



efdeportes.com

Lecturas: Educación Física y Deportes

ISSN 1514-3465

**Caracterização sociodemográfica dos utentes de um  
Parque de Desporto de Natureza e Aventura em Portugal**  
**Sociodemographic Characterization of Users of Outdoor Sports Park in Portugal**  
**Caracterización sociodemográfica de los usuarios de un Parque  
de Deportes en la Naturaleza y Aventura en Portugal**

**João Filipe Almeida Soares\***

joaofasoaes1@gmail.com

**Carlos Eduardo Gonçalves da Costa Vasconcelos\*\***

cvasconcelos@esev.ipv.pt

\*Licenciado em Desporto e Atividade Física  
na Escola Superior de Educação de Viseu  
Instituto Politécnico de Viseu (IPV)

\*\*Doutoramento em Ciências do Desporto  
na Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro (Vila Real)  
Mestrado em Atividade Física e Saúde na Faculdade de Desporto  
da Universidade do Porto  
Licenciatura em Desporto e Educação Física  
na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto  
Professor no Departamento de Ciências do Desporto e Motricidade  
da Escola Superior de Educação de Viseu  
Instituto Politécnico de Viseu  
(Portugal)

Recepção: 11/02/2023 - Aceitação: 19/10/2023

1ª Revisão: 15/07/2023 - 2ª Revisão: 16/10/2023



Documento acessível. Lei N° 26.653. WCAG 2.0



Este trabalho está sob uma licença Creative Commons  
Atribuição-NãoComercial-SemDerivações 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0)  
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.pt>

**Citação sugerida:** Soares, J.F.A., e Vasconcelos, C.E.G. da C. (2023). Caracterização sociodemográfica dos utentes de um Parque de Desporto de Natureza e Aventura em Portugal. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 28(307), 26-40. <https://doi.org/10.46642/efd.v28i307.3868>

## Resumo

Os espaços naturais são cada vez mais procurados pelo homem, como forma de fugir às rotinas do dia-a-dia. Desta forma verifica-se um notório crescimento da prática de Desporto de Natureza. Este estudo teve como objetivo fazer uma caracterização e associação das variáveis sociodemográficas dos praticantes de Desporto de Natureza de um dos maiores parques de Desporto de Natureza e Aventura de Portugal. Para a recolha de dados utilizámos um inquérito por questionário. Quanto aos resultados encontrados, são os indivíduos entre os 26 e os 35 anos, do sexo masculino, solteiros, do Norte de Portugal, com uma educação correspondente ao Ensino Superior e com um rendimento individual mensal entre os 500 e os 1000 euros que mais procuraram o referido Parque de Desporto de Natureza e Aventura. A proporção de indivíduos com idades até aos 30 anos é significativamente superior nos indivíduos solteiros e que auferem até 1000 euros mensais. A proporção de indivíduos provenientes do Norte de Portugal é significativamente superior nos indivíduos com formação correspondente ao Ensino Básico e Secundário e que auferem até 1000 euros mensais. A proporção de indivíduos que têm o Ensino Superior é significativamente superior nos indivíduos que auferem mais de 1000 euros por mês. Estes resultados poderão permitir à empresa que gere este Parque de Desporto de Natureza e Aventura o estabelecer de estratégias para captar um público-alvo com características menos visíveis neste estudo e desta forma aumentar os potenciais clientes do Parque.

**Unitermos:** Caracterização sociodemográfica. Desporto de Natureza. Portugal.

### Abstract

Natural spaces are more sought by man, as a way of escaping the daily routines. Thus, there is a notable growth in Outdoor Sports. This study aimed to make a description and association of sociodemographic variables of Outdoor Sports practitioners in the one of the largest Outdoor Sports Park in Portugal. For data collection we used a questionnaire survey. As for the results found, the individuals between 26 and 35 years old, male, single, from the North of Portugal, with an education corresponding to Higher Education and with an individual monthly income between 500 and 1000 euros are those who most searched out the reported Outdoor Sports Park. The proportion of individuals aged up to 30 years is significantly higher among single individuals who earn up to 1000 euros per month. The proportion of individuals from the North of Portugal is significantly higher in individuals with training corresponding to Primary and Secondary Education and earning up to 1000 euros per month. The proportion of individuals who have Higher Education is significantly higher among individuals who earn more than 1000 euros per month. These results may allow the company that manages this Outdoor Sports Park to establish strategies to capture a target audience with less visible characteristics in this study and thus increase the Park's potential customers.

