



**UNIVERSIDADE TECNOLÓGICA FEDERAL DO PARANÁ**

**CAMPUS PONTA GROSSA**

**GERÊNCIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO**

**PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ENGENHARIA DE PRODUÇÃO**

**PPGEP**

**MARCELO RUGISKI**

**QUALIDADE DE VIDA: INTER-RELAÇÕES DO  
TEMPO LIVRE PARA OS COLABORADORES DE  
UMA MULTINACIONAL DO RAMO DE ALIMENTOS.**

**PONTA GROSSA**

**DEZEMBRO - 2007**

# **Livros Grátis**

<http://www.livrosgratis.com.br>

Milhares de livros grátis para download.

**MARCELO RUGISKI**

**QUALIDADE DE VIDA: INTER-RELAÇÕES DO  
TEMPO LIVRE PARA OS COLABORADORES DE  
UMA MULTINACIONAL DO RAMO DE ALIMENTOS.**

Dissertação apresentada como requisito parcial à obtenção do título de Mestre em Engenharia de Produção, do Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção, Área de Concentração: Gestão Industrial, da Gerência de Pesquisa e Pós-Graduação, do Campus Ponta Grossa, da UTFPR.

**Orientador:** Prof. Luiz Alberto Pilatti, Dr.

**PONTA GROSSA**

**DEZEMBRO - 2007**

R932 Rugiski, Marcelo

Qualidade de vida: inter-relações do tempo livre para os colaboradores de uma multinacional do ramo de alimentos. / Marcelo Rugiski. -- Ponta Grossa: [s.n.], 2007. 150 f.: il. ; 30 cm.

Orientador: Prof. Dr. Luiz Alberto Pilatti

Dissertação (Mestrado em Engenharia da Produção) - Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Campus Ponta Grossa. Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção. Ponta Grossa, 2007.

1. Qualidade de vida no trabalho. 2. Lazer e recreação. 3. Indústria de alimentos. I. Pilatti, Luiz Alberto. II. Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Campus Ponta Grossa. III. Título.

CDD 658.314



Universidade Tecnológica Federal do Paraná –  
Campus de Ponta Grossa  
Gerência de Pesquisa e Pós-Graduação  
**PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM  
ENGENHARIA DE PRODUÇÃO**



## TERMO DE APROVAÇÃO

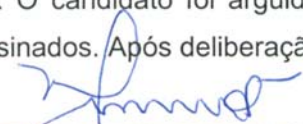
Título de Dissertação Nº 71

**QUALIDADE DE VIDA: INTER-RELAÇÕES DO TEMPO LIVRE PARA OS  
COLABORADORES DE UMA MULTINACIONAL DO RAMO DE ALIMENTOS**

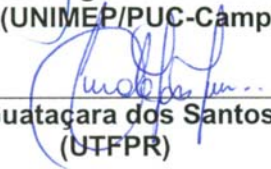
por

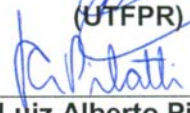
**Marcelo Rugiski**

Esta dissertação foi apresentada às **09 horas e 30 minutos** dia **19 de dezembro de 2007** como requisito parcial para a obtenção do título de MESTRE EM ENGENHARIA DE PRODUÇÃO, com área de concentração em Gestão Industrial, linha de pesquisa em **Gestão do Conhecimento e Inovação**, Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção. O candidato foi argüido pela Banca Examinadora composta pelos professores abaixo assinados. Após deliberação, a Banca Examinadora considerou o trabalho aprovado.

  
\_\_\_\_\_  
**Profa. Dra. Regina Maria Rovigati  
Simões (UNIMEP/PUC-Campinas)**

  
\_\_\_\_\_  
**Prof. Dr. Antonio Carlos de Francisco  
(UTFPR)**

  
\_\_\_\_\_  
**Prof. Dr. Guataçara dos Santos Junior  
(UTFPR)**

  
\_\_\_\_\_  
**Prof. Dr. Luiz Alberto Pilatti (UTFPR) -  
Orientador**

Visto do Coordenador:

\_\_\_\_\_  
**Kazuo Hatakeyama (UTFPR)  
Coordenador do PPGEP**

A minha família, Rugiski & Zadra pela  
força, paciência e amor.

## **AGRADECIMENTOS**

A toda equipe de Professores e Funcionários do PPGEF da UTFPR campus Ponta Grossa, que através de suas ações possibilitaram a realização deste trabalho.

Ao professor Guataçara, pela ajuda e ao Professor e amigo Tico, pela atenção e conselhos pertinentes.

Aos amigos e colegas de estudo e trabalho, pelo afeto, compreensão e auxílio nestes tempos de “dissertação”.

Ao meu orientador, Prof. Dr. Luiz Alberto Pilatti, por indicar o caminho e me acompanhar na caminhada. Serei eternamente grato.

À minha família, por tudo.

Aos meus amores, Dani e Malu, simplesmente por existirem.

Pela intercessão de Nossa Senhora das Brotas e de Santo Expedito.

E a meu Deus Pai, por tudo que sou e sei.

## RESUMO

Este estudo teve por objetivo identificar a percepção dos colaboradores de uma indústria multinacional do ramo de alimentos acerca de sua Qualidade de Vida e sua inter-relação com o tempo livre. Trata-se de uma pesquisa aplicada com uma abordagem predominantemente qualitativa e, em função de seus objetivos, descritiva, na forma de um estudo de caso. A coleta de dados foi realizada através de dois instrumentos, o primeiro um questionário elaborado pela Organização Mundial da Saúde, o *WHOQOL-100* e o segundo uma entrevista semi-estruturada composta de seis perguntas. A amostra foi composta através do procedimento de amostragem estratificada. A Qualidade de Vida foi avaliada através do *WHOQOL-100* o qual é composto por seis domínios: Físico, Psicológico, Nível de Independência, Relações Sociais e Meio Ambiente, Espiritualidade/religião/crenças pessoais. A análise dos comportamentos dos escores do *WHOQOL-100*, revelou que a percepção acerca da Qualidade de Vida dos colaboradores apresenta uma posição intermediária de satisfação, com escore de 69,22%, pode-se dizer que este resultado possa ser uma consequência da insatisfação inerentemente humana pela busca da QV. A partir dos dados obtidos pode-se identificar que o Domínio Nível de independência obteve a maior média entre todos, com 79,47%, seguido pelo Domínio Espiritualidade / religião / crenças pessoais com 78,98%, Domínio Relações Sociais (74,98), Domínio Psicológico (69,86%), Domínio Meio Ambiente (61,26%) e o Domínio Físico com 60,36% que obteve o menor dos escores entre os domínios levantados. A Faceta Qualidade de vida do ponto de vista do avaliado obteve um valor percentual de 69,22%. Os fatores que contribuem de forma positiva na avaliação da QV do grupo pesquisado apresentado pelo questionário *WHOQOL-100* podem ser representados pelas facetas que obtiveram avaliação satisfatória, ou seja, escores acima de 75% de média, a saber: a auto-estima, a Imagem Corporal, a Mobilidade, a Dependência de Medicação ou Tratamentos, as Relações pessoais, Atividade Sexual, os Aspectos Espirituais/Religiosos/Crenças/Pessoais e a Capacidade de Trabalho. No que diz respeito aos fatores que contribuem negativamente para a QV do grupo pesquisado os resultados do *WHOQOL-100* indicaram quatro facetas pertencentes ao Domínio Meio Ambiente, sendo elas as seguintes: ambiente físico (poluição/ruído/trânsito/clima), participação em, e oportunidades de recreação/lazer, recursos financeiros e segurança física e proteção. Estas facetas obtiveram as menores médias em relação à satisfação, variando entre 55,11% a 50,44% pontos percentuais. Entre as facetas que tiveram menor avaliação para este trabalho buscou-se aprofundar e desenvolver uma discussão mais pontual sobre a Participação em, e oportunidades de recreação/lazer, mais especificamente sobre o lazer. Para tanto foi desenvolvida entrevista para uma melhor percepção da realidade apresentada nas atividades de tempo livre bem como identificar os hábitos de lazer desenvolvidos por este grupo. Constatou-se que no tempo livre dos referidos trabalhadores ocorre um predomínio das atividades rotineiras, pouco prazerosas, em relação às típicas atividades de lazer e que a empresa pesquisada pode interferir positivamente na Qualidade de Vida através de ações que possibilitem aos seus colaboradores acesso às atividades de lazer.

**Palavras-chave:** Qualidade de Vida; Lazer; *WHOQOL-100*



## ABSTRACT

This research was carried out at a multinational industry in the food branch and had as objective to identify the collaborators' perception concerning their Quality Of Life and its inter-relation with free time. It is an applied research with an approach predominantly qualitative. Due to its objectives, the research is descriptive, using a case study as the procedure method. The data collection was carried out through two instruments. The first one was a questionnaire elaborated by the World Health Organization on Quality Of Life, the WHOQOL-100, and the second was a semi-structured interview composed by six questions. The sample design was formed by stratification. The Quality of Life was evaluated through the WHOQOL-100, which is composed by six domains: Physical, Psychological, Level of Independence, Social Relationships, Environment and Spirituality/Religion/Personal Beliefs. The analysis of score components of WHOQOL-100 revealed that the perception concerning the collaborators' Quality of Life presents an intermediate position of satisfaction, with a 69,22% score. It might be said that this result may be a consequence of unsatisfaction inherently human in the search of QOL. From the data obtained it might be identified that the domain Level of Independency received the highest level among the others, with 79,47%, followed by Spirituality/Religion/Personal Beliefs with 78,98%, Social Relationships (74,98%), Psychological (69,86%), Environment (61,26%) and Physical with 60,36%, that obtained the lowest score. The facet Quality of Life from the evaluated person's point of view obtained a percentile of 69,22%. The factors that positively contributed in the evaluation of LOQ of the group researched by the *WHOQOL-100* questionnaire may be represented by the facets that obtained satisfactory evaluation, that is, scores above 75% average, which are: Self esteem, body image, mobility, dependency on medication and treatments, personal relations, sexual activity, Spiritual/Religious/Personal Beliefs aspects and Work Capacity. Concerning the factors that negatively contribute to the QOL of the researched group, the results from WHOQOL-100 indicate four facets pertaining to the domain Environment, and they are: Physical Ambient (pollution/noise/traffic/weather), Participation in and opportunities of recreational activities/leisure, Financial Resources and Physical Safety, and Protection. These facets obtained the lowest average regarding satisfaction, ranging from 55,11% to 50,44%. Among the facets that had lower averages for this research, it was attempted to deepen and develop a more accurate discussion on Participation and Opportunities of recreational activities/leisure, more specifically on leisure. For that matter, an interview was developed for a better perception of reality presented in activities of free time, as well as to investigate which common activities of leisure are usually developed by this group. It was possible to verify that, during the free time of the referred workers, there is a predominance of routinely activities little pleasant in relation to the typical leisure activities, and that the researched company may interfere positively in QOL of it collaborators through actions that enable them to access leisure activities.

**Keywords:** Quality of Life; Leisure; WHOQOL-100

## LISTA DE GRÁFICOS

GRÁFICO 1-	MÉDIAS DOS DOMÍNIOS, DA QV DO PONTO DE VISTA DO AVALIADO E MÉDIA GERAL DE QV.....	49
GRÁFICO 2-	QUALIDADE DE VIDA DO PONTO DE VISTA DO AVALIADO	53
GRÁFICO 3-	DOMÍNIO DO NÍVEL DE INDEPENDÊNCIA.....	54
GRÁFICO 4-	DOMÍNIO DOS ASPECTOS ESPIRITUAIS/ RELIGIÃO/ CRENÇAS PESSOAIS.....	59
GRÁFICO 5-	DOMÍNIO DAS RELAÇÕES SOCIAIS.....	60
GRÁFICO 6-	DOMÍNIO PSICOLÓGICO.....	64
GRÁFICO 7-	DOMÍNIO MEIO AMBIENTE .....	68
GRÁFICO 8-	DOMÍNIO FÍSICO.....	79

## LISTA DE QUADROS

QUADRO 1	-	QUESTÕES DA FACETA QUALIDADE DE VIDA DO PONTO DE VISTA DO AVALIADO.....	50
QUADRO 2	-	FACETAS DO DOMÍNIO NÍVEL DE INDEPENDÊNCIA.....	54
QUADRO 3	-	QUESTÕES DA FACETA MOBILIDADE.....	55
QUADRO 4	-	QUESTÕES DA FACETA ATIVIDADES COTIDIANAS.....	55
QUADRO 5	-	QUESTÕES DA FACETA DEPENDÊNCIA DE MEDICAÇÃO OU DE TRATAMENTOS... ..	56
QUADRO 6	-	QUESTÕES DA FACETA CAPACIDADE DE TRABALHO.....	57
QUADRO 7	-	FACETA DO DOMÍNIO ESPIRITUALIDADE /RELIGIÃO/CRENÇAS PESSOAIS.....	58
QUADRO 8	-	QUESTÕES DA FACETA ESPIRITUALIDADE/RELIGIÃO/CRENÇAS PESSOAIS.....	58
QUADRO 9	-	FACETAS DO DOMÍNIO RELAÇÕES SOCIAIS.....	61
QUADRO 10	-	QUESTÕES DA FACETA RELAÇÕES PESSAIS.....	61
QUADRO 11	-	QUESTÕES DA FACETA SATISFAÇÃO SEXUAL.....	62
QUADRO 12	-	QUESTÕES DA FACETA SUPORTE (APOIO) SOCIAL.....	63
QUADRO 13	-	FACETAS DO DOMÍNIO PSICOLÓGICO.....	64
QUADRO 14	-	QUESTÕES DA FACETA SENTIMENTOS POSITIVOS.....	65
QUADRO 15	-	QUESTÕES DA FACETA PENSAR, APRENDER, MEMÓRIA E CONCENTRAÇÃO.....	65
QUADRO 16	-	QUESTÕES DA FACETA AUTO-ESTIMA.....	66
QUADRO 17	-	QUESTÕES DA FACETA IMAGEM CORPORAL E APARÊNCIA.....	66
QUADRO 18	-	QUESTÕES DA FACETA SENTIMENTOS NEGATIVOS.....	67
QUADRO 19	-	FACETAS DO DOMÍNIO MEIO AMBIENTE.....	69
QUADRO 20	-	QUESTÕES DA FACETA AMBIENTE NO LAR.....	70
QUADRO 21	-	QUESTÕES DA FACETA TRANSPORTES.....	71
QUADRO 22	-	QUESTÕES DA FACETA CUIDADOS DE SAÚDE E SOCIAIS: DISPONIBILIDADE E QUALIDADE.....	72

QUADRO 23 -	QUESTÕES DA FACETA OPORTUNIDADES DE ADQUIRIR NOVAS INFORMAÇÕES E HABILIDADES.....	73
QUADRO 24 -	QUESTÕES DA FACETA AMBIENTE FÍSICO: (POLUIÇÃO/RUÍDO/TRÂNSITO/CLIMA).....	74
QUADRO 25 -	QUESTÕES DA FACETA PARTICIPAÇÃO EM, E OPORTUNIDADES DE RECREAÇÃO/LAZER.....	75
QUADRO 26 -	QUESTÕES DA FACETA RECURSOS FINANCEIROS.....	77
QUADRO 27 -	QUESTÕES DA FACETA SEGURANÇA FÍSICA E PROTEÇÃO.....	79
QUADRO 28 -	FACETAS DO DOMÍNIO FÍSICO.....	79
QUADRO 29 -	QUESTÕES DA FACETA SONO E REPOUSO.....	80
QUADRO 30 -	QUESTÕES DA FACETA ENERGIA E FADIGA.....	80
QUADRO 31 -	QUESTÕES DA FACETA DOR E DESCONFORTO.....	81
QUADRO 32 -	TRABALHO PRIVADO E ADMINISTRAÇÃO FAMILIAR.....	91
QUADRO 33 -	REPOUSO.....	92
QUADRO 34 -	PROVIMENTO DAS NECESSIDADES FISIOLÓGICAS.....	93
QUADRO 35 -	SOCIABILIDADE.....	94
QUADRO 36 -	ATIVIDADES MIMÉTICAS OU JOGO.....	96

## LISTA DE TABELAS

TABELA 1	-	ESCALA DE RESPOSTAS PARA AS ESCALAS DE AVALIAÇÃO, CAPACIDADE E FREQUÊNCIA.....	42
TABELA 2	-	SINTAXE DO <i>WHOQOL</i> - 100 NO SPSS.....	43
TABELA 3	-	GRUPO 1 – MENORES MÉDIAS.....	47
TABELA 4	-	GRUPO 2 – MAIORES MÉDIAS.....	48
TABELA 5	-	P1- GRUPO 1.....	83
TABELA 6	-	P1- GRUPO 2.....	84
TABELA 7	-	P2- GRUPO 1.....	85
TABELA 8	-	P2- GRUPO 2.....	85
TABELA 9	-	P3- GRUPO 1.....	86
TABELA 10	-	P3- GRUPO 2.....	86
TABELA 11	-	P4- GRUPO 1.....	87
TABELA 12	-	P4- GRUPO 2.....	87
TABELA 13	-	P5- GRUPO 1.....	88
TABELA 14	-	P5- GRUPO 2.....	88
TABELA 15	-	P6- GRUPO 1.....	89
TABELA 16	-	P6- GRUPO 2.....	89

## **LISTA DE ABREVIATURAS**

<b>ONU</b>	Organização das Nações Unidas
<b>OMS</b>	Organização Mundial da Saúde
<b>QV</b>	Qualidade de Vida
<b>QVT</b>	Qualidade de Vida no Trabalho

## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO.....</b>	<b>10</b>
<b>2</b>	<b>REFERENCIAL TEÓRICO.....</b>	<b>13</b>
2.1	QUALIDADE DE VIDA.....	13
2.2	QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO.....	24
2.3	O LAZER NO ESPECTRO DO TEMPO LIVRE.....	29
2.3.1	CONTROLE SOCIAL DAS EMOÇÕES.....	29
2.3.2	ATRIBUTOS DO LAZER.....	32
2.3.3	ATIVIDADES DE TEMPO LIVRE.....	34
2.3.4	ROTINAS DO TEMPO LIVRE.....	36
<b>3</b>	<b>METODOLOGIA.....</b>	<b>38</b>
3.1	TIPO DE ESTUDO.....	38
3.2	LOCAL E POPULAÇÃO DE ESTUDO.....	39
3.3	INSTRUMENTOS UTILIZADOS.....	41
3.3.1	<i>WHOQOL-100</i> .....	41
3.3.2	ENTREVISTA.....	45
<b>4</b>	<b>RESULTADOS E ANÁLISES.....</b>	<b>49</b>
4.1	<i>WHOQOL-100</i> .....	49
4.1.1	QUALIDADE DE VIDA DO PONTO DE VISTA DO AVALIADO.....	50
4.1.2	DOMÍNIO NÍVEL DE INDEPENDÊNCIA.....	53
4.1.3	DOMÍNIO ESPIRITUALIDADE/RELIGÃO/CRENÇAS PESSOAIS.....	58
4.1.4	DOMÍNIO RELAÇÕES PESSOAIS.....	60
4.1.5	DOMÍNIO PSICOLÓGICO.....	63
4.1.6	DOMÍNIO MEIO AMBIENTE.....	68
4.1.7	DOMÍNIO FÍSICO.....	78
4.2	ENTREVISTA.....	82
4.2.1	ENTREVISTA x PERGUNTAS FACETA 21.....	97

<b>5</b>	<b>CONCLUSÃO E CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>115</b>
5.1	SUGESTÕES PARA TRABALHOS FUTUROS.....	120
	<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>121</b>
	<b>ANEXOS.....</b>	<b>126</b>
	ANEXO A – QUESTIONÁRIO <i>WHOQOL-100</i> .....	126
	ANEXO B – DOMÍNIOS, FACETAS E PERGUNTAS <i>WHOQOL-100</i> .....	140
	<b>APÊNDICES.....</b>	<b>145</b>
	APÊNDICE A - CATEGORIAS WALTON.....	145
	APÊNDICE B - ROTEIRO DA ENTREVISTA.....	147
	APÊNDICE C - RESULTADOS ESTATÍSTICOS DOS DOMÍNIOS.....	148
	APÊNDICE D – RESULTADOS ESTATÍSTICOS DOS ASPECTOS DE QV.....	149
	APÊNDICE E – AUTORIZAÇÃO PARA TRANSCRIÇÃO DA ENTREVISTA.....	150



## 1. INTRODUÇÃO

O trabalhador desenvolve inúmeras tarefas para cumprir as exigências da atualidade. O trabalho, a família, o lazer são elementos da vida societária que metamorfoseiam o cotidiano dos atores sociais. O ser humano vive em um mundo em constante mudança, “no qual os acontecimentos se sucedem de forma rápida e cuja única certeza é a adoção da mudança constante como novo paradigma social, organizacional e institucional” (MAIA, 2001, p. 7). A modernidade vem acompanhada de mudanças comportamentais, novas atitudes. As pessoas estão cada vez mais sobrecarregadas de trabalho, de informações, de eventos, de afazeres. Todo este acúmulo tende a deixar o indivíduo propenso a males relacionados ao estresse e doenças crônicas, entre as quais se encontram os problemas de coluna, fadiga muscular e mental, além do desenvolvimento de lesões de esforço repetitivo e “dort’s”.

No início da década de noventa, a Organização das Nações Unidas (ONU), proclamou o estresse como a doença do século 20. Mais recentemente, a Organização Mundial da Saúde (OMS) elevou o estresse ao status de maior epidemia mundial do século passado. Grande parte das doenças, que hoje estão relacionadas à medicina do trabalho estão intimamente ligadas com o estresse. Como consequência, as organizações passaram a direcionar os olhares para as questões relacionadas à Qualidade de vida (QV), passando esta a ser um fator influente em suas decisões, posicionamentos, planejamentos e estratégias (SOUZA; RIBEIRO, 2004).

As instituições estão modificando suas atitudes, relacionadas à vida de seus colaboradores e assim preocupando-se cada vez mais com a sua QV. As empresas estão constantemente buscando a qualidade e, para conquistá-la, a QV tornou-se um dos elementos que contribuem para a inclusão neste modelo (LIMONGI-FRANÇA, 2004).

No final do século XX, a responsabilidade social, o desenvolvimento sustentável e o aumento da expectativa de vida da população fizeram surgir novos paradigmas em relação à QV e Qualidade de vida no trabalho (QVT). A condição humana no trabalho torna-se uma das preocupações dos gestores e a QV do trabalhador passa a ser tratada com maior zelo nas organizações.

LIMONGI-FRANÇA (2004, p.42) afirma que há uma “íntima correlação entre melhoria da QV das Pessoas e Estilo de vida dentro e fora da organização” e que essa melhoria “causará impacto na excelência e na produtividade dos indivíduos em seu trabalho”.

Questões como o vínculo e a estrutura de vida pessoal, a família, atividades de lazer e esporte, hábitos de vida, expectativa de vida, cuidados com a saúde, alimentação, combate à vida sedentária, grupos de afinidades e apoio passam a ser desencadeadores de QV e QVT. Em termos práticos pode-se dizer que os gestores que têm a preocupação com a QV e QVT entre os objetivos organizacionais, devem atentar para a QV de seus funcionários não só quando estes estão na labuta, mas também, com sua vida , além dos portões da fábrica.

Partindo deste princípio optou-se pela realização de um estudo de caso buscando identificar a percepção dos colaboradores de uma Indústria Multinacional do ramo de Alimentos acerca de sua QV, para melhor compreender os fatores tanto internos e externos ao ambiente laboral que interferem na sua QV. O reconhecimento das possibilidades de intervenções organizacionais no que se refere à QV podem servir de informação nas tomadas de decisões no que diz respeito a futuros planejamentos estratégicos relacionadas à gestão de recursos humanos dentro da empresa pesquisada. A empresa objeto de estudo foi escolhida por ser uma instituição aberta ao dialogo e à investigação acadêmica, além do fato de não possuir programas específicos de QV e QVT.

Neste sentido as questões de pesquisa que o presente trabalho busca responder são:

- Como os colaboradores da empresa objeto de estudo percebem sua QV?
- Quais fatores contribuem positivamente para a QV dos colaboradores em questão?
- Quais fatores contribuem negativamente para a QV dos colaboradores em questão?
- Quais as atividades desenvolvidas no tempo livre dos colaboradores?

- Qual a interferência das atividades de tempo livre na QV dos colaboradores?

Desta forma, para que fosse possível responder a estes questionamentos propostos, adotou-se como objetivo geral para a presente pesquisa, identificar a percepção dos colaboradores de uma indústria multinacional do ramo de alimentos acerca de sua Qualidade de Vida e sua inter-relação com o tempo livre. Para que se possa cumprir o presente objetivo, foram propostas as seguintes metas:

- Apontar quais fatores contribuem positivamente para a QV dos colaboradores em questão;
- Apontar quais fatores contribuem negativamente para a QV dos colaboradores em questão;
- Identificar as atividades desenvolvidas no tempo livre dos colaboradores.
- Examinar como as atividades de tempo livre podem interferir no QV dos colaboradores em questão.

Para alcançar estes objetivos optou-se pela realização de uma pesquisa aplicada com uma abordagem prioritariamente qualitativa e, em função dos seus objetivos, descritiva, na forma de um estudo de caso. A coleta de dados foi realizada através de dois instrumentos: o primeiro, um questionário desenvolvido pela OMS, o *WHOQOL-100* e o segundo, uma entrevista semi-estruturada.

O presente relatório está estruturado em cinco seções. Inicialmente é apresentada a seção introdutória, os objetivos, as questões de pesquisa e por fim a apresentação sintetizada da estrutura do trabalho. A seção 2 apresenta um olhar sobre a QV, suas definições, suas formas de utilização, os fatores que a influenciam e quais instrumentos são utilizados para mensurá-la. Nesta seção também é apresentada a teoria do lazer e do tempo livre. Encontra-se na seção 3 a metodologia utilizada na pesquisa, o tipo de estudo, o local e população, bem como os instrumentos utilizados para a coleta dos dados. A seção 4 relata os resultados e a análise dos dados. Na seção 5 encontram-se as considerações finais e as propostas de trabalhos futuros. Por fim são apresentadas as referências, os anexos e os apêndices.

## 2. REFERENCIAL TEÓRICO

### 2.1 QUALIDADE DE VIDA

O termo QV está presente em muitos estudos e com diversas abordagens relacionadas ao trabalho, à saúde e a uma visão holística da vida humana, com conceitos específicos de cada área. Nos últimos tempos, muito se tem falado em QV entretanto, nem sempre os autores utilizam de definições precisas, claras e explícitas. As definições parecem ser variações sobre o mesmo tema tornando-se redundantes.

A QV apresenta-se como um campo multidisciplinar que sofre influência de vários fatores, isso ocorre devido aos inúmeros aspectos discutidos neste universo que é composto por variáveis que interferem sobre a percepção da vida humana na sociedade. Para Marques (2007) vários autores buscam estabelecer uma definição para QV, porém “embora algumas diferenças sejam claras entre estas tentativas, é possível perceber que tratam, de forma geral, de aspectos relacionados às possibilidades de consumo e formas de percepção dos sujeitos sobre sua própria vida” (MARQUES, 2007 p.140). Sendo assim para este trabalho serão utilizados alguns conceitos que tiveram maior destaque dentro da literatura consultada para a construção desta pesquisa.

Atualmente o conceito de QV vem sendo utilizado em duas vertentes; a primeira diz respeito à linguagem cotidiana e a segunda representa a utilização na pesquisa científica. A primeira refere-se à linguagem cotidiana, usada pela população em geral, na forma de profissionais de diversas áreas como jornalistas, políticos e gestores ligados a políticas públicas. Nesta perspectiva a expressão QV vem sendo utilizada de uma forma indiscriminada, quer tenha como objetivo a divulgação de programas sociais, estilo de vida ou ainda a auto-promoção de empresas ou projetos políticos que se utilizam da QV como forma de justificarem seus fins. O mercado da propaganda apoderou-se do termo para associá-lo a qualquer “coisa” (produto ou serviço) que possa ser vendável. A segunda vertente diz respeito à pesquisa científica em diferentes áreas do conhecimento, como economia, educação, enfermagem, medicina, psicologia, sociologia e ainda, especialidades da saúde (SEIDL; ZANNON, 2004).

Esse termo usado tanto coloquialmente como cientificamente foi utilizado pela primeira vez em 1964 em um discurso do presidente dos Estados Unidos da América, Lyndon Johnson, ao declarar que “os objetivos não podem ser medidos através do balanço dos bancos. Eles só podem ser medidos através da qualidade de vida que proporciona às pessoas” (FLECK, 1999, p.2). Nesta época a desumanização conseqüente dos avanços sociais e em áreas afins, despertava o interesse em conceitos como padrão de vida e qualidade de vida, que foi partilhado inicialmente por cientistas sociais, filósofos e políticos. Essa preocupação com o conceito de QV referia-se a “um movimento dentro das ciências humanas e biológicas no sentido de valorizar parâmetros mais amplos que o controle de sintomas, a diminuição da mortalidade ou o aumento da expectativa de vida” (FLECK, 1999, p. 1).

Desta forma a avaliação da QV passou a ser tratada como a terceira dimensão a ser avaliada dentro da medicina, além da eficácia (modificação da doença pelo efeito da droga) e da segurança (reação adversa da droga). Ainda dentro da área médica e especialmente na Oncologia, a QV passou a ser usada na avaliação das condições de vida dos pacientes que tinham sua sobrevida aumentada devido ao avanço na eficácia dos tratamentos propostos, já que muitas vezes estes tratamentos buscavam acrescentar “anos à vida” e deixando de lado a necessidade de adicionar “vida aos anos”.

Desde que foi usada pelo Presidente Lyndon Johnson o termo QV passou a fazer parte de pesquisas científicas como é mostrado no trabalho de Dantas; Sawada e Malerbo (2003). Em 1977, o termo QV passou a ser palavra-chave no *Medical Subject Headings, MEDLINE Computer Search Systems da National Library of Medicine* dos Estados Unidos. Entre os anos de 1966 e 1977 no *MEDLINE* 40 referências relacionadas ao tema QV podiam ser encontradas e já no início da década de 90, passavam a marca de dez mil. No Brasil o tema QV passou a ter maior relevância nas pesquisas da área de saúde na década de 90, quando a média de publicações teve um aumento de sete vezes em comparação à década anterior.

No entanto esse aumento de interesse no tema QV traz consigo uma dificuldade inerente, a sua conceitualização. Conceituar “qualidade de vida” é uma tarefa difícil, pois cada indivíduo tem a impressão de já saber o que esta expressão quer dizer, e se não, percebe o que ela exprime. Isto provavelmente parte do fato de

este ser um conceito que remonta à Antiguidade e de ter sofrido ao longo da História, várias transformações em seu sentido. De fato, a qualidade de vida e a busca pela sua melhoria tem sido uma procura incessante do ser humano. Ao afirmar isto, parte-se da tese de que uma das características fundamentais da espécie humana – o que provavelmente a diferencia dos demais animais – além de sua capacidade teleológica em relação ao trabalho, é a eterna necessidade de querer viver bem, de constantemente vislumbrar novas condições para melhoria do cotidiano, de tentar superar as condições mais adversas por outras um tanto melhores, mesmo que esta tentativa possa ser vista pelas demais pessoas como inexpressiva (Moreira, 2000).

Desta forma, criar um conceito para a QV é uma tarefa difícil devido a sua abrangência, tendo em vista seu caráter subjetivo, sua complexidade e suas várias dimensões. A QV de uma pessoa depende de fatores intrínsecos e extrínsecos, variando de indivíduo para indivíduo, dependendo do nível sociocultural, de sua faixa etária. Relaciona-se aos seus objetivos e aspirações, suas perspectivas e seus projetos de vida, estando sujeito às influências de seu cotidiano, do local onde vive, de seus hábitos e estilo de vida. O tema QV ainda sugere discussões sobre condições sociais, políticas, econômicas e ainda bem-estar (ZIMMERMANN, 2005; NAHAS, 2001; MENDES & LEITE, 2004; VECCHIA et al. 2005).

Nahas (2001) concorda que a QV difere de indivíduo para indivíduo e está sujeita a sofrer alterações ao longo da vida e aponta que os fatores determinantes de QV das pessoas são inúmeros:

A combinação desses fatores que moldam e diferenciam o cotidiano do ser humano, resulta numa rede de fenômenos e situações que abstratamente, pode ser chamada de qualidade de vida. Em geral associam-se a essa expressão fatores como: estado de saúde, longevidade, satisfação no trabalho, salário, lazer, relações familiares, disposição, prazer e até espiritualidade (NAHAS, 2001, p. 5)

Ao argumentar sobre este assunto Nahas (2001) observa que os conceitos sobre QV enfatizavam aspectos materiais relacionados a salário, bens adquiridos e sucesso na carreira. O autor mostra que QV pode ser desenvolvida em diferentes aspectos do cotidiano que podem influenciar na qualidade de vida de indivíduos ou

grupos populacionais. Para isto o autor separou os fatores em dois parâmetros: fatores sócio-ambientais e fatores individuais.

Parâmetros Sócio-ambientais:

- Moradia: condições de saneamento básico favoráveis, relacionamentos comunitários adequados, acesso a serviços necessários no cotidiano;
- Transporte: independência de locomoção, acesso a meios de transportes adequados;
- Segurança: sentimento de confiabilidade em aspectos físico e material;
- Assistência médica: acesso a serviços de atendimento médico adequados;
- Condições de trabalho e remuneração: relativo poder de aquisição;
- Educação Formal e Informal: acesso a formas de ensino;
- Opções de lazer: acesso às atividades adequadas ao ócio; e
- Meio Ambiente saudável: qualidade do ar, solo e água.

Parâmetros individuais:

- Hereditariedade: relação genética em relação às patologias;
- Hábitos alimentares;
- Controle de estresse;
- Atividade física habitual, e
- Comportamento preventivo.

Porém, mais recentemente, a discussão sobre fatores como satisfação, realização pessoal, qualidade dos relacionamentos (amizade, amor e sexualidade), acesso à cultura, bem-estar, entre outros, passaram a ser valorizados. Partindo destes argumentos Nahas (2001) entende que a QV refere-se ao nível de satisfação com sua vida, sua auto-estima, sua percepção de bem-estar psicológico positivo em relação ao seu trabalho e também ao seu bem-estar geral. Nesta ótica o autor sinaliza duas realidades que devem ser consideradas nos estudos de qualidade de vida: a vida social, familiar e a realidade do trabalho.

Com relação à conceitualização da QV Nahas (2001) inferiu que:

Intuitivamente é fácil entender esse conceito, mas é difícil defini-lo de forma objetiva. Numa visão holística, considero qualidade de vida como sendo: a condição humana resultante de um conjunto de parâmetros individuais e sócio-ambientais, modificáveis ou não, que caracterizam as condições em que vive o ser humano.

Outra definição que vem corroborar com esta consideração parte de Minayo et al. (2000), quando a QV é apresentada como:

[...] uma noção eminentemente humana, que tem sido aproximada ao grau de satisfação encontrado na vida familiar, amorosa, social e ambiental e à própria estética existencial. Pressupõe a capacidade de efetuar uma síntese cultural de todos os elementos que determinada sociedade considera seu padrão de conforto e bem-estar. O termo abrange muitos significados, que refletem conhecimentos, experiências de valores de indivíduos e coletividades que a ele se reportam em variadas épocas, espaços e histórias diferentes, sendo portanto uma construção social com a marca da relatividade cultural (MINAYO et al., 2000, p. 8).

Minayo et al. (2000) vêem a QV como uma noção que transita “em um campo semântico polissêmico”. Por um lado está relacionada com o modo, condição e estilo de vida. Por outro lado, inclui discussões sobre desenvolvimento sustentável e ecologia humana. E por último, transita nos campos da democracia, do desenvolvimento e dos direitos humanos e sociais. No que diz respeito à saúde “as nações se unem em uma resultante social da construção coletiva dos padrões de conforto e tolerância, que determinada sociedade estabelece como parâmetros para si (MINAYO et al., 2000, p. 10).

Assim, a QV é vista como uma noção polissêmica e que tem pelo menos três fóruns de referência: o Histórico, o Cultural e o Social. O primeiro é o fórum histórico, ou seja, uma sociedade específica em determinado tempo de seu desenvolvimento econômico, social e tecnológico e tem um parâmetro de QV diferente desta mesma sociedade em outra etapa histórica. O fórum cultural refere-se a valores e necessidades que são construídos e hierarquizados diferentemente pelos povos e que revelam suas tradições. Por fim, o Social, refere-se às estratificações ou classes sociais (MINAYO et al., 2000).



Ao se pensar em QV tem-se que levar em conta um patamar material mínimo que diz respeito à satisfação de necessidades elementares do ser humano: alimentação, acesso à água potável, habitação, trabalho, educação, saúde e lazer. Estes são elementos materiais relativos a conforto, bem-estar e realização individual e coletiva. No mundo ocidental é possível dizer que o desemprego, exclusão social e a violência, por exemplo, podem ser reconhecidos como a negação da QV. Os autores destacam ainda a importância em se observar valores não materiais como o amor, a liberdade, solidariedade e inserção social, realização pessoal e felicidade, na composição da concepção de QV (MINAYO, et al.,(2000).

Adriano et al. (2000) concordam com a afirmação de Minayo et al. ao lembrar que o conceito de bem-estar e de QV variam de sociedade para sociedade e de acordo com cada cultura, e reafirmam que a QV de uma população depende do acesso a determinados bens e serviços básicos, tanto econômicos quanto sociais, como: emprego e renda, educação básica, alimentação adequada, acesso a bons serviços de saúde, saneamento básico, habitação, transporte de boa qualidade.

Corroboram com esta idéia Costerano e Stecca (2004) ao afirmarem que QV vai além da ausência ou a presença de saúde, depende também de educação, de saneamento, de acesso a serviços de saúde e ainda a satisfação e condições de trabalho.

