# **CONTEXTUALIZAÇÃO**

Os primeiros parques urbanos do mundo foram criados para reuniões políticas e como forma de adoração aos deuses. Eles nasceram na China, onde tinham sentido filosófico e religioso. E no Egito, que tinham como objetivo, diminuir o calor das casas.

Os parques urbanos no Brasil, foram criados no século XVIII, a fim de trazer áreas verdes saudáveis e que fossem livres de poluição, visando um contraste à crescente industrialização das cidades. Após a Revolução Industrial, foram percebidas diversas mudanças no modo de viver, e com o crescimento das cidades, foram surgindo preocupações organizacionais. Nessa visão, surgiram novos formatos de áreas verdes, os quais são de maiores influências francesas e inglesas, como os jardins contemplativos, “parkways”, parques de vizinhança, parques franceses e os parques de paisagem.

Porém a real necessidade dos parques urbanos surgiu em 1950, quando foram implantados equipamentos de lazer e de exercícios, gerando uma nova rotina de trabalho. A partir daí, surgiram várias práticas de lazer, como atividades físicas, sendo não só para ficar em forma, mas também para se manter saudável, tanto o corpo quanto a mente.

A temperatura ambiente e a umidade relativa do ar estão ligadas à capacidade do homem em regular a temperatura corporal e à captação do oxigênio, quando está muito seco, os atletas podem apresentar sintomas como ardor nos olhos, no nariz e na garganta. Além disso, doenças cardíacas e respiratórias podem ser agravadas. Já quando a umidade está alta demais, a produção de suor pode ser dificultada, levando ao aumento da temperatura interna do corpo. Como consequência, o atleta se sente mais cansado, além disso o corpo pede líquido, e os vasos se dilatam, o que diminui a pressão do sangue. A queda na pressão arterial, chamada de hipotensão, diminui a circulação também no cérebro, o que causa dor de cabeça e confusão mental, levando à irritabilidade e ao mau humor.

Há estudos que mostram como o exercício físico é uma ótima forma de restaurar a saúde, foi realizado uma pesquisa na Universidade de Glasgow com mais de 2 mil pessoas apontou que correr, andar de bicicleta ou caminhar em áreas verdes diminui consideravelmente os níveis de stress, tensão e depressão. Observa-se que quando praticado em áreas verdes, há um benefício maior ao praticante, e funciona como uma conscientização em relação aos cuidados com o meio ambiente. O número de pessoas que começaram a exercer atividades físicas aumentou nos últimos anos e os parques públicos são considerados locais privilegiados a essa prática, porém o número de pessoas que praticam ainda é baixo.

Atualmente, São Paulo conta com 113 parques, sendo 7 deles pertencentes ao estado e o restante a prefeitura. A gestão desses parques é feita pela Secretaria do Verde e do Meio Ambiente (SVMA), na qual há divisões para fazer o gerenciamento adequado e eficiente das áreas verdes. Há também campanhas e programas como “Agita São Paulo”, que tem como finalidade combater o sedentarismo.