

# DESPORTO, NATUREZA E TURISMO

TENDÊNCIAS, INOVAÇÃO E SUSTENTABILIDADE



**EDITORES**

Luís Carvalhinho

Elsa Pereira

EDITORES

**LUÍS CARVALHINHO e ELSA PEREIRA**

TÍTULO

**DESPORTO, NATUREZA E TURISMO • Tendências, Inovação e Sustentabilidade**

COMISSÃO CIENTÍFICA (Revisores)

Alfredo Silva, António Brandão, Carlos Mata, Carlos Vasconcelos, Catarina Pereira, Celina Gonçalves, Elsa Pereira, Félix Romero, Fernando Perna, Hélio Antunes, João Brito, Jorge Bravo, Luís Carvalhinho, Luís Quaresma, M<sup>º</sup> João Custódio, Margarida Mascarenhas, Mário Carvalho, Marisa Barroso, Paulo Rosa, Paulo Nunes, Pedro Bento, Rafael Oliveira, Ricardo Melo, Rute Martins.

EDIÇÃO

Quântica Editora – Conteúdos Especializados, Lda.

Praça da Corujeira n.º 38 · 4300-144 PORTO

Tel: 220 939 053 · E-mail: geral@quanticaeditora.pt · www.quanticaeditora.pt

CHANCELA

Sportbook – Conteúdos de Desporto

DISTRIBUIÇÃO

Booki – Conteúdos Especializados

Tel. 220 104 872 · info@booki.pt · www.booki.pt

APOIO FINANCEIRO

CITUR - Centro de Investigação, Desenvolvimento e Inovação em Turismo · www.citur-tourismresearch.com

FCT - Fundação para a Ciência e a Tecnologia · www.fct.pt

APOIO INSTITUCIONAL

SportMagazine – Revista de Treino Desportivo • www.sportmagazine.pt

REDESP - Rede de Escolas com Formação em Desporto do Ensino Superior Politécnico Público · www.redepolitecnicosdesporto.com

DESIGN

Quântica Editora – Conteúdos Especializados, Lda.

IMPRESSÃO

Novembro, 2023

DEPÓSITO LEGAL

522420/23



A **cópia ilegal** viola os direitos dos autores.

Os prejudicados somos todos nós.

Copyright © 2023 | Quântica Editora – Conteúdos Especializados, Lda.

Todos os direitos reservados a Quântica Editora – Conteúdos Especializados, Lda.

A reprodução desta obra, no todo ou em parte, por fotocópia ou qualquer outro meio, seja eletrónico, mecânico ou outros, sem prévia autorização escrita do Editor e do Autor, é ilícita e passível de procedimento judicial contra o infrator.

Este livro encontra-se em conformidade com o novo Acordo Ortográfico de 1990, respeitando as suas indicações genéricas e assumindo algumas opções específicas. A presente publicação é apoiada pelo Centro de Investigação, Desenvolvimento e Inovação em Turismo (CITUR), financiado por fundos nacionais através da Fundação para a Ciência e a Tecnologia, I.P. (FCT), no âmbito do projeto sob a referência UIDB/04470/2020.