Outra visão da QV é mostrada por Rocha et al. (2000) ao apresentarem dois modelos conceituais que explicitam características da QV em saúde e meio ambiente. O primeiro modelo enfoca o relacionamento saúde e o processo de recuperação da saúde de indivíduos que se encontram em situações de sobrevivência ou pós-trauma. A experimentação da QV ocorre na condição da saúde e no quanto se pode extrair de vida, após a recuperação de um evento de doença ou seu agravo.

O segundo modelo está relacionado ao meio ambiente, “entendido este como reflexo da realidade multifacetada de um determinado grupo social, com ênfase nas distorções desse meio para o enfrentamento das iniquidades” (ROCHA et al, 2000, p. 3). Com relação a isso o modelo incorpora conceitos mais amplos, onde meio ambiente é a resultante das questões socioeconômicas de uma realidade em que o indivíduo está inserido. Neste modelo, QV abrange aspectos comportamentais como, por exemplo, “exercitação” e alimentação e, ainda, a perspectiva da comunidade acerca do que é QV conforme seu ponto de vista.

Então é de fundamental importância na busca da QV, uma organização social que implica em mudanças das práticas sociais, em formas de gestões e em instituições concretas e também através de uma cultura administrativa que possibilite diálogos buscando a QV e que permitam o incremento do capital social dos cidadãos. Para que isso aconteça Rocha et al. defendem que alguns objetivos devam ser alcançados: “[...] um ecossistema seguro, a satisfação das necessidades básicas de todos os cidadãos, uma ordem governativa baseada na solidariedade social, uma visão holística dos problemas e uma redução das iniquidades sociais” (ROCHA et al., 2000, p. 3).

Como foi mostrado nota-se que os autores convergem em muitos pontos, tanto nos fatores que interferem na QV quanto na forma de percepção da mesma. Pode-se dizer que a QV pode ser medida pela própria dignidade do ser humano, pois ela depende do atendimento das necessidades humanas elementares, como alimento, moradia, educação e o trabalho no que diz respeito a fatores objetivos e ainda componentes subjetivos como bem-estar, felicidade, aspirações, sonhos, dignidade e cidadania. Fatores esses que não dependem apenas do indivíduo, mas sim de uma rede de relações entre sociedade, empresa e governos. E esta percepção e o atendimento dessas necessidades podem variar de indivíduo para indivíduo dependendo de sua realidade.

A diversidade de definições, não permite que seja possível chegar a um consenso com relação a um único conceito de QV. Com relação a isso Nahas (2001, p.9) comenta que:

Na ausência de definições operacionais amplamente aceitas, é necessário que os investigadores definam claramente qualidade de vida no contexto de seu interesse e identifiquem seus componentes particulares ou domínios, incluídos nos instrumentos de medida utilizados.

Partindo deste princípio, elegeu-se para este trabalho, uma definição amplamente utilizada de QV proposta pela Organização Mundial de Saúde, através de sua divisão de Saúde Mental (*WHOQOL GROUP*). Partindo de três aspectos fundamentais que compõem a QV – subjetividade, multidimensionalidade e a presença de dimensões positivas e negativas – o *WHOQOL GROUP* (FAMED, 1998), define QV como “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

PPGEP - PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ENGENHARIA DE PRODUÇÃO

objetivos, expectativas, padrões e preocupações”. O desenvolvimento deste conceito refletiu na construção de um instrumento para a avaliação da QV o *WHOQOL-100*, baseado em seis domínios: físico, psicológico, nível de independência, relações sociais, meio ambiente e espiritualidade/religião/crenças pessoais.

As dificuldades encontradas para conceituar QV se estende para a possibilidade de mensurá-la. Com intuito de sistematizar a complexidade da noção de diferentes culturas e realidades sociais, diversos instrumentos têm sido constituídos (MINAYO et al., 2000). Certos instrumentos tratam a saúde como um componente e outros têm no campo da saúde, seu objetivo propriamente dito. Sendo assim, a mensuração de QV pode ser feita através de instrumentos genéricos e instrumentos específicos.

Os instrumentos genéricos podem abordar o perfil de saúde ou não. Estes usam questionários de base populacional sem, necessariamente, especificarem patologias, sendo assim mais apropriados a estudos epidemiológicos, no planejamento e na avaliação de saúde (MINAYO et al., 2000).

Com relação à saúde, estes instrumentos abordam aspectos importantes como o impacto de uma doença sobre o indivíduo ou sobre uma população em geral ou em grupos específicos, como por exemplo, portadores de uma doença crônica. Sua generalidade permite comparar a QV de indivíduos sadios com a de doentes ou portadores de uma mesma doença específica e em diferentes contextos sociais e culturais. A desvantagem deste tipo de instrumento é a sensibilidade à detecção de particularidades e especificidades da QV de uma determinada doença (DANTAS; SAWADA; MALERBO, 2003).

Os instrumentos específicos detectam de maneira individual e específica particularidades em determinadas situações e suas relações com determinadas doenças. Aspectos como as funções físicas, sexuais, o sono a fadiga, entre outros fatores, são relevantes na avaliação da QV de indivíduos acometidos por uma doença. Dantas; Sawada e Malerbo (2003) em seu trabalho apresentam vários instrumentos tanto genéricos como específicos.

Entre os instrumentos genéricos podem ser encontrados: *Medical Outcomes Studies 36-item Short-Form* (MOS SF-36) e *Índice de Qualidade de Vida de Ferrans*

e Powers. Os instrumentos da Organização Mundial de Saúde, *WHOQOL-100* e *WHOQOL-bref*, o *Medical Outcomes Studies 12-item Short-Form* (MOS SF-12).

O instrumento *Medical Outcomes Studies 36-item Short-Form* (MOS SF-36) é usado nas seguintes populações: trabalhadores, população em geral, doentes renais, cardíacos, pulmonares, câncer, mulheres em estados fisiológicos. O Índice de Qualidade de Vida de Ferrans e Powers foi apresentado como medida exclusiva, em diferentes populações: população geral, doentes cardíacos e pacientes que estiveram internados em unidade de terapia intensiva. O *WHOQOL-100* foi usado na população geral e com trabalhadores e o *WHOQOL-bref*, em doentes psiquiátricos não institucionalizados. O *Medical Outcomes Studies 12-item Short-Form* (MOS SF-12) esteve associado a um instrumento específico para avaliar QV de doentes imunológicos.

Os instrumentos genéricos podem ser utilizados ou associados a outros instrumentos do tipo específico, Dantas; Sawada e Malerbo (2003) mostram que isto ocorreu na avaliação de doentes imunológicos, renais, cardíacos, pulmonares, gastrintestinais, com problemas ortopédicos e trabalhadores.

Os instrumentos específicos apresentados por Dantas; Sawada e Malerbo (2003) são: *St Georges' Respiratory Questionnaire*, *Seattle Obstructive Lung Disease Questionnaire*, *Questionário de Vias Aéreas (AQ20)* e Escala de Cotes, todos utilizados para avaliação de pacientes com distúrbios pulmonares.

Na especialidade das doenças imunológicas, tais como reumatismo, osteoartrites, *lupus* e rinites, são utilizados os seguintes instrumentos: *Health Assessment Questionnaire (HAQ)*, *Arthritis Impact Measurement Scales-2 (AIMS-2)*, *Rhynoconjunctivitis Quality of Life*, *Dermatology Life Quality Index (DLQI)* e *Caregiver Burden Scale*.

Para pacientes renais foram apresentados os instrumentos, *Kidney Disease Questionnaire*, *Índice de Karnofsky* e *Índice Cognitivo de Depressão*. Outros instrumentos foram apresentados: *Minnesota Living with Heart Failure Questionnaire* (cardiologia), *Lancashire Quality of Life Profile* (psiquiatria), *Questionário de Funcionamento Psicossocial* (para indivíduos obesos), *Functional Living Index Cancer (FLIC)*, *Questionário de Dor de Gill* (para trabalhadores com lesão de esforço por repetição) e por fim os instrumentos que avaliam a QV em mulheres, o *Women*

*Health Questionnaire* e o *Índice Menopausal de Kupperman* que é utilizado durante a menopausa.

Dentre os instrumentos apresentados para este estudo optou-se pela utilização do instrumento genérico *WHOQOL-100* (Anexo A). Como já foi mostrado anteriormente, para este trabalho elegeram-se como conceito de QV o constructo desenvolvido pela OMS através do *WHOQOL GROUP* (FAMED, 1998). Cabe neste momento uma apresentação mais pontual sobre o *WHOQOL-100*.

O *WHOQOL-100* surgiu da necessidade da criação de um instrumento que fosse capaz de avaliar a QV dentro de uma perspectiva genuinamente internacional. Para isto a Organização Mundial de Saúde criou um projeto colaborativo e multicêntrico, que resultou na elaboração de um questionário composto por 100 itens.

O projeto foi desenvolvido com a colaboração de 15 centros que trabalharam simultaneamente em diversas culturas. O *WHOQOL-100* é composto por 100 questões que avaliam seis domínios: Físico, Psicológico, Nível de Independência, Relações Sociais, Meio Ambiente e Espiritualidade/Crenças Pessoais. O grupo também desenvolveu o *WHOQOL-Bref*, que é uma versão abreviada, composta por 26 questões extraídas do *WHOQOL-100*. Esta versão abreviada é composta por quatro domínios: físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente. Além destes, o *WHOQOL* possui outros instrumentos que não serão tratados neste trabalho, são eles: *WHOQOL-OLD*, *WHOQOL-7* e o *WHOQOL-SRBP*.

Estes instrumentos estão disponíveis em 20 idiomas. No Brasil, a versão em português foi desenvolvida no Departamento de Psiquiatria e Medicina legal da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, tendo como coordenador o Dr. Marcelo Pio de Almeida Fleck.

Os instrumentos *WHOQOL* são propriedade da OMS, contudo pesquisadores em geral podem usá-los e copiá-los, desde que não modifiquem suas orientações, questões e "layout". Os usuários devem informar seus dados à equipe da UFRGS que, posteriormente, enviará esses dados para a OMS, para uma análise global. Os estágios apresentados a seguir foram baseados no trabalho de Fleck (1999), sobre o desenvolvimento do instrumento *WHOQOL-100*.

O estudo piloto qualitativo foi desenvolvido com o auxílio de investigadores e consultores de diversos países em diferentes culturas. Uma lista de domínios e subdomínios (facetas) foi apresentada e discutida em grupos focais com diferentes amostras e em diferentes centros, envolvendo indivíduos normais, indivíduos portadores de doenças e profissionais da saúde.

Nesta etapa, 15 centros estiveram envolvidos: Melbourne (Austrália), Zagreb (Croácia), Paris (França), Nova Delhi (Índia), Madras (Índia), Beer-Sheeva (Israel), Tóquio (Japão), Tilburg (Holanda), Panamá (Panamá), São Petersburgo (Rússia), Barcelona (Espanha), Bangkok (Tailândia), Bath (Reino Unido), Seattle (EUA), Harare (Zimbabwe).

As sugestões originárias de todos os centros foram reunidas, totalizando aproximadamente 1800 questões. Após a supressão das questões que eram redundantes, semanticamente equivalentes ou que não preenchiam critérios pré-estabelecidos restou um total de 1000 questões. Feito isto, o principal investigador de cada centro classificou as facetas de cada questão de acordo com a pergunta: “O quanto ela fornece informação sobre a QV em sua cultura?”. Como resultado desta ação foram selecionadas 235 questões que avaliavam 29 facetas da QV.

As questões do questionário foram formuladas para uma escala de respostas do tipo Likert, com uma escala de *intensidade* (nada até extremamente), *capacidade* (nada até completamente), *freqüência* (nunca até sempre) e *avaliação* (muito insatisfeito até muito satisfeito; muito ruim até muito bom).

A testagem do instrumento piloto do *WHOQOL* envolveu a aplicação em 250 pacientes e 50 indivíduos “normais” dos 15 centros (n=4500). O objetivo deste piloto era examinar a validade de construto das facetas e domínios do *WHOQOL* e, assim, selecionar as melhores questões para compor cada faceta, estabelecendo a consistência interna e a validade discriminante do instrumento.

O teste de campo “consistiu em estabelecer a sensibilidade à mudança, confiabilidade teste-reteste, validade de critério, especificamente com relação à validade convergente, discriminante e validade preditiva” (FLECK, 1999, p.6). A versão final do *WHOQOL-100* foi elaborada com 100 questões escore, distribuídas em 6 domínios, divididos em 24 facetas (Anexo B).

Feito esta explanação outro tema relacionado à QV deve ser abordado, a QVT. Como foi apresentada, a QV pode ser medida pela própria dignidade do ser humano através do atendimento de necessidades humanas elementares, dentre as quais se encontra o trabalho. O ser humano passa em média pelos menos de nove a dez horas por dia em suas funções laborais ou exercendo rotinas ligadas ao trabalho, 30 ou 35 anos de sua vida dedicados a ele. Dito isto fica impossível desassociar a QVT do universo da QV. Não existe um homem fora e outro dentro do trabalho, como também não pode existir QVT sem QV.

Para balizar esta discussão duas teorias de QVT serão utilizadas, as Escolas do Pensamento propostas por Limonji-França e as Categorias de Walton, ambos escolhidos por sua visão centrada na questão Humana do trabalho.

## **2.2 QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO**

O tema QVT tal qual a QV é tratado de inúmeras maneiras, não há uma definição consensual para este termo. As definições de QVT variam de autor para autor levando em consideração elementos que consideram mais importantes na busca da conciliação dos interesses dos indivíduos e das organizações.

As definições de QVT variam desde os cuidados estabelecidos pela legislação médica e a segurança do trabalho até atividades de cunho voluntário que envolvam empregados e empregadores em áreas como lazer, motivação, entre outras. A maioria discute as condições do trabalho e do bem-estar do indivíduo e de grupos. Para Limongi-França (2004, p.24), “a base da discussão sobre o conceito de qualidade de vida encerra escolhas de bem-estar e percepção do que pode ser feito para atender às expectativas criadas tanto por gestores como por usuários de ações de qualidade de vida na empresa”.

Para Limongi-França (2004, p. 24), a base da discussão sobre o conceito de QV encerra escolhas de bem-estar e percepção do que pode ser feito para atender às expectativas criadas tanto por gestores como por usuários de ações de QV na empresa. Por considerar a pluralidade de indicações e a diversidade de formas de discussão, a autora propõe agrupar as dimensões sobre o tema QVT em Escolas do Pensamento. As Escolas do Pensamento propostas são: Socioeconômica, Organizacional e Condição Humana no Trabalho.

Com relação à Escola Socioeconômica vale destacar a análise das relações de trabalho no mundo globalizado e seus paradoxos. A cidadania, responsabilidade social, igualdade, preservação do meio ambiente e o desenvolvimento sustentável passam a fazer parte do contexto da empresa e em sua relação com o trabalho.

A **Escola Organizacional** é composta por um extenso conjunto de contribuições sob uma perspectiva organizacional referente à competência, estratégia, cultura e talento. Deste conjunto podem-se destacar as seguintes características: expansão de processos de qualidade e produtividade para o de qualidade pessoal; política de gestão de pessoas – valorização e capacitação; marketing – imagem corporativa; tempo livre – desenvolvimento cultural, hábitos de lazer e esporte; risco e desafio como fatores de motivação e comprometimento.

Por último, a **Escola Condição Humana no Trabalho** mostra que a pessoa é um ente biopsicossocial, que tem potencialidades biológicas, psicológicas e sociais que respondem simultaneamente às condições da vida. Estes fatores são fundamentais para a explicação da saúde e da doença da sociedade moderna. A Visão biopsicossocial está assim fundamentada:

- **Dimensão biológica:** diz respeito às características físicas que o indivíduo herda ou adquire ao nascer e também durante toda vida. Inclui metabolismo, resistência e vulnerabilidade de seus órgãos e sistemas;
- **Dimensão psicológica:** esta dimensão refere-se aos processos afetivos, emocionais e de raciocínio, conscientes ou inconscientes, que formam a personalidade de cada pessoa e seu modo de perceber e de posicionar-se diante das demais pessoas e das circunstâncias que vivencia;
- **Dimensão social:** revela os valores socioeconômicos, a cultura e as crenças, o papel da família e as outras formas de organizações sociais, no trabalho e fora dele, os sistemas de representação e a organização da comunidade a que cada pessoa pertence e da qual participa. O meio ambiente e a localização geográfica também formam a dimensão social.
- **Dimensão organizacional:** Esta dimensão serve para atender as especificações da cultura e do ambiente organizacional. Refere-se às questões de imagem corporativa, inovação tecnológica, sistemas de controle,



movimentações e registros, programas de treinamento e desenvolvimento e outras atividades específicas das empresas.

Limongi-França (2004) considera que a idéia de criar as Escolas de Pensamento em QVT, as quais integraram e localizaram as demandas de QV dentro das empresas, pode vir a ser um avanço importante em direção à consolidação de uma nova competência gerencial identificada em QVT. As dimensões socioeconômicas, organizacionais e de condições humanas no trabalho poderão possibilitar a definição de critérios, procedimentos metodológicos e novos esforços e práticas organizacionais que viabilizem a QVT nas empresas.

Este modelo vem a reforçar o conceito apresentado em outro trabalho pela própria Ana Cristina Limongi-França em parceria com Gustavo Zaima (2002, p.406), ao definirem QVT como:

O conjunto das ações de uma empresa que envolve a implantação de melhorias e inovações gerenciais, tecnológicas, estruturais no ambiente de trabalho, visando atender escolhas de bem-estar das pessoas que atuam em uma empresa, unidade de negócio ou setor específico.

Limongi-França e Zaima (2002) trabalharam pautados na visão biopsicossocial, com o conceito de qualidade de vida pessoal. Sendo assim, o sujeito passa a ser visto a partir de três esferas: Biológica, Psicológica e Social:

- **Esfera biológica:**

Sono, alimentação e atividade física;

Intervenções clínicas;

Medicação e vitaminas técnicas de distensão e repouso, e

Adequação do estilo de vida às necessidades individuais.

- **Esfera psicológica:**

Autoconhecimento;

Métodos: terapêuticos, espirituais e filosóficos;

Busca de convivência menos conflituosa com pares e grupos, e

Compensação de frustrações com atividades de auto-realização, e compreensão dos símbolos e das necessidades dos pares.

- **Esfera social:**

Melhoria das condições de vida pessoal e familiar;

Desenvolvimento profissional e cultural;

Interação entre indivíduo e meio ambiente, e

Revisão e redimensionamento das formas de organização de trabalho, e investimento na autogestão da carreira e do sucesso profissional e pessoal.

Outra leitura sobre QVT a ser destacada, parte de Walton. Este foi o primeiro autor norte americano a fundamentar, um conjunto de critérios “sob a óptica organizacional, iniciando importante linha de pesquisa de satisfação em qualidade de vida no trabalho” (LIMONGI-FRANÇA, 2004, p.27).

Pilatti e Bejarano (2005) considera Walton, “como uma espécie de referência quase obrigatória nos estudos da QVT”, e tecem o seguinte comentário:

Para esse autor, a idéia de QVT é calcada em humanização do trabalho e responsabilidade social da empresa, envolvendo o entendimento de necessidades e aspirações do indivíduo, através da reestruturação do desenho de cargos e novas formas de organizar o trabalho, aliado a uma formação de equipes de trabalho com um maior poder de autonomia e uma melhoria do meio organizacional (PILATTI e BEJARANO, 2005, p.97).

Para Walton (1973) o nível de satisfação do colaborador está diretamente ligada à QVT, salientando desde as necessidades básicas do ser humano até as condições organizacionais. Esta satisfação engloba aspectos básicos da situação do colaborador em relação ao estudo de QVT, como fatores higiênicos, condições físicas, remuneração e aspectos relacionados à segurança no trabalho e no emprego, além da percepção de vida privada do colaborador. Walton forneceu um modelo de análise com oito categorias conceituais como critérios de QVT, que incluem: compensação justa e adequada, condições de trabalho seguras e saudáveis, oportunidade imediatas para desenvolver e usar capacidades humanas, oportunidades futuras para o crescimento contínuo e a garantia de emprego, integração social na organização, constitucionalismo na organização, trabalho e

espaço total na vida do indivíduo e relevância social do trabalho. Estas categorias são apresentadas mais detalhadamente no apêndice A.

Baseado nas Escolas de Pensamento em Qualidade de Vida no Trabalho de Limongi-França e nas categorias de Walton, além de tudo que foi apresentado até o momento, pode-se dizer que entre as ações que buscam a QV a QVT, várias atitudes estão estreitamente relacionadas com o tempo livre dos trabalhadores.

Dentro do quadro teórico da QVT apresentado, pode-se dizer que o tempo livre encontra-se diretamente relacionado com a sétima categoria conceitual de Walton, denominada de “Trabalho e espaço total de vida”, sendo este um dos fatores da satisfação em QVT, dentro desta categoria destacam-se dois elementos: 1) a importância do papel balanceado no trabalho: equilíbrio entre jornadas de trabalho, as exigências da carreira e o convívio familiar; 2) estabilidade de horários: horários previsíveis para o trabalho, lazer família, atividades sociais e a participação na comunidade.

Ainda o tempo livre tem ligação com a “Visão Biopsicossocial” de Limongi-França, atividades pertencentes a ele encontram-se nas esferas apresentadas, na qual estão agrupados os elementos como: melhoria das condições de vida pessoal e familiar e a interação entre o indivíduo e o meio ambiente. Além desses ainda podem ser encontrados elementos como: sono, alimentação, atividade física; intervenções clínicas; medicação e vitaminas; técnicas de distensão e repouso e adequação do estilo de vida às necessidades individuais.

Corroborando com esta afirmação as palavras de Pilatti (2007, p. 48) ao comentar que a QV do trabalhador “é afetada de duas formas: dentro e fora do trabalho, apesar de, crescentemente, existir uma convergência destes tempos. A ideia dos frankfurtianos, de que o tempo de não-trabalho era um tempo de compensação, está se esvaziando”.

Sendo assim, dentro dos fatores que colaboram para a melhoria na QV, neste trabalho, será destacado o tempo livre e suas atividades dentre as quais se encontram o lazer. A próxima seção pretende apresentar a interpretação de Norbert Elias e Eric Dunning (1992), sobre a necessidade e as motivações do lazer nas sociedades contemporâneas.

### **2.3 O lazer no espectro do tempo livre**

Os estudos do lazer desenvolvidos por Norbert Elias e Eric Dunning representam obras de grande importância para a discussão do lazer moderno. Elias e Dunning buscam compreender o processo que levou ao surgimento e ao desenvolvimento do lazer e o papel que esse ocupa na vida do indivíduo inserido nas sociedades mais desenvolvidas.

Partindo de uma comparação entre sociedades menos desenvolvidas com sociedades industrializadas, Elias e Dunning mostram o avanço das restrições tanto social quanto individual, ocasionando um aumento do autocontrole emocional, criando assim uma espécie de armadura, tornando-se parte de sua personalidade. Partindo dessa visão, entende-se o surgimento do lazer como um meio para compensar as tensões conseqüentes do exercício deste autocontrole.

Outro ponto de vista abordado no presente trabalho são as discussões sobre os conceitos de lazer e tempo livre nas sociedades modernas, Elias e Dunning mostram suas diferenças e relações a partir do espectro do tempo livre, divergindo de outros estudiosos clássicos pautados no modelo marxista, que discutem o lazer a partir da ótica do trabalho, não o colocam como um acessório, mas sim, como um agente opositor às rotinas da vida social entre as quais se encontram as ocupações profissionais.

#### **2.3.1 Controle social das emoções**

A excitação que as pessoas procuram nas atividades de lazer, em geral, é uma excitação agradável, um tipo que possui características comuns com situações críticas sérias, que as pessoas encontram em suas vidas, mas com qualidades peculiares, que serão discutidas durante o decorrer deste trabalho.

Para uma melhor compreensão dessa relação, Elias e Dunning (1992) fazem uma comparação entre as sociedades mais avançadas e industrializadas com sociedades pretéritas, menos desenvolvidas e predominantemente agrárias. Os autores nos mostram que em sociedades mais avançadas é menor a ocorrência de situações críticas sérias que originam comportamentos de grande excitação nos indivíduos. As pessoas estão mais sujeitas ao controle social e ao autodomínio da excitação exagerada. Explosões exageradas de alegria ou mesmo de tristeza ou raiva bem como incontroláveis demonstrações de forte excitação coletiva tornaram-

se menos freqüentes. O indivíduo que venha a agir dessa maneira em público, corre o risco de ser preso ou talvez tachado como anormal e ter problemas de natureza distinta.

Para Elias e Dunning (1992), a organização social do controle da excitação tornou-se mais forte e eficaz. Para notar essa mudança cabe utilizar-se de uma medida de comparação que confronte os padrões das sociedades mais avançadas com as sociedades menos desenvolvidas. Os autores destacam que:

Estudos comparativos sistemáticos mostram que não só aumentou o controle público e privado de ações fortemente emotivas, mas também que as situações de crises públicas e privadas, com a progressiva diferenciação das sociedades, tornaram-se mais diferenciadas do que era habitual suceder. As crises públicas se tornaram mais impessoais (ELIAS, DUNNING, 1992, p. 102).

Crises públicas nas sociedades menos desenvolvidas, de tônica rural, tinham conseqüências que alcançavam proporções de catástrofe como as más colheitas, que eram sinônimos de fome, epidemias e inundações que poderiam ter como conseqüência o desespero e a morte, com o passar do tempo, tornaram-se mais impessoais e foram submetidas a progressivo controle. Também é verdadeiro afirmar que situações que seriam de grande júbilo como colheitas abundantes, rituais sociais como casamento, nascimento ou a chegada de um indivíduo à maioridade, deixaram de ter esse significado nas sociedades mais desenvolvidas.

Elias e Dunning (1992) mostram que nas sociedades industriais “os altos e baixos deste tipo têm o caráter de vagas comparativamente longas, lentas e baixas, de mudanças que se verificam a partir de uma atmosfera relativamente equilibrada de bem-estar e de prosperidade para uma atmosfera também moderada de abatimento e depressão” (ELIAS, DUNNING, 1992, p. 102). Ao contrário do que há pouco foi citado, as vagas de tempo nas sociedades predominantemente agrárias são mais curtas e rápidas entre os períodos, de regozijo e depressão, transitando entre um extremo e outro com maior velocidade, como no exemplo de abundância e fome.

A comparação feita por Elias e Dunning, entre as diferenças das sociedades mostra também modificações significativas que ocorreram no controle das emoções do indivíduo.

Nas sociedades industriais mais avançadas, explosões de forte excitação individual e coletiva que possam ameaçar a ordem estabelecida se tornam cada vez menos freqüentes. Agir publicamente de forma bastante excitada como acontecia nas sociedades mais simples, só é permitido às crianças e aos insanos, pois aos adultos das sociedades contemporâneas é imposta a necessidade de controlar em tempo sua excitação para serem considerados normais. Deles, é esperado um comportamento que não agrida o nível de organização que foi atingido no estágio atual da sociedade. O efeito disso é um comportamento padronizado e altamente rotineiro, sem riscos para si e para os que o cercam.

Situações de crise da vida privada que levam a explosões de sentimento, de modo geral tendem a permanecer escondidas no interior do círculo mais íntimo. O indivíduo não se expõe demasiadamente e com grande freqüência não é capaz de revelar-se. Nas sociedades industriais mais desenvolvidas, somente às crianças é permitida a demonstração de demasiada excitação, somente elas não são tachadas como descontroladas ou anormais ao se entregarem inteiramente a erupções de tremenda alegria, tristeza, medo ou extremo ódio. Aos adultos essa entrega demasiada aos seus sentimentos ou a demonstrações de extrema excitação, há tempos, deixou de ser vista como normal. Para Elias e Dunning (1992, p.103), em geral, as pessoas “aprenderam a não se expor demasiado. Com grande freqüência já não são capazes de revelar mesmo nada de si próprios. O controle que exercem sobre si tornou-se, de certo modo, automático. O controle - em parte – já não se encontra sob o seu domínio”, passando a ser integrado à sua personalidade.

Elias e Dunning (1992) mostram que é necessário conscientizar-se de que o controle tanto social, quanto individual das emoções, tornou-se maior do que nas sociedades menos desenvolvidas. Esse aumento das restrições sociais e individuais presente nas sociedades contemporâneas é resultado de mudanças e alterações que ocorreram de forma lenta e contínua, conseqüência de transformações nos costumes e nos hábitos das sociedades ocidentais, o que Elias (1994) denomina de “o processo civilizador”. As pressões exercidas sobre o indivíduo tiveram como

conseqüência uma interiorização das restrições, constituindo uma espécie de armadura de autocontrole, tornando-se, de certa forma, parte de sua personalidade.

### 2.3.2 Atributos do lazer

No entendimento de Elias e Dunning, o surgimento do lazer moderno estaria associado à necessidade do indivíduo em compensar as tensões conseqüentes deste autocontrole, através de ações que permitissem a produção controlada de tensões emocionais. Para compreender o caráter e as funções do lazer, deve-se levar em conta o elevado aumento do controle emocional em relação às sociedades menos desenvolvidas.

Na medida em que essas restrições se generalizavam na sociedade, mais alternativas para sua libertação brotavam no formato de atividades de lazer. Como exemplo disso, Elias e Dunning comentam que as mudanças ocorridas na música e no teatro, além do surgimento de novos estilos de cantar e dançar e também uma participação mais ativa do expectador, no caso do esporte, representam “uma interrupção moderada no manto habitual das ‘restrições” (ELIAS, DUNNING, 1992, p. 104).

Hoje na sociedade, as atividades de lazer permitem ao indivíduo a possibilidade de manifestar sua excitação em público, ainda que de maneira moderada, sem que essa atitude seja tachada como anormal ou exagerada. Nesse sentido, Proni (2001, p.124) afirma que:

Para Elias e Dunning, as modernas atividades de lazer liberam as tensões provenientes do estresse diário ao mesmo tempo em que permitem manifestações intensas de sentimentos, contudo, sem ameaçar a integridade física e moral das pessoas e sem afrontar a ordem estabelecida. Em outras palavras, o lazer é um meio de “produzir um descontrole de emoções agradável e controlado”, cuja principal função é oferecer um antídoto para as tensões resultantes do esforço contínuo de autocontrole. A sociedade moderna reservou para o lazer a satisfação da necessidade que os indivíduos têm de experimentar em público a explosão de fortes emoções, sem com isso perturbar ou colocar em risco a organização da vida social. O lazer pode ser visto, então, como a antítese e o complemento das rotinas formalmente impessoais, característica do mundo premeditado do trabalho e das demais instituições que cerceiam as experiências emotivas mais intensas.

Partindo dessas considerações, são evidenciadas algumas características peculiares que permitem ao lazer satisfazer as necessidades a ele impostas.

A primeira é o “grau de compulsão social”. Nas atividades de lazer, a compulsão é marcadamente mais baixa em relação às de não lazer, sem falar do trabalho. Dessa forma permite ao indivíduo a oportunidade de experimentar emoções que são excluídas das pessoas, devido à vida altamente rotineira. Elias e Dunning (1992, p.150) mostram que “neste caso, um indivíduo pode encontrar oportunidades para um intenso despertar de agradáveis emoções de nível médio sem perigo para si próprio ou para outros. A participação nesse tipo de atividade é voluntária e menos sujeita a constrangimento proporcionando uma divertida excitação que pode ser experimentada em público, desde que seja praticada em um ambiente ou uma situação apropriada.

Em seguida, tem-se o “grau de pessoalidade” que, para Proni, (2001, p.123), é caracterizado pela satisfação individual, ou seja, a prática da atividade deve agradar a si próprio (“eu”) ou ao grupo (“nós”), em detrimento ao interesse de outros (“eles”), desde que sejam observados certos limites socialmente pré-estabelecidos.

E, por último encontra-se o que Elias e Dunning chamam de “elementos de lazer”: sociabilidade, mobilidade e imaginação. Essas formas elementares de ativação emocional estão presentes em todas as atividades de lazer, podendo aparecer isoladamente ou, ainda, ocorrer a combinação de duas ou três destas. (ELIAS, DUNNING, 1992, p.178)

A primeira é a sociabilidade, um elemento básico presente praticamente em grande parte das atividades de lazer, estando associada com o despertar do prazer emocional, proporcionando ao participante um estímulo agradável experimentado pelo fato de estar acompanhado de outras pessoas sem qualquer obrigação ou compromisso para com elas, salvo, para aquelas - obrigações e compromissos - que se tenha de forma voluntária. Sendo assim, o lazer oportuniza uma maior e mais profunda interação entre as pessoas e como conseqüência uma amigável emotividade, a qual se distingue da praticada e, de certo modo, considerada normal, na esfera profissional e também nas atividades de não lazer.



O segundo elemento é a Mobilidade. Está relacionada ao movimento corporal e, também, diz respeito às atividades que propiciem fontes de satisfação imediata e prazer, através do movimento. Além disso, essa forma elementar das atividades de lazer se refere à possibilidade de “retirar a armadura” interiorizada devido ao contínuo exercício do autocontrole.

O terceiro elemento indicado é a imaginação, essa de ativação emocional atua diretamente nas atividades miméticas, aquelas que permitem ao indivíduo experimentar, sem correr perigo real ou ter que arcar com as conseqüências, sentimentos intensos ou emoções perigosas. São abundantes as atividades responsáveis pelo despertar da excitação mimética, como exemplos podem ser citados: assistir a um filme no cinema, freqüentar a ópera, ir à tourada ou jogar videogame (PRONI, 2001, p.126).

O termo mimético é atribuído a uma gama de atividades de lazer que, à primeira vista, tem pouco em comum, mas se analisadas com maior atenção, percebe-se que compartilham de características específicas, comum a atividades classificadas sob diferentes títulos, como esporte, entretenimento, cultura e arte.

Para Elias e Dunning, as atividades de lazer, especificamente as da classe mimética, possibilitam à sociedade satisfazer “a necessidade de experimentar em público a explosão de fortes emoções – um tipo de excitação que não perturba nem coloca em risco a relativa ordem da vida social, como sucede às excitações de tipo sério” (ELIAS, DUNNING, 1992, p.112).

### **2.3.3 Atividades do tempo livre**

Para Elias e Dunning (1992), além do autocontrole das emoções, também o trabalho é um elemento que colabora para um estilo de vida rotineiro. Os autores entendem que o lazer não entra em oposição ao trabalho, como é mostrado em outros modelos de análise, mas sua função é fazer oposição às rotinas da vida social, entre as quais são encontradas as ocupações profissionais. Nesse ponto, uma das funções do lazer se torna evidente: o papel central que as reações emocionais têm nisso, por desempenhar funções de quebra da rotina, gerando uma tensão, excitação agradável.

Para melhor compreender as diferenças entre as atividades de tempo livre e as atividades que podem ser denominadas de atividades de lazer, Elias e Dunning

(1992, p.107- 8) propõem uma distinção maior e mais aprofundada e também uma definição mais nítida das relações do tempo livre e o lazer.

Tempo livre, de acordo com os atuais usos lingüísticos, é todo tempo liberto das ocupações de trabalho. Nas sociedades como as nossas, só parte dele pode ser voltado às atividades de lazer. Podem distinguir-se cinco esferas diferentes no tempo livre das pessoas, as quais se confundem e se sobrepõem de várias maneiras, mas que, todavia representam categorias diferentes de atividades, que até certo ponto, levantam problemas diferentes.

Para isso, em uma classificação preliminar são apresentadas as atividades de tempo livre onde se pode distinguir as atividades de tempo livre das atividades de lazer, mostrando também o quão rotineiras podem ser as atividades que ocupam o tempo livre das pessoas. As atividades do tempo livre são divididas em cinco esferas representadas por:

1. trabalho privado e administração familiar: a essa categoria pertencem as atividades relacionadas aos cuidados com a família e também as atitudes tomadas em relação à provisão da casa. Essas tarefas dificilmente podem ser chamadas de lazer;
2. repouso: atividades como dormir, tricotar, futilidades da casa e o não fazer nada em particular;
3. provimento das necessidades fisiológicas: necessidades como comer, beber, dormir, bem como, defecar e fazer amor. Algumas das atividades das esferas 2 e 3 podem ser consideradas como lazer, quando não feitas de forma rotineiras;
4. sociabilidade: atividades como passear em um clube, um bar, um restaurante, "jogar conversa fora" com os vizinhos ou mesmo estar com outras pessoas sem fazer nada demais, como um fim em si mesmo;
5. a categoria das atividades miméticas ou jogo: as atividades desse tipo são atividades de tempo livre que possuem caráter de lazer, quer se tome parte nelas como ator ou como espectador. Essas atividades

estão diretamente associadas à destruição da rotina, característica correspondente à excitação mimética.

Essa tipologia que Elias e Dunning (1992) apresentaram nessa classificação preliminar serve para demonstrar que a utilização do termo *tempo livre* como sinônimo de *lazer* não é verdadeira, mostrando de forma muito nítida que uma parcela considerável de nosso tempo livre não pode ser considerada como lazer.

### **2.3.4 Rotinas do tempo livre**

Pode-se observar dentro da teoria de Elias e Dunning, que além do autocontrole das emoções, também o trabalho é um elemento que colabora para esse estilo de vida rotineiro. Para entender e compreender as diferenças entre as variadas atividades de tempo livre, entre as quais se insere o lazer, Elias e Dunning utilizam o conceito "espectro do tempo livre" (1992, p.145), em que identificam as demais atividades, além do trabalho, que são executadas de forma rotineira.