**Keywords:** Sociodemographic description. Outdoor Sports. Portugal.

### Resumen

Los espacios naturales son cada vez más buscados por el ser humano como forma de escapar de las rutinas cotidianas. De esta forma, se produce un notable crecimiento en la práctica de Deportes en la Naturaleza. Este estudio tuvo como objetivo caracterizar y asociar las variables sociodemográficas de los practicantes de Deportes de Naturaleza en uno de los mayores parques de Naturaleza y Deportes de Aventura de Portugal. Para recopilar datos, utilizamos una encuesta por cuestionario. En cuanto a los resultados encontrados, son las personas de entre 26 y 35 años, varones, solteros, del Norte de Portugal, con formación correspondiente a la Educación Superior y con unos ingresos mensuales individuales de entre 500 y 1.000 euros los que más asistieron al citado Parque. La proporción de personas menores de 30 años es significativamente mayor entre las personas solteras que ganan hasta 1.000 euros al mes. La proporción de personas del Norte de Portugal es significativamente mayor entre las personas con formación correspondiente a la Educación Básica y Secundaria y que ganan hasta 1.000 euros al mes. La

proporción de personas que tienen estudios superiores es significativamente mayor entre las personas que ganan más de 1.000 euros al mes. Estos resultados podrían permitir a la empresa que gestiona este Parque de Naturaleza y Deportes de Aventura establecer estrategias para captar un público objetivo con características menos visibles en este estudio y así incrementar los clientes potenciales del Parque.

**Palabras clave:** Caracterización sociodemográfica. Deporte en la Naturaleza. Portugal.

***Lecturas: Educación Física y Deportes, Vol. 28, Núm. 307, Dic. (2023)***

---

## **Introdução**

O turismo de recreação na natureza é uma atividade em clara expansão (Moscoso-Sánchez, 2020; Lanferdini, 2021) e com implicações económicas e ambientais claras (Bell et al., 2007). A atividade física praticada em contacto com a Natureza pode trazer benefícios para a saúde que superam aqueles conseguidos pela prática de atividade física em "ambientes fechados" (Calogiuri et al., 2016). De acordo com Mnich et al. (2019) e Houlden et al (2018), a prática de atividade física em contacto com a Natureza está associada a um aumento do bem-estar mental, promovendo uma diminuição do stress e da depressão e a uma diminuição do risco de várias patologias crónicas, como a hipertensão e a diabetes tipo 2. Segundo os mesmos autores, a redução de comportamentos sedentários e a melhoria da qualidade do sono são outros dois benefícios da prática de atividade física em contacto com a Natureza.

Eigenschenk et al. (2019) realizaram uma revisão sistemática relativa aos benefícios presentes no Desporto de Natureza, tendo englobado os mesmos em 6 dimensões: 1) Saúde física; 2) Saúde mental e bem-estar; 3) Educação e aprendizagem autónoma; 4) Cidadãos ativos; 5) Redução de crimes; e 6) Outros benefícios. Na "Saúde física", o Desporto de Natureza aumenta a aptidão física e diminuem a pressão arterial e frequência cardíaca de repouso (Eigenschenk et al., 2019).

Na "Saúde mental e bem-estar", estas atividades promovem a redução de stress, depressão, ansiedade e solidão (Eigenschenk et al., 2019). Relativamente à "Educação e aprendizagem autónoma", o Desporto de Natureza proporciona um intenso contacto com nós mesmos, com a natureza e também com os outros. Como tal apresentam um grande impacto no desenvolvimento interpessoal e intrapessoal. No que concerne à dimensão "Cidadãos Ativos", estas atividades são realizadas em locais onde são criadas naturalmente oportunidades para a interação social, promovendo assim diversos benefícios para a cidadania ativa. São ainda um excelente veículo de integração de grupos, principalmente jovens com deficiências e idosos em risco de isolamento (Eigenschenk et al., 2019). Na dimensão "Redução de crimes", está comprovado que o Desporto de Natureza estimula o convívio, reduzindo os comportamentos antissociais e o consumo de substâncias tais como tabaco, álcool e outras substâncias tóxicas. Desta forma, promovem uma diminuição dos comportamentos delinquentes dos jovens, reduzindo a probabilidade de estes ingressarem no mundo do crime (Eigenschenk et al., 2019). Na dimensão "outros benefícios", o Desporto de Natureza é considerado muito importante no combate ao sedentarismo e uma ótima forma de promover um estilo de vida ativo e saudável.

A prática de Desporto de Natureza tem apresentado uma taxa de procura crescente (Bell et al., 2007), sendo os Parques de Desporto de Natureza e Aventura um local de eleição para a sua prática (Sosa et al., 2019). O conhecimento das características sociodemográficas dos indivíduos que procuram o Desporto de Natureza pode ajudar os gestores dos Parques de Desporto de Natureza e Aventura a delinear estratégias no sentido de captar outro tipo de público-alvo. Em estudos mais recentes relativos às características sociodemográficas dos praticantes de Desporto de Natureza (Calogiuri et al., 2016; Santos, 2018; Pyky et al., 2019; Pacheco et al., 2020; Paiágua, 2020; Ribeiro et al., 2020, Cordeiro, e Alves, 2022; Machado et al., 2023), os resultados têm sido heterogéneos em relação à maior parte das características sociodemográficas em estudo.

