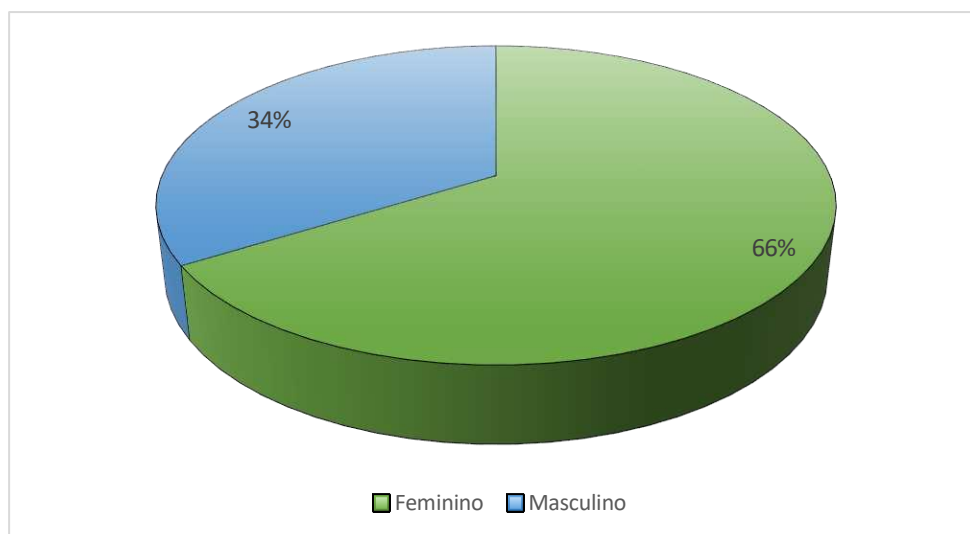


Gráfico 1 Sexo dos Participantes

Relativamente à idade, o grupo etário mais representativo é o dos 26 aos 35 anos (33,0%) (Gráfico 2)

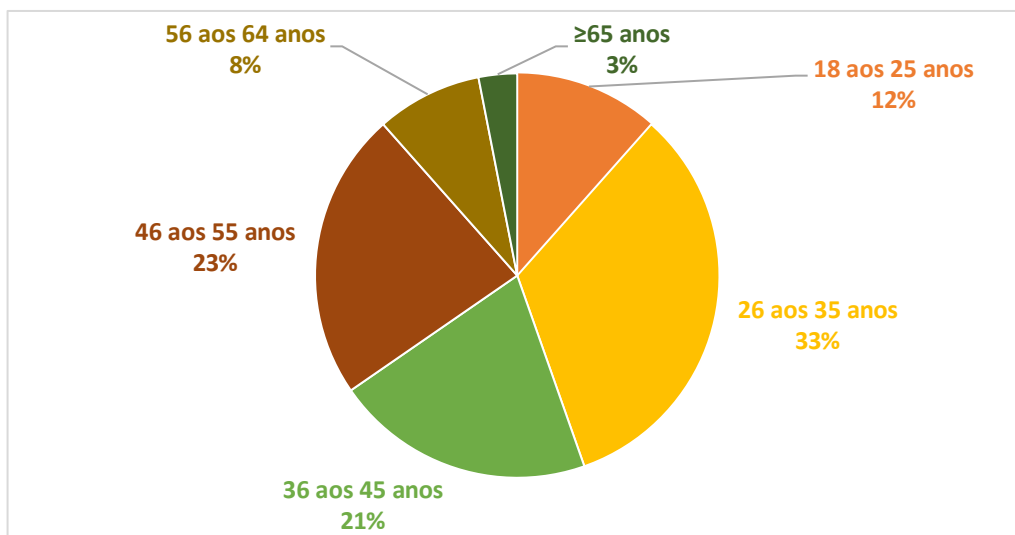


Gráfico 2 Idade dos Participantes

Quanto ao estado civil, destacam-se os participantes solteiros (número de respostas 49) e os casados (número de respostas 45) (Gráfico 3).

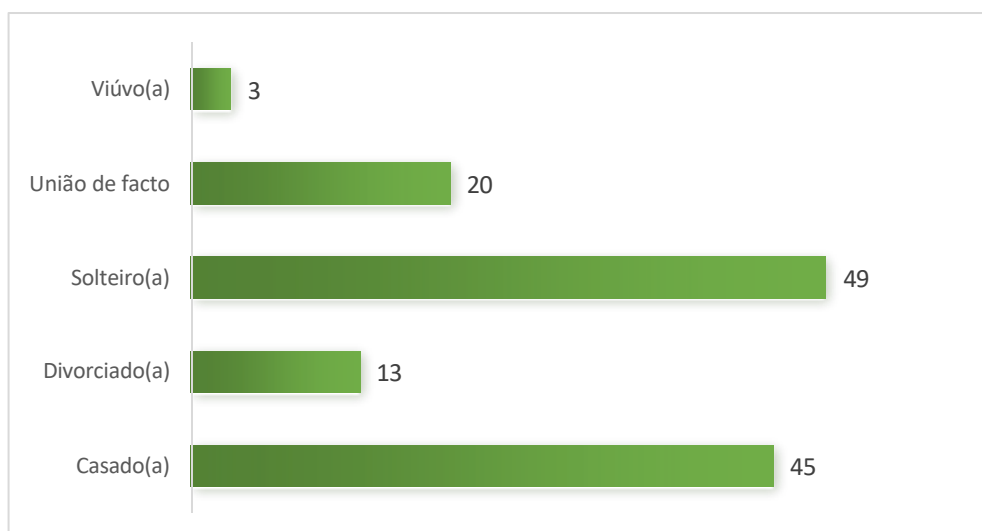


Gráfico 3 Estado Civil dos Participantes

No que respeita ao nível de escolaridade, a maioria dos participantes (número de respostas 89) possui o ensino superior (Gráfico 4).

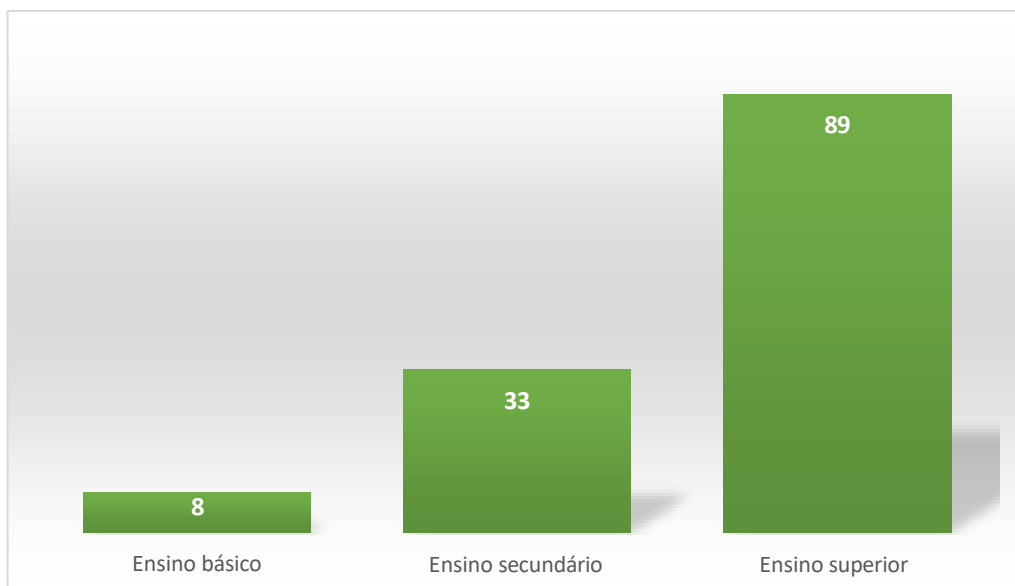


Gráfico 4 Nível de Escolaridade dos Participantes

Registou-se que quase a totalidade da percentagem das respostas (93.0%) era ativa profissionalmente (Gráfico 5).

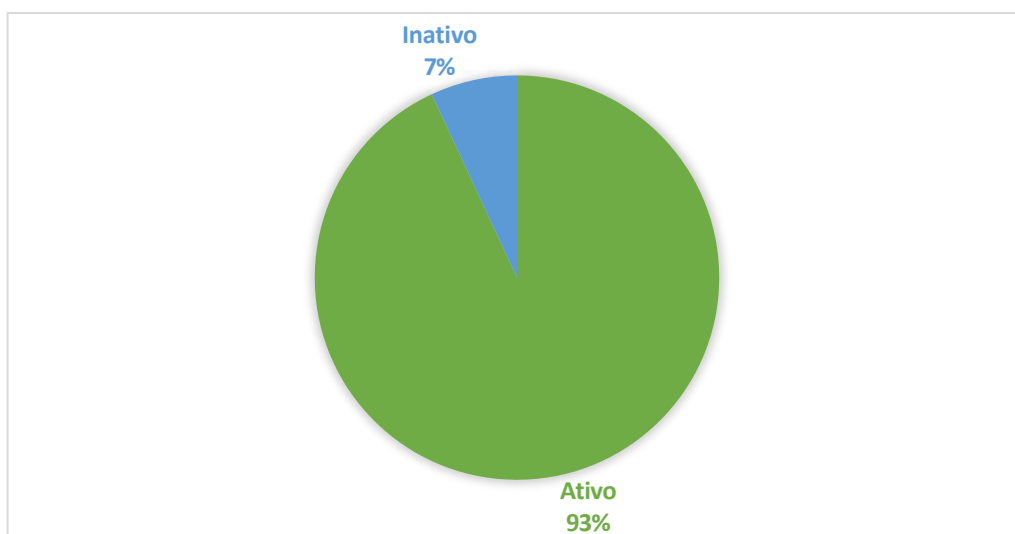


Gráfico 5 Situação Profissional dos Participantes

No total da percentagem das respostas, mais de metade referiu possuir filhos (59,0%) (Gráfico 6).

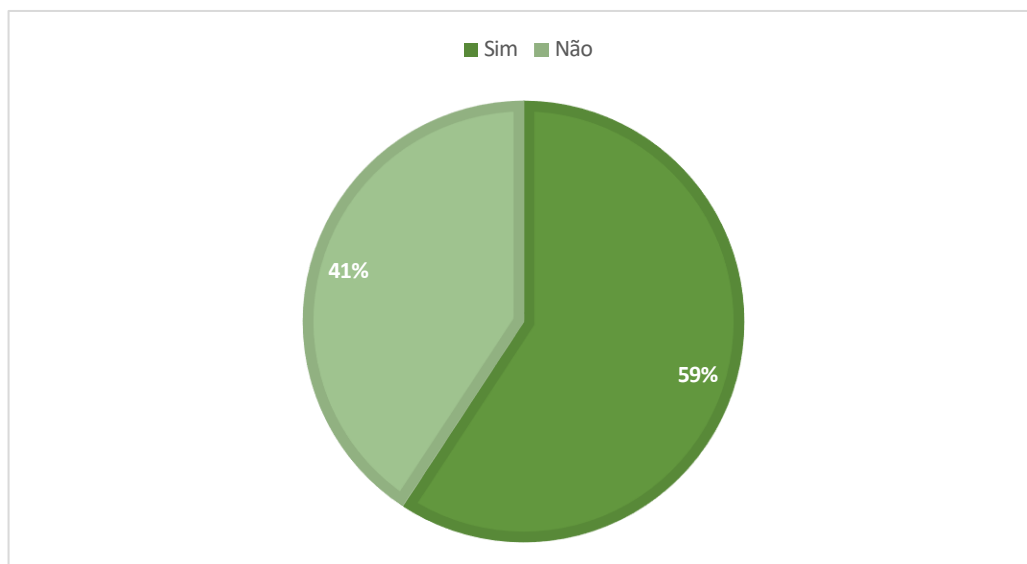


Gráfico 6 Possibilidade de ter ou não filhos

Entre os participantes que possuem filhos, 32,0% mencionaram que os mesmos detêm idade igual ou superior aos 19 anos, sendo ainda representativa a percentagem de participantes com filhos a possuírem idade compreendida entre 0-5 anos (23,0%) (Gráfico 7).

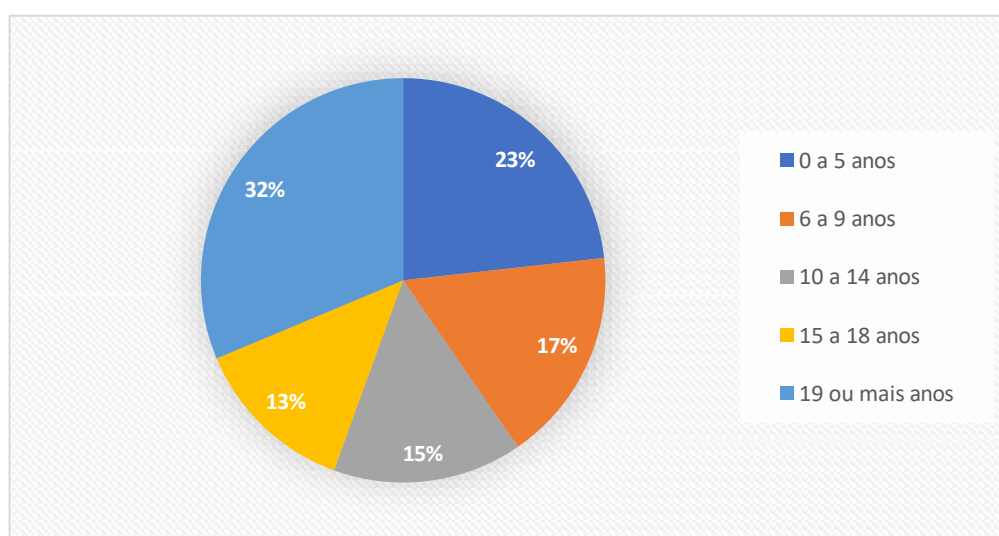


Gráfico 7 Intervalo de idades dos filhos dos Participantes

Dados Urbanos (Relativamente ao Parque)

Ter por hábito ou visitar frequentemente espaços verdes públicos que a cidade oferece

Verificou-se que a maioria dos participantes (88%) tem por hábito ou visita frequentemente espaços verdes públicos que Viseu oferece (Tabela 2).

Tabela 2 Ter por hábito ou visitar frequentemente espaços verdes públicos que Viseu oferece

Variável	n	%
Ter por hábito ou visitar frequentemente espaços verdes públicos que Viseu oferece		
Sim	115	88,0
Não	15	12,0

Como forma de ilustrar melhor os resultados da tabela 2, os mesmos encontram-se graficamente representados no gráfico 8.

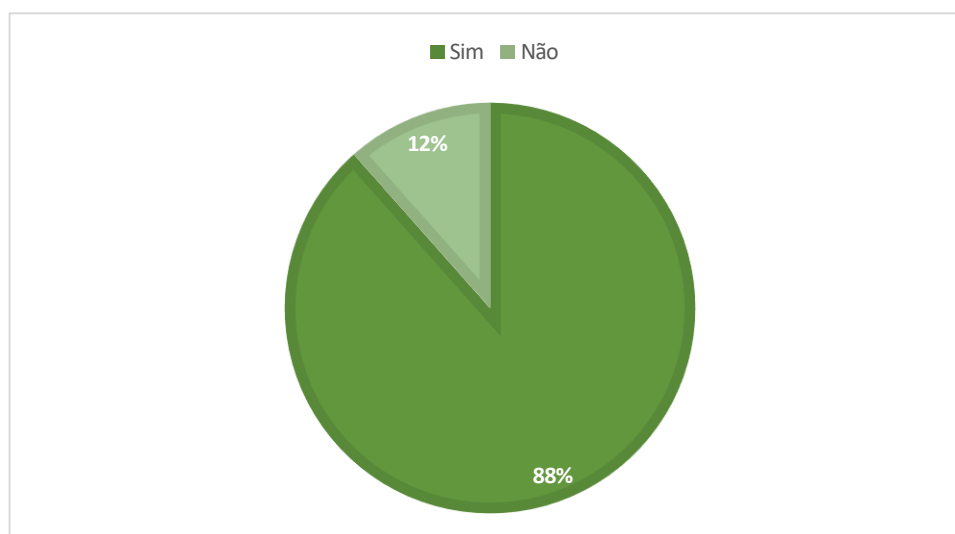


Gráfico 8 Hábito da visita dos Participantes aos Parques

Motivo para a frequência dos espaços verdes públicos

O motivo que leva os participantes a frequentar os espaços verdes públicos que a cidade de Viseu lhes oferece é, em primeiro lugar, usufruir de um espaço dedicado à natureza (58,46%), seguindo-se usufruir de espaços de lazer e recreação (53,84%), promover a sua saúde e bem-estar (44,61%) e, por fim, convívio social (36,92%) (Tabela 3).

Tabela 3 Motivo para a frequência dos espaços verdes públicos

Variável	n	%
Motivo para a frequência dos espaços verdes públicos		
Usufruir de espaços de lazer e recreação	70	28,0
Convívio social	48	19,0
Promover a sua saúde e bem-estar	58	23,0
Usufruir de um espaço dedicado à natureza	76	30,0

Os principais motivos que levam os participantes a frequentar os espaços verdes públicos que a cidade de Viseu lhes oferece é para usufruto de um espaço dedicado à natureza (30,0%), usufruir de espaços de lazer e recreação (28,0%), promover a sua saúde e bem-estar (23,0%) e o convívio social (19,0%) (Gráfico 9).

