



A CIDADE E O DESCANSO HUMANO: UMA DISCUSSÃO JURÍDICO-FILOSÓFICA

The City and Human Rest: A Juridical-Philosophical Discussion

Stênio de Freitas Barretto

Faculdade de Direito da Universidade de Coimbra

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1445-4412>

URL: <http://www.steniobarretto.com>

E-mail: steniobarretto@gmail.com

Marcelle Mourelle Perez Diós

Faculdade de Ensino Superior de Linhares

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4605-7152>

E-mail: marcelle.mourelle@faceli.edu.br

Trabalho enviado em 9 de janeiro de 2025 e aceito em 1 de fevereiro de 2025



This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.



Rev. Dir. Cid., Rio de Janeiro, Vol. 16, N.03., 2024, p. 91-120

Stênio de Freitas Barretto e Marcelle Mourelle Perez Diós

DOI: [10.12957/rdc.2024.89075](https://doi.org/10.12957/rdc.2024.89075) | ISSN 2317-7721

RESUMO

Este artigo examina a relação entre o descanso humano e o planejamento urbano contemporâneo, considerando-o um direito essencial à dignidade humana e à justiça social. O objetivo é explorar os fundamentos filosóficos e normativos que sustentam a promoção do descanso como direito e propor diretrizes práticas para sua integração ao ordenamento jurídico e às políticas públicas. A metodologia combina revisão bibliográfica crítica, com base em autores como Lefebvre, Harvey e Arendt, e análise documental de dispositivos legais brasileiros, como a Constituição Federal de 1988 e o Estatuto da Cidade. Além disso, analisa casos internacionais, como o programa “Ciclovía” em Bogotá e o redesenho urbano em Copenhague, para identificar exemplos de sucesso. Os resultados evidenciam que, apesar de o ordenamento jurídico brasileiro contemplar direitos associados à qualidade de vida, o descanso é negligenciado como direito autônomo. O artigo sugere soluções como a criação de zonas de descanso em Planos Diretores Municipais, financiamento via PPPs e o uso de indicadores urbanos. Conclui-se que integrar o descanso ao planejamento urbano é fundamental para construir cidades mais humanas e inclusivas, conciliando progresso e qualidade de vida. Assim, o estudo contribui ao ampliar o debate interdisciplinar e oferecer diretrizes concretas para a promoção do descanso.

Palavras-chave: Descanso humano; Direito à cidade; Justiça espacial; Planejamento urbano; Perspectiva jurídico-filosófica.

ABSTRACT

This article examines the relationship between human rest and contemporary urban planning, considering it as an essential right to human dignity and social justice. The objective is to explore the philosophical and normative foundations that support the promotion of rest and propose practical guidelines for its integration into legal frameworks and public policies. The methodology combines a critical literature review, based on authors such as Lefebvre, Harvey, and Arendt, with a documental analysis of Brazilian legal instruments, including the 1988 Federal Constitution and the City Statute. Additionally, it examines international cases, such as the "Ciclovía" program in Bogotá and urban redesign initiatives in Copenhagen, to identify successful examples. The findings reveal that, although Brazilian legal frameworks address quality-of-life rights, such as health and leisure, rest remains overlooked as an autonomous right. The article suggests solutions such as the inclusion of rest zones in municipal master plans, financing through public-private partnerships (PPPs), and the use of urban quality indicators. It concludes that integrating rest into urban planning is essential to fostering more inclusive and human-centered cities, balancing progress with quality of life. This study contributes by broadening the interdisciplinary debate and offering concrete guidelines for promoting rest.

Keywords: Human rest; Right to the city; Spatial justice; Urban planning; Legal-philosophical perspective.

1. INTRODUÇÃO

A cidade contemporânea é palco de dinâmicas sociais, econômicas e culturais que moldam profundamente a experiência humana e o modo de vida urbano pauta inclusive a vida em muitas



comunidades rurais impactadas pela globalização. Em meio à crescente aceleração do tempo e à intensificação das demandas produtivas, o descanso desponta como uma necessidade fundamental frequentemente relegada a uma posição secundária nos debates sobre urbanismo e qualidade de vida. Ao contrário de seu papel tradicional como um intervalo funcional, o descanso é aqui compreendido como um direito essencial à dignidade e à justiça social, intrinsecamente vinculado à vivência plena do espaço urbano.

O contexto brasileiro exemplifica desafios emblemáticos dessa questão. Urbanização desordenada, desigualdade no acesso a áreas verdes e a fragmentação do tempo de descanso em razão da hiperconectividade são realidades que comprometem a possibilidade de um repouso genuíno. Apesar de a Constituição Federal de 1988 e o Estatuto da Cidade fornecerem diretrizes para a promoção de direitos sociais e da função social da cidade, o descanso não é tratado como um direito autônomo, o que dificulta sua integração às políticas públicas e ao planejamento urbano.

A ausência desse reconhecimento contrasta com a crescente relevância do tema na literatura teórica e nas experiências internacionais. Autores como Henri Lefebvre e David Harvey destacam a necessidade de repensar as cidades a partir de uma perspectiva que priorize a justiça espacial e o bem-estar integral. Experiências em cidades como Bogotá, com o programa "Ciclovía", e Copenhague, que redesenhou seus espaços urbanos para privilegiar pedestres e ciclistas, mostram que é possível integrar descanso e lazer à organização urbana de maneira sustentável e inclusiva. Contudo, esses modelos ainda carecem de uma análise adaptada às especificidades brasileiras, como desigualdades regionais, restrições orçamentárias e limitações de governança.

Diante desse cenário, o presente trabalho busca examinar a relação entre o descanso humano e o planejamento urbano sob uma perspectiva jurídico-filosófica. Partindo de fundamentos éticos e normativos, a investigação propõe diretrizes práticas que promovam o descanso como um eixo estruturante de cidades mais humanas e inclusivas. Ao integrar conhecimentos do Direito, Filosofia, Saúde Pública e Sociologia, o estudo visa fomentar um debate interdisciplinar que contribua para a construção de políticas públicas alinhadas às demandas contemporâneas de justiça e dignidade.

Esse enfoque se justifica pela lacuna teórica e prática em torno do tema. Reconhecer o descanso como um direito essencial é não apenas um passo em direção à reconfiguração ética das cidades, mas também uma oportunidade de fomentar espaços que conciliem progresso e qualidade de vida. Assim, este trabalho busca não apenas compreender o papel do descanso nas cidades contemporâneas, mas também propor caminhos concretos para sua efetiva integração no planejamento urbano, promovendo cidades mais justas e sustentáveis.

1.1. JUSTIFICATIVA

O descanso humano, apesar de sua relevância para o bem-estar físico, mental e social, é frequentemente negligenciado no planejamento urbano e na formulação de políticas públicas. Essa lacuna é particularmente preocupante em um contexto contemporâneo caracterizado pela intensificação da vida produtiva, urbanização desordenada e desigualdade no acesso a espaços públicos adequados. Embora o ordenamento jurídico brasileiro contemple direitos como saúde, moradia e lazer, o descanso raramente é abordado como um direito autônomo e essencial à dignidade humana, limitando sua proteção e promoção nas cidades.

Do ponto de vista teórico, o estudo encontra respaldo na literatura de autores como Henri Lefebvre (2006) e David Harvey (2014), que destacam a necessidade de repensar a organização do espaço urbano a partir de perspectivas que priorizem o bem-estar integral dos cidadãos. Lefebvre (2006), ao propor o conceito de “direito à cidade”, enfatiza a vivência plena do espaço urbano como um direito coletivo, que inclui condições adequadas para o repouso e a regeneração física e mental. No entanto, a realidade urbana brasileira apresenta desafios significativos para a concretização desse direito, como a desigualdade espacial, a ausência de infraestrutura pública nas periferias e a moderna hiperconectividade, que fragmenta o tempo de descanso.

Além destes aspectos, a investigação justifica-se pela necessidade de preencher uma lacuna prática e normativa: como integrar o descanso ao planejamento urbano de forma efetiva e equitativa? A falta de reconhecimento do descanso como um elemento central na organização das cidades perpetua dinâmicas de exclusão social e limitações no acesso a espaços de convivência e regeneração. Para enfrentar esses desafios, é indispensável formular diretrizes que articulem planejamento urbano, saúde pública e direitos fundamentais, promovendo uma visão integrada do descanso como parte da qualidade de vida urbana.

Este trabalho, portanto, busca contribuir para o debate acadêmico e político ao destacar o descanso humano como um eixo estruturante das cidades justas e sustentáveis. Ao propor diretrizes práticas e explorar os fundamentos filosóficos, jurídicos e urbanísticos do tema, espera-se oferecer subsídios para a formulação de políticas públicas inclusivas. O estudo justifica-se ainda pelo seu potencial de influenciar a concepção de cidades que conciliem progresso econômico, justiça social e a dignidade humana, ampliando o alcance do direito ao descanso e promovendo uma reconfiguração ética do espaço urbano.

1.2. OBJETIVOS



Este trabalho tem como objetivo geral investigar como o descanso humano pode ser integrado ao planejamento urbano contemporâneo, abordando-o como um direito essencial vinculado à dignidade humana e à justiça social. A partir dessa perspectiva, busca-se explorar as intersecções entre os aspectos jurídicos, filosóficos e urbanísticos que fundamentam a proteção do descanso nas cidades.

Os objetivos específicos são:

1. Analisar os fundamentos filosóficos e éticos do descanso urbano, destacando sua relevância como prática que transcende o lazer e contribui para o desenvolvimento integral do indivíduo. A discussão é ancorada em autores clássicos, como Aristóteles, Hannah Arendt, e contemporâneos, como Byung-Chul Han e Henri Lefebvre, estabelecendo uma ponte entre conceitos históricos e os desafios modernos.

2. Examinar o direito ao descanso no ordenamento jurídico brasileiro, com ênfase nos dispositivos constitucionais e infraconstitucionais que garantem direitos relacionados à qualidade de vida, como saúde, lazer e meio ambiente equilibrado. Pretende-se identificar lacunas normativas e discutir como o descanso pode ser tratado como um direito autônomo e transversal.

3. Propor diretrizes práticas para incorporar o descanso ao planejamento urbano, considerando experiências nacionais e internacionais bem-sucedidas. As propostas incluem a criação de zonas de descanso, a revitalização de espaços públicos e o desenvolvimento de indicadores que permitam monitorar e avaliar as condições urbanas de descanso.

