

Trabalho e qualidade de vida dos terapeutas ocupacionais: estudo de uma amostra brasileira

Maria Luísa Guillaumon Emmel

Doutora em Psicologia Escolar e do Desenvolvimento Humano, Docente, Programa de Pós-Graduação em Educação Especial, Programa de Pós-Graduação em Terapia Ocupacional, Universidade Federal de São Carlos – UFSCar, São Carlos, SP, Brasil

Resumo: O trabalho pode ser entendido como uma atividade que dá suporte para o resgate da espontaneidade e da expressão criativa, mas, ao mesmo tempo em que pode gerar satisfação, é também um *locus* de tensões. Outras dimensões, além do trabalho, são essenciais à qualidade de vida e entendidas como fontes de equilíbrio para o ser humano. A investigação aqui proposta teve por objetivo realizar um estudo exploratório sobre a percepção de 27 terapeutas ocupacionais, professores em universidades brasileiras, a respeito de suas atividades cotidianas. A coleta de dados foi realizada por meio da aplicação e da análise de dois instrumentos: um questionário autoaplicável e uma vivência de atividades. Os resultados forneceram elementos que permitiram compreender melhor o cotidiano dos terapeutas ocupacionais da amostra estudada, bem como o significado da atividade profissional para eles. Os resultados mostraram um perfil de indivíduos preocupados com a sua qualidade de vida, apontando estratégias de equilíbrio entre as atividades do trabalho e as atividades fora dele. A família é citada como suporte importante para a boa qualidade de vida dos participantes. Algumas diferenças marcantes apareceram nos ciclos de atividades realizadas durante a semana e aquelas nos finais de semana, sendo que as últimas parecem como que buscando preencher as necessidades desse equilíbrio.

Palavras-chave: *Qualidade de Vida, Terapia Ocupacional, Satisfação no Trabalho.*

Work and quality of life of occupational therapists: study of a Brazilian sample

Abstract: Working outside the home is an activity that gives support to the rescue of spontaneity and creative expression but, while it can generate satisfaction, it can also be a locus of stress. Other dimensions, besides the workplace, are essential to the quality of life and are perceived as sources of balance for human beings. The purpose of this research was to carry out an exploratory study on the perceptions of 27 occupational therapists, teachers at Brazilian universities, on their daily activities. Data collection was performed through the application and analysis of two instruments: a self-applicable questionnaire and the experiencing of activities. Results provided evidence that allowed us to understand better the daily lives of the occupational therapists in the sample and the meaning of the professional activity to them. This study also showed a profile of individuals concerned with their quality of life, pointing out strategies for the balance of activities inside and outside of the workplace. Family is mentioned as an important support for good quality of life by the participants. Some remarkable differences were noticed between the weekday and weekend activity cycles, with the latter seeking to achieve the necessary balance.

Keywords: *Quality of Life, Occupational Therapy, Job Satisfaction.*

1 Introdução

A atividade humana, por envolver dimensões físicas, sociais, psicológicas e espirituais, vem sendo compreendida como algo que dá sentido à vida. A atividade profissional compõe parte da atividade humana e, embora seja fundamental para a vida das pessoas, pode interferir positiva ou negativamente em sua qualidade de vida. Fato é que a atividade profissional, o trabalho, vem interferindo intensamente no cotidiano da vida urbana, no que se refere à necessidade de obter riquezas materiais e adquirir status social, na figuração do próprio sentido da vida.

O trabalho transforma a vida das pessoas e é transformado por elas, fazendo com que as sociedades evoluam e se desenvolvam. Está vinculado a uma necessidade pessoal, a uma condição de garantia da própria vida: “Ele precisa trabalhar para sobreviver”. A exigência do modelo contemporâneo está definida pela capacidade que as pessoas têm para o trabalho, como e quanto elas produzem, e de que forma podem consumir esses produtos (ROSA; EMMEL, 2001).

A sociedade atual, pós-industrial, questiona esses paradigmas construídos dentro da sociedade industrial e começa a colocar em pauta o tempo livre como espaço importante de vida. Dentro dessa concepção, vários autores vêm se dedicando a reflexões sobre essa nova proposição de se pensar a distribuição do tempo. Barbosa (1992) faz uma análise sobre o tempo de trabalho e a disponibilidade para o tempo livre; o autor também critica a forma organizacional da sociedade, que estabeleceu para as pessoas um jeito de viver determinado pelo trabalho, em que elas passam a maior parte do seu tempo desenvolvendo suas atividades profissionais.

Do ponto de vista do campo das Ciências Sociais, o tempo, assim como o espaço, pode ser considerado como um vetor que organiza a vida social. Simultaneamente, esses vetores são produzidos e sancionados socialmente por meio de um sistema de representações que os organizam (DELFINO, 2009). O tempo é pensado e experimentado de maneira diversa em cada grupo social. Nos estudos acerca do uso do tempo, este se constitui uma referência estruturante das proporções do compromisso/ envolvimento das pessoas em uma série de atividades cotidianas.