As atividades transcorridas no tempo livre, isto é, no tempo liberado do trabalho profissional, são muito variadas. Como exemplo, as sociais, de convívio com a família e até mesmo cuidados pessoais. A partir disto, tem-se a necessidade de uma melhor conceituação de tempo livre. Para Elias e Dunning, essas atividades foram classificadas conforme o que eles chamam de "grau de rotina" e assim essas atividades foram separadas em três grupos distintos:

1. ROTINAS DO TEMPO LIVRE (Atividades rotineiras e pouco prazerosas): cuidados pessoais relacionados à higiene e alimentação, atividades domésticas e atenção a familiares(ELIAS e DUNNING, 1992, p.145).
2. ATIVIDADES INTERMEDIÁRIAS DE TEMPO que é a necessidade de formação e, ou também, auto-satisfação e autodesenvolvimento: trabalho particular não profissional ou voluntário, atividades religiosas e atividades voluntárias e atualização de conhecimentos (ELIAS e DUNNING, 1992.145).
3. ATIVIDADES DE LAZER:
  - a) Atividades puras ou simplesmente, sociáveis:
    - (i.) Participar como convidado em reuniões mais formais, como casamentos, funerais ou banquetes; ser convidado para jantar em casa de um superior;

(ii.) Participar em *lazer-gemeinschaften* (lazer-comunitário) relativamente informal, com um nível emocional manifesto e amigável consideravelmente acima de outras atividades de tempo livre e de trabalho, por exemplo, reuniões em bar ou em festas, encontros familiares, comunidades de conversa banal;

b) Atividades de jogo ou “mimética”:

(i.) Participar em atividades miméticas (relativamente) de elevado nível organizativo, como um membro da organização, por exemplo, um teatro amador, clube de críquete, clube de futebol. Em tais casos, chega-se ao fulcro das atividades miméticas de destruição da rotina e de descontrolo e de experiências, através de uma concha de rotinas e de formas de controle aceites e partilhadas voluntariamente. Nesta categoria, a maior parte das atividades miméticas envolve um grau de destruição da rotina e de alívio das restrições, por meio do movimento do corpo, isto é, por meio da mobilidade corporal;

(ii.) Participação como espectador em atividades miméticas bastante organizadas sem fazer parte da própria organização, com pouca ou nenhuma participação nas suas rotinas e, de acordo com isso, com a destruição relativamente diminuta da rotina, através do movimento, por exemplo, ver futebol ou ir a um jogo;

(iii.) Participação como ator em atividades miméticas menos organizadas, por exemplo, dança e montanhismo;

c) Miscelânea de atividades de lazer menos especializadas, com o carácter vincado de agradável destruição da rotina e com frequência multifuncional, por exemplo, viajar nos feriados, comer fora para variar, relações de amor destruindo a rotina, cuidados não rotineiros com o corpo, tais como banhos de sol, dar um passeio a pé (ELIAS e DUNNING, 1992, p.145).

O termo mimético não é utilizado em seu sentido literário "imitativo". Elias e Dunning (1992, p.124-125) comentam que, "já na Antiguidade era usado num sentido mais alargado e figurado. Referia-se a todas as espécies de formas artísticas na sua relação com a 'realidade', quer possuíssem um carácter de representação ou não". Com efeito, na teoria elisiana, o termo deve ser compreendido com o sentido de uma "relação entre os sentimentos miméticos e as situações sérias específicas da vida" (1992, p.125-126). Nas situações sérias da vida, as pessoas podem perder o controle e assim tornar-se um perigo para si e para outros. A excitação mimética, na perspectiva social e individual, é desprovida de perigo, proporcionando às pessoas experimentarem a explosão de fortes emoções em público, um tipo de excitação que não coloca em risco a ordem da vida social como ocorre nas situações sérias da vida.

### 3. METODOLOGIA

#### 3.1 Tipo de Estudo

O presente trabalho, do ponto de vista de sua natureza, classifica-se como uma pesquisa aplicada. Para Salomon (1999 p.158), pesquisas aplicadas “são as que se destinam a aplicar leis, teorias e modelos, na solução de problemas que exigem ação e/ou diagnóstico de uma realidade”. Baseado nesta afirmação pode-se dizer que a presente pesquisa confirma-se como aplicada, pois busca através da aplicação de instrumentos de pesquisa, o diagnóstico da qualidade de vida dos trabalhadores de uma indústria do ramo de alimentos.

Com relação aos objetivos da pesquisa, pode ser classificada de descritiva. Para Salomon (1999, p.158) a pesquisa descritiva,

tem por objetivo definir melhor o problema, proporcionar as chamadas intuições de solução, descrever comportamentos de fenômenos, definir e classificar fatos e variáveis. Não atingem ainda o nível de explicação nem o da predição, encontrados nas pesquisas ‘puras’ ou ‘teóricas’, nem o do diagnóstico ou solução adequada do problema, deparados nas pesquisas ‘aplicadas’.

A respeito da pesquisa descritiva, Gil (1999, p.44), diz que este tipo de pesquisa “tem como objetivo primordial a descrição de determinadas características de determinada população ou fenômeno ou o estabelecimento entre variáveis” e salienta que a utilização de técnicas padronizadas para a coleta de dados é uma de suas características mais marcantes.

Adotou-se a pesquisa predominantemente qualitativa, na forma de estudo de caso. Optou-se pelo estudo de caso (GIL, 1999) por este permitir uma investigação profunda e exaustiva do poucos objetos, o que possibilitou conhecê-los de forma ampla e detalhada, dentro de seu contexto podendo assim perceber a realidade existente em relação à QV dos colaboradores em questão.

O objetivo fundamental da Ciência é chegar à veracidade dos fatos, o que por sua vez não a distingue de outras formas de conhecimento. Porém o que difere o

conhecimento científico dos demais é a sua verificabilidade, sendo esta sua característica fundamental (GIL,1999).

Segundo Gil (1999, p.26) “para que um conhecimento possa ser considerado científico, torna-se necessário identificar as operações mentais e técnicas que possibilitam a sua verificação. Ou, em outras palavras, determinar o método que possibilitou chegar a esse conhecimento”. Método pode ser definido como um caminho utilizado para chegar a um determinado fim, por sua vez, método científico é o conjunto de procedimentos técnicos e intelectuais empregados na busca do conhecimento.

E ainda com relação ao método, vale ressaltar a visão de SILVA e MENEZES (2001. p. 25): “método científico é o conjunto de processos ou operações mentais que se devem empregar na investigação. É a linha de raciocínio adotada no processo de pesquisa”.

Para o presente projeto optou-se pelo Método indutivo. Para Salomon (1999, p.156), o método indutivo se destina a verificar problemas geralmente empíricos, estes geram “enunciados sintéticos, que provêm de constatações particulares e caminham para generalizações: da amostra para a população ou universo”.

Nesta mesma linha de raciocínio Gil (1999) deixa claro que este método parte do particular para o geral, mostrando que a generalização é um produto posterior à coleta de dados. “De acordo com o raciocínio indutivo, a generalização não deve ser buscada aprioristicamente, mas constatada a partir da observação de casos concretos suficientemente confirmadores dessa realidade” (GIL, 1999, P.28). Este autor ainda mostra que este método foi proposto pelos empiristas (Bacon, Hobbes, Locke, Hume), e que para estes o conhecimento é fundamentado na experiência sem levar em conta princípios preestabelecidos.

### **3.2 Local e população do estudo**

O universo de estudo foi composto por trabalhadores de uma Empresa Multinacional no Ramo de Alimentos na cidade de Ponta Grossa-PR. A empresa concedeu autorização para a pesquisa, porém estabeleceu que não deveria ser mencionada sua denominação ou razão social, nem a utilização de qualquer informação que direta ou indiretamente pudesse identificar sua marca ou seus produtos.

A empresa mesmo não tendo programa específico de QV realiza ações no sentido da busca uma percepção positiva na avaliação da QV de seus colaboradores, vários projetos desenvolvidos vêm agregando valor a QV em seu ambiente laboral. A empresa oferece programas como:

- **Saúde do trabalhador:** A disponibilidade de plano médico e odontológico, a existência de um setor específico para cuidar da saúde do trabalhador disponibilizando profissionais da área de Medicina Ocupacional. São ações positivas realizadas pela empresa que têm relação importante na manutenção da QV de seus colaboradores.
- **Segurança no trabalho:** A empresa desenvolve práticas que proporcionam um ambiente de trabalho seguro e saudável através de ações que possibilitam melhorias nas instalações da empresa, a diminuição do risco de acidentes e a prevenção de doenças ocupacionais. A existência de um setor específico de Segurança do trabalho e a utilização de Equipamentos de segurança e a preocupação com a análise ergonômica são iniciativas pertinentes na promoção da QV nesta empresa.
- **Lazer:** mesmo não possuindo um programa específico relacionado ao lazer os colaboradores pesquisados apontam algumas realizações nesta direção. O aluguel de horários de quadra esportiva em Ginásio de esportes, a promoção de confraternizações em datas especiais como festas de final de ano e aniversários e a existência de um espaço onde os colaboradores têm acesso à televisão e a jogos como tênis de mesa, sinuca e a outros jogos de mesa, são reconhecidos pelos colaboradores como ações positivas que são reconhecidas pelos colaboradores como atividades de lazer.

A amostra foi composta através do procedimento de amostragem estratificada. Este tipo de amostragem é caracterizado pela seleção de uma amostra pertencente a cada subgrupo da população considerada. Para Gil (1999), a amostragem estratificada pode ser proporcional ou não proporcional. Na proporcional, “seleciona-se de cada grupo uma amostra aleatória, ou seja, proporcional à extensão de cada subgrupo determinado por alguma propriedade tida como relevante” (GIL, 1999, p.103), esta forma tem como principal vantagem a garantia de assegurar representatividade em relação aos critérios adotados para a

estratificação. Já na amostragem estratificada não proporcional, a “extensão das amostras dos vários estratos não é proporcional à extensão desses estratos em relação ao universo”.

Para o presente trabalho optou-se pela amostragem estratificada proporcional já que a população pesquisada é distribuída em seis setores que trabalham no formato de três turnos além de um quarto turno fixo (horário administrativo). Desta forma, este modelo permite representatividade em todos os estratos do universo. Tendo uma população finita de 150 colaboradores, a amostra totalizou 110 pessoas o que representa 71,43%, a qual foi planejada considerando uma margem de erro de 5% com 95% de confiança. Salienta-se que o tamanho da amostra foi calculado de acordo com Triola (1990, p. 161)

### **3.3 Instrumentos utilizados**

Para a coleta de dados foram utilizados dois instrumentos: um questionário genérico desenvolvido pela OMS, o *WHOQOL-100* já apresentado na seção 2 e, uma entrevista semi-estruturada composta de seis perguntas.

#### **3.3.1 WHOQOL-100**

A aplicação dos questionários *WHOQOL-100*, aconteceu no mês de Julho de 2006, nas próprias instalações da empresa. Antes de iniciar a aplicação do questionário o pesquisador informou aos colaboradores sobre os objetivos da pesquisa, a forma de preenchimento e os destinos dos dados. Esclareceu-se que a participação deveria ser de forma voluntária e ainda que os dados seriam confidenciais, tratados de forma coletiva assim garantindo o anonimato das informações dadas.

A coleta de dados foi realizada em sala de reunião disponibilizada pela empresa e nos turnos de trabalho dos respondentes. Após a assinatura do termo de consentimento constante do Questionário *WHOQOL-100*, cada colaborador iniciou o seu preenchimento. Não houve necessidade de auxílio, apenas alguns respondentes questionaram a extensão do documento, porém ao término surgiram comentários positivos pela iniciativa da pesquisa. O tempo de preenchimento girou em torno de 40 minutos.

O *WHOQOL-100* é um questionário psicométrico, autoexplicativo, que leva em conta o nível de satisfação do indivíduo em se referindo à sua vida de um modo



geral, à saúde e outras áreas importantes, nas duas últimas semanas. Para isso é composto por 100 perguntas que levantam informações referentes a seis domínios: domínio físico, psicológico, nível de independência, relações sociais, meio ambiente e espiritualidade/religiosidade/crenças pessoais. Os domínios são divididos em 24 facetas com quatro questões do tipo fechada; existe ainda uma faceta independente dos domínios que é composta por questões que avaliam a qualidade de vida geral dos respondentes (para uma melhor visualização da organização dos domínios, facetas e questões do instrumento *WHOQOL-100* está disponível no Anexo B um quadro demonstrativo).

As respostas das questões são apresentadas no formato de uma escala de Likert que oferecem cinco alternativas de respostas em uma escala categórica de *avaliação, capacidade e freqüência* como pode ser visto na tabela a seguir:

Escala	Likert	1	2	3	4	5
	%	0 (âncora)	25	50	75	100 (âncora)
Avaliação		muito insatisfeito	Insatisfeito	nem satisfeito nem insatisfeito	Satisfeito	muito satisfeito
		Muito ruim	Ruim	nem ruim nem bom	bom	Muito bom
		Muito infeliz	Infeliz	nem feliz nem infeliz	feliz	Muito feliz
Capacidade		Nada	muito pouco	Médio	muito	Completamente
Freqüência		Nunca	Raramente	Às vezes	repetidamente	Sempre

**Tabela 1 - Escala de respostas para as escalas de Avaliação, Capacidade e Freqüência**

Para análise dos dados, os estudos que aplicam o *WHOQOL-100*, seguem as etapas da Tabela 2.

Steps	SPSS syntax for carrying out data checking, cleaning and computing total scores
1 Check all 100 items from questionnaire have a range of 1-5	RECODE F11 F12 F13...(add all 100 items with a space between each)...G1 G2 G3 G4... (1=1) (2=2) (3=3) (4=4) (5=5) (ELSE=SYSMIS).
2 Reverse 18 items	RECODE F22 F24 F32 F34 F72 F73 F93 F94 F102 F104 F131 F154 F163 F182 F184 F222 F232 F234 (1=5) (2=4) (3=3) (4=2) (5=1).
3 Compute facets, domains and general scores	<pre> COMPUTE                                FACET1=(MEAN.3(F11,F12,F13,F14))*4. . . . COMPUTE FACET25=(MEAN.3(G1,G2,G3,G4))*4. COMPUTE DOM1=MEAN.2((24-FACET1),FACET2,FACET3). COMPUTE DOM2=MEAN.4(FACET4,FACET5,FACET6,FACET7,(24-FACET8)). COMPUTE DOM3=MEAN.3(FACET9,FACET10,(24-FACET11),FACET12). COMPUTE DOM4=MEAN.2(FACET13,FACET14,FACET15). COMPUTE DOM5=MEAN.6(FACET16,FACET17,FACET18,FACET19,FACET20,FACET21, FACET22,FACET23). COMPUTE DOM6=FACET24. </pre>
4 Delete cases with >20% missing data	<pre> COUNT TOTAL=F12 TO F244 (1 THRU 5).  (This command creates a new column 'total'. 'Total' contains a count of the WHOQOL-100 items with the values 1-5 that have been endorsed by each subject. The 'f12 to f244' means that consecutive columns from 'f12', the first item, to 'f244', the last item, are included in the count. It therefore assumes that data is entered in the order given in the questionnaire).  FILTER OFF. USE ALL. SELECT IF (TOTAL&gt;=80). EXECUTE.  (This second command selects only those cases where 'total', the total number of items completed, is greater or equal to 80. It deletes the remaining cases from the data set). </pre>
5 Check facet and domain scores	<pre> DESCRIPTIVES VARIABLES=FACET1 FACET2 FACET3...(include all facets and domains)..DOM6 /STATISTICS=MEAN STDDEV MIN MAX. </pre>
6 Save data set	Save data set with a new file name so that the original remains intact.

Tabela 2 – Sintaxe do WHOQOL- 100 no SPSS (GRUPO WHOQOL, 2005)

Cada faceta apresenta os resultados do somatório da escala Likert provenientes das questões correspondentes, as quais apresentam valores que variam entre 4 e 20. Rosa (2006) comenta que existe uma grande dificuldade no entendimento dos valores comparativos no aspecto quantitativo da QV em cada faceta e nos domínios pertinentes ao instrumento *WHOQOL-100*. Sendo assim, para uma melhor compreensão dos resultados o mesmo autor apresentou uma equação matemática que possibilita a conversão dos valores na escala de Likert para valores percentuais. Cabe ressaltar que esta conversão para valores percentuais não acarreta modificações nos resultados apresentados. Os estágios a seguir foram baseados no trabalho de Rosa (2006, p. 37 a 40), sobre o desenvolvimento da análise dos dados obtidos através do questionário *WHOQOL-100*.

Cabe esclarecer que os valores mínimos de 4 e o máximo de 20 provenientes da escala de Likert apresentam uma variação de dezesseis pontos e que o valor médio apresentados entre eles é de 12 pontos, assim sendo 50% na escala percentual, os valores 8 e dezesseis correspondem respectivamente a 25% e 75% na escala percentual, o que evita a utilização equivocada dos valores da escala Likert através de valores sem a adequada transformação.

Rosa apresenta também a simulação da conversão dos valores da escala Likert (resultados da somatória de quatro respostas) para a escala percentual através da seguinte equação (equação 1)

$$((E-4) / 4) \times 25 \Rightarrow ((4-4)/4) \times 25 = 0 \text{ (valor mínimo )}$$

$$((E-4) / 4) \times 25 \Rightarrow ((20-4)/4) \times 25 = 100 \text{ (valor máximo)}$$

O valor do dividendo: 4 que subtrai a escala (E) de Likert é utilizado para ancorar a escala percentual em zero, para menor valor na escala Likert, para cada faceta.

O valor multiplicador: 25 corresponde ao intervalo unitário, correspondente à escala percentual entre cinco valores possíveis (0, 25, 50, 75, 100), com âncoras 0% (mínimo) e 100% (máxima).

O valor do divisor 4 corresponde ao número de questões por facetas.

Rosa (2006) apresenta ainda que o instrumento *WHOQOL-100* possui algumas facetas pejorativas, compostas por questões representadas na escala de Likert de forma inversa, onde, quanto maior o escore da resposta, menor é o índice de QV.

As facetas que possuem estas características são as seguintes:

F.1 – Faceta Dor e Desconforto – Domínio físico.

F.8 – Faceta Sentimentos Negativos – Domínio Psicológico.

F. 11 – Faceta Dependência de medicação ou de tratamentos – Domínio nível de independência.

Para obter a média dos domínios destas facetas, aplicou-se a fórmula (2) a seguir:

$$MD = \frac{(100 - FN) + \sum FP}{NF}$$

Onde:

MD = Média do Domínio

FN = Faceta Negativa ou Pejorativa

$\sum FP$  = Somatório das Facetas Positivas

NF = Número de Facetas do Domínio

Como parâmetro para a análise dos dados obtidos tomou-se como base o trabalho de Sivieiro (2003) no qual foram considerados os seguintes escores: até 25% são considerados como insatisfação, entre 25% a 75% posição intermediária de satisfação, e acima de 75% como satisfação.

### **3.3.2 Entrevista**

O segundo instrumento utilizado para a coleta de dados foi uma entrevista semi-estruturada, que utilizou um roteiro inicial (Apêndice B) composto por seis perguntas abertas. Foram realizadas entrevistas-piloto para a validação do instrumento. No piloto não houve dificuldades na compreensão das perguntas e os dados coletados não foram utilizados na pesquisa.

As entrevistas foram realizadas na sala de reuniões da empresa no período de trabalho dos respondentes. O nome dos entrevistados foi substituído pela sigla “E” e numeradas de acordo com a ordem cronológica das entrevistas. Nenhum dos colaboradores selecionados se recusou a participar da entrevista. Cada entrevista foi gravada – Micro Cassete Recorder TP-M140 AIWA –, as fitas foram duplicadas e as entrevistas transcritas. A transcrição foi realizada por apenas uma pessoa usando um gravador e *headphone*. Após a transcrição realizou-se a conferência de fidelidade pelo pesquisador e a revisão dos textos foi realizada por uma especialista Licenciada em Letras – Língua Portuguesa – com o objetivo de adequar o texto transcrito para a leitura, procurando por meio de uma pontuação adequada, aproximar a entonação e o sentido proposto pelo entrevistado. Por sugestão da revisora optou-se não aplicar as normas gramaticais na apresentação final das entrevistas.

Para a análise das entrevistas utilizou-se o procedimento de análise de conteúdo. Para Bardin (1979) análise de conteúdo é a utilização de um conjunto de técnicas para a análise das comunicações, buscando através de procedimentos sistêmicos e objetivos a descrição do conteúdo das mensagens, para obter indicadores quantitativos ou não, que permitam a inferência de informações e conhecimentos relativos às condições de produção e recepção das mensagens. Este procedimento permite ir além das aparências do que está sendo comunicado, o que para Gomes (2000, p. 74), “diz respeito à descoberta do que está por trás dos conteúdos manifestos”.

Podemos utilizar a palavra como uma unidade, trabalhando com todas as palavras de um texto ou com apenas algumas que são destacadas de acordo com a finalidade de estudo.

Neste trabalho para que pudesse ser realizada a análise do conteúdo das mensagens utilizou-se como unidade de registro frases e orações. Essas unidades se referem aos elementos obtidos através da decomposição do conjunto da mensagem (GOMES, 2000, p. 75). Após a escolha das unidades de registros passou-se a elaboração das categorias. Para Gomes (2000,p.70) categorias são empregadas para que se possa estabelecer classificações e o mesmo mostra que “trabalhar com elas significa agrupar elementos, idéias ou expressões em torno de um conceito capaz de abranger tudo isso”.

A amostra para a entrevista foi selecionada a partir dos resultados do questionário *WHOQOL-100*, mais especificamente da Faceta 21, a qual faz parte do Domínio Meio Ambiente. Foram selecionados 10 colaboradores através da estatística descritiva para apresentar os dados coletados em forma numérica.

A definição da amostra baseou-se no fato de que se pretende evitar um erro sistemático ou vícios de amostragem, os quais podem tornar inconclusivos os resultados do estudo. Para tanto, o tamanho da amostra foi considerada pela relevância clínica da diferença estatística significativa (nível de significância) e o poder do teste desejado.

Para se mensurar a variedade da amostra, considerou-se a normalidade, isto é, os valores concentram-se simetricamente em torno da média, significando que estejam nessa posição 95% da população (intervalo compreendido entre a média, mais ou menos duas vezes o desvio padrão).

Partindo deste princípio foram distribuídos em dois grupos de referência, sendo o primeiro grupo composto pelas cinco menores médias obtidas na Faceta 21 (**Grupo de menores médias**) e o segundo grupo é representado pelas cinco maiores médias (**Grupo de maiores médias**) obtidas na mesma Faceta.

Nas tabelas a seguir serão apresentados os componentes da amostra bem como seus escores.

<b>GRUPO 1 – MENORES MÉDIAS</b>						
<b>Entrevistados</b>	<b>Faceta 21.1 Perg 35</b>	<b>Faceta 21.2 Perg. 50</b>	<b>Faceta 1.3 Perg 51</b>	<b>Faceta 21.4 Perg 76</b>	<b>Média da faceta 21</b>	<b>Média qualidade de vida geral</b>
E1	1-NADA = 00,00	1-NADA = 00,00	2-MUITO POUCO = 25,00	1-MUITO INSATISFEITO = 00,00	6,25	47,81
E2	2-MUITO POUCO = 25,00	2-MUITO POUCO = 25,00	2-MUITO POUCO = 25,00	1-MUITO INSATISFEITO = 00,00	18,75	45,75
E3	1-NADA = 00,00	2-MUITO POUCO = 25,00	2-MUITO POUCO = 25,00	2-INSATISFEITO = 25,00	18,75	45,75
E4	2-MUITO POUCO = 25,00	2-MUITO POUCO = 25,00	2-MUITO POUCO = 25,00	2-INSATISFEITO = 25,00	25,00	73,38
E5	2-MUITO POUCO = 25,00	2-MUITO POUCO = 25,00	2-MUITO POUCO = 25,00	2-INSATISFEITO = 25,00	25,00	56,56

**Tabela 3 - GRUPO 1 – Menores médias**

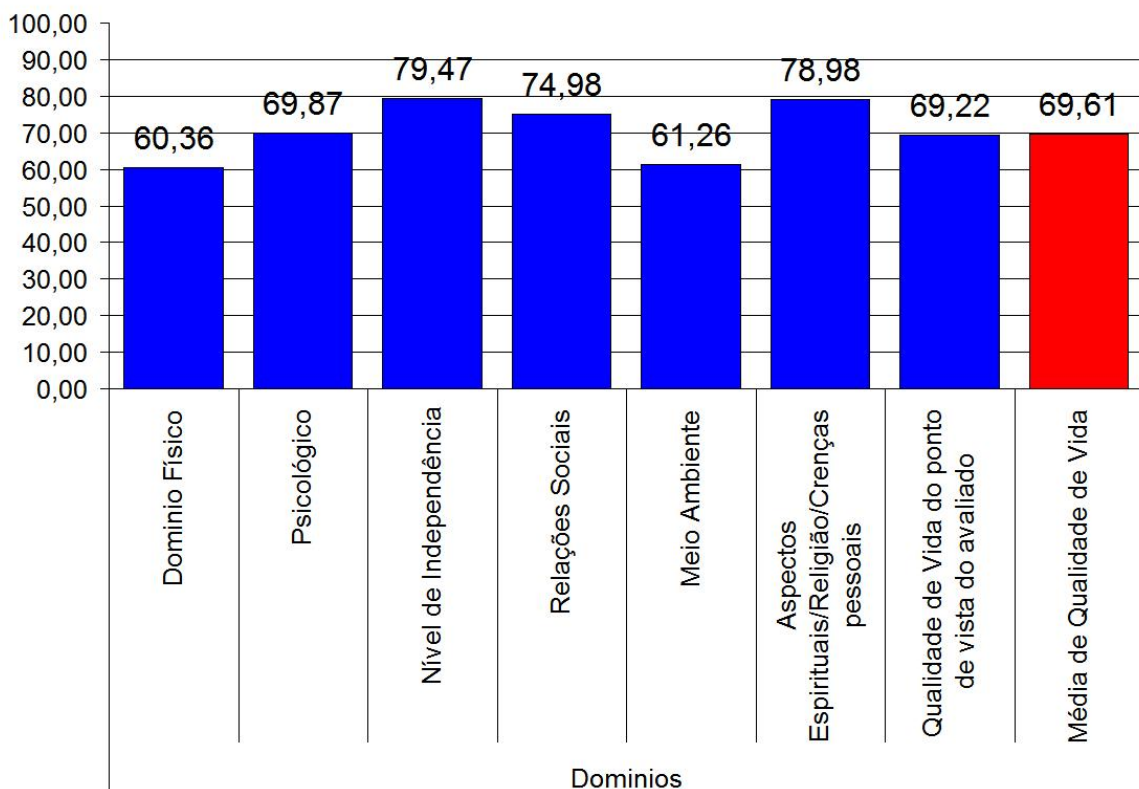
<b>GRUPO 2 – MAIORES MÉDIAS</b>						
<b>Entrevistados</b>	<b>Faceta 21.1 Perg 35</b>	<b>Faceta 21.2 Perg. 50</b>	<b>Faceta 1.3 Perg 51</b>	<b>Faceta 21.4 Perg 76</b>	<b>Média da faceta 21</b>	<b>Média qualidade e de vida geral</b>
<b>E6</b>	4-MUITO = 75,00	4-MUITO = 75,00	4-BASTANTE = 75,00	5- MUITO SATISFEITO = 100,00	81,25	85,63
<b>E7</b>	5-COMPLETAMENTE = 100,00	4-MUITO = 75,00	4-BASTANTE = 75,00	4- SATISFEITO = 75,00	81,25	89,63
<b>E8</b>	4-MUITO = 75,00	5-COMPLETAMENTE = 100,00	4-BASTANTE = 75,00	4- SATISFEITO = 75,00	81,25	80,25
<b>E9</b>	5-COMPLETAMENTE = 100,00	5-COMPLETAMENTE = 100,00	4-BASTANTE = 75,00	5- MUITO SATISFEITO = 100,00	93,75	94,44
<b>E10</b>	5-COMPLETAMENTE = 100,00	5-COMPLETAMENTE = 100,00	5-EXTREMAMENTE = 100,00	5- MUITO SATISFEITO = 100,00	100,00	77,00

**Tabela 4 – Grupo 2 – Maiores médias**

## 4. RESULTADOS E ANÁLISES

### 4.1. WHOQOL-100

Esta seção apresenta os resultados dos domínios: Físico, Psicológico, Nível de Independência, Relações Sociais e Meio Ambiente, Espiritualidade/religião/crenças pessoais, bem como, o resultado da faceta Qualidade de vida do ponto de vista do avaliado. Os escores obtidos nesses domínios apresentaram média acima do ponto médio (50 %), como pode ser visualizado no gráfico 1.



**Gráfico 1 – Médias dos Domínios, da QV do Ponto de Vista do Avaliado e Média Geral de QV**

A partir dos dados obtidos pode-se identificar que o Domínio Nível de independência obteve a maior média entre todos, com 79,47%, seguido pelo Domínio Espiritualidade / religião / crenças pessoais com 78,98%, Domínio Relações Sociais (74,98), Domínio Psicológico (69,86%), Domínio Meio Ambiente (61,26%) e o Domínio Físico com 60,36% que obteve o menor dos escores entre os domínios levantados. A Faceta Qualidade de vida do ponto de vista do avaliado obteve um valor percentual de 69,22%.

Neste momento serão apresentados os resultados referentes aos Domínios.



A apresentação terá início com a faceta Qualidade de vida do ponto de vista do avaliado, e em seguida será obedecida a ordem decrescente conforme a média percentual obtida pelo Domínio: Nível de independência, Espiritualidade / religião / crenças pessoais, Relações Sociais, Psicológico, Meio Ambiente e o Físico.

Como parâmetro para a análise dos dados obtidos tomou-se como base o trabalho de Sivieiro (2003) no qual foram considerados os seguintes escores: até 25% são considerados como insatisfação, entre 25% a 75% posição intermediária de satisfação, e acima de 75% como satisfação. Cabe ressaltar que para os resultados a seguir, foi respeitado o erro padrão apresentado para cada Domínio e Faceta, o que não representou alterações significantes na posição apresentada para o nível de satisfação. Os índices do erro padrão podem ser observados na tabela Resultados Estatísticos dos Aspectos de Qualidade de Vida apresentado no Apêndice C.

#### 4.1.1 Qualidade de vida do ponto de vista do avaliado

O primeiro resultado a ser apresentado refere-se à Qualidade de vida do ponto de vista do avaliado, que é representado por apenas uma faceta, a 25<sup>a</sup>. Esta faceta não integra qualquer dos domínios e avalia aspectos gerais da QV sendo compostas pelas questões que levantam à satisfação com a vida, satisfação com a saúde, satisfação com a própria QV e a avaliação da QV, através das questões apresentadas na Quadro 1.

Faceta	Nº	Pergunta
G1	81	Como você avaliaria sua qualidade de vida?
G2	53	Quão satisfeito(a) você está com a qualidade de sua vida?
G3	54	Em geral- quão satisfeito(a) você está com a sua vida?
G4	55	Quão satisfeito(a) você está com a sua saúde?

**Quadro 1 – Questões da Faceta Qualidade de Vida do ponto de vista do avaliado**

Esta faceta obteve o escore de 69,22 %, o que representa uma posição **intermediária de satisfação** como mostra a gráfico 2. Em trabalho realizado por Rosa (2006) abordando a percepção dos trabalhadores de uma indústria do setor metalúrgico em relação à QV e sua influência no ambiente de trabalho observou

resultado semelhante, com variação inferior a 10 pontos percentuais, demonstrando resultados aproximados. Rosa (2006) mostra que para a faceta Qualidade de vida do ponto de vista do avaliado, a média de 62,81% encontrada em sua pesquisa, representa nas escalas de respostas em que os entrevistados se dizem nem satisfeitos e nem insatisfeitos com sua QV, demonstra para o autor que estes não estão nem felizes e nem infelizes com a sua condição de vida e saúde. Resultado semelhante também encontrado em Salles (2005).

Neste domínio a QV é analisada na ótica do colaborador, partindo do que este entende sobre QV, e desta forma, analisando a sua QV. A QV difere de indivíduo para indivíduo e está sujeita a sofrer alterações ao longo da vida. Nahas (2001, p. 5), mostra que os fatores que determinam a QV das pessoas são inúmeros, e que a combinação destes “resulta numa rede de fenômenos e situações que abstratamente, pode ser chamada de qualidade de vida”. Geralmente estão associados a ela fatores como: estado de saúde, longevidade, satisfação no trabalho, salário, lazer, relações familiares, disposição, prazer e até espiritualidade. “Num sentido mais amplo pode ser uma medida da própria dignidade humana, pois pressupõe o atendimento das necessidades humanas fundamentais” (NAHAS, 2001, p. 5).

O atendimento dessas necessidades são procuras incessantes dos seres humanos para a melhoria de sua QV e estão diretamente relacionadas à satisfação através das necessidades de viver bem, novas condições de bem-estar social, possibilidades de almejar algo melhor para si, o que Moreira (2000, p. 33) pontua como sendo, “uma relação direta tanto com o bem-estar (felicidade) quanto com os elementos objetivos (bens materiais e serviços, indispensáveis para a manutenção da dignidade humana)”.

Sendo assim pode-se dizer que a satisfação é um dos indicadores mais importantes no que diz respeito à avaliação da QV. Minayo et al. (2000) defendem a idéia que para se falar em QV deve-se atentar para um patamar material mínimo que diz respeito à satisfação de necessidades elementares do ser humano: alimentação, acesso à água potável, habitação, trabalho, educação, saúde e lazer. Estes são elementos materiais relativas a conforto, bem-estar e realização individual e coletiva.

Com relação à satisfação, Maslow (1970) vê o ser humano como eternamente insatisfeito e possuidor de uma série de necessidades que se relacionam entre si por

PPGEP - PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ENGENHARIA DE PRODUÇÃO

uma escala hierárquica na qual uma necessidade deve estar razoavelmente satisfeita, antes que outra se manifeste como prioritária. Nesta hierarquia, o indivíduo procura satisfazer suas necessidades fisiológicas, fundamentais à existência, necessidades de segurança, sociais, de estima e auto-realização.

Partindo desta ótica apresentada por Maslow (1970) na qual o ser humano é considerado um eterno insatisfeito portador de uma série de necessidades e que são apresentadas por Nahas (2001) e Minayo (et al) (2000) como fatores e necessidades elementares que se misturam e se relacionam culminando na QV, pode-se dizer que o resultado intermediário de satisfação, encontrado na faceta em discussão, seja uma conseqüência da insatisfação inerentemente humana pela busca da QV.

Este resultado de 69,22% da Qualidade de vida do ponto de vista do avaliado ao ser comparado com a média de qualidade de vida (QVG) de 69,61% apresenta uma variação de apenas 0,39 pontos percentuais. A QVG é resultante das médias de todos os Domínios, e essa proximidade percentual demonstra que a auto avaliação dos componentes da amostra condiz com a percepção geral dos domínios evidenciando uma avaliação intermediária de satisfação. Com relação a esta avaliação intermediária da QVG, Rosa (2006) “aponta para situações preocupantes com relação à expectativa para a melhoria da qualidade de vida”.



**Gráfico 2 - Qualidade de Vida do Ponto de Vista do Avaliado**

A seguir serão apresentados os resultados dos seis domínios: Nível de independência, Espiritualidade / religião / crenças pessoais, Relações Sociais, Psicológico, Meio Ambiente e Físico. Será apresentada também a relação de algumas facetas com as teorias de QVT apresentadas na seção 2, as Escolas do Pensamento propostas por Limongi-França (2004) e as Categorias de Walton (1973).

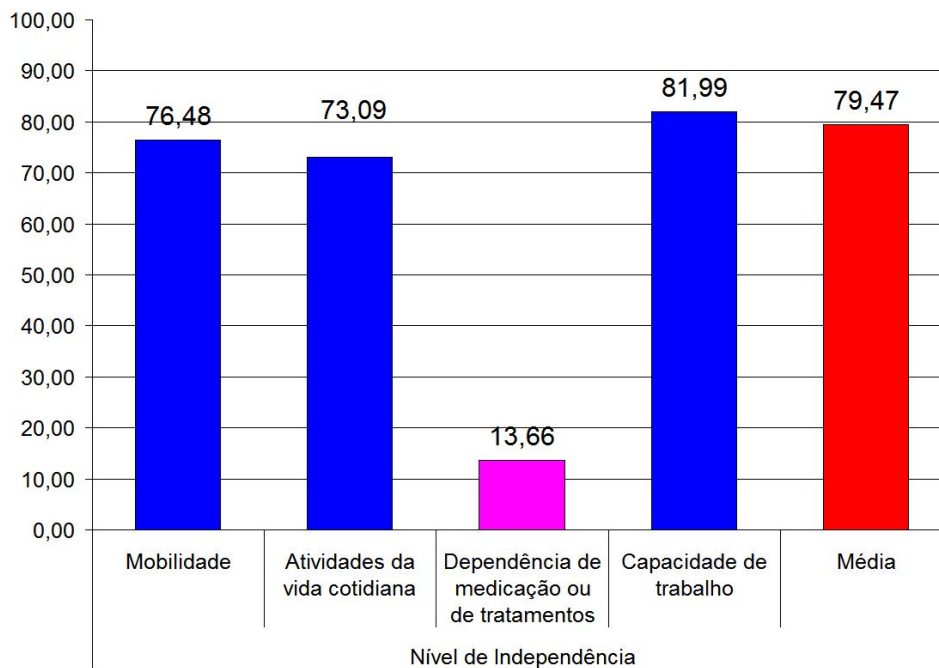
#### **4.1.2 Domínio Nível de independência**

Este Domínio é composto por 4 facetas (Quadro 2) relacionadas ao nível de independência dos entrevistados. O percentual de 79,47% obtido apresentou a maior média dentre os domínios avaliados, o que reflete em uma avaliação **satisfatória**. Nela são abordados aspectos como locomoção, desempenho das atividades cotidianas, a dependência de medicamento e a capacidade de trabalhar. Suas facetas obtiveram escores de 81,99%, 76,48%, 73,09% e 13,66. Estes dados podem ser visualizados no Gráfico 3.

Facetas
Mobilidade
Atividades da vida cotidiana
Dependência de medicação ou de tratamentos
Capacidade de trabalho

**Quadro 2 - Facetas do Domínio Nível de Independência**

Este domínio tem o maior escore médio de todas as Facetas entre todos os Domínios, a faceta relacionada à Capacidade de trabalho obteve 81,99%, em seguida vem a faceta que diz respeito à Mobilidade com escore médio de 76,48%. As facetas Atividades da vida cotidiana e Dependência de medicação ou de tratamentos obtiveram 73,09% e 13,66% respectivamente.