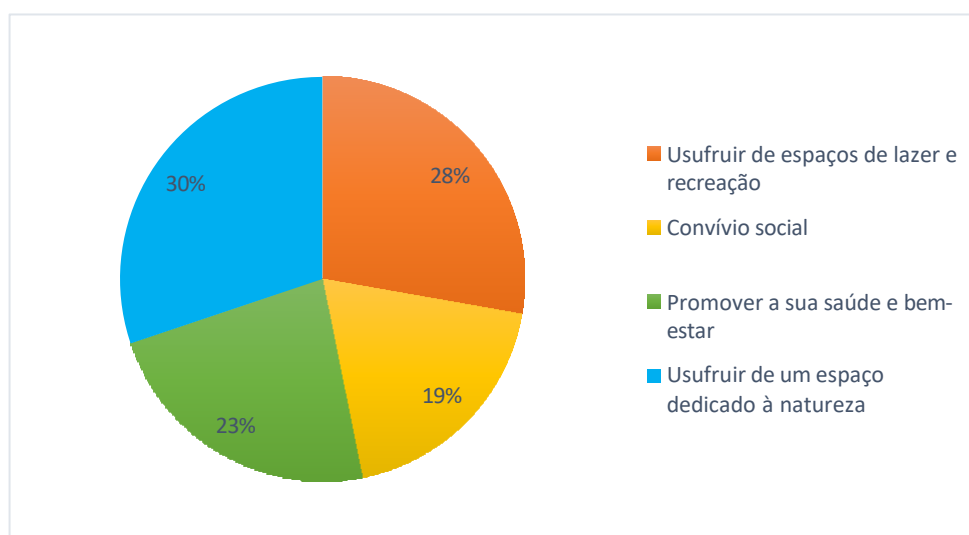


Gráfico 9 Motivo para a frequência dos espaços verdes públicos

Parques verdes urbanos que conhece ou já visitou

No total da amostra, obteve-se um total de 415 respostas a esta questão, onde cada participante poderia dar mais do que uma resposta. Assim, 29,88% dos participantes referem que conhecem ou já visitaram a Mata do Fontelo, 29,64% o Parque de Santiago, 28,68% o Parque Aquilino Ribeiro e 12,05% o Parque da Agueira (Tabela 4).

Tabela 4 Parques verdes urbanos que conhece ou já visitou

Variável	n	%
Parques verdes urbanos que conhece ou já visitou		
Mata do Fontelo	124	29,88
Parque Aquilino Ribeiro	119	28,68
Parque da Agueira	50	12,05
Parque de Santiago	122	29,64

Entre as várias opções de resposta, prevaleceram os participantes (29,88%) que conhecem ou já visitaram a Mata do Fontelo, estando muito próximo o valor percentual correspondente ao Parque de Santiago (29,64%) e ao Parque Aquilino Ribeiro (28,68%), sendo o menos conhecido e/ou visitado o Parque da Agueira (12,05%) (Gráfico 10).

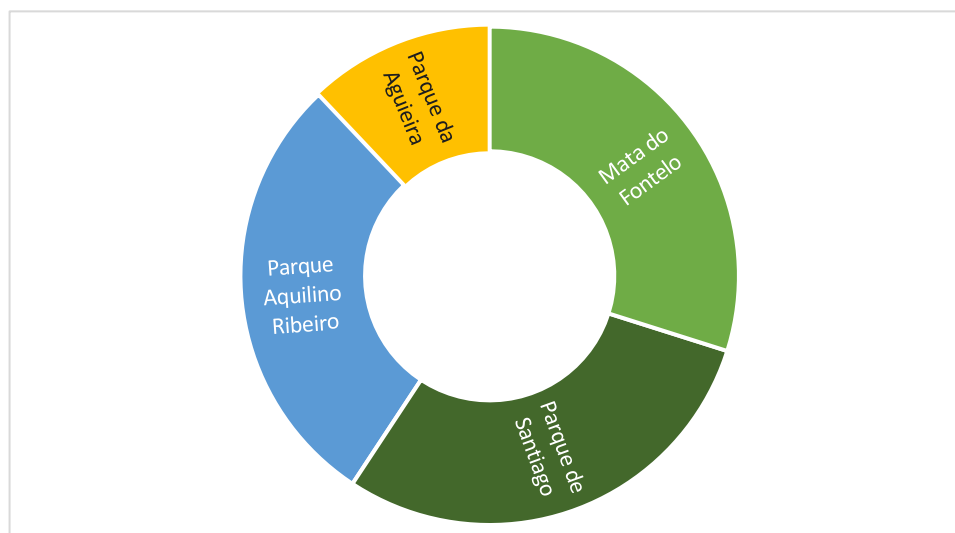


Gráfico 10 Parques Verdes Urbanos que o Participante conhece ou já visitou

Parque verde urbano que mais utiliza

Entre os parques em estudo, prevalecem os participantes que visitam mais o Parque de Santiago (40,0%), com igual valor percentual (29%, respetivamente), a Mata do Fontelo e o Parque de Santiago, estando em menor representatividade a visita ao Parque da Agueira (2,0%) (Tabela 5).

Tabela 5 Parque verde urbano que mais visita

Variável	n	%
Parque verde urbano que mais visita		
Mata do Fontelo	37	29,0
Parque Aquilino Ribeiro	37	29,0
Parque da Agueira	3	2,0
Parque de Santiago	53	40,0

O Parque de Santiago (40,0%) surge como o mais visitado pelos participantes, seguindo-se a Mata do Fontelo e o Parque de Santiago (29%, respetivamente) (Gráfico 11).

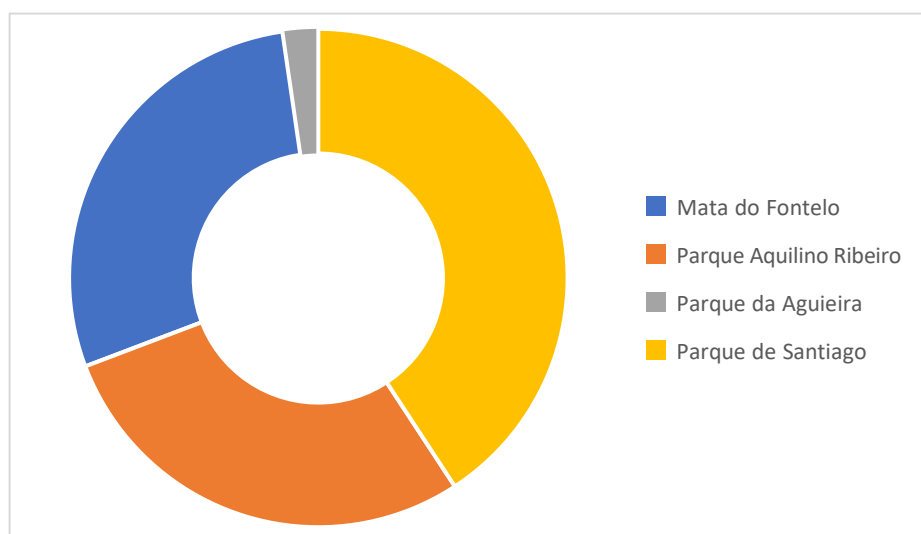


Gráfico 11 Parque verde urbano que o participante mais visita

Frequência com que costuma visitar o parque

Constatou-se que 44,0% dos participantes costuma visitar o parque semanalmente, 29,0% mensalmente, 15,0% uma vez a cada seis meses, 7,0% com outra frequência e 5,0% diariamente (tabela 6).

Tabela 6 Frequência com que costuma visitar o parque

Variável	n	%
Frequência com que costuma visitar o parque		
Diariamente	7	5,0
Semanalmente	57	44,0
Mensalmente	37	29,0
Uma vez a cada seis meses	20	15,0
Outra frequência	9	7,0

No total da amostra, maioritariamente, prevalecem os participantes que costumam visitar o parque semanalmente (44,0%) (Gráfico 12).

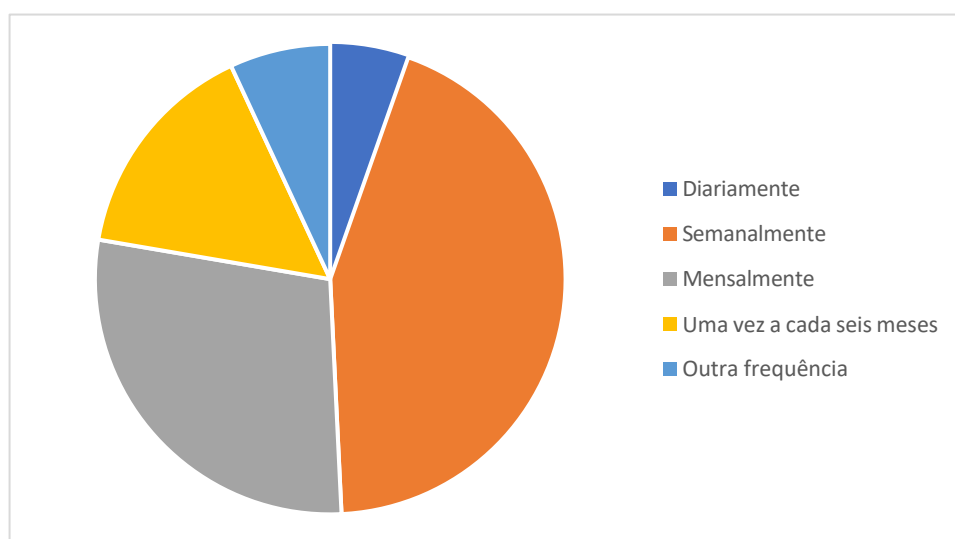


Gráfico 12 Frequência com que o Participante costuma visitar o parque

Momento do dia que costuma visitar o parque

Mais de metade da amostra (64,0%) visita o parque à tarde, seguindo-se os que o visitam de manhã (18,0%), 16,0% à noite e, com menor representatividade, ao meio-dia (2,0%) (tabela 7).

Tabela 7 Momento do dia que costuma visitar o parque

Variável	n	%
Momento do dia que costuma visitar o parque		
Manhã	31	18,0
Meio-dia	4	2,0
Tarde	113	64,0
Noite	29	16,0

O momento do dia em que os participantes mais visitam o parque é à tarde, contabilizando 113 respostas (Gráfico 13).

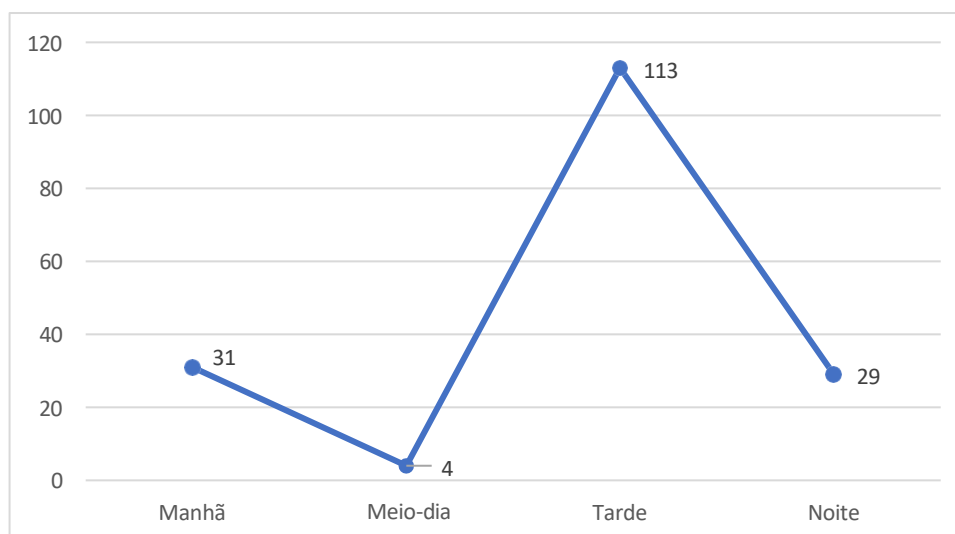


Gráfico 13 Momento do dia que o Participante costuma visitar o parque

Tempo de duração da visita ao parque

No total da amostra, 45,0% dos participantes permanece no parque de 1 a 2 horas, secundados pelos que a visita ao parque tem uma duração de 30 minutos a 1 hora (42,0%), estando em menor percentagem os restantes (tabela 8).

Tabela 8 Tempo de duração da visita ao parque

Variável	n	%
Tempo de duração da visita ao parque		
≥30 minutos	8	6,0
Entre 30 minutos e 1 hora	54	42,0
De 1 a 2 horas	58	45,0
De 2 a 3 horas	7	5,0
De 3 a 4 horas	3	2,0

Os intervalos de tempo mais escolhidos foram 1-2 horas (58 respostas) e 30 minutos-1 hora (54 respostas), o que demonstra uma preferência por atividades de duração ponderada (Gráfico 14).

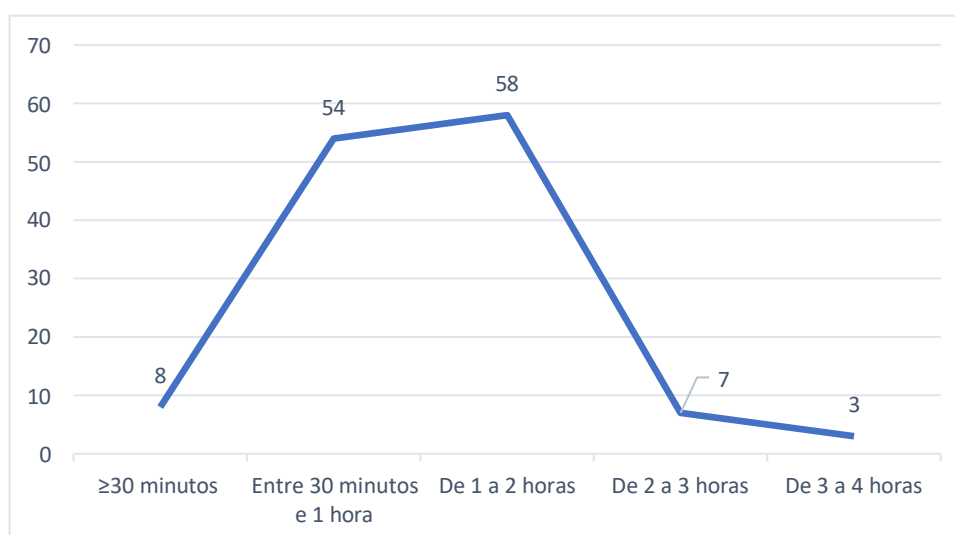


Gráfico 14 Tempo de duração que o participante visita o parque

Pessoa que, geralmente, acompanha os participantes ao parque

Quando questionados sobre a pessoa que, geralmente, os acompanha ao parque, registou-se que prevalecem os participantes que referiam ser acompanhados pelo(a) companheiro(a) (29,0%), amigos (27,0%), filho(a) (22,0%) (Tabela 9).

Tabela 9 Pessoa que, geralmente, acompanha os participantes ao parque

Variável	n	%
Pessoa que, geralmente, acompanha os participantes ao parque		
Amigos	72	27,0
Colegas de Trabalho	7	3,0
Companheiro(a)	76	29,0
Filho(a)	58	22,0
Outros familiares	29	11,0
Sozinho(a)	21	8,0

Pelos resultados obtidos, quem geralmente acompanha os participantes ao parque, maioritariamente, é o seu companheiro(a) contabilizando 76 respostas (Gráfico 15).

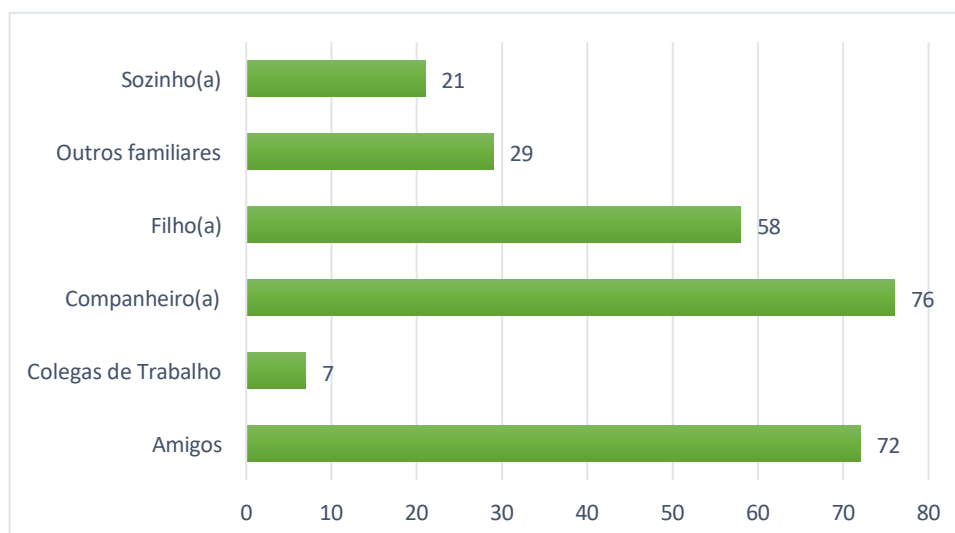


Gráfico 15 Pessoa que geralmente acompanha o Participante ao Parque

Motivos da visita a este parque verde urbano

Registaram-se 461 opções de resposta entre os vários motivos que levam os participantes a visitar “este” parque, sobressaindo, assim, os seguintes: relaxar (17,78%), tranquilidade (13,65%), acessibilidade (12,15%), proximidade do local de residência (9,54%), limpeza e manutenção do parque (7,59%), pela existência de parques infantis (6,73%), diversidade de fauna e flora (Tabela 10).

Tabela 10 Motivos da visita a “este” parque verde urbano

Variável	n	%
Motivos da visita a “este” parque verde urbano		
Acessibilidade	56	12,15
Atividades interessantes (promovidas pelo parque)	22	4,77
Diversidade de fauna e flora	30	6,51
Parques infantis	31	6,73
Limpeza e manutenção do parque	35	7,59
Memórias de Infância	12	2,60
Proximidade do local de residência	44	9,54
Proximidade do local de trabalho	9	1,95
Relaxar	82	17,78
Segurança	23	4,99
Tipologia de eventos (culturais, desportivos, educativos, lazer)	24	5,21
Tranquilidade	63	13,65
Zona envolvente	26	5,64
Outro motivo	4	0,87

Pelos resultados obtidos, o motivo que levam os participantes a visitar “este” parque será para relaxar, contabilizando 82 respostas (Gráfico 16).

