

O QUOTIDIANO DOS TRABALHADORES DA ATENÇÃO BÁSICA: LIMITES PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE

Samanta Rodrigues Michelin*
Rosane Gonçalves Nitschke**
Adriana Dutra Tholl***
Daniela Daniel Laureano****
Kelly Maciel Silva*****
Tassiana Potrich*****

RESUMO

Trata-se de pesquisa qualitativa, exploratória descritiva, com objetivo de compreender os limites do cotidiano para a Promoção da Saúde dos trabalhadores. Participaram da pesquisa 18 trabalhadores de um Centro de Saúde no sul do Brasil. A coleta de dados foi realizada, durante os meses de abril e maio de 2014, por meio de entrevistas semiestruturadas, tendo como questão norteadora: "Quais os limites do cotidiano para a promoção da saúde dos trabalhadores que atuam na Atenção Básica?" A análise dos dados foi feita à luz das noções e dos Pressupostos Teóricos e da Sensibilidade de Michel Maffesoli. Como resultado, encontramos algumas dimensões que expressam os limites do cotidiano em seu contexto geral de vida, envolvendo a falta e o excesso. Falta ter tempo e saber administrar o tempo; falta de companheirismo; falta fazer mais exercício e ter mais lazer. Dentre os excessos identificamos: excesso de tarefas diárias; trânsito; trabalho com carga horária excessiva; preguiça; gula. Enfatizamos a importância das reflexões e ações voltadas para a Promoção da Saúde do trabalhador em seu cotidiano, considerando-se no cuidado os limites como possibilidades a serem transfigurados pela potência do ser humano, contribuindo para a criação de ambientes saudáveis.

Palavras-chave: Atividades cotidianas. Saúde do trabalhador. Promoção da saúde. Enfermagem.

INTRODUÇÃO

Durante as atividades curriculares e de extensão, realizadas na graduação em Enfermagem, alguns trabalhadores de um Centro de Saúde (CS), no sul do Brasil, relataram o cansaço e o estresse que vem sentindo no seu dia a dia, sendo este agravado pelo ritmo de vida acelerado, característico do cotidiano contemporâneo, envolvendo aspectos urbanos como o trânsito, a violência, entre outros. Assim, surgiu o interesse em realizar um estudo para de compreendermos o cotidiano dos trabalhadores, com a finalidade de desenvolvermos estratégias de cuidado para promover o seu ser saudável, prevenindo o estresse no dia a dia, e, deste modo, contribuir para melhorar sua qualidade de vida.

O cotidiano pode ser definido como a maneira de viver de dos seres humanos no dia a dia, expressos por suas interações, crenças, valores, símbolos, imagens e imaginário, que vão delineando o seu processo de viver, num movimento de ser saudável e adoecer, pontuando seu ciclo vital^(1,24).

O cotidiano, em nossa contemporaneidade tem se caracterizado por um ritmo de vida acelerado das pessoas, onde para sobrevivermos ao mundo atual e ao mercado de trabalho somos estimulados a realizar diversas e simultâneas atividades diariamente, acarretando um constante estresse para cumprir com nossas tarefas em tempo hábil, além da sobrecarga de trabalho⁽²⁾. Vivemos, assim, num tempo, expresso por uma sociedade instantânea e simultânea⁽¹⁾.

Somado a isso, também temos a questão da

*Enfermeira. Doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Santa Catarina - PEN/UFSC. E-mail: samantasemh@hotmail.com

**Enfermeira. Doutora em Filosofia da Enfermagem (PEN-UFSC-SORBONNE). Professora do Departamento de Enfermagem e do PEN/UFSC. Líder do Núcleo de Pesquisa e Estudos em Enfermagem, Quotidiano, Imaginário, Saúde e Família de Santa Catarina (NUPEQUISFAM-SC). E-mail: rosanenitschke@gmail.com

***Enfermeira do Centro de Reabilitação de Florianópolis. Doutora em Filosofia da Enfermagem. Membro do NUPEQUISFAM-SC. E-mail: adrianadtholl@gmail.com

