

PESQUISA EXPLORATÓRIA SOBRE ATIVIDADES COTIDIANAS DE MULHERES DE 23 A 47 ANOS QUE TRABALHAM EM SETOR ADMINISTRATIVO

Márcia de Oliveira Novaes¹, Ana Luisa Costa de Oliveira², Ana Paula Dalla Costa Marretto³, Viviane Santalucia Maximino⁴

¹ UNIVAP/IP&D, Shishima Hifume 2911, mnovaes@uol.com.br

² UNIVAP/IP&D, Shishima Hifume 2911, anacastro_to@hotmail.com

³ UNIVAP/IP&D, Shishima Hifume 2911, anapaulamarretto@uol.com.br

⁴ UNIVAP/IP&D, Shishima Hifume 2911, vivimax@univap.br

Resumo- Este trabalho apresenta informações a respeito da organização das atividades cotidianas de mulheres na faixa etária entre 23 e 47 anos que trabalham no setor administrativo de uma universidade. Foram pesquisadas 63 mulheres através de questionário contendo 33 perguntas aplicado pelas pesquisadoras. Aqui serão apresentados os dados obtidos a partir de duas questões que dizem respeito especificamente as atividades realizadas em um dia de semana típico e em um dia de final de semana típico. Posteriormente estas informações serão completadas e analisadas em relação as questões sobre a presença ou ausência de dor crônica, como um indicador de saúde; dados de identificação geral e dados específicos sobre as atividades realizadas no dia-a-dia, presentes no questionário. Espera-se estabelecer relações entre estes termos e suscitar discussões a respeito do estilo de vida e organização das sociedades urbanas contemporâneas no que diz respeito as questões de gênero.

Palavras-chave: cotidiano; saúde da mulher; terapia ocupacional.

Área do Conhecimento: Ciências da Saúde

Introdução

A dor é a razão principal pela qual 75 a 80% das pessoas procuram os serviços de saúde. Estima-se que a dor crônica acomete 30 a 40% da população brasileira, representando a principal causa de absenteísmo, licenças médicas, aposentadorias por doença, indenizações trabalhistas e baixa produtividade no trabalho. A dor é uma das principais causas do sofrimento humano, gerando incapacidades, comprometimento da qualidade de vida e imensuráveis repercussões psicossociais e econômicas, constituindo-se um grave problema de saúde pública.¹

Diversos estudos epidemiológicos indicam maior prevalência de dor crônica em mulheres com relação aos homens. Segundo Russell¹, cerca de 2% dos adultos na população dos Estados Unidos da América (EUA), ou seja, 3,5% do sexo feminino e 0,5% do masculino, ou aproximadamente 5 milhões de pessoas sofrem com a síndrome fibromiálgica. Com relação as enxaquecas, encontramos um índice de acometimento em 7% dos homens e 17% das mulheres entre os adultos. Dores pélvicas e síndromes oro-faciais também são mais prevalentes em mulheres.

Pesquisas neste campo não esclarecem as razões desta diferença, sugerindo as características fisiológicas, tais como ciclos hormonais, tônus muscular e sensibilidade para a dor, entre outras, como justificativas.

O estabelecimento de quadros de dor crônica esta relacionado aos diversos fatores além de predisposição orgânica, os fatores afetivos e ocupacionais, parecem modular a frequência, intensidade, localização e possibilidade de tratamento do padrão algico.

Os aspectos ocupacionais tem sido bastante explorados nas pesquisas no campo da saúde do trabalhador onde a correlação entre ergonomia, ritmos e condições de trabalho e condições de saúde esta determinada. No entanto, pouco se tem produzido com relação a outras atividades do cotidiano, tais como o desempenho de tarefas de cuidado e de lazer.²

Segundo Rocha e Ribeiro², os estudos sobre dados de morbidade correlacionando gênero e saúde de trabalhadores, têm consistentemente indicado maior frequência de morbidade entre mulheres, padrão que se mantém mesmo na atualidade. Afirmando que, no que diz respeito à inter-relação entre os papéis exercidos pelas mulheres no trabalho e em casa, a soma de responsabilidades é o primeiro aspecto a ser destacado, permanecendo a seu encargo o cuidado com a casa e a família, paralelamente à

participação no mercado de trabalho. As autoras da pesquisa, destacam a importância de estudos sobre saúde, trabalho e gênero, em analisar a interseção entre a esfera produtiva e a doméstica.