4. Fomentar uma abordagem interdisciplinar na promoção do descanso urbano, articulando conhecimentos das áreas do Direito, Filosofia, Sociologia, Saúde Pública e Economia. Essa integração busca evidenciar os impactos do descanso na qualidade de vida e reforçar sua centralidade em políticas públicas.

Por meio desses objetivos, espera-se contribuir para a construção de um modelo urbano mais inclusivo e sustentável, no qual o descanso seja reconhecido como um elemento indispensável à dignidade humana e ao bem-estar coletivo. Essa abordagem promove um diálogo entre teoria e prática, incentivando a formulação de políticas públicas que combinem eficiência, equidade e compromisso com a justiça urbana.

1.3. METODOLOGIA

A metodologia adotada para este estudo combina uma revisão bibliográfica crítica com análise documental, buscando fundamentar as discussões a partir de abordagens normativas, filosóficas e práticas sobre o descanso urbano. A revisão bibliográfica concentrou-se em obras de referência de autores como Henri Lefebvre, Byung-Chul Han e Hannah Arendt, além de artigos acadêmicos recentes sobre justiça espacial, planejamento urbano e políticas públicas. Esse levantamento teórico permitiu



articular conceitos como o direito à cidade, justiça social e descanso enquanto prática ética, estabelecendo um diálogo interdisciplinar entre Direito, Filosofia e Sociologia.

A análise documental abrangeu regulamentos jurídicos nacionais, incluindo a Constituição Federal de 1988 (Brasil, 1988), o Estatuto da Cidade - Lei nº 10.257/2001(Brasil, 2001) e dispositivos infraconstitucionais, como a Consolidação das Leis do Trabalho - CLT(Brasil, 1943). Estes textos foram examinados à luz da questão central do descanso, explorando como a legislação vigente pode ser reinterpretada para integrá-lo como um direito autônomo e transversal. Documentos institucionais, como relatórios da Plataforma ODS Brasil e de organizações internacionais, também foram analisados para contextualizar as disparidades no acesso a espaços de descanso em diferentes realidades urbanas.

Adicionalmente, este trabalho se baseia em uma abordagem crítico-interpretativa para conectar as análises teóricas e normativas com os desafios e oportunidades observados na prática urbana contemporânea. Essa abordagem permitiu identificar lacunas na legislação e nas políticas públicas, sugerindo diretrizes mais integradas e eficazes para promover o descanso como parte essencial do planejamento urbano. A seleção de casos emblemáticos, como as políticas de lazer em Bogotá e Copenhaga, e iniciativas locais, como o Parque Augusta em São Paulo, forneceu exemplos concretos que sustentam a aplicabilidade das propostas.

A metodologia valorizou ainda a interdisciplinaridade como eixo central para abordar o tema do descanso urbano. A integração de perspectivas da saúde pública, economia e sociologia buscou ampliar a compreensão dos impactos do descanso na qualidade de vida. Estudos sobre os efeitos de áreas verdes na saúde mental e física, análises econômicas do retorno social de investimentos em infraestrutura de descanso e investigações sociológicas sobre desigualdades espaciais foram incorporados como fontes complementares de dados e reflexões. Essa articulação interdisciplinar possibilitou construir um panorama abrangente e aplicável às especificidades do contexto brasileiro.

2. FUNDAMENTOS FILOSÓFICOS DO DESCANSO HUMANO

A relação entre o descanso humano e a organização urbana tem profundas raízes filosóficas, remontando a debates que se originaram na antiguidade e permanecem relevantes até os dias atuais. No pensamento aristotélico, o descanso era mais do que um intervalo do trabalho: era um momento dedicado à contemplação e à realização de uma vida virtuosa. Para Aristóteles, a felicidade (*eudaimonia*) exigia condições propícias ao equilíbrio entre trabalho, lazer e descanso, sendo este último essencial para o cultivo da alma e da mente. Em “A Política”(Aristóteles, 1999, 195-199), o filósofo argumenta que a organização do espaço urbano deve atender às necessidades fundamentais dos cidadãos, incluindo a possibilidade de descanso como um caminho para a plenitude do ser.



Com o advento da modernidade, a relação entre o descanso e a organização urbana tornou-se cada vez mais complexa. A urbanização e a industrialização alteraram a estrutura social e econômica, conferindo ao descanso uma conotação funcionalista, frequentemente subordinada à lógica produtiva. Estudiosos como Karl Marx (2013, 345-352) destacaram como o sistema capitalista transforma o tempo em uma mercadoria, reduzindo o espaço para práticas não diretamente ligadas à produção. Essa crítica é ampliada por Lefebvre (2006, 30-35), que em “A Produção do Espaço” analisa como as cidades contemporâneas são moldadas por interesses econômicos que frequentemente desconsideram as necessidades humanas não produtivas, como o descanso e o lazer.

Ao longo do século XX, estudos filosóficos como os de Hannah Arendt (2007) aprofundaram essa análise, identificando o descanso como um elemento crucial na distinção entre trabalho, obra e ação. Para ARENDT (2007, 41-50), em “A Condição Humana”, o descanso não é apenas uma pausa no trabalho, mas uma condição necessária para a criatividade e a expressão do pensamento. Sob esta perspectiva, as cidades que não promovem o descanso comprometem a capacidade dos indivíduos de participar plenamente da vida pública e cultural, restringindo assim o desenvolvimento humano integral.

No contexto contemporâneo, Byung-Chul Han (2015, 15-18), postula que a hiperconectividade e a aceleração do tempo geram uma sociedade exausta, na qual o descanso se torna escasso e fragmentado. De acordo com Han, as cidades modernas, ao priorizarem a eficiência e a produtividade, negligenciam a necessidade de espaços e períodos de desaceleração. Essa crítica é particularmente pertinente ao Direito Urbano, que deve considerar o descanso não apenas como um intervalo funcional, mas como um direito fundamental e uma garantia de dignidade.

A conceituação do descanso como um direito humano e como uma necessidade filosófica transcende sua concepção limitada como lazer. Em vez disso, ele se estabelece como uma dimensão essencial para o bem-estar e a justiça urbana. O reconhecimento e a promoção do descanso nas cidades exigem uma reconsideração dos fundamentos éticos e filosóficos que sustentam as políticas públicas e a legislação urbana.

2.1. DESCANSO NA FILOSOFIA CLÁSSICA: ARISTÓTELES E A VIDA BOA

ARISTÓTELES (1999, 195-199), em “A Política”, apresenta o lazer como uma necessidade intrínseca à realização humana, distinguindo-o das atividades meramente instrumentais. A “boa vida” (*eudaimonia*) não poderia ser alcançada sem momentos de contemplação, uma prática que, segundo o filósofo, requer condições apropriadas tanto em nível individual quanto coletivo. Na cidade-estado ideal, o espaço urbano deve ser projetado para garantir que os cidadãos tenham as condições materiais e

temporais para esse tipo de experiência. Aqui, na reflexão aristotélica, o lazer é mais do que descanso físico; é uma oportunidade para o cultivo da alma e a reflexão ética..

O conceito aristotélico que pode ser associado ao descanso está diretamente ligado à virtude da temperança. Esta virtude sugere um equilíbrio entre ação e inação, trabalho e lazer, indicando que o descanso não deve ser entendido como ociosidade improdutiva, mas como uma pausa que contribui para o aprimoramento moral e intelectual. Esse equilíbrio também é um reflexo da organização política e econômica da *polis*, que deve promover estruturas sociais justas para todos os cidadãos, embora Aristóteles tenha limitado essa visão aos homens livres, excluindo mulheres, escravos e estrangeiros de seu ideal de cidadania(Aristóteles, 1997, 150-155).

Embora o contexto histórico de Aristóteles seja diferente, sua concepção de lazer fornece uma lente crítica para examinar as cidades contemporâneas. A fragmentação do tempo na modernidade contrasta com a noção de períodos contínuos de contemplação, essenciais para uma vida virtuosa. A ausência de espaços urbanos destinados à pausa e ao silêncio reflete a negligência moderna do papel formativo do lazer na vida humana. Essa observação também levanta questões sobre justiça espacial, considerando como o acesso desigual ao lazer perpetua as disparidades sociais e econômicas.

No entanto, a aplicabilidade do pensamento aristotélico não deve ser vista apenas como uma crítica às práticas modernas, mas também como uma proposta de reconceitualização dos ambientes urbanos. Os princípios da justiça distributiva, explorados na “Ética a Nicômaco”, poderiam, por exemplo, ser reinterpretados para apoiar políticas públicas urbanas que garantam a distribuição equitativa de espaços destinados ao repouso. Isso inclui parques, áreas de lazer e outros ambientes que facilitam a contemplação e a interação social (Lefebvre, 2006, 30-35).

É imperativo examinar a universalidade do modelo aristotélico. Estudiosos contemporâneos, como os de Martha Nussbaum (2011, 32-39), afirmam que o conceito de *eudaimonia* pode ser expandido para abranger várias formas de vida boa, reconhecendo que diversas culturas e contextos históricos moldam a experiência do descanso. Essa perspectiva se alinha com o pluralismo cultural das cidades modernas, onde as políticas públicas devem considerar a diversidade de práticas e valores associados ao descanso.

De acordo com a perspectiva filosófica de Aristóteles, pode-se observar que o desfrutar do lazer fornece uma base para conceituar as cidades como espaços éticos, onde são garantidas as condições para o desenvolvimento humano abrangente. Embora o filósofo não tenha enfrentado os desafios das sociedades industrializadas e urbanizadas, seus princípios oferecem uma base valiosa para uma abordagem crítica e normativa do direito ao lazer nos ambientes urbanos contemporâneos.

2.2. DESCANSO E MODERNIDADE: IMPACTOS DA URBANIZAÇÃO

A urbanização, que teve início com a Revolução Industrial, alterou fundamentalmente a dinâmica do trabalho e do lazer, apresentando novos desafios para a experiência do descanso. Anteriormente ligados ao ritmo da natureza, os horários humanos passaram a ser moldados pela lógica do capital, em que o tempo se transformou em uma mercadoria. Marx (2013, 345 -352) postula que o sistema capitalista subordinou todas as atividades humanas ao acúmulo de valor, reduzindo o descanso a uma pausa funcional para a manutenção da força de trabalho.

