

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

PROGRAMA QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO DA FUNDAÇÃO DE
PROTEÇÃO ESPECIAL DO RS E SEUS EFEITOS NAS ATIVIDADES DE
VIDA DIÁRIA DE SEUS PARTICIPANTES

Fernanda Dutra Corrêa

Porto Alegre
2011

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

PROGRAMA QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO DA FUNDAÇÃO DE
PROTEÇÃO ESPECIAL DO RS E SEUS EFEITOS NAS ATIVIDADES DE
VIDA DIÁRIA DE SEUS PARTICIPANTES

Fernanda Dutra Corrêa

Trabalho de Conclusão do Curso de
Educação Física, submetido como
requisito parcial para obtenção do título
de Licenciado em Educação Física pela
Universidade Federal do Rio Grande do
Sul.

Orientadora: Prof^a. Dr^a. Martha Maria
Ratenieks Roessler

Porto Alegre

2011

Fernanda Dutra Corrêa

PROGRAMA QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO DA FUNDAÇÃO DE
PROTEÇÃO ESPECIAL DO RS E SEUS EFEITOS NAS ATIVIDADES DE
VIDA DIÁRIA DE SEUS PARTICIPANTES

Conceito Final:

Aprovado em de de

BANCA EXAMINADORA

Prof. _____

Universidade Federal do Rio Grande do Sul

ORIENTADOR

Prof^a. Dr^a. Martha Maria Ratenieks Roessler

AGRADECIMENTOS

Primeiramente agradeço a Deus por toda força nos momentos mais difíceis e pela base sólida para seguir adiante.

Agradeço a minha família por todo amor, dedicação e apoio incondicional. Principalmente aos meus pais pelo incentivo à educação.

Aos grandes amigos que estiveram comigo nesses anos, e em especial ao João pela força e incentivo que me fez acreditar em mim para ingressar na UFRGS.

À Fundação de Proteção Especial do RS e as oportunidades de crescimento profissional. Ao NSST e principalmente aos colegas estagiários de educação física por toda a força e dedicação à minha pesquisa. Em especial à supervisora Silvana Severo pelo apoio, incentivo e amizade construída.

À professora Martha Roessler por acreditar em meu trabalho, pelo incentivo, força e auxílio demonstrando verdadeira orientação e dedicação pela área.

À Universidade Federal do Rio Grande do Sul, pelo ensino gratuito e de qualidade.

RESUMO

Cada vez mais o mundo empresarial está se preocupando com a saúde e bem estar de seus colaboradores. É crescente o investimento em políticas de saúde no trabalho e programas de ginástica laboral focando o bem estar dos funcionários. O serviço público, no entanto, permanece estagnado em relação a essas políticas de saúde do trabalhador. Buscando mudar essa imagem, a Fundação de Proteção Especial do Rio Grande do Sul (FPERS) implantou em 2007 um Programa de Qualidade de Vida no Trabalho (PQVT), oferecendo aos seus funcionários atividades que buscam não só a saúde do trabalhador, mas também a motivação e lazer durante a carga horária pesada de trabalho. Esta pesquisa tem como objetivo constatar e descrever os efeitos das atividades do Programa Qualidade de Vida no Trabalho da FPERS nas atividades de vida diária de seus participantes. O trabalho foi desenvolvido através de um questionário aberto a um grupo de 8 (oito) funcionários participantes das atividades do PQVT da unidade Abrigo Cônego Paulo de Nadal, e posteriormente um questionário fechado a 76 funcionários participantes das atividades em seis unidades da FPERS. Para análise foi utilizada estatística descritiva baseada em percentuais das respostas. Concluiu-se que o Programa Qualidade de Vida no Trabalho atende as principais necessidades dos funcionários da FPERS participantes das atividades, trazendo uma melhor Qualidade de Vida no Trabalho e também na vida diária dessas pessoas. Com a implantação do Programa, muitos desconfortos e dores físicas foram e continuam sendo amenizados com a oferta de diferentes atividades desenvolvidas nos Abrigos, mostrando que os principais efeitos da participação nessas atividades é um relaxamento, descontração, melhora do humor e disposição, melhorando assim a qualidade de vida como um todo.

Palavras-chave: Qualidade de Vida, Qualidade de Vida no Trabalho, Saúde, Atividades de Vida Diária.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	7
2	REVISÃO DE LITERATURA.....	9
2.1	Sobre a Fundação de Proteção Especial do RS (FPERS).....	9
2.2	Sobre o Programa Qualidade de Vida no Trabalho (PQVT) da FPERS.....	10
2.3	Qualidade de Vida.....	11
2.3.1	Capacidade Funcional e Atividades de Vida Diária (AVDs).....	13
2.4	Qualidade de Vida no Trabalho.....	15
2.4.1	A Qualidade de Vida no Trabalho no Setor Público.....	16
3	PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....	18
3.1	Problema da Pesquisa.....	18
3.2	Hipótese.....	18
3.3	Definição Operacional das Variáveis.....	18
3.4	Delineamento da Pesquisa.....	18
3.5	População e Amostra.....	19
3.6	Análise estatística.....	19
4	CRONOGRAMA.....	20
5	ORÇAMENTO.....	20
6	RESULTADOS.....	21
6.1	Análise dos Resultados.....	23
7	CONCLUSÃO E ENCAMINHAMENTO DE NOVOS ESTUDOS....	27
8	REFERÊNCIAS.....	29
	ANEXO 1.....	32
	ANEXO 2.....	34
	ANEXO 3.....	35
	ANEXO 4.....	36
	ANEXO 5.....	37

LISTA DE TABELAS

Tabela 1	Referente à questão: Você sente dores ao realizar suas tarefas do dia-a-dia?.....	21
Tabela 2	Referente à questão: Caso afirmativo, assinale as partes do corpo em que elas são mais freqüentes:.....	21
Tabela 3	Referente à questão: Assinale as atividades físicas do seu trabalho que você considera as mais difíceis de realizar?.....	22
Tabela 4	Referente à questão: Assinale as atividades físicas do seu dia-a-dia que você considera as mais difíceis de realizar?.....	22
Tabela 5	Referente à questão: O Programa Qualidade de Vida no Trabalho trás benefícios para a realização de suas tarefas diárias?.....	22
Tabela 6	Referente à questão: Caso afirmativo assinale a(s) causa(s) prováveis:.....	23

1 INTRODUÇÃO

Quando pensamos em qualidade de vida logo imaginamos saúde, bem estar e motivação para realizarmos as tarefas do dia-a-dia. Cada vez mais o mundo empresarial está se preocupando com a saúde e bem estar de seus colaboradores. É crescente o investimento em políticas de saúde no trabalho e programas de ginástica laboral focando o bem estar dos funcionários.