No que diz respeito ao sexo das pessoas, os estudos de Santos (2018), Pyky et al. (2019), Pacheco et al. (2020) e Cordeiro, e Alves (2022) indicam-nos que a procura pelo Desporto de Natureza é mais prevalente no sexo feminino do que no sexo masculino. Já Calogiuri et al. (2016), num estudo realizado em 2168 adultos noruegueses concluiu que há uma ligeira predominância do sexo masculino.

Relativamente à idade, os estudos de Santos (2018), Pyky et al. (2019), e Calogiuri et al. (2016) referem que a maior parte dos praticantes se encontra numa faixa etária acima dos 50 anos. Já os estudos de Paiágua (2020), Ribeiro et al. (2020), Cordeiro, e Alves (2022), e Machado et al. (2023) referem que a maioria dos praticantes de Desporto de Natureza apresentam idades mais baixas. No estudo de Paiágua (2020), realizado em praticantes de desportos de aventura na Serra da Estrela, distrito da Guarda e Castelo Branco (Portugal), 74,4% da amostra tinha idades até aos 40 anos. No estudo de Ribeiro et al. (2020), realizado em praticantes de voo livre no Município de Tatu em Rio Grande do Norte (Brasil), 50% da amostra também tinha idades até aos 40 anos. Já no estudo de Machado et al. (2023), a maior percentagem dos visitantes do Parque Natural Municipal das Andorinhas em Ouro Preto (Brasil) foi verificada em jovens entre os 31 e os 40 anos (39%). Enquanto no estudo de Cordeiro, e Alves (2022), realizado na Serra da Lousã, distrito de Coimbra (Portugal), a maior percentagem (41%) esteve associada a idades entre os 18 e os 35 anos.

Quanto ao estado civil, Pyky et al. (2019) referem que as pessoas que procuram o Desporto de Natureza, normalmente o fazem com a família ou com o parceiro/a. Já Lopes (2022), num estudo realizado em praticantes de Saltos Tandem, refere que são a maioria da pessoas que o faz são solteiras.

Acerca do nível educacional, a literatura (Santos, 2018; Pyky et al., 2019; Calogiuri et al. 2016; Paiágua, 2020, Ribeiro et al., 2020, Cordeiro, e Alves, 2022; e Machado et al., 2023) diz-nos que é de esperar que os praticantes de Desporto de Natureza possuam um grau académico elevado.

De acordo com a literatura (Santos, 2018), os indivíduos que auferem entre 1001 e 2000 euros são aqueles que mais procuram as atividades de Desporto de Natureza.

No que diz respeito à zona do País de proveniência dos praticantes de Desporto de Natureza, o estudo de Paiágua (2020) refere somente que os praticantes de desportos de aventura eram provenientes de zonas residenciais urbanas e do litoral. Já no estudo de Cordeiro, e Alves (2022) estes autores especificam a distribuição geográfica dos pedestrianistas inquiridos: distrito de Lisboa (38%), seguido de Coimbra (18%), Leiria (10%) e Aveiro (8%).

Dada a heterogeneidade de resultados encontrados e a carência de estudos que façam uma associação entre as variáveis sociodemográficas dos praticantes de Desporto de Natureza, este estudo pretende fazer uma caracterização e associação das variáveis sociodemográficas dos praticantes de Desporto de Natureza de um dos maiores parques de Desporto de Natureza e Aventura de Portugal Continental, o Pena Aventura Park.

O Pena Aventura Park é um Parque de Aventura que dispõe de atividades lúdicas, relacionadas com Desporto de Natureza/Aventura. Encontra-se em Portugal, no Distrito de Vila Real (concelho de Ribeira de Pena), a cerca de uma hora de viagem do Porto e 45 minutos de Braga (de carro). Geograficamente é localizado próximo do Parque Natural do Alvão, o que faz com que esteja incluído numa zona de elevado interesse paisagístico, geológico e de enorme biodiversidade. Oferece uma panóplia de 24 atividades, dentro das quais merecem destaque um dos maiores *Fantasticable's* do mundo (um slide com 1538 metros em que o praticante "voa" em decúbito ventral, a uma altura de 150 metros, atingindo 130 km/h) e o Alpine Coaster (uma "montanha-russa", que se contorce durante 700 metros em curvas e contracurvas pela encosta da montanha). Algumas das atividades desenrolam-se nas imediações do parque, mas a sua grande maioria ocorre dentro da delimitação dos 16 hectares pertencentes ao Pena Aventura Park.

Imagem 1. Mapa do Pena Aventura Park



Fonte: Pena Aventura

Imagem 2. Fantasticable



Imagem 3. Alpine Coaster



Fonte: Pena Aventura

**Exemplos de outras atividades existentes no Pena Aventura Park**

Imagem 4. Rafting



Imagem 5. Big Air Jump



Imagem 6. Tour de Polaris

Imagem 7. Paintball



Fonte: Pena Aventura

## Métodos

### Desenho do estudo

Dentro da abordagem quantitativa, este é um estudo de pesquisa de campo, aplicada, descritiva e correlacional (Sampieri et al., 2013). Com exceção do método de pesquisa correlacional, esta metodologia foi idêntica à utilizada nos estudos de Calogiuri et al. (2016), Santos (2018), Pyky et al. (2019), Pacheco et al. (2020), Paiáguas (2020), Ribeiro et al. (2020), Cordeiro, e Alves (2022), e Machado et al. (2023).