**Gráfico 3 – Domínio do Nível de Independência**

A Faceta mobilidade preocupa-se com a capacidade e a satisfação de locomoção do indivíduo, bem como, com suas dificuldades e como o "mover-se" afeta sua vida no dia-a-dia como pode ser visto através das questões do Quadro 3.

Com a média de 76,48%, os entrevistados demonstram estarem **satisfeitos** com a capacidade de se locomoverem e cumprirem suas atividades diárias. Cabe ressaltar que levando em conta o erro padrão, o qual para esta faceta é de 1,57% tanto para mais quanto para menos, o escore poderia variar entre: 74,91% a 78,05%, o que não alteraria o resultado apresentado (Apêndice D).

Faceta	Nº	Pergunta
F9.1	93	Quão bem você é capaz de se locomover?
F9.2	96	Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade de se locomover?
F9.3	94	O quanto alguma dificuldade de locomoção lhe incomoda?
F9.4	95	Em que medida alguma dificuldade em mover-se afeta a sua vida no dia-a-dia?

**Quadro 3 - Questões da Faceta Mobilidade**

Na Faceta Atividades da Vida Cotidiana é levantado o desempenho das atividades diárias, satisfação ou dificuldades existentes e se isto traz incômodo para o indivíduo no seu dia-a-dia (Questões Quadro 04). A média de 73,09% indica uma posição **intermediária de satisfação**, tendendo para **satisfação**, o que demonstra que os entrevistados se sentem capazes de desempenhar e exercer suas atividades diárias com satisfação.

Faceta	Nº	Pergunta
F10.1	42	Em que medida você é capaz de desempenhar suas atividades diárias?
F10.2	19	Em que medida você tem dificuldade em exercer suas atividades do dia-a-dia?
F10.3	63	Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade de desempenhar as atividades do seu dia-a-dia?
F10.4	20	Quanto você se sente incomodado por alguma dificuldade em exercer as atividades do dia-a-dia?

**Quadro 4 - Questões da Faceta Atividades da Vida Cotidiana**

A Faceta Dependência de Medicação ou de Tratamentos<sup>1</sup> diz respeito à dependência de medicamento, necessidade de medicação e de tratamento médico para que o entrevistado possa levar sua vida diária e o quanto isso afeta sua Qualidade de Vida (Questões Quadro 5). Nesta Faceta ao contrário das outras, quanto menor o valor mais positivo ele se torna, sendo assim o resultado de 13,66% apresenta-se como **satisfatório**, indicando a Qualidade de Vida dos entrevistados não depende da necessidade de medicamentos ou tratamento médico.

Faceta	Nº	Pergunta
F11.1	43	Quão dependente você é de medicação?
F11.2	21	Quanto você precisa de medicação para levar a sua vida do dia-a-dia?
F11.3	22	Quanto você precisa de algum tratamento médico para levar sua vida diária?
F11.4	23	Em que medida a sua qualidade de vida depende do uso de medicamentos ou de ajuda médica?

**Quadro 5 - Questões da Faceta Dependência de Medicação ou de Tratamentos**

Capacidade de Trabalho (Questões Quadro 6) é o foco desta última Faceta do Domínio Nível de Independência. Como já foi destacado esta Faceta foi a que obteve maior média entre os Domínios e Facetas que compõem o *WHOQOL-100*. Com 81,99% pontos percentuais os entrevistados se dizem **satisfeitos** com sua capacidade de trabalho.

Resultados similares quanto à capacidade de trabalho foram encontrados nos trabalhos de Salles (2005) onde os entrevistados consideraram-se “muito” ou “completamente” satisfeitos com relação à capacidade de trabalhar, resultado semelhante também pode ser visto em Rosa (2006) no qual a média para a faceta chegou a 80,63%, sendo também a maior média entre todos os domínios. Para Rosa (2006), este percentual aponta para a satisfação, mostrando assim, que os

<sup>1</sup> Por ser a Faceta Dependência de Medicação ou de Tratamentos uma questão pejorativa, para se encontrar a média desse domínio utilizou-se a equação apresentada na seção 3.2.1:

$$MD = \frac{(100 - FN) + \sum FP}{NF}$$

entrevistados estão “felizes” com o nível de independência, o que pode indicar que os indivíduos não possuem restrições de ordem “psicomotora” para exercer suas atividades diárias.

Faceta	Nº	Pergunta
F12.1	89	Você é capaz de trabalhar?
F12.2	90	Você se sente capaz de fazer as suas tarefas?
F12.3	92	Como você avaliaria a sua capacidade para o trabalho?
F12.4	91	Quão satisfeito(a) você está com a sua capacidade para o trabalho?

**Quadro 6 - Questões da Faceta Capacidade de Trabalho**

A capacidade de trabalho tem estreita relação com a QV, sendo que o trabalho é um dos fatores que corroboram com a QV. Nesta direção Morais (2006 p. 72-3) comenta que:

No trabalho, o homem satisfaz suas necessidades e desejos. Neste espaço são elaboradas as vivências tanto de prazer como sofrimento. O trabalho oportuniza a realização de expectativas traçadas a partir da história individual. Neste sentido, o homem busca prazer no trabalho, prazer que está relacionado à identidade pessoal e social. A partir do momento em que o indivíduo se vê parte integrante e integrada do fazer, o trabalho passa a ser visto como muito mais que um emprego. O prazer vivenciado através da realização obtida no trabalho, constitui parte da saúde do ser humano, levando-o considerar sua QV positiva.

Uma QV positiva resulta da combinação de vários fatores “que moldam e diferenciam o cotidiano do ser humano” (NAHAS, 2001, p. 5) e o trabalho segundo Nahas (2001) é um dos “Parâmetros Sócio-ambientais” que fazem parte do cotidiano do indivíduo que compõe uma rede de fenômenos e de situações que abstratamente, pode ser chamada de qualidade de vida. Esta rede é composta por fatores como: estado de saúde, a longevidade, salário, lazer, relações familiares, disposição, prazer, até espiritualidade e também pela satisfação no trabalho.



Santos et al. (2002) associam ainda o trabalho a fatores como amor, conhecimento e cultura. Estes autores entendem que para se ter uma QV boa ou excelente, o indivíduo deve ter um mínimo de condições para desenvolver o máximo de suas potencialidades no que diz respeito a estes fatores.

A relação trabalho e QV apresentada por Nahas (2001), Santos et al. (2002) e Morais (2006) demonstram a relevância da Faceta capacidade de trabalho para a melhoria da QV. A satisfação desta faceta aliada ao fato de não haver dificuldades para locomoção, nem dependência de medicamentos nem tratamentos médicos fizeram com que o Domínio Nível de independência tivesse o maior escore de todos os domínios 79,47%, sendo este destacado como o de maior influência positiva na QV dos colaboradores entrevistados.

#### 4.1.3 Domínio Espiritualidade / religião / crenças pessoais

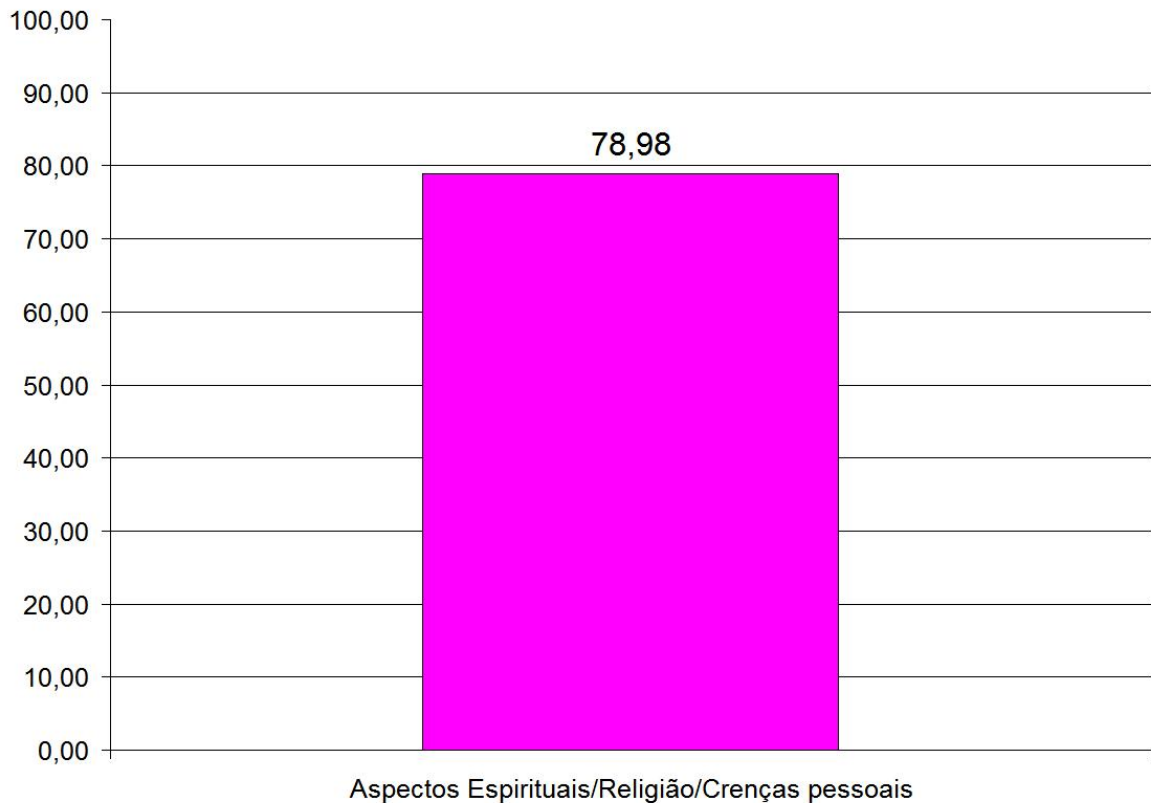
O Domínio Espiritualidade/Religião/Crenças pessoais aparece como o segundo maior escore médio com 78,98% (Gráfico 4). Composto por apenas uma faceta (Quadro 7), este domínio avalia as crenças pessoais dos indivíduos, quanto estas lhes dão sentido à vida e em que medida estas crenças lhe dão forças para enfrentar e entender as dificuldades da vida. As questões referentes a este Domínio estão apresentadas no Quadro 8.

Faceta
Espiritualidade /religião/crenças pessoais

**Quadro 7 - Faceta do Domínio Espiritualidade /religião/crenças pessoais**

Faceta	Nº	Pergunta
F24.1	97	Suas crenças pessoais dão sentido à sua vida?
F24.2	98	Em que medida você acha que sua vida tem sentido?
F24.3	99	Em que medida suas crenças pessoais lhe dão força para enfrentar dificuldades?
F24.4	100	Em que medida suas crenças pessoais lhe ajudam a entender as dificuldades da vida?

**Quadro 8 - Questões da Faceta Espiritualidade/Religião/Crenças pessoais**



**Gráfico 4 – Domínio dos Aspectos Espirituais/ Religião/ Crenças Pessoais**

Salles (2005) demonstra que a espiritualidade é considerada como uma necessidade básica do ser humano, como: repouso e sono, alimentação, nutrição, necessidade de oxigenação, de manutenção da temperatura, de evitar a dor, de sexo e sexualidade, de estimulação, segurança, amor, auto-estima e auto-realização. O termo espiritualidade difere de religiosidade, como pode ser visto em Fleck et al. (2003, p. 448), quando estes destacam a diferença entre espiritualidade e religiosidade: “[...]a espiritualidade coloca questões a respeito do significado da vida e da razão de viver, não limitando-se a alguns tipos de crenças ou práticas [...] religiosidade é a extensão na qual um indivíduo acredita, segue e pratica uma religião”.

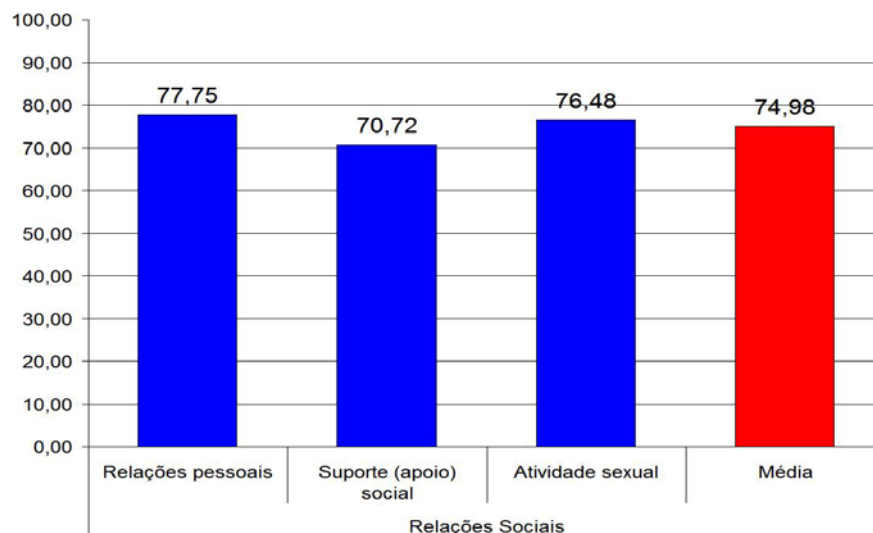
No que diz respeito à religiosidade pode-se dizer que a média de 78,98% pontos percentuais indica que os entrevistados estão satisfeitos com este domínio. Em pesquisa realizada por Salles (2005), este Domínio obteve resultado semelhante o que para a autora confirma “a religiosidade do povo brasileiro e o significado da fé

em suas vidas como suporte para enfrentamento das dificuldades no dia-a-dia” (SALLES, 2005, p. 79). Já com relação à espiritualidade Salles comenta que este resultado demonstra que a espiritualidade parece não estar em um estado latente, pois é indicada como algo que dá sentido em suas vidas.

#### 4.1.4 Domínio Relações Sociais

O Domínio Relações Sociais obteve o terceiro (3ª) maior escore médio com 74,98% o que pode ser considerado como uma avaliação **satisfatória**. Cabe ressaltar que levando em conta o erro padrão (Apêndice C), o qual para este Domínio é de 1,09% tanto para mais, quanto para menos, o escore poderia variar entre: 73,89% a 76,07%. Neste caso apenas o menor escore (73,89%) classificaria esta faceta em um nível **intermediário de satisfação**, porém para este trabalho será utilizado a média de 74,98%.

Nele são levantadas as relações sociais, o apoio social e aspectos relativos à atividade sexual (Quadro 9). As facetas avaliadas neste domínio obtiveram escores de 77,75%, 70,72% e 76,48%, o que representa uma avaliação entre **intermediária de satisfação e de satisfação** para essas facetas (Gráfico 5).



**Gráfico 5 – Domínio das Relações Sociais**

Faceta
Relações pessoais
Suporte (apoio) social
Atividade sexual

**Quadro 9 - Facetas do Domínio Relações Sociais**

O maior escore médio foi recebido pela faceta relacionada às relações pessoais, 77,75%. Esta faceta contempla questões relacionadas ao cotidiano e às relações sociais, preocupa-se com a intensidade com que o entrevistado se sente sozinho em sua vida, se ele está feliz com relação às pessoas de sua família, satisfeito com as relações pessoais, se é capaz de dar apoio aos outros e se consegue o apoio que necessita da família, amigos e se está satisfeito com o apoio recebido. As questões desta Faceta estão apresentadas na Quadro 10.

Faceta	Nº	Pergunta
F13.1	24	Quão sozinho você se sente em sua vida?
F13.2	80	Você se sente feliz com sua relação com as pessoas de sua família?
F13.3	64	Quão satisfeito(a) você está com suas relações pessoais (amigos- parentes- conhecidos-colegas)?
F13.4	68	Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade de dar apoio aos outros?

**Quadro 10 - Questões da Faceta Relações Pessoais**

A faceta que diz respeito à satisfação sexual apresentou escore médio de 76,48% o que representa que os entrevistados estão **satisfeitos** com a sua vida sexual. Resultados similares a este foram encontrados em Rosa (2006), Salles (2005), Moraes (2006), dentre os quais cabe destacar a fala de Rosa ao comentar que “a atividade sexual como fator de relações entre as pessoas deve estar sempre em níveis satisfatórios, pois como outra relação, a interferência negativa, influencia sobre a saúde do indivíduo”. Cabe ressaltar que levando em conta o erro padrão, o qual para esta faceta é de 1,55% tanto para mais, quanto para menos, o escore poderia variar entre: 74,93% a 78,03%, o que não alteraria o resultado apresentado (Apêndice D).

Faceta	Nº	Pergunta
F15.1	82	Como você avaliaria sua vida sexual?
F15.2	25	Quão satisfeitas estão as suas necessidades sexuais?
F15.3	65	Quão satisfeito(a) você está com sua vida sexual?
F15.4	67	Você se sente incomodado(a) por alguma dificuldade na sua vida sexual?

**Quadro 11 - Questões da Faceta satisfação sexual**

A faceta que recebeu a menor avaliação média foi a Faceta Suporte (Apoio) Social (Quadro 12) a qual diz respeito ao quanto o indivíduo está satisfeito com a relação e o apoio que recebe dos amigos e familiares para vencer os desafios diários, com escore médio de 70,72% o que indica uma posição **intermediária de satisfação**.

O estudo exploratório demonstrou que esta avaliação inferior pode ser consequência do horário de trabalho destes colaboradores e estar relacionado ao fato da empresa trabalhar no sistema de “3 turnos”. Fischer (1989) afirma que um trabalhador em turnos alternantes e/ou em turnos fixos noturnos está sempre mudando seu horário de dormir e acordar, de se alimentar e de lazer, em função da mudança de seus horários de trabalho e isto pode levá-lo a ter sua saúde debilitada

Para estes trabalhadores o desenvolvimento das atividades, muitas vezes, acontece na contramão da sociedade, impulsionando-os a abdicar de momentos com a família, a trabalhar em momentos que seriam de repouso e a expor-se a situações de alta demanda física e mental. Além disso, o afastamento constante do convívio familiar e a impossibilidade de atuar no contexto social fazem dos trabalhadores em turnos uma população em desvantagem social. Esta defasagem social existe a partir do momento em que este trabalhador realiza sua atividade profissional fora dos horários ditos "normais" estipulados pela sociedade.

Assim, enquanto seus familiares e amigos desempenham suas atividades habituais, este trabalhador, muitas vezes, encontra-se em casa, longe deste convívio e vice-versa. Isto o torna um indivíduo em desvantagem perante aqueles trabalhadores que podem manter, cotidianamente, estes relacionamentos. Este contínuo distanciamento pode contribuir para o incremento do desgaste do

PPGEP - PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ENGENHARIA DE PRODUÇÃO

trabalhador, uma vez que se apresenta como uma fonte de sofrimento (angústia) permanente.

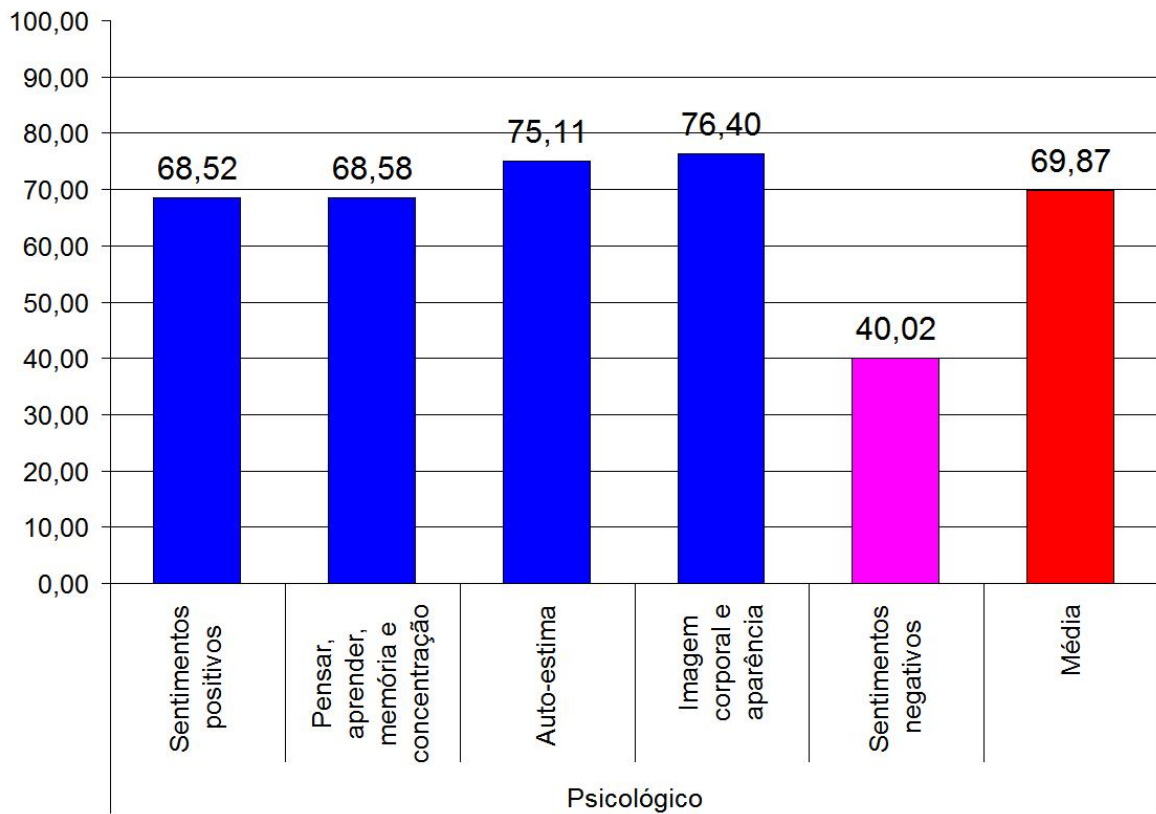
A faceta Suporte (Apoio) Social refere-se à 5ª categoria de Walton (1973) Integração Social na organização, em relação ao grau de relacionamento marcado pelo auxílio recíproco, apoio sócio-emocional, abertura interpessoal e respeito às individualidades.

Faceta	Nº	Pergunta
F14.1	44	Você consegue dos outros o apoio que necessita?
F14.2	45	Em que medida você pode contar com amigos quando precisa deles?
F14.3	66	Quão satisfeito(a) você está com o apoio que você recebe de sua família?
F14.4	67	Quão satisfeito(a) você está com o apoio que você recebe de seus amigos?

**Quadro 12 - Questões da Faceta Suporte (Apoio) Social**

#### 4.1.5 Domínio Psicológico

No Domínio Psicológico são avaliadas as condições afetivas e cognitivas através da análise dos sentimentos positivos (contentamento com a vida, otimismo), à memória, concentração, aprendizagem, capacidade de tomar decisões, à auto-estima (valorização e satisfação consigo mesmo), à aparência física e os sentimentos negativos. Este Domínio apresentou um escore de 69,87% o que representou a quarta melhor média, o que representa uma **posição intermediária de satisfação** (gráfico 6). As facetas obtiveram escores médios entre 76,40% e 40,02%. Os melhores escores foram a Imagem corporal e aparência com 76,40%, Auto estima com 75,11% (Gráfico 6).



**Gráfico 6 – Domínio Psicológico**

Faceta
Sentimentos positivos
Pensar, aprender, memória e concentração
Auto-estima
Imagem corporal e aparência
Sentimentos negativos

**Quadro 13 - Facetas do Domínio Psicológico**

Na faceta Sentimentos Positivos são discutidos fatores que podem interferir de algum modo nas aspirações em relação à situação de vida dos colaboradores entrevistados, com que intensidade aproveita a vida, o nível de contentamento, de otimismo em relação ao futuro e se experimenta sentimentos positivos em sua vida (Quadro 14). Esta faceta obteve score médio de 68,52% o que representa uma **posição intermediária de satisfação**.

Faceta	Nº	Pergunta
F4.1	8	O quanto você aproveita a vida?
F4.2	87	Em geral, você se sente contente?
F4.3	9	Quão otimista você se sente em relação ao futuro?
F4.4	10	O quanto você experimenta sentimentos positivos em sua vida?

**Quadro 14 - Questões da Faceta Sentimentos Positivos**

A Faceta Pensar, aprender, memória e concentração têm relação com a memória, com a capacidade de aprender novas informações, com a concentração e com a capacidade de tomar decisões (Quadro 15). Esta faceta apresentou uma média de 68,58% representando uma **posição intermediária de satisfação**.

Faceta	Nº	Pergunta
F5.1	84	Como você avaliaria sua memória?
F5.2	58	Quão satisfeito(a) você está com a sua capacidade de aprender novas informações?
F5.3	11	O quanto você consegue se concentrar?
F5.4	59	Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade de tomar decisões?

**Quadro 15 - Questões da Faceta Pensar, Aprender, Memória e Concentração**

A terceira faceta do Domínio Psicológico é a Auto-estima, refere-se à valorização pessoal, à auto confiança e com a satisfação consigo mesmo e com suas capacidades (Quadro 16). A média de 75,11% indica que os entrevistados demonstram uma posição de **satisfação** em relação a esta Faceta. Cabe ressaltar que levando em conta o erro padrão (Apêndice D), o qual para esta faceta é de 1,25% tanto para mais quanto para menos, o escore poderia variar entre: 73,86% a 76,36%. Neste caso apenas o menor escore (73,86%) classificaria esta faceta em um nível **intermediário de satisfação**, porém para este trabalho será utilizada a média de 75,11%.



A faceta Auto-estima refere-se à 5ª categoria de Walton (1973) a qual objetiva mensurar o grau de satisfação com relação à QVT em relação às possibilidades de igualdades perante a organização, isenção de preconceitos, igualdade de oportunidades, senso comunitário, a possibilidade de ascendência e os relacionamentos interpessoais.

Faceta	Nº	Pergunta
F6.1	12	O quanto você se valoriza?
F6.2	13	Quanta confiança você tem em si mesmo?
F6.3	60	Quão satisfeito(a) você está consigo mesmo?
F6.4	61	Quão satisfeito(a) você está com suas capacidades?

**Quadro 16 - Questões da Faceta Auto-estima**

A Faceta Imagem Corporal e Aparência avalia a capacidade do indivíduo aceitar a aparência física. Esta faceta obteve o maior escore médio do Domínio Psicológico, 76,40%, o que demonstrou uma posição de **satisfação**. Levando em conta o erro padrão, o qual para esta faceta é de 1,55% tanto para mais, quanto para menos, o escore poderia variar entre: 74,85% a 77,95%, o que não alteraria significativamente o resultado apresentado (Apêndice D).

Faceta	Nº	Pergunta
F7.1	41	Você é capaz de aceitar a sua aparência física?
F7.2	14	Você se sente inibido(a) por sua aparência?
F7.3	15	Há alguma coisa em sua aparência que faz você não se sentir bem?
F7.4	62	Quão satisfeito(a) você está com a aparência de seu corpo?

**Quadro 17 – Questões da Faceta Imagem Corporal e Aparência**

A última faceta do Domínio Psicológico é a Sentimentos Negativos<sup>2</sup> a que se refere aos sentimentos como mau humor, preocupação, tristeza, depressão e como estes sentimentos interferem no dia-a-dia. Esta é uma questão inversa, quanto menor seu escore melhor é sua avaliação. Com uma média de 40,02%, esta Faceta indica uma **posição intermediária de satisfação**.

Faceta	Nº	Pergunta
F8.1	88	Com que frequência você tem sentimentos negativos - tais como mau humor-desespero-ansiedade-depressão?
F8.2	16	Quão preocupado(a) você se sente?
F8.3	17	Quanto algum sentimento de tristeza ou depressão interfere no seu dia-a-dia?
F8.4	18	O quanto algum sentimento de depressão lhe incomoda?

**Quadro 18 – Questões da Faceta Sentimentos Negativos**

Como foi mostrado, este Domínio diz respeito ao fator psicológico, levanta informações sobre a presença de sentimentos positivos e negativos; pensamento, aprendizagem, memória e concentração; auto-estima, imagem corporal e aparência.

Pautados na visão biopsicossocial no enfoque de Limongi-França (2004) pode-se afirmar que este Domínio está relacionado diretamente com a QVT, dentro de sua dimensão psicológica a autora refere-se aos processos afetivos, emocionais e de raciocínio, conscientes ou inconscientes, que formam a personalidade de cada pessoa e seu modo de perceber e de posicionar-se diante das demais pessoas e das circunstâncias que vivencia.

Por sua vez os sentimentos negativos têm relação com a abordagem psicodinâmica do trabalho desenvolvida por Dejours (1992), pois segundo este autor o trabalho também pode ser gerador de sofrimento. Esse sofrimento surge quando a relação entre o homem e a organização do trabalho está bloqueada, quando o

<sup>2</sup> Por ser a Faceta Sentimentos Negativos uma questão pejorativa, para se encontrar a média desse domínio utilizou-se a equação apresentada na seção 3.2.1:

$$MD = \frac{(100 - FN) + \sum FP}{NF}$$

trabalhador passa a utilizar o máximo de sua capacidade intelectual e psicoafetiva, de aprendizagem e de adaptação, passando a sentir-se desgastado e sem possibilidade de ver sua realidade, de forma a não gerar prazer.

#### 4.1.6 Domínio Meio Ambiente

Neste Domínio são levantados fatores externos, que não se relacionam diretamente com a saúde dos entrevistados, mas aqueles que direta ou indiretamente interferem na sua QV. As oito Facetas do Domínio Meio Ambiente abordam fatores como: segurança física e proteção, ambiente no lar, recursos financeiros, cuidados de saúde e sociais: disponibilidade e qualidade, oportunidade de adquirir novas informações e habilidades, participação e oportunidades de recreação e lazer, ambiente físico: poluição, ruído, trânsito e clima, transporte (Quadro 19). Quando comparado aos demais domínios, o domínio Meio Ambiente foi o que obteve o segundo menor escore médio e foi avaliado como uma posição **intermediaária de satisfação**, com uma média de 61,26%. Os escores das facetas deste domínio variam entre 72,78% e 50,44% (gráfico 7).

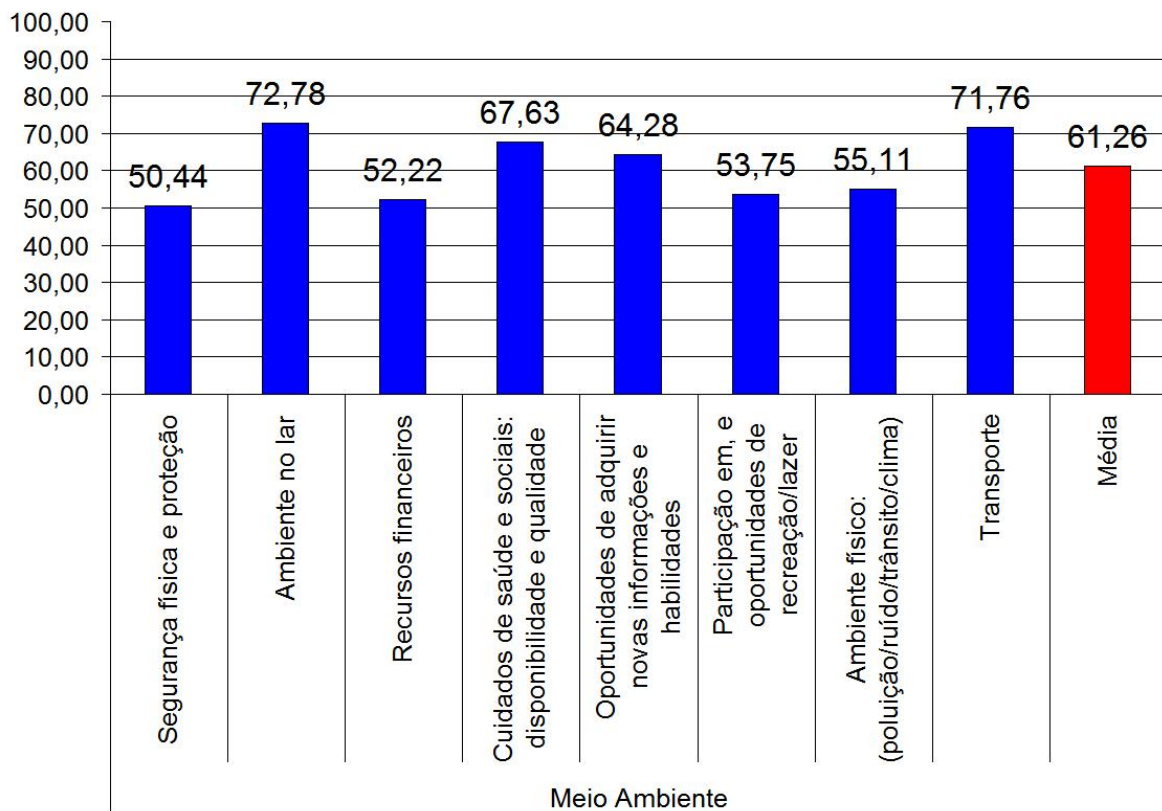


Gráfico 7 – Domínio Meio Ambiente

Faceta
Segurança física e proteção
Ambiente no lar
Recursos financeiros
Cuidados de saúde e sociais: disponibilidade e qualidade
Oportunidades de adquirir novas informações e habilidades
Participação em, e oportunidades de recreação/lazer
Ambiente físico: (poluição/ruído/trânsito/clima)
Transporte.

**Quadro 19 - Facetas do Domínio Meio Ambiente**

A primeira faceta a ser apresentada recebeu a melhor avaliação dos entrevistados, com 72,78% o Ambiente no lar apresenta uma posição **intermediária de satisfação**. Esta Faceta questiona as condições de moradia, buscando saber se o lugar onde mora é confortável e corresponde às necessidades e se as condições são satisfatórias (Quadro 20).

Resultados comparáveis podem se vistos nos trabalhos de Salles (2005) e Rosa (2006). Em Salles (2005) a faceta Ambiente no Lar foi a que apresentou a maior média no Domínio Meio Ambiente, os entrevistados consideraram-se “satisfeitos” com as condições e as características do lugar onde moram. Em Rosa (2006) esta faceta também apareceu como maior média entre os componentes deste domínio, com o percentual de 56,56% o que aponta para uma posição intermediária, onde os entrevistados não se sentem satisfeitos, nem insatisfeitos com as condições do local onde moram. Moraes (2006) considera esta faceta como sendo de muita importância “por ser o ambiente do lar, o local onde o ser humano busca se refazer, tanto física, como emocionalmente, refletindo conseqüentemente em sua QV”, corroborando com esta idéia Kluthcovsky (2005, p.97) afirma que “se considerarmos que o ambiente no lar é o local onde a pessoa descansa e pode compartilhar com os demais familiares os sentimentos, dificuldades, conquistas, problemas, etc., e até ser um lugar de refúgio das tensões do dia-a-dia”.

Faceta	Nº	Pergunta
F17.1	30	Quão confortável é o lugar onde você mora?
F17.2	46	Em que medida as características de seu lar correspondem às suas necessidades?
F17.3	70	Quão satisfeito(a) você está com as condições do local onde mora?
F17.4	31	O quanto você gosta de onde você mora?

**Quadro 20 - Questões da Faceta Ambiente no Lar**

A Faceta Transporte representa a segunda maior média e as questões desta faceta abordam os meios de transportes no que diz respeito à satisfação e problemas (Quadro 21). Com a média de 71,76% este Domínio apresenta uma avaliação **intermediária de satisfação**. Para Salles (2005), a QV tem interferência de fatores objetivos, dentre os quais, o acesso a determinados bens e serviços, como o transporte pode contribuir para uma melhor ou pior QV. Santos et al. (2002), Adriano et al, (2000) e Nahas (2001) citam o transporte como sendo parte integrante do cotidiano de uma população e que a QV resulta da combinação de uma rede de fenômenos como trabalho, educação, alimentação adequada, serviços de saúde, saneamento básico, habitação, segurança, dentre os quais o acesso a meios de transportes adequados faz parte.

O estudo exploratório demonstrou que esta avaliação **intermediária de satisfação** com a média de 71,76% pontos percentuais representando a segunda maior média do Domínio Meio Ambiente, pode ser reflexo do transporte entre a moradia e o local de trabalho que é oferecido pela empresa o qual utiliza uma logística que tem como intenção buscar e deixar o colaborador o mais próximo de sua residência assim evitando que este dependa da utilização de transporte público ou até mesmo privado.

Faceta	Nº	Pergunta
F23.1	52	Em que medida você tem meios de transporte adequados?
F23.2	38	Em que medida você tem problemas com transporte?
F23.3	79	Quão satisfeito(a) você está com o seu meio de transporte?
F23.4	39	O quanto as dificuldades de transporte dificultam sua vida?

**Quadro 21 - Questões da Faceta Transportes**

Com a terceira melhor média do Domínio Meio Ambiente, a Faceta Cuidados de saúde e sociais (disponibilidade e qualidade) diz respeito ao acesso aos cuidados médicos e se os serviços de assistência social e de saúde são satisfatórios (Quadro 22). Esta faceta teve avaliação **intermediária de satisfação**, com uma média de 67,63%.

A existência de dificuldades ao acesso a serviços de assistência social e de saúde, podem sem dúvida, ser um fator que afeta negativamente a QV. Para Rosa (2006, p.85) essas dificuldades podem ocasionar “até mesmo descontentamento e desinteresse por parte dos trabalhadores, dias de trabalho perdidos e, conseqüentemente, quebras na produção”, o que pode repercutir de forma negativa para a empresa.

A empresa pesquisada desenvolve ações responsáveis no que diz respeito à Faceta Cuidados de saúde e sociais, oferecendo plano médico e odontológico a seus colaboradores bem como a existência de um setor específico para cuidar da saúde do trabalhador disponibilizando profissionais da área de Medicina Ocupacional.

Faceta	Nº	Pergunta
F19.1	34	Quão facilmente você tem acesso a bons cuidados médicos?
F19.2	85	Como você avaliaria a qualidade dos serviços de assistência social disponíveis para você?
F19.3	72	Quão satisfeito(a) você está com o seu acesso aos serviços de saúde?
F19.4	73	Quão satisfeito(a) você está com os serviços de assistência social?