O serviço público, no entanto, permanece estagnado em relação a essas políticas de saúde do trabalhador. Nota-se desmotivação, insatisfação e descrédito proveniente de auto-imagem em servidores públicos que possuem uma percepção externa muitas vezes estereotipada. Percebe-se que o serviço público ainda pauta-se em uma prática burocrática mais voltada a servir a população, sem se preocupar com sua própria existência, ou seja, a saúde e auto-imagem de seus servidores.

Buscando mudar essa imagem, a Fundação de Proteção Especial do Rio Grande do Sul (FPERS) implantou em 2007 um Programa de Qualidade de Vida no Trabalho (PQVT), oferecendo aos seus funcionários atividades que buscam não só a saúde do trabalhador, mas também a motivação e lazer durante a carga horária pesada de trabalho. O Programa oferece ginástica laboral, ginástica corporal (ginástica localizada), caminhada orientada, acompanhamento de saúde e aferição semanal da Pressão Arterial e sessões de Massoterapia, além de eventos, oficinas e palestras informativas sobre saúde e bem estar. Todas as atividades são adequadas ao público específico de cada Abrigo da FPE. Dessa forma, a FPE investe no servidor de forma a valorizá-lo não só como parte da organização, mas como sujeito em sua totalidade.

Documentos da FPE e especificamente do PQVT, mostram o aumento na lucratividade do trabalho, que manifesta-se no melhor atendimento às crianças e adolescentes pertencentes aos Abrigos da Fundação. O PQVT, criado no Núcleo de Saúde e Segurança do Trabalhador (NSST) da FPE, focou na função do ritmo de trabalho, na complexa e múltipla clientela, horas extras excessivas pelo quadro funcional inadequado e em outros fatores pontuais que geravam atestados e afastamentos para, então, desenvolver um programa que atendesse

a essas necessidades dos seus servidores, buscando uma melhora na qualidade de vida nos mesmos, o que gera, por conseqüência, um aumento na produtividade final.

Este trabalho apresenta um estudo sobre a influência das atividades oferecidas pelo Programa Qualidade de Vida no Trabalho da FPERS na funcionalidade e tarefas da vida diária de seus participantes. Faz-se importante um estudo e análise dessa influencia para que, através de seus resultados, outras instituições possam repensar suas políticas de saúde do trabalhador, e assim avaliar suas produtividades e satisfações de seus colaboradores.

Esta pesquisa tem como **objetivo** constatar e descrever os efeitos das atividades do Programa Qualidade de Vida no Trabalho da FPERS nas atividades de vida diária de seus participantes.

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 SOBRE A FUNDAÇÃO DE PROTEÇÃO ESPECIAL DO RIO GRANDE DO SUL (FPERGS)

Segundo o site institucional da Fundação de Proteção Especial do RS (FPERGS), a história da Fundação inicia-se a partir de 1999 quando foi promovido um amplo processo de reordenamento jurídico e institucional, do atendimento prestado pelo Estado, através da extinta FEBEM, a fim de se efetivar ações de implementação do Estatuto da Criança e do Adolescente - Lei Federal 8.069/90.

Fazia-se necessário uma reformulação dos atendimentos prestados pela extinta FEBEM, pois na mesma instituição crianças e adolescentes vítimas de violência, maus tratos, negligência, abuso sexual e abandono mesclavam-se com jovens autores de atos infracionais.

Visando diferenciar o atendimento voltado a quebra de vínculos afetivos e segregação familiar com a recuperação e inclusão social de jovens infratores, ainda segundo o site da FPERGS, através da Lei 11.800/02 foram criadas as duas Instituições: a FASE - Fundação de Atendimento Sócio- Educativo do RS, responsável pela execução, das medidas sócio-educativas e a FPERGS - Fundação de Proteção Especial do RS, responsável pela execução das medidas de proteção. No início de 2001, a Secretaria do Trabalho, Cidadania e Assistência Social - STCAS assumiu, diretamente, a administração dos abrigos e dos Centros Sociais através do DRA - Departamento da Rede de Atendimento, vinculado ao DAS e que foi criado para gerenciar os abrigos, naquele momento de transição.

Dados do site da Fundação indicam que em 28 de maio de 2002 foi criada a FPERGS, através do Decreto de Nº 41.651, no sistema de atendimento direto, de âmbito estadual, destinada à execução da medida de proteção - abrigo, voltadas a crianças e adolescentes vítimas de abandono, violência física e psicológica, maus-tratos ou em situação de risco social ou pessoal, devido a sua conduta.

A FPERGS, também, executa o Programa Educativo em meio aberto que é desenvolvido nos centros sociais. A Fundação de Proteção possui um centro social em Taquari. São nos centros sociais que a FPERGS realiza seu trabalho preventivo, pois afasta crianças e jovens das ruas, das drogas e da marginalidade, desenvolvendo oficinas de iniciação ao trabalho, que proporcionam condições para uma vida melhor.

2.2 SOBRE O PROGRAMA QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO (PQVT) DA FPERS

Segundo Severo (2007) em 2002, quando a FPERS foi criada, o Núcleo de Saúde e Segurança do Trabalhador (NSST) foi criado vinculado à Diretoria de Qualificação Profissional e Cidadania, criando programas que contribuíam com a qualidade de vida no trabalho, promovendo saúde ocupacional, pesquisas sobre doenças laborais e acidentes de trabalhos e afastamentos.

Em junho de 2006 uma técnica em recreação com formação em Educação Física foi contratada para integrar a equipe do NSST, viabilizando a construção do projeto para o Programa Qualidade de Vida no Trabalho (PQVT). O projeto foi elaborado partindo-se de dados s em termos de afastamento funcional, licenças saúde, absenteísmo, cuja porcentagem era expressiva.

Sindicatos já garantiam a prática da Ginástica Laboral em horário de trabalho em dissídio desde 2002, mas o NSST entendeu a necessidade de ir além nessa prática devido ao desgaste físico e emocional gerado pelo funcionamento 24hs dos abrigos da FPE.

O trabalho iniciou-se com um diagnóstico através de um questionário (anexo) respondido pelos funcionários, que visava identificar o perfil de saúde dos colaboradores. O Programa foi elaborado a partir dessas respostas complementadas por informações do banco de dados do setor de recursos humanos.

Cada um dos onze núcleos de abrigos apresenta realidades diferenciadas em termos de estrutura física e clientela atendida. Então o NSST primeiramente

elaborou atividades individualizadas que contemplassem a especificidade de cada abrigo.

O PQVT vem sendo acompanhado e avaliado permanentemente de modo a permitir que as atividades sejam reavaliadas ou novos projetos criados conforme a realidade.