A percepção do tempo (tempo do trabalho e tempo do não trabalho) está condicionada pela concepção antropológica de trabalho que as pessoas possuem, pelo lugar que este ocupa na vida de cada um e pelas expectativas criadas em torno dele.

Adicionalmente, permite a compreensão dos processos de hierarquização das atividades cotidianas.

O tempo utilizado na atividade de trabalho ou fora dele dá indicativos da dedicação do sujeito a uma ou outra atividade, podendo, tal dedicação, ser voluntária ou realizada sob pressão. No caso de voluntária, provavelmente reverterá em sensações e inputs positivos, contribuindo para seu bem-estar. Caso contrário, o tempo gasto em atividades não significativas para o sujeito irá adoecê-lo.

Dentro dessa perspectiva, existe uma relação indissociável entre o que o homem faz e sua qualidade de vida (QV). Mas, afinal, o que é qualidade de vida? Segundo Monteiro et al. (2010), o termo *qualidade de vida* passou a ser associado a melhorias no padrão de vida, sobretudo ligadas a bens materiais adquiridos. Posteriormente, a qualidade de vida incorporou a sensação de bem-estar, realização pessoal, qualidade dos relacionamentos, educação, estilo de vida, saúde e lazer, enfim, aspectos, físicos, sociais e econômicos (SEIDL; ZANNON, 2004 apud MONTEIRO et al., 2010).

Na definição feita pelo grupo Qualidade de Vida da Divisão de Saúde Mental da OMS, a qualidade de vida envolve a percepção do indivíduo de sua posição na vida no contexto da cultura e sistema de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. (KLUTHCOVSKY; TAKAYANAGUI, 2007).

É, portanto, um conceito subjetivo, que depende da visão de cada um em relação a tais valores.

O trabalho, por sua vez, pode ser entendido como uma atividade que dá suporte para o resgate da espontaneidade e da expressão criativa, numa dimensão de prazer, admitindo a possibilidade de produzir coisas por meio de um investimento afetivo. Ao mesmo tempo em que as situações do trabalho podem gerar satisfação, são também um *locus* que pode ser gerador de tensões.

Para Liberman (1998), outras dimensões, além do trabalho, são tão essenciais à qualidade de vida como o alimento o é para a sobrevivência. As atividades da vida diária, por exemplo, compõem parte importante da vida, por se constituírem em uma das principais sinalizadoras de autocuidado do ser humano. Hahn (1994) considera que as atividades de vida diária devem promover um estilo de vida saudável, pois permitem uma organização interior capaz de definir um estilo de vida. Cuidar de si próprio, cuidar da família e cuidar da casa são situações imprescindíveis que garantem um espaço de relação consigo mesmo e com o outro, no encontro com a afetividade.

A dimensão da vida no trabalho foi ocupando maior espaço nas pesquisas a partir do momento em que se constatou que a qualidade de vida no trabalho (QVT) afetava a produtividade das empresas e, conseqüentemente, a economia de um país.

Walton (1973) e Hackman e Oldham (1975) são considerados os precursores de uma abordagem científica da Qualidade de Vida no Trabalho (QVT). Para Walton (1973), a QVT depende estreitamente do equilíbrio entre trabalho e outras esferas da vida, do papel social da organização e da importância de se conciliar produtividade com QVT. O modelo proposto pelo autor contempla os seguintes fatores: compensação justa e adequada; condições de trabalho; uso e desenvolvimento das capacidades; chances de crescimento e segurança; integração social na empresa; constitucionalismo; trabalho e espaço total de vida, e relevância social do trabalho. Na ótica de Hackman e Oldham (1975), a QVT está fortemente associada aos aspectos de motivação interna, satisfação no cargo e enriquecimento do cargo. Nessa perspectiva, a gestão de QVT deve basear-se na força de necessidade de crescimento do trabalho e na percepção do significado da tarefa (variedade de habilidades; identidade da tarefa; significado da tarefa; autonomia e tarefa) (FERREIRA; ALVES; TOSTES, 2009).

A partir desses pressupostos, a relação entre *qualidade de vida* e trabalho dos terapeutas ocupacionais foi analisada sob o ponto de vista da valorização dos papéis ocupacionais e socioculturais do sujeito em seu cotidiano. Embora a literatura aponte uma série de estudos sobre qualidade de vida, não foram encontrados registros de pesquisas que abordassem a análise dessa temática junto ao profissional terapeuta ocupacional.