### Participantes

A amostra foi constituída por 62 indivíduos, com uma média de idade de  $33,1 \pm 10,0$  anos, que frequentaram o Parque de Desporto de Natureza e Aventura Pena Aventura Park no mês de dezembro de 2020, e que se disponibilizaram a preencher o questionário.

### Instrumento de recolha de dados

Foi aplicado um inquérito por questionário, no qual os participantes do estudo foram questionados acerca do seu sexo (masculino / feminino), idade, estado civil (solteiro / casado ou "junto" / divorciado), área de residência (Norte de Portugal / Centro de Portugal / Sul de Portugal / Estrangeiro), nível educacional (Ensino Primário / Ensino Básico / Ensino Secundário / Ensino Superior) e rendimento individual mensal (até 500 euros; entre 501 e 1000 euros; entre 1001 e 1500 euros; mais de 1500 euros).

### Procedimentos

No que concerne aos aspetos metodológicos conducentes à obtenção dos dados, enumeramos os seguintes: a) O Diretor do Parque Aventura onde decorreu o estudo foi contactado pessoalmente para explicação dos objetivos do estudo e obtenção da respetiva autorização; b) De acordo com a Declaração de Helsínque, todos os participantes preencheram o consentimento informado, livre e esclarecido antes da participação no estudo; c) Os questionários foram entregues aos utentes que se deslocaram ao referido Parque de Desporto de Natureza e Aventura no final da realização da(s) atividade(s). Devido à possibilidade de os utentes serem de outras nacionalidades que não a Portuguesa, havia questionários disponíveis na língua portuguesa, espanhola, francesa e inglesa; d) Foram também implementados os procedimentos adequados para garantir a confidencialidade dos dados.

## Análise dos dados

Na análise das características sociodemográficas dos participantes, as variáveis categóricas são apresentadas como proporções (número e percentagem), enquanto as variáveis contínuas são apresentadas como médias e desvio padrão (DP).

No que diz respeito às associações entre as diferentes variáveis sociodemográficas, foi utilizado o teste de Qui-Quadrado (Marôco, 2011). Este teste estatístico foi realizado através do Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), versão 28. O nível de significância estatística foi estabelecido em  $p < 0,05$ .

## Resultados

A maioria dos participantes tinha idades entre os 26 e os 35 anos ( $n = 28$ ; 45,2%), eram do sexo masculino ( $n = 37$ ; 60%), solteiros ( $n = 35$ ; 56%), provenientes do Norte de Portugal ( $n = 38$ ; 61%), com uma escolaridade correspondente ao Ensino Superior ( $n = 29$ ; 48%) e com um rendimento individual mensal entre os 501 e os 1000 euros ( $n = 30$ ; 48%) (Tabela 1).

Tabela 1. *Características sociodemográficas dos praticantes de Desporto de Natureza*

<b>Características</b>	<b>N = 62</b>
<b>Idade (média ± desvio padrão)</b>	33.1 ± 10,0
Dos 15 aos 25 anos	14 (22,6%)
Dos 26 aos 35 anos	28 (45,2%)
Dos 36 aos 45 anos	11 (17,7%)
Dos 46 aos 56 anos	9 (14,5%)
<b>Sexo, N (%)</b>	
Masculino	37 (60%)
Feminino	25 (40%)
<b>Estado civil, N (%)</b>	
Solteiro	35 (56%)
Casado / "Junto"	26 (42%)
Divorciado	1 (2%)
<b>Área de residência, N (%)</b>	
Norte de Portugal	38 (61%)
Zona Centro de Portugal	20 (32%)
Zona Sul de Portugal	3 (5%)
Estrangeiro	1 (2%)
<b>Nível educacional, N (%)</b>	
Ensino Primário	0 (0%)
Ensino Básico	7 (11%)
Ensino Secundário	26 (42%)
Ensino Superior	29 (47%)
<b>Rendimento individual mensal, N (%)</b>	

Até 500 euros	3 (5%)
Entre 501 e 1000 euros	30 (48%)
Entre 1001 e 1500 euros	16 (26%)
Mais de 1500 euros	13 (21%)

Fonte: Dados de pesquisa

Relativamente às associações entre as diferentes variáveis sociodemográficas, estas são apresentadas nas Tabelas 2, 3, 4, 5 e 6. Devido aos requisitos do teste estatístico qui-quadrado, as variáveis sociodemográficas foram categorizadas da seguinte forma: sexo (masculino / feminino); idade (até aos 30 anos / mais de 30 anos); estado civil (solteiro ou divorciado / casado ou "junto"); área de residência (Norte de Portugal / Outra); nível educacional (Ensino Básico e Secundário / Ensino Superior); rendimento mensal (até 1000 euros / mais de 1000 euros).