Para a realização das atividades foram inauguradas salas multifuncionais em cada abrigo equipadas com material diverso como maca, colchonetes, aparelho de som e materiais alternativos (bastão, bolas de borracha, caneleiras, halteres, etc.). Nessas salas são ministradas aulas de ginástica laboral, ginástica corporal (ginástica localizada), acompanhamento de saúde, massoterapia e orientação e preparação para caminhada orientada, além de palestras e eventos que promovem a saúde. Os responsáveis por essas atividades são a técnica em recreação da FPE, estagiários de Educação Física e estagiários curriculares de massoterapia, além de uma auxiliar de enfermagem que realiza o acompanhamento de saúde.

O PQVT, até o momento, está implantado na Sede Administrativa da FPE, no Abrigo Cônego Paulo de Nadal, Abrigo José Leandro, NAR Ipanema, Abrigo Nehyta e NAR Belém. A previsão é que mais duas salas sejam inauguradas em 2011.

2.3 QUALIDADE DE VIDA

De acordo com Fensterseifer e Silva (2008) desde as nossas origens a vida é algo que depende de nós, e há muito tempo parece-nos que nada é irremediável. Segundo discursos unificadores, somos capazes de produzir razoável consenso, o Ecológico (cuidar do mundo = cuidar de nós) e o da Saúde (sem a qual todo o resto não faz sentido). E para englobar esses conceitos, aparece a Qualidade de Vida, segundo os autores uma “espécie de saco sem fundo no qual cabe tudo”.

A busca pela Qualidade de vida tornou-se uma constante diante dos modelos de vida do mundo atual. Cada vez mais as pessoas preocupam-se com

sua saúde e bem estar frente às situações de estresse que as rodeiam no dia a dia. Essa preocupação permeia em uma busca por atividade física.

A qualidade de vida emerge sob uma subjetividade que torna difícil a conceituação estrita do termo, que se refere, sobretudo, à história pessoal de cada um de nós; ao que valorizamos como aquilo que é bom para que vivamos nosso dia a dia de forma positiva (DEVIDE, 2002).

O conceito de qualidade de vida é muito abrangente e apresenta diversas abordagens, direções e problemáticas. Santos e Martins (2002) analisam a qualidade de vida dividindo-a em três âmbitos:

Um primeiro tem a ver com a distinção entre os aspectos materiais e imateriais da qualidade de vida. Os aspectos materiais dizem essencialmente respeito às necessidades humanas básicas, como, por exemplo, as condições de habitação, de abastecimento de água, do sistema de saúde, ou seja aspectos de natureza essencialmente física e infraestrutural. [...]

Um segundo âmbito, faz a distinção entre os aspectos individuais e os colectivos. As componentes individuais mais relacionadas com a condição económica, a condição pessoal e familiar dos indivíduos, as relações pessoais, e as componentes colectivas mais directamente relacionadas com os serviços básicos e os serviços públicos.

Podemos ainda considerar, num terceiro âmbito de análise, a distinção entre aspectos objectivos e subjectivos da qualidade de vida. Os primeiros seriam facilmente apreendidos através da definição de indicadores de natureza quantitativa, enquanto que os segundos remeteriam para a percepção subjectiva que os indivíduos têm da qualidade de vida e que é, claramente, muito diferente de pessoa para pessoa, e de estrato social para estrato social. (SANTOS e MARTINS, 2002, p. 3 - 4)

Allardt *apud* Santos e Martins (2002), analisa a qualidade de vida através de quatro distintos aspectos. O primeiro denominado *nível de vida*, tem a ver com necessidades humanas básicas, o segundo é a *qualidade de vida*, ligada às condições de vida não materiais, como as relações do indivíduo com a sociedade e família, o terceiro chama-se *satisfação* relacionado à percepção subjectiva das condições de vida e o quarto é a *felicidade*, que deriva da percepção subjectiva da qualidade de vida.

Já Gough *apud* Santos e Martins (2002), distingue a qualidade de vida entre as *necessidades* e *desejos*. As necessidades estão relacionadas aos aspectos coletivos e universais e os desejos aos aspectos individuais.

Outra contribuição para a conceituação da qualidade de vida vem de Nuvolati *apud* Santos e Martins (2002), que divide esse conceito em cinco domínios. O primeiro ligado aos aspectos materiais coletivos como por exemplo saúde, assistência social e instrução. O segundo relacionado com materiais individuais que diz respeito à condição pessoal e familiar dos indivíduos como rendimento e riqueza. O terceiro domínio são os não materiais coletivos como por exemplo ocupação do tempo livre. Na quarta vertente os aspectos não materiais individuais, relacionados com as relações privadas interpessoais, família, amigos e acesso à informação, por exemplo. O último domínio refere-se ao contexto geral relacionado com as particularidades da paisagem e do clima e as características do patrimônio histórico e arquitetônico do espaço.

Já Vianna (2009) cita a Enciclopédia Larousse Cultural para conceituar o termo qualidade de vida:

Segundo a Grande Enciclopédia Larousse Cultural, o termo “Qualidade” é definido como “aspecto, maneira de ser de um objeto; conjunto das modalidades sob as quais se apresenta; atributo” e também “disposição moral ou intelectual.” Já Qualidade de Vida é definido como “tudo que contribui para criar condições favoráveis ao desenvolvimento do indivíduo.” (VIANNA, 2009, p. 5)

Como podemos observar, a qualidade de vida está relacionada com aspectos do indivíduo propriamente dito como suas necessidades básicas e relacionamentos sociais, além de aspectos coletivos como o contexto em que está inserido, políticas e culturas. Viver de forma qualitativa significa gozar de boa saúde, momentos de lazer, satisfação profissional e bons relacionamentos, entre outros aspectos que influenciam na felicidade do indivíduo.

2.3.1 Capacidade Funcional e Atividades de Vida Diária (AVDs)

Segundo Weinberg e Gould *apud* Vianna (2009), pessoas fisicamente ativas são mais saudáveis e correm menos risco de doenças do que pessoas sedentárias. A prática de exercício regular está associada a uma melhora tanto psicológica quanto fisiológica do indivíduo, tais como: sensação de bem-estar, aumento da auto-estima e da autoconfiança, diminuição da pressão sanguínea e

do risco de doenças cardiovasculares em geral e de doenças cardíacas coronarianas em particular.

As situações do dia-a-dia, especialmente as físicas, exigem adaptações morfo-fisiológicas que atendam a um mínimo necessário para a realização destas tarefas. Segundo Oliveira (1998) o termo aptidão física é muitas vezes compreendido como a capacidade requerida ao indivíduo para que este realize suas tarefas rotineiras. Neste sentido, refere-se ao estado de condicionamento físico que determina se o indivíduo está apto a realizar uma determinada atividade.

Mas antes de pensarmos em prática de exercícios físicos regulares, devemos ressaltar a importância da qualidade da realização das atividades de vida diária (AVDs), a prática de atividades do dia-a-dia sem limitações físicas em suas execuções. As atividades de vida diária compreendem atividades de cuidados pessoais, domésticos, e atividades físicas do dia-a-dia como subir escadas, carregar peso, curvar-se, etc.. Carmo, Mendes e Brito (2008) afirmam que a realização das AVDs é um dos fatores que determinam a expectativa de vida ativa.

