



Qualidade de vida: uma análise das ações promovidas por uma Instituição de Serviços Sociais: em prol da qualidade de vida do trabalhador.

Cleusa Cruz Amarillo
Katiussi Montes Veja
Cleusa Cruz Amarillo
Katiussi Montes Vega

Resumo: Na atualidade a necessidade do tempo destinado para o lazer, tornou-se cada vez mais importante, devido ao excessivo tempo envolto no trabalho, causando desgaste físico e mental. O objetivo do presente estudo é identificar as ações realizadas pela Instituição A em prol da qualidade de vida do trabalhador, incluindo seus familiares e grupos sociais, por meio das atividades de lazer promovidas pela instituição Serviço Social B. A metodologia utilizada é de caráter exploratória e descritiva, baseando-se em pesquisas documental, bibliográfica e midiática. Através da análise dos dados, foi possível perceber que o objetivo da pesquisa foi alcançado, visto que foi possível identificar as ações promovidas pela Instituição Social B, assim como a finalidade da instituição em benefício do trabalhador.

Palavras-Chave: Lazer; Qualidade de vida; Trabalhador; Tempo.

Resumen: En la actualidad la necesidad de tiempo destinado al esparcimiento, se volvió cada vez más importante, debido al excesivo tiempo dedicado en el trabajo, causando desgaste físico y mental. El objetivo del presente estudio es identificar las acciones realizadas por la Institución A, a favor de la calidad de vida del trabajador, incluyendo sus familiares y grupos sociales, por medio de las actividades de esparcimiento promovidas por la Institución Servicio Social B. La metodología utilizada es de carácter exploratoria y descriptiva, se basa en una investigación documental, bibliográfica y mediática. A través del análisis de los datos, fue posible percibir que se alcanzó el objetivo de la investigación, visto que fue posible identificar las acciones promovidas por la Institución Social B, así como la finalidad de la institución en beneficio del trabajador.

Palabras-Claves: Esparcimiento; Calidad de vida; Trabajador; Tiempo.

Introdução

Nos primórdios da civilização não havia a necessidade de divisão do tempo, o tempo era regido pela natureza, ou seja, trabalhava-se ao clarear do dia até ao anoitecer, não havia a percepção da divisão do tempo entre trabalho e de lazer, pois isso ocorria concomitantemente.

Com o advento do período industrial, os operários trabalhavam exaustivamente, acarretando desgaste físico e mental, segundo Figueiredo (2011, p. 19), foi nesse período que pensadores sociais iniciaram estudos voltados à necessidade de um tempo extraprofissional, em que o homem, além de vigorar suas energias desgastadas pelo trabalho, pudesse satisfazer suas necessidades pessoais. O tempo passou, a jornada de trabalho foi reduzida e legalizada, com isso os trabalhadores passaram a ter seu tempo de trabalho, tempo liberado e tempo livre, destinado para as atividades de lazer.

O presente estudo foi realizado com o intuito de identificar as ações realizadas pela Instituição A em prol da qualidade de vida do trabalhador, incluindo seus familiares e grupos sociais, por meio das atividades de lazer promovidas pela Instituição Social B.

A Instituição A foi fundada em 1937, sete anos após a criação da Instituição C, como entidade de representação sindical. Desde o início as Instituições A e C trilharam uma

11º Fórum Internacional de Turismo do Iguassu
28,29 e 30 de junho de 2017
Foz do Iguaçu – Paraná - Brasil



trajetória única compondo hoje a Instituição Social B, serviço este que foi criado em 1946, para promover a qualidade de vida e a responsabilidade social da indústria gaúcha, atuando com foco na educação, na saúde e no lazer do trabalhador. O problema de pesquisa do presente estudo é verificar o propósito da instituição ao disponibilizar atividades de lazer para o trabalhador da indústria.

Esse trabalho torna-se relevante por servir de modelo, assim como de incentivo para que outras instituições desenvolvam ações que demonstrem tal preocupação e interesse pela qualidade de vida dos trabalhadores e sociedade em geral oportunizando condições e espaços para as atividades de lazer.

A Importância do Lazer para o Trabalhador

Com o passar dos anos, o tempo de trabalho dos indivíduos foi sofrendo mudanças, e seus direitos trabalhistas aos poucos se formalizaram, dentre eles ganharam o direito do tempo de não trabalho, devido ao trabalho excessivo que causava exaustão física e mental dos mesmos.

