



CÍRCULO DE CONVIVÊNCIA LABORAL NA ESCOLA: UMA ESTRATÉGIA POSSÍVEL ATRAVÉS DA EDUCAÇÃO PERMANENTE EM SAÚDE.

**Adriana C. M. Fernandes
Elaine A. Cortez
Marcos P. F. Corvino**

Linha de pesquisa Educação Permanente em saúde.

INTRODUÇÃO

A Política Nacional de Educação Permanente em Saúde (PNPES) fundamenta-se na aprendizagem significativa é uma política para o serviço, levando em consideração as particularidades de cada ambiente, e aproveita o saber e as vivências que as pessoas já possuem (BRASIL, 2009).

Para Ceccim e Ferla (2015), a Educação Permanente em Saúde (EPS) se ampara no conceito de ensino problematizador, fundamentada na produção de conhecimentos que respondam as perguntas que pertencem ao universo de experiências de quem aprende e que geram novas perguntas sobre o ser e o atuar no mundo, por isso a sua potencial capacidade em transformar o serviço. Ela é contrária ao ensino-aprendizagem mecânico, quando os conhecimentos são considerados em si, sem a necessária ligação com o cotidiano, e os aprendizes se tornam meros escutadores e absorvedores do conhecimento do outro (CECCIM e FERLA, 2015).

Em 1978, a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS) conceituou a EPS como um processo ativo, contínuo e dinâmico de ensino e aprendizagem, com o propósito de análise e melhoramento de desenvolvimento de pessoas e grupos, frente à evolução tecnológica, às necessidades sociais e aos objetivos e metas institucionais (PEIXOTO, GONÇALVES, COSTA, TAVARES, CAVALCANTI e CORTEZ, 2013).

O primeiro passo para provocar mudanças nos processos de formação, segundo Freire, é compreender que as propostas não podem mais ser construídas solitariamente e nem de cima para baixo, hierarquizadas de forma rígida. Elas devem fazer parte de uma grande estratégia, estar articuladas

entre si e serem criadas a partir da problematização das realidades locais, envolvendo os diversos segmentos da sociedade. E o sistema educacional deve ter um papel importante em uma revolução cultural (FREIRE, 2016).

Diante desse contexto em que está o servidor da rede escolar, percebe-se, pelo olhar de um educador físico, a necessidade de desenvolver encontros para dialogarmos e praticarmos qualidade de vida nas diversas etapas do envelhecimento, propiciando a oferta de propostas para a saúde desses trabalhadores. Para Santin, entende-se que o envelhecimento não se encontra somente na velhice, ele está presente em todas as fases da vida, inicia-se no útero e finaliza no túmulo, por isso a importância de termos uma promoção da saúde o mais cedo possível (SANTIN, 2010).

O professor de educação física consiste em ser o profissional na escola mais próximo da área de saúde, assim sendo, passa a ser o agente mais perto do uso da ferramenta da EPS. A EPS não é uma política conhecida no âmbito escolar. A Portaria n. 1.065, de 4 de julho de 2005, do Ministério da Saúde, criou os Núcleos de Atenção Integral na Saúde da Família (NASFs), instituindo suas atribuições e a promoção da saúde, ou seja, garantindo condições de bem-estar físico, mental e social. Esses Núcleos são constituídos por equipes multidisciplinares, incluindo o profissional da educação física, e assim se faz necessária cada vez mais a aproximação desse profissional junto às políticas de saúde, a fim de promovê-las no âmbito escolar (CONFED, 2008).

Além disso, sabe-se que a atividade física reduz o risco de queda, sendo estimado um possível fator de proteção a elas (BECK et al, 2011), o que colabora para o envelhecimento ativo, cuja finalidade é aumentar a expectativa de uma vida saudável e de qualidade para a população que está envelhecendo (VICENTE e SANTOS, 2013).

Embasada na EPS, em Freire e na temática tão atual e de suma relevância que é a qualidade de vida nas etapas do envelhecimento acima descrito e a partir de uma encomenda desses servidores, após um simpósio de qualidade de vida que aconteceu na própria instituição, obteve-se como produto de pesquisa, a implantação e a institucionalização da EPS, através da Ginástica Laboral: “Círculo de Convivência Laboral”, com o parâmetro no mapa conceitual.

Segundo Moreira, Joseph é o inventor do mapa conceitual que é um diagrama, ou seja, um resumo de determinado tema, como uma representação, que encaminha uma opinião mais ampla para uma mais específica. Por isso, não existe uma forma única para a construção do mapa conceitual (1997 *apud* CAVELLUCCI, 2009, p. 03).