Essa perda de capacidade de realizar suas AVDs está relacionada com a incapacidade funcional apresentada como dificuldade no desempenho de certos gestos e atividades da vida cotidiana ou mesmo pela impossibilidade de desempenhá-las. Para Raffone e Hennington (2005) o envelhecimento funcional é entendido como perda da capacidade para realizar tarefas e geralmente se faz notar antes do envelhecimento cronológico.

Entretanto, as AVDs realizadas de forma independente, atrelada a um programa de exercício físico regular pode promover mudanças na capacidade funcional e aptidão física do indivíduo. Além de oferecer-lhe autoconfiança, bem-estar, vigor e uma vida mais ativa e menos dependente de terceiros.

2.4 QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO

O termo Qualidade de Vida vem sendo utilizado cada vez mais para descrever situações e fatores que tragam benefícios físicos e psicológicos à nossa vida, agregando satisfação e saúde. Diante do espaço cada vez maior que o trabalho ocupa em nossas vidas, verifica-se a importância desse conceito atingir a área profissional, buscando assim satisfação e valorização do indivíduo na sua atividade laboral.

Goulart e Sampaio *apud* Iorkoski e Rissi (2009) citam que a expressão *Qualidade de Vida no Trabalho* (QVT) surgiu em meados de 1950, na Inglaterra baseados no trinômio, indivíduo, trabalho e organização. Surgiu então a abordagem sociotécnica da organização do trabalho, tendo como base a satisfação do trabalhador e com o trabalho.

Segundo Vissani e cols (2002) o conceito de Qualidade de Vida no trabalho é muito abrangente, uma vez que a Qualidade de Vida de um profissional sofre reflexos evidentes das posições profissionais desse trabalhador dentro de uma organização, e essa posição deve satisfazer suas necessidades de toda ordem. Qualidade de vida no trabalho não está somente relacionada com motivação, vai muito mais além, é uma harmonia entre bem estar psicológico, biológico e social.

O conceito de Qualidade de Vida no trabalho, além de focar a qualidade física e psicológica do trabalhador, conforme Vissani e cols (2002), baseia-se também em uma visão ética da condição humana que procura identificar, eliminar ou minimizar todos os tipos de riscos ocupacionais. Isso envolve desde a segurança do ambiente físico, até o controle do esforço físico e mental requerido para cada atividade.

Rosa e Pilatti (2007) conceituam a Qualidade de Vida no Trabalho como instrumento de participação do empregado nas decisões e reestruturações de suas funções e tarefas, sistemas de compensações que valorizem o trabalho de modo justo e de acordo com o desempenho, adequação do ambiente de trabalho de modo a favorecer as necessidades do trabalhador e liberdade e satisfação na realização de suas funções. Ainda segundo os autores, a QVT trata-se de um

conceito estreitamente relacionado à satisfação dos trabalhadores quanto à sua capacidade produtiva em um ambiente de trabalho seguro, de respeito, com oportunidades de treinamento e aprendizagem e com o equipamento adequado para a realização de suas funções.

Dois objetivos são propostos pela QVT segundo Rosa e Pilatti (2007): aumentar a produtividade e o desempenho e melhorar a qualidade e satisfação com o trabalho. Uma maneira direta de melhorar a produtividade seria a melhora das condições de satisfação com o trabalho, mesmo que a satisfação e a produtividade do trabalhador não sigam trajetórias paralelas. Sob determinadas circunstâncias, melhorias nas condições de trabalho contribuirão para a produtividade.

2.4.1 A Qualidade de Vida no Trabalho no Setor Público

A Qualidade de Vida no Trabalho (QVT) tem sua origem no setor privado, mas cada vez mais o setor público se defronta com a necessidade de satisfazer seus funcionários para melhor atender à população.

Ferreira e cols (2009) destacam que, no setor público, o equilíbrio entre bem-estar dos servidores e satisfação dos usuários/clientes dos serviços ganha importância entre os objetivos organizacionais. Observa-se um aumento na exigência dos usuários quanto aos seus direitos, o que gera um impacto negativo no bem-estar do trabalhador, como estresse, por exemplo. A implantação de programas de Qualidade de Vida no trabalho vem-se afirmando como uma alternativa para conciliar bem-estar, eficiência e eficácia nas organizações.

As organizações têm buscado outras alternativas de envolvimento da força de trabalho e do próprio trabalho, para que, segundo Bittencourt, Calvo e Filho (2007), tanto os interesses do capital quanto os dos trabalhadores sejam atendidos, a fim de alcançar produtividade e competitividade, proporcionando QVT. Ainda segundo os mesmos autores, o setor público está muito aquém da priorização dos aspectos psicológicos e motivacionais dos trabalhadores, há necessidade de uma reflexão crítica acerca de seus gestores, devido ao elevado número de demissões, da alta rotatividade e da insatisfação dos funcionários e

cumprimento rígido de normas de rotinas de trabalho, as quais normalmente estão repletas de atividades fragmentadas, repetitivas e desprovidas de conteúdo.

O que podemos transmitir para todo o setor público, em vista da carga horária e condições de trabalho já citadas, é que sejam adotadas medidas no sentido de indicar e orientar a prática de atividades físicas ou esportes de forma regular para os trabalhadores. Raffone e Hennington (2005) em seu estudo sobre a capacidade funcional de trabalhadores de enfermagem, afirmam que essa iniciativa oferece melhores condições de saúde à categoria.

3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

3.1 Problema de Pesquisa

Quais os efeitos da participação nas atividades oferecidas pelo Programa Qualidade de Vida no Trabalho da FPERS nas tarefas de vida diária?

3.2 Hipóteses

Hipótese Científica

Ao participar das atividades oferecidas pelo Programa Qualidade de Vida no Trabalho da FPERS o servidor adquire efeitos para a realização de suas tarefas de vida diária.

3.3 Definição Operacional das Variáveis

Variável Independente – Atividades de vida diária dos participantes do Programa Qualidade de Vida no Trabalho.

Variável Dependente – Efeitos causados pela prática das atividades do Programa Qualidade de Vida no Trabalho.

Variáveis Intervenientes – Exercícios físicos praticados fora do Programa Qualidade de Vida no Trabalho.

Variáveis Estranhas – Possíveis afastamentos ou faltas dos funcionários.

3.4 Delineamento da Pesquisa

O trabalho será desenvolvido através de duas etapas: 1º Estudo Piloto, aplicação de questionário aberto a um grupo de 8 (oito) funcionários participantes das atividades do Programa Qualidade de Vida no Trabalho da Fundação de Proteção Especial do RS unidade Abrigo Cônego Paulo de Nadal. 2º Aplicação de questionário fechado a 70 funcionários participantes das atividades do

Programa Qualidade de Vida no Trabalho em seis unidades da Fundação de Proteção Especial do RS.

