

QUALIDADE DE VIDA E A INTERDISCIPLINARIDADE NO AMBIENTE DE TRABALHO

QUALITY OF LIFE AND INTERDISCIPLINARITY IN THE WORKPLACE

CALIDAD DE VIDA E INTERDISCIPLINARIEDAD EN EL AMBIENTE DE TRABAJO

Ivana Lameke¹
Ana Lucia Zattar Coelho²
Fernanda Letícia de Souza³

Resumo

Esse artigo busca a reflexão e discussão sobre atividades interdisciplinares nas práticas corporais da Educação Física. Essas práticas estão relacionadas aos socorros urgentes, à qualidade de vida no trabalho e ao amplo universo da cultura corporal de movimento. A pesquisa surge da necessidade de estimular as conexões entre os conteúdos de diversas disciplinas e contextos. Utiliza-se, assim, atividades comuns dentro das práticas corporais — de forma motivadora e criativa —, para a conscientização de atitudes que possam melhorar o modo de vida dos indivíduos, principalmente no ambiente laboral. O objetivo da investigação foi identificar a interdisciplinaridade nas práticas corporais da Educação Física que tenham ligação com a prevenção de acidentes, promoção da qualidade de vida e socorros urgentes. A utilização de recursos de natureza interdisciplinar, dentro dessa proposta, faz com que os indivíduos se sintam mais motivados e criativos, o que amplia o campo da compreensão.

Palavras-chave: Interdisciplinaridade. Educação Física. Práticas corporais. Socorros urgentes.

Abstract

This article seeks to reflect and discuss interdisciplinary activities in corporal practices of Physical Education. These practices are related to urgent care, quality of life at work and the wide universe of corporal movement practice. The research arises from the need to stimulate connections between the contents of different disciplines and contexts. Thus, common activities are used within corporal practices - in a motivating and creative way - to raise awareness of attitudes that can improve the way of life of individuals, especially in the work environment. The objective of the investigation was to identify the interdisciplinarity in the corporal practices of Physical Education that have a connection with the prevention of accidents, promotion of the quality of life and urgent care. The use of resources of an interdisciplinary nature, within this proposal, makes individuals feel more motivated and creative, which expands the field of understanding.

Keywords: Interdisciplinarity. Physical Education. Corporal practices. Urgent care.

Resumen

Este artículo busca la reflexión y discusión acerca de actividades interdisciplinarias en las prácticas corporales de la Educación Física. Esas prácticas están relacionadas con los primeros auxilios, con la calidad de vida en el trabajo y con el amplio universo de la cultura corporal de movimiento. La investigación surge de la necesidad de estimular las conexiones entre los contenidos de diversas disciplinas y contextos. Se utilizan, por lo tanto, actividades comunes en las prácticas corporales — de forma motivadora y creativa — para la toma de consciencia sobre actitudes que pueden mejorar el modo de vida de los individuos, principalmente en el ambiente laboral. El objetivo de la investigación fue identificar la interdisciplinariedad en las prácticas corporales de la Educación Física, que tengan que ver con la prevención de accidentes, promoción de la calidad de vida y primeros auxilios. La utilización

¹ Graduanda do curso de Bacharelado em Educação Física da UNINTER. E-mail: ivanalameke@gmail.com.

² Professora especialista dos cursos de Bacharelado e Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Internacional – UNINTER. E-mail: ana.coe@uninter.com.

³ Professora especialista dos cursos de Bacharelado e Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Internacional – UNINTER. E-mail: fernanda.sou@uninter.com.

de los recursos de naturaleza interdisciplinaria, en esta propuesta, hace que los individuos se sientan más motivados y creativos, lo que amplía el campo de la comprensión.

Palabras-clave: Interdisciplinariedad. Educación Física. Prácticas corporales. Primeros auxilios.

1 Introdução

Segundo as autoras do artigo, interdisciplinaridade é uma partilha e interação de saberes, entre várias disciplinas e contextos, um intercâmbio mútuo e integração entre várias disciplinas que resulta em um ganho recíproco. É também uma mudança de comportamento e estilo de vida, pautados nos conceitos aprendidos, onde a teoria e a prática estão sempre alinhadas.

Para Piaget (1981), a interdisciplinaridade pode ser concebida como uma recomposição ou como uma reorganização dos âmbitos do saber; a perspectiva é impulsionar um ou vários estudos a respeito de um assunto e dele extrair possibilidades de pesquisas, para dar origem a novas recomposições e reorganizações na construção do conhecimento.