A primeira conquista dessa pesquisa foi o espaço físico adquirido para a realização desses encontros da Ginástica Laboral: “Círculo de Convivência Laboral” (Apêndice 1), que acontecem todas as segundas e terças-feiras nos centros de idioma e informática, nesses dois centros tem-se aproximadamente 41 servidores, [esses centros fazem parte do Centro Vocacional Tecnológico \(CVT\)](#) da Fundação de Apoio à Escola Técnica (FAETEC), Campus de Marechal Hermes, Rio de Janeiro. Participam desses encontros, todos os servidores que assim o desejar.

Nesses encontros são desenvolvidos exercícios físicos como: alongamentos, liberação da fáscia, descolamento de tecido, auto-massagem, exercícios de respiração e exercícios meditativos. Em alguns momentos têm rodas de debates, com vídeo e artigos científicos sobre o paradigma da alimentação saudável e das terapias psicológicas, com os seus benefícios na promoção da saúde. A partir desses debates nos encontros, onde se desenvolve a metodologia problematizadora entre os participantes, e com isso uma aprendizagem significativa, cujo o eixo condutor é o mapa conceitual. Esse Círculo de Convivência Laboral é o produto desenvolvido nessa pesquisa, no âmbito escolar.

Almeja-se ampliar os grupos para todo esse complexo educacional, que abrange outras três escolas, duas do ensino médio e uma do fundamental, totalizando aproximadamente mais de dois mil trabalhadores, como um canal permanente às memórias dos funcionários sobre o assunto, através dos círculos de convivência, fonte do que Freire chama de aprendizagem significativa. Sabe-se que essa implantação só surgirá e terá impacto, se os servidores, juntos, decidirem por métodos criativos e inovadores sobre a temática do envelhecimento saudável, com o propósito de qualidade de vida, como vem acontecendo até a data presente.

Apresentação do produto

Foram feitos um material para circular através do *what'sApp* e panfletos, expostos adiante, e *banner* (Apêndice 2), para divulgação do produto, a Ginástica Laboral: “Círculo de convivência Laboral”, um trabalho em equipe e em rede entre os setores e com todos os servidores envolvidos no âmbito escolar, dialogando a teoria com a prática, e objetivando registrar o processo reflexivo constituído nos encontros sob as diretrizes da EPS.

O material dos Sete hábitos de qualidade de vida nas etapas do envelhecimento foi produzido para circular via *whatsApp*, em celular, nos grupos formados por professores e servidores, e postados semanalmente aos servidores para lembrar os encontros e aumentar o acesso dos mesmos.



Figura 1: Sete hábitos Q.V. nas etapas do envelhecimento. Fonte: Elaboração Própria.

O panfleto foi apresentado nas escolas que ainda não realizam os encontros, com a finalidade de divulgar a atividade, e o banner tem como proposta ficar no local onde já acontece os encontros para elucidar o trabalho, além de ser também uma forma de divulgação, já que esses lugares, em outros dias e horários são utilizados para reuniões pedagógicas, palestras, apresentação de vídeos e aulas.

PARTICIPEM TRABALHADORES!!!!

Ginástica Laboral: "Círculo de convivência laboral"

Entende-se que nesses círculos de convivência, há uma grande possibilidade de obter o conhecimento para discussões da temática qualidade de vida no envelhecimento, nas etapas da vida. Com isso, foi utilizado o mapa conceitual, uma ferramenta para aprendizagem significativa, com a intenção de elucidar, significar e exemplificar as importantes interrelações dessa temática, com o olhar interdisciplinar, através do professor de Educação Física, contribuindo para qualidade de vida desses trabalhadores. Tendo como referencial teórico a Política Nacional da Educação Permanente em Saúde (PNEPS) e Paulo Freire.

MAPA CONCEITUAL

7 HABITOS DA QUALIDADE DE VIDA NAS ETAPAS DO ENVELHECIMENTO

" A educação permanente em saúde se apoia no ensino problematizador, onde o aprendizado se dá nas experiências e vivências do cotidiano no serviço, possibilitando sua transformação" (CECCIM e FERLA, 2015)

" O envelhecimento não se encontra só na velhice, ele está presente em todas as fases da vida, inicia-se no útero e finaliza no túmulo" (SANTINI, 2010)

"Os homens se libertam em comunhão, por isso a importância da se estar em grupos" (FREIRE, 2010)

Responsável: Profa. Adriana Fernandes - Tel.: (21) 98887-3544
e-mail: terapeuta.adriana@outlook.com

Local: Centro de idiomas e informática.