Os resultados das respostas aos questionários servirão para delinear quais os efeitos do Programa Qualidade de Vida no Trabalho nas atividades de vida diária dos participantes.

3.5 População e Amostra

Esta pesquisa será aplicada na Sede Administrativa e em abrigos da Fundação de Proteção Especial do RS, localizados em Porto Alegre/RS, que já contam com o Programa Qualidade de Vida no Trabalho. São eles Abrigo Cônego Paulo de Nadal, Abrigo José Leandro, NAR Ipanema, NAR Zona Norte, Abrigo Nehyta e NAR Belém.

A Fundação de Proteção Especial do RS conta com 705 funcionários e serão selecionados 70 participantes ativos do Programa para a realização do questionário.

3.6 Análise estatística

Esta pesquisa utilizará a estatística descritiva baseada em percentuais das respostas.

4 CRONOGRAMA

	1º mês	2º mês	3º mês	4º mês	5º mês
Revisão de Literatura	X	X	X		
Coleta de dados		X	X		
Resultados				X	
Discussão e Conclusão				X	X

5 ORÇAMENTO

O gasto para realização da pesquisa envolve fotocópias e/ou impressões, para aplicação de questionário será utilizado um gravador de voz, de propriedade do pesquisador, para melhor coleta de informações durante as entrevistas.

O gravador de voz não terá gasto e as fotocópias e /ou impressões formam um total de R\$ 25,00

6 APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS

Este capítulo apresentará os resultados referentes as respostas obtidas através do questionário aplicado, de acordo com as dores físicas apresentadas pelos funcionários da FPERs, suas causas e a importância do Programa Qualidade de Vida no Trabalho no seu dia-a-dia. A análise será feita a partir dos percentuais das respostas.

Tabela 1- Referente à questão: Você sente dores ao realizar suas tarefas do dia-a-dia?

%	Nº	Alternativas
77,63	59	Sim
22,36	17	Não

Tabela 2 – Referente à questão: Caso afirmativo, assinale as partes do corpo em que elas são mais freqüentes:

%	Nº	Alternativas
48,68	37	Costas / coluna lombar
46,05	35	Coluna cervical
43,42	33	Ombros / braços
21,05	16	Punho
21,05	16	Joelhos
17,10	13	Ciático
15,78	12	Mãos
3,94	3	Cotovelo

Tabela 3 – Referente à questão: Assinale as atividades físicas do seu trabalho que você considera as mais difíceis de realizar?

%	Nº	Alternativas
50	38	Levantar peso
44,73	34	Carregar peso
31,57	24	Postura muito tempo em pé
17,10	13	Deslocamento
10,52	8	Varrer

Tabela 4 – Referente à questão: Assinale as atividades físicas do seu dia-a-dia que você considera as mais difíceis de realizar?

%	Nº	Alternativas
55,26	42	Carregar peso
47,36	36	Má postura
43,42	33	Levantar peso
21,05	16	Subir escadas
11,84	9	Varrer

Tabela 5 – Referente à questão: O Programa Qualidade de Vida no Trabalho trás benefícios para a realização de suas tarefas diárias?

%	Nº	Alternativas
100	76	Sim
-	-	Não

Tabela 6 – Referente à questão: Caso afirmativo assinale a(s) causa(s) prováveis:

%	Nº	Alternativas
78,94	60	Relaxamento, descontração
72,36	55	Flexibilidade, alongamento
68,42	52	Melhora da qualidade de vida
59,21	45	Humor
59,21	45	Bem estar
57,89	44	Disposição
53,94	41	Diminuição de dores
38,15	29	Condicionamento físico
31,57	24	Orientação para exercitar-se em casa
26,31	20	Orientação para procura médica

6.1 Análise e Discussão dos Resultados

A proposta desse estudo foi identificar os efeitos da prática das atividades oferecidas pelo Programa Qualidade de Vida no Trabalho da FPERS nas atividades de vida diária dos participantes, os benefícios das atividades e a visão dos funcionários a respeito da importância do Programa. Após 76 questionários respondidos, observou-se com clareza a importância que o Programa Qualidade de Vida no Trabalho tem na vida dos funcionários da Fundação de Proteção Especial do RS, tanto em suas tarefas de trabalho quanto em suas rotinas de vida diária.

Quanto as dores decorrentes no dia a dia dos entrevistados, verifica-se que é um aspecto comum entre os funcionários, considerando que mais de 77% dos funcionários entrevistados marcaram a alternativa “sim”, afirmando que sentem dores no dia a dia. Muitas são as causas dessas dores, e a maioria dos entrevistados marcou mais de uma alternativa. As alternativas mais escolhidas

são as que citam coluna (lombar e cervical) e ombros, mostrando que algumas tarefas de trabalho sobrecarregam essas regiões, como veremos nas questões seguintes, que falam das dificuldades em realizar as tarefas. Verifica-se que essas situações do dia-a-dia, como já foi citado o estudo de Oliveira (1998), exigem adaptações morfo-fisiológicas que atendam a um mínimo necessário para a realização destas tarefas. Nota-se a importância do trabalho de aptidão física para que esses indivíduos realizem suas tarefas rotineiras.

A realização de atividades de trabalho e de vida diária foi aspecto marcante no questionário proposto. Ao responder quanto as atividades físicas mais difíceis de realizar no trabalho, 50% afirma que a tarefa mais difícil é levantar peso, considerando que muitos funcionários realizam as atividades de higiene das crianças da Fundação, e em alguns abrigos essas crianças são portadoras de necessidades especiais, inclusive com dependência total para atividades de vida diária. Outra alternativa bastante citada foi, assim como levantar peso, carregar peso, e consideramos a mesma tarefa na rotina dos funcionários, pois ao levantar algumas crianças também precisam realizar as atividades de colocar na cadeira de rodas, na cama, na banheira, etc. O erro de postura foi outra alternativa comentada, citando passar muito tempo na postura em pé. Conforme Vissani e cols (2002), eliminar e minimizar os tipos de riscos ocupacionais, envolvendo segurança no ambiente de trabalho, é um dos focos da Qualidade de Vida no trabalho. Através dessa questão proposta no questionário, verifica-se que existe um desgaste físico requerido para cada atividade.

Nessa questão outras alternativas foram criadas por alguns entrevistados, e essas também foram analisadas. Em alguns Abrigos, além das alternativas apresentadas, foram também citadas ficar muito tempo na postura sentada (principalmente em setores mais administrativos); estender roupa e lavar louça, que são tarefas comuns nos Abrigos Residenciais; descer e subir da *Kombi* de transporte; e conter fisicamente os acolhidos em casos especiais.