Fazenda (2010) retrata que entre as décadas de 1960 e 1970, a Unesco e a OCDE patrocinaram estudos que visassem a uma universidade na qual as barreiras entre as disciplinas pudessem ser minimizadas, incentivando pesquisas coletivas e a inovação no ensino; isto é, uma revisão nas relações entre as matérias, trazendo-as para a prática cotidiana, evitando, assim, que o conhecimento fique teorizado e compartimentalizado (COELHO; SCORTEGAGNA; SASSI, 2015). Essa formatação facilita a percepção do indivíduo na interação entre os diversos conteúdos trabalhados em cada área, disciplina e seus contextos.

Segundo Coelho, Scortegagna e Sassi, (2015, p. 41227),

Vários autores brasileiros abordam a interdisciplinaridade, destacando-se Japiassu (1976), Fazenda (1991, 1992, 1993, 2008, 2010), Pombo (2004), Carlos (2007), José (2008), Paula (2009), Scortegagna e Gilz (2013), Scortegagna e Eckel (2015). Os documentos oficiais, como os PCNs (1996), os PCNEM (1999) e os PCNEM+ (2002) — além das Diretrizes Curriculares Nacionais Gerais para a Educação Básica (2010) — também defendem o diálogo entre as disciplinas, para que o estudante tenha uma visão global do conhecimento.

Como já afirmamos em outro momento, Pontuschka (1999, apud COELHO; SCORTEGAGNA; SASSI, 2015, p. 41227) afirma que “ressalta que os professores precisam trabalhar de forma integrada com outras disciplinas. Isso não significa dominar os assuntos da outra área, mas sim conhecer a teoria do conhecimento que as embasa e o método de ensino utilizado”.

Este estudo — de cunho qualitativo e realizado a partir da revisão da literatura e pesquisa documental — tem como objetivo, através da análise de algumas ações realizadas no ano de 2019 na empresa pesquisada, identificar os fatores de motivação da participação dos

colaboradores da empresa nestas práticas e a vinculação dos conteúdos trabalhados com o dia-a-dia dos participantes.

2 Interdisciplinaridade no ambiente laboral

Para um exercício adequado da cidadania e articulação dos saberes no ambiente laboral é preciso que as competências necessárias à intervenção sejam acionadas (e por meio do diálogo), pois diferentes saberes entrarão em cena. Esses diferentes saberes podem ser de diversas origens: escolares/acadêmicos, familiares, de experiência, técnicos, teóricos, práticos, entre outros, e não seguem linearidade ou hierarquia.

Essa abordagem é totalmente válida para ser aplicada nos ambientes de ação do ser humano, pois o que se aprende na escola é para a aplicação significativa em suas vidas.

Segundo Pontuschka (1999, apud COELHO, A.L.Z; SCORTEGAGNA, A. E SASSI, V. 2015, p. 41227), “o diálogo constante entre os indivíduos é uma exigência para trabalhar a interdisciplinaridade”. Ele favorece o reconhecimento de que os conteúdos estão articulados e de que podem contribuir para o desenvolvimento de um conhecimento mais integrado, contextualizado, amplo e propulsor de novas inter-relações. Em poucas palavras, salienta a importância de olhar o mesmo objeto sob perspectivas diferentes, dar novas respostas e influenciar novos comportamentos e aprendizagens. Todo o conhecimento possibilita um diálogo permanente com outros conhecimentos.

Segundo Coelho, Scortegagna e Sassi (2015, p. 41227),

“As Diretrizes Curriculares Nacionais sugerem uma gestão centrada na abordagem interdisciplinar, organizada por eixos temáticos, mediante interlocução entre os diferentes campos do conhecimento, com o objetivo de superar o isolamento das pessoas e a compartimentação de conteúdos rígidos. As referidas diretrizes desafiam, sob o ponto de vista da interdisciplinaridade, os professores a desenvolverem uma abordagem epistemológica dos objetos de conhecimento”.

Tais diretrizes afirmam que a interdisciplinaridade possibilita assegurar a transversalidade do currículo, propiciando a interlocução entre os saberes e os diferentes campos do conhecimento.