Segundo Bacal (2003) o tempo divide-se em três partes, sendo o tempo necessário no qual é destinado para o trabalho que lhe garanta a satisfação das necessidades vitais para sua sobrevivência; o tempo liberado que vem a ser uma parcela do tempo necessário, utilizado para satisfazer as necessidades como sono, alimentação e necessidades fisiológicas e o tempo livre denominação dada a uma parcela do tempo liberado do trabalho, destinado para o descanso e atividades de livre escolha.

O tempo livre também pode ser destinado para o lazer. O que define essa escolha e a individualidade e a prioridade em cada indivíduo, o mesmo pode utilizar esse tempo de lazer para repouso, diversão, recreação, distração e desenvolvimento intelectual. Dentre os inúmeros conceitos sobre lazer, um dos mais utilizados é de (DUMAZEDIER, 1979, p.73 apud FIGUEIREDO, 2011, p. 23)

Lazer é um conjunto de ocupações as quais os indivíduos podem se entregar de livre vontade, seja para repousar, divertir-se, recrear-se, entreter-se ou ainda para desenvolver sua formação desinteressada, sua participação social voluntária, ou seja, livre capacidade criadora, após livrar-se ou desembaraçar-se das obrigações familiares, profissionais e sociais.



Já para Camargo (2006) o lazer disponibilizado para o trabalhador permite que o mesmo revigore suas energias, de forma que proporcione descanso físico e mental para retomar suas atividades no dia seguinte.

Deste modo é possível perceber a necessidade de um repouso ou atividade amena, para que o empregado possa se refazer da rotina de trabalho, seja ele um simples repouso ou o lazer que pode tomar a forma recreativa ou simplesmente um tempo de ócio.

Metodologia e Análise de Dados

Trata-se de uma pesquisa realizada no *site* da Instituição A, cuja metodologia utilizada é de caráter exploratória e descritiva baseando-se em pesquisas documental, bibliográfica e midiática. Sendo os dados coletados por meio de um roteiro estruturado utilizando o *site* da Instituição A, juntamente com o da Instituição C. A pesquisa teve uma abordagem qualitativa, que utilizou como técnica a observação não participante.

Deu-se início à pesquisa por meio das palavras-chaves lazer, trabalho e grupos sociais, sendo esse o tema proposto para o trabalho. Essas palavras foram colocadas no campo de busca da página da Instituição social B que integra o site da Instituição social A, como resultado encontrasse um menu, sendo que um deles é "Assessoria e consultoria em vida saudável", nesse item, encontram-se as ações planejadas pelo serviço social B relacionados ao lazer para o trabalhador, familiares e comunidade, o menu tem outros itens, porém o citado é mais relevante para a pesquisa.

No quadro a seguir, há exposição das ações planejadas pelo serviço social B, e as respectivas localidades onde são ofertadas as atividades.

Quadro 1- Dados coletados do programa Assessoria e Consultoria em vida saudável no *site* da Instituição A.