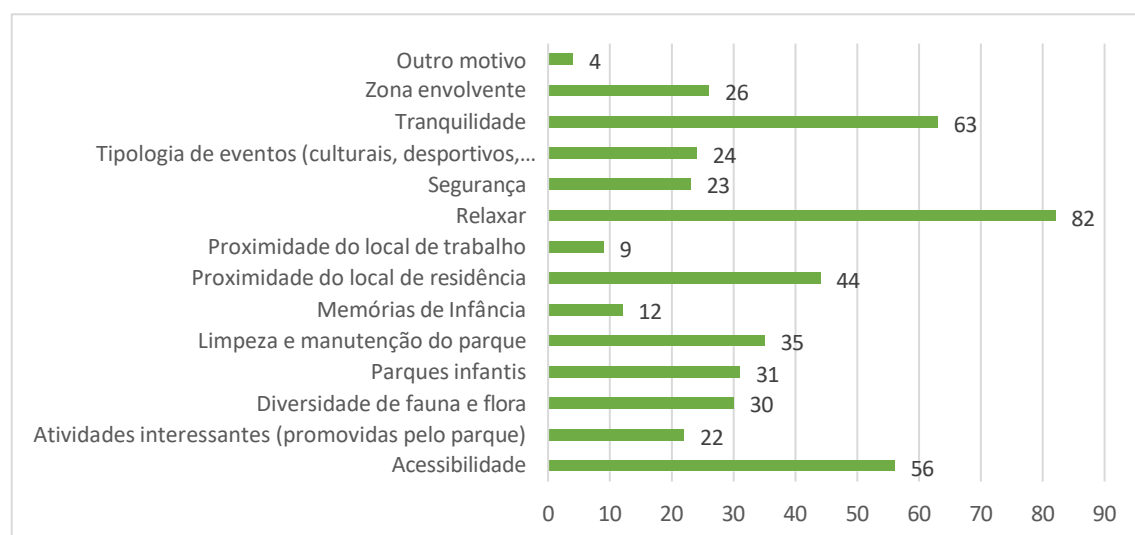


Gráfico 16 Motivo do Participante para a visita ao Parque

Objetivos de utilização

Tipo de atividades realizadas no parque

Obteve-se um total de 812 respostas em relação ao tipo de atividades realizadas no parque pelos participantes, tendo em conta que cada um poderia dar mais do que uma resposta. Assim, destacam-se as seguintes atividades, nomeadamente: 15,64% passeio; 15,28% prática desportiva; 14,64 relaxar; 13,56% lazer; 12,18% contacto com a natureza (Tabela 11).

Tabela 11 Tipo de atividades realizadas no parque

Variável	n	%
Tipo de atividades realizadas no parque		
Atividades culturais	23	2,83
Atividades educativas	22	2,71
Conhecer pessoas	37	4,55
Contacto com a natureza	99	12,18
Encontro com amigos	68	8,37
Fotografar	12	1,48
Lazer	110	13,56
Ler	35	4,31
Meditar	10	1,23
Observação da fauna e/ou flora	30	3,69
Parque infantil	31	3,82
Passeio	127	15,64
Piquenique	66	8,13
Prática desportiva	124	15,28
Relaxar	119	14,64

De acordo com os resultados das 812 respostas, 127 referem "passeio" como a sua atividade primordial seguindo-se da prática desportiva com 124 respostas (Gráfico 17).

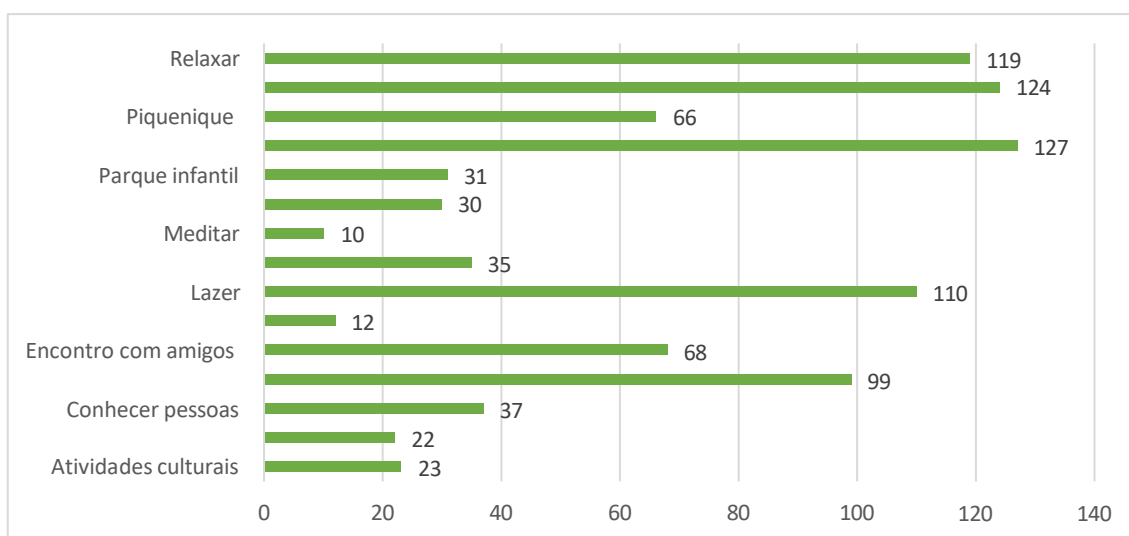


Gráfico 17 Tipo de atividades realizadas no parque pelos Participantes

Percepção sobre o parque

Os resultados que se apresentam na Tabela 12 são os totais de 706 respostas dadas pelos participantes em relação à percepção que têm sobre o parque. Assim, 18,30% dos participantes consideram que o parque pode ser um escape ao stresse promovido pela rotina e o quotidiano diário urbano; 17,85% tem espaços destinados a atividades coletivas; 17,29% previne doenças físicas e mentais; com igual valor percentual (16,30%, respetivamente) promove o contacto social e previne o isolamento social; 14,03% promove o contacto com a natureza.

Tabela 12 Percepção sobre o parque

Variável	n	%
Percepção sobre o parque		
Tem espaços destinados a atividades coletivas	126	17,85
Promove o contacto social	115	16,30
Previne o isolamento social	115	16,30
Promove o contacto com a natureza	99	14,03
Previne doenças físicas e mentais	122	17,29
Pode ser um escape ao stresse promovido pela rotina e o quotidiano diário urbano	129	18,30

Observando o gráfico, verifica-se que 129 respostas consideram que o parque pode ser considerado como um escape ao stresse promovido pela rotina e o quotidiano diário urbano (Gráfico 18).

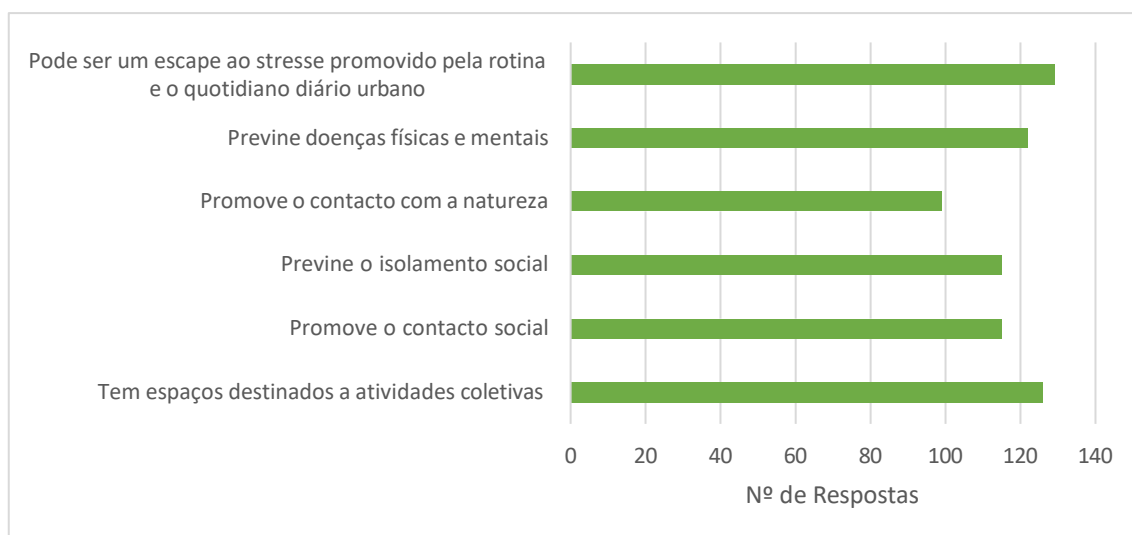


Gráfico 18 Percepção do Participante em relação ao parque

Eficácia da divulgação de eventos para a dinamização destes parques

Ao serem questionados os participantes sobre se consideram a divulgação de eventos eficaz para a dinamização destes parques, a maioria (68,0%) admitiu eficácia, contrariamente a 32,0% (Tabela 13).

Tabela 13 Eficácia da divulgação de eventos para a dinamização destes parques

Variável	n	%
Eficácia da divulgação de eventos para a dinamização destes parques		
Sim	88	68,0
Não	42	32,0

Das 130 respostas, a maioria respondeu afirmativamente em relação à eficácia da divulgação de eventos para a dinamização destes parques (88 respostas) (Gráfico 19).

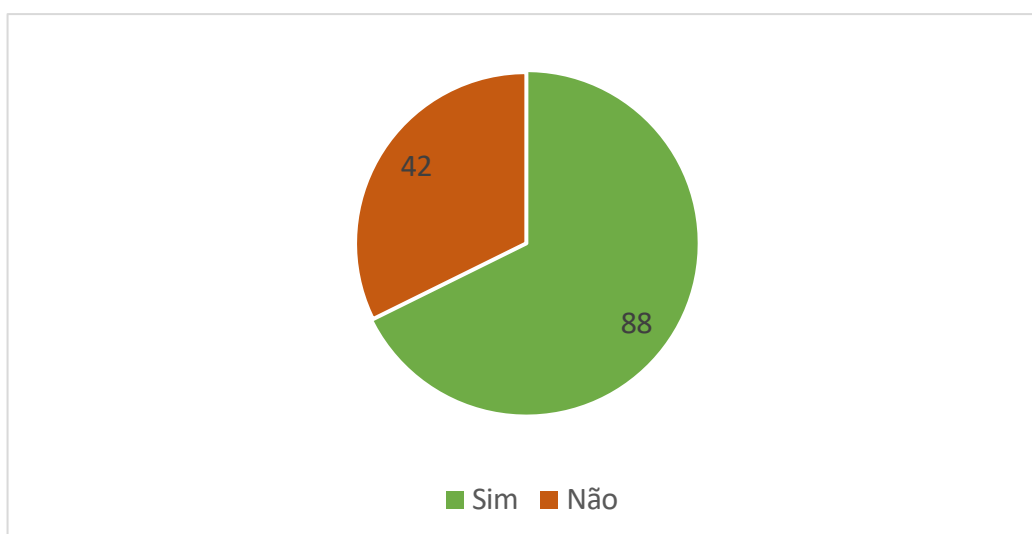


Gráfico 19 Eficácia da divulgação de eventos para a dinamização dos parques na ótica dos Participantes

Modo como tem conhecimento relativamente às atividades/eventos que decorrem no parque

À questão sobre o modo como os participantes têm conhecimento relativamente às atividades/eventos que decorrem no parque, obteve-se um total de 198 respostas, com registo dos seguintes valores percentuais: 51,52% referiu ter conhecimento em redes sociais; 15,15% através de cartaz; 12,63% através de Meios Comunicação Regionais; 10,10% a partir de Website da Câmara Municipal de Viseu; 4,04% através da Newsletter da Câmara Municipal de Viseu (Tabela 14).

Tabela 14 Modo como tem conhecimento relativamente às atividades/eventos que decorrem no parque

Variável	n	%
Modo como tem conhecimento relativamente às atividades/eventos que decorrem no parque		
Redes Sociais	103	51,52
Website da Câmara Municipal de Viseu	20	10,10
Newsletter da Câmara Municipal de Viseu	8	4,04
Meios de Comunicação Regionais	25	12,63
Cartaz	30	15,15
Outro meio (amigos/familiares de forma direta)	12	6,06

Na sua maioria, contabilizando 103 respostas, os Participantes referem que têm conhecimento de atividades/eventos a realizar no parque através das Redes Sociais (Gráfico 20).

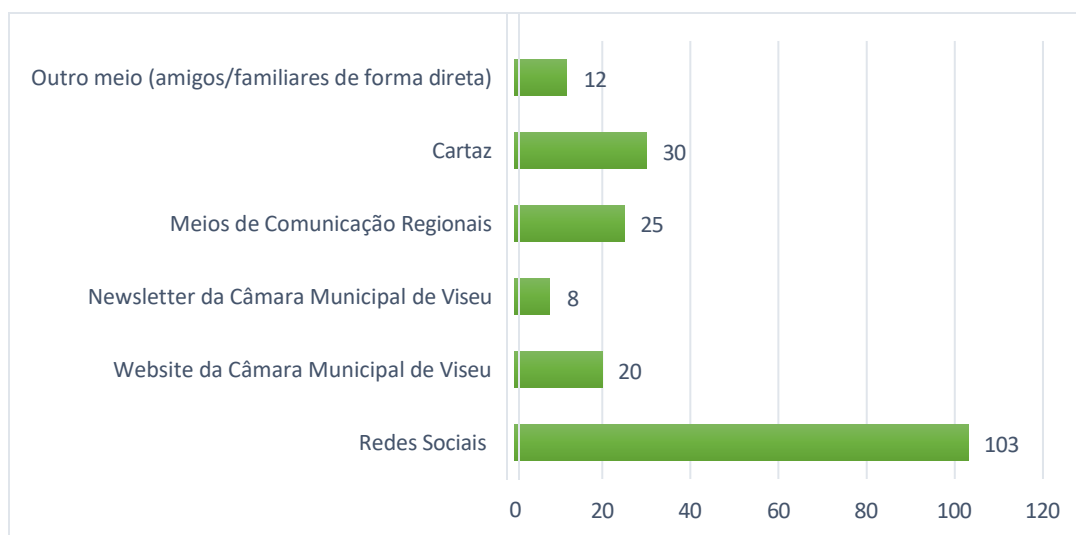


Gráfico 20 Modo como os Participantes têm conhecimento relativamente às atividades/eventos que decorrem no parque

Relação entre o sexo dos participantes e o hábito de visitar frequentemente os espaços verdes públicos que a cidade oferece

Verificou-se que são os homens que mais frequentemente têm por hábito visitar os espaços verdes públicos que a cidade oferece, com uma ordenação média ligeiramente superior (31,82) em relação às mulheres (21,18), mas sem diferenças estatisticamente significativas entre os grupos ($p > 0,05$) (tabela 15).

Tabela 15 Teste U de Mann-Whitney para a relação entre o sexo e ter por hábito visitar frequentemente os espaços verdes públicos que a cidade oferece

Sexo	Ter por hábito visitar frequentemente espaços verdes públicos que a cidade oferece		UMW	P
	Sim Ordenação Média	Não Ordenação Média		
Masculino	31.82	25.40	302.500	0.158
Feminino	31.18	26.55	326.500	0.313

Variáveis predictoras da visita frequente aos espaços verdes públicos que a cidade oferece

Estudou-se a relação entre a idade, o nível de escolaridade, situação profissional, possuir filhos e idade dos filhos e ter por hábito visitar frequentemente os espaços verdes públicos que a cidade oferece. Neste modelo de regressão foram três as variáveis que se revelaram predictoras de visitar mais frequentemente os espaços verdes públicos que a cidade oferece. As variáveis a entrarem no modelo de regressão foram a idade, possuir filhos e a idade dos filhos, que explicam, na sua totalidade, 46,6% da variabilidade, sendo a variância explicada ajustada de 43,7%. O erro padrão de regressão é 3,03 o teste F ($f=5,94$; $p=0,018$) e os valores de t ($t=-4.502$; $p=0,00$) apresentam significância estatística, sugerindo que a idade, possuir filhos e a idade dos filhos têm poder explicativo sobre o hábito de visitar frequentemente os espaços verdes públicos que a cidade oferece.

Pelos coeficientes padronizados beta, constata-se que a idade e possuir filhos estabelecem uma relação direta com o hábito de visitar frequentemente os espaços verdes públicos que a cidade oferece, indicando que quanto mais idade os participantes possuem e possuir filhos mais frequentemente os participantes visitam os espaços verdes públicos que a cidade oferece. A idade dos filhos estabelece uma relação negativa, indicando que quanto menos idade os filhos dos participantes têm, mais estes têm por hábito frequentar os espaços verdes públicos que a cidade oferece, utilizou-se o VIF (*variance inflation factor*) para diagnosticar a multicolinearidade (VIF), concluindo-se que as variáveis independentes em estudo não são colineares (Tabela 16).

Tabela 16 Regressão múltipla entre o stresse e as variáveis independentes

Variáveis independentes	Pesos de Regressão		T	p	VIF
	Coefficiente B	Coefficiente beta			
Constante	-10.061		-4.502	.000	
Idade	.621	.280	2.316	.024	1.479
Ter filhos	.395	.297	2.643	.011	1.274
Idade dos filhos	-.216	.288	2.438	.018	1.411

Relação entre o sexo dos participantes e o que estes pretendem obter deste tipo de parque

Constatou-se que o sexo interferiu estatisticamente em dois motivos que levam os participantes a obter deste tipo de parque, designadamente: usufruir de espaços de lazer e recreação ($p=0,029$), onde as mulheres pontuaram mais ($M=77,31\pm 18,29$) e promover a sua saúde e bem-estar ($p=0,000$), com uma média mais elevada também para as mulheres ($M=78,63\%$). Analisando-se os restantes valores médios, verificou-se que os homens procuram mais o convívio social nos parques ($M=71,94\pm 19,55$) e foram igualmente as mulheres que obtiveram uma média mais elevada em relação a usufruir de um espaço dedicado à natureza ($M=75,61\pm 23,22$), mas sem relevância estatisticamente significativa ($p>0,05$) em ambos os motivos (Tabela 17).