Um dos eixos temáticos, como por exemplo, o corpo humano e saúde, traz muitas possibilidades de entendimentos, trabalhos e aplicações práticas de seus conceitos. Promover a saúde do corpo e melhorar a qualidade de vida têm sido assuntos muito discutidos em diversos cenários da sociedade que enfatizam um conceito ampliado de saúde. Essas reflexões também valorizam outros aspectos como, por exemplo, o ambiental, para a manutenção de um estilo de

vida saudável. O Ministério da Saúde lançou em 2006 uma política nacional de promoção da saúde. O objetivo era promover a qualidade de vida e reduzir vulnerabilidade e riscos à saúde, estilos de vida, condições de trabalho, habitação, ambiente, educação, lazer, cultura, acesso a bens e serviços essenciais, entre outros.

Neste estudo, faremos a relação dos aspectos interdisciplinares listados no ambiente de trabalho e que fazem parte desse universo mais amplo — no qual a Educação Física está inserida — e que promovem saúde. A proposta das autoras enfoca a busca por um estilo de vida integrado, que ultrapasse a barreira de um conhecimento estanque e que esteja incorporado à prática diária em todos os contextos, cruzando seus conhecimentos e dando respostas mais efetivas às situações da vida que se apresentam.

Quando partimos do campo acadêmico para o campo profissional, temos a possibilidade de colocar em prática todos os aprendizados já vivenciados com mais ênfase. A promoção da saúde, em uma visão interdisciplinar, vislumbra a melhoria das condições de vida da população, tendo como princípios a concepção do ser humano como um todo, a sua experiência de vida, a participação social e a sustentabilidade, entre outros. Assim, a estratégia de produção de saúde deve estimular a articulação entre o pensar e o agir com as demais áreas e contextos, como os aspectos econômicos, sociais e de religiosidade.

Segundo Roloff, (2016, p. 201), o caráter multiprofissional e interdisciplinar compõe um conjunto de conhecimentos e atribuições específicos que, somados, possuem a capacidade de intervir em prol de ambientes e processos produtivos mais seguros e saudáveis (ações com foco na promoção da saúde, prevenção de agravos e atenção curativa do trabalhador, por exemplo).

Em um levantamento feito no ambulatório da empresa analisada, constatou-se as interfaces da educação física nas atividades que envolvem:

- a) Ergonomia: o conceito de ergonomia, é a "aplicação das ciências biológicas conjuntamente com as ciências da engenharia para proporcionar ajustamento ideal do ser humano ao seu trabalho, e assegurar, simultaneamente, eficiência e bem-estar" (MIRANDA, 1980). Para a promoção da ergonomia, utilizou-se a seguinte atividade:
 - Ginástica laboral: duas vezes por semana acontecem as atividades de alongamento, com o objetivo profilático e conscientizador (evitar lesões, doenças, fadiga muscular e correções de postura);

- b) Exames periódicos que necessitam de atividade física: exames periódicos são exigências legais e a periodicidade com que são realizados depende do risco ocupacional que o trabalho oferece ao colaborador. Para alguns deles são feitos:
 - Teste ergométrico (para assegurar que os indivíduos estão capacitados para o cargo);
 - Teste de força (também utilizado para medir o nível de força lombar);
 - Espirometria (também para obter melhor conhecimento da capacidade respiratória).
- c) Acompanhamento nutricional para colaboradores que necessitam de uma avaliação mais completa e auxílio para emagrecimento ou melhoria de qualidade de vida;
- d) Ações da SIPAT: **SIPAT** é a sigla de Semana Interna de Prevenção de Acidentes de Trabalho, que deve ser organizada, anualmente, por toda empresa. Seu objetivo é promover a conscientização e incentivar ações dos colaboradores que envolvam temas relacionados com a segurança do trabalho.

Esses procedimentos e atitudes, se colocados em prática, tendem a promover uma melhor qualidade de vida aos colaboradores. O termo qualidade de vida tem sido largamente difundido nos últimos anos por meio dos programas de qualidade total, o que vem impregnando propostas de práticas empresariais (Rodrigues, 1991). Podemos observar também que a qualidade de vida tem estreita relação com a motivação, satisfação, saúde e segurança no trabalho, e envolve reflexões sobre novas formas de sua organização e novas tecnologias. Esses propósitos não tendem apenas a superar a fase da prevenção dos acidentes e doenças tidos como diretamente relacionados ao trabalho, mas sim, avançar na discussão dos agravos, caso esses procedimentos mencionados sejam negligenciados.