O movimento feminista e outras mudanças estruturais na sociedade ocidental contemporânea possibilitaram e estimularam que as mulheres deixassem de exercer exclusivamente as funções de mãe e donas de casa para assumirem postos de trabalho tradicionalmente masculinos.^{3,4,5,6}

Esta mudança não foi acompanhada de uma feminilização do mundo público, nem uma mudança estrutural na divisão das tarefas domésticas. Também não ocorreram mudanças sociais que contribuíssem para melhor distribuição pela sociedade como um todo da carga de trabalho e responsabilidade que advém da maternidade, exigindo das mulheres uma adaptação ao mundo masculino em todos os aspectos, além da manutenção de seu papel inicial.

Portanto, esta pesquisa, que esta em andamento, pretende verificar, a partir da percepção das próprias mulheres, como elas vivem seu dia-a-dia com relação as atividades de trabalho, domésticas e de lazer e, em um segundo momento, correlacionar estes dados com a presença ou ausência de dor crônica.

Materiais e método

Pesquisa realizada através de questionário semi-estruturado aplicado a 64 mulheres entre 23 e 47 anos que trabalham no setor administrativo da UNIVAP - Urbanova. Esta faixa etária foi escolhida para excluirmos alterações hormonais fisiológicas e o fato de todas terem a mesma função no ambiente de trabalho, contribui para homogeneizar o grupo.

Este questionário é composto de 33 questões, algumas de múltipla escolha e outras de resposta aberta. Os questionários foram aplicados pelas pesquisadoras. As questões dizem respeito a dados de identificação, aspectos relacionados ao cotidiano e a organização das atividades domésticas, atividades sociais e de lazer e aspectos relacionados a dor crônica.

Neste trabalho serão detalhadas duas questões do questionário aplicado, conforme descrito a seguir. Estas questões foram formuladas com interesse em pesquisar a qualidade e as condições pela qual estas mulheres desempenham as atividades de vida cotidiana relacionadas aos dias de semana e a um dia de lazer.

As respostas foram analisadas buscando-se características comuns entre as mulheres e também as variações que ocorreram.

Resultados

A primeira questão analisada foi: Descreva resumidamente um dia de semana típico.

Entre as mulheres casadas, com filhos com até 16 anos de idade, as respostas indicaram primeiramente uma grande preocupação em relatar as atividades cotidianas de maneira cronológica e seqüencial, demonstrando uma organização destas atividades quase que fabril. O dia-a-dia é vivido como uma linha de produção onde diversas tarefas devem ser executadas com presteza e ritmo, ou então corre-se o risco de "não dar conta" como dizem as mulheres.

As mulheres acumulam, à função profissional,

a) as tarefas relacionadas ao transporte dos filhos e outros cuidados com os mesmos tais como ajuda nas tarefas escolares e/ou participação em brincadeiras e atividades educativas disciplinadoras (escovar os dentes, dobrar as roupas, guardar os brinquedos, etc),

b) responsabilidade pelo abastecimento da casa,

c) decisões com relação alimentação da família e

d) atividades domésticas.

Estas tarefas cotidianas ocupam cerca de 14 horas por dia. Com isto, restam cerca de 4 horas diárias para as atividades de cuidado pessoal tais como higiene e alimentação e atividades de manutenção da saúde tais como exercícios físicos. Não foram referidas atividades sócio-culturais realizadas durante dias da semana. O único lazer referido foi assistir televisão e um grupo mais reduzido indica a leitura.

A maioria das entrevistadas relata que não tem com quem dividir efetivamente as tarefas cotidianas e sente-se muito cansada ao final do dia.

As mulheres casadas com filhos com idade maior que 16 anos, se aproximam mais da realidade das mulheres solteiras e que não possuem filhos. Embora também descrevam o seu dia de forma cronológica e seqüencial, claramente acumulam menor número de atividades domésticas, principalmente as relacionadas aos filhos.

Esta condição colabora para que elas realizem maior número de atividades de realização pessoal, como exercícios físicos, estudar, atividades religiosas, namorar, ler, vão ao shopping, visitam amigos e família.

A segunda questão diz respeito a descrição de um dia típico de lazer.

De modo geral, as atividades de cunho sócio-cultural e de auto-cuidado realizadas num dia de lazer, são: ir ao shopping, ao cinema, ao restaurante, assistir DVD em casa, à igreja, viajar, aos parques público sair com amigos, visitar parentes, realizam atividades relacionadas à exercícios físicos.

As mulheres entrevistadas referem ter pouco tempo para a realização de atividades voltadas para o lazer, como atividades de auto-cuidado e sócio-culturais. Elas dizem que “a vida é muito corrida”, como se o tempo para o desempenho de tarefas do dia-a-dia, ligadas a uma carga de responsabilidade e de decisões se sobrepusessem constantemente ao tempo do descanso, de diminuição de ritmo, de descontração, enfim na produção e construção de um bem-estar pessoal, de uma vida com mais qualidade e conseqüentemente, com mais saúde e talvez com menos dor.