Já ao responder quanto as atividades físicas do dia a dia mais difíceis de realizar, mais de 55% citaram carregar peso, comentando o fato de carregar sacolas de supermercado ou atividades domésticas que tenham a mesma exigência. Nesta questão aparecem novamente as atividades de levantar peso e

a má postura durante algumas atividades. Novamente aparecem alternativas que não constavam no questionário, e foram analisadas também atividades domésticas de lavar louça e estender roupa, essa última atrelada a outras atividades que exijam flexão permanente de ombros (citado como levantar os braços). Reafirma-se que a independente realização das AVDs atrelada a um programa de exercício físico regular pode promover mudanças significativas na capacidade funcional e aptidão física do indivíduo. Essa independência se torna importante assim como a afirmação de Carmo, Mendes e Brito (2008) de que a realização das AVDs é um dos fatores que determinam a expectativa de vida ativa.

Nessas questões 2 e 3, podemos perceber que as atividades se repetem nas respostas, por se tratar de atividades profissionais muito semelhantes as atividades do dia a dia. Levando em consideração que a maioria dos setores entrevistados eram de Abrigos Residenciais.

O questionário foi finalizado com uma pergunta a respeito da importância do Programa Qualidade de Vida no Trabalho para esses funcionários que participam de suas atividades. 100% dos entrevistados responderam que “sim”, que consideram que este Programa trás benefícios para a realização de suas tarefas diárias. A grande maioria marcou mais de uma alternativa para demonstrar o que consideram serem as causas prováveis desse benefício, afirmando que viver de forma qualitativa significa gozar de boa saúde, momentos de lazer, satisfação profissional e bons relacionamentos, entre outros aspectos que influenciam na felicidade do indivíduo.

Mais de 78% dos entrevistados marcaram “Relaxamento / descontração” como maior causa, citando que o trabalho muitas vezes se torna massivo pela carga horária e carga de trabalho, as atividades oferecem momentos de lazer e descontração, proporcionando um relaxamento muscular e mental. Em seguida, com 72% aparecem “Flexibilidade e Alongamento”, sendo a Ginástica Laboral, voltada para esses fins a atividade considerada primordial para o funcionamento do Programa nas Unidades. Com mais de 50% das escolhas, aparecem também, em ordem decrescente, “Melhora da Qualidade de Vida”, “Humor”, “Bem Estar”, “Disposição” e “Diminuição de Dores”, o que representa que o Programa está

cumprindo bem seus objetivos no que diz respeito ao sentimento de bem estar dos funcionários afetados. Verifica-se a importância do PQVT como uma maneira de melhorar a produtividade e as condições de satisfação com o trabalho. Como objetivo da QVT, Rosa e Pilatti (2007) afirmam que deve-se focar em aumentar a produtividade e o desempenho e melhorar a qualidade e satisfação com o trabalho. Através dessa pesquisa então, pode-se verificar uma significativa melhora dessa satisfação pessoal e com o trabalho.

Como vimos nos estudo de Bittencourt, Calvo e Filho (2007), o setor público está muito aquém da priorização dos aspectos psicológicos e motivacionais dos trabalhadores. Sendo assim, a Fundação de Proteção Especial aparece como exemplo para que outros órgãos possam investir mais na Qualidade de Vida de seus trabalhadores.

7 CONCLUSÃO E ENCAMINHAMENTO DE NOVOS ESTUDOS

Como objetivo deste trabalho buscou-se identificar e descrever os efeitos das atividades do Programa Qualidade de Vida no Trabalho da Fundação de Proteção Especial do RS nas atividades de vida diária de seus participantes.

Considerou-se que os objetivos propostos inicialmente foram atingidos, a partir da participação dos funcionários na pesquisa e uma primeira investigação quanto as principais queixas de desconforto físico e benefícios diante da participação nas atividades oferecidas pelo Programa.

Concluiu-se que através de um relaxamento muscular, aumento de flexibilidade e bem estar em geral os funcionários da FPERS participantes das atividades, adquirem uma melhor Qualidade de Vida no Trabalho e também na vida diária.

A partir dos resultados das entrevistas e dos questionários, foi possível fazer considerações importantes. Muitas das tarefas desenvolvidas nos diversos setores da FPERS acabam por gerar desconforto e dores físicas, em especial nos Abrigos Residenciais. Esses desconfortos e dores físicas estendem-se para o cotidiano dos funcionários gerando dificuldade na realização de suas atividades de vida diária. Com a implantação do Programa Qualidade de Vida no Trabalho, muitos desses malefícios foram e continuam sendo amenizados com a oferta de diferentes atividades desenvolvidas nos Abrigos, mostrando que os principais efeitos da participação nessas atividades é um relaxamento, descontração, melhora do humor e disposição, melhorando assim a qualidade de vida como um todo.

Diante das queixas físicas apontadas pelos entrevistados, e a quantidade de benefícios trazidos pelo Programa citados pelos funcionários que dele participam, cabem mais pesquisas visando a Qualidade de Vida no Trabalho, principalmente no setor Público, proporcionando que outros órgãos e setores possam pensar e criar alternativas de melhorar seus serviços através de uma maior satisfação pessoal de seus colaboradores. Considerando que o Programa Qualidade de Vida no Trabalho é um projeto criado em 2006, já conta com uma importante credibilidade dentro da Fundação de Proteção Especial do RS, e vem

sendo avaliado¹ constantemente para que cada vez mais possa atingir maior número de colaboradores e proporcionar maiores benefícios aos participantes, fica também a sugestão que outros estagiários desse projeto possam realizar pesquisas a partir desse trabalho desenvolvido no setor público, buscando uma maior visibilidade de que um trabalho bem elaborado, por profissionais competentes e visando a saúde do trabalhador, pode melhorar o serviço como um todo em diversos setores públicos e privados.

¹ O PQVT é avaliado constantemente através de relatórios de atendimento e anualmente através de questionários de avaliação respondidos pelos próprios participantes.

8 REFERÊNCIAS

ALLARDT, E. (1981). "Experiences from the Comparative Scandinavian Study, with a Bibliography of the Project", *European Journal of Political Research*, n.º 9, pp.101-111. **apud** SANTOS, L. D.; MARTINS, I. A qualidade de vida urbana. O caso da cidade do Porto. Investigação - Trabalhos em curso - nº 116, Maio de 2002. Disponível em < <http://www.fep.up.pt/investigacao/workingpapers/wp116.pdf>> Acessado em 12.03.2011

BITTENCOURT, M. S.; CALVO, M. C. M.; FILHO, G. I. R. Qualidade de vida no trabalho em serviços públicos de saúde – um estudo de caso. RFO, v. 12, n. 1, p. 21-26, janeiro/abril 2007. Disponível em < <http://www.upf.br/download/editora/revistas/rfo/12-01/4.pdf>> acessado em 27.03.2011