****Enfermeira. Mestranda do PEN/UFSC. Divisão de Saúde e Segurança do Trabalho - SEGESP/DAS/DSST/UFSC-SIASS. Membro do NUPEQUISFAM-SC. Florianópolis. Santa Catarina. Brasil. E-mail: danielaurean@gmail.com

*****Enfermeira da Estratégia de Saúde da Família do Município de Florianópolis - SC. Doutoranda PEN/UFSC. Membro do NUPEQUISFAM-SC. Florianópolis. Santa Catarina. Brasil. E-mail: kellymacielsilva@yahoo.com.br

*****Enfermeira. Especialista em Saúde Coletiva com ênfase em Saúde da Família. Doutoranda do PEN/UFSC. Professora Assistente da Universidade Federal da Fronteira Sul - Campus Chapecó. Membro do NUPEQUISFAM-SC. Florianópolis. Santa Catarina. Brasil. E-mail: tassiana.potrich@uffs.edu.br

urbanização, sendo que com ela não chegam somente a modernidade, a tecnologia com suas facilidades, mas também a violência, a poluição, o trânsito caótico e o desmatamento, agravando ainda mais o estresse diário, numa convivência constante com paradoxos, pois ainda persistem problemas arcaicos, como falta de saneamento básico e todos os problemas que o acompanham e tem impacto sobre a saúde.

Estudos apontam que profissionais que atuam na Atenção Básica em Saúde estão expostos a diversos agentes estressores como: condições precárias de trabalho, dificuldade de articulação entre a rede de serviços do Sistema Único de Saúde (SUS), falta de recursos materiais e humanos, jornada de trabalho intensa, ausência de reconhecimento do trabalho realizado pelos profissionais, comunidades com problemas de difícil resolução, conflitos entre a equipe e usuários, além da própria natureza do trabalho em saúde que lida constantemente com dor, perdas e sofrimento⁽³⁻⁶⁾.

Por outro lado, em mais um paradoxo, esses profissionais atuam sob a ótica da Promoção da Saúde, sendo esta um componente fundamental para formulação de políticas públicas a nível mundial, considerando a saúde dentro de um conceito ampliado, além de enfatizar a criação de ambientes favoráveis para a melhoria da qualidade de vida de todos⁽⁷⁾, inclusive dos próprios trabalhadores da Atenção Básica.

A Promoção da Saúde tem influenciado a organização dos sistemas de saúde de diversos países⁽⁷⁾, buscando equidade e melhoria na saúde para todas as pessoas. No entanto, a inserção da Promoção da Saúde no cenário da prática profissional ainda é desafio⁽⁷⁾, sendo de suma importância um olhar ampliado para os aspectos relacionados a saúde dos indivíduos, famílias e comunidades, contribuindo para o seu processo de ser saudável no cotidiano.

No processo de viver humano, é preciso considerar os limites e as potências presentes no dia a dia, como aspectos relevantes para o cuidado e a Promoção da Saúde. Os limites envolvem a noção de determinação ou empenho, sendo um mecanismo de sobrevivência diante de situações cotidianas, que nos remetem a dominação e opressão, sendo portanto, aquilo que nos protege de determinados acontecimentos característicos da condição humana. A potência, por sua vez, é considerada como a força

que vêm do interior de cada pessoa, sendo da ordem da libertação e da cooperação⁽⁸⁾.

Nesse sentido, é preciso que a enfermagem, sendo uma profissão que considera o ser humano dentro de sua multidimensionalidade e complexidade, desenvolva a competência de cuidar de pessoas em seu processo de viver, integrando o cotidiano, com seus limites e potências, inclusive no ambiente laboral, contribuindo para transfigurar estes limites, promovendo saúde. Assim, emergiu a questão norteadora deste estudo: quais são os limites do cotidiano para a promoção da saúde dos trabalhadores que atuam na Atenção Básica? Esta pesquisa tem como objetivo compreender os limites do cotidiano apontados pelos trabalhadores da Atenção Básica para a promoção de sua saúde.