**Quadro 22 - Questões da Faceta Cuidados de Saúde e Sociais: Disponibilidade e Qualidade**

As questões da faceta Oportunidade de adquirir novas informações e habilidades buscam saber junto aos entrevistados se as informações que necessitam estão disponíveis ou se possuem oportunidades de adquiri-las bem como adquirir novas habilidades. Com relação a esta Faceta pode-se dizer que a falta de oportunidade para o crescimento pessoal pode refletir diretamente no ambiente organizacional sendo ainda um fator limitador para a motivação o que pode interferir negativamente na QV do trabalhador dentro da empresa (Rosa, 2006).

São vários os motivos que levam as pessoas a buscarem novos conhecimentos e habilidades, o desejo de crescimento pessoal e profissional bem como a demanda do mercado por profissionais “polivalentes”. Este profissional polivalente é apresentado por Salles (2005) não apenas como o indivíduo que sabe diversas coisas, mas aquele que tem capacidade de resolver problemas, capaz de pesquisar, julgar, analisar informações e ainda transferir aprendizagem. O conhecimento tem sido a mola propulsora da atualidade o que exige um “profissional que saiba ser, pensar, fazer e para tanto, as facilidades em adquirir novas habilidades e conhecimento facilitarão sobremaneira o que tem sido exigido” (SALLES, 2005, p. 69).

A faceta Oportunidade de adquirir novas informações e habilidades teve 64,28% pontos percentuais de média indicando uma posição **intermediária de satisfação**.

Faceta	Nº	Pergunta
F20.1	48	Quão disponível para você estão as informações que precisa no seu dia-a-dia?
F20.2	49	Em que medida você tem oportunidades de adquirir informações que considera necessárias?
F20.3	74	Quão satisfeito(a) você está com as suas oportunidades de adquirir novas habilidades?
F20.4	75	Quão satisfeito(a) você está com as suas oportunidades de obter novas informações?

**Quadro 23 - Questões da Faceta Oportunidades de Adquirir Novas Informações e Habilidades**

O Ambiente físico: poluição/ruído/trânsito/clima representa a Faceta que avalia as condições do ambiente em que vivem tanto no lar quanto no trabalho. Com relação ao ambiente físico no trabalho, Rosa (2006) considera que um ambiente saudável é aquele que oferece condições de segurança em relação a riscos de acidente ou doenças. O autor ressalta ainda que ações como melhorias nos arranjos físicos, o oferecimento e utilização de equipamentos de proteção individual e coletiva tende a melhorar a QV dos empregados.

Com 55,11% de média os entrevistados mostram uma posição **intermediária de satisfação**. Tal resultado pode advir do fato de que esta faceta avalie não só o ambiente laboral, mas também o ambiente em que o colaborador entrevistado vive.

A pesquisa exploratória mostrou que empresa pesquisada desenvolve práticas que visam proporcionar um ambiente de trabalho seguro e saudável através de melhorias nas instalações da empresa com o intuito de minimizar o risco de acidentes e de ações que promovam a prevenção de doenças ocupacionais. Para tanto existe um setor específico de Segurança do trabalho o qual oferece e cobra a utilização de Equipamentos de segurança, realiza a análise ergonômica além de promover palestras e semanas temáticas.

Esta faceta tem relação com a 2ª categoria de Walton (1973) Condição de saúde e segurança no trabalho, especificamente com os seguintes critérios: ambiente saudável, ambiente físico e condições físicas de trabalho.



Faceta	Nº	Pergunta
F22.1	36	Quão saudável é o seu ambiente físico (clima-barulho-poluição-atrativos)?
F22.2	37	Quão preocupado(a) você está com o barulho na área que você vive?
F22.3	77	Quão satisfeito(a) você está com o seu ambiente físico (poluição-clima-barulho-atrativos)?
F22.4	78	Quão satisfeito(a) você está com o clima do lugar em que vive?

**Quadro 24 - Questões da Faceta Ambiente Físico: (Poluição/Ruído/Trânsito/Clima)**

Na Faceta Participação em, e oportunidades de recreação/lazer, são discutidas as oportunidades e participação nas atividades de lazer e recreação e ainda como os entrevistados usam seu tempo livre (Quadro 24). A média de 53,75% indica que os entrevistados demonstram uma posição **intermediária de satisfação** em relação a esta Faceta.

O lazer vem sendo considerado cada dia que passa uma necessidade e não apenas um privilégio para poucos, para Salles (2005, p. 91),

[...] mesmo numa sociedade como a brasileira, marcada por profundos contrastes socioeconômicos, com uma imensa população carente, cada vez mais o lazer deixa de ser pensado como privilégio ou acessório, passando a ser encarado como direito de todos e parte constitutiva de modos culturalmente diferenciados de vida.

Por outro lado o estilo de vida atual sofre influências deletérias típicas do modo de vida urbano, do excesso de trabalho e da industrialização, que diminuem ou impedem que o indivíduo usufrua de maneira satisfatória de seu tempo livre no que diz respeito à família, lazer e atividade física. Segundo Silva (2006) esta realidade gera conseqüências que influenciam não só o estilo de vida, mas também propiciam uma diminuição da qualidade de vida dos indivíduos. Este quadro pode agravar-se ainda mais se somar aos fatores citados a pouco, à violência urbana, a diminuição do poder aquisitivo, a ausência de áreas específicas de lazer e espaços para prática esportiva.

Dejours (1994) contribui com esta discussão ao citar que o custo das atividades fora do trabalho, entre as quais se encontra o lazer, bem como o tempo

absorvido por atividades inelásticas como tarefas domésticas e deslocamento são entraves na vida do trabalhador no que diz respeito à organização de seu lazer.

Algumas empresas já despertaram para essa realidade e vêm investindo de forma significativa no fator humano. Para Salles (2005) estas empresas chegaram à conclusão de que pensar no social e no trabalhador traz resultados tanto para empregados quanto para empregadores. Sendo assim programas voltados à saúde e bem-estar do trabalhador vêm sendo implantados dentro das empresas, ações que buscam melhorias na alimentação, projetos de detecção precoce de problemas na saúde, programas sociais, programas de atividades físicas e de lazer.

A empresa pesquisada não possui um setor ou programas específicos para tratar das atividades que compõem a faceta Participação em, e Oportunidades de Recreação/Lazer, mas algumas ações sinalizam interesse nesta direção. A empresa reserva um horário para prática esportiva em Ginásio de esportes, promove confraternizações em datas especiais como festas de final de ano e aniversários e ainda disponibiliza um espaço em sua planta onde os colaboradores assistem televisão e podem jogar tênis de mesa, além de outros jogos.

Esta faceta tem relação com a 7ª categoria de Walton (1973) Trabalho e espaço total de vida. Os indicadores desta categoria referenciam o equilíbrio entre o horário de trabalho e o convívio com a família, bem como as oportunidades de lazer, atividades estas desenvolvidas predominantemente no tempo livre.

A Escola Organizacional de Limongi-França (2004) também se relaciona com esta faceta, pois dentro de seu conjunto de contribuições o tempo livre é destacado como um espaço de desenvolvimento cultural, hábitos de lazer e esporte.

Faceta	Nº	Pergunta
F21.1	50	Em que medida você tem oportunidades de atividades de lazer?
F21.2	51	Quanto você é capaz de relaxar e curtir você mesmo?
F21.3	35	O quanto você aproveita o seu tempo livre?
F21.4	76	Quão satisfeito(a) você está com a maneira de usar o seu tempo livre?

**Quadro 25 - Questões da Faceta Participação em, e Oportunidades de Recreação/Lazer**

A Faceta Recursos Financeiros tem relação com o dinheiro. As questões mostram se o entrevistado tem dinheiro suficiente para satisfazer as suas necessidades, se passa por dificuldades financeiras, o quanto isto lhe preocupa ou lhe satisfaz. Esta faceta apresentou uma média de 52,22%, representando uma **posição intermediária de satisfação**.

Dados semelhantes foram encontrados por Rosa (2006), onde 50,31% dos respondentes apontam para uma avaliação nem ruim, nem boa ou que nem estão satisfeitos e nem insatisfeitos com relação à faceta Recursos Financeiros. No que diz respeito a esta faceta o mesmo autor destaca ser a baixa remuneração um dos aspectos que trazem insatisfação, o que interfere diretamente na QV.

De acordo com Detoni (2001) a QV nas organizações pode ser mensurada de duas formas, através da maneira objetiva e da maneira subjetiva. O autor destaca que dentre as objetivas o salário é um dos fatores que pode produzir insatisfação. Podestá Junior (2002, p. 23) apresenta o salário como um dos fatores que “precisam ser constantemente satisfeitos, já que sua satisfação só é considerada por um curto espaço de tempo, uma vez que a partir do momento que os indivíduos vêm essa situação satisfeita, passam a incorporá-la como normal”. O mesmo autor comenta que os resultados obtidos em sua pesquisa corroboram “com a tradicional frase de que o salário propriamente dito não é fator motivador/incentivador” (PODESTÁ JUNIOR, 2002, p. 58), destaca ainda que se deve dar importância ao reconhecimento, à realização profissional como fatores de alta motivação.

Com relação ao salário Dejours (1994), percebe a sua influência em duas direções. A primeira diz respeito às ações diretas, referentes ao sustento da família e o pagamento de dívidas. A segunda refere-se ao que o salário pode proporcionar através da realização de sonhos e projetos possíveis. Em relação a isto Rosa (2006) comenta que são poucos os trabalhadores e trabalhadoras que têm condições financeiras satisfatórias para organizar o seu lazer de acordo com seus desejos. O autor relaciona os sonhos e fantasias as necessidades inerentes ao sustento da família e ao pagamento de dívidas.

A empresa pesquisada não disponibilizou dados referentes a valores salariais, mas segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (2004), mais de um quarto das famílias brasileiras têm dificuldades financeiras, o que acarreta

problemas ao verificar que invariavelmente o valor médio das despesas é maior que os seus proventos (SALLES, 2005).

Com relação à QVT esta faceta relaciona-se com a 1ª categoria de Walton (1973) **Compensação satisfatória e adequada**, esta categoria tem por objetivo mensurar a QVT no que diz respeito à remuneração recebida pelo trabalho realizado.

Faceta	Nº	Pergunta
F18.1	47	Você tem dinheiro suficiente para satisfazer suas necessidades?
F18.2	32	Você tem dificuldades financeiras?
F18.3	71	Quão satisfeito(a) você está com sua situação financeira?
F18.4	33	O quanto você se preocupa com dinheiro?

**Quadro 26 - Questões da Faceta Recursos Financeiros**

A faceta que recebeu a menor avaliação média do Domínio Meio Ambiente foi a Segurança física e proteção, a qual diz respeito ao quanto o indivíduo está satisfeito com relação à segurança do ambiente em que vive. Com o escore médio de 50,44% os entrevistados indicaram uma posição **intermediária de satisfação**.

No estudo de Rosa (2006), os entrevistados demonstraram através dos 39,38% pontos percentuais, não estarem satisfeitos nem insatisfeitos com as questões levantadas por esta faceta, destacando principalmente a preocupação com a segurança. Já no trabalho de Salles (2005) esta faceta apresentou um dos três mais baixos escores dentro domínio Meio Ambiente.

Segundo Sales (2005, p.66), resultados como estes são reflexos das condições atuais de violência existentes no Brasil:

Tais resultados podem advir da realidade de preocupação com as condições atuais de violência existente em nosso país. De um modo geral, historicamente o Brasil não tem sofrido com catástrofes sérias, diferentemente de outros países que são acometidos por situações como terremotos, guerras frequentes, atentados, etc. Por outro lado, temos uma condição agravante e preocupante, representada pela crescente violência e que tende a influenciar na QV das pessoas.

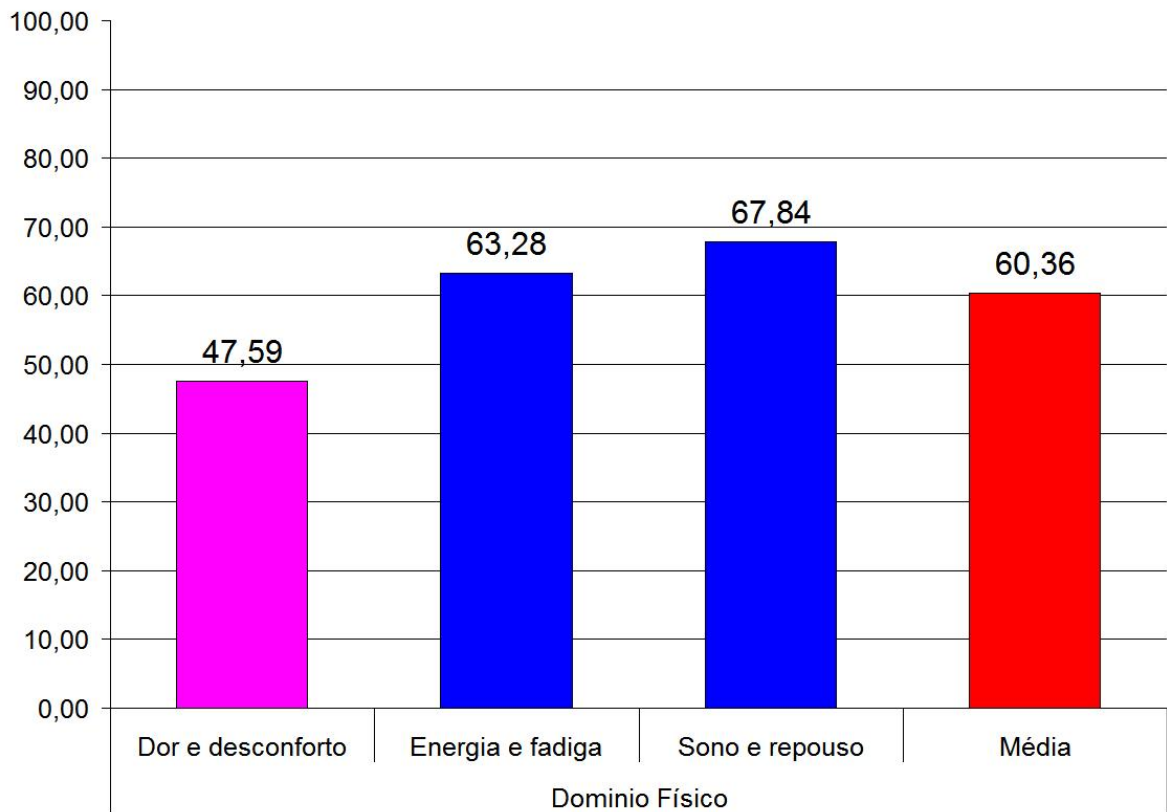
A violência faz com que a sociedade viva hoje em um perene sentimento de medo, a insegurança no país pode ser considerada gravíssima, tanto pelas altas taxas de criminalidade, como pelos níveis de violência envolvida. Na opinião de Kluthcovsky (2005), o crescimento da criminalidade é consequência da soma da exclusão social à degradação institucional. Isto afeta toda a população, alterando o cotidiano das pessoas independentemente de classe, credo, religião, estado civil e sexo, tendo como as maiores vítimas os indivíduos pertencentes às classes sociais menos favorecidas.

Faceta	Nº	Pergunta
F16.1	27	Quão seguro(a) você se sente em sua vida diária?
F16.2	28	Você acha que vive em um ambiente seguro?
F16.3	29	O quanto você se preocupa com sua segurança?
F16.4	69	Quão satisfeito(a) você está com a sua segurança física (assaltos- incêndios- etc.)?

**Quadro 27 - Questões da Faceta Segurança Física e Proteção**

#### 4.1.7 Domínio Físico

O domínio físico apresentou-se como o sexto (6<sup>a</sup>) escore médio entre os domínios, 60,36% (Gráfico 8). Este Domínio questiona sobre sua condição física e sobre fatores que possam interferir nesta condição. É composta pelas facetas dor e desconforto, energia e fadiga, sono e repouso (Quadro 28). As facetas deste domínio apresentaram escores entre 67,84% e 47,59%. Demonstrando desta forma uma avaliação **intermediária de satisfação** dos colaboradores quanto a este domínio.



**Gráfico 8 - Domínio Físico**

Faceta
Dor e desconforto
Energia e fadiga
Sono e repouso

**Quadro 28 - Facetas do Domínio Físico**

A faceta referente ao Sono e repouso foi a que obteve o maior escore médio neste domínio com 67,84%. Esta faceta avalia o sono, as dificuldades para dormir, se o indivíduo está satisfeito com o sono ou se está tendo algum problema com o sono. Faceta indica uma **posição intermediária de satisfação**.

Faceta	Nº	Pergunta
F3.1	83	Como você avaliaria o seu sono?
F3.2	6	Você tem alguma dificuldade para dormir (com o sono)?
F3.3	57	Quão satisfeito(a) você está com o seu sono?
F3.4	7	O quanto algum problema com o sono lhe preocupa?

**Quadro 29 - Questões da Faceta Sono e Repouso**

A segunda faceta é relacionada à Energia e Fadiga. Os dados indicam se o entrevistado tem energia suficiente para cumprir as tarefas de seu dia-a-dia, se fica cansado e o quanto este cansaço o incomoda (Quadro 30). Com escore médio de 63,28%, esta Faceta indica uma **posição intermediária de satisfação**.

Faceta	Nº	Pergunta
F2.1	40	Você tem energia suficiente para o seu dia-a-dia?
F2.2	4	Quão facilmente você fica cansado(a)?
F2.3	56	Quão satisfeito(a) você está com a energia (disposição) que você tem?
F2.4	5	O quanto você se sente incomodado(a) pelo cansaço?

**Quadro 30 - Questões da Faceta Energia e Fadiga**

Por fim, apresenta-se a Faceta Dor e Desconforto<sup>3</sup> que contempla o bem-estar físico. Nela são questionados com que frequência o entrevistado sente dor física, o quanto este está preocupado,, se tem dificuldade de lidar com a dor e desconforto e, quanto a dor o impede de fazer o que precisa (Quadro 31). A média de 47,59% indica que os entrevistados demonstram uma **posição intermediária de satisfação** em relação a esta Faceta. Cabe lembrar que esta é uma faceta inversa, ao contrário das outras, quanto menor o valor mais positivo ele se torna.

---

<sup>3</sup> Por ser a Faceta Dor e Desconforto uma questão pejorativa, para se encontrar a média desse domínio utilizou-se a equação apresentada na seção 3.2.1:

$$MD = \frac{(100 - FN) + \sum FP}{NF}$$

Faceta	No.	Pergunta
F1.1	86	Com que frequência você sente dor (física)?
F1.2	1	Você se preocupa com sua dor ou desconforto (físicos)?
F1.3	2	Quão difícil é para você lidar com alguma dor ou desconforto?
F1.4	3	Em que medida você acha que sua dor (física) impede você de fazer o que você precisa?

**Quadro 31 – Questões da Faceta Dor e Desconforto**

Esta avaliação **intermediária de satisfação** pode ser conseqüência do horário de trabalho destes colaboradores segundo o que apresentou o estudo exploratório. A empresa trabalha no sistema de “3 turnos” e como já foi comentado no Domínio Relações Sociais, o trabalhador em turnos alternantes e/ou em turnos fixos noturnos está sempre mudando seu horário de dormir e acordar, de se alimentar e de lazer, em função da mudança de seus horários de trabalho e isto pode levá-lo a ter sua saúde debilitada (FISCHER 1989).

Trabalhadores em turnos noturnos de acordo com Koller e Machado (1992) estão sujeitos aos riscos ergonômicos específicos desta jornada. Tais riscos podem ser decorrentes da falta de sincronismo entre o ritmo circadiano<sup>4</sup> e a atividade física, ou seja, à noite quando o ritmo circadiano está baixo, a atividade física está alta; e durante o dia, quando o ritmo circadiano está alto, a atividade física está baixa. Em conseqüência desta falta de sincronismo, ocorrem manifestações como: cansaço, aumentando a sensação de mal-estar durante o período noturno; diminuição do apetite e redução do período de sono, de 4 a 6 horas durante as 24 horas.

Segundo Couto (1978), estas manifestações podem ser reduzidas ou até mesmo desaparecerem após um período chamado de adaptação ao trabalho noturno. Contudo esta adaptação depende de cada indivíduo, podendo às vezes, não regredir e sim, tornar-se mais insalubre. Ainda Couto (1978) evidencia como efeitos da privação total ou parcial do sono, uma deteriorização mais ou menos importantes das funções cognitivas, diminuindo a capacidade de audição, rapidez, precisão e memorização, alegando que quanto maior o sono, menor a vigilância.

---

<sup>4</sup> Ritmo circadiano: “Relógio’ biológico ou ritmo de um organismo, tal qual como ciclo natural de acordar-dormir em um período de 24 horas. A mudança do ritmo pode afetar as funções biológicas, mental e comportamental” (BARBANTI, 1994, P. 259)



## 4.2 Entrevista

Após a exposição dos resultados obtidos através do questionário *WHOQOL-100*, o qual mostrou que a faceta 21 foi uma das que tiveram menor escore médio no domínio meio ambiente achou-se necessário criar outro instrumento para avaliar os fatores relacionados a esta faceta, para tanto tornou-se necessária a utilização de uma entrevista para uma melhor percepção da realidade existente em relação às atividades de tempo livre bem como quais os hábitos de lazer desenvolvidos por este grupo.

Como já apresentado na seção 4.1.6, a Faceta Participação em, e oportunidades de recreação/lazer, a Faceta 21, discute as oportunidades de participação nas atividades de lazer e recreação, bem como a utilização do tempo livre. As perguntas que compõem esta faceta já foram apresentadas no Quadro 25. Com média de 53,75% indica que os entrevistados demonstram uma posição **intermediária de satisfação** em relação a esta Faceta.

Buscando conhecer a rotina diária destes colaboradores entrevistados foram formuladas perguntas que objetivavam levantavam questões diretamente relacionadas ao seu dia-a-dia, ao seu passado, às atividades de lazer e sobre as práticas da empresa no que diz respeito às oportunidades de lazer, para que a partir disso fosse possível conhecer a realidade existente em seu tempo livre e quais as atividades de lazer desenvolvidos por este grupo.

O procedimento utilizado para a coleta de dados foi o da entrevista semi-estruturada, através de um formulário composto por seis perguntas abertas (Apêndice B). A amostra para a entrevista foi selecionada a partir dos resultados do questionário *WHOQOL-100*, mais especificamente da Faceta 21, a qual faz parte do Domínio Meio Ambiente. Foram selecionados 10 colaboradores os quais foram distribuídos em dois grupos de referência, sendo o primeiro grupo composto pelas cinco menores médias obtidas na Faceta 21 (**Grupo de menores médias**) e no segundo grupo é representados pelas cinco maiores médias (**Grupo de maiores médias**) obtidas na mesma Faceta.

A seguir serão apresentadas as questões formuladas e os quadros demonstrativos criados da decomposição do conjunto de mensagem através das respostas da entrevista. Neste momento para apresentar os pontos que se

destacaram nas falas dos entrevistados passa-se utilizar a – frase ou oração - como unidades de registro .

A primeira proposta (P1) foi nos seguintes termos: - **Gostaria que você me contasse como é sua vida.** – Esta questão buscou levantar como era a rotina de vida do entrevistado, permitindo-lhe refletir sobre suas atividades sem direcionamento nem orientação, sem criar determinantes que viessem inibir a sua liberdade de expressão, permitindo assim ao pesquisador o ingresso em seu universo pessoal.

<b>GRUPO 1 – MENORES MÉDIAS</b>	
<b>Pergunta 1 (P1) - Gostaria que você me contasse como é sua vida?</b>	
<b>Identificação</b>	<b>Pontos que se destacaram nas falas dos entrevistados</b>
<b>E1</b>	-capoeira; arrumo minhas coisas, lavo roupa, limpo a casa, cuido das minhas coisas; -Assisto televisão, leio um livro; <u>Sábado / Domingo:</u> pagar uma conta, compras, no salão, vou na casa do mau pai; amigos que se reúnem, churrasco, ajeito a casa; loco alguns filmes; às vezes acontece de ter uma festinha.
<b>E2</b>	- trabalho, universidade, pouco tempo para fazer alguma coisa diferente; tomo banho, descansar; <u>Sábado / Domingo:</u> - casa da sogra (sítio), casa do pai
<b>E3</b>	- banco, no mercado; ajudo minha mulher fazer almoço, assisto televisão.; <u>Sábado / Domingo:</u> sítio do pai, visitar parentes, sair com minha mulher, comer fora.; - churrasco, atirar com irmãos, a gente vai pro mato atira, piscina.
<b>E4</b>	- trato minha cachorra, faço mamá pro nenê, ajudo arruma o nenê, fico curtindo o nenê; - a gente sai, aula de inglês, atividades domésticas, internet: estudo, trabalho, inglês e comunicação; <u>Sábado / Domingo:</u> jogo futebol, igreja.
<b>E5</b>	- fico em casa com as meninas, na casa dos meus pais ou na minha sogra; - por causa da demanda de trabalho, aqui tenho ficado muito à noite; pra fazer visita; <u>Sábado / Domingo:</u> - fico com as meninas em casa, almoço na mãe ou na sogra; - à tarde tiro pra ficar com as meninas, ir no Shopping, levar em parquinho ou casa de amiguinha, passear no clube e espero elas brincarem um pouquinho.; - com as filhas: brincar, assistir tv, desenhos, filminhos, dvd, historinhas, brincar com elas: motoquinha, bicicleta, às vezes faço comidinhas, bolo, sobremesa.

**Tabela 5 – P1- Grupo 1**

GRUPO 2 – MAIORES MÉDIAS	
Pergunta 1 (P1) - Gostaria que você me contasse como é sua vida.	
Identificação	Pontos que se destacaram nas falas dos entrevistados
E6	- Dormir, faço almoço, faço lanche, faculdade; <u>Sábado / Domingo:</u> aproveito o resto da tarde: churrasco, vôlei, futebol.
E7	- curtir filha, atividade na casa: lavar calçada, cortar grama, lavar carro; - Visitar sogro, pai, mãe, mercado, panificadora, assistir tv, jornal nacional, novela; <u>Sábado / Domingo:</u> dormir, curtir família, sair ver parente, mercado, atividade na casa; - missa, cochiladinho pra agüentar a noite (domingo à noite vai trabalhar)
E8	- Exercício físico, estudo em casa, faculdade, almoço: Que eu mesmo faço; - jornal, geralmente esporte, notícia, ônibus para o trabalho; <u>Sábado / Domingo:</u> corrida, estudo, assistir esporte, música, missa , às vezes vou pro centro, filme, tv: “uma coisa assim pra dar uma descansada”, internet: esporte, notícia.
E9	- caminhada, corridinha, academia, alimento meus animais, cuidar do jardim, recebo amigos ou então saio, lavar roupas, deixar as coisas em ordem, atender as crianças que chegam da escola; <u>Sábado / Domingo:</u> dormir, cortar grama, limpar o jardim, afazeres domésticos, lazer, caminhar, visitar amigos, jantar, um baile, receber amigos, “a gente sai bastante”, festa, churrasco.
E10	- ver minha filha; cursinho; namorada; pagodão; - com a filha: levo no “Mac”, cinema, piscina de bolinha, “Playce”, toboágua, clube; - namorada: cinema, chopinho, “companhia” (barzinho);

Tabela 6 – P1- Grupo 2

Na segunda Pergunta indagou o seguinte: - **Quais as coisas que você faz fora do horário de trabalho?** – Esta questão teve como objetivo averiguar as atividades desenvolvidas fora do horário de trabalho formal, as atividades de Tempo Livre (ELIAS E DUNNING, 1992) descritas através da teoria Elisiana, utilizada neste trabalho.

GRUPO 1 – MENORES MÉDIAS	
Pergunta 2 (P2) - Quais as coisas que você faz fora do horário de trabalho?	
Identificação	Pontos que se destacaram nas falas dos entrevistados
E1	- reunir com amigos, capoeira.
E2	- muito pouca, aquela coisa de família, esposa e filhos o que faço é em função deles.
E3	- esporte, acampar no final de semana, namorar.
E4	- inglês, ler alguns livros, assisto tv: jornais ,filme no dvd, nenê.
E5	- quase nada a não ser ficar com minhas filhas, nada, sair, ver vitrines, admito que sobra pouco tempo pra isso.

Tabela 7 – P2- Grupo 1

GRUPO 2 – MAIORES MÉDIAS	
Pergunta 2 (P2) - Quais as coisas que você faz fora do horário de trabalho?	
Identificação	Pontos que se destacaram nas falas dos entrevistados
E6	- estudar
E6	- lazer básico que é o cinema, leio, família.
E7	- monografia; em casa ou no CEFET, passeios: chácara, pescar, você tem varias atividades, né, em uma chácara lá”.
E8	- churrasquinho: no final de semana, macarrão, pizza, comer fora, almoçar fora; estudo, filme na locadora ou baixo da internet, supermercado, loja comprar uma coisa, espairecer.
E9	- clube: participação na ala jovem, academia, eventos sociais para angariar fundos, festas, Igreja: recolhendo alimentos, brinquedos;
E10	- internet, chope com os colegas, namorada, Saio jogar: futebol, tênis de mesa, xadrez.

Tabela 8 – P2- Grupo 2

Já na terceira Pergunta investigaram-se quais atividades eram desenvolvidas antigamente e hoje não fazem mais parte de sua vida: - **Quais as coisas que você fazia antigamente e não faz hoje?** - Esta questão teve como objetivo conjecturar a prática das atividades desenvolvidas no passado, para averiguar se estas envolviam prazer pessoal.

<b>GRUPO 1 – MENORES MÉDIAS</b>	
<b>Pergunta 3 (P3) – Quais as coisas que você fazia antigamente e não faz hoje?</b>	
<b>Identificação</b>	<b>Pontos que se destacaram nas falas dos entrevistados</b>
<b>E1</b>	- lia mais, reunir mais com a família.
<b>E2</b>	- Tudo: jogava futebol, vôlei, tênis de mesa.
<b>E3</b>	- mais esportes, jogava vôlei, nadava, musculação;
<b>E4</b>	- sair com amigos: bares, cervejas
<b>E5</b>	- tempo pra fazer um exercício físico, sair com amigos: churrasco, festa.

Tabela 9 – P3- Grupo 1

<b>GRUPO 2 – MAIORES MÉDIAS</b>	
<b>Pergunta 3 (P3) – Quais as coisas que você fazia antigamente e não faz hoje?</b>	
<b>Identificação</b>	<b>Pontos que se destacaram nas falas dos entrevistados</b>
<b>E6</b>	- jogar bola, vivia na quadra, falta tempo.
<b>E7</b>	- pescaria com meu sogro, churrasco com amigos;
<b>E8</b>	- tocar violão, taekwondo, inglês.
<b>E9</b>	- assistir novela.
<b>E10</b>	- ver a filha direto em casa (quando estava casado).

Tabela 10 – P3- Grupo 2

Ainda com relação ao prazer pessoal a Pergunta número quatro foi apresentada da seguinte maneira: - **O que você mais gosta de fazer quando você tem tempo?** – Esta questão não procurou direcionar, mas sim orientar o respondente para respostas que apresentem atividades que lhe provoquem prazer pessoal.

<b>GRUPO 1 – MENORES MÉDIAS</b>	
<b>Pergunta 4 (P4) – O que você gosta de fazer quando você tem tempo?</b>	
<b>Identificação</b>	<b>Pontos que se destacaram nas falas dos entrevistados</b>
<b>E1</b>	- dançar, ir em festa;
<b>E2</b>	- Mais gosto quando tenho tempo, (pausa) eu vou te falá uma coisa que, não é tempo que falta, família, meu pai, minha mãe, meus irmãos (pausa, emoção, lágrimas nos olhos), é, desculpa, (pausa).
<b>E3</b>	- me divertir com a família: caminhada com os irmãos, ouvir música, acampar com os amigos, esporte, me exercitar.
<b>E4</b>	- ficar com a família, sair com a família.
<b>E5</b>	- ler, cinema, cozinhar.

Tabela 11 – P4- Grupo 1

<b>GRUPO 2 – MAIORES MÉDIAS</b>	
<b>Pergunta 4 (P4) – O que você gosta de fazer quando você tem tempo?</b>	
<b>Identificação</b>	<b>Pontos que se destacaram nas falas dos entrevistados</b>
<b>E6</b>	- cozinhar.
<b>E7</b>	- curtir a família, pescar.
<b>E8</b>	- tocar violão, assistir tv, desenho animado (anime).
<b>E9</b>	- caminhar, ler, esporte, orientação, trilha, caiaque, acampar.
<b>E10</b>	- Ah, eu faço de tudo: jogar bola, viajar, pescar.

Tabela 12 – P4- Grupo 2

Na quinta Pergunta: - **Quais as lembranças que você tem das atividades de lazer?** – Objetivou-se averiguar a percepção dos entrevistados em relação ao lazer, saber se as atividades apontadas pelos mesmos podem ser consideradas lazer ao serem confrontadas com a teoria de Elias e Dunning (ELIAS E DUNNING, 1992).

<b>GRUPO 1 – MENORES MÉDIAS</b>	
<b>Pergunta 5 (P5) – Quais as lembranças que você tem das atividades de lazer?</b>	
<b>Identificação</b>	<b>Pontos que se destacaram nas falas dos entrevistados</b>
<b>E1</b>	- jazz, natação, aeróbica;
<b>E2</b>	- jogava: tênis da mesa, bola, futebol, andar de bicicleta, correr com o cachorro na rua, jardim, horta.
<b>E3</b>	- brincava na rua, jogava bola, tempo livre pra brincar.
<b>E4</b>	- ir pra praia, jogar futebol, sair com os amigos.
<b>E5</b>	- cozinhar, ler, fazer esporte, jogava vôlei.

Tabela 13 – P5- Grupo 1

<b>GRUPO 2 – MAIORES MÉDIAS</b>	
<b>Pergunta 5 (P5) – Quais as lembranças que você tem das atividades de lazer?</b>	
<b>Identificação</b>	<b>Pontos que se destacaram nas falas dos entrevistados</b>
<b>E6</b>	- ia muito pro mato, trilheiro digamos assim.
<b>E7</b>	- churrasco, união com amigos, pescaria, futebolzinho.
<b>E8</b>	- churrasco com a família, praia.
<b>E9</b>	- andar a cavalo, fazer brinquedos, tomar banho de rio, andar de bicicleta, empurrar pneu, ver motocross.
<b>E10</b>	- andar de skate, jogar: xadrez, tênis de mesa.

Tabela 14 – P5- Grupo 2

A última Pergunta investigou se: - **Hoje a empresa oferece ou promove alguma atividade de lazer? Dentro da empresa você tem alguns momentos que possam ser considerados lazer?** – Com esta questão pretendeu-se verificar a existência de atividades de lazer promovidas pela empresa e se estas são percebidas pela ótica do entrevistado como práticas de lazer. Buscou-se também levantar se o lazer está relacionado apenas com o tempo fora do trabalho formal ou se eles encontram no tempo do trabalho algo que considerem lazer.

<b>GRUPO 1 – MENORES MÉDIAS</b>	
<b>Pergunta 6 (P6)-</b> Hoje a empresa oferece ou promove alguma atividade de lazer? E dentro da empresa você tem alguns momentos que possam ser considerados lazer?	
<b>Identificação</b>	<b>Pontos que se destacaram nas falas dos entrevistados</b>
<b>E1</b>	- Não, não.
<b>E2</b>	- futebol no SESI;
<b>E3</b>	- festas de fim de ano, horários reservados no SESI pra jogar bola, uma sala de jogos disponível: tem mesa de sinuca, tênis de mesa, tem televisão, mesa pra jogar baralho, pebolim, é um monte de recreação.
<b>E4</b>	- quadra pra jogá futebol (SESI), confraternização que a empresa faz, ginástica laboral, hora do almoço: truco, ping-pong, sinuca.
<b>E5</b>	- futebol: espaço no SESI, jogos do SESI.

Tabela 15 – P6- Grupo 1

<b>GRUPO 2 – MAIORES MÉDIAS</b>	
<b>Pergunta 6 (P6) -</b> Hoje a empresa oferece ou promove alguma atividade de lazer? E dentro da empresa você tem alguns momentos que possam ser considerados lazer?	
<b>Identificação</b>	<b>Pontos que se destacaram nas falas dos entrevistados</b>
<b>E6</b>	- Olha, muito pouco.
<b>E7</b>	- comemoração dos aniversariantes do mês e final de ano. Ginástica laboral.
<b>E8</b>	- espaço no SESI pra jogar futebol.
<b>E9</b>	- Ginástica Laboral, futebol feminino,
<b>E10</b>	- Promove, só falta uma coisa, que não tem raquete pra gente jogá ali (subentende-se: sala de jogos).

Tabela 16 – P6- Grupo 2

Com o intuito de analisar os dados obtidos e conhecer a realidade existente em relação às atividades de tempo livre, bem como, quais os hábitos de lazer desenvolvidos por este grupo, elegeram-se cinco categorias correspondentes às Esferas do Tempo Livre, propostas por Elias e Dunning (1992): trabalho privado e administração familiar, repouso, provimento das necessidades fisiológicas, sociabilidade e a categoria das atividades miméticas ou jogo.

Para tanto, neste momento será feito o confronto das categorias eleitas com os resultados obtidos a partir da decomposição das mensagens das duas primeiras Perguntas da entrevista (P1 e P2).



A primeira categoria é composta por atividades relacionadas com o trabalho privado e a administração familiar, pertencem a este grupo atividades relativas aos cuidados com familiares e também à manutenção e provisão da casa. Todas as ocupações referentes a transações financeiras pessoais e aspirações para o futuro pertencem a esta categoria. A orientação dos próprios filhos, as estratégias familiares e suas fadigas e as inúmeras tarefas relacionadas a estas questões. Todas estas atividades demandam de aptidões especiais que devem ser aprendidas e muitas dessas constituem trabalho duro que tem de ser realizado quer se goste ou não, podendo depois de algum tempo, em maior ou menor dimensão, tornar-se parte da rotina de cada família (ELIAS e DUNNING, 1992).