Tabela 17 Teste T-Student para a relação entre o sexo e o que pretendem os participantes obter deste tipo de parque

O que pretendem os participantes obter deste tipo de parque	Sexo		Feminino		t	p
	Masculino		Média	Dp		
	Média	Dp	Média	Dp		
Usfruir de espaços de lazer e recreação	73.84	19.28	77.31	18.29	-2.195	0.029
Convívio social	71.94	19.55	69.06	19.85	1.739	0.083
Promover a sua saúde e bem-estar	70.87	20.89	78.63	18.86	-4.637	0.000
Usfruir de um espaço dedicado à natureza	74.92	21.22	75.61	23.22	-0.369	0.713

Relação entre a idade dos participantes, possuir filhos e a idade dos mesmos e o que estes pretendem obter deste tipo de parque

Registaram-se diferenças estatisticamente significativas entre a idade dos participantes e o que os mesmos pretendem obter dos parques verdes que a cidade de Viseu

lhes oferece ($p < 0,05$), tendo sido os que possuem idade entre os 26 aos 35 anos os que apresentaram uma ordenação média mais elevada em todos os motivos, com destaque para o usufruto de espaços de lazer e recreação (OM=154,55), seguindo-se a promoção da sua saúde e bem-estar (OM=153,21), para convívio social (OM=150,92) e, por último, para usufruírem de um espaço dedicado à natureza (OM=149,90). É de realçar que as pessoas com mais idade procuram sobretudo obter dos parques verdes que a cidade de Viseu lhes oferece convívio social (OM=100,25). Registaram-se também diferenças estatisticamente significativas entre a idade dos filhos e o que os participantes que os possuem pretendem obter dos parques verdes que a cidade de Viseu lhes oferece, nomeadamente: usufruir de espaços de lazer e recreação, convívio social e usufruir de um espaço dedicado à natureza ($p < 0,05$). Numa análise por valores de ordenação média registou-se que os participantes com filhos na faixa etária entre os 0 e os 5 anos procuram mais os parques para usufruir de espaços de lazer e recreação (OM=191,21), convívio social (OM=168,93), promover a sua saúde e bem-estar (OM=148,14) e usufruir de um espaço dedicado à natureza (OM=176,57), tendo sido os que os filhos possuem idade ≥ 19 anos os que pontuaram menos em todos os motivos. Ainda que possuir filhos não tenha apresentado relevância estatisticamente significativa, os valores de ordenação média indicam que os participantes que têm filhos pontuaram mais nos seguintes motivos: usufruir de espaços de lazer e recreação (OM=114,80), promover a sua saúde e bem-estar (OM=115,92) e usufruir de um espaço dedicado à natureza (OM=115,17) e os que não têm filhos referiram como principal motivo para procurar os parques verdes que a cidade de Viseu lhes oferece (OM=115,31) (Tabela 18).

Tabela 18 Teste U de Mann-Whitney e Teste de Kruskal-Wallis para a relação entre possuir filhos e o que pretendem os participantes obter deste tipo de parque

O que pretendem os participantes obter deste tipo de parque Variáveis	Usufruir de espaços de lazer e recreação	Convívio social	Promover a sua saúde e bem-estar	Usufruir de um espaço dedicado à natureza	Testes
	Ordenação média	Ordenação média	Ordenação média	Ordenação média	
Idade					
18 aos 25 anos	125,88	111,61	117,45	131,68	Kruskal-Wallis
26 aos 35 anos	<u>154,44</u>	<u>150,92</u>	<u>153,21</u>	<u>149,90</u>	
36 aos 45 anos	108,96	122,64	109,71	123,59	
46 aos 55 anos	100,58	104,31	106,20	103,15	
56 aos ≥ 65 anos	91,96	100,25	83,65	77,31	
(p)	<i>0,004</i>	<i>0,006</i>	<i>0,030</i>	<i>0,001</i>	

Possuir filhos					
Sim		98,50	<u>115,92</u>	<u>115,17</u>	Mann-Whitney
Não	<u>114,80</u> 108,59	<u>115,31</u>	86,45	91,00	
	0,761	0,409	0,148	0,233	
Idade dos filhos					Kruskal-Wallis
0 a 5 anos	191,21	168,93	148,14	176,57	
6 a 9 anos	105,00	130,50	113,92	101,08	
10 a 14 anos	134,32	128,45	118,39	139,70	
15 a 18 anos	135,38	139,43	132,91	127,80	
19 ou mais anos	96,70	91,92	104,92	98,13	
(p)	0,001	0,001	0,219	0,013	

6.2 Discussão dos Resultados

O presente estudo teve como **amostra** um total de 130 viseenses, maioritariamente do sexo masculino, com um mínimo de 18 anos e de 65 anos ou mais, prevalecendo os participantes na faixa etária dos 26 aos 35 anos, seguindo-se os que possuem idade entre os 46 aos 55 anos e entre os 36 aos 45 anos, sendo, na maioria, solteiros e casados, a possuírem o ensino superior e ativos profissionalmente. Constatou-se que a maioria tem filhos, entre os quais, se destacaram os que possuem entre os intervalos etários de 19 anos ou mais e entre 0 a 5 anos. Este perfil sociodemográfico da amostra não corrobora o encontrado por Amaral (2024) no seu estudo, no qual comparou dois espaços verdes do município de Mirandela, nomeadamente, o Parque do Império e o Parque Dr. José Gama, objetivando conhecer quem os frequenta, os motivos que os levam a frequentar estes espaços e o modo como estes contribuem para a qualidade de vida e bem-estar. Assim, numa amostra de 200 residentes locais, a amostra era maioritariamente feminina (57%), com idades compreendidas entre os 30-49 anos, sendo o grupo etário com menor representatividade os participantes com >65 anos, sendo também esta faixa etária a menos representada no presente estudo (n 4; 3,0%). No estudo de Amaral (2024), a maioria dos inquiridos (41%) possuíam o ensino secundário, seguindo-se os licenciados (21%), enquanto no presente estudo, 69,0% detinham o ensino superior e 25,0% o ensino secundário. Os resultados da amostra de cidadão viseenses revelam uma maioria ativa profissionalmente, tal como no estudo de Amaral (2024).

Maioritariamente, **os participantes têm por hábito ou visita frequentemente espaços verdes públicos** que Viseu oferece, cujo motivo que os participantes a frequentar tais espaços verdes públicos são, sobretudo, usufruir de um espaço dedicado à natureza, usufruir de espaços de lazer e recreação, promover a sua saúde e bem-estar e convívio social. Estes resultados corroboram os encontrados noutros estudos, onde os cidadãos inquiridos sobre parques verdes urbanos, como o realizado por Li Pussella (2017), afirmam que os parques são geralmente vistos como essenciais para a qualidade de vida nas cidades, atribuindo grande importância a fatores como a acessibilidade, a segurança, biodiversidade e por serem espaços propícios ao convívio social, potenciadores de saúde física e mental. Gigante (2021, p. 8) enfatiza “a importância destes espaços para o bem-estar da população e que, como tal, não podem deixar de ser inseridos nos aglomerados urbanos”.

Os resultados encontrados no presente estudo expressam que os participantes consideram que **os parques verdes urbanos desempenham um papel crucial na melhoria das interações sociais**. Neste contexto, referencia-se o estudo de Cui et al. (2019) que explorou os efeitos de fatores pessoais, sociais e físicos e os padrões de utilização dos parques verdes urbanos nas interações sociais de cidadãos chineses. Os resultados mostraram que os fatores pessoais, sociais, físicos e os padrões de utilização do parque urbano verde explicaram significativamente a variação total das interações sociais. Este estudo fornece evidências empíricas que apoiam o importante papel dos parques verdes urbanos na facilitação das interações sociais entre os seus frequentadores.

A corroborar estas evidências, os resultados encontrados no presente trabalho revelam que **18,30% dos participantes consideram que o parque pode ser um escape ao stress promovido pela rotina e o quotidiano diário urbano**; 17,8% tem espaços destinados a atividades coletivas; 17,3% previne doenças físicas e mentais; com igual valor percentual (16,30%, respetivamente) promove o contacto social e previne o isolamento social; 14% promove o contacto com a natureza. Os resultados obtidos corroboram os obtidos por Madureira et al. (2018) que, através de um Inquérito por questionário *online* baseado no método *best-worst scaling* (BWS), solicitaram a residentes de Lisboa, Porto e Évora (n=750) que seleccionassem a característica mais e menos importante do espaço verde público e que referissem as suas perceções sobre o parque verde das referidas cidades portuguesas. Os resultados sugerem um consenso em considerarem que os parques verdes urbanos são espaços nos quais podem sair da rotina diária, promotores de saúde física e mental, bem como se referiram aos mesmos como espaços de realização de atividades coletivas potenciadoras de convívio entre os seus frequentadores.

Em relação aos **parques verdes urbanos da cidade de Viseu**, *locus* de estudo, 29,88% dos participantes conhecem ou já visitaram a Mata do Fontelo, 29,64% o Parque de Santiago, 28,68% o Parque Aquilino Ribeiro e 12,05% o Parque da Agueira. Entre estes parques, o mais visitado é o **Parque de Santiago**, com igual valor percentual, a **Mata do Fontelo**, prevalecendo os que visitam o parque semanalmente, sobretudo à tarde, com uma percentagem expressiva a permanecer no parque de 1 a 2 horas e os que referiram de 30 minutos a 1 hora, acompanhado essencialmente pelo(a) companheiro(a), amigos e filho(a). Estes resultados demonstram a importância que os participantes atribuem aos parques verdes urbanos da

cidade de Viseu, considerados essencialmente pelos mesmos como espaços ideais para relaxar, com oferta de tranquilidade, pela acessibilidade aos mesmos e devido à proximidade do local de residência, o que corrobora os resultados de outros estudos (Gómez et al., 2014; Amaral, 2024), onde os inquiridos visitavam mais os parques verdes urbanos semanalmente e no período da tarde, apontando como principais motivos da sua frequência o facto de os mesmos lhes proporcionarem momentos de tranquilidade, ou seja, para relaxarem, por exemplo, ao fim de uma semana de trabalho. Todavia, Gómez et al. (2014) no seu estudo comparativo entre parques verdes urbanos de Coimbra e Salamanca verificaram que os participantes dos seus estudos referiram que os parques verdes urbanos se situavam longe das suas residências, salientando que tal facto não lhes permitia deslocarem-se mais aos mesmos com tanta frequência como desejavam, porque demoravam algum tempo a chegar ao local. Já Amaral (2024) registou que a maioria dos inquiridos trabalhava perto dos espaços verdes em estudo, o que lhes permitia usufruir dos mesmos. No caso em que o local de trabalho distava mais do parque, os mesmos relataram que acabavam por não o visitar e aproveitavam o fim de semana para o fazer, na companhia de amigos e/ou familiares, tal como no presente estudo.

Em relação ao tipo de **atividades realizadas no parque pelos participantes visenses**, destacaram-se o passeio, a prática desportiva; relaxar, lazer e contacto com a natureza. De acordo com Lencastre et al. (2022), os parques verdes urbanos geram espaços adequados para i) atividades de mobilidade através de caminhos, pavimentados ou cobertos por vegetação resistente ao pisoteio; ii) atividades de imobilidade, como permanência/descanso, contemplação, exposição ao sol e à sombra; iii) atividades de observação e conservação da natureza; iv) atividades de estímulo à biodiversidade, criação de habitats e nichos ecológicos. A frequência dos parques verdes urbanos associa-se frequentemente a diferentes tipos de atividades passíveis de serem realizadas nos mesmos. Neste sentido, se estes espaços oferecerem atividades que atraiam os seus visitantes, mais estes revelam interesse em visitá-los, podendo, inclusive, tornar-se num hábito mais frequente (Palliwoda & Priess, 2021). Os resultados dos inquéritos do estudo de Amaral (2024, p. 59) mostram que os visitantes dos parques estudados os frequentavam sobretudo para passear, fruir do contacto com a natureza, para conviverem e descansarem, tendo alguns deles salientado que “o parque transmite uma sensação de calma e proporciona momentos de recarga de energia”, estando os resultados obtidos no presente em conformidade.

Os parques verdes urbanos, apesar de se encontrarem entre os espaços verdes mais estudados, estão normalmente mais ligados à atividade física do que à interação social. Sociólogos e urbanistas avaliaram os papéis sociais dos espaços públicos ao longo do tempo, defendendo que os espaços públicos bem-sucedidos possuem qualidades subjetivas como o apoio, a realização e a descoberta (Carr et al., 1992; Halpern, 1995). Estas qualidades respondem a necessidades fundamentais, abrangendo tanto a participação passiva como a ativa. Além disso, o contacto frequente face-a-face ajuda a criar laços sociais. No entanto, o problema surge quando a coesão social diminui, levando a um défice generalizado de interação social entre os residentes (Paydar & Kamani Fard, 2021).

No que se refere aos resultados obtidos em relação ao **modo como os participantes têm conhecimento relativamente às atividades/eventos que decorrem no parque**, os valores percentuais mais elevados corresponderam **às redes sociais** (51,52%); através de cartaz (15,15%); através de Meios Comunicação Regionais (12,63%); a partir de Website da Câmara Municipal de Viseu (10,10%) e, com menor representatividade, através da Newsletter da Câmara Municipal de Viseu (4,04%). A este respeito e como defendem Smith et al. (2023), os parques verdes urbanos são importantes porque proporcionam locais para brincar, fazer exercício, socializar e reunir-se, ou seja, potencia a comunicação interpessoal e intrapessoal. São igualmente instrumentos fundamentais nos esforços para abrandar as taxas de perda de biodiversidade e as alterações climáticas, e contribuem positivamente para a saúde mental dos cidadãos. Estes benefícios foram realçados durante a crise da Covid-19, tendo Hoover e Lim (2021) a apelidá-los de “amortecedores” da pandemia. Um dos aspetos mais significativos, mas pouco estudados, da oferta de parques urbanos é a **divulgação das suas atividades/programas**. Esta é importante porque pode estimular a atividade social associada a espaços públicos seguros, inclusivos, apelativos à comunicação. Assim, é importante que se devolvem, em todos os meios disponíveis, os eventos para a dinamização destes parques para alcançar a eficácia desejada.

No que se refere à **relação entre o sexo dos participantes e o hábito de visitar frequentemente os espaços verdes públicos que a cidade oferece**, os resultados apresentados mostram que são os homens que mais frequentemente têm por hábito visitar os espaços verdes públicos que a cidade oferece (31,82), mas sem diferenças estatisticamente significativas entre os grupos ($p > 0,05$). No seu estudo, Palliwoda e Priess (2021) também não

verificaram diferenças estatisticamente significativas entre homens e mulheres, mas eram as mulheres as que mais frequentavam os parques verdes urbanos. Neste contexto, e no que diz respeito ao estudo da **relação entre o sexo dos participantes e o que estes pretendem obter deste tipo de parque**, constatou-se que o sexo interferiu estatisticamente em dois motivos que levam os participantes a obter deste tipo de parque, designadamente: usufruir de espaços de lazer e recreação ($p=0,029$), onde as mulheres pontuaram mais ($M=77,31\pm 18,29$) e promover a sua saúde e bem-estar ($p=0,000$), com uma média mais elevada também para as mulheres ($M=78,63\%$). Os homens procuram mais o convívio social nos parques ($M=71,94\pm 19,55$) e foram igualmente as mulheres que obtiveram uma média mais elevada em relação a usufruir de um espaço dedicado à natureza ($M=75,61\pm 23,22$), mas sem relevância estatisticamente significativa ($p>0,05$) em ambos os motivos. Estes resultados podem ser justificados com o facto de, por norma, as mulheres que são mães procuram os parques verdes urbanos como espaços de recreação para os seus filhos e para que estes, como vivem na cidade, possam estar mais frequentemente em contacto com a natureza. Neste contexto refere-se que os parques mais visitados foram a Mata do Fontelo, o Parque de Santiago e o Parque Aquilino Ribeiro, que oferecem locais de recreação para as crianças, como baloiços. A Mata do Fontelo dispõe de uma grande variedade de biodiversidade quer de fauna e flora, sendo, assim, apelativa ao contacto com a natureza.

No presente estudo, as **variáveis predictoras da visita frequente aos espaços verdes públicos que a cidade de Viseu oferece** foram a idade, o nível de escolaridade, situação profissional, possuir filhos e idade dos filhos. Assim, constatou-se que quanto mais idade os participantes tinham e possuir filhos mais frequentemente visitam os espaços verdes públicos que a cidade de Viseu oferece, bem como quanto menos idade os filhos dos participantes têm, mais estes têm por hábito frequentar tais os espaços verdes. Estes resultados corroboram as evidências de outros estudos, nos quais eram os adultos e com filhos mais novos os que mais referiram frequentar os parques verdes urbanos mais próximos da sua residência, para fruírem de espaços de lazer e recreação, na procura de momentos que promovessem a sua saúde e bem-estar, para convívio social e para estarem em contacto direto com a natureza (Russo et al., 2017; Tzoulas et al. 2007, 2010), estando os resultados do presente estudo em conformidade. Por outras lavras, ao estudar-se a **relação entre a idade dos participantes, possuir filhos e a idade dos mesmos e o que estes pretendem obter deste tipo de parque**, registaram-se diferenças estatisticamente significativas entre a idade dos participantes e o que

os mesmos pretendem obter dos parques verdes que a cidade de Viseu lhes oferece ($p < 0,05$), tendo sido os que tinham idade entre os 26 aos 35 anos aqueles que mais os procuram particularmente para desfrutarem de espaços de lazer e recreação, promoção da sua saúde e bem-estar, para convívio social e, por último, para usufruírem de um espaço dedicado à natureza. Importa salientar que as pessoas com mais idade procuram principalmente os parques verdes que a cidade de Viseu para convívio social, resultados análogos aos registados no estudo de Palliwoda e Priess (2021). De igual modo, no presente estudo, foram registadas diferenças estatisticamente significativas entre a idade dos filhos e o que os participantes que pretendem obter dos parques verdes que a cidade de Viseu lhes oferece, sobretudo: gozar de espaços de lazer e recreação, convívio social e usufruir de um espaço dedicado à natureza ($p < 0,05$), tendo sido os participantes com filhos na faixa etária entre os 0 e os 5 anos aqueles que referiram visitar mais os parques pelos motivos referenciados. No seu estudo, Matsuoka e Kaplan (2008) também verificaram que os frequentadores mais assíduos dos parques verdes urbanos eram as pessoas que tinham filhos menores, vendo nestes espaços um local seguro para os filhos brincar, para conviverem com outras pessoas e para poderem proporcionar aos filhos um maior contacto com a natureza. Por outro lado, o facto de se ter verificado que são os participantes com mais idade aqueles que mais frequentam os parques verdes da cidade de Viseu, também pode ser justificado com o facto de A mata do Fontelo e o Parque Aquilino Ribeiro disporem de espaços propícios às pessoas poderem jogar, no caso concreto às cartas, sendo estes momentos propícios ao convívio social entre os seus frequentadores.

