

A SATISFAÇÃO DOS INDUSTRIÁRIOS EM RELAÇÃO À ATUAÇÃO DO PROGRAMA SESI GINÁSTICA NA EMPRESA

Shymênia Duarte de Farias³
Vilma Felipe Costa de Melo⁴
Rosa Rita da Conceição Marques⁵

RESUMO

O cenário atual demonstra uma preocupação com a qualidade de vida no trabalho. Neste ambiente muitas vezes dedicamos a maior parte do nosso tempo, e, por isso, empresas estão atentas em relação à qualidade de vida no trabalho. Em face do exposto, o objetivo desta pesquisa é avaliar a satisfação dos industriários em relação ao Programa SESI Ginástica na Empresa. Este estudo caracterizou-se como descritivo com análise quantitativa e teve como amostra 112 industriários de uma Empresa do segmento Couro e Calçado, situada na cidade de Bayeux, PB. O método utilizado foi a aplicação de um questionário elaborado pelo Caderno de Diretrizes do SESI Ginástica na Empresa. Os dados foram analisados através de Planilhas no Excel. Os resultados apontaram grande adesão ao Programa SESI Ginástica na Empresa e, ainda, os Industriários atribuíram a frequência do Programa ao Profissional do SESI como grande incentivador. A Ginástica na Empresa, por ser um programa profilático no ambiente de trabalho, poderá reduzir a incidência de afastamento do trabalho, podendo gerar uma redução de gastos para empresa. Os participantes da pesquisa relatam de forma positiva as ações desenvolvidas pelo Programa SESI Ginástica na Empresa.

Palavras-chave: Satisfação. Saúde do trabalhador. Atividade física.

INTRODUÇÃO

O cenário atual demonstra uma preocupação com a qualidade de vida no trabalho porque, neste ambiente, muitas vezes dedicamos a maior parte do nosso tempo. Observa-se que as empresas, além de estarem atentas às questões de organização ambiental, precisam investir em aspectos psicológicos, fisiológicos e sociais de seus trabalhadores, pois em um mundo competitivo investir em

³ Educadora Física. Pós-graduanda da Especialização em Saúde e Segurança do Trabalho da Faculdade de Enfermagem Nova Esperança (FACENE). End.: Rua Mário Batista Júnior. Miramar. João Pessoa-PB. Tel.: (83) 98807-0064 E-mail: shymeniaduarte@iepb.org.br.

⁴ Psicóloga; Doutora em Filosofia pela UFPB; Docente e Coordenadora do Núcleo de Apoio Psicopedagógico nas Faculdades de Enfermagem e de Medicina Nova Esperança.

⁵ Enfermeira. Mestre em Enfermagem pela UFPB. Membro titular do Conselho Estadual de Saúde do Estado da Paraíba. Docente da Faculdade de Enfermagem Nova Esperança e coordenadora do Comitê de Ética em Pesquisa da FACENE.

colaboradores motivados e satisfeitos poderá ser um diferencial no aspecto produtividade¹.

O ser humano é dotado de sentimentos, necessidades, expectativas e busca seu crescimento também nas atividades laborais, por passar a maior parte do tempo no trabalho. Este deverá ser em um ambiente agradável e satisfatório. A visão deturpada em entender o Homem como uma peça a ser explorada, nos dias atuais, está cada vez mais em desuso². É de suma importância que o Homem seja visto de forma holística.

A ginástica laboral é um programa de atividade física, implantado em empresas, e consiste em pausas realizadas durante o expediente para realização de exercícios físicos planejados previamente, levando em consideração o espaço e a estrutura existente, com a finalidade de prevenir lesões ocasionadas pelo esforço nas atividades laborais, proporcionando a socialização e descontração dos funcionários da empresa, propiciando um ótimo ambiente de trabalho³.

No dia 1º de julho de 1946, nasceu efetivamente o SESI (Serviço Social da Indústria), uma entidade de direito privado, mantida e administrada pela indústria. Com o objetivo de melhorar a qualidade de vida do industriário e seus dependentes, suas atividades sempre incluíram a prestação de serviços em saúde, educação, lazer, cultura, nutrição e promoção da cidadania⁴.

A ginástica laboral é uma ferramenta para a instalação do bem-estar laboral, e pode ser entendida por exercícios de curta duração, aproximadamente de 10 a 15 minutos de forma voluntária e coletiva, na hora do expediente, sem levar o trabalhador ao cansaço, enfatizando o alongamento e a compensação das estruturas musculares envolvidas nas tarefas ocupacionais diárias. São exercícios que podem ser realizados diariamente ou pelo menos três vezes por semana. Este planejamento é acordado no processo de implantação empresa e SESI⁵.