Ao confrontar esta categoria ao que foi proposto na Pergunta 1, que levantava como era a rotina de vida dos colaboradores entrevistados, as respostas mostram que estas atividades são encontradas no tempo livre de 70 % dos entrevistados. O **Grupo de menores médias**, representado pelos entrevistados com menores médias demonstra que estas atividades estão presentes na rotina de todos, o que representa 50% do total, enquanto no **Grupo de maiores médias**, composto pelos entrevistados com maiores escores, mostra que 40% destes citam atividades desta categoria em suas respostas.

Já na Pergunta nº 2, a qual indagou quais atividades eram desenvolvidas fora do horário de trabalho formal, apenas 30% deles demonstraram ocupar seu tempo livre com atividades relacionadas ao trabalho privado e à administração familiar. Desta porcentagem 20% pertencia ao **Grupo de menores médias** e 10% ao **Grupo de maiores médias**.

Para os colaboradores do **Grupo de menores médias** aparecem as atividades de manutenção e provisão da casa: arrumar a casa (limpar, ajeitar), tratar animais, lavar roupa, mercado e cozinhar. As transações financeiras como pagar contas e ir ao banco. Os cuidados com a família giram em torno de: cuidar dos filhos: atender as crianças, arrumar neném e fazer mamadeira. Os cuidados com a família são evidenciados nos enunciados dos colaboradores entrevistados quando inquiridos sobre as coisas que faziam fora do trabalho.

“Muito pouca, fora mesmo da atividade assim praticamente nada, é só aquela vida mesmo, aquela coisa de família mesmo ali, eu tenho minha esposa, com meus filhos o que faço é em função deles, então a gente acaba vivendo muito em função

PPGEP - PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ENGENHARIA DE PRODUÇÃO

de corre atrás das coisas né, correr atrás de dinheiro, trabalho, trabalho, trabalho, trabalho é fazer, fazer, fazer” (E2).

“Fora do trabalho, quase nada a não ser ficar com as minhas filhas, nada” (E5).

As atividades desta categoria ocupam grande parte do tempo livre de quem é responsável pela administração familiar passando a ser uma atividade altamente rotineira. Tarefas como estas dificilmente podem ser consideradas lazer.

Nas respostas do **Grupo de maiores médias** as atividades que mais aparecem são as de manutenção e provisão da casa, tais como: cozinhar, lavar roupas, lavar calçada, cuidar do jardim, alimentar animais e fazer compras (panificadora, loja e mercado). Já os cuidados familiares giram em torno de atender as crianças.

O Quadro a seguir representa o resumo da frequência com que as atividades da primeira categoria apareceram nas respostas dos entrevistados.

TRABALHO PRIVADO E ADMINISTRAÇÃO FAMILIAR														
GRUPO 1							GRUPO 2							% TOTAL
	E1	E2	E3	E4	E5	%		E6	E7	E8	E9	E10	%	
<b>P1</b>	X	X	X	X	X	50	<b>P1</b>	X	X	X	X		40	90
<b>P2</b>		X			X	20	<b>P2</b>			X			10	30

Quadro 32 - Trabalho privado e administração familiar

Na segunda categoria aparecem as atividades relacionadas ao repouso tais como: o não fazer nada em particular, estar sentado, futilidades sobre a casa e artesanato, tricotar e acima de tudo o dormir (ELIAS e DUNNING, 1992).

As atividades referentes a esta categoria aparecem apenas na Pergunta nº1, através das respostas de 60% dos colaboradores entrevistados. Com 30% de respostas partindo do **Grupo de menores médias** e 30% do **Grupo de maiores médias**. Com relação ao repouso foram identificadas atividades como: descansar, cochilar e dormir.

As atividades pertencentes a esta categoria podem até ser consideradas como lazer, no entanto, possuem conotação de repouso assim distinguindo-se das atividades da classe miméticas, que serão descritas logo mais, tais como o esporte.

O Quadro a seguir apresenta os resultados referentes a esta categoria.

REPOUSO														
GRUPO 1							GRUPO 2							% TOTAL
	E1	E2	E3	E4	E5	%		E6	E7	E8	E9	E10	%	
P1		X	X		X	30	P1	X	X	X			30	60
P2						00	P2						00	00

Quadro 33 - Repouso

A terceira categoria representa o provimento das necessidades biológicas. A esta pertencem as ações de comer, beber, bem como defecar, dormir e fazer amor. Com relação a estas atividades de tempo livre Elias e Dunning (1992, p.108-109), tecem o seguinte comentário:

Para não deixar lugar a mal-entendidos: todas as necessidades biológicas às quais há que entender, no nosso tempo livre e noutra circunstâncias, estão socialmente padronizadas – comer e beber, bem como defecar, fazer amor, tal como dormir. Estas necessidades reaparecem: procura-se satisfazê-las. Surgem: exigem satisfação. A satisfação é agradável. Estão apaziguadas e eliminadas, para despertarem de novo, mais tarde, quando o ritmo se repete.

Sendo assim estas atividades, até certo ponto, estão submetidas a rotinas, mas podem ser realizadas de tempos em tempos de uma forma não rotineira, podendo irradiar para outras categorias, como no caso, para a categoria da sociabilidade e também para a categoria mimética. Ao serem realizadas sem rotina “podem proporcionar um acentuado prazer, desde que seja capaz de obter satisfação, de uma maneira não rotineira” (ELIAS e DUNNING, 1992, p.109). Cabe ressaltar que está subentendido que as atividades desta categoria devem fazer parte do tempo livre de 100% dos entrevistados, mas apenas 60% fizeram referência a elas nas respostas da Pergunta nº 1.

Com relação a esta categoria os colaboradores entrevistados fazem referência ao banho, ao dormir e ao comer (almoçar). Ambos os grupos aparecem com o percentual de 30%, como pode ser observado no Quadro a seguir.

PROVIMENTO DAS NECESSIDADES FISIOLÓGICAS														
GRUPO 1							GRUPO 2							% TOTAL
	E1	E2	E3	E4	E5	%		E6	E7	E8	E9	E10	%	
<b>P1</b>		X	X		X	30	<b>P1</b>	X	X	X			30	60
<b>P2</b>						00	<b>P2</b>						00	00

**Quadro 34 - Provimento das necessidades fisiológicas**

Integram a quarta categoria as atividades de Sociabilidade:

A esta categoria pertencem atividades que se relacionam com o trabalho, tais como: visitar colegas ou superiores hierárquicos, sair numa excursão da firma, assim como outras que não estão relacionadas com o trabalho, tais como ir a um bar, a um clube, a um restaurante ou a uma festa, falar de futilidades com os vizinhos, estar com outras pessoas sem fazer nada de mais, como um fim em si mesmo (ELIAS; DUNNING, 1992, p.108-109).

Na Pergunta nº 1 as atividades de Sociabilidade aparecem nas respostas de 80% dos entrevistados, sendo 40% representado pelo **Grupo de menores médias** e 40% **Grupo de maiores médias**. Na Pergunta nº 2 o percentual é de 60%, o **Grupo de menores médias** aparece com 10% e o **Grupo de maiores médias** com 50%.

Com relação a esta categoria foram identificadas nas respostas da pergunta nº 1 - *Gostaria que você me contasse como é sua vida.* - representações comuns aos dois grupos, no que fazem referência a atividades que não estão relacionadas com o trabalho. Foram observadas atividades como: participação em Churrascos, visita a familiares (pais, mães, sogros, sogras, filhos e parentes), namorar e estar com amigos (sair, receber e visitar). Já na pergunta nº 2 - *Quais as coisas que você faz fora do horário de trabalho?* – o **Grupo de menores médias** teve representação com apenas um respondente que fez referência aos amigos e à namorada. No

**Grupo de maiores médias** os quatro respondentes destacaram as atividades ligadas à família, aos amigos (chope com os colegas), namoro. Ainda a entrevistada E9 citou a participação na ala jovem do clube dentro das coisas que fazia fora do horário de trabalho.

Estas atividades podem evoluir desde uma sociabilidade formal até uma sociabilidade bastante informal, variando entre numerosas escalas intermediárias. Exemplo disso pode ser visto na seguinte resposta:

“Eu tenho algumas obrigações pela minha atividade mesmo que aí tenha que ir a muitos eventos sociais e tal, mas nada que eu vá assim, algumas poucas vezes eu vou porque eu queira mesmo” (E5).

Este enunciado não partiu das respostas aqui discutidas, mas serve bem para ilustrar as atividades que pertencem à categoria sociabilidade e se relacionam com o trabalho. Ações como estas são atividades de tempo livre que não são trabalho, mas podem envolver esforços consideráveis. De acordo com Elias e Dunning (1992) a categoria de Sociabilidade como forma de passar o Tempo Livre difere em distintos estratos da sociedade (ELIAS e DUNNING, 1992).

O Quadro a seguir representa o resumo da freqüência com que as atividades desta quarta categoria apareceram nas respostas dos entrevistados.

SOCIABILIDADE														
GRUPO 1							GRUPO 2							% TOTAL
	E1	E2	E3	E4	E5	%		E6	E7	E8	E9	E10	%	
<b>P1</b>	X	X	X		X	40	<b>P1</b>	X	X		X	X	40	80
<b>P2</b>	X					10	<b>P2</b>	X	X	X	X	X	50	60

**Quadro 35 - Sociabilidade**

A quinta categoria é constituída pelas atividades miméticas ou jogo, fazem parte dela atividades de lazer como: ir ao teatro, cinema, à caça, à pesca, jogos, esportes, fazer montanhismo, dançar, ver televisão. As atividades deste tipo são ações de tempo livre que possuem caráter de lazer, esteja o indivíduo participando delas como ator ou como espectador.

As atividades de lazer que representam a Quinta categoria e aparecem nas respostas da Pergunta nº 1, com uma representatividade de 90%, o **Grupo de menores médias** representa 40% e o **Grupo de maiores médias** aparece com 50%.

A pergunta nº 2 aparece com o percentual de 70%, o **Grupo de menores médias** é representado pelo percentual de 30% e o **Grupo de maiores médias** aparece com 40%.

Na última categoria a das atividades miméticas ou jogo, respostas das perguntas P1 e P2 mostraram uma proximidade entre os dois grupos, apenas com um respondente a mais para o **Grupo das maiores médias**, para ambas as perguntas.

Os colaboradores do **Grupo de menores médias** participam de atividades de lazer tanto como atores quanto como espectadores. Como atores eles desenvolvem as seguintes atividades: esportes (capoeira, futebol), caça e camping. E como espectadores os colaboradores entrevistados mostraram em seus enunciados que suas atividades de lazer são desenvolvidas na forma de: ver TV (filme, novela, DVD) e ler.

Com relação ao **Grupo de maiores médias** as atividades são mais variadas. Na participação como ator os componentes deste grupo citaram atividades como: esporte (futebol, tênis de mesa, xadrez), dança, caminhada, pesca. E no papel de espectador os entrevistados declararam participar das seguintes atividades: ouvir música, ver TV (novela, DVD, Filme), ir ao cinema.

Essas são atividades de tempo livre diretamente associadas à destruição da rotina, característica esta da excitação mimética. Como já foi mencionado anteriormente o termo mimético segundo Elias e Dunning (1992, p. 124-125) não é utilizado em seu sentido literário "imitativo", para estes autores este termo "já na Antiguidade era usado num sentido mais alargado e figurado. Referia-se a todas as espécies de formas artísticas na sua relação com a 'realidade', quer possuíssem um caráter de representação ou não", sendo assim o termo deve ser compreendido com o sentido de uma "relação entre os sentimentos miméticos e as situações sérias específicas da vida" (1992, p.125-126). Em situações sérias da vida, as pessoas podem perder o controle tornando-se perigosas para si e para outros. A excitação

mimética, na perspectiva social e individual, é desprovida de perigo o que permite às pessoas experimentarem a explosão de fortes emoções em público, um tipo de excitação que não coloca em risco a ordem da vida social como ocorre em determinadas situações sérias da vida.

O Quadro a seguir apresenta os resultados referentes a esta categoria.

ATIVIDADES MIMÉTICAS OU JOGO														
GRUPO 1							GRUPO 2							% TOTAL
	E1	E2	E3	E4	E5	%		E6	E7	E8	E9	E10	%	
<b>P1</b>	X		X	X	X	40	<b>P1</b>	X	X	X	X	X	50	90
<b>P2</b>	X		X	X		30	<b>P2</b>	X	X	X		X	40	70

**Quadro 36 – Atividades miméticas ou jogo**

A presente seção teve como objetivo conhecer a realidade existente no tempo livre dos colaboradores pesquisados, bem como conhecer as atividades de lazer desenvolvidas.

A partir do exposto pode-se dizer que no tempo livre dos colaboradores entrevistados existe um predomínio das atividades rotineiras, referentes às quatro primeiras esferas das “atividades de tempo livre”, em detrimento das atividades miméticas as quais, para Elias e Dunning, são atividades de tempo livre que possuem o caráter de lazer. Esta constatação vem de encontro com a teoria destes autores onde afirmam que “uma parte considerável do nosso tempo livre não se pode identificar com o lazer” (ELIAS e DUNNING, 1992, p.110).

Em paralelo realizou-se a discussão dos dados obtidos entre os grupos de referência o que resultou nas seguintes informações sintetizadas no parágrafo seguinte.

Na categoria Trabalho privado e administração familiar, nas respostas das perguntas 1 e 2 pode-se notar uma proximidade entre os dois grupos com apenas um respondente a mais para o **Grupo de menores médias**, para ambas as perguntas. Na segunda categoria relacionada ao repouso constatou-se um estado de equilíbrio entre os dois grupos. A terceira categoria composta pelas atividades ligadas ao provimento das necessidades biológicas também apresentou uma igualdade nas respostas dos colaboradores entrevistados. Já na quarta categoria

formada pelas atividades de sociabilidade nas repostas da primeira pergunta (P1) encontrou-se um equilíbrio, porém com relação à segunda pergunta (P2) o **Grupo de maiores médias** apresentou um resultado de 50% o que representa que todos os colaboradores entrevistados deste grupo fizeram referência às atividades da categoria Sociabilidade em suas respostas contra apenas um respondente do Grupo de Menores Médias. Na última categoria, a das atividades miméticas ou jogo, respostas das perguntas P1 e P2 mostraram uma proximidade entre os dois grupos, apenas com um respondente a mais para o **Grupo das maiores médias**, para ambas as perguntas.

Esta apresentação quantitativa serviu para representação da realidade presente no tempo livre dos atores da pesquisa, porém a contraposição dos resultados quantitativos obtidos através da decomposição das respostas dos dois grupos de referência, demonstrou quase que um equilíbrio ou talvez uma tênue diferença no que diz respeito às atividades existentes no tempo livre dos colaboradores.

Esta constatação leva a uma nova questão, por que nos resultados do *WHOQOL* existe uma diferença tão grande entre os dois grupos? Para responder esta questão será feita uma análise qualitativa fazendo o cruzamento entre as respostas da entrevista e as questões da faceta 21, pertencente ao Domínio Meio ambiente – *WHOQOL -100*.

#### **4.2.1 Entrevista X Perguntas Faceta 21**

Como foi mostrado a análise quantitativa realizada para se levantar as atividades praticadas no tempo livre destes colaboradores, apresentou um equilíbrio entre os dois grupos. Porém este equilíbrio não é representado nos resultados do instrumento *WHOQOL-100* utilizado para avaliar a QV do colaboradores em questão.

Na Faceta Participação em, e oportunidades de recreação/lazer, a qual busca levantar as oportunidades e participação nas atividades de lazer e recreação e ainda como os entrevistados usam seu tempo livre, obteve média de 53,75%, o que indicou que os entrevistados demonstram uma posição **intermediária de satisfação** em relação a esta Faceta. As perguntas que compõem esta faceta foram apresentadas na Quadro 25.



Ao separar os dois grupos entre menores médias e maiores médias pode-se ver uma realidade diferente no que diz respeito à satisfação a QV em relação à faceta 21. O primeiro grupo representado pelas menores médias apresenta escores que variam de 6,25% a 25,00% o que representa uma média de 18,75%, indicando uma posição de insatisfação. Por sua vez o **Grupo das maiores médias** obteve média geral de 87,50% com escores variando entre 81,25% e 100,00% indicando uma posição de satisfação com a sua QV no que diz respeito à faceta em questão.

Com relação à pergunta – (f21.4 – p. 76) *Quão satisfeito(a) você está com a maneira de usar o seu tempo livre?* – os colaboradores do **Grupo de menores médias** apresentam uma posição de insatisfação com uma média de 15% com escores variando entre 0,00 a 25,00 %, já no **Grupo de maiores médias** esta porcentagem sobe para 90% indicando uma posição de satisfação com escores de 75,00 a 100,00. (pergunta 01 entrevista)

A pergunta 51 (f 21.3) questiona – *O quanto você aproveita seu tempo livre?* (pergunta 4) - os colaboradores do **Grupo de menores médias** apresenta uma posição de insatisfação com uma média de 25% com escores representados por 25,00%, já no **Grupo de maiores médias** esta porcentagem sobe para 75% indicando uma posição de satisfação com escores de 75,00%.

A pergunta 50 (f21.2) questiona – *Quanto você é capaz de relaxar e curtir você mesmo?* - os colaboradores do **Grupo de menores médias** apresentam uma posição de insatisfação com uma média de 20% com escores representados entre 0,00% e 25,00%, já no **Grupo de maiores médias** esta porcentagem sobe para 90% indicando uma posição de satisfação com escores de 75,00% a 100%.

Para esclarecer esta diferença faz-se necessário uma melhor análise das atividades desenvolvidas no tempo livre dos colaboradores componentes dos grupos de maiores e menores médias.

Neste momento, para que se possa analisar as atividades de tempo livre e lazer dos colaboradores em questão, recorrer-se-á a alguns conceitos da teoria elisiana, para identificar as atividades que, além do trabalho, podem ser executadas de forma rotineira. As atividades transcorridas no tempo livre (isto é, no tempo liberado do trabalho profissional) são muito variadas, como exemplo, as atividades sociais, de convívio com a família e até mesmo cuidados pessoais como foi

mostrado anteriormente. A partir disto tem-se a necessidade de uma melhor conceituação de tempo livre. Para Elias e Dunning (1992), as atividades do tempo livre foram classificadas conforme o que ele chama de grau de rotina e assim essas atividades foram separadas em três grupos distintos:

1. Atividades rotineiras: cuidados com a higiene e alimentação; tarefas domésticas, atenção a familiares etc.
2. Atividades intermediárias: Atividades de formação e autodesenvolvimento: trabalho social voluntário, estudo não escolar, atividades religiosas, participações em associações, atualizações de conhecimento etc.
3. Atividades de lazer: encontros sociais formais ou informais, jogos e atividades miméticas, como participante ou como espectador; e miscelânea de atividades esporádicas prazerosas e multifuncionais, como viagens, jantares em restaurantes, caminhadas, etc.

Quando questionados através das questões nº 1 e nº 2, sobre o que faziam em seu tempo livre, os colaboradores mostraram realizar atividades presentes a estas três categorias do Espectro do tempo livre. Para esta discussão inicialmente serão apresentadas as respostas referentes à primeira e à segunda categorias: Atividades rotineiras e Atividades intermediárias.

Ao apresentar o espectro do tempo livre Elias e Dunning buscaram mostrar as diferenças e relações entre as atividades de lazer e as demais atividades do tempo livre. As atividades apresentadas nos dois primeiros grupos do Espectro do tempo livre dificilmente podem ser consideradas lazer. Algumas têm caráter de trabalho, mesmo que não remuneradas e sendo executadas de forma voluntária, nem todas são agradáveis. Atividades como estas exigem do indivíduo um auto grau de rotina e de compulsão social. Para Elias e Dunning (1992, p.149) rotinas são canais decorrentes da ação “reforçada por interdependência com outros”, esta relação deposita sobre o indivíduo um elevado grau de regularidade o que exige uma estabilidade e um controle emocional em sua conduta.

As atividades do grupo 1, além de altamente rotineiras são consideradas pouco prazerosas e muitas destas constituem trabalho duro que devem ser realizados gostando ou não. Por sua vez as pertencentes ao segundo grupo 2 podem até ser

menos rotineiras e terem um certo nível de gratificação, porém ambas exigem disciplina e grande manutenção do controle emocional na execução de seus objetivos, que podem ser pessoais ou impessoais, mas que na grande maioria das vezes exigem uma interdependência forçada com grande número de pessoas nas configurações que se formam ao seu redor.

Nota-se que os dois grupos se fazem na rotina através das respostas dos colaboradores, porém é necessário evidenciar que todos mostram uma situação comum. As atividades rotineiras são predominantes no preenchimento do tempo livre, em detrimento às atividades do grupo 2.

As Atividades Rotineiras presentes no tempo livre dos entrevistados dizem respeito à provisão rotineira das próprias necessidades biológicas e cuidados com o próprio corpo, questões relativas a alimentos e doença e ainda ao governo da casa e rotinas familiares.

No **Grupo menores médias** as atividades rotineiras que aparecem nos enunciados dos colaboradores são as seguintes: atividades relacionadas às necessidades fisiológicas e cuidados com o corpo aparecem nas respostas dos entrevistados E2, E3, E4; as atividades como: comer, dormir, descansar e tomar banho, os demais entrevistados não fizeram referência sobre essas atividades. Com relação ao governo da casa e rotinas familiares as respostas referiam-se aos cuidados em conservar a casa em ordem, lavagem de roupa, compras e cuidados com filhos e tratar animais.

“Como eu moro sozinha né, eu arrumo minhas coisa ou eu lavo roupa, limpo a casa, cuido das minhas coisas assim,[...] no sábado em geral no período da manhã eu saio que é o tempo livre que eu tenho pra fazer as minhas coisas, é ir em uma loja pagar alguma conta, comprar alguma coisa”(E1).

“Aí trabalho até às 17h, aí vou pra casa, né. Chego em casa às 06h15min, aí só tenho tempo de tomar um café [...]descansar, que no outro dia tem que levantar cedo.[...]. Essas coisas digamos, trabalho de casa mesmo. Trabalho de fim de semana, manter a grama cortada, é manter o terreno limpo né, mas muito tempo nem isso tava fazendo" (E2).

“[...] faço o que as pessoas normal fazem na parte da manhã, vou no banco pagar conta, vou no mercado e no período da tarde venho trabalhar.[...] e na parte da manhã ajudo minha mulher fazer almoço, vou no mercado comprar uma verdura, um negocinho, no modo geral é isso não tem muita coisa diferente na minha rotina” (E3).

“A gente ajuda a esposa nas atividades domésticas [...] trato minha cachorra” (E4).

Os cuidados com a família e as crianças aparecem no enunciado dos entrevistados E2, E4 e E5.

“Muito pouca, fora mesmo da atividade assim praticamente nada, é só aquela vida mesmo, aquela coisa de família mesmo ali, eu tenho minha esposa, com meus filhos o que faço é em função deles, então a gente acaba vivendo muito em função de correr atrás das coisas né, correr atrás de dinheiro, trabalho, trabalho, trabalho, trabalho é fazer, fazer, fazer” (E2).

“[...] faço mamá pro nenê, ajudo arrumar o nenê pra sair e aí vou com minha esposa até o ponto de ônibus e venho trabalhar” (E4).

“Brinco com elas, assisto tv junto, desenhos, filminhos, que agora estão bem na idade que começam assistir televisão, dvd, historinhas, brincar com elas assim, motoquinha, bicicleta, às vezes faço uma comidinha que elas querem, um bolo, uma sobremesa, alguma coisa assim. Mas não, assim, saio ou às vezes, a Gabriela que é a mais velha quer ir no Shopping, levo ela no Shopping pra brincar nos brinquedos assim, ou vou pra casa da minha mãe que lá tem piscina e elas brincam um pouco lá, é isso que geralmente faço [...] Fora do trabalho, quase nada a não ser ficar com as minhas filhas, nada.”(E5)

O entrevistado E2 salienta a relação familiar ao comentar que a convivência com seu pai é difícil, este enunciado relaciona-se ao Governo da casa e rotinas familiares no que diz respeito a lidar com tensões e fadigas familiares.

“[...]Normalmente se fala muito de problemas né, e na casa do meu pai é mais difícil a convivência sabe, é (pausa) porque (pausa) tem muita coisa que cai sobre mim, sabe. Então é difícil, tudo que eu faço, normalmente não serve, tô errado”(E2).

No **Grupo maiores médias** mostra que em seu tempo livre também podem ser encontradas as atividades rotineiras: as necessidades fisiológicas e cuidados com o corpo, aparecem nas respostas dos entrevistados E6, E7, E8, E9: atividades como:, comer, dormir, os demais entrevistados não fizeram referência sobre essas atividades. As atividades de governo da casa e rotinas familiares estavam presentes através dos cuidados com a casa, lavagem de roupa, compras e cuidados com filhos e com animais.

“[...] Daí eu volto da aula chego em casa, almoço que eu mesmo faço [...] (E7)

“Quando não tem que ir no supermercado, né, que minha mulher inventa de ir no super ou então tem que ir em uma loja pra comprar uma coisa”(E8)

“[...] daí retorno novamente às atividades, lava roupa, deixar as coisas em ordem, né,[...] Então no sábado geralmente quando eu não tenho trabalho, a gente acorda um pouco mais tarde, é o dia de corta grama lá em casa, limpa o jardim, de cuidar assim dos afazeres domésticos, depois a gente tem assim o nosso lazer [...]e atender as crianças que chegam da escola [...]Retornando em casa alimento meus animais, tenho gato, cachorro, vou cuidar do jardim, cuido da grama”(E9).

O entrevistado E10 não fez referência a nenhuma das atividades pertencentes a estas categorias, e o entrevistado E6 mostrou que às vezes realiza tarefas como estas.

“às vezes tomo café em casa, às vezes não, às vezes tomo café na fábrica. [...] Levanto, às vezes faço almoço, às vezes não faço, às vezes faço um lanche.[...] (E6)

A segunda categoria a ser discutida é a das atividades intermediárias as quais servem principalmente à necessidade de formação e, ou também, auto-satisfação e autodesenvolvimento. A esta pertencem trabalhos particulares, entenda-se como não profissionais: trabalho social voluntário, estudo não escolar, atividades religiosas, participações em associações, atualizações de conhecimento etc.

Do Grupo de Menores Médias apenas o entrevistado E4 fez referência a atividades desta categoria.

“Terças-feiras eu tenho aula de inglês às 19h faço algumas reposições no sábado de inglês. [...] internet, mais temas de estudo que eu preciso no meu trabalho, alguma coisa de inglês” (E4).

Atividades religiosas, estudo e atividades de caráter voluntário aparecem nos enunciados de quatro dos componentes do Grupo de Maior Média.

“Acorda um domingo de manhã você vai numa missa né[...] (E7)”

“Fora do trabalho, bom, por último eu tava estudando, né, daí agora só tô, mais dedicado a minha monografia, né, em casa ou quando preciso de alguma coisa de um auxílio de material, alguma coisa eu vou até o CEFET” (E7).

“Então dentro de mais ou menos até uma 7h05min, eu já estou sentado na minha mesa de estudo, estudo até mais ou menos umas 8 horas. Então das 7h10min às 8h eu fico estudando” (E8).

“Oito horas vou à missa volto pra casa, né [...]” (E8).

“Bom, eu tenho uma atividade no clube onde eu participo da ala jovem e faço academia e ajudo nos eventos sociais que tem no clube para angariar fundos pra creche ou pra asilo ou alguma coisa assim. Nas festas também que eles promovem né, promovem tipo carnaval é um “halloween”, é essas coisas assim. E participo assim da igreja, né e participo fazendo, recolhendo alimentos pra entrega no dia de natal, no dia das crianças, brinquedos, essas coisas (E9)”.

“mais a tarde faço meu cursinho agora, né, vou prestar vestibular agora em dezembro” (E10).

As atividades rotineiras estão presentes no tempo livre dos dois grupos, como pode ser visto, a ênfase é dada às atividades do governo da casa e atenção a familiares, mesmo que a provisão das próprias necessidades biológicas e cuidados com o corpo não tenham tido tanto destaque é implícito que estão presentes em suas vidas. Até então a diferença de satisfação observada na faceta 21 não se torna justificada. Cabe lembrar que as atividades pertencentes a este grupo exigem do indivíduo um auto grau de rotina e de compulsão social e que na grande maioria das vezes têm de ser realizadas quer se queira ou não, o que pode torná-las pouco prazerosas.

No que diz respeito às atividades intermediárias pode-se dizer que esta diferença começa a ter justificativa. O **Grupo de menores médias** é representado por apenas um entrevistado (E4), já o **Grupo de maiores médias** tem em seus integrantes quatro entrevistados que fazem referência a atividades intermediárias de tempo que servem para a necessidade de formação, auto-satisfação e autodesenvolvimento. Mesmo sendo atividades consideradas como intermediárias, e não serem consideradas como lazer, estas atividades podem ser em parte responsáveis pela indicação de escores maiores na faceta 21, por parte deste grupo. Atividades como estas podem ser mais gratificantes e menos rotineiras do que as da primeira categoria, mesmo exigindo disciplina de seus praticantes e quase sempre a manutenção da conduta civilizada imposta pela compulsão social conseqüente da interdependência existente em suas configurações.

Ao discutir as duas primeiras categorias do Espectro do tempo Livre a diferença entre os dois grupos começa a se tornar mais visível, pode-se dizer que as atividades intermediárias podem ser destacadas como um fator diferencial de satisfação entre os dois grupos, para dar continuidade a esta discussão neste momento serão apresentadas as atividades de lazer que compõem a terceira categoria apresentada por Elias e Dunning (1992).

O lazer esta associado à necessidade do indivíduo em compensar as tensões conseqüentes do autocontrole imposto a ele através do elevado aumento do controle emocional, o lazer permite ao indivíduo a retirada do manto das restrições, isto ocorre através de ações que permitam a produção controlada de tensões emocionais e ocasionem uma interrupção moderada nas restrições sociais. As atividades de lazer permitem que o indivíduo possa manifestar sua excitação em público, mesmo que de maneira moderada, sem que essa atitude seja tachada como anormal ou exagerada.

As atividades de lazer possibilitam a liberação de tensões resultantes do estresse diário, oferecendo um antídoto para as tensões resultantes do contínuo esforço de autocontrole e assim agindo como a antítese das rotinas formalmente impessoais, característica do mundo premeditado do trabalho e das demais configurações sociais que impedem manifestações intensas de sentimentos e experiências emotivas na vida dos indivíduos.

Portanto como foi mostrado o lazer diferencia-se das demais atividades do tempo livre por estar associado à destruição da rotina e caracteriza-se pelo descontrole controlado das restrições emocionais. Além destas características associadas ao grau de rotina, outros dois parâmetros são apresentados por Elias e Dunning (1992) para definir as atividades de lazer: o grau de compulsão social e o grau de pessoalidade.

O grau de compulsão social nas atividades de lazer é menor, possibilitando ao indivíduo experimentar uma divertida excitação em público de forma voluntária e menos sujeita ou com um decréscimo de constrangimento social. O grau de pessoalidade representa o grau de escolha individual, para Elias e Dunning (1992, p.150) nas “atividades de lazer, a consideração de si próprio e, em especial da sua satisfação sob uma forma mais ou menos pública e, ao mesmo tempo, socialmente aprovada, pode ter prioridade sobre as outras”, assim o lazer caracteriza-se pelas

decisões tomadas mais em função do “eu” ou do grupo “nós”, a consideração por si próprio tem mais peso em relação ao interesse dos outros “eles”.

Para que as atividades de lazer possam cumprir seu papel na sociedade atual, além do Grau de compulsão e do Grau de pessoalidade, outros elementos do lazer são destacados por Elias e Dunning (1992). Para os autores as formas elementares de ativação emocional são representadas pela sociabilidade, mobilidade e imaginação.

A sociabilidade está associada ao fato de estar em companhia de outras pessoas voluntariamente, a mobilidade relaciona-se ao movimento, à possibilidade de se retirar a armadura do auto-controle e, por fim, a imaginação que atua diretamente nas atividades miméticas, aquelas que permitem ao indivíduo experimentar, sem correr perigo real ou ter que arcar com as conseqüências, sentimentos intensos ou emoções perigosas (PRONI, 2001, p.126). As atividades de lazer apresentadas no Espectro do tempo livre invariavelmente apresentam pelo menos uma destas três formas, podendo apresentar duas ou três em combinação, embora uma possa ser dominante perante as outras.

Para melhor compreender o lazer e perceber as propriedades singulares deste em relação às demais atividades de tempo livre Elias e Dunning (1992) dividiram a terceira categoria do Espectro do tempo livre - Atividades de lazer – em três subcategorias denominadas como: a) atividades pura ou simplesmente sociáveis, b) atividades de jogo ou miméticas e C) Miscelânea de atividades de lazer menos especializada.

As atividades pura ou simplesmente sociáveis têm como elemento principal a sociabilidade e são representadas pela participação, como convidado, em reuniões de caráter mais formal, como por exemplo: casamentos, funerais ou banquetes, bem como ir a um jantar na casa de um superior hierárquico. A estas atividades somam-se também a participação em *lazer-gemeinschaften* (lazer-comunitário) relativamente informal, com uma manifestação emocional e amigável consideravelmente maior do que o encontrado em outras atividades de tempo livre e de trabalho, como por exemplo, reuniões em bar ou em festas, encontros familiares, comunidades de conversa banal. Atividades como estas são encontradas nos enunciados dos colaboradores entrevistados quando questionados através das questões nº 1 e nº 2º, sobre o que faziam em seu tempo livre.



No **Grupo menores médias** as Atividades pura ou simplesmente sociáveis, aparecem nos enunciados dos entrevistados E1, E2, E3 e E5, através de atividades de lazer comunitário como reunião com familiares, amigos, churrascos.

“Que eu mais gosto de fazer fora do trabalho é me reunir com meus amigos [...] Tem um grupo de amigos que se reúnem assim, fazem um churrasco, alguma coisa, então acabo saindo daí no sábado à tarde ou no finalzinho assim da tarde, daí volto à noite embora” (E1).

“Ah, ou o churrasco, no final da tarde normalmente eu costumo fazer um churrasco, no domingo também é essa a atividade (com a família) (E2)”.

“Nos finais de semana quando não tô trabalhando gosto de ir pro sítio do meu pai, visitar meus parentes, meus avós, converso bastante, meu pai tem um sítio em Carambeí e nos finais de semana a gente sempre se encontra com os irmãos lá e tal. E daí quando eu vou pra lá eu gosto de assar um carne fazer um churrasco é [...]” (E3).

“[...] ou fico em casa com as meninas ou na casa dos meus pais ou da minha sogra” (E5).

As Atividades pura ou simplesmente sociáveis aparecem no tempo livre dos colaboradores do **Grupo maiores médias** também através do lazer comunitário. As atividades destacadas pelos entrevistados foram: o churrasco com amigos e familiares, visita a familiares, encontro com amigos em casa ou em bares e casa de Shows.

“Churrasco, normalmente é churrasco com os amigos. Digo assim só me ligam e – Ô, Amauri, vai ter churrasco tal hora! Na verdade nem a hora eu já pergunto, normalmente eu sou o primeiro a chegá (risos) [...] e também o lazer básico que é o churrasco fim de semana, com os amigos. Digamos, no sábado é mais com os amigos, domingo é mais com a família, e você reveza, uma semana com a minha família, uma semana com a família dela” (E6).

“ou você vai no pai ou na mãe ou no sogro ou na sogra [...]” (E7).

“Bom, fora do trabalho é como eu te disse, nos finais de semana quando estou em casa, um churrasquinho, né, que é o normal, eu não bebo, mas a gente faz um churrasquinho com os amigos, né.[...] ou se juntamos de vez em quando, fazemos sei lá, uma massa, um macarrão, sei lá [...]um inventa faz uma pizza ou manda vim uma pizza. Então a gente faz isso aí no final de semana.” ( E8).

“Então nós saímos, vamos caminhar ou vamos visitar os amigos,[...] e a gente recebe muitos amigos e a gente sai muito também. E as minhas crianças são bem assim pro ativas, os

amigos deles vão lá em casa, fazem a festa, churrasco, montam barraca, dormem, então a gente tem uma atividade assim, bem boa, lá em casa bem divertida (risos)” (E9).

“Daí uma vez ou outra, quinta-feira vou no pagodão, daí venho trabalhar” (E10).

“[...] tomo um chopinho, companhia, companhia, esse tipo assim [...] saio tomo um chope com os colegas, quando não pego a namorada” (E10).

Conforme o exposto as atividades pertencentes à categoria Atividades pura ou simplesmente sociáveis, aparecem nos enunciados dos colaboradores dos dois grupos de referência, apenas com exceção do entrevistado E4 que não fez menção alguma a estas atividades. Atividades como estar com familiares e amigos através de visitas ou encontros, em churrasco ou bares e também em casa de Shows foram citados pelos entrevistados.

A diferença de satisfação observada na faceta 21 com relação à utilização do tempo livre pode ser aqui representada pelas configurações, as quais os entrevistados se referem em seus enunciados, grupo de amigos e familiares. O **Grupo de menores médias** nesta subcategoria é representado pelos entrevistados E2, E3 e E4, os quais dizem desenvolver atividades em convívio com a família e apenas o entrevistado E1 com amigos. Por sua vez no os colaboradores do **Grupo de maiores médias** as atividades destacadas são desenvolvidas em sua maioria com amigos sendo que apenas o entrevistado E7 citou a família. Não é a intenção desta discussão diminuir a importância de se estar entre familiares nem valorizar o convívio com amigos, mas com efeito na teoria de Elias e Dunning no que diz respeito ao lazer, a dinâmica da configuração familiar é vista por Elias e Dunning como altamente rotineira. Com relação a esta afirmação os autores tecem o seguinte comentário:

[...] embora ela constitua um espaço social para a descontração específica aprovada das restrições que mantêm as nossas tendências sob vigilância, também é necessário reconhecer que ela produziu, particularmente em relação ao aumento de igualdade de poder entre os sexos e as gerações, novos tipos de tensões. Outra razão é o fato de que, no quadro da família, a função de equilíbrio – a satisfação das tendências e emoções que proporciona – está associada a uma obrigação muito forte e quase inevitável (ELIAS E DUNNING, 1992, p. 174).