2 Objetivos

Este estudo buscou compreender como as atividades do trabalho profissional e outras atividades do cotidiano tomam lugar na vida dos terapeutas ocupacionais. Foram consideradas as experiências relatadas de cada participante sobre a organização do seu dia a dia, do tempo para o trabalho e do tempo fora dele.

Em relação ao trabalho, interessou saber o tempo ocupado para o cumprimento das tarefas próprias dessa atividade e quais eram os motivos de satisfação e de insatisfação no exercício profissional. Foi necessário levantar quais atividades o terapeuta ocupacional considerava significativas, com a preocupação de analisar quais atividades induzem a satisfação no

trabalho e, em contrapartida, identificar os pontos de estrangulamento, no sentido de estabelecer de que forma as tarefas prazerosas, ou não, referentes ao trabalho vão colaborar na qualidade de vida do terapeuta ocupacional. Dentro do enfoque da vida fora do trabalho, considerou-se os afazeres domésticos¹ e o tempo livre².

3 Metodologia

Esta foi uma investigação de cunho exploratório, que buscou compreender alguns aspectos relacionados à qualidade de vida do terapeuta ocupacional a partir de dois eixos: as atividades relacionadas ao trabalho e o tempo fora do trabalho.

O estudo foi desenvolvido com 27 terapeutas ocupacionais professores em universidades brasileiras e constou de duas etapas. Na primeira delas, responderam um questionário autoaplicável, que teve por objetivo recolher informações acerca das ocupações que desempenham e do nível de satisfação com elas.

Segundo Delfino (2009), certas técnicas de coleta de dados permitem mensurar e computar por itens como as pessoas utilizam seu tempo dentro dos limites de um dia de trabalho, um final de semana ou qualquer outro período relevante. Por isso, em uma segunda etapa, os 27 terapeutas da amostra anterior participaram de uma vivência de atividades, por meio de um instrumento que foi denominado “Relógio de Atividades”. Esse procedimento teve por objetivo registrar o tempo gasto em atividades cotidianas durante a semana e nos finais de semana, bem como obter informações sobre o uso do tempo dentro e fora do trabalho. Esse instrumento foi adaptado de um material bastante utilizado por terapeutas ocupacionais, cuja autoria não foi encontrada na literatura. A adaptação foi feita por Emmel et al. (2002a), quando do desenvolvimento de um projeto de Qualidade de Vida e Promoção em Saúde junto aos trabalhadores de uma grande empresa de aviação no Brasil e o instrumento foi denominado Relógio de Atividades.

Para essa vivência, foram oferecidos dois relógios desenhados em uma folha de papel; o primeiro deles representando os dias da semana (segunda a sexta-feira) e o segundo, relativo aos finais de semana (sábado e domingo). Foi solicitado aos participantes o número médio de horas por semana despendidas com as seguintes atividades cotidianas: sono; trabalho; estudo; atividades com sua família; atividades só para você. Cada uma dessas categorias tinha uma cor pré-definida, de forma que o relógio

ficaria preenchido com cores que identificavam o tempo médio gasto com cada atividade.

4 Resultados

Para analisar os dados, tomou-se como referência os pressupostos de Bogdan e Biklen (1994, p. 205), segundo os quais

“[...] a análise envolve o trabalho com os dados, a sua organização, divisão em unidades manipuláveis, síntese, procura de padrões, descoberta dos aspectos importantes e do que deve ser apreendido, e a decisão sobre o que vai ser transmitido aos outros”.

Os dados obtidos dos questionários e dos resultados da vivência de atividades foram sistematicamente organizados para posteriores análises qualitativas e quantitativas (MINAYO, 1998).

A seguir, são apresentados os resultados das análises por meio das médias obtidas em cada uma das atividades.

4.1 Caracterização dos participantes

Dos 27 Terapeutas Ocupacionais que participaram desta pesquisa, 22 eram mulheres (Tabela 1). Embora o número de profissionais do gênero masculino venha aumentando ao longo dos anos, esta representatividade expressa a característica da profissão no Brasil, com predominância do gênero feminino.

As idades dos participantes variaram entre 23 e 52 anos, com a média de 36,5 anos e mediana de 37,5 anos. As idades dos homens variaram entre 25 e 51 anos, enquanto as das mulheres variaram entre 23 e 52 anos. A média de idade dos homens foi um pouco maior do que a das mulheres, 38,6 anos (mediana = 42 anos). Tanto a média como a mediana das mulheres foi de 36 anos.

Este trabalho buscou também uma representatividade de todas as regiões do Brasil (Tabela 2).

Tabela 1. Distribuição dos participantes por gênero.

	Masculino	Feminino
N	05	22
%	18,5	81,5

Tabela 2. Distribuição dos participantes por regiões do Brasil.