CDU

796 Desporto. Jogos. Exercícios físicos

ISBN

Papel: 9789899177161

E-book: 9789899177178

DOI

<https://doi.org/10.61875/suffix>

Catálogo da publicação

Família: Desporto

Subfamília: Desportos Radicais e Atividades na Natureza



# DESPORTO, NATUREZA E TURISMO

TENDÊNCIAS, INOVAÇÃO E SUSTENTABILIDADE



**EDITORES**

Luís Carvalhinho

Elsa Pereira

# ÍNDICE

<b>AGRADECIMENTOS</b>	<b>VII</b>
<b>NOTAS SOBRE OS AUTORES</b>	<b>XI</b>
<b>PREFÁCIO</b>	<b>XXV</b>
<b>PARTE I – TENDÊNCIAS NO DESPORTO, NATUREZA E TURISMO</b>	<b>29</b>
<b>CAPÍTULO 1</b>	<b>31</b>
<b>Macrotendências do mercado de turismo natureza</b>	
Pedro Bento, Telmo Teotónio, Paulo Rosa	
<b>CAPÍTULO 2</b>	<b>55</b>
<b>Os conceitos de <i>outdoor adventure education and learning</i>, <i>outdoor training/corporate activities</i> e <i>experimental outdoor and well-being</i> no desenvolvimento de atividades desportivas na natureza</b>	
Carlos Silvério, Jorge Bravo, Luís Carvalhinho	
<b>CAPÍTULO 3</b>	<b>75</b>
<b>O <i>trail running</i> enquanto produto turístico: uma análise do perfil do praticante</b>	
Ana Rodrigues, Bebiana Sabino, Hélio Antunes	
<b>PARTE II - INOVAÇÃO NO DESPORTO, NATUREZA E TURISMO</b>	<b>93</b>
<b>CAPÍTULO 4</b>	<b>95</b>
<b><i>Outdoor recreation and agritourism experiences thought website content analysis</i></b>	
Carolina Coelho, Maria Custódio, Fernando Perna, Luís Carvalhinho	
<b>CAPÍTULO 5</b>	<b>135</b>
<b>A gestão das novas tecnologias na abordagem à orientação: efeitos de um programa de intervenção</b>	
César Bento, Luís Faria, António João Pereira, Bebiana Sabino, Hélio Antunes, Ana Rodrigues	
<b>CAPÍTULO 6</b>	<b>153</b>
<b>Modelo de análise do risco para a prevenção de acidentes em desporto de natureza. Estudo em desportos de montanha</b>	
Carlos Mata, Catarina Pereira, Luís Carvalhinho	

<b>CAPÍTULO 7</b>	175
<b>A gestão do risco aplicada aos desportos de natureza: contributos para uma abordagem inovadora</b>	
Paulo Nunes, Ricardo Chumbinho	
<b>PARTE III – SUSTENTABILIDADE NO DESPORTO, NATUREZA E TURISMO</b>	<b>197</b>
<b>CAPÍTULO 8</b>	199
<b>Sustentabilidade e desporto de natureza</b>	
Alfredo Silva	
<b>CAPÍTULO 9</b>	225
<b>Perceção de fatores de risco e incidência de lesões em atividades de <i>Via Ferrata</i>: revisão narrativa</b>	
Diana Torres, Renato Fernandes, Rafael Oliveira, João Brito	
<b>CAPÍTULO 10</b>	241
<b><i>The importance of sport event organizations' environmental responsibility on spectators' sustainability intention</i></b>	
Rute Martins, Margarida Mascarenhas, Elsa Pereira, João Marôco, Brian McCullough	
<b>CAPÍTULO 11</b>	269
<b>Desporto <i>outdoor</i> em espaços azuis: impactos do projeto “crescer pelo mar”</b>	
Elsa Pereira, Miriam Martinez, Ricardo Barradas, Margarida Mascarenhas, Rute Martins	

PARTE I

**TENDÊNCIAS  
NO DESPORTO,  
NATUREZA E  
TURISMO**



CAPÍTULO 1

# MACROTENDÊNCIAS DE MERCADO NO TURISMO DE AVENTURA

## Capítulo 1

# Macrotendências de mercado no turismo de aventura

*Pedro Bento, Paulo Rosa e Telmo Teotónio*

### RESUMO

A dimensão económica do desporto de natureza ganhou expressão ao longo dos anos 90, sendo a sua ligação ao turismo muito relevante a nível global. É com base neste pressuposto que desenvolvemos a presente revisão de literatura, cujo objeto de estudo se centra no denominado Turismo de Aventura. O objetivo central deste capítulo é identificar e refletir sobre macrotendências no mercado do Turismo de Aventura, a nível mundial, com vista à compreensão, numa perspetiva de mercado, do futuro destas práticas. A revisão teve em conta a articulação entre trabalhos científicos, relatórios e estudos de mercado de instituições internacionais de reconhecida relevância. Esta abordagem permitiu fundamentar e dar robustez às assunções apresentadas. Concluímos que algumas das mais relevantes macrotendências no Turismo de Aventura, se centram nos ideais de sustentabilidade, nos aspetos associados ao desenvolvimento tecnológico, à saúde e ao desenvolvimento de experiências personalizadas. As alterações do perfil do consumidor, já são acompanhadas de respostas do lado da oferta. Contudo, é necessário que as empresas do setor estejam atentas às mudanças, adotando novas estratégias de negócio, que permitam manter elevados níveis de competitividade. Ao nível da academia, são apresentadas algumas considerações e direções de investigação, permitindo, num futuro próximo, uma visão mais profunda e aplicada à realidade deste setor.