O Programa SESI Ginástica na Empresa é classificado em três tipos: preparatória, compensatória, e relaxamento. A ginástica laboral preparatória é a atividade física realizada antes de se iniciar o trabalho, aquecendo e despertando o funcionário, com objetivo de prevenir acidentes de trabalho, distensões musculares e doenças ocupacionais⁶.

A ginástica laboral compensatória é a ginástica que tem por objetivo, precisamente, fazer trabalhar os músculos correspondentes e relaxar os que estão em contração durante a maior parte da jornada de trabalho. Essa modalidade de ginástica é aplicada em grupos específicos dentro da empresa, em conjunto com a área da medicina do trabalho, da enfermagem e da fisioterapia, com a finalidade de recuperar casos graves de lesões, de limitações e de condições ergonômicas.

Evidências têm demonstrado que a ginástica laboral, em média, após três meses a um ano de sua implantação, em uma empresa, tem apresentado benefícios, tais como: diminuição dos casos de LER/DORT, menores custos com assistência médica, alívio das dores corporais, diminuição das faltas, mudança de estilo de vida e, o que mais interessa para as empresas, aumento da produtividade. É de grande importância prática e teórica não levar em consideração o aumento de produtividade de uma empresa, baseando-se só pela ginástica laboral, mas, sim, por um conjunto de atributos que envolvem a ginástica, a ergonomia, a produtividade, os benefícios e o investimento em pessoas⁷.

Sendo assim, este estudo visa analisar a satisfação dos industriários em relação ao Programa Ginástica na Empresa, desenvolvido pelo SESI, numa empresa paraibana. A mensuração foi realizada através de questionário fechado baseado no modelo de satisfação encontrado no Caderno de Diretrizes do SESI-2007. Os entrevistados foram industriários, sendo assim, a pesquisa foi realizada em horário de almoço, para não atrapalhar suas atividades laborais. A amostra pesquisada foi composta por industriários-operários, tendo em vista que esse setor poderá estar mais propício a doenças fisiológicas, psicológicas e sociais.

MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa de campo descritiva, com abordagem quantitativa. A pesquisa quantitativa é mais adequada para apurar opiniões e atitudes explícitas e conscientes dos entrevistados, pois utilizam instrumentos padronizados (questionários) que são utilizados quando se sabe exatamente o que deve ser perguntado para atingir os objetivos da pesquisa⁸.

A coleta de dados foi realizada no mês de dezembro de 2015, após aprovação do projeto pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Enfermagem Nova Esperança (FACENE), com o CAAE nº 50750315.4.0000.5179 e do encaminhamento de ofício da Coordenação da FACENE à direção das instituições Cambuci S/A, comunicando a pretensão da pesquisa e solicitando autorização para sua realização^{9,10}. Os dados foram mensurados através de Planilhas no Excel, sendo apresentados através de gráfico e analisados de maneira quantitativa.

A pesquisa foi realizada na Empresa Cambuci S/A, localizada na cidade de Bayeux, no estado da Paraíba, que atua no segmento couro e calçado, e teve como público alvo os industriários-operários. Foi definida através de processo estatístico de amostragem aleatória simples, uma amostra de 112 trabalhadores a serem entrevistados. O questionário foi respondido no intervalo do almoço dos trabalhadores, para não atrapalhar suas atividades laborais. O instrumento utilizado foi questionário fechado com oito perguntas, baseado no estudo realizado pelo SESI em seu Caderno de Diretrizes de Gestão SESI Ginástica na Empresa (2007), com o objetivo de analisar a satisfação dos trabalhadores da Empresa em relação ao Programa Ginástica na Empresa.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O estudo analisou 112 funcionários da Cambuci S/A, com o apoio do SESI - PB, que possui o Programa SESI Ginástica na Empresa, serviço que incentiva e colabora para uma melhor qualidade de vida no trabalho.

O Perfil da Amostra do presente estudo configurou-se do seguinte modo: a média de idade dos participantes foi de 29,6 anos, sendo 43,8% do sexo masculino e 56,3% do sexo feminino. Quanto à escolaridade, 87,5% concluiu o ensino médio.

Em concordância com estes dados, no levantamento nacional realizado por Nahas⁷, foi observada maior proporção de trabalhadores do sexo feminino, que referiram participar do programa de ginástica laboral, em todas as regiões do país. Tais observações nos levam à reflexão de que as mulheres demonstram estarem mais atentas em relação aos cuidados com a saúde.

Quanto ao cargo e função, esta pesquisa focou nos colaboradores da área da produção, por se tratar de setor com determinadas regras a serem obedecidas e, conseqüentemente, um setor de alto grau de tensão e estresse físico, devido ao nível de concentração a ser desempenhado pela equipe de produção.