A importância deste estudo reside na sua possibilidade de evidenciar o conhecimento sobre os limites presentes no cotidiano das pessoas, contribuindo para repensar nossa sociedade e maneiras de viver, planejar, incentivar e realizar cuidados efetivos voltados para a melhoria da qualidade de vida das pessoas, em geral, e dos trabalhadores dos cenários da saúde, em especial, além de colaborar para o aprofundamento dos saberes e práticas, envolvendo a temática do cotidiano no seu entrelaçamento com a Promoção da Saúde.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo qualitativo, na forma de uma pesquisa exploratória descritiva, sendo um dos resultados originados da dissertação de mestrado⁽⁹⁾, onde buscamos compreender o cotidiano, as potências e os limites dos trabalhadores de um Centro de Saúde, para a Promoção da Saúde, sendo que, neste momento, focamos o objetivo na compreensão dos limites.

Adotou-se como referencial teórico metodológico algumas noções dentro da Sociologia Compreensiva e do Quotidiano, como pós-modernidade, tribo, ética da estética, potências, limites e, especialmente, os Pressupostos Teóricos e da Sensibilidade^(8,10-13), sendo eles: a crítica ao dualismo esquemático; o recurso metodológico da "forma"; a sensibilidade relativista; a pesquisa estilística; e o pensamento libertário.

Participaram da pesquisa 18 trabalhadores de um Centro de Saúde do município de Florianópolis,

Santa Catarina, sendo estes de profissões variadas: enfermeiro, médico, farmacêutico, dentista, técnico de enfermagem, servente de limpeza, auxiliar de saúde bucal, agente comunitário de saúde e auxiliar administrativo.

Não nos limitamos a convidar para fazer parte deste estudo somente os profissionais da área da saúde, uma vez que compreendemos que todos os trabalhadores que atuam no Centro de Saúde contribuem, tanto direta como indiretamente, para a melhoria da qualidade de vida da população atendida na unidade, sendo o trabalho realizado por cada um dos profissionais de igual relevância.

A coleta de dados foi realizada por meio de entrevistas semiestruturadas, durante os meses de abril e maio de 2014, com uso de um roteiro, contendo informações sobre os participantes (nome fictício, sexo, idade, profissão, carga horária semanal de trabalho, tempo de profissão, estado conjugal e se possui filhos), bem como a questão norteadora: “Quais os limites do cotidiano para a promoção da saúde dos trabalhadores que atuam na Atenção Básica?”

As entrevistas tiveram duração de 20 a 30 minutos, sendo realizadas no local de trabalho dos profissionais do Centro de Saúde, durante seu expediente. As falas dos participantes foram gravadas e registradas em uma cópia do roteiro utilizado.

Os dados obtidos com as entrevistas foram ordenados, organizados e categorizados, através da utilização do *software* ATLAS.ti versão 6.1, e analisados à luz do referencial teórico. Assim, cada tópico foi separado e guardado. As palavras-chaves e categorias foram identificadas e sintetizadas pelos temas mais relevantes, sendo ressaltados os aspectos comuns e repetitivos, assim como aqueles que são diferentes e trazem algo relevante sobre a realidade.

Esta pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética da Universidade Federal de Santa Catarina e pela Prefeitura Municipal de Florianópolis, sob o protocolo de nº 28293314.9.0000.0121. Os participantes deste estudo assinaram o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE), preconizado pela Resolução 466/CNS de 2012.

Com o intuito de manter o anonimato das participantes, foi dada a eles uma lista contendo nomes de Super Heróis e Heroínas das histórias em quadrinhos, para que escolhessem um nome fictício a ser utilizado neste estudo. A escolha de nomeá-los desta forma, veio da consideração de que estes

profissionais dedicam seu tempo preservando a saúde e a vida das pessoas, cada um utilizando habilidades (“super poderes”) e conhecimentos específicos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O perfil dos participantes

Dentre os dezoito participantes do estudo, dezesseis são mulheres e dois são homens, com a idade entre 22 e 53 anos. Em relação ao estado civil, onze participantes são casados, quatro são solteiros e três tem união estável. Onze participantes tem filhos, enquanto sete não.