	Norte	Nordeste	Centro-Oeste	Sudeste	Sul	Total
N	01	13	01	10	02	27

Nesta pesquisa, participaram 13 terapeutas ocupacionais do Nordeste, dez da região Sudeste, dois da região Sul, um do Centro-Oeste e um da região Norte. Todos exerciam atividade profissional em universidades como docentes. A maioria pertencia a instituições privadas de ensino, como pode ser constatado através dos dados da Tabela 3.

A representação acima foi coerente com a distribuição dos cursos no País na época da coleta de dados, em 2004. Dos 44 cursos de graduação em Terapia Ocupacional existentes no Brasil no final de 2004, apenas nove eram ministrados em instituições públicas de ensino; portanto, cerca de 80% dos cursos estavam vinculados a instituições privadas (EMMEL, 2005)³.

4.2 Resultados do questionário

O questionário autoaplicável abordou questões relacionadas às atividades desenvolvidas no trabalho e na vida fora dele. As análises estatísticas foram realizadas tomando por base os dados de frequência encontrados.

4.2.1 O Mundo do trabalho

Na Tabela 4, os terapeutas forneceram informações acerca das atividades de trabalho que consideram mais estressantes.

Dentre os respondentes, 38% consideram que a atividade administrativa é a mais estressante em seu trabalho. Segundo eles, 64% entendem que essas atividades são, além de mais estressantes, as menos interessantes que realizam dentro de sua vida institucional. Aproximadamente 19% dos entrevistados responderam que despendem até nove horas por semana com as atividades mais estressantes do trabalho. Esse número de horas representa mais de um dia de seu trabalho na semana.

Uma outra questão solicitava sugestões dos participantes para amenizar a carga estressora dessas atividades, que são apontadas na Tabela 5.

Dentre os entrevistados, 33% sugeriram uma maior organização das atividades administrativas para diminuir os efeitos negativos de seu trabalho, reforçando a afirmação de que as atividades administrativas são as menos atrativas em seu trabalho. As respostas informam que muitas destas atividades são imprevisíveis, acumulando-se à rotina

Tabela 3. Número de participantes vinculados a instituições públicas e privadas de ensino.

	N	%
Públicas	05	18,5
Privadas	22	81,5

Tabela 4. Atividades mais estressantes.

Quais atividades de trabalho mais estressantes?	%
Administração	38
Docência (preparar aula)	16
Reunião	10
Nenhuma	6
Trânsito	3
Cobrar resultados	3
Críticas	3
Atender aluno	3
Não sabe	16
Total global	100

do professor, sem possibilidade de planejamento prévio.

Outra sugestão das mais citadas foi aumentar as atividades de lazer e de atividade física, indicando a necessidade de um maior equilíbrio entre as atividades desenvolvidas dentro e fora do trabalho. Além dessas, aparecem sugestões de mudanças mais voltadas aos aspectos humanos, sejam estas pessoas e/ou de relacionamento no ambiente de trabalho, como a melhora na comunicação dentro deste e a minimização da competitividade entre os colegas.

Contrariamente ao que se poderia imaginar, apesar de o salário ser um constante tema de reivindicações, não é este a principal questão que faz os profissionais avaliarem o trabalho como negativo. Os dados encontrados parecem apontar mais para a necessidade de organização do ambiente de trabalho como algo que interfere no dia a dia do profissional.

Em relação às atividades de trabalho que consideram mais prazerosas, a Tabela 6 mostra o que foi destacado.

As atividades de extensão e as atividades de ensino foram consideradas as mais prazerosas (30% de frequência de respostas para cada uma delas). Vale lembrar que nas Instituições de Ensino Superior (IES) de caráter privado, essas são as duas atividades preponderantes desse profissional, uma vez que a pesquisa ainda não se encontra completamente instalada em todas as instituições estudadas. O resultado revela uma coerência entre as atividades para as quais foram contratados e aquelas que lhes dão

Tabela 5. Sugestões sobre o que pode ser feito para diminuir os efeitos negativos do trabalho.

O que deve ser feito para diminuir os efeitos negativos do trabalho?	%
Organizar as atividades administrativas	33
Mais lazer e atividade física	20
Maior comunicação entre os colegas de trabalho	10
Melhor salário	7
Redução de carga horária	3
Fazer terapia	3
Menos aula	3
Menos competitividade	3
Salas individuais	3
Não sabe	13
Total global	100

Tabela 6. Atividades mais prazerosas no trabalho.

Quais são as atividades de trabalho que considera mais prazerosas?	%
Extensão	30
Ensino	30
Pesquisa	13
Docência	11
Estudo	7
Administração	2
Reuniões	2
Definir carga horária	2
Atividades físicas	2
Total global	100

maior prazer. Um aspecto interessante a ser notado é que as atividades de ensino foram relatadas como uma das mais estressoras (Tabela 4), mas nem por isso pouco prazerosas. Os terapeutas ocupacionais desta amostra parecem considerar tais atividades um desafio estimulante.