CARMO, N. M. do; MENDES, E. L.; BRITO, C. J. Influência da atividade física nas atividades da vida diária de idosas. RBCEH, Passo Fundo, v. 5, n. 2, p. 16-23, jul./dez. 2008. Disponível em <<http://www.upf.tche.br/seer/index.php/rbceh/article/viewFile/108/243>> acessado em 13.03.2011

DEVIDE, F. P. Educação Física, Qualidade de Vida e Saúde: campos de intersecção e reflexões sobre a intervenção. Movimento, Porto Alegre, V. 8, n. 2, p.77-84, maio/agosto 2002

FENSTERSEIFER, P. E.; SILVA, S. P. Qualidade de vida e Educação Física: conhecimento e intervenção crítica na sociedade de consumo. Revista Digital - Buenos Aires - Año 13 - Nº 127 - Diciembre de 2008. Disponível em <http://www.efdeportes.com/efd127/educacao-fisica-intervencao-critica-na-sociedade-de-consumo.htm> acessado em 20.09.2011

FERREIRA, R. R.; FERREIRA, M. C.; ANTLOGA, C. S.; BERGAMASCHI, V. Concepção e implantação de um programa de qualidade de vida no trabalho no setor público: o papel estratégico dos gestores. R.Adm., São Paulo, v.44, n.2, p.147-157, abr./maio/jun. 2009. Disponível em < www.rausp.usp.br/download.asp?file=V4402147.pdf> acessado em 03.04.2011

GOUGH, J. (1982). "Human Needs and Social Welfare", in *The Quality of Life and Communication in Metropolitan Services*, International Meeting, Veneza **apud** SANTOS, L. D.; MARTINS, I. A qualidade de vida urbana. O caso da cidade do Porto. Investigação - Trabalhos em curso - nº 116, Maio de 2002. Disponível em < <http://www.fep.up.pt/investigacao/workingpapers/wp116.pdf>> Acessado em 12.03.2011

GOULART, I.; SAMPAIO, J. Qualidade de vida, saúde mental e psicologia social. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1999. **apud** IORKOSKI, C. R. B.; RISSI, V. Avaliação da qualidade de vida no trabalho: estudo de caso no setor público. Revista de Administração e Ciências Contábeis do Ideau. Vol.4 - n.8 - Janeiro - Junho 2009. Disponível em < http://www.ideau.com.br/upload/artigos/art_20.pdf> acessado em 27.03.2011

IORKOSKI, C. R. B.; RISSI, V. Avaliação da qualidade de vida no trabalho: estudo de caso no setor público. Revista de Administração e Ciências Contábeis do Ideau. Vol.4 - n.8 - Janeiro - Junho 2009. Disponível em < http://www.ideau.com.br/upload/artigos/art_20.pdf> acessado em 27.03.2011

NUVOLATI, G. (1998). *La qualità della vita urbana. Teorie, metodi e risultati della ricerche*, Milano, Franco Angeli **apud** SANTOS, L. D.; MARTINS, I. A qualidade de vida urbana. O caso da cidade do Porto. Investigação - Trabalhos em curso - nº 116, Maio de 2002. Disponível em < <http://www.fep.up.pt/investigacao/workingpapers/wp116.pdf>> Acessado em 12.03.2011

OLIVEIRA, A. P. de. O trabalho dos comandantes de grandes jatos: um estudo sobre aptidão física, saúde e qualidade de vida. Artus, Rio de Janeiro, v. 18, n. 1, p. 38-52, 1998. Disponível em <<http://boletimef.org/biblioteca/2386/Um-estudo-sobre-aptidao-fisica-saude-e-qualidade-de-vida>> Acessado em 20.09.2011

RAFFONE, A. M.; HENNINGTON, E. A. Avaliação da capacidade funcional dos trabalhadores de enfermagem. Ver Saúde Pública 2005; 39(4):669-76. Disponível em <www.fsp.usp.br/rsp> acessado em 09/04/2011

RIO GRANDE DO SUL. Site institucional da Fundação de Proteção Especial do RS. <<http://www.fpe.rs.gov.br>> acessado em 21.02.2011

ROSA, M. A. S.; PILATTI, L. A. Qualidade de vida no trabalho: análise do caso de colaboradores de uma empresa do ramo de metalurgia de Ponta Grossa – PR. Revista Digital - Buenos Aires - Año 12 - Nº 108 - Mayo de 2007. Disponível em <<http://www.efdeportes.com/efd108/qualidade-de-vida-no-trabalho.htm>> Acessado em 23.03.2011

SANTOS, L. D.; MARTINS, I. A qualidade de vida urbana. O caso da cidade do Porto. Investigação - Trabalhos em curso - nº 116, Maio de 2002. Disponível em <<http://www.fep.up.pt/investigacao/workingpapers/wp116.pdf>> Acessado em 12.03.2011

SEVERO, S. “Construindo a várias mãos, remamos contra a maré”: serviço público e qualidade de vida no trabalho, essa dupla é possível! Case elaborado

para apresentação do Projeto Qualidade de Vida no Trabalho da Fundação de Proteção Especial do RS para o Prêmio Top Ser Humano – ABRH 2008. Porto Alegre, RS. 2007

VIANNA, R. A. Ginástica Laboral – Um programa qualificado, elaborado pensando na permanência na atividade. Projeto de TCC. Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2009. Disponível em <<http://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/18944/000732926.pdf?sequence=1>> Acessado em 13.03.2011

VISSANI, A.; REIS, L. B. dos; NOGUEIRA, L. B.; ROCHA, M.; MARANGONI, O. Qualidade de vida no trabalho. Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais. Poços de Caldas/MG. 2002. 16p. Disponível em <www.higieneocupacional.com.br/download/qualidade-vissani.doc> Acessado em 12.03.2011

WEINBERG, R. GOULD, D. Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício. Porto Alegre, RS; Artmed. 2001 **apud** VIANNA, R. A. Ginástica Laboral – Um programa qualificado, elaborado pensando na permanência na atividade. Projeto de TCC. Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2009. Disponível em <<http://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/18944/000732926.pdf?sequence=1>> Acessado em 13.03.2011

ANEXO 1



ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL
SECRETARIA DO TRABALHO, CIDADANIA E ASSISTÊNCIA SOCIAL
DEPARTAMENTO DE ASSISTÊNCIA SOCIAL

FUNDAÇÃO DE PROTEÇÃO ESPECIAL



Fundação
Proteção

Fundação de Proteção Especial/R

Proc.: 0676-2148/07

Fls.: 19 Rub.: 18

PROGRAMA QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO

LEVANTAMENTO DE DADOS

1. IDENTIFICAÇÃO

Nome:

Data nasc

Local trabalho:

Data admissão:

Jornada de trabalho:

Função(descrição da atividade desenvolvida):

Tempo que exerce a função:

2. ENTREVISTA

1. Presença de dor: () mãos () ombros () região escapular

() punhos () cotovelos () braços () antebraços

coluna : lombar () cervical () dorsal () outros. Quais ?