Considerações finais

A revisão da literatura permitiu ter um conhecimento mais aprofundado do desenvolvimento das cidades ao longo do tempo, particularmente a transformação do tecido urbano no período pós-Segunda Guerra Mundial. Desde então, surgiram os desafios da reestruturação urbana, passando de uma visão de escala humana horizontal para uma escala mais verticalizada, ou seja, as cidades passaram a ser mais adaptadas para dar respostas às novas exigências sociais, estruturais e humanas.

A evolução urbana foi tratada igualmente no que se refere à expansão das cidades e à crescente importância dos espaços públicos, colocando-se a tônica na dinâmica da comunicação interpessoal e social, tendo como foco as interações individuais e coletivas que influenciam e moldam a organização do espaço urbano, o que levou a reconsiderar as cidades à escala humana, com um foco particular na relevância dos parques verdes urbanos como espaços que promovem a coesão social, o convívio e a comunicação das comunidades.

Concluiu-se que o conceito de envolvimento da comunidade e o efeito que o ato de “fazer” tem na própria comunidade é uma consideração fundamental no debate sobre *placemaking*. De uma perspectiva histórica, o desenvolvimento da comunidade tem sido colocado nas mãos de entidades que são consideradas especialistas no processo criativo. Esta abordagem resulta frequentemente em críticas direcionadas ao desenvolvimento proposto por parte da comunidade de acolhimento e numa falta de confiança nos motivos e prioridades dos profissionais envolvidos e diminui o envolvimento da comunidade no desenvolvimento do espaço público, uma prática que capacita as comunidades e promove um sentido de lugar entre os membros da comunidade. O sentido de lugar é um conceito que engloba as diferentes formas pelas quais as pessoas estabelecem ligações com os ambientes que ocupam. As definições de sentido de lugar baseiam-se principalmente no contexto em que estão a ser avaliadas e incluem: perspectivas antropológicas relacionadas com a relação simbólica que as pessoas têm com um pedaço de terra; perspectivas ambientais que descrevem a experiência que uma pessoa tem quando se encontra num determinado local; perspectivas geográficas e as ligações estéticas, tácteis ou emocionais que as pessoas formam com um lugar ou cenário

geográfico, entre outras. Assim, concluiu-se que as abordagens crescentes sobre *placemaking*, capacitação da comunidade e sentido de lugar da comunidade se tornaram deveras importantes, porque sugerem a forma como a mudança nas comunidades também tem o potencial de produzir benefícios sociais como o desenvolvimento de um sentido de lugar dentro da comunidade.

Outra conclusão refere-se ao facto de o espaço verde urbano ser um termo amplo, no qual se incluem os parques verdes urbanos com uma função sobretudo recreativa. Existe uma vasta literatura sobre os benefícios para a saúde física e mental do espaço verde urbano, destacando também os serviços ecossistémicos culturais como uma faceta adicional, com alguns estudos a sugerir um aumento do uso de parques verdes urbanos, particularmente a partir da pandemia por Covid-19. Constatou-se também que estes potenciam a coesão social, a comunicação e a socialização, fatores-chave dos determinantes sociais da saúde e do bem-estar. As evidências mostram que os parques verdes urbanos proporcionam ambientes que potencialmente facilitam interações sociais significativas e positivas promotoras da coesão social, equidade, saúde humana e do bem-estar holístico das comunidades locais.

A componente empírica, com uma amostra de 130 visienses, maioritariamente do sexo masculino, com maior representatividade de participantes na faixa etária dos 26 aos 35 anos, solteiros, a possuírem o ensino superior, ativos profissionalmente e com filhos, entre os quais, se destacaram os que os seus filhos possuem 19 anos ou mais e entre 0-5 anos, permitiu alcançar os objetivos inicialmente delineados.

Assim, as principais conclusões revelam que o parque de Viseu que os residentes mais utilizam é a Mata do Fontelo e o parque de Santiago, cuja principal finalidade desta visita era usufruir de um espaço dedicado à natureza, ao lazer e recreação, tendo prevalecido os participantes que os visitam semanalmente, sobretudo à tarde, com uma percentagem expressiva a permanecer no mesmo de 1 a 2 horas, acompanhados essencialmente pelo(a) companheiro(a), amigos e filho(a). A principal fonte de divulgação dos eventos ser eficaz (mesmo tendo em conta a resposta direta dos participantes) apontada foi as redes sociais. Os objetivos de utilização “deste” parque, as variáveis “Atividades Culturais” e “Atividades Educativas” apresentam uma taxa bastante reduzida comparadas com todas as outras. Quer isto dizer que, a divulgação deste tipo de atividades, ou a organização das mesmas deve ser algo tido em conta para a dinamização dos vários parques. Observando os motivos da visita

aos parques verdes urbanos em estudados da cidade de Viseu, registou-se que o fator “atividades interessantes (promovidas pelo parque) e a “tipologia de eventos (culturais, desportivos, educativos e lazer”, são também variáveis com uma taxa bastante baixa relativamente à maioria e carece da mesma atenção. Constatou-se ainda que os visienses da amostra estudada atribuem importância aos parques verdes urbanos, considerados sobretudo como espaços ideais para relaxar, com oferta de tranquilidade, pela acessibilidade aos mesmos e devido à proximidade do local de residência.

Os homens foram os participantes que mais frequentemente têm por hábito visitar os espaços verdes públicos que a cidade oferece, mas sem diferenças estatisticamente significativas entre os grupos. Todavia, esta variável interferiu estatisticamente em dois motivos que levam os participantes a obter deste tipo de parque, designadamente: usufruir de espaços de lazer e recreação ($p=0,029$), promover a sua saúde e bem-estar ($p=0,000$), com uma média mais elevada para as mulheres. Os homens procuram mais o convívio social nos parques, tendo sido igualmente as mulheres que obtiveram uma média mais elevada em relação a usufruir de um espaço dedicado à natureza, mas sem relevância estatisticamente significativa ($p>0,05$).

As variáveis predictoras da visita frequente aos espaços verdes públicos que a cidade de Viseu oferece foram: a idade, possuir filhos e idade dos filhos. Assim, concluiu-se que quanto mais idade os participantes tinham, possuir filhos e quanto menos idade estes têm mais frequentemente visitam estes espaços verdes públicos. Registaram-se diferenças estatisticamente significativas entre a idade dos participantes e o que os mesmos pretendem obter dos parques verdes que a cidade de Viseu lhes oferece ($p<0,05$), tendo sido os que tinham idade entre os 26 aos 35 anos aqueles que mais os procuram especialmente para desfrutarem de espaços de lazer e recreação, promoção da sua saúde e bem-estar, para convívio social e para fruírem de um espaço dedicado à natureza; diferenças estatisticamente significativas entre a idade dos filhos e o que os participantes que pretendem obter dos parques verdes que a cidade de Viseu lhes oferece, mormente: gozar de espaços de lazer e recreação, convívio social e usufruir de um espaço dedicado à natureza ($p<0,05$), tendo sido os participantes com filhos na faixa etária entre os 0 e os 5 anos aqueles que referiram visitar mais os parques pelos mesmos motivos aludidos.

Face a estes resultados, pode concluir-se que os parques verdes urbanos da cidade de Viseu influenciam a coesão social, o bem-estar populacional, a diminuição do isolamento social e assumem relevância no quotidiano dos viseenses da amostra estudada concluindo assim o objetivo geral desta pesquisa. Os parques urbanos mostram-se promotores de coesão social através da sua visita regular, de forma semanal com a dedicação temporal desde 30 minutos a 2 horas, o que demonstra importância no quotidiano de um viseense. Importante referir que para esta questão, o facto de a maioria dos participantes ser ativa profissionalmente poderá sugerir a presença do parque no seu quotidiano como fuga à rotina quotidiana, sendo também um espaço para relaxar, para praticar várias atividades, agrupando múltiplos tipos de faixas etárias o que também demonstra a polivalência dos parques em questão, a este nível.

Em suma, as perceções e avaliações dos utilizadores dos parques verdes urbanos da cidade de Viseu aumentam o desafio do seu planeamento e gestão, para continuarem a ser *locus* de socialização, convívio e comunicação quer entre os seus frequentadores, quer com a natureza circundante.

Antes de se dar por terminado o presente trabalho importa salientar que a principal limitação encontrada foi em relação à dimensão da amostra, não sendo esta representativa de todos os viseenses, o que limita a generalização dos resultados, ou seja, estes não podem ser extrapolados para uma amostra de maior dimensão com idênticas características, o que leva à sugestão da replicação deste estudo, com uma amostra de maior dimensão. Outra limitação metodológica também assenta no facto de os participantes terem sido recrutados segundo um processo de amostragem não probabilística por conveniência, em bola de neve, o que pode ter conduzido a vieses dos resultados. Não obstante, julga-se que a dimensão da amostra é satisfatória, espelhando-se em resultados que podem ser considerados fiáveis, ainda que o tipo de amostragem não probabilística, não sendo representativa, é assumido como um fator condicionante da generalização dos resultados. Assim sendo, o presente estudo necessita de confirmação com a realização de mais estudos na mesma área e, se possível, com amostras maiores, ou seja, mais representativas da população estudada. Considera-se ainda como limitação o facto de não se poder ter controlado adequadamente todas as variáveis externas que poderiam ter interferido nos resultados, correndo-se, assim, o risco de comprometer, de certa forma, a validade interna do segundo estudo. Por fim, é de salientar a sua natureza transversal que, apesar de ter permitido relativa rapidez e dado que se trata de uma avaliação

pontual da exposição e do resultado, é mais difícil deduzir relações causais a partir de uma análise transversal. Assim, tem de se ter precaução em relação à interpretação das associações e da direção das associações do questionário por inquérito transversal.

Todavia, estas limitações são as que muitos investigadores encontram nos seus estudos transversais, o que não subtrai o valor investigativo e os resultados apurados. Ainda que conscientes destas limitações, as opções metodológicas seguidas foram as mais apropriadas ao tipo de estudo desenvolvido, tendo o mesmo possibilitado um conhecimento mais concreto do tema estudado, o que se torna numa mais-valia para a futura prática profissional em Comunicação Aplicada.

Em suma, os resultados obtidos contribuem para uma melhor compreensão dos parques verdes urbanos no contexto das interações sociais, bem como para identificar os fatores que as possam facilitar, tornando, assim, a cidade mais focada numa vertente de humanização, com mais espaços verdes coletivos que promovam a socialização, a coesão social e o bem-estar dos cidadãos. A coesão social envolve a dinâmica interpessoal e o sentido de ligação entre as pessoas o seu aumento parece estar associado a vários benefícios para a saúde física e psicológica. O estudo desenvolvido mostra que frequentar parques verdes urbanos ajuda a reduzir o stress, combater o isolamento, promover saúde física e mental. A presença de parques verdes urbanos é essencial para tecido social urbano, ao diminuir o isolamento social e a promover laços comunitários.

Referências Bibliográficas

- Adedayo, O.F., Akingbohunbe, D.O., Ale, A.T. *et al.* (2023). Assessment of community park as social interaction place for rural communities: a case study of Peyi Community Bwari Abuja. *City Territ Archit* ; 10, 24. <https://doi.org/10.1186/s40410-023-00208-2>
- Akbar, P. N. G., & Edelenbos, J. (2021). Positioning place-making as a social process: A systematic literature review. *Cogent Social Sciences*, 7(1), 1905920. doi:10.1080/23311886.2021.19
- Alidoust, S. (2023). Sustained liveable cities: the interface of liveability and resiliency. *Cities & Health*, 1–12. <https://doi.org/10.1080/23748834.2023.2260132>
- Allen, A. (2014). Peri-urbanization and the political ecology of differential sustainability. In *The Routledge handbook on cities of the global south* (pp. 522-538). Routledge.
- Allen, T. D., & Eby, L. T. d. T. (2012). The study of interpersonal relationships: An introduction. In L. T. d. T. Eby & T. D. Allen (Eds.), *Personal relationships: The effect on employee attitudes, behavior, and well-being* (pp. 3–13). Routledge/Taylor & Francis Group.
- Alvanides, S., & Ludwig, C. (2023). Bombed Cities: Legacies of Post-War Planning on the Contemporary Urban and Social Fabric, *Urban Planning*; Vol. 8, 1, 165–168. DOI: <https://doi.org/10.17645/up.v8i1.6828>
- Alvanides, S., & Ludwig, C. (2023). Bombed Cities: Legacies of Post- War Planning on the Contemporary Urban and Social Fabric. *Urban Planning*, 8 (1). pp. 165-168. ISSN 2183-7635
- Alvanides, S., & Ludwig, C. (2023). Bombed Cities: Legacies of Post-War Planning on the Contemporary Urban and Social Fabric. *Urban Planning*; Volume 8, Issue 1, 165–168. <https://doi.org/10.17645/up.v8i1.6828>
- Álvaro, D. (2010). Los conceptos de “comunidad” y “sociedad” de Ferdinand Tönnies. *Papeles Del CEIC. International Journal on Collective Identity Research*, 1, 211. <https://doi.org/10.1387/pceic.20878>
- Amaral, C.T. (2024). A importância dos espaços verdes para a qualidade de vida da população residente: o estudo de caso do Município de Mirandela. Relatório de Estágio do

Mestrado em Geografia Humana, Planeamento e Territórios Saudáveis. Departamento de Geografia da Faculdade de Letras da Universidade de Coimbra. https://estudogeral.uc.pt/retrieve/275825/CatarinaAmaral_versaofinal.pdf

Arabi Z., Hatami D., & Jadidoleslami M. (2014), Analysis of the pattern of spatial-local distribution of green space (case study of Mehr city in Iran). *Indian Journal of Scientific Research*; 8(1), 197-202.

Archambault N. Staying Connected in a World of Physical Distancing. *Lead. Live.* 2020;25:30–31

Arefi, M. (2014). Deconstructing Placemaking: Needs, opportunities, and assets.

Aronson, M. F., Lepczyk, C. A., Evans, K. L., Goddard, M. A., Lerman, S. B., MacIvor, J. S., ... & Vargo, T. (2017). Biodiversity in the city: key challenges for urban green space management. *Frontiers in Ecology and the Environment*, 15(4), 189-196.

Arundel, J., Lowe, M., Hooper, P., Roberts, R., Rozek, J., Higgs, C., & Giles-Corti, B. (2018). *Creating liveable cities in Australia: Mapping urban policy implementation and evidence-based national liveability indicators*. Centre for Urban Research (CUR). <https://cloudstor.aarnet.edu.au/plus/index.php/s/CJ4t5N3SFCOZTWP>

Askarizad, R., & Safari, H. (2020). The influence of social interactions on the behavioral patterns of the people in urban spaces (case study: The pedestrian zone of Rasht Municipality Square, Iran). *Cities*, 101, 102687. doi:10.1016/j.cities.2020.102687

Augé, M. (1992) *Non-Places: An Introduction to Anthropology of Supermodernity*, Le Seuil: Verso

Augé, M. (2012). Las redes sociales no harán la revolución. Entrevista a Marc Augé. *Revista de Cultura* Ñ.

Awad T., Alhashemi S. Assessing the effect of interpersonal communications on employees' commitment and satisfaction. *Int. J. Islam. Mid. East. Fin. Manag.* 2012;5:134–156. doi: 10.1108/17538391211233425.