Quanto a profissão, participaram da pesquisa: quatro técnicos de enfermagem, três agentes comunitários de saúde, três enfermeiros, três médicos, um cirurgião dentista, um farmacêutico, um servente de limpeza, um auxiliar de saúde bucal, e um auxiliar administrativo. O tempo de profissão variou de 2 a 32 anos. A carga horária semanal de trabalho dos participantes variou entre 30 a 88 horas.

Compreendendo limites do cotidiano para Promoção da Saúde: entre o excesso e a falta

A análise dos dados nos permitiu identificar diferentes dimensões que expressam os limites do cotidiano que os trabalhadores do Centro de Saúde possuem para promover a sua saúde no contexto geral de vida, fluindo entre duas grandes categorias: a falta e o excesso, sendo elas: falta ter tempo e saber administrar o tempo; falta de companheirismo; falta fazer mais exercício e ter mais lazer; excesso de tarefas diárias; carga horária de trabalho excessiva; preguiça; gula; trânsito.

A falta

Falta ter tempo e saber administrar o tempo

Do total de participantes desta pesquisa, dez relataram que a falta de tempo ou saber como administrar o tempo é o principal limite do seu dia a dia, como podemos observar nas falas a seguir:

[...eu gostaria de ter mais tempo sabe? Para fazer outras coisas, fazer cursos, de estudar alguma outra coisa, mas eu não tenho muito tempo...]. (Mulher Maravilha).

[...eu sinto falta de tempo, de me dedicar mais, fazer algum esporte e ter alguma coisa mais saudável além do trabalho...]. [... só no final de semana que tem mais momentos de lazer, porque durante a semana acaba não tendo tempo. (Batgirl)].

Vivemos em uma sociedade onde o tempo é instantâneo e simultâneo, similar ao ritmo do computador, que por um lado é facilitador, pois permite a eficiência e o rápido acesso as informações, mas por outro aprisiona pela dificuldade de lidar com esse excesso de informações, sendo necessário um esforço muito grande para se manter constantemente atualizado⁽¹⁴⁾.

Junto com esta instantaneidade e simultaneidade da pós-modernidade⁽¹¹⁾ surge a dificuldade de organizarmos o nosso tempo, não somente pelo excesso de informações, mas também pela complexidade da relação entre o tempo livre e o trabalho, onde ambos se encontram condensados, sendo, às vezes, confuso perceber quando estamos fazendo um ou outro.

Nossa contemporaneidade é marcada pela falta de tempo, para o outro e para si mesmo, o que pode comprometer as relações interpessoais e a nossa própria saúde, devido à escassez de tempo para o autocuidado⁽¹⁾.

Falta de companheirismo

A falta de companheirismo foi apontada por um dos trabalhadores como algo que dificulta o seu cotidiano, sendo um limite para a promoção da sua saúde, como é revelado abaixo:

[... falta companheirismo no trabalho, no leito familiar...]. (Fênix).

Na pós-modernidade há o predomínio dos laços sociais, do nós, do tribalismo, da comunidade, fazendo com que o convívio com outros seja algo fundamental e presente em nosso cotidiano⁽¹³⁾. É através dos laços sociais que nos reconhecemos, criamos nossa identidade e interagimos com o meio e com as pessoas que nos cercam. A falta de companheirismo pode prejudicar essas relações sociais estabelecidas entre as pessoas, contribuindo para o surgimento de confrontos constantes que, se não transitarem pelas vias do diálogo, podem sufocar a libertação do olhar e do agir. A compreensão da falta de companheirismo como limite, indicando um risco de fragilidade dos laços e da tribo⁽¹³⁾, pode, paradoxalmente, ser uma sinalização da importância que atribuem ao

fortalecimento do estar junto e do coletivo, enfim da ética da estética⁽¹²⁾, valorizando o sentir junto.

Falta fazer mais exercício e ter mais lazer

Um dos participantes relatou que a falta de exercício físico e de lazer é um fator que limita o seu dia a dia, dificultando o seu ser saudável, como podemos observar em sua fala:

[...falta de mais exercício físico, de mais lazer. (Mulher Elástico)].