**Palavras-chave:** desporto de natureza, turismo de aventura; macrotendências; mercado.

### ***Market macro-trends in adventure tourism***

*The economic dimension of nature-based sports has gained importance throughout the 90s, with its connection to tourism being one of the most relevant at a global level. Based on this assumption, we have developed the present literature review, which focuses on Adventure Tourism. The main objective of this work is to*



*identify and reflect on macro-trends in the Adventure Tourism market worldwide, in order to understand, from a market perspective, the future of these practices. The review takes into account the articulation between scientific works, reports, and market studies from internationally recognized institutions. This approach allowed us to substantiate and give robustness to the assumptions presented. We concluded that some of the most relevant market macro-trends in Adventure Tourism today are centered on sustainability ideals, aspects associated with technological development, health, and the development of increasingly personalized experiences. Evidence of changes in consumer profile is already being met with responses from the supply side. However, it is necessary for companies in the sector to be aware of these changes and adopt new business strategies that allow them to maintain high levels of competitiveness. At the academic level, some considerations and research directions are presented, which may allow for a deeper and more applied vision of the reality of this sector in the near future.*

**Keywords:** *nature-based sports, adventure tourism, macro-trends, market.*

## Introdução

Os desportos de natureza têm revelado um crescimento exponencial nos últimos anos a nível mundial, sendo essa realidade acompanhada em Portugal (Melo & Gomes, 2017). Entre as atividades de natureza, o Trail Running tem verificado um crescimento inquestionável, registando-se um “boom do Trail Running” em particular desde 2007 (Urbaneja & Farias, 2018), sendo este fenómeno indissociável de um incremento do número de provas e de praticantes desta modalidade (Torbidoni, Urbaneja, & Yuba, 2015). O surgimento de organismos como a Associação de Trail Running de Portugal (ATRP) em 2012 e a International Trail Running Association em 2013, permitiu igualmente a gestão e desenvolvimento da modalidade. Por exemplo, no contexto nacional a ATRP realiza a gestão do calendário oficial das provas, que, na época de 2019/20, contemplava 72 provas de trail (até 42,195Km), 41 de ultra trail (entre 42,195Km e 99Km) e 14 provas de ultra trail endurance (>100Km) (ATRP, 2019).

As provas de *Trail Running* definem-se como corrida aberta na natureza, “com o mínimo de percurso pavimentado/alcatroado, que não deverá exceder 10% do percurso total, em vários ambientes e terrenos (...) em percurso devidamente balizado e marcado e em respeito pela ética desportiva, lealdade, solidariedade e pelo meio ambiente” (ATRP, 2019). Contudo, e perante o grande desenvolvimento da modalidade, em particular nos últimos 10 anos no contexto ibérico, constata-se que são ainda reduzidos os estudos que se centram na caracterização dos eventos e no perfil dos atletas. Neste contexto e com o intuito de refletir e identificar necessidades e potencialidades no desenvolvimento e gestão da modalidade, torna-se pertinente proceder à caracterização da modalidade e das provas, bem como descrever o perfil dos praticantes de Trail Running (Torbidoni et al., 2015) e o apoio técnico que lhes é dirigido.

No panorama nacional, o evento que mais se destaca no Trail Running é o Madeira Island Ultra Trail (MIUT), que teve a sua origem em 2008, organizado pelo Clube Montanha do Funchal. Desde então tem registado uma grande evolução e projeção internacional (Nóbrega, 2019), integrando o *Ultra-Trail Word Tour* desde 2016 (UTWT, 2020). Na edição de 2018, o evento desportivo era constituído por 4 provas: (i) Mini; (ii) Marathon; (iii) Ultra e (iv) MIUT, descritas na tabela 3.1. (MIUT, 2018).

**Tabela 3.1.** – Caracterização das provas que constituem o Madeira Island Ultra Trail.

Provas	Distância	Desnível positivo	Desnível negativo	Tempo máximo	Categorização	Grau de dificuldade
Mini	16 km	390 m	400 m	4 h	Trail Curto	1
Marathon	42 km	1700 m	2300 m	11 h	Trail Ultra Médio	2
Ultra	85 km	4700 m	4800 m	25 h	Trail Ultra Longo	3
MIUT	115 km	7100 m	7100 m	32 h	Trail Ultra Endurance	4

Assim, com o desenvolvimento deste trabalho pretendeu-se: (i) caracterizar os atletas de um evento internacional de Trail Running (Madeira Island Ultra Trail 2018), relativamente às características demográficas, ao perfil socioeconómico, à prática e passado desportivo e ao acompanhamento técnico, e (ii) estudar as diferenças no perfil dos atletas em função da prova em que participam no evento - Mini (16km), Marathon (42km), Ultra (85km) e MIUT (115km).