Isto indica que a avaliação superior do **Grupo de maiores médias** pode ser proveniente da configuração social à qual estes estão inseridos no momento da realização de suas atividades de atividades sociáveis. Entre os amigos o auto-controle e as restrições sociais se tornam menos elevadas em comparação às impostas pela família.

Outra subcategoria das Atividades de lazer a ser discutida talvez a mais importante entre todas seja a que diz respeito às Atividades de jogo ou “mimética”. Esta subcategoria é apresentada na forma de três blocos, cabe ressaltar que os colaboradores entrevistados fazem referência apenas aos dois primeiros. Para Elias e Dunning (1992, p.148-9) esta subcategoria dividida da seguinte forma:

- (i) Participar em atividades miméticas (relativamente) de elevado nível organizativo, como um membro da organização, por exemplo, um teatro amador, clube de críquete, clube de futebol. Em tais casos, chega-se ao fulcro das atividades miméticas de destruição da rotina e de descontrolo e de experiências, através de uma concha de rotinas e de formas de controle aceites e partilhadas voluntariamente. Nesta categoria, a maior parte das atividades miméticas envolve um grau de destruição da rotina e de alívio das restrições, por meio do movimento do corpo, isto é, por meio da mobilidade corporal;
- (ii) Participação como espectador em atividades miméticas bastante organizadas sem fazer parte da própria organização, com pouca ou nenhuma participação na sua rotina e, de acordo com isso, com a destruição relativamente diminuta da rotina, através do movimento, por exemplo, ver futebol ou ir a um jogo;
- (iii) Participação como ator em atividades miméticas menos organizadas, por exemplo, dança e montanhismo;

No primeiro bloco as atividades miméticas estão relacionadas à destruição da rotina e ao alívio das restrições sociais através do movimento corporal, relaciona-se diretamente com o elemento de lazer mobilidade, a prática esportiva pertence a este grupo de atividades. Atividades deste bloco são lembradas por apenas dois entrevistados do **Grupo de menores médias** e no **Grupo de maiores médias** todos os entrevistados disseram praticar atividades como estas.

As respostas do **Grupo de menores médias** indicam a prática de esportes e caça. O entrevistado E1 mostra ter começado a praticar Capoeira, porém ressalta que não é uma freqüentadora assídua. O Futebol é citado pelo entrevistado E4.

“[...] agora faz duas semanas eu faço capoeira, alguns dias, o dia que dá certo assim de eu ir [...] (E1)”

“Sábado à tarde geralmente eu jogo futebol [...] (E4).

No Grupo das Maiores Médias todos os respondentes mostraram praticar algum tipo de esporte ou até mais de um. Entre os esportes citados encontram-se o futebol, o vôlei, tênis de mesa e o xadrez. Outras atividades também aparecem nos enunciados, como a prática de caminhada e corrida e a participação em academia, ainda a pesca foi mencionada.

“Aí normalmente é em torno de quatro horas que o pessoal sempre faz, às vezes jogam um volezinho, um futebolzinho” (E6).

“[...] o futebol, o vôlei, depende o que o pessoal programa ou eu programo, no sábado ou domingo, porque dia de semana é impossível, a tentação é grande, mas não dá” (E6).

“Daí lá na chácara você vai pescar, você tem várias atividades, né, em uma chácara lá” (E7).

“Bom, eu levanto em torno de 6h da manhã, daí faço a minha prática esportiva que é correr.[...] (E8)

“Depois, quando chego em casa, geralmente eu vou a pé até a minha casa, troco de roupa vou dar uma caminhada ou então quando tenho fôlego dou uma corrida, ou então vou pra academia” (E9).

“Saio jogar futebol, jogo um tênis de mesa, um xadrez. É isso, toma o tempo bastante” (E10).

Com relação às atividades deste primeiro bloco a diferença entre os dois grupos de colaboradores fica mais evidente. Dos dois participantes do **Grupo de menores médias** apenas um efetivamente afirma praticar um tipo de esporte, o futebol, enquanto o outro deixa a entender que havia começado a prática da capoeira há duas semanas, mas só vai quando dá certo. Os entrevistados E2 e E3, quando questionados sobre quais as coisas que faziam antigamente e não fazem hoje (pergunta 3), responderam que não praticam mais esporte e o Entrevistado E5 comenta não praticar mais exercício físico.

Já no **Grupo de maiores médias** o esporte especificamente é citado pelos entrevistados E6 e E10, as demais atividades podem não ser consideradas esportes epistemologicamente falando, mas são socialmente consideradas, como pode ser visto no enunciado do entrevistado E8, “daí faço a minha prática esportiva que é

correr”, esta percepção pode ser estendida à fala do entrevistados E9 que cita a caminhada, a corrida e a participação em academia de ginástica. A pesca é citada pelo entrevistado E7, esta é outra atividade que pode ser ou não esporte, mas é evidente que sua prática possibilita ao indivíduo a destruição da rotina e um descontrole emocional por meio do movimento e em muitas vezes através da sociabilidade.

Ainda com relação ao esporte, ao responderem a 4ª pergunta da entrevista - *O que você mais gosta de fazer quando você tem tempo?* – o entrevistado E7 reafirma o gosto pela pesca que também é citado pelo entrevistado E10 e, o entrevistado E9, aumenta o leque de atividades que gosta de praticar, esportes estes relacionados à natureza como orientação, caiaque e acampamento.

Partindo do que foi exposto, o esporte, ou melhor, as atividades de lazer relacionadas à mobilidade corporal podem ser consideradas um fator importante na diferença apresentada entre os dois grupos de referência relacionados à faceta 21. Fica claro que a percepção de satisfação que parte dos componentes do Grupo de Maior Média que podem estar relacionadas à presença da prática de esportes ou de atividades relacionadas a este tipo de atividade no preenchimento de seu tempo livre.

Para reforçar esta afirmação podem ser mostradas as respostas dadas à pergunta nº 5 - *Quais as lembranças que você tem das atividades de lazer?* – Em todas as respostas oriundas dos dois grupos (Quadro – 15 e 16) foram encontradas referências ao esporte ou a atividades relacionadas a ele, como por exemplo, jogar bola, caminhada e a prática de canoagem (caiaque). Outras atividades foram apresentadas nas respostas desta quinta pergunta e podemos considerá-las como lazer dentro da teoria apresentada, mas não se fizeram presentes em todas as respostas como as atividades relacionadas à mobilidade corporal.

O segundo bloco das Atividades de jogo ou miméticas refere-se à participação como espectador em atividades miméticas sem fazer parte de sua organização. A forma elementar de ativação emocional preponderante nestas atividades é a Imaginação que por sua vez atua diretamente nas atividades miméticas, “aquelas nas quais é permitido experimentar sentimentos intensos (como paixão e fé) ou emoções perigosas (como raiva e medo) sem se colocar em perigo real ou ter de arcar com as conseqüências” (PRONI, 2001, p. 126).

As atividades pertencentes a este bloco aparecem nos enunciados dos colaboradores dos dois grupos de referência. No grupo das Maiores Médias os entrevistados E1 e E4 dizem locar filmes e o entrevistado E3 indica que vai ao cinema.

“Loco alguns filmes, assim às vezes [...]”(E1).

“saio com minha mulher, vou ao cinema [...]” (E3).

“vejo algum filme final de semana no dvd” (E4).

No grupo das Maiores Médias todos os colaboradores entrevistados mostram participar como espectador em atividades miméticas representadas na forma de ver filmes no cinema, ler, ver novelas e assistir esporte na televisão.

“Cinema, é o de praxe, o que mais faz é o cinema” (E6).

“[...] e depois tem o lazer básico que é o cinema, de vez em quando leio alguma coisa” (E6).

“Uma novela e aguardo o horário pra retornar ao trabalho” (E7).

“[...] aí já fico assistindo esporte, ou ouvindo música geralmente uma coisa assim” (E8).

“[...] meus filhos têm uma idade assim de adolescente mais a gente sai muito junto, se eles vão no Shopping a gente acaba indo junto no cinema então as atividades são geralmente todas em família” (E9).

“[...] Namorada também, passo parte do tempo, tipo vou no cinema (E10)”.

Comparando os dois grupos de referência novamente a maior participação nas atividades deste gênero parte do **Grupo de maiores médias**. O cinema ou o assistir filme no cinema é apresentada por três de seus participantes enquanto apenas um do Grupo de Menor Média diz realizar atividade como esta. A imaginação está presente em todas as formas de lazer apresentadas, porém a ativação emocional proporcionada pelo fato de estar em uma sala de cinema torna-se superior em comparação às outras.

A última subcategoria a ser apresentada é Miscelânea de atividades de lazer menos especializada. Como já foi mostrado esta categoria está relacionada à agradável destruição da rotina e com frequência através de ações multifuncional, o que pode ser representado através de atividades como: viagens em feriados, comer

fora para variar, relações de amor destruindo a rotina, cuidados não rotineiros com o corpo, tais como banhos de sol, dar um passeio a pé.

Atividades como estas estão presentes no tempo livre de alguns dos entrevistados. No **Grupo de menores médias** apenas o entrevistado E3 fez referência a estas atividades ao comentar que no final de semana vai comer fora e acampa com os amigos quando está de folga. No **Grupo de maiores médias** é representado pelos entrevistados E6, E8 e E9 que mostram atividades como passear e viajam e também comer fora.

“Passeios né, também por perto, o pai tem chácara, vou na chácara do pai, lá daí quando dá certo de ir sábado ou domingo a gente acaba posando lá e você descansa um pouco mais, né” (E6).

“[...] a gente vai pra casa dos pais dela (esposa) eles não moram aqui em Ponta Grossa.” (E8)

“[...] damos uma volta, comer fora, quando o sogro e a sogra não aparecem a gente almoça fora é mais ou menos isso aí” (E8).

“[...] ou então a gente vai jantar ou então a um baile”(E9).

As atividades de lazer pertencentes a esta subcategoria estão diretamente ligadas às demais apresentadas devido à relação com os três elementos de ativação emocional, sociabilidade, mobilidade e a imaginação, sendo assim através delas as necessidades do lazer podem ser satisfeitas. Esta é outra categoria em que se destaca o **Grupo de maiores médias**.

Ainda com respeito ao lazer, a pergunta nº 6 da entrevista, indagava se a empresa oferecia ou promovia alguma atividade de lazer, esta questão objetivava verificar a existência de atividades de lazer promovidas pela empresa e se estas eram percebidas pela ótica do entrevistado como práticas de lazer. Buscou-se também levantar se o lazer está relacionado apenas com o tempo fora do trabalho formal ou se eles encontram no tempo do trabalho algo que considerem lazer.

As respostas mostraram que a maioria dos entrevistados dos grupos de referência percebe nas ações realizadas pela empresa, atividades relacionadas ao lazer e que encontram momentos de lazer no período que estão trabalhando. Apenas os entrevistados E1 e E6 não reconhecem atividades de lazer promovidas pela empresa, o entrevistado E3 afirma que a empresa não promove atividades

deste gênero, mas comenta a existência de ações que incentivam a prática de atividades de lazer, com relação a isso tece o seguinte comentário:

“[...] especificamente uma atividade desenvolvida pela empresa regularmente assim não. Até acho pelo fato da ausência de uma associação ou uma coisa assim, né. Talvez facilitasse esse tipo de coisa, mas não tem” (E3).

Dentre as práticas reconhecidas pelos entrevistados em relação ao lazer aparecem: o aluguel de quadra esportiva que é disponibilizada para os colaboradores, o incentivo à participação de Jogos do Sesi (Serviço Social da Indústria), a sala de jogos, festividades e a ginástica laboral.

O aluguel da quadra do Sesi é citado pelos entrevistados E2, E3, E4, E5, E8 e E9, porém nenhum efetivamente confirma sua participação nas atividades desenvolvidas neste horário. Os jogos do Sesi são lembrados pelo entrevistado E2. A sala de jogos é citada pelos entrevistados E3, E4 e E10. As atividades disponíveis na sala de jogos são: mesa de sinuca, tênis de mesa, jogo de baralho, mesa de Pebolim e a disponibilidade de uma televisão.

“Tem o horário de jantar e tem uma sala de jogo disponível, tem mesa de sinuca, tênis de mesa, tem televisão, mesa pra jogar baralho, pebolim. É um monte de recreação, tem gente que ou aproveita o horário pra descansar, que seria o ideal vamos dizer, mas eu não consigo ficar uma hora parado sem fazer nada. Baixa o stress. E mesmo eu gosto de jogar tênis de mesa assim eu sempre desço, trago raquete, bolinha pra jogar no horário de janta, gostoso de fazer” (E3).

“na hora do almoço o jogo de truco ou ping-pong ou sinuca depende do que tá disponível, que é nosso lazer” (E4) .

A ginástica laboral é lembrada também nos enunciados dos colaboradores entrevistados E4, E7 e E9. Mesmo esta não sendo uma atividade de lazer propriamente dita, pode adquirir características através do seu objetivo, a quebra da rotina do trabalho. A ginástica laboral como exercício físico pode ser rotineira, mas as atividades desenvolvidas na sua execução permitem ao colaborador uma quebra do controle social imposto pela rotina do trabalho, além ainda de ser uma atividade de caráter opcional, onde a escolha individual prevalece. Nela podem ser encontrados os elementos de ativação emocional de lazer através da sociabilidade, já que é realizada em conjunto. Nas atividades de cunho recreativo como dinâmicas



de grupo podem ser utilizadas, a mobilidade através do movimento corporal e a imaginação.

As atividades pura ou simplesmente sociáveis são lembradas pelos entrevistados E3, E4 e E7. No enunciado dos colaboradores aparecem as comemorações de final de ano e as festas de aniversários; na primeira a participação é para todos os funcionários e na segunda apenas para aniversariantes do mês os quais podem convidar familiares e amigos.

## 5. CONCLUSÕES E CONSIDERAÇÕES FINAIS

A melhoria da QV tem sido uma busca incessante do ser humano, viver mais e melhor é uma das características fundamentais da espécie humana. Para que este objetivo seja alcançado várias necessidades elementares do ser humano devem ser satisfeitas. Fatores materiais e não materiais compõem um patamar de elementos que interferem na QV. A habitação, trabalho, educação, transporte, saúde, lazer e nutrição são exemplos materiais ou objetivos que permeiam a QV, como exemplo de fatores não materiais ou subjetivos que podem influenciar de forma significativa. Na percepção a cerca da QV podem ser citados o amor, a liberdade, a felicidade, a espiritualidade, as relações pessoais, a solidariedade, a inserção social entre outros.

A satisfação destas necessidades tem relação direta com a dignidade humana, porém esta tarefa não cabe apenas ao indivíduo, mas também a ações provenientes de uma rede de relações existente entre sociedade, empresa e governo. Para este trabalho foi escolhido apenas um elemento desta tríade, a empresa. Sendo assim esta pesquisa buscou investigar a qualidade de vida em uma indústria Multinacional do ramo de Alimentos, para que fosse possível perceber quais os fatores que influenciavam a QV dos colaboradores desta instituição, bem como quais ações realizadas pela empresa vem corroborar com a melhoria da QV dos mesmos.

O resultado do levantamento realizado através do questionário *WHOQOL-100* mostrou que os colaboradores em questão avaliam sua QV de uma forma intermediária de satisfação. O resultado de 69,22% da Qualidade de vida do ponto de vista do avaliado e a média de qualidade de vida geral de 69,61% a qual resulta das médias de todos os Domínios avaliados, demonstra que a auto-avaliação dos componentes da amostra condiz com a percepção geral dos domínios o que confirma a avaliação intermediária de satisfação.

Sendo o ser humano um eterno insatisfeito, ou melhor, sendo a vida do homem uma eterna busca pela satisfação de uma série de necessidades inerentes a ela, pode-se compreender que este resultado intermediário de satisfação, como já foi comentado anteriormente, aparecem como uma conseqüência desta busca peculiar da espécie humana pela QV. Mesmo assim esta avaliação aponta para a necessidade de um olhar mais atencioso no que diz respeito à QV dos colaboradores pesquisados e quais os fatores que podem ser trabalhados para que se possa de alguma maneira buscar melhorias em relação à QV.

Os fatores que contribuem de forma positiva na avaliação da QV do grupo pesquisado apresentado pelo questionário *WHOQOL-100* são representados pelas facetas que obtiveram avaliação satisfatória, ou seja, escores acima de 75% de média. A auto-estima, a Imagem Corporal, a Mobilidade, a Dependência de Medicação ou Tratamentos, as Relações pessoais, Atividade Sexual, os Aspectos Espirituais/Religiosos/Crenças/Pessoais e a Capacidade de Trabalho.

No domínio Psicológico destacam-se a auto-estima e a imagem corporal. A avaliação satisfatória destas facetas demonstra que os colaboradores possuem uma boa relação intra-pessoal, que estes se sentem valorizados pessoalmente, são autoconfiantes e estão satisfeitos consigo mesmos e com suas capacidades. Com relação à imagem corporal pode-se dizer que o resultado demonstra que os colaboradores têm uma aceitação positiva da sua aparência e que estes não se sentem inibidos com relação a sua imagem corporal o que tem influência direta na auto-estima do indivíduo. Esta boa relação intra-pessoal reflete positivamente na relação inter-pessoal no ambiente de trabalho, pois se o colaborador sente-se bem consigo mesmo pode se relacionar melhor com seus pares no ambiente organizacional e, além disto, tornam-se mais capazes de realizar suas tarefas laborais com maior satisfação.

As relações inter-pessoais são avaliadas pelo Domínio Relações pessoais. As facetas Relações pessoais e Atividade Sexual ambas pertencentes a este domínio, também foram avaliadas positivamente. Este resultado demonstra que os colaboradores estão satisfeitos com relação à sua família, amigos e com o apoio que oferecem e recebem. No que diz respeito à vida sexual os colaboradores se dizem satisfeitos, o que contribui com a elevação da QV deste grupo pois a insatisfação sexual e as más relações pessoais podem interferir de forma negativa na vida do ser humano. O Domínio Espiritualidade/Religião/Crenças pessoais aparece como o segundo maior escore médio com 78,98%, este escore indica que os entrevistados estão satisfeitos com este domínio, o que demonstra que na vida dos colaboradores em questão, a religiosidade e a espiritualidade servem de suporte para o enfrentamento das dificuldades no dia-a-dia o que pode ser compreendido como algo que dê sentido às suas vidas.

No domínio Nível de Independência três facetas são destacadas, a mobilidade, a capacidade de trabalho e a dependência de medicação ou tratamento. A

mobilidade refere-se à capacidade e à satisfação de locomoção do indivíduo, o resultado da pesquisa mostrou que os colaboradores em questão não demonstram estar preocupados com dificuldades de locomoção e que são capazes de se movimentar sem problemas para realizar as tarefas de seu dia-a-dia. Os resultados da Faceta Dependência de Medicação ou de Tratamentos mostram que os colaboradores não dependem de medicamentos ou tratamento médico para levar sua vida e que isso afeta positivamente sua QV.

Ainda com relação ao Domínio Nível de Independência cabe destacar a faceta Capacidade de trabalho a qual obteve a maior média entre todas as facetas, 81,99%, este resultado demonstra que os colaboradores estão satisfeitos em relação à sua capacidade de trabalho. O fato de não terem dificuldades de locomoção e não dependerem de medicamento nem tratamentos médicos vem a interferir positivamente para a capacidade de trabalho. Isso somado à satisfação percebida nas outras facetas apresentadas a pouco como positivas reforçam a percepção dos colaboradores em relação à capacidade de trabalho. O Domínio Nível de independência teve o maior escore de todos os domínios 79,47%, sendo este destacado como o de maior influência positiva na QV dos colaboradores entrevistados.

No que diz respeito aos fatores que contribuem negativamente para a QV do grupo pesquisado os resultados do *WHOQOL-100* indicaram quatro facetas pertencentes ao Domínio Meio Ambiente, sendo elas as seguintes: Ambiente físico: (poluição/ruído/trânsito/clima), Participação em, e oportunidades de recreação/lazer, Recursos financeiros e Segurança física e proteção. Estas facetas obtiveram as menores médias em relação à satisfação, variando entre 55,11% a 50,44% pontos percentuais.

O Ambiente físico: poluição/ruído/trânsito/clima representa a Faceta que avalia as condições do ambiente em que vivem tanto no lar quanto no trabalho. Com 55,11% de média os entrevistados mostram uma posição **intermediária de satisfação**, esta faceta aparece como a quarta menor média avaliada.

A terceira pior média apresentada pelo *WHOQOL-100* pertence à faceta referente à Participação em, e oportunidades de recreação/lazer. Nesta faceta foram levantadas questões referentes às oportunidades e participação em atividades de lazer e recreação e ainda como os colaboradores entrevistados estavam satisfeitos

PPGEP - PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ENGENHARIA DE PRODUÇÃO

com a utilização de seu tempo livre. Com média de 53,75% os entrevistados demonstram uma posição **intermediária de satisfação** em relação a esta Faceta.

O segundo pior escore apresentado foi obtido pela faceta Recursos Financeiros. Esta faceta buscava saber se o colaborador entrevistado tem dinheiro suficiente para satisfazer suas necessidades, sobre a existência de dificuldades financeiras e se isto lhe preocupa ou, se ao contrário, se o dinheiro que possui lhe é satisfatório. Esta faceta apresentou uma média de 52,22%, o que demonstra uma posição intermediária de satisfação, o que representa que estes não estão nem satisfeitos nem insatisfeitos com seus recursos financeiros.

A faceta que recebeu a menor avaliação média do Domínio Meio Ambiente foi também o menor escore de todas as facetas avaliadas. A Segurança física e proteção, diz respeito à satisfação em relação à segurança tanto individual quanto ao ambiente em que se vive. Com o escore médio de 50,44% os entrevistados indicaram uma posição **intermediária de satisfação**.

Entre as facetas que tiveram menor avaliação para este trabalho buscou-se aprofundar e desenvolver uma discussão mais pontual sobre o lazer. Para tanto foi desenvolvida uma entrevista que permitisse uma melhor percepção da realidade apresentada nas atividades de tempo livre, bem como quais os hábitos de lazer desenvolvidos por este grupo.

A partir do exposto na seção 4.2 pode se apontar que a satisfação apresentada em relação à faceta 21- Participação em, e oportunidades de recreação/lazer -, pelo **Grupo de maiores médias** é decorrente da maior variedade de atividades praticadas por seus participantes.

Com relação às atividades rotineiras não houve diferenciação, já nas atividades intermediárias de tempo a polaridade pode começar a ser notada, nas atividades apresentadas através dos enunciados dos entrevistados do **Grupo de maiores médias**, são mostradas atividades que dizem respeito à religião, estudo e a trabalhos voluntários, atividades que se diferenciam das rotineiras principalmente pela escola individual o que pode refletir diretamente na possibilidade de satisfação pessoal ao se estar procurando melhorias tanto pessoais como espirituais através da religião e da participação em ações sociais, bem como da busca de melhoria profissional através do estudo.

Com relação ao lazer as diferenças aumentam e o distanciamento encontrado em relação à satisfação nos grupos de referência se tornam mais evidentes. Nas atividades puramente sociáveis o maior grau de satisfação justifica-se pela configuração social à qual os componentes do **Grupo de maiores médias** estão inseridos nas gozo dessas atividades. No grupo de amigos, como já foi comentado, o auto-controle e as restrições sociais são menos elevadas em comparação ao controle social imposto pela família.

Ao apresentar as divisões das atividades de jogo ou miméticas a satisfação apresentada pelo Grupo de Maiores Médias torna-se mais compreensível. No primeiro bloco as atividades miméticas relacionavam-se à destruição da rotina através do movimento corporal, com relação a estas atividades a diferença entre os dois grupos de colaboradores ficou mais evidente ainda. O **Grupo de maiores médias** se diferencia do outro pela prática de esportes e da maior variedade de atividades de lazer relacionadas com mobilidade corporal no preenchimento de seu tempo livre.

Nas atividades onde se participa como espectador em atividades miméticas, ao se comparar os dois grupos percebe-se uma maior participação em atividades deste gênero por parte dos colaboradores que compõem o **Grupo de maiores médias**, sendo dado destaque à atividade de assistir filmes especialmente no cinema.

Por fim foram apresentadas as atividades pertencentes à subcategoria Miscelânea de atividades de lazer menos especializada. Esta categoria se fez presente principalmente no tempo livre do **Grupo de maiores médias** sendo outra categoria em que se destaca a superioridade do **Grupo de maiores médias**.

Sendo assim pode-se dizer que esta análise qualitativa pode mostrar que os valores encontrados através do instrumento *WHOQOL-100* através da faceta 21, especificamente no grupo de referência formado pelos 10 colaboradores representando as melhores e menores médias, condizem com a realidade apresentada nas respostas da entrevista destes colaboradores.

Conclui-se que o lazer vem a ser um divisor de águas em relação à QV dos colaboradores em questão. Dentre os fatores indicados como negativos, a Faceta 21 pode ser apresentada como uma possibilidades na qual a empresa pesquisada pode interferir através de ações, tanto internas como externas, que possibilitem aos seus

colaboradores acesso a atividades de lazer, as quais possam vir a se tornar hábito em suas atividades de tempo livre, o que pode corroborar com a elevação do grau de satisfação em relação à QV de seus colaboradores.

### **5.1. Sugestões para trabalhos futuros**

- Aplicar o *WHOQOL-100* em trabalhadores em turnos;
- Realizar a discussão desenvolvida na Faceta 21 com as demais Facetas;
- Desenvolver um instrumento para a análise de QV relacionada ao Lazer no formato do *WHOQOL-100*;
- Aplicar instrumentos de análise de QVT e cruzar os dados com o resultado obtido através do *WHOQOL-100*, e
- Aplicar o *WHOQOL-100* em empresas que possuam programas de QV e QVT.

## REFERÊNCIAS

- ADRIANO, J. R. et al. Building healthy cities: a strategy to improve the quality of life?. *Ciênc. saúde coletiva*, 2000, v. 5, n.1, p. 53-62. ISSN 1413-8123. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232000000100006](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232000000100006)>. Acesso em 15 abr. 2007.
- BARBANTI, V. J. **Dicionário de Educação Física e do Desporto**. São Paulo: Editora Manole Ltda, 1994. 306 p.
- BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. 70.ed. Lisboa,1979.
- COSTENARO, A. C.; STECCA, J. P. Motivação profissional: um indicador de qualidade de vida. *Revista Eletrônica de Contabilidade Curso de Ciências Contábeis*, UFSM. v.1, n.1, p. 241-264, set./nov. 2004. Disponível em: <<http://coralx.ufsm.br/revistacontabeis/artigos/vln01/a13vln01.pdf>. >. Acesso em 15 abr. 2007.
- DANTAS, R. A. S.; SAWADA, N. O.; MALERBO, M. B. Investigación sobre la calidad de vida: revisión de la producción científica de la universidades públicas del Estado de São Paulo. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, jul./ago. 2003, v.11, n. 4, p. 532-538. ISSN 0104-1169. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-11692003000400017&script=sci\\_arttext&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-11692003000400017&script=sci_arttext&tlng=pt)..>. Acesso em 15 abr. 2007.
- DEJOURS, C. **A loucura do trabalho**: estudo de psicopatologia do trabalho. 5ª ed. São Paulo: Cortez, 1992.
- DETONI, D. J. **Estratégias de avaliação da qualidade de vida no trabalho**: um estudo de caso em agroindústrias. 2001, 138 f. Dissertação (Mestrado em Engenharia de Produção) – Programa de Pós-graduação em Engenharia de Produção, UFSC, 2001.
- ELIAS, N. **O processo civilizador**. Rio de Janeiro: Zahar, 1994
- \_\_\_\_\_; DUNNING, E. **A Busca da Excitação**. Lisboa: Difel, 1992.
- FAMED – UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL/HCPA. **Versão em português dos instrumentos de avaliação de qualidade de vida (WHOQOL)**. 1998. Disponível em: <<http://www.ufrgs.br/psiq/WHOQOL.html>>. Acesso em: 28 abr. 2005.



FLECK, M. P. de A. et al. Desenvolvimento da versão em português do instrumento de avaliação de qualidade de vida OMS (*WHOQOL-100*). **Revista Brasileira de Psiquiatria**, São Paulo, v.21, n.1, p. Jan/Mar. 1999. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbp/v21n1/v21n1a06.pdf>>. Acesso em 15 abr. 2007.

FLECK, M.P. de A. et al. Desenvolvimento do WHOQOL, módulo espiritualidade, religiosidade e crenças pessoais, **Saúde Pública**, São Paulo, v. 37, n.4, p. 446-455, 2003. Disponível em: <[http://www.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-89102003000400009](http://www.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102003000400009)>. Acesso em 15 abr. 2007.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 5 ed. São Paulo: Atlas, 1999.

GOMES, R. A análise de dados em pesquisa qualitativa. In: MINAYO, C. S. (org). **Pesquisa Social: teoria, método e criatividade**. Petrópolis, RJ: Editora Vozes, 2000.

GRUPO WHOQOL. **Versão em português dos instrumentos de avaliação de Qualidade de Vida (WHOQOL) 1998**. FAMED – Universidade Federal do Rio Grande do Sul / HCPA. Disponível em: <http://www.ufrgs.br/psiq/whoqol1.html#1>. Acesso em 22 set. 2005

KLUTHCOVSKY, A. C. G. C. **Qualidade de vida dos agentes comunitários de saúde de um município do interior do Paraná**. 2005. 118 f. Dissertação (Mestrado) – Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2005.

KOLLER, E. M. P.; MACHADO, H. B. Reflexões sobre a prática atual da enfermagem e prenúncios de mudança para o século XXI, **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, 45(1), p. 74-79, jan./mar.1992.

COUTO, H. de A. **Fisiologia do trabalho aplicado**. Belo Horizonte: Ibérica, 1978.

LIMONGI-FRANÇA, A. C. **Qualidade de vida no trabalho: conceitos e práticas na sociedade pós-industrial**. São Paulo: Atlas, 2004.

LIMONGI-FRANÇA, A. C.; ZAIMA, G. Gestão de Qualidade de Vida no trabalho – GQVT: com ênfase em pessoas, equipes e liderança. In: BOOG, G.; BOOG, M. (Coord). **Manual de Gestão de pessoas e equipes: estratégias e tendências**, v.1. São Paulo: Gente, 2002 p.406.

MAIA, A. S. Viver com qualidade: desafio para o século XXI. In MOREIRA, W. W.(org.) **Qualidade de vida: Complexidade e educação**. São Paulo: Papiros, 2001

MARQUES, R. F. R. Influência da Tecnologia sobre a Prática Cotidiana de Atividade Física. In: Vilarta, R.; GUTIERREZ, G. L. ; CARVALHO, T. H. P. F. DE; GONÇALVES, A. (org.) **Qualidade de Vida e Novas Tecnologias**. CAMPINAS: IPES EDITORIAL, 2007. 222 p.

MASLOW, A. H. **Introdução à psicologia do ser**. Rio de Janeiro: Livraria Eldorado. Tijuca, 1970.

MENDES, R. A.; LEITE, N. **Ginástica laboral: princípios e aplicações práticas**. Barueri, SP: Manole, 2004.

MINAYO, M. C. S. et al. Qualidade de vida e saúde: um debate necessário. **Ciência e Saúde Coletiva**. v. 5., n. 1. 2000. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232000000100002](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232000000100002)>. Acesso em 15 abr. 2007.

MORAIS, G. T. B. de. **Qualidade de Vida no trabalho: um estudo sobre prazer e sofrimento em uma multinacional na cidade de Ponta Grossa – PR**. 2006, 83 f. Dissertação (Mestrado em Engenharia de Produção) – Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Ponta Grossa, 2006.

MOREIRA, M. M. S. **Trabalho, qualidade de vida e envelhecimento**. 2000. 91 f. Dissertação (Mestrado em Saúde Pública), Fundação Osvaldo Cruz, Escola Nacional de Saúde Pública, São Paulo, 2000.

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. Londrina: Midiograf, 2001

PILATTI, L. A. Qualidade de vida e trabalho: Perspectivas na Sociedade do Conhecimento. In: VILARTA, R. et al. (Org.). **Qualidade de Vida e Novas Tecnologias**. IPES Editorial. Campinas, SP. 2007.

\_\_\_\_\_; BEJARANO, V. C. Qualidade de Vida no Trabalho: Leituras e Possibilidades no Entorno. In: GONÇALVES, A.; GUTIERREZ, G. L.; VILARTA, R. (Org.). **Gestão da Qualidade de Vida na empresa**. IPES Editorial. Campinas, SP. 2005.

PODESTÁ JUNIOR, A. **Fatores motivacionais e a qualidade do trabalho dos servidores técnico-administrativos do Departamento de Materiais e Serviços**

**Gerais da Universidade Federal de Santa Catarina.** 2002, 123 f. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal de Santa Catarina, Centro Tecnológico, Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção. Florianópolis, 2002.

PRONI, M. W. A teoria do lazer de Elias e Dunning. **In: Simpósio Internacional Processo Civilizador, 6., 2001. Assis. Coletânea... Assis: Lasergráfica. 2001**

ROCHA, A. D.; et al. Quality of life, starting point or final result?. **Ciênc. saúde coletiva, Rio de Janeiro**, v.5, n.1, p.63-81. ISSN 1413-8123. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232000000100007](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232000000100007)>. Acesso em 15 abr. 2007.

ROSA, M. A. S. **Qualidade de Vida no Trabalho: análise do caso de trabalhadores de uma empresa do ramo de metalurgia de Ponta Grossa – Paraná. 2006, 109 f.** Dissertação (Mestrado em Engenharia de Produção) – Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Ponta Grossa, 2006.

SALLES, E. P. de. **Qualidade de vida do auxiliar e técnico de enfermagem em UTIs,** 2005, 123 f. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal de Goiás, Faculdade de Enfermagem, **Goiânia,** 2005.

SALOMON, D. V. **Como fazer monografia.** 9. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

SANTOS, S. R. dos et al. Qualidade de vida do idoso na comunidade: aplicação da escala Flanagan. **Rev. Latino-Am. Enfermagem,** Ribeirão Preto, v. 10, n.6, nov./dez. 2002. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-11692002000600002](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692002000600002)>. Acesso em 15 abr. 2007.

SEIDL, E. M. F.; ZANNON, C.M.L. DA C. Qualidade de vida e saúde: aspectos conceituais e metodológicos. **Cad. Saúde Pública,** 20(2), p. 580-588, mar/abr, 2004. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csp/v20n2/27.pdf>>. Acesso em 15 abr. 2007.

SILVA, R. da. **Características do estilo de vida de professores do ensino superior público em Educação Física.** 2006, 264f. Tese (Doutorado em Engenharia de Produção) – Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção, CTC – UFSC, Florianópolis, 2006.

SIVIEIRO, I. M. P. S. **Saúde mental e qualidade de vida de enfartados**. 2003, 111 f. Tese (Doutorado) Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto , USP, São Paulo, 2003.

SOUZA, E. G.; RIBEIRO, K. C. S. Qualidade de vida no trabalho: um estudo envolvendo o atendimento em telefonia. In: Encontro Nacional de Engenharia de Produção. XXIII. International Conference on Industrial Engineering and Operations Management. IX, 2003, Ouro Preto. **Anais...** Ouro Preto: UFOP, **2003**.

TRIOLA, M. F. **Introdução à estatística**. 7. ed. Rio de Janeiro: Ltc. Livros técnicos e científicos Editora S/A, 1999.

WALTON, R. E. Quality of working life: what is it? **Sloan Management Review**, Cambridge, v. 15, n.1, p.110-121, dec. 1973.

VECCHIA, R. D. et al. Quality of life in the elderly: a subjective concept. **Rev. bras. epidemiol.**, v.8, n.3, p.246-252. ISSN 1415-790X. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1415-790X2005000300006&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1415-790X2005000300006&script=sci_arttext)>. Acesso em 15 abr. 2007.

**ZIMMERMANN, A. C.** Atividades de ventura e qualidade de vida. Um estudo sobre a aventura, o esporte e o ambiente na ilha de Santa Catarina – **Revista Digital - Buenos Aires - Año 10 - N° 93 - Febrero de 2006**. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd93/sc.htm>>. Acesso em 15 abr. 2007.

## ANEXO A – QUESTIONÁRIO WHOQOL-100

# WHOQOL-100

Versão em português

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE

AVALIAÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA

Coordenação do Grupo WHOQOL no Brasil

Dr. Marcelo Pio de Almeida Fleck

Departamento de Psiquiatria e Medicina Legal Universidade Federal do Rio Grande do Sul Porto Alegre- RS - Brasil

### Instruções

Este questionário é sobre como você se sente a respeito de sua qualidade de vida, saúde e outras áreas de sua vida. Por favor, responda todas as questões. Se você não tem certeza sobre que resposta dar em uma questão, por favor, escolha entre as alternativas a que lhe parece mais apropriada. Esta, muitas vezes, poderá ser a sua primeira escolha.

Por favor, tenha em mente seus valores, aspirações, prazeres e preocupações. Nós estamos perguntando o que você acha de sua vida, tomando como referência **às duas últimas semanas**.

Por exemplo, pensando nas últimas duas semanas, uma questão poderia ser:

Quanto você se preocupa com sua saúde?				
nada	Muito pouco	Mais ou menos	bastante	Extremamente
1	2	3	4	5

Você deve circular o número que melhor corresponde ao quanto você se preocupou com sua saúde nas últimas duas semanas. Portanto, você deve fazer um círculo no número 4 se você se preocupou "bastante" com sua saúde, ou fazer um círculo no número 1 se você não se preocupou "nada" com sua saúde. Por favor, leia cada questão, veja o que você acha, e faça um círculo no número que lhe parece a melhor resposta.

Muito obrigado por sua ajuda.

---

As questões seguintes são sobre *o quanto* você tem sentido algumas coisas nas últimas duas semanas. Por exemplo, sentimentos positivos tais como *felicidade* ou *satisfação*. Se

você sentiu estas coisas "*extremamente*", coloque um círculo no número abaixo de "*extremamente*". Se você não sentiu nenhuma destas coisas, coloque um círculo no número abaixo de "*nada*". Se você desejar indicar que sua resposta se encontra entre "*nada*" e "*extremamente*", você deve colocar um círculo em um dos números entre estes dois extremos. As questões se referem **às duas últimas semanas**.