É comum as pessoas possuírem diversas demandas em seu cotidiano, o que pode dificultar a realização de outras atividades que também são fundamentais ao viver saudável, como a prática de exercícios físicos, o lazer e o prazer.

Este fator pode estar relacionado com a centralidade que é dada ao trabalho⁽¹⁴⁾, sendo este uma prioridade na vida de muitas pessoas, o que frequentemente acarreta na redução do tempo livre, como é ilustrado pelo ditado popular: “primeiro o trabalho, depois o lazer”. Esta noção está muito presente na modernidade, em um pensamento que estimula a adiar o prazer e o gozo para o amanhã, pois hoje a obrigação é necessária⁽¹¹⁾, demonstrando que no conjunto social da pós-modernidade ainda há resquícios de uma maneira de pensar, onde “a verdadeira vida é para mais tarde”^(12:19).

O excesso

Excesso de tarefas diárias

Cinco trabalhadores apontaram o excesso de tarefas diárias como um limite do seu dia a dia, conforme é relatado pelas falas:

A gente faz muita atividade junta, a correria mesmo, a modernidade, que quando a gente vê já passou o tempo. (Vampira).

[...é a correria do dia e...um monte de tarefas que se tem que fazer que diminui o tempo que se tem para fazer outras coisas. (Cristal)].

Aqui podemos observar novamente a instantaneidade e simultaneidade do período contemporâneo⁽¹⁴⁾ que, associado à demanda de atividades e ao ritmo de vida acelerado das pessoas⁽²⁾, se torna uma limitação no cotidiano dos indivíduos, contribuindo para o aumento do estresse e, conseqüentemente, o surgimento de enfermidades.

Consideramos que o excesso de demandas imposto pelo poder instituído, prejudica a potência instituinte, o querer estar junto, a intensividade do momento e a alegria de querer viver o aqui e agora⁽¹²⁾.

Trabalho com carga horária excessiva

Dois participantes relataram que a carga horária excessiva de trabalho, assim como o trabalho em si, são os limites em seu cotidiano, sendo relatado pelas falas a seguir:

O certo seria a gente estar envolvido seis horas com o trabalho direto, mesmo que fosse uma parada de dez, quinze minutos, duas vezes nesse período, não vejo problema nenhum em ser assim, mas eu teria mais tempo para desenvolver outras coisas. Retomar coisas que a gente vai deixando ao longo da vida que interfere bastante depois. (Wolverine).

O trabalho é o principal problema, mas não o fato de vir ao trabalho, mas é aqui onde tem a maior probabilidade de estresse. De ter estresse no meu dia a dia, porque não é o momento que eu estou em casa descansando, nem o momento que eu estou com a minha cachorra, ou com a minha família, ou com o meu namorado. (Ravena).

Ao mesmo tempo em que o trabalho possui um papel fundamental na vida das pessoas, este também pode ser uma das principais causas de sofrimento mental e físico⁽¹⁵⁾. Isto pode ocorrer devido às limitações que a instituição impõe ao indivíduo, impedindo a sua autorrealização e reduzindo, consequentemente, a sua felicidade no cotidiano, remetendo-nos a violência institucional e a violência totalitária⁽⁸⁾.

As pessoas passam em média de 9 a 10 horas por dia no trabalho, se formos levar em consideração a carga horária de trabalho (8 horas diárias) e o tempo para se deslocar da casa para o trabalho e do trabalho para a casa (média de 1 a 2 horas no trânsito). Podemos dizer que este período que passamos no trabalho somado com o tempo para outras atividades essenciais da vida diária (dormir, comer, ir ao supermercado, tomar banho, etc.) dificulta a realização de outros afazeres que também são considerados importantes para as pessoas como, por exemplo, praticar atividade física, ficar com a família, fazer trabalhos manuais, sair com os amigos ou simplesmente não fazer nada (“ociar”).

O mundo do trabalho, ao “sequestrar” a pessoa de outras atividades e do convívio com seus amigos

e família, prejudica o querer viver-junto tão presente como demanda na pós-modernidade⁽¹¹⁾ e reduz de forma significativa o tempo livre, individual e social.