Em relação ao tempo despendido com estas, 37% dos entrevistados responderam que gastam de 20 até 29 horas por semana com as atividades mais prazerosas. Cruzando esse dado com anteriores, pode-se inferir que este é o tempo que a maioria gasta com atividades de ensino e de extensão.

4.2.2 O Mundo do não trabalho

Na vida do não trabalho, consideraram-se prioritariamente as atividades que o profissional desempenha fora de seu local de trabalho. Estas incluem o lazer, mas não somente; constam também as obrigações e os papéis sociais do cotidiano

(cozinhar, jardinagem, cuidar da beleza, frequentar igreja, etc).

Dentre os respondentes, 21% declararam que quando não estão trabalhando estão a passeio, viajando ou vão à praia, e 20% responderam que quando não estão trabalhando, se dedicam à leitura, ao estudo, ao canto ou a ouvir música (Tabela 7). Passear com a família (16%) e as atividades físicas (10%) compõem parte significativa do cotidiano desses profissionais. Em menor porcentagem de respostas, estão: TV, cinema, internet, afazeres domésticos, dormir ou descansar, trabalhar em casa, lazer, cuidar da beleza, sair com amigos e atividades religiosas (Tabela 8).

As atividades junto com a família são bastante significativas para esses profissionais, sendo que 53% as citaram como as mais prazerosas fora do trabalho (32% responderam o item passear com amigos ou familiares e 21% ficar com a família). A opção de utilizar o tempo livre para ser compartilhado com a família pode se tornar mais expressiva ainda quando se considera que várias outras atividades citadas podem estar sendo realizadas com essas mesmas pessoas (viajar, lazer, TV, afazeres domésticos, religião, etc).

Foi também perguntado o que os profissionais não conseguem, mas gostariam de fazer em seu tempo livre. As respostas estão sumarizadas na Tabela 9.

Dentre os respondentes, 24% registraram que gostariam de praticar mais atividades físicas e outros 21% informaram que gostariam de ler, estudar, cantar e ouvir música. Viajar/Passear (18%) e descansar (12%) também foram apontadas como atividades que gostariam de realizar em seu tempo livre. Em menores porcentagens, aparecem também: lazer, família, cuidar da beleza, afazeres domésticos e trabalhar.

4.3 Resultados da vivência

O preenchimento do “Relógio de Atividades” registrou o número médio de horas dedicadas a cada uma das atividades pré-selecionadas durante a semana e nos finais de semana. Os resultados possibilitaram estabelecer comparações entre o tempo gasto com as atividades nesses dois momentos do cotidiano dos profissionais.

A Figura 1 compara e ilustra os resultados obtidos.

Como esperado, as pessoas têm algumas horas a mais de sono nos finais de semana (sete horas durante a semana e nove horas nos finais de semana). O trabalho tem um papel central no cotidiano do terapeuta ocupacional; ocupando também parte

Tabela 7. Atividades que realiza fora do trabalho.

O que faz quando não está trabalhando?	%
Passeio, viagem ou ir à praia	21
Leitura, estudo, canto, ouvir música	20
Passear com a família	16
Esporte Esportes ou ginástica	10
TV, cinema, teatro ou internet	7
Afazeres domésticos (cozinhar, mexer no jardim ou cuidar da casa)	7
Dormir ou descansar	6
Trabalhar em casa	6
Lazer (geral)	3
Cuidar da beleza	1
Sair com amigos	1
Igreja	1
Total global	100

Tabela 8. Atividades mais prazerosas fora do trabalho.

Qual(is) atividade(s) lhe dá (ão) mais prazer?	%
Passear com amigos ou familiares	32
Ficar com a família	21
Estudar, ler, desenhar	16
Atividades físicas	11
Viajar	5
Afazeres domésticos (cuidar da casa)	5
Cinema, teatro, TV, música	5
Lazer	3
Ir à igreja	3
Total global	100

Tabela 9. Atividades que gostaria de fazer no tempo livre.

O que gostaria de fazer e não faz no tempo livre?	%
Atividades físicas	24
Ler/Estudar/Canto/Dança	21
Viajar/Passear	18
Descansar/Dormir	12
Lazer em geral	9
Família	3
Cuidar da beleza	3
Afazeres domésticos	3
Trabalhar	3
Não sabe	6
Total global	100

dos finais de semana. Embora haja uma grande diminuição do trabalho nos finais de semana (nove horas durante a semana e três horas nos

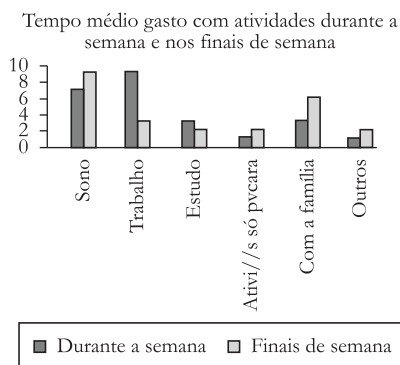


Figura 1. Tempo médio com atividades durante a semana e nos finais de semana.

finais de semana), os profissionais não extinguem completamente essa atividade em seus finais de semana. Já as atividades junto à família são melhor contempladas nos finais de semana, dobrando o tempo dedicado a elas (seis horas durante os finais de semana e três horas durante a semana), bem como as “atividades só para você”.