## Metodologia

A presente investigação, de natureza transversal e de carácter quantitativo, com o intuito de estudar o perfil do praticante de Trail Running foi desenvolvida através de várias fases devidamente planeadas. A primeira consistiu num planeamento detalhado do estudo, onde se definiram os objetivos. Posteriormente, foi desenvolvido, validado e aplicado um questionário a todos os participantes do Madeira Island Ultra Trail edição de 2018 (n=2487). Numa última fase, foram recolhidos e tratados os dados que nos permitiram medir e quantificar relações entre variáveis, bem como, fazer inferências para a população em estudo (Hair et al.,2019).

## Amostra

Na edição de 2018 do MIUT participaram 2488 atletas oriundos de 55 países. A sua distribuição pelas diferentes provas foi a seguinte: 506(Mini); 653(Maratona); 453(Ultra); 876(MIUT). Todos os participantes neste evento foram convidados a participar no estudo, através do envio do questionário, contudo a taxa de retorno foi de 28,7% (n=713). Deste modo, participaram no

**Tabela 3.3.** – Secções e variáveis que compõem o questionário.

Secção	Variável	Opções de resposta
<b>Dados demográficos, nacionalidade e estado civil</b>	Sexo	Masculino/Feminino
	Idade	Idade (anos)
	Nacionalidade	Nacionalidade
	Estado Civil	Solteiro(a)/Casado(a)/União de facto/Divorciado(a)/Viúvo(a)
<b>Perfil Socioeconómico</b>	Nível de Escolaridade	1ºCiclo ou 1ºCiclo Incompleto/2ºCiclo/3º Ciclo/ Secundário/Licenciatura/ Mestrado/Doutoramento
	Situação Profissional	Ativo/ Inativo
	Condição Perante o Trabalho	Trabalhador por conta outrem/ Trabalhador por conta própria/Ambos/Outra
	Condições da Habitação	Má/Mediocre/Razoável/Boa/Excelente
<b>Passado e Prática Desportiva Atual</b>		
<b>Modalidade de Trail Running</b>	Idade de início da prática	Idade (anos)
	Anos de prática	Anos
	Suporte dos custos financeiros	Pelo próprio/Pelo patrocinador/Por ambos
	Representa um clube	Sim/Não
	É acompanhado por um profissional da Atividade Física/ desporto	Sim/Não
<b>Outra Modalidade</b>		
<b>Passado Desportivo</b>	No passado praticou alguma modalidade federada?	Sim/Não
<b>Presente</b>	Além do trail running, prática outra modalidade	Sim/Não
<b>Acompanhamento Técnico</b>	Dispõe de apoio de especialistas (como preparador físico, nutricionista etc.) na sua preparação?	Descrição dos elementos que prestam apoio ao atleta