Preguiça

A preguiça foi apontada por um dos participantes como um limite no seu cotidiano, sendo demonstrada pela seguinte fala:

A preguiça também. Às vezes, eu chego em casa e sento no sofá e fico um pouco lá vegetando. (Viúva Negra).

Consideramos importante refletir sobre a preguiça aqui relatada, pois todas as pessoas precisam de um momento de pausa e de um tempo para si. Destacamos a relevância dos respiradouros em nossa vida⁽¹⁾, ou seja, os momentos no dia a dia em que realizamos atividades prazerosas (as pequenas alegrias da existência quotidiana), renovando nossas energias e desfrutando da vida quotidiana onde “quando nada é importante, tudo tem importância!”^(12:35). Possivelmente, a preguiça pode tornar-se prejudicial, quando nos impede ou nos prejudica na realização das nossas atividades diárias essenciais ao nosso viver e conviver. Por outro lado, podemos indagar: preguiça ou esgotamento de tanto trabalhar?

Gula

Um dos participantes relatou que a gula é um limite presente em seu cotidiano, prejudicando o seu ser saudável, como é revelado a seguir:

[...claro tem coisas que tipo, eu sou gulosa, eu adoro comer, isso prejudica um pouco, mas eu me controlo. (Miss Marvel).

A alimentação em excesso ocasiona o acúmulo de gordura corporal em um nível que afeta a saúde da pessoa, acarretando em algumas alterações metabólicas, além de ser um fator de risco para o surgimento de doenças crônicas, em especial a obesidade⁽¹⁶⁾. Por este motivo, ter uma alimentação balanceada e equilibrada é fundamental para nos mantermos saudáveis.

Entretanto, isso nem sempre é fácil, pois devido ao ritmo de vida acelerado das pessoas⁽²⁾ e ao excesso de demandas do dia a dia, é comum que estas se rendam à praticidade dos fast food, que, geralmente, possuem comidas altamente calóricas e

condimentadas. Por isso, se faz necessário repensar sobre aquilo que consumimos e o quanto consumimos.

Trânsito

Os participantes também mencionaram o trânsito como um limite do dia a dia, conforme podemos observar a seguir:

O que mais me traz estresse é o trânsito, por exemplo, sair de casa e vir até aqui e volta pelos congestionamentos. (Mulher Maravilha).

Os problemas causados pelo trânsito possuem um grande impacto tanto com relação ao meio ambiente, quanto na perspectiva da saúde pública⁽¹⁷⁾, sendo este fruto da crescente urbanização. Esta progressiva urbanização trouxe alguns problemas para as cidades contemporâneas, sendo o trânsito um dos mais visíveis, transfigurando a mobilidade urbana em imobilidade.

Muitas vezes, as pessoas passam horas em filas gigantescas para chegarem às suas casas após um longo dia de trabalho ou comumente se atrasam a diversos compromissos, por conta do trânsito. Esse tempo “perdido” nos engarrafamentos contribui para o esgotamento físico e emocional no dia a dia, afetando a qualidade de vida das pessoas⁽¹⁸⁾. Este contexto coloca-nos frente a frente a mais um paradoxo, pois o trânsito é capaz de contribuir para o adoecer tanto pela alta velocidade, lotando hospitais, UTIs e centros de reabilitação, podendo até matar, como também, por sua estagnação, elevar nível de estresse no cotidiano⁽¹⁾, destacando-se que, em ambas situações, o encontro com a morte não é uma situação incomum.

Assim, vamos percebendo a importância de enfocarmos o cotidiano no cuidado, pois “maneiras de viver nos indicam maneiras de cuidar”^(19:268) e possibilidades de promover a saúde dos trabalhadores, transfigurando os limites do cotidiano em potências para promover o ser saudável.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Foi possível compreender alguns limites para a Promoção da Saúde presentes no cotidiano dos trabalhadores que atuam no âmbito da Atenção Básica.