Banerjee D, Rai M. Isolamento social na Covid-19: O impacto da solidão. *International Journal of Social Psychiatry* . 2020;66(6):525-527. doi: 10.1177/0020764020922269

- Barr, J., & Cohen, J. P. (2014). The floor area ratio gradient: New York City, 1890–2009. *Regional Science and Urban Economics*, 48, 110-119.
- Barroso, P.M. (2021). Contemporary world -society: from the globalization of communication to the communicational globalization of the world. *International Journal of Philosophy & Social Values*; vol. III, 1, 56-80.
- Barthel, S., & Isendahl, C. (2013). Urban gardens, agriculture, and water management: Sources of resilience for long-term food security in cities. *Ecological Economics*, 86, 224–234. doi:10.1016/j.ecolecon.2012.06
- Bauloz, C., Vathi, Z., & Acosta, D. (2019). Migration, inclusion and social cohesion: Challenges, recent developments and opportunities. *World Migration Report, 2020*, 185–260.
- Bauloz, C., Vathi, Z., & Acosta, D. (2020). 6 Migration, inclusion and social cohesion: Challenges, recent developments and opportunities. *World Migration Report, 2020(1)*. doi:10.1002/wom3.16
- Bauman, Z. (2013) *Liquid modernity*. New Jersey: John Wiley & Sons.
- Bauman, Z. (2013). *Liquid modernity*, Cambridge: Polity Press.
- Bhaskar, S.B., & Manjuladevi, M. (2016). Methodology for research II. *Indian J Anaesth*; 60(9):646-651. doi: 10.4103/0019-5049.190620.
- Bhattacharyya, J. (2004). Theorizing community development. *Community Development*, 34(2), 5-34
- Bhattacharyya, J. (2004). Theorizing Community Development. *Journal of the Community Development Society*, 34(2), 5–34. <https://doi.org/10.1080/15575330409490110>
- Bourhis, Richard Y., Giles, Howard, Leyens, Jacques-Philippe, and Tajfel, Henri. 1979. Psycholinguistic distinctiveness: Language divergence in Belgium. In: Howard Giles and Robert N. St. Clair (eds.), *Language and social psychology* (pp. 158–85). Oxford, UK: Basil Blackwell.
- Brenner, N., & Schmid, C. (2014). The “Urban Age” in Question. *International Journal of Urban and Regional Research*, 38(3), 731–755. doi:10.1111/1468-2427.12115

- Breuste, J., Schnellinger, J., Qureshi, S., & Faggi, A. (2013). Urban ecosystem services on the local level: Urban green spaces as providers. *Ekologia (Bratislava)*, Vol. 32, 3, 209-304. DOI:10.2478/eko-2013-0026
- Brown, S. C., & Lombard, J. L. (2014). Neighborhoods and social interaction. In R. Cooper, E. Burton, & C. L. Cooper (Eds.), *Wellbeing and the environment: Wellbeing: A complete reference guide* (pp. 1–29). Wiley.
- Brown, S. C., & Lombard, J. L. (2014). Neighborhoods and social interaction. In R. Cooper, E. Burton, & C. L. Cooper (Eds.), *Wellbeing and the environment: Wellbeing: A complete reference guide* (pp. 1–29). Wiley.
- Bruhn, J. G. (2005). *The sociology of community connections*. Springer Science + Business Media.
- Buffel, T., Rémillard-Boilard, S., Walsh, K., McDonald, B., Smetcoren, A. S., & De Donder, L. (2020). Age-Friendly Approaches and Old-Age Exclusion: A Cross-City Analysis. *International Journal of Ageing and Later Life*. <https://doi.org/10.3384/ijal.1652-8670.1470>
- Byomkesh, T., Nakagoshi, N. & Dewan, A.M. Urbanization and green space dynamics in Greater Dhaka, Bangladesh. *Landscape Ecol Eng* 8, 45–58 (2012). <https://doi.org/10.1007/s11355-010-0147-7>
- Cao, J; Kang, J; (2019) Social relationships and patterns of use in urban public spaces in China and the United Kingdom. *Cities* , 93, 188-196. 10.1016/j.cities.2019.05.003.
- Cardoso, R., Sobhani, A., & Meijers, E. (2022). The cities we need: Towards an urbanism guided by human needs satisfaction. *Urban Studies*, 59(13), 2638-2659. <https://doi.org/10.1177/00420980211045571>
- Carlucci, M., Zambon, I., & Salvati, L. (2019). Diversification in urban functions as a measure of metropolitan complexity. *Environment and Planning B: Urban Analytics and City Science*, 239980831982837. doi:10.1177/2399808319828374
- Calvino, I. (2015). *As cidades invisíveis* (W. Dutra, Trad.). Dom Quixote. (Obra original publicada em 1972).
- Carr, S., Francis, M., Rivlin, L. G., & Stone, A. M. (1992). *Public space*. Cambridge: Cambridge

University Press.

Castells, M. (2002). *Urban Sociology in the Twenty-First Century. Cidades- Comunidades e Territórios*; 5, 9-19.

Castells, M. (2012). *Viewpoint: Manuel Castells on the rise of alternative economic cultures.* Interview in BBC.

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):544-61. doi: 10.1016/j.healthplace.2007.10.007

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 and Place*, 14(3), 544–561.

Cavalheiro, F., Nucci, J. C., Guzzo, P., & Rocha, Y. T. (1999). *Proposição de Terminologia para o Verde Urbano.* *Boletim Informativo da Sociedade Brasileira de Arborização Urbana.* Rio de Janeiro, RJ, v. 7, 3, 1-7.

Chen, C., Luo, W., Li, H., Zhang, D., Kang, N., Yang, X., & Xia, Y. (2020). *Impact of Perception of Green Space for Health Promotion on Willingness to Use Parks and Actual Use among Young Urban Residents.* *Int J Environ Res Public Health*;17(15):5560. doi: 10.3390/ijerph17155560.

Cocks, M., & Shackleton, C. (2020). *Urban Nature: Enriching Belonging, Wellbeing and Bioculture.* Routledge. DOI:10.4324/9780367854898

Cohen, A.P. (2013). *The symbolic construction of community, Londres and New :* Routledge.

Conedera, M., Del Biaggio, A., Seeland, K., Moretti, M., & Home, R. (2015). *Residents' preferences and use of urban and peri-urban green spaces in a Swiss mountainous region of the Southern Alps.* *Urban Forestry & Urban Greening*, 14(1), 139–147. doi:10.1016/j.ufug.2015.01.003

Coutinho, C. P. (2021). *Metodologia de investigação em ciências sociais e humanas: Teoria e prática.* Almedina.

Cresswell, T. (2004). *Place: A Short Introduction.* Publisher: Wiley-Blackwell, ISBN: 1405106727

Cui E, Huang K, Arain MA, Fisher JB, Huntzinger DN, Ito A, Luo Y, Jain AK, Mao J, Michalak AM

- et al. (2019). Vegetation functional properties determine uncertainty of simulated ecosystem productivity: a traceability analysis in the East Asian Monsoon Region. *Global Biogeochemical Cycles* 33: 668–689.
- Czarnecki, B., & Chodorowski, M. P. (2021). Urban Environment during Post-War Reconstruction: Architectural Dominants and Nodal Points as Measures of Changes in an Urban Landscape. *Land*, 10(10), 1083. <https://doi.org/10.3390/land10101083>
- Dash, Sh. P., & Thilagam, N. L. (2022). A study on inter-relationship of open space and social cohesion for wellbeing of elderly: A systematic literature review. *International Journal of Built Environment and Sustainability*, 9(1), 55–72. <https://doi.org/10.11113/ijbes.v9.n1.880>
- De la Barrera, F., Reyes-Paecke, S., Harris, J., Bascuñán, D., & Farías, J. M. (2016). People's perception influences on the use of green spaces in socio-economically differentiated neighborhoods. *Urban Forestry & Urban Greening*, 20, 254–264. doi:10.1016/j.ufug.2016.09.007
- Diefendorf, Jeffrey M. (1993). *In the Wake of War: The Reconstruction of German Cities After World War II*. New York: Oxford University Press.
- Doody, O., & Bailey, E. (2016). Setting a research question, aim and objective. *Nurse Res.*;23(4):19-23. doi: 10.7748/nr.23.4.19.s5.
- Dragojevic, M., & Giles, H. (2019). 2. Language and interpersonal communication: Their intergroup dynamics. *Interpersonal Communication*. doi:10.1515/9783110276794.29
- Dunbar, R. I. M. Structure and function in human and primate social networks: implications for diffusion, network stability and health. *Proc. Math. Phys. Eng. Sci.* 476, 20200446 (2020).
- Dunbar, R. I. M., Mac Carron, P. & Shultz, S. Primate social group sizes exhibit a regular scaling pattern with natural attractors. *Biol. Lett.* <https://doi.org/10.1098/rsbl.2017.0490> (2018).
- Durkheim, E. (1893). *De la division du travail social: Etude sur l'organisation de societies superieures*. Felix Alcan.
- Enssle, F., & Kabisch, N. (2020). Urban green spaces for the social interaction, health and well-

- being of older people— An integrated view of urban ecosystem services and socio-environmental justice. *Environmental Science & Policy*, 109, 36–44. doi:10.1016/j.envsci.2020.04.008
- Enssle, F., Kabisch, N., 2020. Urban green spaces for the social interaction, health and well-being of older people— An integrated view of urban ecosystem services and socio-environmental justice. *Environ. Sci. Policy*, 36–44. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.envsci.2020.04.008>
- Erfani S.S., Abedin B. Impacts of the use of social network sites on users' psychological well-being: A systematic review. *J. Assoc. Inf. Sci. Technol.* 2018;7:900–912. doi: 10.1002/asi.24015.
- Ewing, R., & Handy, S. (2009). Measuring the Unmeasurable: Urban Design Qualities Related to Walkability. *Journal of Urban Design*, 14(1), 65–84. <https://doi.org/10.1080/13574800802451155>
- Farahani, L.M., & Maller, C. (2018). Perceptions and Preferences of Urban Greenspaces: A Literature Review and Framework for Policy and Practice. *Landscape Online*; 61:1-22. doi 10.3097/LO.201861
- Fieuw, W., Foth, M., & Caldwell, G. (2022). Towards a More-than-Human Approach to Smart and Sustainable Urban Development: Designing for Multispecies Justice. *Sustainability*; 14(2), 948. <http://dx.doi.org/10.3390/su14020948>
- Floyd, K. (2013). *Interpersonal Communication*. London: McGrawHill. ISBN10: 1266358757 | ISBN13: 9781266358753
- Fortin, S., & Mello, T. H. (2009). Contribuições possíveis da etnografia e da auto-etnografia para a pesquisa na prática artística. *Cena*, (7), 77-77.
- Franz, M., Güles, O., & Prey, G. (2008). Place-making and 'green' reuses of brownfields in the ruhr. *Tijdschrift Voor Economische En Sociale Geografie*, 99(3), 316–328. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9663.2008.00464.x>
- Freixo, M.V. (2011). *Metodologia Científica: Fundamentos, métodos e técnicas*. (3ªEd). Lisboa: Instituto Piaget.
- Friedmann, J. (2010). *Place and Place-Making in Cities: A Global Perspective*. *Planning Theory &*

- Practice, 11(2), 149–165. <https://doi.org/10.1080/14649351003759573>
- Gairola, S., & Noresah, M. S. (2010). Emerging trend of urban green space research and the implications for safeguarding biodiversity: a viewpoint. *Nature and Science*; 8(7), 43-49. <http://www.sciencepub.net/nature>
- Gashu K., Gebre-Egziabher T., & Wubneh M. (2020). Local communities' perceptions and use of urban green infrastructure in two Ethiopian cities: Bahir Dar and Hawassa. *J. Environ. Plann. Manag.*;63(2):287–316.
- Gatti, F., & Procentese, F. Experiencing Urban Spaces and Social Meanings Through Social Media: Unravelling the Relationships between Instagram City-Related Use, Sense of Place, and Sense of Community. *J. Environ. Psychol.* 2021, 78, 101691.
- Giddens, A. (2005). *Sociologia*. 4^o ed. Porto Alegre: Artmed.
- Gigante, C. M. D. S. (2021). *Importância dos Jardins e Parques no Bem-estar das Populações. Estudo de Caso: Cidade de Torres Vedras (Doctoral dissertation, ISA/UL)*.
- Glaeser, E. (2011). *The Triumph of the City: How Our Greatest Invention Makes Us Richer, Smarter, Greener, Healthier and Happier*. Penguin Press.
- González-Val, R., Lanaspá, L., & Sanz-Gracia, F. (2014). New evidence on Gibrat's law for cities. *Urban Studies*, 51(1), 93-115.
- Grodach, C., & Limb, M. (2020). Compact City Reset: Towards Alternatives to Market-driven Density. *Urban Policy and Research*, 38(4), 287–290. <https://doi.org/10.1080/08111146.2020.1827543>
- Gülgün B., Abdioğlu, M., Yazici, K., & Dursun, S. (2015), Alternatives of the green tissue in the city centres. *International Journal of Ecosystems and Ecology Sciences*; Vol. 5, 1, 17-22. https://www.researchgate.net/profile/Kubra-Yazici/publication/347973824_Alternatives_of_the_Green_Tissue_in_the_City_Centres/links/5feadbce92851c13fed001ad/Alternatives-of-the-Green-Tissue-in-the-City-Centres.pdf
- Guo, Y., Liu, Y., Lu, S., Chan, O., Chui, C., & Lum, T. (2021). Objective and perceived built environment, sense of community, and mental wellbeing in older adults in Hong Kong: A multilevel structural equation study. *Landscape and Urban Planning*, 1–12.

- Gwedla, N., & Shackleton, C. M. (2019). Perceptions and preferences for urban trees across multiple socio-economic contexts in the Eastern Cape, South Africa. *Landscape and Urban Planning*, 189, 225–234. doi:10.1016/j.landurbplan.2019.05.001
- Haase, A. (2022). Green Spaces and Their Social Functions: Specific Challenges in Urban Spaces of Arrival. In: Misiune, I., Depellegrin, D., Egarter Vigl, L. (eds) *Human-Nature Interactions*. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-031-01980-7_22
- Habibah, A., Hamzah, J., Mushrifah, I., A. Buang, A., Toriman, M. E., & Jusoff, K. (2011). The success factors of public consultation in the establishment of a Biosphere Reserve – evidence from Tasik Chini. *World Applied Science Journal*, 13, 74-81.
- Hall, D. O., & Scrase, J. I. (1998). Will Biomass Be the Environmentally Friendly Fuel of the Future? *Biomass and Bioenergy*, 15, 357-367. [https://doi.org/10.1016/S0961-9534\(98\)00030-0](https://doi.org/10.1016/S0961-9534(98)00030-0)
- Halpern, D. (1995). *More than bricks and mortar? Mental health and the built environment*. London: Taylor & Francis Inc.
- Handayani HH, Murayama Y, Ranagalage M, Liu F, Dissanayake D. Geospatial Analysis of Horizontal and Vertical Urban Expansion Using Multi-Spatial Resolution Data: A Case Study of Surabaya, Indonesia. *Remote Sensing*. 2018; 10(10):1599. <https://doi.org/10.3390/rs10101599>
- Haq, S. M. A. (2011). Urban green spaces and an integrative approach to sustainable Environment. *Journal of environmental protection*: 2(05), 601.
- Harasimowicz, A. (2018). Green spaces as a part of the city structure. *Ekonomia I Środowisko*; 2 (65), 45-62. <https://www.ekonomiaisrodowisko.pl/journal/article/view/156/150>
- Healey, P. (1998). Building Institutional Capacity through Collaborative Approaches to Urban Planning. *Environment and Planning A: Economy and Space*, 30(9), 1531-1546. <https://doi.org/10.1068/a301531>
- Henrich, J. (2015). Culture and Social Behavior. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 3, 84-89. <https://doi.org/10.1016/j.cobeha.2015.02.001>

- Hezri, A. A., & Hasan, M. N. (2004). Management framework for sustainable development indicators in the State of Selangor, Malaysia. *Ecological Indicators*, 4(4), 287–304. doi:10.1016/j.ecolind.2004.08.002
- Hichirez, C.M., & Purcărea, V.L. (2018). Interpersonal communication in healthcare. *J Med Life*;11(2):119-122. PMID: 30140317; PMCID: PMC6101690.
- Hirt, S.A. (2016). Rooting out mixed use: Revisiting the original rationales. *Land Use Policy* 50: 134–147.
- Hogue, L. L. (2000). *La comunicación: Un arte que se aprende*. Editorial Sal Terrae.
- Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., Baker, M., Harris, T. & Stephenson, D. Loneliness and social isolation as risk factors for mortality: a meta-analytic review. *Perspect. Psychol. Sci.* 10, 227–237 (2015).
- Giddens, A. (1991). *Modernity and self-identity : self and society in the late modern age*, Cambridge: Polity Press.
- Hoover, F.-A., & Lim, T. (2021). Examining privilege and power in US urban parks and open space during the double crises of antiblack racism and COVID-19. *Socio-Ecological Practice Research*, 3(open in a new window)(1(open in a new window)), 55–70. <https://doi.org/10.1007/s42532-020-00070-3>
- Houston, D.; Hillier, J.; MacCallum, D.; Steele, W.; Byrne, J. Make Kin, Not Cities! Multispecies Entanglements and “becoming-World” in Planning Theory. *Plan. Theory* 2018, 17, 190–212.
- Houston, D.; Hillier, J.; MacCallum, D.; Steele, W.; Byrne, J. Make Kin, Not Cities! Multispecies Entanglements and “becoming-World” in Planning Theory. *Plan. Theory* 2018, 17, 190–212.
- <https://doi.org/10.4324/9781315777924>
- Hubbard, G., Ward Thompson, C., Locke, R., Jenkins, D., Munoz, S.-A., Van Woerden, H., Maxwell, M., Yang, Y., Gorely, T., 2020. Co-production of “nature walks for wellbeing” public health intervention for people with severe mental illness: use of theory and practical know-how. *BMC Public Health* 20. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-08518-7>

- Hughey, S. M., Walsemann, K. M., Child, S., Powers, A., Reed, J. A., & Kaczynski, A. T. (2016). Using an environmental justice approach to examine the relationships between park availability and quality indicators, neighborhood disadvantage, and racial/ethnic composition. *Landscape and Urban Planning*, 148, 159–169. doi:10.1016/j.landurbplan.2015.12.0
- Jennings, V., & Bamkole, O. (2019). The Relationship between Social Cohesion and Urban Green Space: An Avenue for Health Promotion. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(3), 452. <https://doi.org/10.3390/ijerph16030452>
- Jennings, V., & Bamkole, O. (2019). The Relationship between Social Cohesion and Urban Green Space: An Avenue for Health Promotion. *Int J Environ Res Public Health*, 16(3):452. doi: 10.3390/ijerph16030452.
- Jewett, R.L., Mah, S.M., Howell, N., & Larsen, M.M. (2021). Social Cohesion and Community Resilience During COVID-19 and Pandemics: A Rapid Scoping Review to Inform the United Nations Research Roadmap for COVID-19 Recovery. *Int J Health Serv*, 51(3):325-336. doi: 10.1177/0020731421997092
- Jim, C. ., & Chen, S. S. (2003). Comprehensive greenspace planning based on landscape ecology principles in compact Nanjing city, China. *Landscape and Urban Planning*, 65(3), 95–116. doi:10.1016/s0169-2046(02)00244-x
- Jim, C.Y., & Chen, W.Y. (2006). Perception and attitude of residents toward urban green spaces in Guangzhou (China). *Environ Manage.*; 38(3):338-49. doi: 10.1007/s00267-005-0166-6. PMID: 16752045.
- Kothencz, G., Kolcsár, R., Cabrera-Barona, P., & Szilassi, P. (2017). Urban Green Space Perception and Its Contribution to Well-Being. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(7), 766. <https://doi.org/10.3390/ijerph14070766>
- L, L., & Pussella, P. G. R. N. I. (2017). Colombo City, Sri Lanka secured for urban green space standards? https://www.aloki.hu/pdf/1503_17891799.pdf
- Larkham, P. J. (2022). Replanning and rebuilding cities damaged by catastrophe: the Planning Perspectives contribution. *Planning Perspectives*, 37(5), 1097–1102. <https://doi.org/10.1080/02665433.2022.2114529>

- Larkham, P. J. (2022). Assessing a quarter-century of Urban Morphology. *Urban Morphology*, 26(2), 173-188. <https://doi.org/10.51347/um26.0013>, <https://doi.org/10.51347/UM26.0013>
- Larkham, P. J., & Adams, D. (2023). Revisioning and rebuilding Britain's war-damaged cities. *Urban Planning*, 8(1), 169–181.
- Lencastre, M.P.A., Vidal, D.G., Estrada, R., Barros, N., Leandro Maia, R., Farinha701 Marques, P., 2022. The biophilia hypothesis explored: regenerative urban green spaces and well-being in a Portuguese sample. *Int. J. Environ. Stud.* 1–15. <https://doi.org/10.1080/00207233.2022.2067411>
- Lewicka, M. (2011). Place attachment: How far have we come in the last 40 years? *Journal of Environmental Psychology*, 31(3), 207–230. doi:10.1016/j.jenvp.2010.10.
- Lewicka, M. Place attachment: How far have we come in the last 40 years? *J. Environ. Psychol.* 2011, 31, 207–230.
- Li, L., & Pussella, P. G. R. N. I. (2017). IS Colombo city, Sri Lanka secured for urban green space standards? *Applied Ecology and Environmental Research*; 15(3):1789-1799. DOI: http://dx.doi.org/10.15666/aeer/1503_17891799
- Liao, B., Xu, Y., Li, X., & Li, J. (2022). Association between campus walkability and affective walking experience, and the mediating role of walking attitude. *International journal of environmental research and public health*, 19(21), 14519. DOI:10.1016/j.cities.2022.103650
- Light, A.; Powell, A.; Shklovski, I. Design for Existential Crisis in the Anthropocene Age. In *Proceedings of the 8th International Conference on Communities and Technologies*, Troyes, France, 26–30 June 2017; Association for Computing Machinery: New York, NY, USA, 2017; pp. 270–279.
- Light, A.; Powell, A.; Shklovski, I. Design for Existential Crisis in the Anthropocene Age. In *Proceedings of the 8th International Conference on Communities and Technologies*, Troyes, France, 26–30 June 2017; Association for Computing Machinery: New York, NY, USA, 2017; pp. 270–279.