As mulheres casadas, com filhos com até 16 anos de idade, descrevem seu lazer, sempre com e para os filhos e o marido.

Estas mulheres, descrevem seu dia de lazer de maneira a continuar a realização de atividades referentes aos afazeres domésticos e ao cuidado com os filhos, inclusive no tempo de lazer do marido. Por exemplo, “acorda e fica com o filho enquanto o marido joga tênis(...)” (E. n. 57); outra diz que, “acorda às 7h e 30’, faz almoço cedo e leva os filhos para ver o pai jogar bola(...)” (E. n. 54).

Mesmo as solteiras usam os dias de lazer para realizar atividades que não foram possíveis serem feitas nos dias de semana, como por exemplo: fazer compras de supermercado, ir à feira, estudar.

A maioria das mulheres entrevistadas não realizam atividades para si

Apenas duas mulheres referem fazer atividades de auto-cuidado, como “acordar tarde, tomar café bem preparado, ir ao salão de beleza, ir ao shopping, sair com amigos” (E. n. 49); ou ainda, “quando consegue tirar um dia só para ela, é quando vai á manicure” (E.n. 4).

Discussão

Tanto as discussões sobre saúde em geral quanto sobre a dor crônica em particular, tem se ampliando para abarcar aspectos associados ao bem estar e a qualidade de vida. Cada vez mais todos os profissionais da área tem insistido que hábitos saudáveis, diminuição do estresse e prazer e são o grande diferencial protetor da saúde. No entanto, estes aspectos acontecem no cotidiano. E no dia-a-dia que os indivíduos conseguem, ou não estabelecer para si novas maneiras de viver.

No cotidiano, entre rotinas, é onde a repetição das atividades permite a recriação permanente da vida social; também é onde acontece a variação, a mudança.

Sabe-se também que o excesso de trabalho e a percepção do cansaço, sem a possibilidade de encontrar formas de reposição da energia gasta predispõe os sujeitos a diversas doenças, entre

elas a dor crônica.

A maioria das mulheres estudadas responderam a estas duas questões de maneira bastante inequívoca no que diz respeito a percepção subjetiva de excesso de trabalho e ausência de lazer, tornando-se portanto alvo dos problemas acima mencionados. A segunda parte desta pesquisa pretende correlacionar outros dados do questionário sobre presença ou ausência de dor crônica aos estilos de cotidiano relatados pelas mulheres.

Considerações finais

Neste artigo abordamos a percepção subjetiva de mulheres com uma função profissional, a respeito da organização de suas atividades cotidianas.

Como terapeutas ocupacionais utilizamos a autonomia como um dos parâmetros de saúde. Autonomia de identificar aquilo que se precisa e qual é a melhor forma de obter ou construir seu bem estar. Autonomia de buscar no dia-a-dia as melhores condições de vida e expressão de si e suas necessidades.

O cotidiano é construído no meio social e é expressão de um conjunto complexo de relações. Olhar para os cotidianos é também olhar para uma época, com seus valores, suas relações de poder, suas tendências e contradições.

Desta forma compreendemos a dor crônica como um dos indicadores possíveis de saúde e esta como algo produzido historicamente.

Com esta pesquisa, espera-se aprofundar a discussão sobre o cotidiano das mulheres e seu perfil epidemiológico visando contribuir com estratégias de prevenção e promoção de saúde específicas para este segmento da população.

Referencias bibliográficas

1. RUSSELL IJ - Fibromyalgia Syndromes. *Physical Med Rehabil Clin North Am* 8: 213-26, 1997.
2. Rocha, L. E; Ribeiro, M.D. Trabalho, saúde e gênero: estudo comparativo sobre analistas de sistemas *Rev. Saúde Pública*, vol.35, no.6, São Paulo, Dec.2001.
3. BRANT, L Carlos; MINAYO-GOMEZ, C. A transformação do sofrimento em adoecimento: do nascimento da clínica à psicodinâmica do trabalho. *Ciênc. saúde coletiva.*, Rio de Janeiro, v.9, n.1, 2004. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php> Acesso em: 01 Ago 2006.
4. TEIXEIRA, C. Beatriz. Mulheres e o consumo de Benzodiazepínicos em São Francisco Xavier: discussões sobre uma proposta alternativa. Mestrado em Ciências Biológicas, IPD/UNIVAP, SJC. 2004.

5. COMEGNO, MC. SP Mulheres em dados. São Paulo Perspec., São Paulo, v.17,n.3-4, 2003. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php> 01 agosto 2006.

6. AQUINO, Estela M L. Gênero e saúde: perfil e tendências da produção científica no Brasil. Rev. Saúde Pública, São Paulo, v.40, n.spe, 2006. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php> Acesso em: 01 Ago 2006.