Henri Lefebvre (2006, 77-83) expande essa crítica ao demonstrar como o espaço urbano moderno é produzido para atender a interesses econômicos específicos, muitas vezes às custas de necessidades humanas mais fundamentais, como o descanso. LEFEBVRE introduz o conceito de “direito à cidade”, que abrange não apenas o acesso físico ao espaço urbano, mas também a oportunidade de vivenciá-lo de maneira satisfatória e digna. Além disso, segundo o mesmo autor, as cidades que negligenciam direitos, como o direito ao descanso, negam um direito fundamental a seus habitantes, perpetuando formas de exclusão social e econômica.

O impacto da urbanização no descanso também pode ser analisado por meio do conceito de “tempo disciplinar” de Michel Foucault. Em “Vigiar e Punir”, Foucault descreve como o controle do tempo se tornou uma ferramenta central de poder nas sociedades modernas, regulando não apenas o trabalho, mas também os momentos de pausa e lazer. Essa regulamentação cria um paradoxo nas cidades: ao mesmo tempo em que promove a hiperconectividade e a produtividade, limita o tempo e o espaço para o descanso genuíno, exacerbando as desigualdades (Foucault, 1987, 155-162).

Estudos com objetos envolvendo temas feministas, como os de Silvia Federici (2017), enfatizam que o impacto da urbanização no descanso é diferenciado por gênero. Federici (2017, 115-122) postula que as mulheres, historicamente responsáveis pelo trabalho reprodutivo e doméstico, encontram maiores obstáculos para desfrutar do descanso nas sociedades urbanizadas. Essa crítica ressalta a necessidade de políticas públicas que reconheçam as desigualdades estruturais e promovam o descanso como um direito universal, sensível às especificidades de gênero e classe.

A modernidade também trouxe avanços que podem ser mobilizados em favor do descanso. As tecnologias urbanas e os sistemas de transporte, quando utilizados de forma equitativa, têm o potencial de reduzir o tempo gasto em deslocamentos e ampliar o acesso a espaços de lazer. A urbanização não precisa ser incompatível com o descanso; pelo contrário, cidades bem planejadas podem integrar esses elementos de forma harmoniosa, conforme exemplificado em experiências de planejamento urbano sustentável na Europa e na América Latina (Gehl, 2013, 65-73).



A modernidade apresenta tanto desafios quanto oportunidades para o descanso humano. Reconhecer o impacto da urbanização é fundamental para a elaboração de estratégias que conciliem a vida produtiva com a necessidade de descanso, garantindo que as cidades sirvam como espaços para o desenvolvimento humano abrangente.

2.3. RELAÇÃO ENTRE TEMPO, ESPAÇO E BEM-ESTAR

A relação entre tempo, espaço e bem-estar humano é fundamental para entender o descanso como um elemento indispensável da vida urbana. Henri Lefebvre (2006, 25-30) postula que o espaço urbano é tanto um reflexo quanto um produtor de relações sociais. A organização das cidades não apenas reflete as prioridades econômicas e políticas, mas também condiciona as possibilidades de descanso e bem-estar. Espaços fragmentados e desigualdades no acesso a áreas verdes e instalações de lazer geram cidades que priorizam a produção em detrimento da qualidade de vida.

O tempo, por sua vez, tornou-se uma categoria controlada na modernidade, conforme analisado por E. P. THOMPSON (1967, 56-97) em seu estudo sobre a “disciplina do tempo”. A sincronização do tempo urbano com os ritmos industriais transformou o descanso em um intervalo subordinado às exigências do trabalho. Thompson enfatiza que, enquanto o descanso era uma experiência orgânica nas sociedades pré-industriais, a modernidade impôs uma fragmentação temporal que restringe os momentos de pausa e introspecção.

Essa lógica é mais explorada no conceito de “sociedade do desempenho”, conforme descrito por Byung-Chul Han (2015, 29-35) em “The Burnout Society”. HAN postula que a hiperconectividade e a cultura da eficiência minam a capacidade dos indivíduos de experimentar um descanso genuíno. Na sociedade do desempenho, o descanso é muitas vezes percebido como improdutivo ou como uma fonte de culpa, uma perspectiva que é exacerbada em ambientes urbanos hipercompetitivos.

A relação entre espaço e bem-estar também pode ser analisada por meio do conceito de “justiça espacial”, proposto por David HARVEY. Conforme o autor (Harvey, 2014, 28-33) sugere que o planejamento urbano deve ser orientado por princípios de equidade, garantindo que todas as populações tenham acesso a espaços que promovam o descanso e o lazer. A ausência de parques e áreas comuns nas regiões periféricas, por exemplo, é uma manifestação de injustiça espacial que afeta diretamente o bem-estar das populações marginalizadas.

No entanto, a arquitetura e o planejamento urbano têm o potencial de reverter esses processos. Os projetos baseados no conceito de “cidades para pessoas”, conforme proposto por Jan Gehl (2013, 95-102), enfatizam a importância de integrar o descanso ao planejamento urbano e, com isso, ele defende que cidades bem planejadas devem priorizar os pedestres e oferecer espaços que facilitem a interação



social, o lazer e o descanso, promovendo assim o bem-estar coletivo. Essa abordagem é particularmente relevante em um contexto de urbanização crescente, em que o espaço é um recurso cada vez mais escasso.

A relação entre tempo, espaço e bem-estar ressalta a necessidade de políticas públicas integradas. Os ambientes urbanos que não facilitam o descanso perpetuam as desigualdades sociais e econômicas, enquanto aqueles que reconhecem a centralidade do descanso contribuem para a formação de comunidades mais saudáveis e coesas. Reconhecer essa interdependência é fundamental para reconceituar a cidade como um espaço para o desenvolvimento humano abrangente, onde o descanso não é apenas viável, mas ativamente promovido.

3. O DIREITO AO DESCANSO NA CIDADE CONTEMPORÂNEA DIANTE DO ORDENAMENTO JURÍDICO BRASILEIRO

3.1. DIREITO À CIDADE E QUALIDADE DE VIDA

O direito à cidade, como concebido por Lefebvre(2001, 27-33), transcende a mera reivindicação de acesso físico ao espaço urbano, configurando-se como uma proposta de transformação das relações sociais e da estrutura das cidades. Esse direito é definido como o “direito de mudar e reinventar a cidade, de acordo com as necessidades e desejos dos habitantes” (Lefebvre, 2001, 27-33), priorizando a experiência humana em detrimento da lógica capitalista que subordina o espaço às forças do mercado. Nesse contexto, a qualidade de vida em uma cidade não se limita à presença de infraestrutura ou serviços, mas à capacidade dos indivíduos de vivenciar o espaço urbano de forma plena, digna e integrada às suas necessidades físicas, emocionais e culturais. Neste contexto, o descanso surge como uma dimensão essencial para a realização do direito à cidade, uma vez que está diretamente ligado ao bem-estar e à capacidade de regeneração física e mental dos cidadãos. No entanto, as cidades contemporâneas negligenciam frequentemente esta dimensão, relegando o descanso para uma posição secundária face às exigências de produtividade, mobilidade e consumo.

No Brasil, o direito à cidade é parcialmente incorporado na Constituição Federal de 1988 (BRASIL, 1988), especialmente por meio do artigo 182, que estabelece a função social da cidade e da propriedade. Esse dispositivo reconhece que a organização do espaço urbano deve servir ao bem-estar coletivo, priorizando políticas que garantam moradia, transporte, saneamento e lazer. Embora não mencione explicitamente o descanso nesta seção, este regulamento fornece uma base legal para a defesa de condições que promovam uma experiência urbana equilibrada, como a criação de espaços verdes, a redução da poluição sonora e a regulação das atividades econômicas que afetam a qualidade de vida. O



Estatuto da Cidade, Lei nº 10.257/2001, (BRASIL, 2001) complementa este quadro normativo ao definir diretrizes para o planejamento urbano sustentável, incluindo a promoção da justiça social e ambiental. Nesse contexto, o lazer pode ser considerado um elemento transversal, presente tanto nas discussões sobre saúde pública quanto sobre sustentabilidade urbana.

Apesar desses dispositivos legais, a implementação do direito ao descanso enfrenta barreiras significativas no Brasil. A desigualdade espacial, caracterizada pela concentração de infraestrutura e serviços nas áreas centrais e pela precariedade das regiões periféricas, é um dos principais fatores que comprometem a qualidade de vida urbana. Em muitas cidades, a população de baixa renda tem acesso limitado a espaços de lazer e encontra condições inadequadas de moradia, agravadas pela exposição a ruídos, poluição e urbanização excessiva. Esse cenário reflete o que Harvey (2014, 44-49) denomina “injustiça espacial”, fenômeno no qual a distribuição desigual dos recursos urbanos perpetua as disparidades sociais e econômicas, comprometendo o direito ao descanso e, conseqüentemente, o direito à cidade. Assim, a garantia do direito ao descanso requer não apenas o reconhecimento desse direito como essencial, mas também a formulação de políticas públicas que priorizem a equidade e a inclusão.

A integração do descanso no direito à cidade requer uma abordagem intersetorial e participativa. Os setores de planejamento urbano, saúde pública, educação e meio ambiente devem colaborar de forma integrada para que as cidades funcionem como espaços de convivência e bem-estar, e não como arenas de conflito e exclusão. Isso implica a necessidade de repensar a lógica do crescimento urbano, priorizando modelos que favoreçam a humanização dos espaços e a criação de ambientes que promovam o descanso e a qualidade de vida. Ao reconhecer o descanso como um componente indispensável do direito à cidade, torna-se possível avançar na construção de cidades mais justas e sustentáveis, capazes de atender às demandas contemporâneas sem comprometer a dignidade e o bem-estar de seus habitantes.

3.2. BREVE DESTAQUES SOBRE DISPOSITIVOS CONSTITUCIONAIS E INFRACONSTITUCIONAIS

A proteção jurídica do descanso humano no contexto urbano pode ser inferida de dispositivos constitucionais e infraconstitucionais que reconhecem a dignidade da pessoa humana e os direitos sociais como dois dos pilares fundamentais do ordenamento brasileiro. O artigo 6º da Constituição Federal de 1988 estabelece direitos sociais, como saúde, lazer e moradia, elementos intrinsecamente relacionados ao descanso e ao bem-estar. Embora o descanso não seja mencionado de maneira explícita, ele está implícito na garantia dessas condições, sendo essencial para a fruição de uma vida digna e saudável. O artigo 225, que versa sobre o direito ao meio ambiente ecologicamente equilibrado, também contribui para o debate ao reconhecer a importância de condições ambientais que favoreçam o bem-estar físico e mental, incluindo o silêncio e a qualidade do ar. Conseqüentemente, o descanso pode ser interpretado



como um direito transversal, cuja proteção depende da articulação entre diferentes direitos constitucionais.