5 Discussão

Os dados do questionário, somados aos da vivência, permitiram discussões que enriqueceram as análises e deram consistência às discussões interpostas.

O instrumento utilizado para medir o tempo médio utilizado com cada atividade foi fundamental para se traçar um perfil das atividades que fazem parte do cotidiano desses profissionais. Apesar disso, uma limitação desse e de outros instrumentos utilizados para esse tipo de medida é que, por meio deles, não é possível entender o tempo através da simultaneidade entre as atividades (STINSON, 1999; DELFINO, 2009).

5.1 O mundo do trabalho

Para os terapeutas ocupacionais, ser professor universitário é uma situação que impõe uma série de desafios, no sentido de se construir nessa profissão uma tradição acadêmica. Implica em oferecer uma formação de excelência aos alunos dessa área, desenvolver pesquisas e construir conhecimento, assumir atividades administrativas dentro das universidades, participar de fóruns de decisão políticoacadêmicos, entre outras atribuições. Pelo fato de ter que desenvolver diferentes papéis profissionais, o terapeuta ocupacional tem, obviamente, suas preferências e nem sempre se sente completamente à vontade em todos eles.

No mundo do trabalho, os terapeutas ocupacionais participantes deste estudo consideraram as atividades administrativas como as mais estressantes e desinteressantes dentro do elenco de atividades que desempenham dentro das universidades. Pesquisa anterior (ROSA; EMMEL, 2001) identificou duas formas de atuação nas atividades administrativas: uma delas refere-se à representação institucional (coordenação de curso, chefia de departamento, representante em órgão colegiados, etc), que determina um espaço político do professor na instituição. A outra diz respeito às tarefas administrativas que o cargo pode demandar. Esta é focada na estrutura acadêmica em si, como organizar as disciplinas e o material didático, avaliar o aluno, encaminhar os dados de avaliação para o setor competente, etc. Em ambas as situações, os participantes consideraram esta esta uma atividade bastante desconfortável, especialmente por requerer um conjunto de ações que parecem simples, mas com problemas cujas soluções, na maioria das vezes, vão depender de múltiplos fatores e desdobramentos, e não só da ação do professor.

De qualquer forma, os embates advindos dos processos decisórios, implícitos na atividade administrativa, é o que parece mais desgastar os terapeutas. Como sugestões para minimizar essa carga estressora, apontam a organização de tais atividades, possivelmente procurando torná-las mais previsíveis e com tempo suficiente para o professor se preparar para elas. Nesse mesmo tópico, os profissionais mostraram a importância da alternância entre as atividades de trabalho e de lazer, como equilibradora da vida no trabalho, estratégia amplamente apontada na literatura (BARBOSA, 1992; MAXIMINO, 1997; ROSA; EMMEL, 2001).

A academia favorece o processo de ensino-aprendizagem, em que o professor pode sair da compreensão linear e mecânica, e buscar uma relação com a realidade psicossocial viva e mutável (EMMEL, 2010). Isto talvez explique o fato de, nesta amostra, a atividade do ensino ter sido citada como uma das mais prazerosas, mas também uma das mais estressantes.

Para Rosa e Emmel (2001) e Batista e Batista (2004 apud MARSIGLIA, 2007), na área da saúde, há uma triangulação que envolve ensino-aprendizagem-assistência, o que faz com que a formação do professor universitário da área da saúde apresente desafios importantes e exija um olhar multidisciplinar sobre as concepções, as experiências e a interlocução nas práticas docentes.

O professor é, ao mesmo tempo, provocador e facilitador do processo de aprendizagem, promovendo

no aluno a dúvida, o questionamento e a curiosidade, e ajudando-o a buscar novas respostas, com a postura de que o conhecimento é algo em contínua construção, uma vez que investiga a realidade, que também é dinâmica.

Outras atividades foram relatadas como estressantes, entre as quais, as reuniões, atender alunos e os deslocamentos necessários para se chegar ao trabalho.

5.2 O tempo fora do trabalho

O tempo fora do trabalho compõe boa parte do cotidiano das pessoas e pode ser entendido como o tempo livre, voltado para o lazer, para o descanso e também para outros investimentos que vão dar suporte a uma organização interna, possibilitando experimentar diversas sensibilidades.