Quando questionados se percebiam algum benefício proporcionado pela ginástica laboral, 47,3% responderam que sim, percebem e conseguem sentir esses benefícios.

Os resultados demonstraram, conforme o gráfico 1, que 44,6% dos trabalhadores praticam a ginástica na Empresa sempre/quase sempre, 46,4% praticam às vezes e apenas 8,9% nunca participam, demonstrando uma aceitação pelo Programa SESI Ginástica na Empresa.

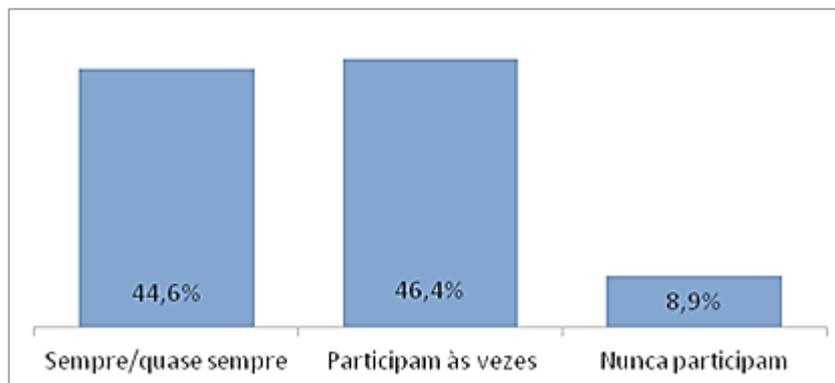


Gráfico 1 - Distribuição dos percentuais relativos à participação na Ginástica na Empresa.

Ao verificarmos os fatores que poderiam contribuir para frequência dos trabalhadores na prática da ginástica, 39,3% identificaram o professor como maior incentivador e estimulador para a prática, enquanto 31,3% não relacionaram nenhum dos fatores. Neste caso, constatamos o papel importante do educador físico como facilitador deste processo, estimulando e dinamizando suas aulas, reforçando a importância do planejamento das aulas durante o processo de implantação, manutenção e monitoramento.

Ao analisarmos o grau de motivação dos trabalhadores praticantes, observou-se que 61,6% apresentam grau Médio, às vezes não tendo vontade em participar. Estudo realizado por Souza e Ziviani¹¹ constatou que alguns trabalhadores enfatizaram a importância da ginástica no ambiente de trabalho, relatando que após a prática dos exercícios, retornam ao trabalho com maior estímulo para

desenvolverem suas tarefas. Sendo assim, observamos um retorno positivo para Empresa e trabalhadores ao aderir um Programa de Ginástica na Empresa.

Observou-se, através do gráfico 2, a satisfação dos Industriários em relação às atividades desenvolvidas pelo Programa SESI Ginástica na Empresa. Verificou-se que 49,28 % avaliaram como excelente as atividades desenvolvidas pelo Programa, 72,8% classificaram como regular e apenas 4,48% dos Industriários avaliaram como ruim. Desta forma, podemos constatar que os Industriários da Empresa Cambuci avaliam de maneira positiva as ações do Programa SESI Ginástica na Empresa.

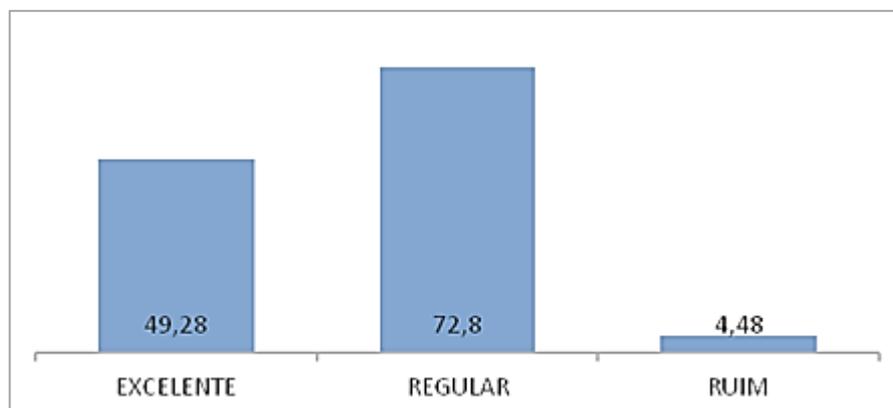


Gráfico 2 – Distribuição dos percentuais relativos à satisfação dos Industriários em relação ao Programa SESI Ginástica na Empresa.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A Empresa CAMBUCI S/A, em parceria com o Serviço Social da Indústria (SESI), disponibiliza aos trabalhadores o Programa SESI Ginástica na Empresa, como uma das ferramentas de melhoria na qualidade de vida de seus trabalhadores. Os resultados demonstram que os trabalhadores percebem os benefícios físicos, mentais ou sociais desta prática. As condições de trabalho e a produtividade são o reflexo do estado de saúde de seus trabalhadores. Logo, saúde e trabalho precisam caminhar juntos.