O repouso semanal remunerado é um direito constitucional, previsto no artigo 7º, inciso XV, da Constituição Federal de 1988 (Brasil, 1988). Tal previsão é integrada no âmbito infraconstitucional pela previsão da Consolidação das Leis do Trabalho (Brasil, 1943) que estabelece normas específicas sobre o descanso no contexto laboral. O artigo 67 assegura o repouso semanal remunerado, enquanto os artigos 71 e 73 regulamentam os intervalos intrajornada e o adicional noturno, demonstrando a preocupação com a recuperação física e mental dos trabalhadores. Essas disposições refletem o reconhecimento jurídico da necessidade de pausas regulares, ainda que limitadas ao ambiente de trabalho formal. Esta abordagem, no entanto, não contempla trabalhadores informais, autônomos e outras categorias que constituem uma parcela significativa da população urbana, o que suscita questões sobre a universalidade do direito ao descanso no Brasil. Ademais, a implementação dessas normas enfrenta desafios em contextos urbanos caracterizados por precariedade laboral e jornadas extenuantes, particularmente nas regiões periféricas, sendo o cenário agravado pelos fenômenos da pejetização e da uberização das relações laborais que cada vez mais afastam a mão de obra do regime de trabalho celetista.

No contexto urbano, leis como o Código de Trânsito Brasileiro - CTB (Brasil, 1997) e a Lei de Crimes Ambientais - Lei nº 9.605/1998 (Brasil, 1998) também incluem dispositivos que afetam diretamente a (im)possibilidade de descanso. O CTB, por exemplo, prevê a criação de zonas de acalmia de tráfego (também conhecidas como zonas de velocidade limitada, e de restrição de veículos em áreas residenciais, medidas que podem potencialmente reduzir o ruído e promover ambientes mais propícios ao descanso. A Lei de Crimes Ambientais impõe sanções para atividades que causem poluição sonora, enfatizando a necessidade de um ambiente acústico equilibrado nas cidades. No entanto, a aplicação destas leis continua a ser limitada, particularmente em áreas densamente povoadas, onde o impacto do tráfego, da construção civil e de outras atividades econômicas é amplificado.¹

Mais uma vez é referenciado o Estatuto da Cidade, que reforça a função social da cidade e propõe instrumentos de planejamento urbano sustentável, como a criação de zonas especiais de interesse social e a destinação de áreas públicas para o lazer e o convívio social. Estas medidas, embora potencialmente benéficas para o descanso, enfrentam desafios de implementação devido à falta de recursos, a um planejamento inadequado e a interesses privados que frequentemente se sobrepõem às exigências coletivas. Além disso, a ausência de uma abordagem integrada que reconheça o descanso como um

¹ BRASIL. **Decreto-Lei nº 3.688**, de 3 de outubro de 1941 (Lei de Contravenções Penais).

elemento central da qualidade de vida urbana limita o impacto dessas iniciativas, perpetuando as desigualdades espaciais e sociais.

É imperativo destacar a fragmentação das políticas públicas e das regulamentações que tratam do descanso. Embora alguns dispositivos abordem o tema de forma tangencial, não há um marco legal unificado que reconheça o descanso como um direito humano essencial. Isso impede a formulação de políticas abrangentes que integrem saúde pública, planejamento urbano e proteção ambiental, áreas que estão intrinsecamente relacionadas ao descanso. O fortalecimento desse direito, portanto, requer não apenas a ampliação de sua base normativa, mas também uma mudança de paradigma que coloque o bem-estar humano no centro das decisões urbanas, promovendo uma articulação mais efetiva entre os diferentes níveis de governo e a sociedade civil.

3.3. POLÍTICAS PÚBLICAS URBANAS VOLTADAS AO DESCANSO

As políticas públicas desempenham um papel fundamental na promoção do descanso humano, particularmente em contextos urbanos caracterizados pela complexidade e desigualdade social. A cidade contemporânea, ao mesmo tempo em que oferece oportunidades de interação social e acesso a serviços, também apresenta desafios significativos à qualidade de vida, como poluição, excesso de ruído, escassez de áreas verdes e tempo excessivo gasto com deslocamentos. Nesse cenário, torna-se imperativa a formulação e implementação de políticas que priorizem o descanso, entendido como um componente essencial do bem-estar humano. No entanto, a integração desse elemento nas políticas urbanas ainda é limitada, tanto pela falta de reconhecimento do descanso como um direito explícito quanto pela ausência de um planejamento urbano que valorize o equilíbrio entre trabalho, lazer e repouso (Gehl, 2013, 117-125).

No Brasil, algumas iniciativas têm demonstrado o potencial de integração do descanso nas políticas urbanas. A implantação de parques urbanos e áreas verdes em cidades como Rio de Janeiro, São Paulo e Curitiba exemplifica como o planejamento urbano pode promover espaços destinados à pausa e ao convívio social. Parques lineares, como o Parque da Cidade (DF), o Parque Madureira (RJ) e o Parque Augusta (SP), são refúgios em meio ao caos urbano, oferecendo ambientes de descanso físico e mental para os moradores e aos passantes. Essas iniciativas, no entanto, permanecem concentradas em regiões centrais ou privilegiadas, reforçando as desigualdades espaciais e excluindo as populações periféricas. O acesso a esses espaços é frequentemente limitado por fatores como a ineficiência do transporte público e a insegurança, o que revela a necessidade de políticas mais inclusivas e universalizadas.

A nível internacional, exemplos de sucesso podem ser observados em cidades como Copenhague, que dá prioridade aos pedestres e ciclistas em detrimento dos automóveis, criando ambientes urbanos mais



propícios ao descanso e à descontração. A integração de espaços verdes, a restrição de tráfego e o desenho urbano voltado para o bem-estar humano são elementos centrais no modelo de planejamento adotado pela cidade. Bogotá, por sua vez, implementou o programa “Ciclovía”, que fecha as avenidas aos veículos aos domingos, permitindo que os moradores pratiquem atividades ao ar livre e promovendo o descanso ativo, como acontece em algumas cidades brasileiras.(Sarmiento, 2010, S163-S180) Essas experiências demonstram que políticas públicas que valorizam o descanso não apenas melhoram a qualidade de vida, mas também fortalecem o senso de comunidade e reduzem os impactos ambientais das cidades.

As políticas urbanas destinadas a promover o descanso enfrentam desafios específicos. A falta de integração entre os diferentes níveis de governo e a fragmentação das ações em áreas como saúde, meio ambiente e transporte dificultam a formulação de estratégias abrangentes. Além disso, a pressão dos interesses econômicos entra muitas vezes em conflito com as exigências de descanso e qualidade de vida, como é o caso da expansão imobiliária descontrolada, que frequentemente compromete os espaços públicos e as áreas verdes. Para superar essas barreiras, é fundamental adotar uma abordagem intersetorial que articule diversas políticas e instituições em torno de um objetivo comum: promover cidades mais humanas e equilibradas.

Outro aspecto relevante é a participação da sociedade civil no planejamento e na gestão urbana. Políticas públicas que incentivem a apropriação comunitária de praças, parques e outros espaços de lazer fortalecem o vínculo dos moradores com o ambiente urbano, promovendo uma utilização mais consciente e sustentável dessas áreas. Além disso, campanhas de conscientização podem contribuir para a revalorização do lazer como elemento legítimo da vida urbana, desafiando a cultura da produtividade incessante que frequentemente domina o discurso contemporâneo em oposição ao adequado uso do tempo de descanso. Essa mudança de mentalidade é essencial para que as políticas públicas não existam apenas na teoria, mas sejam efetivamente implementadas e incorporadas ao cotidiano das cidades.

A avaliação contínua das políticas urbanas voltadas ao descanso é indispensável para assegurar sua eficácia e adaptabilidade. Indicadores de qualidade de vida, tais como acesso a áreas verdes, níveis de poluição sonora e satisfação dos residentes, podem orientar a reformulação de estratégias e a alocação de recursos. A integração do descanso ao planejamento urbano, além de atender a uma demanda imediata por qualidade de vida, também contribui para a sustentabilidade a longo prazo, reforçando a resiliência das cidades frente aos desafios contemporâneos. Consequentemente, o reconhecimento do descanso como um direito fundamental não apenas beneficia os indivíduos, mas também fortalece o tecido social e promove um desenvolvimento urbano mais inclusivo e sustentável.

4. DIRETRIZES PARA ENFRENTAR OS DESAFIOS E INJUSTIÇAS URBANAS E O DESCANSO

4.1. URBANIZAÇÃO DESORDENADA E SEUS IMPACTOS NO DESCANSO

A urbanização desordenada, característica de muitas cidades contemporâneas, representa um dos principais desafios à promoção do descanso humano. Este fenômeno, frequentemente associado à ausência de planejamento urbano eficaz, resulta na expansão descontrolada das periferias, onde predominam habitações precárias e escassez de infraestrutura básica. Estas áreas, que abrigam a maior parte das populações economicamente vulneráveis, enfrentam problemas como falta de saneamento, poluição sonora e visual, e acesso limitado a espaços públicos adequados para o lazer e o descanso. Harvey(2014, 45-52), em sua análise sobre justiça espacial, argumenta que a forma como as cidades são organizadas reflete desigualdades estruturais que perpetuam condições de vida adversas para as populações marginalizadas. Para ele, o planejamento urbano deve priorizar a equidade no acesso a recursos, incluindo espaços destinados ao repouso e ao bem-estar.

A ausência de espaços verdes nas periferias urbanas exemplifica a injustiça espacial. Dados fornecidos pela Plataforma ODS Brasil, no monitoramento do Objetivo 11, que cuida de Cidades e Comunidades Sustentáveis, notadamente sobre o item 11.7 que fixa a meta de até 2023, porcionar o acesso universal a espaços públicos seguros, inclusivos, acessíveis e verdes, particularmente para as mulheres e crianças, pessoas idosas e pessoas com deficiência, indicam que a cobertura vegetal nas cidades brasileiras está concentrada nos bairros de maior renda, enquanto as áreas de menor renda apresentam um déficit significativo de vegetação (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. 2024). Essa desigualdade não só restringe o acesso ao descanso, como também agrava questões como a poluição do ar e o aumento da temperatura ambiente, afetando diretamente a saúde e a qualidade de vida dos moradores. Além disso, a falta de transportes públicos eficientes prolonga os tempos de deslocamento, reduzindo ainda mais o tempo disponível para o descanso. Esta dinâmica é particularmente prejudicial para os trabalhadores que já enfrentam horários de trabalho exigentes, revelando uma relação intrínseca entre a urbanização não planejada e a incapacidade de obter um descanso adequado.