Na Tabela 2, verifica-se que o Sexo é uma variável independente de todas as outras variáveis sociodemográficas. Dito por outras palavras, a proporção de homens e mulheres não é distinta de acordo com a idade ( $X^2 = 2,262$ ;  $p = 0,133$ ), estado civil ( $X^2 = 0,606$ ;  $p = 0,436$ ), área de residência ( $X^2 = 3,119$ ;  $p = 0,077$ ), nível educacional ( $X^2 = 1,432$ ;  $p = 0,231$ ) e rendimento individual mensal ( $X^2 = 0,130$ ;  $p = 0,719$ ).

Tabela 2. Associação entre a idade e as outras variáveis sociodemográficas

Sexo	Idade		Estado civil		Área residência		Nível educacional		Rendimento mensal	
	Até 30 anos	Mais 30 anos	Solteiro / Divorciado	Casado / Junto	Norte Portugal	Outra	Básico e Secundário	Superior	Até 1000€	Mais 1000€
	a		b		c		d		e	
Masculino	15	22	20	17	26	11	22	15	19	18
Feminino	15	10	16	9	12	13	11	14	14	11

a:  $p = 0,133$ ; b:  $p = 0,436$ ; c:  $p = 0,077$ ; d:  $p = 0,231$ ; e:  $p = 0,719$ . Fonte: Dados de pesquisa

Na Tabela 3, verifica-se que a Idade é dependente das variáveis "Estado Civil" e "Rendimento Individual Mensal". A proporção de indivíduos solteiros/divorciados é significativamente superior nos indivíduos mais jovens ( $X^2 = 8,260$ ;  $p = 0,004$ ). Quanto à associação entre a idade e o rendimento individual mensal, a proporção de indivíduos que auferem mais de 1000 euros é significativamente superior nos indivíduos com mais de 30 anos ( $X^2 = 6,569$ ;  $p = 0,010$ ). A associação entre a idade e as outras variáveis não detetou resultados significativos.

Tabela 3. Associação entre a idade e as outras variáveis sociodemográficas

Idade	Estado civil		Área residência		Rendimento mensal	

	Solteiro / Divorciado	Casado / Junto	Norte Portugal	Outra	Básico e Secundário	Superior	Até 1000€	Mais 1000€
	a		b		c		d	
Até 30 anos	23	7	18	12	18	12	21	9
Mais 30 anos	13	19	20	12	15	17	12	20

a:  $p = 0,004$ ; b:  $p = 0,840$ ; c:  $p = 0,301$  ; d:  $p = 0,010$ . Fonte: Dados de pesquisa

Na Tabela 4, verifica-se que o Estado civil é uma variável independente da área de residência, nível educacional e rendimento individual mensal. Dito por outras palavras, a proporção de indivíduos solteiros/divorciados e casados/"juntos" não é distinta de acordo a área de residência ( $X^2 = 1,046$ ;  $p = 0,306$ ), nível educacional ( $X^2 = 0,187$ ;  $p = 0,665$ ) e rendimento individual mensal ( $X^2 = 2,144$ ;  $p = 0,143$ ).

Tabela 4. Associação entre o estado civil e a área de residência, nível educacional e rendimento mensal

Estado civil	Área residência		Nível educacional		Rendimento mensal	
	Norte Portugal	Outra	Básico e Secundário	Superior	Até 1000€	Mais 1000€
	a		b		c	
Solteiro / Divorciado	24	12	20	16	22	14
Casado / Junto	14	12	13	13	11	15

a:  $p = 0,306$ ; b:  $p = 0,665$ ; c:  $p = 0,143$ . Fonte: Dados de pesquisa

Na Tabela 5, verifica-se que o nível educacional e o rendimento individual mensal variam de acordo com a Área de residência. A proporção de indivíduos com formação correspondente ao Ensino Básico/Secundário é significativamente superior no Norte de Portugal ( $X^2 = 9,104$ ;  $p = 0,003$ ). A proporção de indivíduos que auferem até 1000 euros mensais é significativamente superior no Norte de Portugal ( $X^2 = 3,890$ ;  $p = 0,049$ ).

Tabela 5. Associação entre área de residência e nível educacional e rendimento mensal

Área residência	Nível educacional		Rendimento mensal	
	Básico e Secundário	Superior	Até 1000€	Mais 1000€
	a		b	

Norte Portugal	26	12	24	14
Outra	7	17	9	15

a:  $p = 0,003$ ; b:  $p = 0,049$ . Fonte: Dados de pesquisa

Na Tabela 6, verifica-se que a proporção de indivíduos que auferem mais de 1000 euros por mês é significativamente superior nos indivíduos com formação correspondente ao Ensino Superior ( $X^2 = 14,387$ ;  $p < 0,001$ ).