Concordando com o fato de que a vida humana se compõe de um conjunto de situações e que as atividades fora do trabalho são tão essenciais à qualidade de vida como o alimento o é para a sobrevivência, este trabalho mostrou, por exemplo, que as atividades de lazer, cultura e cuidados com a família e com a casa são parte importante da vida dos terapeutas ocupacionais desta pesquisa. Estas parecem exercer um papel equilibrador e de auto-organização, ajudando a promover um estilo de vida saudável, pois permitem uma organização interior.

Boa parte das atividades que dão prazer ao terapeuta ocupacional está relacionada à proximidade com os seus familiares, quer seja em passeios, viagens ou simplesmente “ficar com a família”. A expectativa de melhor utilização do tempo livre vem acompanhada de desejos manifestos relacionados a atividades conjuntas ou a maior presença da família. O tempo de dedicação a esta também aumenta nos finais de semana, quando o tempo do trabalho é menor e essa atividade prazerosa ocupa um espaço maior na vida desses profissionais. Outras pesquisas já detectaram a importância da família como o principal suporte social e os dados deste trabalho corroboram tais achados (EMMEL, 2002b; BRUSCHINI, RICOLDI, 2009).

Concluindo, os professores participantes mostraram, por meio de suas respostas, que o seu trabalho responde a uma série de pressupostos que foram considerados por Walton (1973) e por Hackman e Oldham (1975) como parâmetros para uma boa qualidade de vida no trabalho: a motivação para o trabalho acadêmico, a possibilidade de desenvolver suas capacidades e habilidades, a

possibilidade de realizar um trabalho criativo, a relevância social de seu trabalho e a satisfação no cargo. O equilíbrio entre as atividades do trabalho e outras que fazem parte da vida é, na medida do possível, atendido nos finais de semana, quando o tempo para essas outras atividades é permitido. Tais constatações permitem inferir que a qualidade de vida como um todo está sendo buscada pelos terapeutas ocupacionais, coerente com suas preocupações de profissionais que buscam melhorar a qualidade de vida das pessoas a quem dirigem suas ações terapêuticas.

6 Considerações finais

Do ponto de vista da terapia ocupacional, a qualidade de vida está relacionada ao tempo que se gasta com as atividades do cotidiano e ao significado que se dá a elas. Assim, uma boa qualidade de vida tem como premissa a vivência do cotidiano, em que o uso do tempo é preenchido com atividades significativas. Por outro lado, um cotidiano alienante trará menos satisfação e uma má qualidade de vida.

Os profissionais desta amostra apresentaram um perfil de indivíduos preocupados com a qualidade de vida que levam, apontando necessidades de equilíbrio entre as atividades do trabalho e as atividades fora dele. Nos finais de semana, essas outras atividades aparecem como que buscando preencher tais necessidades. As respostas dos participantes aos instrumentos de pesquisa utilizados deixam transparecer uma boa dose de satisfação pela atividade que desempenham, excetuando-se, provavelmente, as atividades administrativas que são próprias do cargo.

Finalmente, constatou-se que os participantes encontram na família sua grande fonte de suporte social e de satisfação com a vida. Coerentemente, é para essa mesma família que direcionam seus projetos e investimentos futuros, incluindo-se nesse âmbito o compartilhar seu “tempo livre”.

A opção metodológica de medida do tempo utilizado com as diversas atividades foi produtiva, uma vez que permitiu revelar e apreender, de uma maneira específica, aspectos da vida cotidiana dos terapeutas ocupacionais, que constituem indicadores da qualidade de vida de cada um. Vale considerar, no entanto, que este estudo, embora aponte uma tendência dentro do universo estudado, possui limitações próprias da pesquisa científica. O tamanho da amostra, a origem dos participantes e o tipo de atividade direcionam os resultados obtidos para esta amostra em específico.