Outro impacto significativo da urbanização descontrolada é a poluição sonora, um problema crônico nas zonas urbanas densamente povoadas. O excesso de ruído, causado pelo tráfego intenso, atividades comerciais e construções, interfere nos ciclos de sono dos moradores e contribui para o aumento de problemas de saúde, como stress, ansiedade e hipertensão. Embora a legislação brasileira preveja normas para o controle do ruído urbano, como a Resolução CONAMA nº 01/1990, a fiscalização é insuficiente, principalmente nas áreas periféricas, onde o descanso institucional é mais



evidente(Conselho Nacional do Meio Ambiente, 1990). Essa negligência reforça a vulnerabilidade das populações marginalizadas e evidencia a necessidade de políticas públicas mais inclusivas e eficazes.

A urbanização não planejada tem um impacto significativo na coesão social e no sentimento de pertença dos residentes aos espaços urbanos. A ausência de áreas públicas adequadas, como praças e parques, diminui as oportunidades de interação comunitária e de atividades coletivas de lazer, contribuindo para a alienação e o isolamento social. Essa realidade contrasta com os princípios do direito à cidade, que englobam o direito à participação e à apropriação dos espaços urbanos. Nesse contexto, a urbanização não planejada não é apenas uma questão de infraestrutura, mas uma questão que afeta diretamente a dimensão humana e relacional da vida urbana, impactando negativamente o descanso como direito fundamental.

Para enfrentar os desafios colocados pela urbanização descontrolada é necessária uma abordagem integrada, que combine planejamento urbano, políticas de habitação e proteção ambiental. O fortalecimento dos planos diretores municipais e a implementação de programas que promovam a equidade no acesso aos recursos urbanos são passos fundamentais para reverter os efeitos da urbanização descontrolada. Além disso, é imperativo assegurar a participação ativa da sociedade civil no processo de tomada de decisão, de modo a garantir que as políticas públicas reflitam as reais demandas dos moradores e promovam o descanso como componente central da qualidade de vida nas cidades.

4.2. HIPERCONNECTIVIDADE E O ESGARÇAMENTO DO TEMPO LIVRE

A hiperconectividade, característica central das sociedades contemporâneas, apresenta desafios substanciais ao descanso humano, especialmente em contextos urbanos. A partir de uma perspectiva jurídico-filosófica, esse fenômeno reflete as tensões entre as demandas impostas pela modernidade digital e as necessidades básicas de repouso e introspecção. Han (2015, 18-25) descreve a contemporaneidade como um período marcado pela autoexploração, em que os indivíduos, impulsionados pela hiperprodutividade, tornam-se agentes e vítimas de um sistema que desvaloriza o descanso. Nesse contexto, a hiperconectividade não apenas elimina as fronteiras entre trabalho e lazer, mas também fragmenta o tempo de descanso, tornando-o rarefeito e pouco restaurador. Essa dinâmica está intrinsecamente relacionada ao direito à desconexão, uma pauta emergente que busca reequilibrar as relações entre trabalho, tecnologia e bem-estar.

Analisando juridicamente este contexto, o direito ao descanso é indiretamente protegido por regulamentos que regem os horários de trabalho e os intervalos de descanso. No entanto, a legislação atual revela-se inadequada para enfrentar os desafios colocados pela digitalização, tais como a disponibilidade constante que se espera dos trabalhadores e a sobrecarga de informação que invade os



períodos de descanso. O direito à desconexão, já incorporado em alguns ordenamentos jurídicos, como o francês, surge como uma tentativa de garantir que o indivíduo mantenha autonomia sobre seu tempo livre, resguardando-o de interferências trabalhistas e tecnológicas. No Brasil, a Lei Geral de Proteção de Dados - LGPD (Brasil, 2018) fornece uma base para a discussão das limitações do uso de dados e da invasão de privacidade em contextos de trabalho, mas ainda não trata diretamente do direito à desconexão, evidenciando a lacuna normativa sobre o tema.

A hiperconectividade também desafia o conceito de tempo como uma dimensão qualitativa da vida humana. Hannah Arendt (2007, 31-47) analisa o tempo como condição necessária para o pensamento e a ação, sublinhando que a aceleração da vida moderna compromete a capacidade de reflexão dos indivíduos sobre si próprios e sobre o mundo. Nesse contexto, a hiperconectividade pode ser vista como uma violação do direito ao descanso como prática ética e existencial. A ausência de tempo livre contínuo afeta não só o corpo, mas também a mente, restringindo as possibilidades de contemplação, criatividade e interação significativa com o espaço urbano.

A tensão entre hiperconectividade e descanso também pode ser interpretada através da lente do direito à cidade. Como propõe Lefebvre (2001, 2001, 77-83), o direito à cidade engloba o direito à plena utilização do espaço urbano, o que implica a criação de ambientes propícios ao descanso e à desconexão. No entanto, a urbanização digital, caracterizada pela ubiquidade das redes e dos dispositivos, transforma as cidades em ambientes hiperestimulantes, onde o tempo e o espaço para o descanso são cada vez mais escassos. Esta realidade reflete uma contradição fundamental: embora a cidade devesse promover o bem-estar dos seus habitantes, torna-se frequentemente um espaço de alienação e sobrecarga.

Enfrentar os desafios da hiperconectividade exige uma abordagem jurídica e filosófica integrada. É imperativo desenvolver quadros regulamentares que salvaguardem o direito ao descanso e promovam a desconexão, assegurando que o progresso tecnológico não comprometa as necessidades humanas fundamentais. Ao mesmo tempo, é essencial uma reflexão ética sobre os limites da produtividade e do consumo, reconhecendo o descanso como um valor intrínseco não subordinado à lógica do mercado. A cidade contemporânea, se comprometida com a justiça social e a dignidade humana, deve proporcionar espaços e tempos que permitam o descanso integral, conciliando tecnologia, urbanidade e bem-estar.

4.3. DESIGUALDADE ESPACIAL E DIREITO AO DESCANSO

A desigualdade espacial nas cidades contemporâneas representa uma barreira significativa para a realização do descanso como um direito humano fundamental, evidenciando as tensões entre justiça social e organização urbana. A partir de uma perspectiva jurídico-filosófica, essa desigualdade pode ser compreendida como o resultado de processos históricos de exclusão e segregação que moldaram os



espaços urbanos de forma hierárquica, privilegiando determinados grupos em detrimento de outros. Harvey (2014, 60-65), em sua análise sobre justiça espacial, argumenta que a forma como os recursos e oportunidades são distribuídos nas cidades reflete e perpetua desigualdades estruturais, tornando o descanso e o bem-estar inacessíveis para uma parcela significativa da população urbana. Essa abordagem revela como o direito ao descanso está intrinsecamente ligado ao direito à cidade, ambos dependentes de uma reorganização equitativa dos espaços urbanos.

No contexto brasileiro, as desigualdades espaciais são particularmente evidentes na distribuição de áreas verdes e espaços públicos. Conforme previamente mencionado, dados da Plataforma ODS Brasil, relacionados ao Objetivo 11 (Cidades e Comunidades Sustentáveis), demonstram que regiões periféricas e de baixa renda possuem acesso limitado a parques e praças, enquanto bairros centrais e de maior renda concentram a maior parte desses recursos. Essa disparidade compromete o bem-estar, infringindo o direito à cidade previsto nos princípios da justiça social. Esta desigualdade não se limita apenas a uma questão de infraestrutura, mas também abrange aspectos de qualidade ambiental e saúde pública. A ausência de áreas verdes não somente priva os residentes de oportunidades de descanso e lazer, mas também contribui para problemas como a poluição atmosférica e as ilhas de calor urbano, que exacerbam a exaustão física e mental (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. 2024). Nesse contexto, a desigualdade espacial compromete a dignidade e a qualidade de vida dos indivíduos, violando os princípios constitucionais que asseguram a função social da cidade e o direito ao meio ambiente equilibrado.

A segregação espacial também se manifesta na desigualdade de acesso a serviços e infraestruturas, como transporte público e saneamento básico, que impactam diretamente a duração e a qualidade do descanso. Os trabalhadores que residem em áreas distantes dos centros urbanos frequentemente enfrentam deslocamentos prolongados, reduzindo o tempo disponível para o descanso e o convívio familiar. Essa dinâmica, além de desumana, revela uma violação do direito à desconexão e ao usufruto do tempo livre, que deve ser protegido por políticas públicas e marcos regulatórios adequados. A ausência de iniciativas governamentais que reconheçam o impacto dessas desigualdades no descanso evidencia uma lacuna na articulação entre o planejamento urbano e a proteção dos direitos humanos.

De uma perspectiva filosófica, a desigualdade espacial também desafia o ideal de equidade que sustenta o direito ao descanso. Martha Nussbaum(2011, 33-38), ao discutir a abordagem das capacidades, argumenta que uma vida digna depende do cumprimento de certas condições essenciais, incluindo o acesso a ambientes que promovam o bem-estar físico e mental. No contexto das cidades, isto implica a criação de espaços públicos acessíveis e inclusivos que permitam o descanso e o lazer,

independentemente do estatuto socioeconómico dos indivíduos. Esta visão alinha-se com a proposta de Lefebvre, que defende que o direito à cidade engloba o direito de apropriação e transformação dos espaços urbanos de acordo com as necessidades coletivas, transcendendo a lógica de exclusão imposta pelo capital.

A mitigação da desigualdade espacial requer um esforço coordenado entre os diversos níveis de governo, a sociedade civil e a academia, com o objetivo de formular políticas públicas inclusivas que promovam o acesso equitativo aos espaços de descanso. A revitalização de áreas urbanas deterioradas, a implantação de parques em regiões periféricas e a oferta de transporte público eficiente são exemplos de medidas que podem contribuir para a redução das desigualdades e para a promoção do descanso como um direito universal. Além disso, é imperativo reconhecer que o planejamento urbano deve ser orientado por princípios éticos e filosóficos que valorizem o ser humano em sua totalidade, transcendendo a lógica de mercado que frequentemente molda as cidades. Só através desta abordagem será possível construir cidades verdadeiramente equitativas, onde o descanso não seja um privilégio mas uma realidade partilhada.