Ações Planejadas	Descrição	Cidades
Assessoria em Eventos.	A assessoria em eventos realiza ou participa da organização de eventos, quer de âmbito interno ou externo e nas diferentes linhas, como: sociais (comemorações e confraternizações), esportivos (jogos, torneios, campeonatos, rústicas), artístico-culturais (musicais, teatro, apresentações diversas) e outros (palestras, treinamentos, lançamentos de produtos) demandados pela indústria.	Você encontra esses serviços nas unidades da Instituição Social B de Canoas, Caxias do Sul, Santa Maria, Lajeado, Estrela, Guaíba, Campo Bom, Novo Hamburgo, São Leopoldo, Portão, Rio Grande, Sapucaia, Parobé, Pelotas, Rubem Berta (P. Alegre), Bagé, S. Ângelo, Esteio, Marau, Panambi e S. Rosa.
Circuito do bem-estar.	Atividade física, alimentação saudável, comportamento preventivo, relacionamento saudável e controle do estresse. Serviço baseado na sequência de atividades informativas motivacionais e vivenciais, realizadas sistematicamente, capazes de promover mudanças no estilo de vida e gerar impacto na saúde dos trabalhadores da indústria e seus dependentes. Este serviço é estruturado no formato de “circuito” com os temas do “Pentáculo do bem-estar”, modelo lógico que representa os componentes modificáveis do estilo de vida individual.	
Teatro socioeducativo.	A linguagem cênica na promoção de saúde surge como importante aliado na educação para um estilo de vida saudável. Realizado através de esquetes teatrais planejadas e estruturadas para atingir o trabalhador de forma inteligente e estratégica, com linguagem lúdica embasada no Pentáculo do Bem-Estar.	
Corporativo Fitness.	Serviço de condicionamento físico com metodologia especializada em exercício físico e avaliações de aptidão física. Disponibiliza aos trabalhadores e seus dependentes, oportunidade para prática de atividade física sistematizada e orientada, podendo ser realizada em ambiente corporativo, ou fora dele de três maneiras: Gerenciamento de atividades em academias corporativas; credenciamento de estabelecimentos; criação de grupos nas seguintes atividades: ginástica, ritmos, grupo de corrida e caminhada, treinamento funcional e modalidade esportiva.	
Ginástica na Empresa.	Serviço que tem como principal intervenção as sessões de educação para o bem-estar físico e mental. É realizado nas dependências da indústria. Demanda uma análise detalhada das possibilidades de atuação em função das características físicas do espaço e também das atividades exercidas pelos trabalhadores. Nessa proposta, o exercício físico, orientações posturais, adaptação funcional, modelo comportamental, cooperação e interatividade fazem parte do processo educativo para promover o estilo de vida saudável do trabalhador.	
Grupo de Afinidade-Fitness.	Serviço baseado na proposta de ocupação dos espaços de cultura, esporte e lazer dos Centros de Atividades do serviço social. É alicerçado na concepção de que a prática de exercícios físicos e a melhoria em parâmetros de aptidão física é capaz de derivar inúmeros benefícios à saúde. As atividades ofertadas são: Ginástica, Ritmos, Grupo de Corrida e Caminhada, Treinamento Funcional e Modalidade Esportiva. Frequência: duas ou três vezes por semana	
Grupo de Afinidade-Artes.	Serviço especializado que oferece aos trabalhadores das indústrias a oportunidade de desenvolver novas possibilidades de ser, sentir e agir, sensibilizando e potencializando os valores das artes (socialização, cooperação, disciplina, respeito, trabalho em equipe e superação), promovendo a saúde (mental, social e espiritual) e o bem-estar do indivíduo. As opções disponíveis são: música (violão, canto e musicalização), teatro, dança e artes visuais.	Localidades de: Estrela, Lajeado, Gravataí, Marau, Panambi, S. Rosa, C. do Sul e R. Berta.

Fonte: Elaborado pelos autores, 2017.



Foi possível observar no *site* da Instituição A, que as ações promovidas pela Instituição Serviço Social B proporcionam melhor qualidade de vida, através do programa de Assessoria e Consultoria em vida saudável que busca com isso motivar, incentivar o trabalhador a optar por uma escolha de vida saudável, por meio das sete ações expostas no quadro acima. É possível analisar nas atividades promovidas que em sua maioria são planejadas para serem praticadas pelo trabalhador no ambiente corporativo ou fora dele, sempre buscando melhor qualidade de vida para o mesmo. Somente as ações “Circuito do bem-estar” e “Corporativo *Fitness*” incluem os dependentes dos colaboradores.

Conclusão

Através da análise dos dados, foi possível perceber que o objetivo da pesquisa foi alcançado, visto que foi possível identificar as ações promovidas pela Instituição social A e a Instituição social B, assim como a finalidade da instituição em benefício da saúde física e mental do trabalhador. Se preocupando em proporcionar melhor qualidade de vida, e momentos de lazer para que o mesmo possa descontraí-lo, divertir-se e interagir com os colegas de trabalho e em algumas atividades inclusive com os familiares, isso acaba refletindo no desempenho do seu trabalho, pois, há um revigoramento físico e um processo de aprendizado adquirido de forma lúdica nas atividades praticadas em grupos ou de forma individual, influenciando diretamente no rendimento do trabalho.

Foi possível analisar nos dados, que como agente limitador de pesquisa, a falta de retorno da instituição, diante dos contatos efetuados, não sendo possível a aplicação da pesquisa diretamente com os responsáveis por planejar as ações. Como sugestão, que seja realizada novas pesquisas com indivíduos que desfrutam dessas atividades promovidas pela Instituição Social B, integrante da Instituição A.

Referências

- BACAL, Sarah. **Lazer e o universo dos possíveis**. São Paulo: Aleph, 2003.
- CAMARGO, Luiz Octávio de Lima. **O que é lazer**. São Paulo: Brasiliense, 2006.
- SESI/RS. Disponível em: < <http://www.sesirs.org.br/pt-br/qualidade-de-vida/esportes-e-lazer/soluções-em-vida-saudável>>. Acesso em: 31 abr. 2017.
- FIERGS. Disponível em: <www.fiergs.org.br>. Acesso em: 31 out. 2017.
- FIGUEIREDO, L. G. B. **Turismo de esportes e aventura: livro didático**, 4ª ed. Palhoça: UnisulVirtual, 2011.