- Lindsay P.H., Norman D.A. Human Information Processing: An Introduction to Psychology. Academic Press; Cambridge, MA, USA: 2013.
- Liu, Y., Batty, M., Wang, S., & Corcoran, J. (2021). Modelling urban change with cellular automata: Contemporary issues and future research directions. *Progress in Human Geography*, 45(1), 3-24. <https://doi.org/10.1177/0309132519895305>
- Locke, J. (2007). Primeiro opúsculo sobre o governo. In: Locke, John. *Ensaio Político*. Org. Mark Goldie. Trad. Eunice Ostrensky. São Paulo: Martins Fontes.
- Lofland, L. H. (1998). *The Public Realm: Exploring the City's Quintessential Social Territory*. New York, Aldine de Gruyter.
- López Meléndez T. (2012). De sociedad a comunidad: la teoría de la transición. Reeditor. Red de Publicación y Opinión Profesional
- Lorens, L., & Bugalski, P. (2023). Post-Second World War Reconstruction of Polish Cities: The Interplay Between Politics and Paradigms. Vol 8, 1. DOI: <https://doi.org/10.17645/up.v8i1.6116>
- Madureira, H., Nunes, F., Oliveira, J. V., & Madureira, T. (2018). Preferences for Urban Green Space Characteristics: A Comparative Study in Three Portuguese Cities. *Environments*, 5(2), 23. <https://doi.org/10.3390/environments5020023>
- Maloutas, T. and Pantelidou, M. (2004). Debates and Developments: The Glass Meagerie of Urban Governance and Social Cohesion: Concepts and Stakes/ Concepts as Stakes*. *International Journal of Urban Regional Research* 28(2), pp 449 - 465.
- Maloutas, T., & Pantelidou Malouta, M. (2004). The glass menagerie of urban governance and social cohesion: concepts and stakes/concepts as stakes. *International Journal of Urban and Regional Research*, 28(2), 449–465. doi:10.1111/j.0309-1317.2004.00528.x
- Manoli, G., Fatichi, S., & Schläpfer, M. (2019). Magnitude of urban heat islands largely explained by climate and population. *Nature*; 573, 55–60. <https://doi.org/10.1038/s41586-019-1512-9>
- Mao, Y.; Roberts, S.; Pagliaro, S.; Csikszentmihalyi, M.; Bonaiuto, M. Optimal experience and optimal identity: A multinational study of the associations between flow and social identity. *Front. Psychol.* 2016, 7, 67.

- Marzukhi, M. A., Omar, D., Oliver, L. H. L., Hamir, M. S., & Barghchi, M. (2011). Malaysian Urban Indicators Network: A Sustainable Development Initiative in Malaysia, 25(1), 77–84. <https://research-repository.uwa.edu.au/en/publications/malaysian-urban-indicators-network-a-sustainable-development-init>
- Mathey, J., Arndt, T., Banse, J., & Rink, D. (2018). Public perception of spontaneous vegetation on brownfields in urban areas—Results from surveys in Dresden and Leipzig (Germany). *Urban Forestry & Urban Greening*, 29, 384–392. doi:10.1016/j.ufug.2016.10.007
- Mathotaarachchi, K., & Thilakarathna, K. (2021) The Social Structure of the City: A Critical Review of Contributing Sociologists. *Current Urban Studies*, 9, 181-195. doi: 10.4236/cus.2021.92011.
- Matos, P., Vieira, J., Rocha, B., Branquinho, C., Pinho, P., 2019. Modeling the provision of air-quality regulation ecosystem service provided by urban green spaces using lichens as ecological indicators. *Sci. Total Environ.*, 521–530. <https://doi.org/10.1016/j.scitotenv.2019.02.023>
- Matsuoka, R. H., & Kaplan, R. (2008). People needs in the urban landscape: analysis of landscape and urban planning contributions. *Landscape and Urban Planning* 84(1):7-19. <https://doi.org/10.1016/j.landurbplan.2007.09.009>
- McArthur, J., & Robin, E. (2019). Victims of their own (definition of) success: Urban discourse and expert knowledge production in the Liveable City. *Urban Studies*, 56(9), 1711-1728. <https://doi.org/10.1177/0042098018804759>
- McCormack GR, Rock M, Toohey AM, & Hignell D. (2010). Characteristics of urban parks associated with park use and physical activity: a review of qualitative research. *Health Place*.;16(4):712-26. doi: 10.1016/j.healthplace.2010.03.003.
- Medeiros, E., & van der Zwet, A. (2020). Sustainable and Integrated Urban Planning and Governance in Metropolitan and Medium-Sized Cities. *Sustainability*, 12(15), 5976. <https://doi.org/10.3390/su12155976>
- Mehta, V., & Bosson, J. K. (2021). Revisiting lively streets: Social interactions in public space. *Journal of Planning Education and Research*, 41(2), 160–172

- Modie-Moroka, T., Dube, M. W., Setume, S. D., Kgalemang, M., Kebaneilwe, M. D., Gabaitse, R., . . . Madigela, T. (2020). Pathways to social capital and the Botho/Ubuntu ethic in the urban space in Gaborone, Botswana. *Global Social Welfare*, 231–243.
- Morais, L. (2013). *Comunicação em saúde e processo de mudança*. Escolar Editora.
- Moreno C, Allam Z, Chabaud D, Gall C, Pratlong F. Introducing the “15-Minute City”: Sustainability, Resilience and Place Identity in Future Post-Pandemic Cities. *Smart Cities*. 2021; 4(1):93-111. <https://doi.org/10.3390/smartcities4010006>
- Moreno, C. La Ville du Quart D'heure: Pour un Nouveau Chrono-Urbanisme. Disponível online: <https://www.latribune.fr/regions/smart-cities/la-tribune-de-carlos-moreno/la-ville-du-quart-d-heure-pour-un-nouveau-chrono-urbanisme-604358.html> (acessado em 3 de dezembro de 2020).
- Moreno, C. *Droit de Cité ; Humensis*: Paris, França, 2020.
- Morris, W. (1992). *Signs of Change*. Longmans, Green, and Co. edition, originally prepared by David Price for Project Gutenberg, and converted to XHTML by Graham Seaman.
- Muqueeth, S., 2021. Parks: A vital community condition. *Park. Steward. Forum* 37, 106–117. <https://doi.org/10.5070/p537151742>
- Myalkovsky, R., Plahtiy, D., Bezikonnyi, P., Horodyska, O., & Nebaba, K. (2023). Urban parks as an important component of environmental infrastructure: Biodiversity conservation and recreational opportunities. *Ukrainian Journal of Forest and Wood Science*, 14(4), 57-72 . doi: 10.31548/forest/4.2023.57.
- Nilsson, M.N., & Persson, A.S. (2003). Framework for analysing environmental policy integration. *Journal of environmental policy & planning*, 5(open in a new window) (4(open in a new window)), 333–359. doi:10.1080/1523908032000171648.
- Odindi, J., Mhangara, P., & Kakembo, V. (2012) Remote Sensing Land-Cover Change in Port Elizabeth during South Africa’s Democratic Transition. *South African Journal of Science*, 108, 1-7. <http://dx.doi.org/10.4102/sajs.v108i5/6.886>
- Olszewska-Guizzo, A., Sia, A., Fogel, A., Ho, R., 2020. Can exposure to certain urban green spaces trigger frontal alpha asymmetry in the brain?—Preliminary findings from a

- passive task EEG study. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 17. <https://doi.org/10.3390/ijerph17020394>
- Orlova M. The role of interaction of verbal and non-verbal means of communication in different types of discourse. *Sociosphere*. 2010;2:58–66.
- Palliwoda, J., & Priess J. A. (2021). What do people value in urban green? Linking characteristics of urban green spaces to users' perceptions of nature benefits, disturbances, and disservices. *Ecology and Society*; 26(1):28. <https://doi.org/10.5751/ES-12204-260128>
- Paramita, S.A., Yamazaki, C., Hilfi, L., Sunjaya, D.K., & Koyama, H. (2021). Social cohesion and quality of life in Bandung: A cross sectional study. *PLoS ONE* 16(10): e0258472. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0258472>
- Pérez-Sindín, X., & Van Assche, K. (2020). From coal not to ashes but to what? As Pontes, social memory and the concentration problem. *The Extractive Industries and Society*, 7(3), 882-891
- Perez-Sindin, X., & Van Assche, K. (2020). From coal not to ashes but to what? as pontes, social memory and the concentration problem. *The Extractive Industries and Society*. doi:10.1016/j.exis.2020.07.016
- Pestana, M. G. & Gageiro, J. N. (2014). *Análise de Dados para Ciências Sociais. A complementaridade do SPSS, 5ª edição revista e corrigida*. Lisboa, Edições Sílabo.
- Peters, K., Elands, B., & Buijs, A. (2010). Social interactions in urban parks: Stimulating social cohesion? *Urban Forestry & Urban Greening*, 9(2), 93–100. doi:10.1016/j.ufug.2009.11.00
- Peters, K., Elands, B., & Buijs, A. (2010). Social interactions in urban parks: Stimulating social cohesion? *Urban Forestry & Urban Greening*, 9(2), 93–100. doi:10.1016/j.ufug.2009.11.00
- Prieto, G. B. (2014). *Comunicação eficaz: Teoria e prática da comunicação humana*. Escolar Editora.
- Project for Public Spaces. (2016). *What is Placemaking?* Retrieved from <https://www.pps.org/article/what-is-placemaking>

- Puel, G., & Fernandez, V. (2012). Socio-technical systems, public space and urban fragmentation: The case of 'cybercafés' in China. *Urban Studies*, 49, 1297–1313. <https://doi.org/10.1177/0042098011410333>
- Qi, J., Mazumdar, S. & Vasconcelos, A.C. (2024). Understanding the Relationship between Urban Public Space and Social Cohesion: A Systematic Review. *Int. Journal of Com. WB* 7, 155–212. <https://doi.org/10.1007/s42413-024-00204-5>.
- Ranagalage, M., Ratnayake, S.S., Dissanayake, D.M.S.L.B., Kumar, L., Wickremasinghe, H., Vidanagama, J., Cho, H., Udagedara, S., Jha, K.K., 747 Simwanda, M., Phiri, D., Perera, E.N.C., Muthunayake, P., 2020. Spatiotemporal variation of urban heat islands for implementing nature-based solutions: A case study of kurunegala, Sri Lanka. *ISPRS Int. J. Geo-Information* 9. <https://doi.org/10.3390/ijgi9070461>
- Rasidi, M. H., Jamirsah, N., & Said, I. (2012). Urban Green Space Design Affects Urban Residents' Social Interaction. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 68, 464–480. doi:10.1016/j.sbspro.2012.12.24
- Räuchle, C., & Berding, U. (2020). Freiräume als Orte der Begegnung, Standort. <https://doi.org/10.1007/s00548-020-00646-x>.
- Elands, B., et al. (2018). Biocultural diversity: A novel concept to assess human-nature interrelations, nature conservation and stewardship in cities. *Urban Forestry & Urban Greening*, <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2018.04.006>
- Reba, M., & Seto, K. C. (2020). A systematic review and assessment of algorithms to detect, characterize, and monitor urban land change. *Remote Sensing of Environment*, 242, 111739. doi:10.1016/j.rse.2020.111739
- Reyes-Riveros, R., Altamirano, A., De La Barrera, F., Rozas-Vásquez, D., Vieli, L., & Meli, P. (2021). Linking public urban green spaces and human well-being: A systematic review. *Urban Forestry & Urban Greening*, 61, 127105. doi:10.1016/j.ufug.2021.127105
- Richerson, P. J., & Boyd, R. (2005). *Not by genes alone: How culture transformed human evolution*. University of Chicago Press.
- Rigolon, A., & Németh, J. (2018). A QUality INdex of Parks for Youth (QUINPY): Evaluating urban parks through geographic information systems. *Environment and Planning B:*

Urban Analytics and City Science, 45(2), 275-294. <https://doi.org/10.1177/0265813516672212>

- Ríos-Chelén, A. A., Quirós-Guerrero, E., Gil, D., & Macías Garcia, C. (2013). Dealing with urban noise: vermilion flycatchers sing longer songs in noisier territories. *Behavioral Ecology and Sociobiology*, 67, 145-152.
- Robinson J.W., & Green, G.P. (Eds.). (2011). *Introduction to community development: Theory, practice, and service-learning*. Los Angeles: Sage.
- Roös, E. (2020). Sustainable diets and food for the future. Green Innovation Park. <https://student.slu.se/en/sw-calendar/2020/11/elin-roos---sustainable-diets-and-food-for-the-future/>
- Roös, P.B. (2020). *Regenerative-Adaptive Design for Sustainable Development: A Pattern Language Approach*. Germany: Springer: Berlin/Heidelberg. ISBN 9783030532338.
- Roös, P.B. *Regenerative-Adaptive Design for Sustainable Development: A Pattern Language Approach*; Springer: Berlin/Heidelberg, Germany, 2020; ISBN 9783030532338.
- Rosales, N. (2011). Towards the modeling of sustainability into urban planning: Using indicators to build sustainable cities. *Procedia Engineering*, 21, 641-647. <https://doi.org/10.1016/j.proeng.2011.11.2060>
- Russo, A., Escobedo, F. J., Cirella, G. T., & Zerbe, S. (2017). Edible green infrastructure: an approach and review of provisioning ecosystem services and disservices in urban environments. *Agriculture, Ecosystems and Environment*; 242:53-66. <https://doi.org/10.1016/j.agee.2017.03.026>
- Salgueiro, T. (1992). *A cidade em Portugal. Uma Geografia Urbana*. Porto: Edições Afrontamento
- Salman D, Vishnubala D, Le Feuvre P, & Beaney T, (2021). Korgaonkar J, Majeed A, McGregor AH. Returning to physical activity after covid-19. *BMJ*.;372:m4721. doi: 10.1136/bmj.m4721.
- Santini, Z. I. et al. The moderating role of social network size in the temporal association between formal social participation and mental health: a longitudinal analysis using

- two consecutive waves of the Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe (SHARE). *Soc. Psychiatry Psychiatr. Epidemiol.* 56, 417–428 (2021).
- Santos, J. R. (2015). Comunicação. Gradiva Publicações.
- Scott, A. (2015). Zumba, a cardio workout set to a Latin beat, grows in appeal in L.A. *Los Angeles Times*, 3 April 2015, www.latimes.com/health/la-he-zumba-20150404-story.html
- Semeraro T, Scarano A, Buccolieri R, Santino A, Aarveaara E. Planning of Urban Green Spaces: An Ecological Perspective on Human Benefits. *Land*. 2021; 10(2):105. <https://doi.org/10.3390/land10020105>
- Smith, A., Osborn, G., & Vodicka, G. (2023). Programming parks. How do organized events and activities affect the inclusivity of urban green spaces? *Journal of Leisure Research*, 55(3), 344–362. <https://doi.org/10.1080/00222216.2023.2210563>
- Soares, A. P., Machado, F. S., Gularte, Y., & Becker, D. V. (2019). Importância dos parques urbanos para promoção da qualidade de vida dos indivíduos. *Disciplinarum Scientia | Sociais Aplicadas*, 15(2), 243–257. Recuperado de <https://periodicos.ufn.edu.br/index.php/disciplinarumSA/article/view/2746>
- Sonta, A., & Jiang, X., (2023). Rethinking walkability: Exploring the relationship between urban form and neighborhood social cohesion. *Sustainable Cities and Society* 99; 104903. <https://doi.org/10.1016/j.scs.2023.104903>
- Southworth, M. (2005). Designing the Walkable City. *Journal of Urban Planning and Development*, 131(4), 246–257. doi:10.1061/(asce)0733-9488(2005)131:4(246)
- Stola, D. (2019). Borders. In M. Conway, P. Lagrou, & H. Rousso (Eds.), *Europe's Postwar periods — 1989, 1945, 1918: Writing history backwards*. Bloomsbury.
- Stola, D. (2019). Borders. In M. Conway, P. Lagrou, & H. Rousso (Eds.), *Europe's Postwar periods — 1989, 1945, 1918: Writing history backwards*. Bloomsbury.
- Strydom, W., Puren, K., & Drewes, E. (2018). Exploring theoretical trends in placemaking: towards new perspectives in spatial planning. *Journal of Place Management and Development*, 11(2), 165–180. doi:10.1108/jpmd-11-2017-0113