5. PROPOSTAS E PERSPECTIVAS PARA O ADEQUADO DESCANSO NAS CIDADES POR UMA PERSPECTIVA MULTIDISCIPLINAR

5.1. INTEGRAÇÃO DO DESCANSO COMO ELEMENTO CENTRAL NO PLANEJAMENTO URBANO

O descanso, entendido como uma necessidade humana essencial, deve ser tratado como um eixo central no planejamento urbano. Essa integração implica reconhecer que o descanso não é apenas uma pausa biológica, mas uma prática cultural e social que facilita a regeneração física, mental e emocional. Do ponto de vista jurídico-filosófico, este reconhecimento obriga a uma reformulação dos princípios que orientam o planejamento urbano, privilegiando o ser humano e a sua dignidade em detrimento de lógicas econômicas que frequentemente subordinam a cidade a interesses privados. Lefebvre (2001, 77-83) defende que a organização dos espaços urbanos deve refletir as necessidades coletivas, entre as quais o descanso, essencial para a construção de uma vida plena.

No Brasil, o artigo 182 da Constituição Federal de 1988 (Brasil, 1988) estabelece que a política urbana deve assegurar o bem-estar dos habitantes, porém sua aplicação prática raramente contempla o descanso como uma dimensão explícita. O planejamento urbano, regulado pelo Estatuto da Cidade (Brasil, 2001), oferece instrumentos como os Planos Diretores Municipais, que poderiam incorporar diretrizes específicas voltadas à promoção do descanso. Tais diretrizes devem assegurar a criação e



manutenção de áreas verdes, a preservação de zonas de silêncio e a distribuição equitativa de espaços de lazer em todas as regiões da cidade, particularmente nas áreas periféricas, historicamente negligenciadas.

Ademais, a implementação de mecanismos de monitoramento, como indicadores de qualidade de vida urbana, é fundamental para avaliar o impacto dessas políticas. Indicadores como a quantidade de áreas verdes per capita, os níveis de poluição sonora e a acessibilidade a espaços públicos podem orientar a formulação de políticas mais eficientes e inclusivas. Experiências internacionais, como na cidade de Melbourne, como as trazidas por Onori, Lavau e Fletcher (2018, 911–917) e por Mekala, Jones e Mac Donald (2015, 1354–1365), demonstram que o investimento em infraestrutura que promove o descanso resulta em melhorias significativas na saúde pública e na coesão social (BORGES, 2024, 368–376). Não obstante, no Brasil, iniciativas semelhantes enfrentam desafios relacionados à escassez de recursos, planejamento inadequado e interesses políticos.

O descanso no planejamento urbano deve ser entendido não apenas como uma condição física, mas como uma prática que fortalece os laços comunitários e a ligação com o meio ambiente. A abordagem das capacidades, proposta por Martha Nussbaum (2011, 90-96), oferece uma perspectiva ética para essa integração, enfatizando a importância de criar condições para que todos os indivíduos tenham acesso ao descanso como expressão de liberdade e autonomia. Neste contexto, o planejamento urbano deve ser orientado por valores como a justiça, a equidade e a solidariedade, promovendo cidades mais humanas e inclusivas.

A implementação prática das propostas relacionadas ao descanso urbano exige a integração de diretrizes específicas nos instrumentos de planejamento já existentes, como os Planos Diretores Municipais, regulamentados pelo Estatuto da Cidade. Para garantir que o descanso seja tratado como uma prioridade no planejamento urbano, esses instrumentos devem prever a criação de “zonas de descanso” em regiões urbanas, com o adequado afastamento de zonas industriais, comerciais ou de vida noturna, com atenção especial às áreas periféricas, historicamente negligenciadas em termos de infraestrutura e qualidade de vida. Essas zonas podem incluir parques, praças e equipamentos públicos acessíveis e zonas residenciais, desenhados para atender às necessidades de lazer e descanso das populações locais, promovendo não apenas o repouso físico, mas também o fortalecimento dos laços comunitários. Além disso, tais diretrizes devem ser formuladas com base em diagnósticos participativos, garantindo que as demandas específicas de cada comunidade sejam consideradas.

A viabilização financeira dessas políticas poderia ser alcançada por meio de um modelo combinado de financiamento público e parcerias público-privadas (PPPs). As PPPs podem ser utilizadas para atrair investimentos em infraestrutura de lazer e descanso, oferecendo incentivos fiscais para empresas que contribuam para a criação ou manutenção de espaços verdes. Simultaneamente, fundos

provenientes de multas ambientais, taxas urbanísticas e do IPTU progressivo podem ser alocados prioritariamente para regiões vulneráveis, assegurando que as áreas mais necessitadas sejam beneficiadas. Essa abordagem combina eficiência econômica com equidade social, garantindo que os recursos disponíveis sejam direcionados de forma a reduzir as disparidades no acesso a espaços de descanso.

A realização das iniciativas propostas necessita não apenas de recursos fiscais, mas também do desenvolvimento de conhecimentos especializados entre administradores cívicos e profissionais de design urbano. Programas educativos adaptados à gestão sustentável do espaço público podem garantir que estas áreas não sejam apenas estabelecidas, mas também sustentadas e melhoradas ao longo do tempo. É crucial adotar métricas de desempenho específicas, como espaços verdes *per capita*, níveis de poluição sonora e acessibilidade a áreas públicas, como critérios de avaliação. Estes indicadores permitirão a monitorização da eficácia das políticas, facilitando o reconhecimento dos progressos e o ajuste das estratégias conforme necessário.

A implementação também deve ser complementada por uma abordagem intersetorial, integrando diversos domínios, como a saúde pública, a educação e a ciência ambiental, para promover uma cultura que valorize o descanso como um direito essencial. As campanhas de sensibilização podem desempenhar um papel significativo na revalorização do lazer e do tempo livre, incentivando as comunidades locais a utilizar os espaços recém-criados.

5.2. NOVOS PARADIGMAS DE JUSTIÇA ESPACIAL EM RAZÃO DO DESCANSO

O conceito de justiça espacial, articulado por autores como o já mencionado David Harvey(2014, 60-65), representa um paradigma fundamental para repensar as cidades como espaços de convivência justa e equitativa com foco no descanso. A justiça espacial requer que os recursos urbanos sejam distribuídos de forma a atender às necessidades de todos os habitantes, reconhecendo que o acesso ao descanso é uma questão de equidade e não de privilégio. O referido autor argumenta que a organização espacial das cidades reflete as relações de poder que moldam a sociedade, frequentemente excluindo as populações vulneráveis de espaços que favorecem o descanso e o bem-estar. Essa exclusão perpetua desigualdades estruturais que comprometem a dignidade humana e a realização do direito à cidade.

No contexto brasileiro, a injustiça espacial é evidenciada na distribuição desigual de áreas verdes e espaços públicos. Regiões periféricas, habitadas majoritariamente por populações de baixa renda, apresentam uma carência crônica de infraestrutura urbana que dificulta o descanso e o lazer. Essa desigualdade reflete uma violação dos princípios constitucionais que asseguram a função social da cidade e o direito ao meio ambiente equilibrado. A ausência de políticas públicas efetivas para corrigir essas



disparidades reforça um modelo de urbanização que privilegia interesses privados, como o mercado imobiliário, em detrimento do bem-estar coletivo.

Superar essa realidade requer uma abordagem intersetorial que articule diferentes políticas e instituições em torno de um objetivo comum: promover cidades mais justas e inclusivas. A revitalização de áreas urbanas degradadas, a ampliação de espaços públicos em regiões periféricas e a democratização do acesso ao transporte público são medidas essenciais para alcançar a justiça espacial. Essas iniciativas devem ser acompanhadas de processos participativos, nos quais as comunidades locais tenham voz ativa na formulação e implementação das políticas que afetam diretamente suas vidas.

A justiça espacial está intimamente ligada ao conceito de igualdade de oportunidades. John Rawls (2002, 78-81), na sua teoria da justiça, defende que as desigualdades devem ser organizadas de forma a beneficiar os menos favorecidos, garantindo o seu acesso aos bens e oportunidades necessários para uma vida digna. Aplicado ao contexto urbano, este princípio implica a redistribuição equitativa de recursos como espaços verdes, infraestruturas e serviços públicos, reconhecendo o lazer como uma componente central da justiça social. Ao adotarem esta perspectiva, as cidades podem transformar-se em espaços que promovem a dignidade humana e o bem-estar coletivo, conciliando crescimento urbano e equidade.

5.3. CONTRIBUIÇÕES INTERDISCIPLINARES PARA A PROTEÇÃO DO DESCANSO

O repouso, enquanto direito humano essencial, necessita de uma abordagem interdisciplinar para a sua proteção e promoção abrangentes nos ambientes urbanos contemporâneos. Essa perspectiva é fundamental, pois o descanso transcende dimensões que vão além do direito e da urbanização, englobando aspectos da saúde pública, da sociologia, da filosofia e da economia. Essa interseccionalidade exige o desenvolvimento de políticas públicas integradas, orientadas tanto por valores éticos quanto por critérios técnicos, para garantir que o descanso seja universalmente acessível e valorizado como elemento central da qualidade de vida. A articulação dessas diversas áreas do conhecimento reforça a compreensão do descanso não apenas como um intervalo necessário, mas como uma prática estruturante da dignidade humana e da justiça urbana.

Como já mencionado anteriormente, a proteção do descanso pode ser potencializada por meio de uma interpretação ampliada dos dispositivos constitucionais e infraconstitucionais. O reconhecimento do repouso como parte integrante de direitos como a saúde, o lazer e o meio ambiente equilibrado fornece uma base normativa para o desenvolvimento de políticas específicas. A jurisprudência também pode desempenhar um papel crucial na consolidação de precedentes que reforçam a importância do repouso, particularmente em litígios relacionados com a poluição sonora, a falta de espaços verdes e o impacto do trabalho exaustivo na saúde mental. No entanto, a aplicação da lei deve ser alinhada com



outras áreas, como o planejamento urbano e a saúde pública, para que as suas disposições sejam efetivamente implementadas na vida cotidiana das cidades. Na saúde pública, o descanso é reconhecido como um determinante social da saúde, influenciando fatores como o sono, a redução do estresse e a regeneração física e mental. Políticas interdisciplinares que integram saúde e urbanismo podem promover cidades mais saudáveis e propícias ao descanso.