Figura 2: Frente do panfleto. Fonte: Elaboração Própria. Figura 3: Verso Panfleto. Fonte: Elaboração Própria

A finalidade dessa divulgação dentro das escolas, com os servidores, é convidá-los a participarem desses encontros, que têm como objetivo possibilitar descobertas, no que diz respeito à qualidade de vida nas etapas do envelhecimento. O mapa conceitual elaborado e incluso nos dois outros veículos de comunicação produzidos, mostra o foco nos exercícios físicos e meditativos, nas mudanças de paradigmas sobre a alimentação, a diferenciação entre prevenção da doença e a promoção da saúde, além da aproximação com terapias psicológicas.

Os locais de divulgação do panfleto foram as salas dos professores onde os servidores de apoio tomam seu cafezinho no intervalo, os quadros e murais de avisos na direção e nos setores administrativos das escolas, e nos centros vocacionais. Escolheram-se lugares aos quais os servidores têm livre acesso, abrangendo assim o maior número possível nesse complexo escolar, e potencialmente toda a rede FAETEC/RJ, com suas demais Unidades.

CONSIDERAÇÕES SOBRE OS PRODUTOS

Os produtos podem ser compreendidos como uma tática de abrangência dentro desse complexo, que consiste em quase dois mil servidores, possibilitando um alcance maior a esses trabalhadores no que diz respeito ao conhecimento e à institucionalização da EPS no âmbito escolar, e a realização desses encontros com exercícios físicos e meditativos. O professor de educação física ao usar a EPS como diretriz para melhorar a qualidade de vida nas etapas do envelhecimento, acende uma busca em saber mais sobre essa política, que carece nas redes escolares. Além disso, este estudo demonstra que, se construído coletivamente dentro da proposta da Política Nacional de Educação Permanente em Saúde, um programa educativo de atividade física é viável para seus trabalhadores, apresentando vários benefícios (SÁ, VELARDI e FLORINDO, 2016). Também pretende-se aproveitar as potencialidades do processo de trabalho desses servidores, que sofrem influência direta do modelo terceirizado de gestão na estrutura da educação das equipes, quanto à crescente precariedade das relações de trabalho. Essa postura amplia a demanda ao Sistema Único de Saúde (SUS), com a proposta de sair de um modelo biomédico, onde há uma grande medicalização, objetivando prevenir as doenças, como hipertensão, diabetes e obesidade, passarmos a promover mais a saúde, de modo a contribuir para as mudanças de paradigmas (FERNANDES, 2017).

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Gestão do trabalho e da educação na saúde. Departamento de Gestão da educação em saúde. *Política Nacional de Educação Permanente em Saúde*. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2009. 64 p. – (Série B. Textos Básicos de Saúde) (Série Pactos pela Saúde 2006; v. 9) Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_educacao_permanente_saude.pdf. Acesso em 06 dez. 2015.

BECK, Amanda Pacheco et al. Fatores associados às quedas entre idosos praticantes de atividades físicas. *Texto e Contexto Enfermagem*, Florianópolis,

v. 20, n. 2, p. 280-286, jun. 2011. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-07072011000200009&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 17 mar. 2017.

CAVELLUCCI, Lia Cristina Barata. *Mapas conceituais: uma breve revisão*. [S.l.: s.n.], [2009?]. MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO E CULTURA. Secretaria de Educação Fundamental. Disponível em: http://www.virtual.ufc.br/cursouca/modulo_4_projetos/conteudo/unidade_3/MEC_eixo3-texto-MapasConceituais-UmaBreveRevisao.pdf. Acesso em: jul. 2017.

CECCIM, R.B., FERLA, A. A. Educação permanente em saúde. In: FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ. *Dicionário da Educação Profissional em Saúde*. Rio de Janeiro: Escola Politécnica de Saúde Joaquim Venâncio; 2015. Disponível em: <http://www.epsjv.fiocruz.br/dicionario/verbetes/edupersau.html>. Acesso em: 22 nov. 2016.

CONFED – Conselho Federal de Educação Física. O Profissional de Educação Física e a Saúde da Família. *Revista E.F.* n. 27. Março de 2008. Disponível em: http://www.confef.org.br/extra/revistaef/arquivos/2008/N27_MAR%C3%87O/14_PROF_EF_SAUDE_NA_FAMILIA.PDF. Acesso em: 27 out. 2016.

FERNANDES, A.C.M. Educação permanente e qualidade de vida: Envelhecimento saudável de trabalhadores de uma escola pública. Niterói, 2017. Dissertação (Mestrado Profissional em Enfermagem Assistencial) – Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa, Universidade Federal Fluminense.