Tabela 6. Associação entre o nível educacional e o rendimento individual mensal

Nível educacional	Rendimento mensal	
	Até 1000€	Mais 1000€
	a	
Básico e Secundário	25	8
Superior	8	21

a:  $p < 0,001$ . Fonte: Dados de pesquisa

## Discussão

Johnson et al. (2001) referem que as características sociodemográficas desempenham um papel importante na prevalência e no grau dos constrangimentos de prática de atividades desportivas em contacto com a Natureza.

Relativamente ao sexo, de acordo com Lopes et al. (2017), a prática de exercício / atividades desportivas evidenciam uma maior tendência de participação por parte dos homens em detrimento das mulheres portuguesas (45% vs. 39%). De modo geral, a mulher, principalmente após o casamento, tende a negar a oportunidade de se envolver em atividades de lazer por causa das responsabilidades familiares (Johnson et al., 2001). Indo ao encontro do anteriormente referido, podemos verificar a existência de uma maior proporção de mulheres solteiras (quando comparado com mulheres casadas) que frequentaram o Pena Aventura Park no mês de dezembro de 2020, apesar de o resultado não ser estatisticamente significativo. Tal como no presente estudo, a predominância do sexo masculino na prática de atividades físicas em contacto com a Natureza também foi verificada no estudo de Calogiuri et al. (2016), realizado em 2168 adultos noruegueses. Em sentido oposto, os estudos de Santos (2018), Pyky et al. (2019), Pacheco et al. (2020), e Cordeiro, e Alves (2022) indicam que a procura pelo Desporto de Natureza é mais prevalente no sexo feminino do que no sexo masculino. Estes resultados podem justificar-se pela maior emancipação da mulher nos últimos anos, na procura pela igualdade de género e maior independência.

No que diz respeito ao rendimento individual mensal, as pessoas que mais procuraram o Pena Aventura Park tinham um rendimento mensal entre os 501 e os 1000 euros. Este resultado contrasta com a opinião veiculada por Santos (2018), que refere que as pessoas que auferem entre 1001 e 2000 euros são aqueles que mais procuram as atividades de Desporto de Natureza. O resultado encontrado no presente estudo pode dever-se ao facto de a faixa etária da amostra estar maioritariamente associada a indivíduos jovens. De acordo com Ferreira et al. (2021), os trabalhadores com idades entre os 20 e os 30

anos recebem um salário mensal líquido abaixo dos mil euros. Esta justificação é corroborada pelo facto de ter sido encontrada uma associação significativa entre a idade e o rendimento individual mensal, havendo uma maior proporção de indivíduos com idades até aos 30 anos com um rendimento individual mensal até aos 1000 euros. Este aspeto é positivo para a empresa que gere o referido Parque Aventura, uma vez que se percebe que pessoas que auferem o ordenado mínimo em Portugal ou um valor ligeiramente superior têm possibilidade de usufruir dos serviços prestados pelo Parque.

Relativamente ao estado civil, a maioria dos participantes deste estudo são solteiros. De acordo com Melo (2014), os indivíduos solteiros apresentam poucos constrangimentos familiares, o que lhes poderá permitir uma maior independência no desenvolvimento das suas práticas desportivas. De realçar também que a proporção de indivíduos solteiros é significativamente superior nos indivíduos mais jovens. Este resultado pode justificar-se pelos dados do Instituto Nacional de Estatística (INE) que indicam que a idade média do casamento se cifra nos 39,0 anos nos homens e 36,5 anos nas mulheres (INE, 2021a).

Relativamente ao nível educacional, a maioria dos participantes têm o Ensino Superior (47%). Estes resultados corroboram os resultados do questionário "Inquérito Nacional de Saúde com Exame Físico" (realizado com uma amostra representativa em Portugal), que indica que 50% de indivíduos adultos que pratica atividade física de forma regular tem o Ensino Superior e 43% o Ensino Secundário (Namorado et al., 2017). Os resultados do presente estudo também revelam que a proporção de indivíduos que têm o Ensino Superior é significativamente superior nos indivíduos que auferem mais de 1000 euros por mês. Este resultado vai ao encontro do que é veiculado por Eiriz (2022), que refere que os níveis de escolaridade mais elevados estão associados a rendimentos salariais mais elevados.

No que diz respeito à Área de Residência, a maioria dos participantes é proveniente do Norte de Portugal e a proporção de indivíduos provenientes do Norte de Portugal é significativamente superior nos indivíduos com formação correspondente ao Ensino Básico e Secundário e que auferem até 1000 euros mensais. De acordo com Walker, e Virden (2005), a falta de tempo é um dos maiores constrangimentos para a prática de atividades recreativas em contacto com a natureza. Os mesmos autores acrescentam que este constrangimento pode ter um impacto maior no contexto da recreação na natureza por causa dos compromissos das viagens, por vezes necessárias para atingir áreas naturais afastadas da zona de residência (Walker, e Virden, 2005). De acordo com dados do INE, a região do Norte de Portugal apresenta nível de escolaridade e o rendimento mensal mais baixo quando comparado com outras áreas de residência de Portugal, como por exemplo a Área Metropolitana de Lisboa. (INE, 2021b; 2021c)

A reduzida amostra, associada ao facto de a recolha de dados ter sido realizada num curto espaço de tempo pode ser considerada uma limitação deste estudo. No entanto, o facto de ainda estarmos num período com muitos casos de COVID-19, quando foram aplicados os questionários, limitou que a mesma fosse realizada num período mais alargado.