- Swensen, G. (2012). Integration of historic fabric in new urban development—A Norwegian case-study. *Landscape and Urban Planning*, 107(4), 380–388. doi:10.1016/j.landurbplan.2012.07.006
- Szczepańska, B. (2023). Post-war architecture and urban planning as means of reinventing Opole's past and identity. *Urban Planning*, 8(1), 266–278.
- Szeremeta, P., & Zannin, P.H.T. (2013). A importância dos parques urbanos e áreas verdes na promoção da qualidade de vida em cidades. *R. Ra'e Ga - Curitiba*, v. 29, 177-193. <http://www.ser.ufpr.br/raega>
- Szostek D. The impact of the quality of interpersonal relationships between employees on counterproductive work behavior: A study of employees in Poland. *Sustainability*. 2019;11:5916. doi: 10.3390/su11215916.
- ten Brink P., Mutafoğlu K., Schweitzer J-P., Kettunen M., Twigger-Ross C., Baker J., Kuipers Y., Emonts M., Tyrväinen L., Hujala T., & Ojala A. (2016) The Health and Social Benefits of Nature and Biodiversity Protection. A report for the European Commission (ENV.B.3/ETU/2014/0039), Institute for European Environmental Policy, London/Brussels. https://www.slu.se/globalassets/ew/org/centrb/cnv/naturvagledning/ekosystemtjanster/ieep_2016_health_social_benefits_ecosystems_services_biodiversity.pdf
- Tönnies, F., & Loomis, C.P. (2002). *Community and society*. Mineola and New York: Dover Publications.
- Torales J., O'Higgins M., Castaldelli-Maia JM, Ventriglio A. (2020). O surto do coronavírus COVID-19 e seu impacto na saúde mental global. *International Journal of Social Psychiatry* . Publicação online avançada. <https://doi.org/10.1177/0020764020915212>
- Trigger, B. G. 1972. 'Determinants of Urban Growth in Pre-industrial Societies', in P. J. Ucko, R. Tringham, and G. W. Dimbleby (eds), *Man, Settlement, and Urbanism* (Cambridge: Schenkman), pp. 575–99.
- Tzoulas, K., & James, P. (2010). Peoples' use of, and concerns about, green space networks: a case study of Birchwood, Warrington New Town, UK. *Urban Forestry and Urban Greening*; 9(2):121-128. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2009.12.001>

- Tzoulas, K., Korpela, K., Venn, S., Yli-Pelkonen, V., Kaźmierczak, A., Niemela, J., & James, P. (2007). Promoting ecosystem and human health in urban areas using green infrastructure: a literature review. *Landscape and Urban Planning*; 81(3):167-178. <https://doi.org/10.1016/j.landurbplan.2007.02.001>
- UNDP. (2022). Strengthening social cohesion: Conceptual framing and programme implications. Retrieved from United Nation Development Programme. <https://www.undp.org/publications/strengthening-social-cohesion-conceptual-framing-and-programming-implications#modal-publication-download>.
- van Dinter, M., Kools, M., Dane, G., Weijs-Perrée, M., Chamilothoni, K., van Leeuwen, E., Borgers, A., & van den Berg, P. (2022). Urban Green Parks for Long-Term Subjective Well-Being: Empirical Relationships between Personal Characteristics, Park Characteristics, Park Use, Sense of Place, and Satisfaction with Life in The Netherlands. *Sustainability*, 14(9), 4911. <https://doi.org/10.3390/su14094911>
- Vialard, A. (2023). Intelligibility of post-war reconstruction in French bombed cities. *Urban Planning*, 8(1), 226–238.
- Vícha, O. The Concept of the Right to Cultural Heritage within the Faro Convention. *Int. Comp. Law Rev.* 2014, 14, 25–40.
- Vickery, J. *The Emergence of Culture-Led Regeneration: A Policy Concept and Its Discontents*; Centre for Cultural Policy Studies (University of Warwick): Coventry, UK, 2007.
- Vidal, D.G., Castro Seixas, E., 2022. Children’s Green Infrastructure: Children and Their Rights to Nature and the City. *Front. Sociol.* 7. <https://doi.org/10.3389/fsoc.2022.804535>
- 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
- Vilelas, J. (2022). *Investigação O Processo de Construção do Conhecimento*. (3ª Edição Revista e Aumentada). Lisboa: Edições Sílabo.
- Weber, M. (1964). *Economia y sociedad. Esbozo de sociología comprensiva*. México: FCE.
- Weng, E., I. Aleinov, R. Singh, M.J. Puma, S.S. McDermid, N.Y. Kiang, M.A Kelley, K. Wilcox, R. Dyzbinski, C.E. Farrior, S.W. Pacala, and B.I. Cook, 2022: Modeling demographic-driven

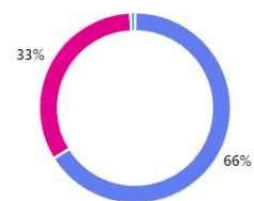
- vegetation dynamics and ecosystem biogeochemical cycling in NASA GISS's Earth system model (ModelE-BiomeE v.1.0). *Geosci. Model Dev.*, 15, no. 22, 8153-8180, doi:10.5194/gmd-15-8153-2022.
- Willermark S., Gellerstedt M. Facing Radical Digitalization: Capturing Teachers' Transition to Virtual Classrooms Through Ideal Type Experiences. *J. Educ. Comput. Res.* 2022;27:07356331211069424. doi: 10.1177/07356331211069424
- Wong A., Ho S., Olusanya O., Antonini M.V., Lyness D. The use of social media and online communications in times of pandemic COVID-19. *J. Intensive Care Soc.* 2021;22:255–260. doi: 10.1177/1751143720966280.
- Wood, L.; Frank, L.D.; Giles-Corti, B. Sense of community and its relationship with walking and neighborhood design. *Soc. Sci. Med.* 2010, 70, 1381–1390.
- Yanru, H., Masoudi, M., Chadala, A., & Olszewska-Guizzo, A. (2020). Visual Quality Assessment of Urban Scenes with the Contemplative Landscape Model: Evidence from a Compact City Downtown Core. *Remote Sensing*, 12(21), 3517. doi:10.3390/rs12213517
- Youn, H., Bettencourt, L.M., & Lobo, J. (2016). Scaling and universality in urban economic diversification. *Journal of the Royal Society Interface* 13(114): 20150937.
- Zhang Y, Van den Berg AE, Van Dijk T, Weitkamp G. Quality over Quantity: Contribution of Urban Green Space to Neighborhood Satisfaction. *Int J Environ Res Public Health.* 2017 May 16;14(5):535. doi: 10.3390/ijerph14050535.
- Zhang, F., Salazar-Miranda, A., Duarte, F., Vale, L., Hack, G., Chen, M., ... Ratti, C. (2024). Urban Visual Intelligence: Studying Cities with Artificial Intelligence and Street-Level Imagery. *Annals of the American Association of Geographers*, 114(5), 876–897. <https://doi.org/10.1080/24694452.2024.2313515>
- Zhao, X., Ma, X., Shang, Y., Yang, Z., & Shahzad, U. (2022). Green economic growth and its inherent driving factors in Chinese cities: Based on the Metafrontier-global-SBM super-efficiency DEA model. *Gondwana Research*, 106, 315-328.
- Zhekova, D. (2020). Is This the Future of Green Public Spaces? Available online: <https://www.departures.com/travel/maze-like-park-vienna-social-distancing>

Anexos

Anexo I – Respostas ao Inquérito por Questionário

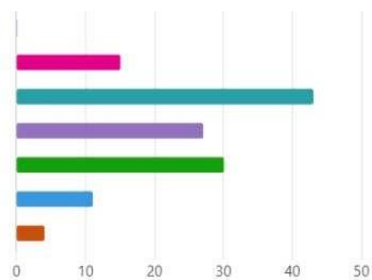
2. Género

● Feminino	86
● Masculino	43
● Outro	1
● Prefiro não responder	0



3. Idade

● Igual a 18 anos	0
● dos 18 aos 25 anos	15
● dos 26 aos 35 anos	43
● dos 36 aos 45 anos	27
● dos 46 aos 55 anos	30
● dos 56 aos 64 anos	11
● Igual ou Superior aos 65 anos	4



4. Nacionalidade

130
Respostas

Respostas Mais Recentes

"Portuguesa p"

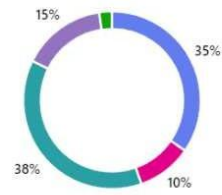
"Portuguesa"

"Portuguesa"

...

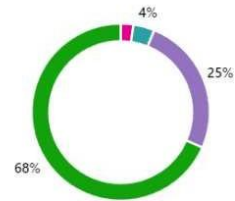
5. Estado Civil

Casado(a)	45
Divorciado(a)	13
Solteiro(a)	49
União de facto	20
Víuvo(a)	3



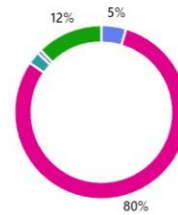
6. Nível de Escolaridade

1º Ciclo do Ensino Básico (1º ao 4º Ano)	0
2º Ciclo do Ensino Básico (5º ao 6º Ano)	3
3º Ciclo do Ensino Básico (7º ao 9º Ano)	5
Ensino Secundário (10º ao 12º Ano)	33
Ensino Superior	89



7. Qual a situação face ao emprego?

Desempregado	6
Empregado	104
Inativo/Apostentado	3
Trabalhador Doméstico (Com ou sem contrato)	1
Trabalhador por Conta Própria	16



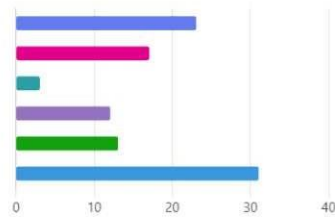
8. Tem filhos?

Sim	77
Não	53



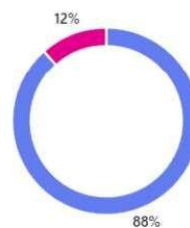
9. Que idade têm?

0 a 5 anos	23
6 a 9 anos	17
10 a 11 anos	3
12 a 14 anos	12
15 a 18 anos	13
19 ou mais anos	31



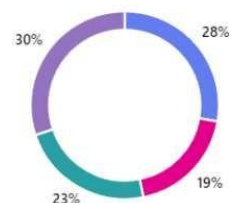
10. Tem por hábito ou visita frequentemente espaços verdes públicos que a capital de distrito oferece?

● Sim	115
● Não	15



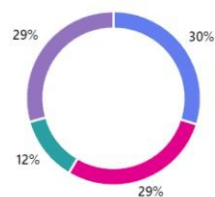
11. Caso sim, o que pretende obter deste tipo de parque?

● Usufruir de Espaços de Lazer e Recreação	70
● Convívio Social	48
● Promover a sua Saúde e Bem-estar	58
● Usufruir de um Espaço dedicado à Natureza	76



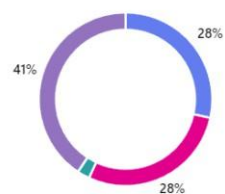
12. Quais são os parques verdes urbanos que conhece ou já visitou?

● Mata do Fontelo	124
● Parque Aquilino Ribeiro	119
● Parque da Aguireira	50
● Parque de Santiago	122



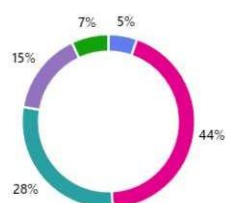
13. Quais são os parques verdes urbanos que mais utiliza?

● Mata do Fontelo	37
● Parque Aquilino Ribeiro	37
● Parque da Aguireira	3
● Parque de Santiago	53



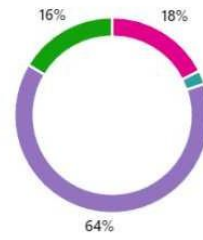
14. Com que frequência costuma visitar o parque?

● Diariamente	7
● Semanalmente	57
● Mensalmente	37
● Uma vez a cada seis meses	20
● Outro	9



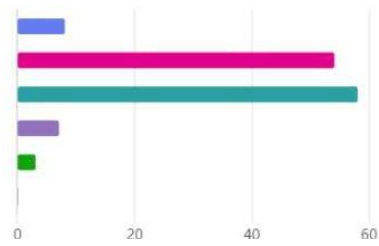
15. Em que momento do dia costuma visitar o parque?

● Madrugada	0
● Manhã	31
● Meio-dia	4
● Tarde	113
● Noite	29



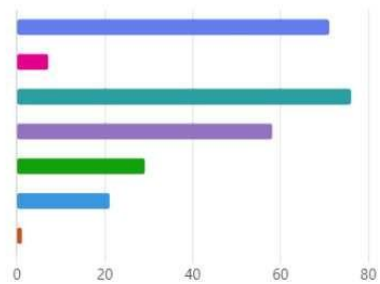
16. Quanto tempo, em média dura a sua visita?

● 30 minutos ou menos	8
● Entre 30 minutos e 1 hora	54
● De 1 a 2 horas	58
● De 2 a 3 horas	7
● De 3 a 4 horas	3
● Mais de 4 horas	0



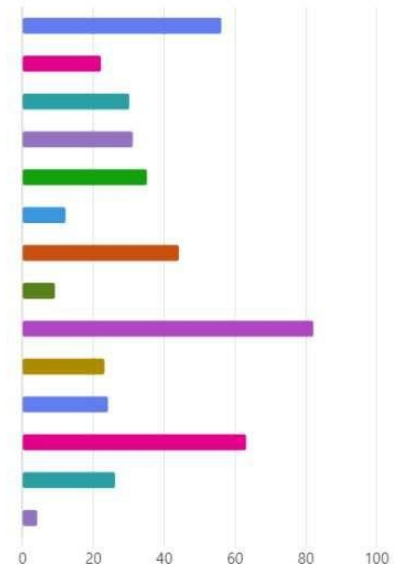
17. Quem geralmente o acompanha?

● Amigos	71
● Colegas de Trabalho	7
● Companheiro(a)	76
● Filho(a)	58
● Outros Familiares	29
● Sozinho(a)	21
● Outro	1



18. Defina os motivos da sua visita a este parque verde urbano:

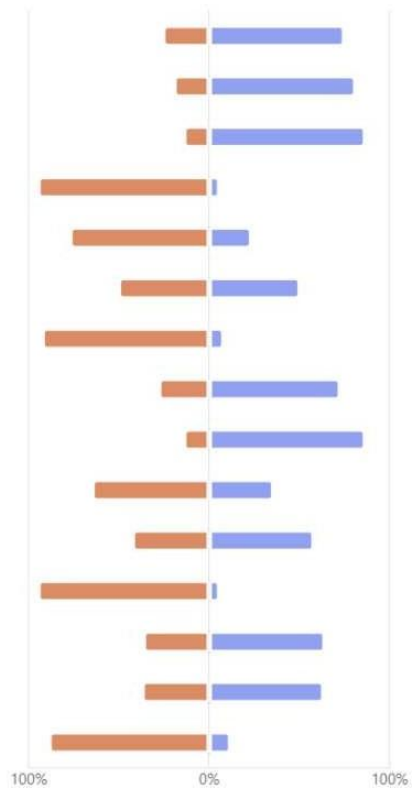
● Acessibilidade	56
● Atividades Interessantes (Promovidas pelo Parque)	22
● Diversidade de Fauna e Flora	30
● Parques Infantis	31
● Limpeza e Manutenção do Parque	35
● Memórias de Infância	12
● Proximidade do Local de Residência	44
● Proximidade do Local de Trabalho	9
● Relaxar	82
● Segurança	23
● Tipologia de Eventos (Culturais, Desportivos, Educativos, Lazer)	24
● Tranquilidade	63
● Zona Envolvente	26
● Outro	4



19. Que tipo de atividades realiza no parque?

● Sim ● Não

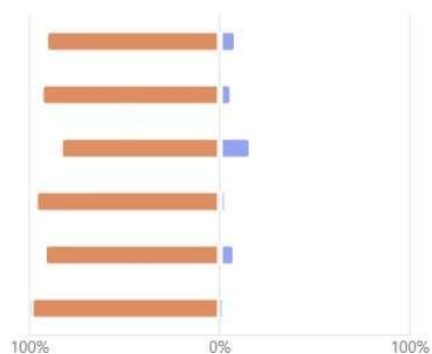
- Atividades Culturais
- Atividades Educacionais
- Conhecer Pessoas
- Contacto com a Natureza
- Encontro com amigos
- Fotografar
- Lazer
- Ler
- Meditar
- Observação da Fauna e/ou Flora
- Parque Infantil
- Passeio
- Piquenique
- Prática Desportiva
- Relaxar



21. Considera que o parque...

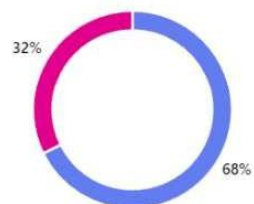
● Sim ● Não

Tem espaços destinados a atividades coletivas?
 Promove o contacto social
 Previne o isolamento social
 Promove o contato com a natureza
 Previne doenças físicas e mentais
 Pode ser um escape ao stress promovido pela rotina e o quotidiano diário urbano



22. Considera a divulgação de eventos eficaz para a dinamização destes parques?

● Sim 88
 ● Não 42



23. De que modo tem conhecimento relativamente às atividades/eventos que decorrem no parque?

● Redes Sociais 103
 ● Website da Câmara Municipal de Viseu 20
 ● Meios de Comunicação Regionais 25
 ● Newsletter da Câmara Municipal de Viseu 8
 ● Cartaz 30
 ● Outro 12