2. Já fez consulta com médico devido a estes problemas? O que o médico informou a respeito?

3. Já sofreu acidente de trabalho alguma vez? Como foi?

4. Já esteve de licença médica? Qual o motivo?

5. Usa alguma medicação?

6. Possui algum tipo de restrição para o trabalho? Qual é a restrição? Foi adquirida no trabalho?

7. Realiza alguma atividade física?



ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL
SECRETARIA DO TRABALHO, CIDADANIA E ASSISTÊNCIA SOCIAL
DEPARTAMENTO DE ASSISTÊNCIA SOCIAL

FUNDAÇÃO DE PROTEÇÃO ESPECIAL



Fundação
Proteção
Fundação de Proteção Especial/VI
do Rio Grande do Sul

roc.: 0676 -2148/ 07

: 20 Rub.: *NS*

8. O que faz na sua hora de lazer ?
9. Como ocupa o seu horário livre(descanso)?
10. Qual a sugestão, para melhorar a qualidade de vida no seu local de trabalho?
11. Qual o momento de sua jornada de trabalho poderia ser aplicada a Ginástica Laboral ?
12. Qual o perfil dos abrigados que atende.
13. Qual a duração trajeto até o trabalho?

ANEXO 2

TERMO DE ESCLARECIMENTO

Você está sendo convidado, como voluntário, a participar desse estudo, por poder contribuir para o mesmo a partir de seus conhecimentos e experiências. O objetivo dessa pesquisa é constatar e descrever os efeitos das atividades do Programa Qualidade de Vida no Trabalho da FPERS nas atividades de vida diária de seus participantes.

Se você concordar em participar deste estudo terá que responder uma entrevista com um roteiro elaborado com o intuito de analisar aspectos relativos a fatores que contribuam com os objetivos da pesquisa. Sua participação é muito importante para que possamos construir informações necessárias para nossos estudos, a partir da visão de quem participa das atividades do Programa Qualidade de Vida no Trabalho da FPERS.

Cabe ressaltar que não existirão riscos de exposição a partir da sua entrevista. A pesquisadora envolvida nesta pesquisa tratará sua identidade com padrões éticos de sigilo. Seus dados serão confidenciais. O nome ou material que indique os participantes não serão identificados em nenhuma publicação que possa resultar desta pesquisa, a não ser se o entrevistado assim desejar.

Você é livre para recusar sua participação a qualquer momento. A participação é voluntária e a recusa em participar do estudo não acarretará em qualquer penalidade ou perda de bens, pois todos os procedimentos da entrevista serão fornecidos gratuitamente. Não será disponível nenhuma compensação financeira adicional.

ANEXO 3

TERMO DE CONSENTIMENTO

Eu _____
_____, portador do CPF número _____
fui informado dos objetivos da pesquisa acima de maneira clara e detalhada, tendo tempo para ler e pensar sobre as informações contidas no Termo de Esclarecimento antes de participar do estudo. Recebi informação a respeito dos procedimentos de avaliação realizados, esclareci minhas dúvidas e concordei voluntariamente em participar deste estudo. Além disso, sei que terei liberdade de retirar meu consentimento de participar da pesquisa frente a estas informações. Os pesquisadores certificaram-me também de que todos os dados desta pesquisa serão confidenciais. Fui informado que caso existirem danos a minha imagem, causados diretamente pela pesquisa, terei direito a indenização conforme estabelece a lei.

Também sei que sou eximido de qualquer gasto referente à pesquisa. Caso tiver novas perguntas sobre este, a estudante Fernanda Dutra Corrêa, responsável pela pesquisa, estará a disposição no telefone (51) 96055880 para qualquer pergunta sobre meus direitos como participante desse estudo.

Declaro que recebi cópia do presente Termo de Consentimento.

Porto Alegre, ____/____/____

Assinatura do Entrevistado

Assinatura do Pesquisador

ANEXO 4

ENTREVISTA

PROGRAMA QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO DA FUNDAÇÃO DE PROTEÇÃO ESPECIAL DO RS E SEUS EFEITOS NAS ATIVIDADES DE VIDA DIÁRIA DE SEUS PARTICIPANTES

Responsável: Fernanda Dutra Corrêa

- 1) Você sente dores ao realizar suas tarefas do dia-a-dia?
Caso afirmativo, em quais partes do corpo essas dores são mais frequentes?
- 2) Quais atividades físicas do seu trabalho você considera mais difíceis de realizar?
- 3) Quais atividades físicas do seu dia-a-dia você considera mais difíceis de realizar? (Ex.: subir escadas, varrer, carregar peso, etc.)
- 4) O Programa Qualidade de Vida no Trabalho trás benefícios para a realização de suas tarefas diárias?
Caso afirmativo, por quê?

ANEXO 5

QUESTIONÁRIO FECHADO

PROGRAMA QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO DA FUNDAÇÃO DE PROTEÇÃO ESPECIAL DO RS E SEUS EFEITOS NAS ATIVIDADES DE VIDA DIÁRIA DE SEUS PARTICIPANTES

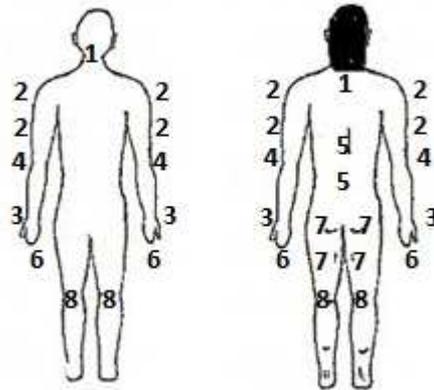
Responsável: Fernanda Dutra Corrêa

1) Você sente dores ao realizar suas tarefas do dia-a-dia?

Sim Não

Caso afirmativo, assinale as partes do corpo em que elas são mais freqüentes:

- 1. Coluna cervical
- 2. Ombros / braços
- 3. Punho
- 4. Cotovelo
- 5. Costas / coluna lombar
- 6. Mãos
- 7. Ciático
- 8. Joelhos



2) Assinale as atividades físicas do seu trabalho que você considera as mais difíceis de realizar?

- Levantar peso
- Carregar peso
- Postura muito tempo em pé
- Deslocamento
- Varrer

3) Assinale as atividades físicas do seu dia-a-dia que você considera as mais difíceis de realizar?

- Levantar peso
- Carregar peso
- Subir escadas
- Má postura
- Varrer

4) O Programa Qualidade de Vida no Trabalho trás benefícios para a realização de suas tarefas diárias?

- Sim Não

Caso afirmativo assinale a(s) causa(s) prováveis:

- Relaxamento, descontração
- Melhora da qualidade de vida
- Humor
- Bem estar
- Disposição
- Flexibilidade, alongamento
- Orientação para exercitar-se em casa
- Diminuição de dores
- Orientação para procura médica
- Condicionamento físico