Este estudo robusteceu a literatura existente nesta área, apresentando uma caracterização sociodemográfica mais detalhada dos praticantes de Desporto de Natureza de um dos maiores Parques de Desporto de Natureza e Aventura de Portugal.

### **Conclusão**

A amostra de praticantes de Desporto de Natureza de um dos maiores Parques de Desporto de Natureza e Aventura de Portugal deste estudo é constituída maioritariamente por pessoas do sexo

masculino, solteiras, com uma idade compreendida entre os 26 e os 35 anos, provenientes da Zona Norte de Portugal, com um nível de educação correspondente ao Nível Superior e com um rendimento individual mensal entre os 500 e os 1000 euros.

A proporção de indivíduos com idades até aos 30 anos é significativamente superior nos indivíduos solteiros e que auferem até 1000 euros mensais. A proporção de indivíduos provenientes do Norte de Portugal é significativamente superior nos indivíduos com formação correspondente ao Ensino Básico e Secundário e que auferem até 1000 euros mensais. A proporção de indivíduos que têm o Ensino Superior é significativamente superior nos indivíduos que auferem mais de 1000 euros por mês.

Estes resultados poderão permitir à empresa que gere o Parque de Desporto de Natureza e Aventura referido o estabelecer de estratégias para captar um público-alvo com características menos visíveis neste estudo e desta forma aumentar os potenciais clientes do Parque. Além disso, pode também alertar outras empresas ligadas ao Desporto de Natureza para a importância de uma caracterização sociodemográfica dos utentes que as frequentam.

Estudos futuros poderão realizar uma associação entre as variáveis sociodemográficas e as atividades realizadas em Parques de Desporto de Natureza e Aventura.

### Referências

- Bell, S., Tyrvaïnen, L., Sievanen, T., Prbstl, U., e Simpson, M. (2007). Outdoor Recreation and Nature Tourism: A European Perspective. *Living Reviews in Landscape Research*, 1, 1-46. <https://doi.org/10.12942/lrlr-2007-2>
- Calogiuri, G., Patil, G.G., e Aamodt, G. (2016). Is Green Exercise for All? A Descriptive Study of Green Exercise Habits and Promoting Factors in Adult Norwegians. *International journal of environmental research and public health*, 13(11), 1165. <https://doi.org/10.3390/ijerph13111165>
- Cordeiro, B., e Alves, L. (2022). Áreas protegidas, turismo e percursos pedestres. O perfil do pedestriana na Serra da Lousã (Portugal). *Revista de Turismo y Patrimonio Cultural*, 20(4), 939-949. <https://doi.org/10.25145/j.pasos.2022.20.062>
- Eigenschenk, B., Thomann, A., McClure, M., Davies, L., Gregory, M., Dettweiler, U., e Inglés, E. (2019). Benefits of Outdoor Sports for Society. A Systematic Literature Review and Reflections on Evidence. *International journal of environmental research and public health*, 16(6), 937. <https://doi.org/10.3390/ijerph16060937>
- Eiriz, J. (2022). *Retornos Salariais e Competências Sociais* [Master's thesis. Universidade do Minho]. <https://hdl.handle.net/1822/83115>
- Ferreira, P., Lopes, M., e Tavares, L. (2021). *O Salário Médio em Portugal. Retrato atual e evolução recente*. Fundação Calouste Gulbenkian. <https://hdl.handle.net/1822/79299>
- Houlden, V., Weich, S., Porto de Albuquerque, J., Jarvis, S., e Rees, K. (2018). The relationship between green space and the mental wellbeing of adults: A systematic review. *Plos One*, 13(9), e0203000. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0203000>