Os limites do cotidiano, para a Promoção da Saúde, transitam entre a falta e o excesso, sendo pluralizados e relativizados. Falta tempo e saber administrar este tempo, falta companheirismo, faltam exercícios e falta lazer. Por outro lado, há excesso: de tarefas diárias, de carga horária, enfim de trabalho, aparecendo num contra ponto a preguiça e a gula. Além disto, há o trânsito que pelo excesso, leva a falta de mobilidade.

O excesso de tarefas diárias foi apontado pela maioria dos participantes como o principal limite do dia a dia, seguidos da falta de tempo, saber administrar o tempo, do trabalho com carga horária excessiva e do trânsito. Ao refletirmos sobre essas dimensões, percebemos que há uma ligação entre elas, pois o tempo que permanecemos no trabalho e no trânsito, associado com o excesso de tarefas diárias, reduz o tempo que temos para nos dedicar a outras dimensões do viver e do conviver, tão necessárias e prazerosas. Assim, saber administrar o tempo torna-se também desafiador e fundamental para contemplar as demandas do cotidiano e desfrutar a vida.

Enfatizamos a importância de serem realizadas reflexões e ações efetivas para a Promoção da Saúde, considerando-se no cuidado o cotidiano, como seus limites como possibilidades a serem transfigurados pela potência do ser humano, contribuindo para o desenvolvimento habilidades das pessoas, o fortalecimento do coletivo, colaborando, enfim, para reorientação dos serviços de saúde e políticas públicas, tendo como fio condutor a criação de ambientes saudáveis, ao se repensar a maneira de viver contemporânea, onde talvez, seja preciso prescrever tempo: para si, para o outro e para ser saudável!

THE PRIMARY CARE WORKER'S DAILY LIVING: LIMITS FOR HEALTH PROMOTION

ABSTRACT

This is a qualitative, descriptive, exploratory research, aiming to understand the limits of everyday life for the Health Promotion of workers. The participants were 18 workers at a health center in southern Brazil. Data collection occurred conducted during the months of April and May 2014, through semi-structured interviews, with the guiding question: "What are the limits of everyday life to promote the health of workers who work in primary care?" Analysis data was made in the light of the Sensitivity and Theoretical Concepts of Michel Maffesoli. As a result, we found some dimensions that express the daily limits in its general context of life, involving the lack and excess. Lack of time and knowledge on how to manage time; lack of companionship; lack of more exercise and leisure. Among the excesses identified: excessive daily tasks;

traffic; work with excessive workload; laziness; greediness. We emphasize the importance of reflections and actions towards Health Promotion of workers in their daily lives, considering, during the care, the limits as possibilities for the power of human beings to transfigure, contributing to create healthy environments.

Keywords: Daily living activities. Occupational health. Health promotion. Nursing.

EL DÍA A DÍA DE LOS TRABAJADORES DE LA ATENCIÓN PRIMARIA: LÍMITES PARA PROMOVER LA SALUD

RESUMEN

Es un estudio cualitativo, exploratorio, descriptivo, con el objetivo de comprender los límites de la vida cotidiana para la Promoción de la Salud de los trabajadores. Los participantes fueron 18 trabajadores de un Centro de Salud en el sur de Brasil. La recolección de datos se llevó a cabo durante los meses de abril y mayo de 2014, a través de entrevistas semiestructuradas, con la pregunta guía: "¿Cuáles son los límites de la vida cotidiana para promover la salud de los trabajadores que trabajan en la Atención Primaria?" Análisis de los datos se hizo a la luz de los conceptos y Supuestos Teóricos y de la Sensibilidad de Michel Maffesoli. Como resultado, hemos encontrado algunas dimensiones que expresan los límites diarios en su contexto general de la vida, que implican la falta y el exceso. Falta de tiempo y saber cómo administrar el tiempo; falta de compañía; falta de más ejercicio y tener más tiempo libre. Entre los excesos identificados: el exceso de tareas diarias; tránsito; trabajar con excesiva carga de trabajo; la pereza; gula. Hacemos hincapié en la importancia de las reflexiones y acciones hacia la promoción de la salud de los trabajadores en su vida diaria, teniendo en cuenta el cuidado de los límites como las posibilidades de ser transfigurados por el poder del ser humano, lo que contribuye a la creación de ambientes saludables.