3 Análise dos resultados

O presente estudo é de cunho qualitativo e foi realizado a partir da revisão da literatura e pesquisa documental. Primeiramente, apresentamos um referencial teórico sobre os conceitos de interdisciplinaridade, e a relação desses conceitos com as práticas cotidianas da empresa analisada. Depois, contextualizamos esta prática pedagógica/corporal a partir de documentos, examinando algumas ações realizadas no ano de 2019, identificando os fatores de motivação da participação dos colaboradores nestas práticas e a vinculação dos conteúdos trabalhados com o dia-a-dia dos participantes, e seus desdobramentos.

Nas atividades que promoviam a ergonomia, o objetivo foi de proporcionar ao colaborador um trabalho com qualidade de vida e saúde. Atividades de alongamento foram as

ferramentas, dentro da ginástica laboral, para proporcionar ajustamento ideal do ser humano ao seu trabalho, e assegurar, simultaneamente, eficiência e bem-estar. As atividades realizadas demonstraram ser fatores que contribuem para uma melhor mobilidade, aumentando as chances de evitar as lesões decorrentes de má postura, mau uso de equipamentos, evitando a fadiga muscular.

Os exames periódicos que necessitam de atividade física realizados em alguns colaboradores tiveram o objetivo de quantificar, mensurar alguns indicadores que também, após a análise do profissional responsável, indicou o melhor encaminhamento. A análise dos resultados permitiu a orientação quanto aos níveis dos fatores de risco, sejam eles físicos, químicos, biológicos ou ergonômicos, a que estavam expostos em seus ambientes laborais. Os resultados obtidos apresentaram aptidão ou não para atuarem em condições seguras, sem o comprometimento da saúde. Nos casos que apresentaram incapacidade, o colaborador recebeu as orientações necessárias e adequado encaminhamento do caso, seja um tratamento de saúde ou readequação de função.

O acompanhamento nutricional também auxiliou significativamente os colaboradores que necessitavam de ajustes nesse âmbito, seja para perda de peso, reeducação alimentar ou motivo patológico. Consistiu em uma avaliação do estado nutricional do colaborador, e foi indicado um plano alimentar individualizado, com a finalidade de atingir de forma saudável os seus objetivos.

Durante a semana da SIPAT foi possível desenvolver atividades explicativas, competitivas, cooperativas, de cunho social (de filantropia e cuidados com o meio ambiente) para que os colaboradores pudessem vivenciar e assimilar os conceitos trabalhados na semana, referente à qualidade de vida e suas relações com a vivência individual, fazendo e tendo a percepção do entrelaçamento dos conceitos tanto de segurança no trabalho, socorros, saúde, alimentação, atividade física, sono e repouso, hidratação, espiritualidade, contato com a natureza, dentre outros por eles relatados. Ficou clara a percepção pelos colaboradores da existência de um trabalho interdisciplinar e que valoriza os conceitos do amplo universo da cultura corporal, que reflete diretamente na qualidade de vida e no trabalho de cada um.

4 Considerações finais

Pudemos avaliar nesse trabalho a aplicabilidade de propostas interdisciplinares no mundo corporativo de forma efetiva, trazendo a reflexão e discussão sobre o estilo de vida, qualidade do trabalho e a atuação do departamento de socorros urgentes nesses casos. Avalia-

se, também, a amplitude de alcance, no que tange não só ao procedimento propriamente dito de uma ação de socorro, mas ao leque de conexões de conhecimentos originadas desse raciocínio.

As propostas de atividades interdisciplinares nas práticas corporais da Educação Física estão estreitamente relacionadas aos socorros urgentes e qualidade de vida no trabalho, pois contém em sua essência elementos ligados ao amplo universo da cultura corporal de movimento. Foram verificadas diversas conexões entre os conteúdos de diversas disciplinas e contextos, dentro das práticas corporais, atuando de forma motivacional para os colaboradores e melhorando a qualidade de vida

O trabalho permanente, utilizando temas que são geralmente vistos no contexto em que vivem e em suas práticas corporais, faz com que os colaboradores desenvolvam a habilidade de perceber com maior facilidade essas conexões, o que favorece o trabalho interdisciplinar e uma melhor compreensão do ambiente laboral em que estão inseridos.