A partir do objetivo, que tem como fundamento a satisfação dos industriários em relação ao Programa SESI Ginástica na Empresa, observamos que esta prática

é uma das ferramentas que desencadeia melhorias na qualidade de vida dos colaboradores da empresa Cambuci S/A.

A Ginástica na Empresa, por ser um programa profilático no ambiente de trabalho, poderá reduzir a incidência de afastamento do trabalho, podendo gerar uma redução de gastos para empresa, implicando na redução de índice de afastamento do trabalho.

Faz-se necessário ampliar os estudos nesta área que apontem os reais efeitos e benefícios, de maneira a justificar maior adesão no meio empresarial, através do reconhecimento, aceitação e credibilidade dos Programas Ginástica na Empresa. Sugerimos, ainda, um estudo mais aprofundado que correlacione os impactos na produtividade após a prática do Programa SESI Ginástica na Empresa.

THE INDUSTRIALISTS: SATISFACTION IN RELATION TO THE PROGRAM PERFORMANCE SESI GYM IN THE COMPANY

ABSTRACT

The current scenario shows a concern with the quality of working life; in this environment often we devote most of our time, and therefore, companies are aware about the quality of work life. In view of the above, the objective of this research is to evaluate the satisfaction of industrial workers against the SESI Gymnastics Program in the Company. This study was characterized as descriptive with quantitative analysis and had as sample 112 industrial workers of a company Leather and Footwear segment, located in the town of Bayeux, PB. The method used was the application of a questionnaire prepared by the SESI Guidelines Notebook gymnastics Company. Data were analyzed using spreadsheets in Excel. The results showed great increase in the SESI gymnastics program in the company and also the Industrial Workers attributed the frequency of the program to SESI Professional as great encourager. Gymnastics in the Company, as a prophylactic program on the desktop, can reduce the incidence of absence from work, and may cause a reduction of costs for the company, resulting in the reduction of sick leave rate. Survey participants reported positively the actions developed by SESI Gymnastics Program in the Company.

Keywords: Satisfaction. Worker's health. Physical activity.

REFERÊNCIAS

1. ABQV. Associação Brasileira de Qualidade de Vida. Ambientes de trabalho saudáveis. [acesso em: 30 mar. 2015]. Disponível em: <http://www.abqv.com.br/artigos/Content.aspx?id=253>.

2. Ferreira RR, Ferreira MC, Antloga CS, Bergamaschi V. Concepção e implantação de um programa de qualidade de vida no trabalho no setor público: o papel estratégico dos gestores. *Revista de Administração*, v.44, n.2, p.147-157, 2009.
3. Mascelani RF. Curso de ginástica laboral. Universidade do Contestado Concórdia. Santa Catarina SC; 2001.
4. SESI. Departamento Nacional. Diretrizes de Gestão SESI Ginástica na Empresa. Brasília: SESI/DN; 2007.
5. Portal SESI. Dê uma pausa na rotina. [acesso em: 28 fev. 2015]. Disponível em: <http://www.sesi.org.br/>
6. SESI. Departamento Nacional. Guia de Exercícios SESI Ginástica na Empresa. Brasília, 2010.
7. Nahas MV. Estilo de vida e hábitos de lazer dos trabalhadores das indústrias brasileiras: relatório geral. Brasília: SESI/DN; 2009.
8. Marconi MA, Lakatos EM. Fundamentos de metodologia científica. 6. ed. São Paulo: Atlas; 2009.
9. Brasil. Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012. Aprova as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Brasília; 2013.
10. Conselho Federal de Educação Física (CONFEF). Código de Ética dos Profissionais de Educação Física. Resolução CONFEF nº 056/2003. Rio de Janeiro: 2003. [acesso em: 19 mai. 2015] Disponível em: <http://www.confef.org.br/>
11. Souza FKN, Ziviani F. A qualidade de vida no trabalho correlacionada à prática da ginástica laboral. *E-civitas Revista Científica do Departamento de Ciências Jurídicas, Políticas e Gerenciais do UNI-BH Belo Horizonte*, v.3, n.1, jul: 2010. [acesso em: 03 maio 2016] Disponível em: www.unibh.br/revistas/ecivitas/

Recebido em: 27.05.16 Aceito em: 16.06.16
--