Referências

- BARBOSA, J. A. S. *O Lazer como elemento construtivo no modus vivendi do homem de nossos dias*. 1992. 80 f. Dissertação (Mestrado em Educação)-Universidade Metodista de Piracicaba, Piracicaba, 1992.
- BOGDAN, R.; BIKLEN, S. *Investigação Qualitativa em educação: uma introdução à teoria e aos métodos*. Porto: Porto Editora, 1994. (Coleção Ciências da Educação).
- BRASIL. Ministério da Educação. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais – INEP. *Cadastro das Instituições de Educação Superior*. Disponível em: <<http://www.educacaosuperior.inep.gov.br/curso.stm>>. Acesso em: ago. 2009.
- BRUSCHINI, M. C. A.; RICOLDI, A. M. Família e trabalho: difícil conciliação para mães trabalhadoras de baixa renda. *Cadernos de Pesquisa*, v. 39, n. 136, p. 93-123, 2009.
- DELFINO, A. La metodología de uso del tiempo: sus características, limitaciones y potencialidades. *Espacio Abierto Cuaderno Venezolano de Sociología*, v. 18, n. 2, p. 199-218, 2009.
- EMMEL, M. L. G. *Caracterização dos cursos de Terapia Ocupacional do Brasil: perspectivas frente à capacitação docente*. São Carlos: UFSCar. Relatório de pesquisa.
- EMMEL, M. L. G. Desafios da docência em Terapia Ocupacional. *Cadernos de Terapia Ocupacional da UFSCar*, v. 18, 2010. Suplemento Especial (CD-ROM).
- EMMEL, M. L. G. et al. Qualidade de vida e promoção em saúde junto a trabalhadores: uma proposição de diagnóstico e intervenção em terapia ocupacional. *Cadernos de Terapia Ocupacional da UFSCar*, v. 10, n. 1, p. 30-41, 2002a.
- EMMEL, M. L. G. et al. *Programa de Reinserção Profissional e Boas Práticas na Embraer*. São Carlos: UFSCar, 2002b. Relatório de pesquisa.
- FERREIRA, M. C.; ALVES, L.; TOSTES, N. Gestão de qualidade de vida no trabalho (QVT) no serviço público federal: o descompasso entre problemas e práticas gerenciais. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, v. 25, n.3, p. 319-327, 2009.
- HACKMAN, J. R.; OLDDHAM, G. R. Development of the job diagnostic survey. *Journal of Applied Psychology*, v. 60, n. 2, p. 159-170, 1975. <http://dx.doi.org/10.1037/h0076546>
- HAHN, M. *Estudo da clientela de um programa de atenção em saúde mental junto ao estudante universitário de São Carlos*. 1994. 137 f. Dissertação (Mestrado em Ciências Médicas)-Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 1994.
- KLUTHCOVSKY, A. C. G. C.; TAKAYANAGUI, A. M. M. Qualidade de vida: aspectos conceituais. *Revista Salus*, v. 1, n. 1, p. 13-25, 2007.
- LIBERMAN, F. *Danças em Terapia Ocupacional*. São Paulo: Summus, 1998.
- MARSIGLIA, R. M. G. Docência em saúde: temas e experiências. *Interface*, v. 11, n. 21, p. 173-176, 2007. Disponível em: <http://www.scielo.br/php?script=sci_arttext&pid=S1414-32832007000100018&Ing=en&nrm=iso> . Acesso em: 18 set. 2010. <http://dx.doi.org/10.1590/S1414-32832007000100018>
- MAXIMINO, V. S. *A Constituição de Grupos de Atividade com Pacientes Psicóticos*. 1997. 209 f. Tese (Doutorado em Saúde Mental)-Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 1997.
- MINAYO, M. C. S. *O desafio do conhecimento*. 5. ed. São Paulo; Rio de Janeiro: Hucitec-Abrasco, 1998.
- MONTEIRO, R. et al. Qualidade de vida em foco. *RBCCV - Revista Brasileira de Cirurgia Cardiovascular*, v. 25, n. 4. p. 568-574, 2010.
- ROSA, S. D.; EMMEL, M. L. G. Reflexões sobre os diferentes papéis assumidos pelo terapeuta ocupacional enquanto professor universitário. *Cadernos de Terapia Ocupacional da UFSCar*, v. 9, n. 1, p. 1-15, 2001.
- STINSON, L. L. Measuring how people spend their time: a time-use survey design. *Monthly Labor Review*, n. 13, p. 12-19, 1999.
- WALTON, R. E. Quality of work life: what is it? *Sloan Management Review*, v. 1, n. 1, p. 11-21, 1973.

Notas

- ¹ A definição em prática pela Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD), desde 1992, resume os afazeres domésticos: arrumar ou limpar toda ou parte da moradia, cozinhar ou preparar alimentos, passar roupa, lavar roupa ou louça utilizando ou não aparelhos eletrodomésticos para executar essas tarefas para si ou para outro(s) morador (es); orientar ou dirigir trabalhadores domésticos na execução das tarefas domésticas; cuidar dos filhos ou menores moradores (FIBGE, 1992 apud BRUSCHINI; RICOLDI, 2009, p. 97).
- ² O tempo livre foi entendido como o tempo para o lazer, para o descanso, para outros investimentos que vão dar suporte a uma organização interna que favorece experimentar diversas sensibilidades. É o tempo da não obrigação, da possibilidade do sujeito fazer coisas idealmente como ele deseja.
- ³ Com o movimento de expansão das universidades, pelo Governo Federal, de 2005 a 2009 foram criados mais sete cursos de Terapia Ocupacional em IES públicas, todas Federais, segundo o Instituto Nacional de Estudos e Pesquisa, INEP (BRASIL, 2009).