Dados fornecidos pela Plataforma ODS Brasil, relacionados ao Objetivo 3 (Saúde e Bem-Estar) e ao Objetivo 11 sobre Cidades e Comunidades Sustentáveis (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 2024), indicam que a presença de áreas verdes, como parques e praças, está associada a menores índices de ansiedade e depressão. Conseqüentemente, iniciativas que valorizem o descanso como parte da promoção da saúde coletiva têm o potencial de reduzir custos no sistema de saúde, além de melhorar a qualidade de vida geral da população. A colaboração entre urbanistas, médicos e sociólogos é essencial para entender as necessidades específicas de cada comunidade e desenvolver soluções que atendam a essas demandas.

A valorização do descanso requer uma mudança de paradigma que desafie a lógica da produtividade incessante característica do capitalismo contemporâneo. Han (2015, 29-35) argumenta que a cultura da eficiência transforma o descanso num ato quase subversivo, contrário às exigências de um sistema que explora continuamente o tempo e a energia dos indivíduos. Esta reflexão filosófica deve ser incorporada no discurso interdisciplinar, inspirando políticas públicas que promovam o tempo livre como um direito e uma prática ética. Além disso, a filosofia pode servir de base para repensar as prioridades urbanas, colocando a dignidade humana no centro dos processos de decisão.

A sociologia contribui para a compreensão das dinâmicas sociais que moldam o acesso ao descanso. Os estudos sobre a desigualdade espacial, a exclusão social e a mobilidade urbana revelam como os fatores estruturais impedem o repouso de certos grupos populacionais (RICOTTA, 2023), particularmente nas regiões periféricas e para os trabalhadores informais. A análise sociológica fornece dados e conhecimentos fundamentais para a formulação de políticas mais inclusivas que reconheçam as necessidades específicas de cada grupo e promovam a equidade no acesso aos espaços de descanso e lazer conforme os estudos de Toker (2021, 1000-1013) e de GALLANT et al. (2020).

A economia pode potencialmente desempenhar um papel transformador ao integrar o descanso como um indicador do desenvolvimento humano. Os modelos econômicos que consideram o bem-estar, em vez de se limitarem ao crescimento econômico, como o Índice de Felicidade Interna Bruta (FIB) (URA, 2012), podem informar as políticas públicas que valorizam o descanso como uma componente do progresso coletivo. Esta abordagem interdisciplinar reforça a noção de que o descanso não é um luxo,

mas uma necessidade que deve ser protegida e promovida através de acções integradas, capazes de transformar as cidades em espaços mais equitativos, humanos e sustentáveis.

6. RESULTADOS

O estudo revelou que o descanso humano, apesar de essencial para o bem-estar integral, ainda é subvalorizado como direito autônomo no ordenamento jurídico brasileiro. A análise dos dispositivos legais, como a Constituição Federal de 1988 e o Estatuto da Cidade, demonstrou que, embora existam garantias associadas à saúde, lazer e qualidade de vida, essas normativas abordam o descanso apenas de forma indireta. A ausência de uma regulamentação explícita sobre o tema dificulta sua integração no planejamento urbano, limitando as condições necessárias para que as cidades promovam o bem-estar de seus habitantes.

No contexto das políticas públicas, constatou-se que iniciativas voltadas à criação de espaços de descanso permanecem concentradas em áreas centrais e privilegiadas, exacerbando desigualdades espaciais e sociais. Programas como os parques urbanos em São Paulo e no Rio de Janeiro, embora relevantes, evidenciam a falta de uma abordagem mais equitativa. As regiões periféricas, frequentemente carentes de infraestrutura básica, continuam excluídas dessas iniciativas, perpetuando o acesso desigual ao lazer e ao repouso. Esse cenário reforça a necessidade de intervenções que priorizem a redistribuição de recursos urbanos para corrigir essas disparidades.

A revisão bibliográfica destacou que o conceito de descanso transcende o âmbito biológico e funcional, sendo um elemento indispensável ao desenvolvimento humano integral. Autores como Henri Lefebvre e David Harvey ressaltam que o direito ao descanso está intrinsecamente ligado à justiça espacial e à função social da cidade. A integração desse direito no planejamento urbano exige uma reconfiguração dos espaços urbanos, que devem ser concebidos como locais de convivência, regeneração e contemplação, e não apenas como espaços de produção e consumo.

Os exemplos internacionais analisados, como o programa “Ciclovía” em Bogotá e as políticas de redesenho urbano em Copenhaga, serviram como referências práticas para demonstrar a viabilidade de iniciativas que promovam o descanso nas cidades. Em Bogotá, o fechamento de ruas aos domingos para atividades de lazer é uma solução simples que fomenta o bem-estar comunitário e a ocupação inclusiva do espaço público. Já em Copenhaga, a priorização de pedestres e ciclistas reforça a importância de um planejamento urbano orientado ao bem-estar humano. Tais modelos evidenciam a possibilidade de adaptar estratégias similares ao contexto brasileiro.

Os resultados apontaram ainda para a necessidade de ampliar os instrumentos de monitoramento urbano, com a inclusão de indicadores relacionados ao descanso. Medidas como a



cobertura vegetal por habitante, os níveis de poluição sonora e a acessibilidade a espaços de lazer poderiam ser incorporadas aos Planos Diretores Municipais, oferecendo métricas para avaliar o impacto das políticas implementadas. Esse acompanhamento seria essencial para identificar avanços e promover ajustes contínuos.

Outro aspecto observado foi a falta de financiamento adequado para iniciativas voltadas ao descanso. O estudo sugere que parcerias público-privadas, bem como o redirecionamento de recursos provenientes de multas ambientais e taxas urbanísticas, podem ser alternativas viáveis para viabilizar projetos em áreas de maior vulnerabilidade social. A utilização de fundos de origem diversificada contribuiria para a sustentabilidade econômica dessas políticas.

A análise documental revelou ainda lacunas normativas que dificultam a proteção efetiva do descanso no ambiente urbano. A legislação existente prioriza elementos como moradia, transporte e saneamento, mas carece de dispositivos que reconheçam o descanso como um direito específico. Essa ausência fragiliza a implementação de políticas públicas voltadas à criação de zonas de descanso, limitando a eficácia das iniciativas em curso.

Observou-se que o acesso desigual ao descanso reflete as desigualdades estruturais que permeiam as cidades brasileiras. As regiões periféricas, muitas vezes marcadas pela precariedade habitacional e pela falta de infraestrutura, enfrentam barreiras significativas para usufruir de espaços públicos que promovam o repouso. Essa exclusão espacial reforça a urgência de políticas públicas que promovam uma redistribuição justa dos recursos urbanos.

A interdisciplinaridade emergiu como um elemento central para a construção de políticas mais eficazes. A integração de conhecimentos das áreas de Saúde Pública, Sociologia e Economia pode contribuir para compreender as múltiplas dimensões do descanso e formular soluções que atendam às necessidades reais das populações urbanas. Essa abordagem reforça a ideia de que o descanso deve ser tratado como uma prioridade estratégica no planejamento urbano.

Os resultados evidenciaram que a promoção do descanso urbano exige uma articulação entre diferentes níveis de governo, sociedade civil e setores privados. A participação comunitária, especialmente por meio de processos de planejamento participativo, é essencial para assegurar que as políticas públicas reflitam as demandas e aspirações dos moradores. Dessa forma, o trabalho aponta caminhos para a construção de cidades mais inclusivas e comprometidas com a qualidade de vida de seus habitantes.

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS



A relação entre a cidade e o descanso humano, analisada sob uma perspectiva jurídico-filosófica, revela a complexidade de integrar necessidades humanas fundamentais em um contexto urbano frequentemente dominado por interesses econômicos e desigualdades estruturais. Ao longo do artigo, discutiu-se como o descanso transcende seu papel biológico para se tornar um direito inerente à dignidade humana e à justiça social, devendo ser promovido e protegido pelas normas jurídicas e políticas públicas urbanas. A cidade, enquanto espaço de convivência e realização do potencial humano, necessita ser reconfigurada para atender ao descanso como um elemento essencial da qualidade de vida, em consonância com princípios filosóficos e normativos que valorizam o ser humano em sua totalidade.

Do ponto de vista jurídico, o descanso encontra respaldo implícito na Constituição Federal de 1988, especialmente nos direitos à saúde, ao lazer e ao meio ambiente equilibrado. No entanto, a ausência de regulamentações específicas que tratem o descanso como um direito autônomo e transversal limita sua efetiva proteção. A ampliação do debate jurídico sobre o tema é necessária para consolidar a proteção do descanso em marcos regulatórios e práticas judiciais, articulando-o aos princípios constitucionais da dignidade da pessoa humana e da função social da cidade. Esse avanço também requer a adaptação de instrumentos urbanos, como os Planos Diretores Municipais, para que integrem o descanso como uma diretriz central no planejamento e na gestão das cidades.

Aprofundando o conteúdo, a promoção do descanso urbano requer uma ruptura com a lógica da hiperprodutividade e do consumo incessante que caracterizam as sociedades contemporâneas. Autores como Byung-Chul Han, Hannah Arendt, entre outros, enfatizam a importância de espaços e tempos de pausa para o florescimento humano, conseqüentemente, sob esta ótica, entende-se que o descanso como uma prática ética que fortalece a autonomia, a criatividade e o senso de pertencimento. Esse entendimento filosófico deve informar não apenas as políticas públicas, mas também uma mudança cultural que revalorize o descanso como um componente essencial da vida urbana. Ao reconhecer o descanso como um bem coletivo, as cidades podem se transformar em espaços mais equitativos e sustentáveis, alinhados aos princípios da justiça social e da equidade.

Os desafios discutidos, como a urbanização desordenada, a desigualdade espacial e a hiperconectividade, evidenciam a necessidade de abordagens interdisciplinares e intersetoriais para superar as barreiras que comprometem o direito ao descanso. A construção de cidades mais humanas exige a colaboração entre Direito, Filosofia, Saúde Pública, Sociologia e Economia, de modo a integrar o descanso como um eixo estruturante das políticas urbanas. Exemplos internacionais demonstram que é possível criar cidades que conciliem desenvolvimento econômico e bem-estar humano, desde que o planejamento urbano seja orientado por valores éticos e pela participação democrática das comunidades.