F1.2 Você se preocupa com sua dor ou desconforto (físicos)?

Nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F1.3 Quão difícil é para você lidar com alguma dor ou desconforto?

Nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F1.4 Em que medida você acha que sua dor (física) impede você de fazer o que você precisa?

Nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F2.2 Quão facilmente você fica cansado(a)?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F2.4 O quanto você se sente incomodado(a) pelo cansaço?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F3.2 Você tem alguma dificuldade para dormir (com o sono)?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F3.4 O quanto algum problema com o sono lhe preocupa?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F4.1 O quanto você aproveita a vida?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F4.3 Quão otimista você se sente em relação ao futuro?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F4.4 O quanto você experimenta sentimentos positivos em sua vida?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F5.3 O quanto você consegue se concentrar?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F6.1 O quanto você se valoriza?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F6.2 Quanta confiança você tem em si mesmo?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F7.2 Você se sente inibido(a) por sua aparência?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F7.3 Há alguma coisa em sua aparência que faz você não se sentir bem?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F8.2 Quão preocupado(a) você se sente?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F8.3 Quanto algum sentimento de tristeza ou depressão interfere no seu dia-a-dia?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F8.4 O quanto algum sentimento de depressão lhe incomoda?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F10.2 Em que medida você tem dificuldade em exercer suas atividades do dia-a-dia?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F10.4 Quanto você se sente incomodado por alguma dificuldade em exercer as atividades do dia-a-dia?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F11.2 Quanto você precisa de medicação para levar a sua vida do dia-a-dia?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F11.3 Quanto você precisa de algum tratamento médico para levar sua vida diária?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F11.4 Em que medida a sua qualidade de vida depende do uso de medicamentos ou de ajuda médica?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F13.1 Quão sozinho você se sente em sua vida?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F15.2 Quão satisfeitas estão as suas necessidades sexuais?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F15.4 Você se sente incomodado(a) por alguma dificuldade na sua vida sexual?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5



F16.1 Quão seguro(a) você se sente em sua vida diária?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F16.2 Você acha que vive em um ambiente seguro?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F16.3 O quanto você se preocupa com sua segurança?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F17.1 Quão confortável é o lugar onde você mora?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F17.4 O quanto você gosta de onde você mora?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F18.2 Você tem dificuldades financeiras?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F18.4 O quanto você se preocupa com dinheiro?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F19.1 Quão facilmente você tem acesso a bons cuidados médicos?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F21.3 O quanto você aproveita o seu tempo livre?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F22.1 Quão saudável é o seu ambiente físico (clima, barulho, poluição, atrativos) ?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F22.2 Quão preocupado(a) você está com o barulho na área que você vive?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F23.2 Em que medida você tem problemas com transporte?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F23.4 O quanto as dificuldades de transporte dificultam sua vida?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

As questões seguintes perguntam sobre *quão completamente* você tem sentido ou é capaz de fazer certas coisas nestas últimas duas semanas. Por exemplo, atividades diárias tais como lavar-se, vestir-se e comer. Se você foi capaz de fazer estas atividades *completamente*, coloque um círculo no número abaixo de "*completamente*". Se você não foi capaz de fazer nenhuma destas coisas, coloque um círculo no número abaixo de "*nada*". Se você desejar indicar que sua resposta se encontra entre "*nada*" e "*completamente*", você deve colocar um círculo em um dos números entre estes dois extremos. As questões se referem **às duas últimas semanas**.

F2.1 Você tem energia suficiente para o seu dia-a-dia?

Nada	muito pouco	médio	muito	completamente
1	2	3	4	5

F7.1 Você é capaz de aceitar a sua aparência física?

Nada	muito pouco	médio	muito	completamente
1	2	3	4	5

F10.1 Em que medida você é capaz de desempenhar suas atividades diárias?

Nada	muito pouco	médio	muito	completamente
1	2	3	4	5

F11.1 Quão dependente você é de medicação?

Nada	muito pouco	médio	muito	completamente
------	-------------	-------	-------	---------------

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

F14.1 Você consegue dos outros o apoio que necessita?

Nada	muito pouco	médio	muito	completamente
1	2	3	4	5

F14.2 Em que medida você pode contar com amigos quando precisa deles?

Nada	muito pouco	médio	muito	completamente
1	2	3	4	5

F17.2 Em que medida as características de seu lar correspondem às suas necessidades?

Nada	muito pouco	médio	muito	completamente
1	2	3	4	5

F18.1 Você tem dinheiro suficiente para satisfazer suas necessidades?

Nada	muito pouco	médio	muito	completamente
1	2	3	4	5

F20.1 Quão disponível para você estão as informações que precisa no seu dia-a-dia?

Nada	muito pouco	médio	muito	completamente
1	2	3	4	5

F20.2 Em que medida você tem oportunidades de adquirir informações que considera necessárias?

Nada	muito pouco	médio	muito	completamente
1	2	3	4	5

F21.1 Em que medida você tem oportunidades de atividades de lazer?

Nada	muito pouco	médio	muito	completamente
1	2	3	4	5

F21.2 Quanto você é capaz de relaxar e curtir você mesmo?

Nada	muito pouco	médio	muito	completamente
1	2	3	4	5

F23.1 Em que medida você tem meios de transporte adequados?

Nada	muito pouco	médio	muito	completamente
------	-------------	-------	-------	---------------

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

As questões seguintes perguntam sobre o quão *satisfeito(a)*, *feliz ou bem* você se sentiu a respeito de vários aspectos de sua vida nas últimas duas semanas. Por exemplo, na sua vida familiar ou a respeito da energia (disposição) que você tem. Indique quão satisfeito(a) ou não satisfeito(a) você está em relação a cada aspecto de sua vida e coloque um círculo no número que melhor represente como você se sente sobre isto. As questões se referem às **duas últimas semanas**.

G2 Quão satisfeito(a) você está com a qualidade de sua vida?

muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito / nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
1	2	3	4	5

G3 Em geral, quão satisfeito(a) você está com a sua vida?

muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito / nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
1	2	3	4	5

G4 Quão satisfeito(a) você está com a sua saúde?

muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito / nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
1	2	3	4	5

F2.3 Quão satisfeito(a) você está com a energia (disposição) que você tem?

muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito / nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
1	2	3	4	5

F3.3 Quão satisfeito(a) você está com o seu sono?

muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito / nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
1	2	3	4	5

F5.2 Quão satisfeito(a) você está com a sua capacidade de aprender novas informações?

muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito / nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
1	2	3	4	5

F5.4 Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade de tomar decisões?

muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito / nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
1	2	3	4	5

F6.3 Quão satisfeito(a) você está consigo mesmo?

muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito / nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
1	2	3	4	5

F6.4 Quão satisfeito(a) você está com suas capacidades?

muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito / nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
1	2	3	4	5

F7.4 Quão satisfeito(a) você está com a aparência de seu corpo?

muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito / nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
1	2	3	4	5

F10.3 Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade de desempenhar as atividades do seu dia-a-dia?

muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito / nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
1	2	3	4	5

F13.3 Quão satisfeito(a) você está com suas relações pessoais (amigos, parentes, conhecidos, colegas)?

muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito / nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
1	2	3	4	5

F15.3 Quão satisfeito(a) você está com sua vida sexual?

muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito / nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
1	2	3	4	5

F14.3 Quão satisfeito(a) você está com o apoio que você recebe de sua família?

muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito / nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
--------------------	--------------	--------------------------------------	------------	------------------

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

F14.4 Quão satisfeito(a) você está com o apoio que você recebe de seus amigos?

muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito / nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
1	2	3	4	5

F13.4 Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade de dar apoio aos outros?

muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito / nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
1	2	3	4	5

F16.4 Quão satisfeito(a) você está com com a sua segurança física (assaltos, incêndios, etc.)?

muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito / nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
1	2	3	4	5

F17.3 Quão satisfeito(a) você está com as condições do local onde mora?

muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito / nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
1	2	3	4	5

F18.3 Quão satisfeito(a) você está com sua situação financeira?

muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito / nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
1	2	3	4	5

F19.3 Quão satisfeito(a) você está com o seu acesso aos serviços de saúde?

muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito / nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
1	2	3	4	5

F19.4 Quão satisfeito(a) você está com os serviços de assistência social?

muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito / nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
1	2	3	4	5

F20.3 Quão satisfeito(a) você está com as suas oportunidades de adquirir novas habilidades?

muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito / nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
1	2	3	4	5

F20.4 Quão satisfeito(a) você está com as suas oportunidades de obter novas informações?

muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito / nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
1	2	3	4	5

F21.4 Quão satisfeito(a) você está com a maneira de usar o seu tempo livre?

muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito / nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
1	2	3	4	5

F22.3 Quão satisfeito(a) você está com o seu ambiente físico ( poluição, clima, barulho, atrativos)?

muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito / nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
1	2	3	4	5

F22.4 Quão satisfeito(a) você está com o clima do lugar em que vive?

muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito / nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
1	2	3	4	5

F23.3 Quão satisfeito(a) você está com o seu meio de transporte?

muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito / nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
1	2	3	4	5

F13.2 Você se sente feliz com sua relação com as pessoas de sua família?

Muito infeliz	infeliz	nem feliz nem infeliz	feliz	muito feliz
1	2	3	4	5

G1 Como você avaliaria sua qualidade de vida?

Muito ruim	Ruim	nem ruim / nem boa	boa	muito boa
------------	------	--------------------	-----	-----------

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

F15.1 Como você avaliaria sua vida sexual?

Muito ruim	Ruim	nem ruim / nem boa	boa	muito boa
1	2	3	4	5

F3.1 Como você avaliaria o seu sono?

Muito ruim	Ruim	nem ruim / nem bom	bom	muito bom
1	2	3	4	5

F5.1 Como você avaliaria sua memória?

Muito ruim	Ruim	nem ruim / nem boa	boa	muito boa
1	2	3	4	5

F19.2 Como você avaliaria a qualidade dos serviços de assistência social disponíveis para você?

Muito ruim	Ruim	nem ruim / nem boa	boa	muito boa
1	2	3	4	5

As questões seguintes referem-se a "*com que frequência*" você sentiu ou experimentou certas coisas, por exemplo, o apoio de sua família ou amigos ou você teve experiências negativas, tais como um sentimento de insegurança. Se, nas duas últimas semanas, você não teve estas experiências de nenhuma forma, circule o número abaixo da resposta "nunca". Se você sentiu estas coisas, determine com que frequência você os experimentou e faça um círculo no número apropriado. Então, por exemplo, se você sentiu dor o tempo todo nas últimas duas semanas, circule o número abaixo de "sempre". As questões referem-se **às duas últimas semanas**.

F1.1 Com que frequência você sente dor (física)?

Nunca	Raramente	às vezes	repetidamente	sempre
1	2	3	4	5

F4.2 Em geral, você se sente contente?

Nunca	Raramente	às vezes	repetidamente	sempre
1	2	3	4	5

F8.1 Com que frequência você tem sentimentos negativos, tais como mau humor, desespero, ansiedade, depressão?



Nunca	Raramente	às vezes	repetidamente	sempre
1	2	3	4	5

As questões seguintes se referem a qualquer "trabalho" que você faça. *Trabalho* aqui significa qualquer atividade principal que você faça. Pode incluir trabalho voluntário, estudo em tempo integral, cuidar da casa, cuidar das crianças, trabalho pago ou não. Portanto, *trabalho*, na forma que está sendo usada aqui, quer dizer as atividades que você acha que tomam a maior parte do seu tempo e energia. As questões referem-se **às últimas duas semanas**.

F12.1 Você é capaz de trabalhar?

Nada	muito pouco	médio	muito	completamente
1	2	3	4	5

F12.2 Você se sente capaz de fazer as suas tarefas?

Nada	muito pouco	médio	muito	completamente
1	2	3	4	5

F12.4 Quão satisfeito(a) você está com a sua capacidade para o trabalho?

muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito / nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
1	2	3	4	5

F12.3 Como você avaliaria a sua capacidade para o trabalho?

Muito ruim	Ruim	nem ruim / nem boa	boa	muito boa
1	2	3	4	5

As questões seguintes perguntam sobre "quão bem você é capaz de se locomover" referindo-se às duas últimas semanas. Isto em relação à sua habilidade física de mover o seu corpo, permitindo que você faça as coisas que gostaria de fazer, bem como as coisas que necessite fazer.

F9.1 Quão bem você é capaz de se locomover?

Muito ruim	Ruim	nem ruim / nem bom	bom	muito bom
1	2	3	4	5

F9.3 O quanto alguma dificuldade de locomoção lhe incomoda?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F9.4 Em que medida alguma dificuldade em mover-se afeta a sua vida no dia-a-dia?

Nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F9.2 Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade de se locomover?

Muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
1	2	3	4	5

---

As questões seguintes referem-se às suas *crenças pessoais*, e o quanto elas afetam a sua qualidade de vida. As questões dizem respeito à religião, à espiritualidade e outras crenças que você possa ter. Uma vez mais, elas referem-se **às duas últimas semanas**.

F24.1 Suas crenças pessoais dão sentido à sua vida?

nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F24.2 Em que medida você acha que sua vida tem sentido?

Nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
1	2	3	4	5

F24.3 Em que medida suas crenças pessoais lhe dão força para enfrentar dificuldades?

Nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	Extremamente
1	2	3	4	5

F24.4 Em que medida suas crenças pessoais lhe ajudam a entender as dificuldades da vida?

nada	muito pouco	Mais ou menos	bastante	Extremamente
1	2	3	4	5

## ANEXO B – Domínios, Facetas e Perguntas *WHOQOL-100*

(continua)

Dom	Domínio	F	Faceta	F	Nº	Pergunta
1	Físico	1	Dor e desconforto	F1.2	1	Você se preocupa com sua dor ou desconforto (físicos)?
				F1.3	2	Quão difícil é para você lidar com alguma dor ou desconforto?
				F1.4	3	Em que medida você acha que sua dor (física) impede você de fazer o que você precisa?
				F1.1	86	Com que frequência você sente dor (física)?
		2	Energia e fadiga	F2.2	4	Quão facilmente você fica cansado(a)?
				F2.4	5	O quanto você se sente incomodado(a) pelo cansaço?
				F2.1	40	Você tem energia suficiente para o seu dia-a-dia?
				F2.3	56	Quão satisfeito(a) você está com a energia (disposição) que você tem?
		3	Sono e repouso	F3.2	6	Você tem alguma dificuldade para dormir (com o sono)?
				F3.4	7	O quanto algum problema com o sono lhe preocupa?
				F3.3	57	Quão satisfeito(a) você está com o seu sono?
				F3.1	83	Como você avaliaria o seu sono?
2	Psicológico	4	Sentimentos positivos	F4.1	8	O quanto você aproveita a vida?
				F4.3	9	Quão otimista você se sente em relação ao futuro?
				F4.4	10	O quanto você experimenta sentimentos positivos em sua vida?
				F4.2	87	Em geral você se sente contente?
		5	Pensar, aprender, memória e concentração	F5.3	11	O quanto você consegue se concentrar?
				F5.2	58	Quão satisfeito(a) você está com a sua capacidade de aprender novas informações?
				F5.4	59	Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade de tomar decisões?
		6	Auto-estima	F5.1	84	Como você avaliaria sua memória?
				F6.1	12	O quanto você se valoriza?
				F6.2	13	Quanta confiança você tem em si mesmo?
				F6.3	60	Quão satisfeito(a) você está consigo mesmo?
				F6.4	61	Quão satisfeito(a) você está com suas capacidades?

## ANEXO B – Domínios, Facetas e Perguntas *WHOQOL-100*

(continua)

Dom	Domínio	F	Faceta	F	Nº	Pergunta
2	Psicológico	7	Imagem corporal e aparência	F7.2	14	Você se sente inibido(a) por sua aparência?
				F7.3	15	Há alguma coisa em sua aparência que faz você não se sentir bem?
				F7.1	41	Você é capaz de aceitar a sua aparência física?
				F7.4	62	Quão satisfeito(a) você está com a aparência de seu corpo?
		8	Sentimentos negativos	F8.2	16	Quão preocupado(a) você se sente?
				F8.3	17	Quanto algum sentimento de tristeza ou depressão interfere no seu dia-a-dia?
				F8.4	18	O quanto algum sentimento de depressão lhe incomoda?
				F8.1	88	Com que frequência você tem sentimentos negativos - tais como mau humor-desespero-ansiedade-depressão?
3	Nível de Independência	9	Mobilidade	F9.1	93	Quão bem você é capaz de se locomover?
				F9.3	94	O quanto alguma dificuldade de locomoção lhe incomoda?
				F9.4	95	Em que medida alguma dificuldade em mover-se afeta a sua vida no dia-a-dia?
				F9.2	96	Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade de se locomover?
		10	Atividades da vida cotidiana	F10.2	19	Em que medida você tem dificuldade em exercer suas atividades do dia-a-dia?
				F10.4	20	Quanto você se sente incomodado por alguma dificuldade em exercer as atividades do dia-a-dia?
				F10.1	42	Em que medida você é capaz de desempenhar suas atividades diárias?
				F10.3	63	Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade de desempenhar as atividades do seu dia-a-dia?
		11	Dependência de medicação ou tratamentos	F11.2	21	Quanto você precisa de medicação para levar a sua vida do dia-a-dia?
				F11.3	22	Quanto você precisa de algum tratamento médico para levar sua vida diária?
				F11.4	23	Em que medida a sua qualidade de vida depende do uso de medicamentos ou de ajuda médica?
				F11.1	43	Quão dependente você é de medicação?
		12	Capacidade de trabalho	F12.1	89	Você é capaz de trabalhar?
				F12.2	90	Você se sente capaz de fazer as suas tarefas?
				F12.4	91	Quão satisfeito(a) você está com a sua capacidade para o trabalho?
				F12.3	92	Como você avaliaria a sua capacidade para o trabalho?

## ANEXO B – Domínios, Facetas e Perguntas WHOQOL-100

(continua)

Dom	Domínio	F	Faceta	F	Nº	Pergunta
4	Relações Sociais	13	Relações pessoais	F13.1	24	Quão sozinho você se sente em sua vida?
				F13.3	64	Quão satisfeito(a) você está com suas relações pessoais (amigos- parentes- conhecidos- colegas)?
				F13.4	68	Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade de dar apoio aos outros?
				F13.2	80	Você se sente feliz com sua relação com as pessoas de sua família?
		14	Suporte (apoio) social	F14.1	44	Você consegue dos outros o apoio que necessita?
				F14.2	45	Em que medida você pode contar com amigos quando precisa deles?
				F14.3	66	Quão satisfeito(a) você está com o apoio que você recebe de sua família?
				F14.4	67	Quão satisfeito(a) você está com o apoio que você recebe de seus amigos?
		15	Atividade sexual	F15.2	25	Quão satisfeitas estão as suas necessidades sexuais?
				F15.4	26	Você se sente incomodado(a) por alguma dificuldade na sua vida sexual?
				F15.3	65	Quão satisfeito(a) você está com sua vida sexual?
				F15.1	82	Como você avaliaria sua vida sexual?
				F16.1	27	Quão seguro(a) você se sente em sua vida diária?
5	Meio Ambiente	16	Segurança física e proteção	F16.2	28	Você acha que vive em um ambiente seguro?
				F16.3	29	O quanto você se preocupa com sua segurança?
				F16.4	69	Quão satisfeito(a) você está com a sua segurança física (assaltos- incêndios- etc.)?
				F17.1	30	Quão confortável é o lugar onde você mora?
		17	Ambiente no lar	F17.4	31	O quanto você gosta de onde você mora?
				F17.2	46	Em que medida as características de seu lar correspondem às suas necessidades?
				F17.3	70	Quão satisfeito(a) você está com as condições do local onde mora?
		18	Recursos financeiros	F18.2	32	Você tem dificuldades financeiras?
				F18.4	33	O quanto você se preocupa com dinheiro?
				F18.1	47	Você tem dinheiro suficiente para satisfazer suas necessidades?
				F18.3	71	Quão satisfeito(a) você está com sua situação financeira?

## ANEXO B – Domínios, Facetas e Perguntas WHOQOL-100

(continua)

Dom	Domínio	F	Faceta	F	Nº	Pergunta
5	Meio Ambiente	19	Cuidados de saúde e sociais: disponibilidade e qualidade	F19.1	34	Quão facilmente você tem acesso a bons cuidados médicos?
				F19.3	72	Quão satisfeito(a) você está com o seu acesso aos serviços de saúde?
				F19.4	73	Quão satisfeito(a) você está com os serviços de assistência social?
				F19.2	85	Como você avaliaria a qualidade dos serviços de assistência social disponíveis para você?
		20	Oportunidades de adquirir novas informações e habilidades	F20.1	48	Quão disponível para você estão as informações que precisa no seu dia-a-dia?
				F20.2	49	Em que medida você tem oportunidades de adquirir informações que considera necessárias?
				F20.3	74	Quão satisfeito(a) você está com as suas oportunidades de adquirir novas habilidades?
				F20.4	75	Quão satisfeito(a) você está com as suas oportunidades de obter novas informações?
		21	Participação em, e de oportunidades recreação/lazer	F21.3	35	O quanto você aproveita o seu tempo livre?
				F21.1	50	Em que medida você tem oportunidades de atividades de lazer?
				F21.2	51	Quanto você é capaz de relaxar e curtir você mesmo?
				F21.4	76	Quão satisfeito(a) você está com a maneira de usar o seu tempo livre?
		22	Ambiente físico: (poluição /ruído/trânsito / clima)	F22.1	36	Quão saudável é o seu ambiente físico (clima-barulho-poluição-atrativos)?
				F22.2	37	Quão preocupado(a) você está com o barulho na área que você vive?
				F22.3	77	Quão satisfeito(a) você está com o seu ambiente físico (poluição-clima-barulho-atrativos)?
				F22.4	78	Quão satisfeito(a) você está com o clima do lugar em que vive?
		23	Transporte	F23.2	38	Em que medida você tem problemas com transporte?
				F23.4	39	O quanto as dificuldades de transporte dificultam sua vida?
				F23.1	52	Em que medida você tem meios de transporte adequados?
				F23.3	79	Quão satisfeito(a) você está com o seu meio de transporte?

## ANEXO B – Domínios, Facetas e Perguntas *WHOQOL-100*

(conclusão)

Dom	Domínio	F	Faceta	F	Nº	Pergunta
6	Aspectos Espirituais/Religião/ Crenças pessoais	24	Espiritualidade/religião/cr enças pessoais	F24.1	97	Suas crenças pessoais dão sentido à sua vida?
				F24.2	98	Em que medida você acha que sua vida tem sentido?
				F24.3	99	Em que medida suas crenças pessoais lhe dão força para enfrentar dificuldades?
				F24.4	100	Em que medida suas crenças pessoais lhe ajudam a entender as dificuldades da vida?
7	Qualidade de Vida	25	Qualidade de Vida do ponto de vista do avaliado	G2	53	Quão satisfeito(a) você está com a qualidade de sua vida?
				G3	54	Em geral - quão satisfeito(a) você está com a sua vida?
				G4	55	Quão satisfeito(a) você está com a sua saúde?
				G1	81	Como você avaliaria sua qualidade de vida?

Fonte: Rosa, 2006.

## APÊNDICE A - Categorias Walton

(continua)

<b>1. Compensação satisfatória e adequada</b>
<b>Remuneração adequada:</b> remuneração necessária para o empregado viver com dignidade dentro das necessidades pessoais e dos padrões culturais, sociais e econômicos da sociedade em que vive;
<b>Eqüidade interna:</b> o pagamento recebido por determinado trabalho apresenta uma similitude apropriada com a remuneração de outros membros de uma mesma organização, e;
<b>Eqüidade externa:</b> existe uma eqüidade com a remuneração de outros profissionais do mercado.
<b>2. Condições de saúde e segurança no trabalho:</b>
<b>Jornada de trabalho:</b> número de horas trabalhadas e sua relação com as tarefas desempenhadas;
<b>Carga de trabalho:</b> quantidade de trabalho desenvolvido em um turno de trabalho;
<b>Ambiente saudável:</b> condições de segurança e saúde em relação aos riscos de acidente ou doenças;
<b>Ambiente físico:</b> local de trabalho e suas condições de conforto e organização para o desempenho do trabalho;
<b>Material e equipamento:</b> quantidade e qualidade do material existente para determinado trabalho;
<b>Condições físicas de trabalho:</b> condições que minimizam os riscos de acidentes e doenças;
<b>Limite de idade:</b> determinado quando o trabalho desenvolvido é potencialmente prejudicial ao bem-estar de pessoas acima de certa idade, e;
<b>Estresse:</b> quantidade percebida de estresse que o trabalhador é submetido durante sua jornada de trabalho.
<b>3. Uso e desenvolvimento de capacidades:</b>
<b>Autonomia:</b> medida concedida ao trabalhador, de liberdade substancial, independência e descrição na programação e execução de seu trabalho;
<b>Significado de tarefa:</b> relevância da tarefa desempenhada na vida e no trabalho de outras pessoas, dentro ou fora do ambiente laboral;
<b>Identidade da tarefa:</b> medida da tarefa em sua integridade e na avaliação do resultado alcançado;
<b>Habilidades múltiplas:</b> possibilidade de utilização de uma larga escala de capacidades e habilidades do indivíduo;
<b>Informação e perspectiva:</b> informação dada ao indivíduo com relação à avaliação do seu trabalho e de suas ações de forma global, e;
<b>Planejamento:</b> conciliação do trabalhador em relação ao planejamento e à implementação da atividade.
<b>4. Oportunidade de crescimento e garantia de emprego:</b>
<b>Possibilidade de carreira:</b> existência de possibilidades de avanços na instituição ou na carreira profissional, reconhecida pelos pares, membros da família ou comunidade;
<b>Crescimento pessoal:</b> processo de educação continuada que possibilite o desenvolvimento das potencialidades do trabalhador e aplicação das mesmas, e;
<b>Segurança de emprego:</b> grau de segurança do trabalhador em relação à manutenção do emprego.
<b>5. Integração social na organização:</b>
<b>Isenção de preconceitos:</b> aceitação do trabalhador pelas características de trabalhos relatados, habilidades, conhecimentos e potencial, a despeito de raça, sexo, credo e nacionalidade ou estilo de vida e aparência física;
<b>Igualdade de oportunidades:</b> grau de ausência de estratificação na organização de trabalho, em termos de símbolos de status e/ ou estruturas hierárquicas;
<b>Mobilidade:</b> a existência de mobilidade ascendente;
<b>Relacionamento:</b> grau de relacionamento marcado pelo auxílio recíproco, apoio sócio-emocional, abertura interpessoal e respeito às individualidades, e;
<b>Senso comunitário:</b> o senso de comunidade que permeia a instituição.



## APÊNDICE A - Categorias Walton adaptado por Rugiski

(conclusão)

<b>6. Constitucionalismo na organização:</b>
<b>Direitos trabalhistas:</b> cumprimento da legislação trabalhista;
<b>Privacidade pessoal:</b> grau de privacidade que o trabalhador tem dentro da empresa;
<b>Liberdade de expressão:</b> forma como o empregado pode expressar seus pontos de vista aos seus superiores sem medo de represálias, e;
<b>Normas e rotinas:</b> maneira como normas e rotinas influenciam o desenvolvimento do trabalho.
<b>7. Trabalho e espaço total de vida:</b>
<b>Papel balanceado no trabalho:</b> equilíbrio entre jornada de trabalho, exigências de carreira, viagens e convívio familiar, e;
<b>Horário de entrada e saída do trabalho:</b> existência de horários determinados.
<b>8. Relevância social da vida no trabalho:</b>
<b>Imagem da instituição:</b> visão do empregado em relação à sua instituição de trabalho: importância para a comunidade, orgulho e satisfação pessoais de fazer parte da instituição;
<b>Responsabilidade social da instituição:</b> percepção do empregado quanto à responsabilidade social da instituição para a comunidade, refletida na preocupação de resolver os problemas da comunidade e também de não lhe causar danos;
<b>Responsabilidade social pelos serviços:</b> percepção do empregado em relação à responsabilidade da instituição com a qualidade dos serviços disponibilizados à comunidade, e;
<b>Responsabilidade social pelos empregados:</b> percepção do empregado quanto à sua valorização e participação na instituição, a partir da política de Recursos Humanos existente.

Fonte: Walton, 1973, adaptado por Rugiski.

## APÊNDICE B – ROTEIRO DA ENTREVISTA

### Roteiro utilizado nas entrevistas:

- N.1 Gostaria que você me contasse como é sua vida. E no final de semana?
- N.2 Quais as coisas que você faz fora do horário de trabalho?
- N.3 Quais as coisas que você fazia antigamente e não faz hoje?
- N.4 O que você gosta de fazer quando você tem tempo?
- N.5 Quais as lembranças que você tem das atividades de lazer?  
O que você fazia?
- N.6 Hoje a empresa oferece ou promove alguma atividade de lazer?  
E dentro da empresa você tem alguns momentos que possam ser considerados lazer?

## APÊNDICE C - Resultados Estatísticos dos Domínios de Qualidade de Vida e a Média de QV

Resultados Estatísticos dos Domínios de Qualidade de Vida e a Média de QV							
Estatística	Físico	Psicológico	Nível de Independência	Relações Sociais	Meio Ambiente	Espiritualidade Crenças pessoais	Média de Qualidade de Vida
Média	60.36	69.87	79.48	74.98	61.26	78.98	69.61
Erro padrão	1.57	1.09	1.04	1.09	0.87	1.56	1.26
Mediana	60.44	71.25	79.69	76.03	62.50	75.00	71.85
Modo	66.69	77.50	85.94	79.19	62.50	75.00	69.44
Desv. Pad.	16.51	11.39	10.89	11.38	9.14	16.37	13.26
Var. Amos.	272.60	129.68	118.51	129.50	83.54	267.87	175.91
Curtose	2.23	1.02	0.22	0.20	-0.21	1.11	12.42
Assimetria	-1.00	-0.84	-0.44	-0.51	0.04	-0.78	-2.72
Intervalo	95.81	61.25	57.81	56.25	44.50	75.00	94.44
Mínimo	0.00	28.75	42.19	41.69	41.44	25.00	0.00
Máximo	95.81	90.00	100.00	97.94	85.94	100.00	94.44
Contagem	110	110	110	110	110	110	110

## APÊNDICE D - Resultados Estatísticos dos Aspectos de QV

### Resultados Estatísticos dos Aspectos de QV

Estatística	Dor e Desconforto	Energia e fadiga	Sono e repouso	Sentimentos Positivos	Pensar, aprender, memória e concentração	Auto-estima	Imagem corporal e aparência	Sentimentos negativos	Mobilidade	Atividades da vida cotidiana	Dependência de medicação ou de tratamentos	Capacidade de trabalho	Relações pessoais	Suporte (apoio) social	Atividade sexual	Segurança física e proteção	Ambiente no lar	Recursos financeiros	Cuidados de saúde e sociais: disponibilidade e qualidade	Oportunidades de adquirir novas informações e habilidades	Participação em, e oportunidades de recreação/lazer	Ambiente físico: poluição/ ruído/ trânsito/ clima	Transporte	Espiritualidade/ religião/ crenças pessoais	Questões Gerais de Qualidade de Vida
Média	47.59	63.28	67.84	68.52	68.58	75.11	76.40	40.02	76.48	73.09	13.66	81.99	77.75	70.72	76.48	50.44	72.78	52.22	67.63	64.28	53.75	55.11	71.76	78.98	69.22
Erro	1.51	1.75	2.20	1.24	1.44	1.25	1.55	1.76	1.57	1.42	1.62	1.38	1.26	1.29	1.55	1.04	1.37	1.46	1.14	1.44	1.77	1.59	1.73	1.56	1.51
Mediana	50.00	65.63	75.00	68.75	68.75	75.00	75.00	37.50	75.00	75.00	6.25	78.13	81.25	75.00	81.25	50.00	75.00	50.00	68.75	62.50	56.25	56.25	75.00	75.00	75.00
Modo	56.25	62.50	81.25	68.75	75.00	75.00	75.00	25.00	100.0	75.00	0.00	75.00	81.25	75.00	81.25	50.00	75.00	50.00	75.00	75.00	56.25	62.50	75.00	75.00	75.00
Desv. Pad.	15.80	18.40	23.11	13.02	15.08	13.06	16.26	18.45	16.41	14.90	17.03	14.46	13.25	13.51	16.26	10.94	14.38	15.32	12.00	15.12	18.55	16.64	18.13	16.37	15.82
Var. Amos.	249.6	338.7	533.9	169.6	227.5	170.5	264.3	340.3	269.4	222.1	290.1	209.1	175.4	182.6	264.4	119.7	206.8	234.8	144.0	228.4	344.2	276.7	328.7	267.8	250.2
Curtose	1.30	0.76	0.10	-0.36	3.54	1.71	-0.43	-0.13	-1.22	-0.18	6.26	0.49	0.87	-0.12	0.80	0.70	-0.50	0.06	0.45	0.57	-0.14	2.91	1.46	1.11	3.16
Assimetria	-0.74	-0.83	-0.81	-0.50	-1.32	-0.99	-0.44	0.46	-0.03	-0.39	2.10	-0.59	-0.72	-0.29	-0.85	-0.29	-0.19	0.54	-0.43	0.07	-0.28	-0.95	-0.99	-0.78	-1.29
Intervalo	87.50	93.75	100.0	56.25	93.75	75.00	62.50	87.50	50.00	68.75	100.0	62.50	68.75	68.75	81.25	68.75	62.50	68.75	68.75	75.00	93.75	100.0	100.0	75.00	100.0
Mínimo	0.00	0.00	0.00	37.50	0.00	25.00	37.50	6.25	50.00	31.25	0.00	37.50	31.25	31.25	18.75	12.50	37.50	25.00	31.25	25.00	6.25	0.00	0.00	25.00	0.00
Máximo	87.50	93.75	100.0	93.75	93.75	100.0	100.0	93.75	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	81.25	100.0	93.75	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
Contagem	110	110	110	110	110	110	110	110	110	110	110	110	110	110	110	110	110	110	110	110	110	110	110	110	110

## APÊNDICE E – Autorização para transcrição da entrevista

### Autorização para utilização das informações contidas na transcrição da entrevista

DATA: \_\_\_ / \_\_\_ / \_\_\_\_\_

Prezado Colaborador,

Em anexo você encontrará as anotações/transcrição da entrevista sobre Qualidade de vida realizada em sua empresa. Sua participação tem sido essencial para a qualidade deste trabalho, pois as informações fornecidas servirão para fundamentar uma dissertação de Mestrado pela UTFPR, a ser defendida ano de 2007.

As informações aqui prestadas serão trabalhadas em conjunto de forma a não permitir a identificação dos colaboradores no relatório final.

Para validar este estudo, os pesquisadores precisam comprovar à banca avaliadora que pessoas reais foram entrevistadas. Com esta finalidade, peço-lhes a gentileza de rever as informações contidas para verificar sua veracidade, e assinar no final da transcrição da entrevista. Se você tiver alguma correção ou alteração final a fazer, pode fazê-lo neste mesmo formulário, tomando o cuidado para que a correção seja legível.

Qualquer comentário adicional pode ser feito no verso da entrevista.

Agradeço profundamente a sua contribuição e coloco-me à disposição para o esclarecimento de qualquer questão.

Atenciosamente,

Marcelo Rugiski

#### CONSENTIMENTO:

Eu \_\_\_\_\_, autorizo os pesquisadores da UTFPR a utilizarem as informações contidas nesta transcrição da entrevista que concedi ao Sr. Marcelo Rugiski, no relatório final da pesquisa. Minha assinatura na última página da transcrição desta entrevista indica que eu li a transcrição e esta é fiel ao conteúdo da entrevista realizada.

Entendo ainda que eu não serei identificado no relatório.

NOME: \_\_\_\_\_

ASSINATURA: \_\_\_\_\_

# Livros Grátis

( <http://www.livrosgratis.com.br> )

Milhares de Livros para Download:

[Baixar livros de Administração](#)

[Baixar livros de Agronomia](#)

[Baixar livros de Arquitetura](#)

[Baixar livros de Artes](#)

[Baixar livros de Astronomia](#)

[Baixar livros de Biologia Geral](#)

[Baixar livros de Ciência da Computação](#)

[Baixar livros de Ciência da Informação](#)

[Baixar livros de Ciência Política](#)

[Baixar livros de Ciências da Saúde](#)

[Baixar livros de Comunicação](#)

[Baixar livros do Conselho Nacional de Educação - CNE](#)

[Baixar livros de Defesa civil](#)

[Baixar livros de Direito](#)

[Baixar livros de Direitos humanos](#)

[Baixar livros de Economia](#)

[Baixar livros de Economia Doméstica](#)

[Baixar livros de Educação](#)

[Baixar livros de Educação - Trânsito](#)

[Baixar livros de Educação Física](#)

[Baixar livros de Engenharia Aeroespacial](#)

[Baixar livros de Farmácia](#)

[Baixar livros de Filosofia](#)

[Baixar livros de Física](#)

[Baixar livros de Geociências](#)

[Baixar livros de Geografia](#)

[Baixar livros de História](#)

[Baixar livros de Línguas](#)

[Baixar livros de Literatura](#)  
[Baixar livros de Literatura de Cordel](#)  
[Baixar livros de Literatura Infantil](#)  
[Baixar livros de Matemática](#)  
[Baixar livros de Medicina](#)  
[Baixar livros de Medicina Veterinária](#)  
[Baixar livros de Meio Ambiente](#)  
[Baixar livros de Meteorologia](#)  
[Baixar Monografias e TCC](#)  
[Baixar livros Multidisciplinar](#)  
[Baixar livros de Música](#)  
[Baixar livros de Psicologia](#)  
[Baixar livros de Química](#)  
[Baixar livros de Saúde Coletiva](#)  
[Baixar livros de Serviço Social](#)  
[Baixar livros de Sociologia](#)  
[Baixar livros de Teologia](#)  
[Baixar livros de Trabalho](#)  
[Baixar livros de Turismo](#)