- INE (2021a). *Idade média ao casamento (anos) por sexo*. Instituto Nacional de Estatística. Statistics Portugal. [https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine\\_indicadores&indOcorrCod=0001347](https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_indicadores&indOcorrCod=0001347)
- INE (2021b). *Taxa de escolaridade do nível de ensino secundário (Série 2021 - %) por Local de residência*. Instituto Nacional de Estatística. Statistics Portugal. [https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine\\_indicadores&indOcorrCod=0011326](https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_indicadores&indOcorrCod=0011326)
- INE (2021c). *Rendimento médio mensal líquido (Série 2021 - €) da população empregada por conta de outrem por Local de residência*. Instituto Nacional de Estatística. Statistics Portugal. [https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine\\_indicadores&indOcorrCod=0010697](https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_indicadores&indOcorrCod=0010697)
- Johnson, C., Bowker, J., e Cordell, H. (2001). Outdoor Recreation Constraints: An Examination of Race, Gender, and Rural Dwelling. *Southern Rural Sociology*, 17, 111-133. <https://www.researchgate.net/publication/254415623>
- Lanferdini, F.J. (2021). Esportes de aventura na ilha de Santa Catarina. *Brazilian Journal of Development*, 7(4), 42927-42944. <https://doi.org/10.34117/bjdv7n4-655>
- 
- Lopes, A. (2022). *Turismo de Aventura: percebendo o perfil do consumidor dos Saltos Tandem* [Master Thesis, Universidade de Évora]. <http://hdl.handle.net/10174/33995>
- Lopes, C., Torres, D., Oliveira, A., Severo, M., Alarcão, V., Guiomar, S., Mota, J., Teixeira, P., Rodrigues, S., Lobato, L., Magalhães, V., Correia, D., Carvalho, C., Pizarro, A., Marques, A., Vilela, S., Oliveira, L., Nicola, P., Soares, S., e Ramos, E. (2017). *Inquérito Alimentar Nacional e de Atividade Física, IAN-AF 2015-2016*. Universidade do Porto. <http://hdl.handle.net/10400.18/5779>
- Machado, S., Lobo, H., e Nogueira, S. (2023). Análise do perfil do visitante do Parque Natural Municipal das Andorinhas, Ouro Preto (MG). *Revista de Turismo y Patrimonio Cultural*, 21(3), 563-578. <https://doi.org/10.25145/j.pasos.2023.21.039>
- Marôco, J. (2011). *Análise Estatística com o SPSS Statistics*(5ª edição). Report Number.
- Melo, R. (2014). *Desporto de Natureza e Desenvolvimento Local Sustentável: Análise dos Praticantes e das Organizações Promotoras dos Desporto de Natureza* [Doctoral Dissertation, Universidade de Coimbra]. <https://hdl.handle.net/10316/24141>
- Mnich, C., Weyland, S., Jekauc, D., e Schipperijn, J. (2019). Psychosocial and Physiological Health Outcomes of Green Exercise in Children and Adolescents: A Systematic Review. *International journal of environmental research and public health*, 16(21), 4266. <https://doi.org/10.3390/ijerph16214266>
- Moscoso-Sánchez, D. (2020). El papel del turismo deportivo de naturaleza en el desarrollo rural. *ROTUR. Revista de Ocio y Turismo*, 14(2), 70-87. <https://doi.org/10.17979/rotur.2020.14.2.6535>

- Namorado, S., Santos, J., Antunes, L., Kislaya, I., Santos, A., Castilho, E., Cordeiro, E., Dinis, A., Barreto, M., Gaio, V., Gil, A., Rodrigues, A., Silva, A., Alves, C., Vargas, P., Prokopenko, T., Nunes, B., e Dias, C. (2017). *1º Inquérito Nacional de Saúde com Exame Físico (INSEF 2015): Determinantes de Saúde*. INSA. <http://hdl.handle.net/10400.18/4795>
- Pacheco, B.C., Loretto, D., e Olifiers, N. (2020). Perfil dos visitantes e seus impactos no Parque Estadual da Serra da Tiririca, RJ, Brasil. *Research, Society and Development*, 9(10), e1189108076-e1189108076. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i10.8076>
- Paiáguas, F.P. (2020). *Perfil do turista desportivo de aventura* [Doctoral dissertation. Faculdade de Motricidade Humana, Universidade de Lisboa]. <http://hdl.handle.net/10400.5/24744>
- Pyky, R., Marjo, N., Katja, K., Ann, O., Timo, L., Katja, B., e Liisa, T. (2019). Individual and Environmental Factors Associated with Green Exercise in Urban and Suburban Areas. *Health & Place*, 55, 20-28. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2018.11.001>
- Ribeiro, E., do Nascimento, C., Duarte, M., Nunes, J., e da Silva, E. (2020). Estudo do Turismo na prática do Esporte de Aventura de Voo Livre no Município de Patu (RN). *Turismo & Cidades*, 2(4), 35-55. <http://periodicoseletronicos.ufma.br/index.php/turismoecidades/article/view/14034>
- Sampieri, R., Collado, C., e Lucio, M. (2013). *Metodologia de Pesquisa* (5ª edição). Editorial McGraw-Hill.
- Santos, J. (2018). *Turismo de Natureza: Procura Turística e Imagem dos Espaços Naturais*. [Master Thesis. Escola Superior de Tecnologia e Gestão de Viseu, Instituto Politécnico de Viseu]. <http://hdl.handle.net/10400.19/5245>
- Sosa, L., Damián, A., e Mota, L. (2019). Prospección de la actividad turística en el Parque de Aventura Barrancas del Cobre, Chihuahua, México. *El Periplo Sustentable*, (37), 122-140. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7734588>
- Walker, G., e Virden, R. (2005). Constraints on outdoor recreation. In E. Jackson (Ed.), *Constraints to leisure* (pp. 201-220). Venture Publishing.

---

***Lecturas: Educación Física y Deportes, Vol. 28, Núm. 307, Dic. (2023)***