Palabras clave: Actividades cotidianas. Salud laboral. Promoción de la salud. Enfermería.

REFERENCIAS

1. Nitschke RG. Pensando o nosso cotidiano contemporâneo e a promoção de famílias saudáveis. *Ciênc Cuid Saúde*. 2007 set/nov; 6(1):24-6.
2. Honoré C. Devagar – como um movimento mundial está desafiando o culto da velocidade. Rio de Janeiro: Record; 2005.
3. Ferreira RA, Daher MJE. O estresse ocupacional à luz dos agentes comunitários de saúde: uma revisão integrativa. *Rede Cuid Saúde*. 2015 jan/abr; 9(1):1-13.
4. Olivares A, Bonito J, Silva R. Qualidade de vida no trabalho dos médicos da atenção básica no estado de Roraima (Brasil). *Psicol Saúde & Doenças*. 2015 jan; 16(1):100-11.
5. Soares INL, Souza LCG, Castro AFL, Alves CFO. Análise do estresse ocupacional e da Síndrome de Burnout em profissionais da estratégia de saúde da família no município de Maceió/AL. *Semente*. 2011 set/dez; 6(6):84-98.
6. Lopes AOS, Macedo APB. Avaliação da qualidade de vida de enfermeiros da Atenção Básica. *InterScientia*. 2013 set/dez; 1(3):16-27.
7. Heidemann ITSB, Boehs AE, Fernandes GCM, Wosny AM, Marchi JG. Promoção da Saúde e qualidade de vida: concepções da Carta de Ottawa em produção científica. *Ciênc Cuid. Saúde*. 2012 jul/set; 11(3):613-19.
8. Maffesoli M. A violência totalitária: ensaio de antropologia política. Porto Alegre: Sulina; 2001.
9. Michelin SR. Potências e limites para a promoção da saúde no cotidiano dos trabalhadores de um Centro de Saúde [dissertação]. Florianópolis: Universidade Federal de Santa Catarina; 2014.
10. Maffesoli M. O conhecimento comum: introdução à sociologia compreensiva. Porto Alegre: Sulina; 2010.
11. Maffesoli M. Notas sobre a pós-modernidade: o lugar faz o elo. 1ª ed. Rio de Janeiro: Atlântica; 2004.
12. Maffesoli M. Homo Eroticus: comunhões emocionais. 1ª ed. Rio de Janeiro: Forence; 2014.
13. Maffesoli M. O tempo das tribos: o declínio do individualismo nas sociedades de massa. 4ª ed. Rio de Janeiro: Forence; 2006.
14. Kubo SH, Gouvêa MA. Análise de fatores associados ao significado do trabalho. *Rev Adm (FEA-USP)*. 2012 out/dez; 47(4):540-54.
15. Dejours C. A loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho. 6ª ed. São Paulo: Cortez; 2015.
16. Silva CPG, Bittar CML. Fatores ambientais e psicológicos que influenciam a obesidade infantil. *Rev Saúde Pesq*. 2012 jan/abr; 5(1):197-207.
17. Araújo MRM, Oliveira JM, Jesus MS, Sá NR, Santos PAC, Lima TC. Transporte público coletivo: discutindo acessibilidade, mobilidade e qualidade de vida. *Psicol Soc*. 2011 jul; 23(3):574-82.
18. Cintra M. A crise do trânsito em São Paulo e seus custos. *GV-executivo*. 2013 jul/dez; 12(2): 58-61.
19. Couto TM, Nitschke RG, Lopes RLM, Gomes NP, Diniz NMF. Everyday life of women with a history of domestic violence and abortion. *Texto Contexto – Enferm*. 2015 jan/mar; 24(1):263-9.

Endereço para correspondência: Samanta Rodrigues Michelin. Rua Professor Clementino de Brito, nº 205, Capoeiras, Florianópolis-SC, Brasil. CEP: 88070150. E-mail: samantasemh@hotmail.com

Data de recebimento: 31/08/2016

Data de aprovação: 19/12/2016