Conclui-se, portanto, que o descanso deve ser compreendido como um direito essencial para a realização da dignidade humana e da justiça urbana. Sua promoção não é apenas uma questão de infraestrutura, mas de reconfiguração das prioridades que orientam as decisões sobre o espaço urbano. A cidade contemporânea, enquanto espaço regulado e vivenciado, tem o potencial de se tornar um ambiente que valorize o descanso como parte integrante da vida humana. Para isso, é necessário um compromisso coletivo que envolva governos, sociedade civil e academia, promovendo uma nova concepção de urbanidade em que o descanso seja garantido como um direito fundamental e uma prática cotidiana.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARISTÓTELES. **A Política**. Tradução de Pietro Nassetti. São Paulo: Nova Cultural, 1999.

_____. **Ética a Nicômaco**. Tradução de Antonio Pinto de Carvalho. São Paulo: Editora Nova Cultural, 1997.

ARENDT, Hannah. **A Condição Humana**. Tradução de Roberto Raposo. 12. ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2007.

BORGES, S. "The role of society in public leisure spaces: An experience report". **Seven Editora**, [S. l.], p. 368–376, 2024. Disponível em: <https://sevenpublicacoes.com.br/editora/article/view/4444>. Acesso em: 19 nov. 2024.

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988**. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 5 out. 1988. Disponível em https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm Acesso em 08jan2025.

_____. **Consolidação das Leis do Trabalho (CLT)**. Decreto-Lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943.

_____. **Estatuto da Cidade**. Lei nº 10.257, de 10 de julho de 2001. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 11 jul. 2001.

_____. **Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais (LGPD)**. Lei nº 13.709, de 14 de agosto de 2018. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 15 ago. 2018.

_____. **Lei de Crimes Ambientais**. Lei nº 9.605, de 12 de fevereiro de 1998. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 13 fev. 1998.

_____. **Lei de Contravenções Penais**. Decreto-Lei nº 3.688, de 3 de outubro de 1941. Diário Oficial da União, Rio de Janeiro, RJ, 7 out. 1941.

_____. Conselho Nacional do Meio Ambiente (CONAMA). **Resolução nº 01**, de 8 de março de 1990.

FOUCAULT, Michel. **Vigiar e Punir**. Tradução de Raquel Ramallete. Petrópolis: Vozes, 1987.

GALLANT, Karen, Susan HUTCHINSON, Catherine M. WHITE, Barbara HAMILTON-HINCH, Fenton LITWILLER, Heidi LAUCKNER, and R. ALEXANDER. 2020. "Reaching out to Welcome in: Guidelines for Socially Inclusive Recreation Settings and Programs for People with Mental Health Challenges." **Leisure/Loisir** 44 (3): 327–51. doi:10.1080/14927713.2020.1780933.



- GEHL, Jan. **Cidades para Pessoas**. São Paulo: Perspectiva, 2013.
- HAN, Byung-Chul. **Sociedade do Cansaço**. Tradução de Enio Paulo Giachini. Petrópolis: Vozes, 2015.
- HARVEY, David. **Cidades Rebeldes: Do Direito à Cidade à Revolução Urbana**. Tradução de Maria Stela Gonçalves. São Paulo: Martins Fontes, 2014.
- IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Plataforma ODS Brasil: **Indicadores Brasileiros para os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável**. Disponível em: <https://odsbrasil.gov.br/>. Acesso em: 18 nov. 2024.
- LEFEBVRE, Henri. **A Produção do Espaço**. Tradução de Doralice Barros Pereira. São Paulo: Edusp, 2006.
- _____. **O Direito à Cidade**. Tradução de Rubens Eduardo Frias. São Paulo: Centauro, 2001.
- MARX, Karl. **O Capital: Crítica da Economia Política**. Tradução de Rubens Enderle. São Paulo: Boitempo, 2013.
- MEKALA, G.D., JONES, R.N. & MACDONALD, D.H. "Valuing the Benefits of Creek Rehabilitation: Building a Business Case for Public Investments in Urban Green Infrastructure". **Environmental Management** 55, 1354–1365 (2015). <https://doi.org/10.1007/s00267-015-0471-7>.
- NUSSBAUM, Martha. **Creating Capabilities: The Human Development Approach**. Cambridge: Harvard University Press, 2011. Disponível em: <https://www.degruyter.com/document/doi/10.4159/harvard.9780674061200/html>.
- ONORI, Ashley, Stephanie LAVAU, Tim FLETCHER. "Implementation as More than Installation: A Case Study of the Challenges in Implementing Green Infrastructure Projects in Two Australian Primary Schools." **Urban Water Journal**, 2018, 15 (9): 911–17. doi:10.1080/1573062X.2019.1574842.
- THOMPSON, E. P. "Time, Work-Discipline, and Industrial Capitalism." **Past & Present**, n. 38, p. 56–97, 1967.
- TOKER, A.. "Boş Zaman ve Rekreasyonun Tarihsel Perspektiften Sosyolojik Bir Değ erlendirmesi, Sosyal", **Beşeri ve İdari Bilimler Dergisi**, 2021, 4(10): 1000-1013. DOI: <https://doi.org/10.26677/tr1010.2021.858>. Acesso em 19 nov. 2024.
- RAWLS, John. **Uma Teoria da Justiça**. Tradução de Almiro Pissetta e Lenita Maria Rimoli Esteves. 2. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2002.
- RICOTTA, G.. "Security, Health and Social Exclusion in Urban Contexts. A Sociological Perspective". In: Battisti, A., Marceca, M., Ricotta, G., Iorio, S. (eds) **Equity in Health and Health Promotion in Urban Areas**. **Green Energy and Technology**. Springer, Cham, 2023. https://doi.org/10.1007/978-3-031-16182-7_3
- SARMIENTO, Olga L. *et al.* "The Ciclovía-Recreativa: A Mass-Recreational Program with Public Health Potential." **Journal of Physical Activity and Health**, Vol. 7, supl. 2, 2010, pp. S163-S180. DOI: 10.1123/jpah.7.s2.s163.

Sobre os autores:

Stênio de Freitas Barretto

Stênio de Freitas Barretto é advogado inscrito na Ordem dos Advogados do Brasil (Seccional Rio de Janeiro) e na Ordem dos Advogados Portugueses (Conselho Regional de Lisboa); É doutorando em Direito pela Universidade de Coimbra, é mestre em "Administração Pública" pelo Instituto Universitário de Lisboa - ISCTE-IUL (2014-2016); graduado/licenciado em "Direito" pela Universidade Veiga de Almeida - UVA-RJ, é graduado/licenciado em "Gestão Pública" pela UNIFATECIE (2022-2023), é pós-graduado em Administração Pública pelo Instituto Universitário de Lisboa - ISCTE-IUL (2015), além disso, possui as seguintes Pós-graduações: "Educação em Direitos Humanos" (2024, FASUL-MG), "Direito Educacional e Gestão de Instituições Educacionais" (2023, FASUL-MG), "Docência no Ensino Superior" (2023, FASUL-MG), "Direito Tributário" (2012- FJ-RJ) ; É parecerista das Revistas "Quaestio Iuris" (PPGDir-UERJ) e "Ballot" (PPGDir-UERJ), Parecerista da "Revista Direito da Cidade" (PPGDir-UERJ) e da "Revista Práticas em Gestão Pública Universitária" (PGPU/UFRJ); É membro da "Comissão de Direito Constitucional" da Ordem dos Advogados do Brasil - Seccional RJ (2016/2018; 2019-2021 e 2022-Atual), foi Conselheiro da 45 Subseção da OAB/RJ (2019-2021); Presidente da Comissão de Liberdade Religiosa da 45 Subseção da OAB/RJ - Cordeiro - RJ (2018-2021); Foi membro do Grupo de Pesquisa em "Hermenêutica Constitucional e Análise Transacional" na Universidade do Estado do Rio de Janeiro - UERJ e atualmente compõe o Grupo de Pesquisa "Laboratório de Governo: integridade e ética na escolha de políticas públicas para cidades inteligentes" na Universidade do Estado do Rio de Janeiro - UERJ. Possui vários livros e artigos publicados. Prêmios e títulos: 2022 - "Cidadão Cordeirense", Câmara Municipal do Município de Cordeiro - RJ; 2019-2021 - "Conselheiro Titular de Subseção", 45 Subseção da OABRJ - Cordeiro - RJ; 2014 - "Melhor Trabalho com uso de Metodologia Mistas", IADIS International Association for Development of the Information Society (pela ENSP-FIOCRUZ); 2014 - "Prêmio do Mérito Acadêmico", Instituto Universitário de Lisboa - ISCTE-IUL; 2011 - "Honra ao Mérito Acadêmico", Universidade Veiga de Almeida - UVA; 2002 - "Vice Presidente do Conselho Municipal de Saúde de Paraty - RJ", Conselho Municipal de Saúde de Paraty - RJ. Áreas de interesse: Direito, Ciências jurídico filosóficas, Direito Constitucional, Direitos Fundamentais, Liberdade Religiosa, Direito Público, Administração Pública, Direito e Religião.

Faculdade de Direito da Universidade de Coimbra

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1445-4412>

URL: <http://www.steniobarretto.com>

E-mail: steniobarretto@gmail.com

Marcelle Mourelle Perez Diós

Doutora em Direito - Área de Concentração: Pensamento Jurídico e Relações Sociais (Faculdade de Direito/UERJ). Mestre em Direito - Área de Concentração: Transformações do Direito Privado, Cidade e Sociedade (Faculdade de Direito/UERJ). Foi Coordenadora da Comissão de Integridade Científica do Instituto Oswaldo Cruz/FIOCRUZ. Líder do Grupo de pesquisa Laboratório de Governo: integridade e ética na escolha de políticas públicas para cidades inteligentes (UERJ-CAPES) e Pesquisadora Integrante do Grupo de Pesquisa Hermenêutica Constitucional e Análise Transacional (UERJ-CAPES). É Professora da Pós-Graduação e da graduação em Direito da Universidade Santa Úrsula, sendo membro do NDE do curso de Direito. É docente dos cursos de pós-graduação lato sensu do CEPED-UERJ. Também é professora da graduação em Direito da UNIGAMA-RJ, tendo sido Coordenadora-Adjunta do curso de Direito. Especialista em Direito Empresarial com ênfase em Direito Tributário (FGV DIREITO RIO). Especialista em Direito Privado (UGF-RJ). Graduada em Direito (UERJ). Advogada militante no Rio de Janeiro Conselheira Classista (licenciada) Membro da 10ª Junta de Recursos do CRPS.

Faculdade de Ensino Superior de Linhares

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4605-7152>

E-mail: marcelle.mourelle@faceli.edu.br