Assim, podemos finalizar esse artigo, concluindo que a ideia de qualidade de vida no trabalho buscou agregar conhecimentos e interesses diversos e, às vezes, até contraditórios, presentes nos ambientes laborais de diversas naturezas e que, por meio de práticas corporais ligadas às atividades desenvolvidas pelo departamento de socorros urgentes, promoveu uma ação interdisciplinar significativa na formação do cidadão.

Referências

BRASIL. **Parâmetros curriculares nacionais**: Ensino Médio. Brasília: MEC/Secretaria da Educação Média e Tecnológica, 1999.

CARLOS J. G. **Interdisciplinaridade no Ensino Médio**: desafios e potencialidades. Dissertação Mestrado. UnB, jan. 2007 (no prelo).

COELHO, A.L.Z. Educação Física. *In*: **Fluxo de conteúdos** – uma proposta metodológica interdisciplinar para a Educação Básica no âmbito do Ensino Médio. Curitiba: Bom Jesus, 2013.

COELHO, A.L.Z.; SORTEGAGNA, A.; SASSI, V. **A interdisciplinaridade nas aulas de Educação Física**. EDUCERE XII CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO – PUC/PR, 2015.

FAZENDA, I. C. A. **Interdisciplinaridade**: um projeto em parceria. São Paulo: Loyola, 1991.

FAZENDA, I. C. A. **Integração e interdisciplinaridade no ensino brasileiro**: efetividade ou ideologia? 2. ed. São Paulo: Loyola, 1992.

FAZENDA, I. C. A. Fundamentos de uma prática interdisciplinar. *Revista ANDE*, São Paulo, v. 12, n. 19, p. 39-42, 1993.

FAZENDA, I. C. A. Interdisciplinaridade-transdisciplinaridade: visões culturais e epistemológicas. In: FAZENDA I. (org). **O que é interdisciplinaridade?** São Paulo: Cortez, 2008.

FAZENDA, I. C. A. **Interdisciplinaridade: história, teoria e pesquisa**. 17. ed. Campinas: Papirus, 2010.

JAPIASSÚ, Hilton. **Interdisciplinaridade e patologia do saber**. Rio de Janeiro: Imago, 1976.

JOSÉ M.A.M Interdisciplinaridade: as disciplinas e a interdisciplinaridade brasileira. In: Fazenda I. (org). **O que é interdisciplinaridade?** São Paulo: Cortez, 2008.

MIRANDA, Ivete Klein de. A ergonomia no sistema organizacional ferroviário. **Rev. Bras. de S. Ocup.**, v. 8, n. 29, p. 63-70, jan/mar., 1980.

PAULA, A. C. Os estudos interdisciplinares e as políticas acadêmicas. In: Anais do XIII Ciclo de Literatura – seminário internacional “As letras em tempo de pós”. Dourados: EDUFGD, 2009. p. 1-8.

PIAGET, J. Problèmes Généraux de la Recherche Interdisciplinaire et Mécanismes Communs. In: PIAGET, J. **Épistémologie des Sciences de l'Homme**. Paris: Gallimard, 1981.

POMBO, Olga; LEVY, Teresa; GUIMARÃES, Henrique, **A interdisciplinaridade: reflexão e experiência**. Lisboa: Texto, 1993. p. 96.

POMBO, Olga. **Interdisciplinaridade: Ambições e limites**. Lisboa: Relógio d'Água, 2004. p. 73-104

PONTUSCHKA, Nídia Nacib. **Interdisciplinaridade: aproximações e fazeres**. São Paulo: Terra Livre, 1999.

RODRIGUES, M.C.V. **Qualidade de vida no trabalho: evolução e análise no nível gerencial**. Fortaleza: Fundação Edson Queirós, 1991.

ROLOFF, Daniela Inês Thier *et al.* Enfermeiros do trabalho: experiência interdisciplinar em saúde do trabalhador. **Rev. Bras. Enferm.**, Brasília, v. 69, n. 5, p. 897-905, Oct. 2016.. Available from http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672016000500897&lng=en&nrm=iso. Acesso em 17 fev. 2020. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2015-0113>.

SCORTEGAGNA A. e GILZ C. **Fluxo de conteúdos: uma proposta metodológica interdisciplinar para a Educação Básica no âmbito do Ensino Médio**. Curitiba: Bom Jesus, 2013.

SCORTEGAGNA A. e ECKEL A. **Fluxo de conteúdos**: uma alternativa interdisciplinar à fragmentação da aprendizagem no Ensino Médio. III CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO CATÓLICA. Curitiba, ANEC, julho de 2015.