FREIRE, P. *Pedagogia da Autonomia*. Saberes necessários à prática educativa. 53ª Edição. São Paulo: Paz e Terra, 2016.

PEIXOTO, L. S et al. Educação permanente, continuada e em serviço: desvendando seus conceitos. *Revista Enfermagem Global*, Murcia, v. 12, n. 29, jan. 2013. Disponível em: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412013000100017&lng=es&nrm=iso. Acesso em: 25 mai. 2015.

SA, T.H.; VELARDI, M.; FLORINDO, A.A. Limits and potentialities of educating family health workers for physical activity promotion: a participatory research. *Rev. bras. educ. fís. Esporte*. São Paulo, v. 30, n. 2, p. 417-426, June 2016. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1807-55092016000200417>. Acesso em: 02 Mar. 2017.

VICENTE, F. R.; SANTOS, S. M. A. dos. Multidimensional evaluation of determinants of active aging in older adults in a municipality in Santa Catarina. *Texto e Contexto Enfermagem*, Florianópolis, v. 22, n. 2, p. 370-378, jun. 2013. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-07072013000200013>. Acesso em: 17 mar. 2017.

Apêndice 1



Imagem da Ginástica Laboral: "Círculo de Convivência Laboral" - Centro de informática.

PARTICIPEM TRABALHADORES!!!!

Ginástica Laboral: “Círculo de convivência laboral”



Entende-se que nesses círculos de convivência, há uma grande possibilidade de obter o conhecimento para discussões da temática qualidade de vida no envelhecimento, nas etapas da vida. Com isso, foi utilizado o mapa conceitual, uma ferramenta para aprendizagem significativa, com a intenção de elucidar, significar e exemplificar as importantes interrelações dessa temática, com o olhar interdisciplinar, através do professor de Educação Física, contribuindo para qualidade de vida desses trabalhadores. Tendo como referencial teórico a Política Nacional da Educação Permanente em Saúde (PNEPS) e Paulo Freire.

MAPA CONCEITUAL



Definições dessas temáticas:

Qualidade de vida e envelhecimento: Na qualidade de vida, faz-se necessária a busca pela possibilidade de viver sem doenças e ultrapassar as dificuldades de morbidade (MINAYO, HARTZ e BUSS, 2000). O envelhecimento é percebido pelo movimento em direção a uma etapa futura da vida, que inicia no útero e finaliza no túmulo. (SANTIN, 2010).

Educação: Os homens se libertam em comunhão, por isso a importância da se estar em grupos. (FREIRE, 2010)

PNEPS: A PNEPS se apoia no conceito de ensino problematizador, em que o aprendizado se dá nas experiências e vivência do cotidiano, por isso a sua grande competência em transformar o serviço. (CECCIM e FERLA, 2015)

Prevenção e Promoção da saúde: Para prevenção, impedir a doença é o objetivo final, ou seja, ausência da mesma, já para promoção da saúde, a intenção contínua é uma condição ótima de vida e saúde. (CZERESNIA E FREITAS, 2008). Exercícios físicos: O professor de educação física deve apoderar-se não só das atividades recreativas, desportivas, mas alargar sua meta para educação em saúde, com o objetivo de favorecer aos seus praticantes, uma visão ampliada para um estilo de vida saudável ao longo de toda a vida. (SOARES, MARCONATO e GÜNTHER, 2014).

Alimentação: É preciso ousar com propostas inovadoras sobre a alimentação saudável no âmbito escolar. Faz-se necessário incluir oficinas com essas temáticas, para, se possível, obter-se mudanças nos hábitos alimentares. (JUZWIAK e BATISTA, 2013)

Terapias Psicológicas: Estudos mostram que, independente de abordagem terapêutica, processos psicoterápicos são eficazes na diminuição de sintomatologia depressiva, aumentando a pontuação dos instrumentos de qualidade de vida ou de relacionamentos sociais (BAPTISTA, 2007).

Meditação: Para Nakao (2001), programas com a prática da meditação, têm resultados expressivos, como menor somatização dos pacientes. Sabe-se que que problemas emocionais refletem para o corpo físicos, gerando muitas doenças. (MENEZES et al., 2009)

Local: Centro de Idiomas e Informática. Horário: 11:45 / 2ª e 3ª feiras
 Responsável: Profa. Adriana Fernandes - Tel.: (21) 98887-3544
 e-mail: terapeuta.adriana@outlook.com

Banner. Fonte: Elaboração Própria