*Fonte: elaboração própria com base nos dados recolhidos na pesquisa*

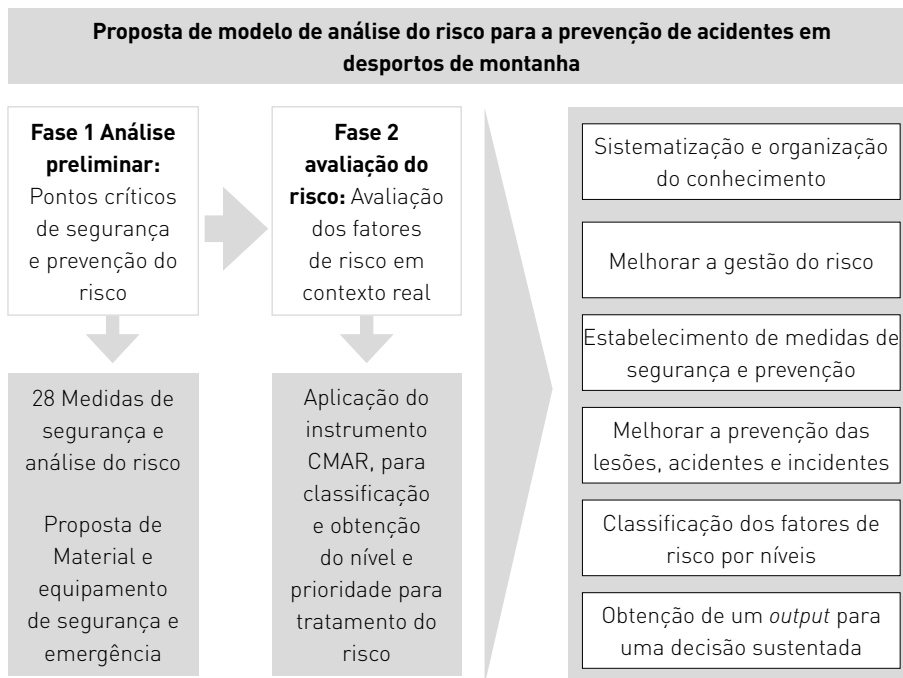
## Procedimentos gerais

O questionário foi enviado via email, juntamente com um consentimento informado, a todos os participantes, em língua portuguesa, espanhola, francesa ou inglesa, em função da nacionalidade do atleta. A tradução foi efetuada através de especialistas em cada língua, sendo posteriormente discutidas as questões ambíguas com especialistas em linguística e no domínio das Ciências do Desporto. Numa terceira fase foi realizado um pré-teste com o intuito de testar a

O modelo proposto apresenta duas fases de análise e foi contruída a partir de ferramentas definidas pela *International Electrotechnical Commission (IEC)* ISO/IEC 31010:2019 – Risk management – Risk assessment technique que funciona como um complemento à ISO 31000, apresentando orientações para a aplicação de técnicas e ferramentas de avaliação e tornando possível a tomada de decisão baseada em evidência e análise do risco (Purdy, 2010; Oehmen et al., 2020).

A primeira fase de análise focou-se nos pontos críticos de segurança e prevenção do risco, através da verificação de uma lista de recomendações e medidas relacionadas com os recursos humanos e materiais. A segunda fase destinou-se à avaliação dos fatores de risco em contexto real com a utilização do instrumento *checklist* e matriz de avaliação do risco (CMAR), para classificação e obtenção do nível de risco e definição da(s) prioridade(s) para tratamento do risco.

A figura 6.1. mostra de forma esquematizada as fases do modelo de análise do risco, como também os benefícios da utilização desta ferramenta.



**Figura 6.1.** - Esquema do modelo de análise do risco para a prevenção de acidentes em desportos de montanha.

# DESPORTO, NATUREZA E TURISMO

## TENDÊNCIAS, INOVAÇÃO E SUSTENTABILIDADE

### EDITORES

Luís Carvalhinho

Elsa Pereira

### Sobre a obra

Consubstanciando o trabalho em rede produzido pela Comissão de Desporto de Natureza e Turismo, no âmbito da REDESPP (Rede de Escolas com formação na área do Desporto do Ensino Superior Politécnico Público), coordenada por Luís Carvalhinho e Elsa Pereira, e com a participação de autores, nacionais e internacionais, provenientes do mundo académico universitário e politécnico, bem como do mundo empresarial, com provas dadas em termos científicos e de gestão, empreendedorismo e inovação em empresas e organizações relacionadas com este setor, esta obra surge no sentido da atualização e partilha de conhecimento na área do desporto de natureza e turismo ativo.

É, por isso, direcionada aos profissionais, técnicos, estudantes e praticantes das áreas de Desporto de Natureza, Turismo Ativo e Animação Turística, bem como aos responsáveis pelo desenvolvimento sustentável ao nível das comunidades e respetivos territórios, e pela qualidade da oferta de produtos e serviços relacionados com o setor. Tal como exposto no prefácio, os diversos temas são o exemplo da complexidade do exercício desta profissão e do valor social e ambiental que as competências dos técnicos de Desporto de Natureza e Turismo Ativo podem imprimir na nossa sociedade, pelo que importa, portanto, reconhecer, valorizar e certificar a intervenção profissional dos técnicos e adequar os modelos de formação às necessidades do mercado e dos praticantes, garantindo o sucesso, a segurança e a sustentabilidade.

Apoio Institucional



**Sport**MAGAZINE

Apoio Financeiro



**fct**

Fundação  
para a Ciência  
e a Tecnologia

Também disponível em formato e-book



ISBN: 978-989-917-716-1



[www.sportbook.pt](http://www.sportbook.pt)

**sportbook**