



UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA  
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE  
DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL



**SILMARA MARIA ALVES FERNANDES DA SILVA**

**ENGAJAMENTO OCUPACIONAL DE ACADÊMICOS E SUA  
PERCEPÇÃO SOBRE O EQUILÍBRIO OCUPACIONAL.**

**João Pessoa-PB**

**2015**

**SILMARA MARIA ALVES FERNANDES DA SILVA**

**ENGAJAMENTO OCUPACIONAL DE ACADÊMICOS E SUA  
PERCEPÇÃO SOBRE O EQUILÍBRIO OCUPACIONAL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Graduação em Terapia Ocupacional da Universidade Federal da Paraíba, como requisito para obtenção do título de bacharel em Terapia Ocupacional.

**Orientadora:** Prof<sup>ª</sup> Dra. Márcia Queiroz de Carvalho Gomes.

**João Pessoa-PB**

**2015**

S586e Silva, Silmara Maria Alves Fernandes da.

Engajamento ocupacional de acadêmicos e sua percepção sobre o equilíbrio ocupacional / Silmara Maria Alves Fernandes da Silva. -- João Pessoa, 2015.

70f.: il. --

Orientadora: Márcia Queiroz de Carvalho Gomes.

Monografia (Graduação) – UFPB/CCS.

1. Ocupação. 2. Terapia ocupacional. 3. Estudantes.

SILMARA MARIA ALVES FERNANDES DA SILVA

**Engajamento ocupacional de acadêmicos e sua percepção sobre o equilíbrio ocupacional**

Trabalho de conclusão de curso será apresentado ao Departamento de Terapia Ocupacional da Universidade Federal da Paraíba, como requisito para obtenção do título de Bacharel em Terapia Ocupacional, com linha em Ocupação Humana.

Aprovado em \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

BANCA EXAMINADORA

---

Profa. Dra Márcia Queiroz de Carvalho Gomes – UFPB

Orientadora

---

Prof. Luciano Belas e Silva Filho- UFPB

Examinador

---

Profa. Ma. Joana Rostirolla Batista de Souza – UFPB

Examinadora

**Aos meus pais e aos aprendizes de Terapia Ocupacional,**

**Dedico.**

## AGRADECIMENTOS

Primeiramente a Deus, pelo dom da vida.

Aos meus pais, pela oportunidade cedida. E por compreenderem todos os momentos que necessitei me ausentar do âmbito familiar.

Aos meus professores, por toda dedicação apoio e incentivo.

Ao meu namorado por me acompanhar em todos os momentos, quer feliz ou triste durante essa caminhada.

Aos meus amigos de turma por me ensinar como todos juntos podem ir mais longe e que cada novo passo dado se vence um obstáculo.

A todos que contribuíram com minha educação desde a infância e me mostraram que é dando pequenos passos que se alcança o topo da escada.

A todas as pessoas que me apoiaram ao longo dessa caminhada e me deram forças em inúmeros momentos de tristeza.

Ao grupo de pesquisa “Ocupação, saúde e utilização de tempo”, por me ajudarem a construir este trabalho e a ampliar meus horizontes, mostrando que velejar no universo da pesquisa é poder descobrir histórias belíssimas.

A todas as pessoas do projeto PalhaSUS que me ajudaram a ser uma pessoa melhor e me deram um dos presentes mais preciosos da minha vida (Barbuleta). Ainda por me ensinarem que viver intensamente o presente é o grande passo para transformar o mundo.

A todas as pessoas que encontrei nos hospitais que me ensinaram que a fé e o amor são os remédios para todos os males.

A todos e todas as pessoas que lutaram e lutam por um mundo mais justo, pois me fazem sonhar.

A toda a sociedade que pagou seus impostos e me concederam a oportunidade de estudar em uma Universidade pública, com ensino de qualidade.

## **Tempo Perdido**

Todos os dias quando acordo  
Não tenho mais o tempo que passou  
Mas tenho muito tempo  
Temos todo o tempo do mundo

Todos os dias antes de dormir  
Lembro e esqueço como foi o dia  
Sempre em frente  
Não temos tempo a perder

Nosso suor sagrado  
É bem mais belo que esse sangue amargo  
E tão sério e selvagem  
Selvagem, selvagem

Veja o sol dessa manhã tão cinza  
A tempestade que chega é da cor dos teus olhos  
Castanhos

Então me abraça forte  
E me diz mais uma vez que já estamos  
Distantes de tudo  
Temos nosso próprio tempo  
Temos nosso próprio tempo  
Temos nosso próprio tempo

Não tenho medo do escuro  
Mas deixe as luzes acesas agora  
O que foi escondido é o que se escondeu  
E o que foi prometido, ninguém prometeu

Nem foi tempo perdido  
Somos tão jovens  
Tão jovens, tão jovens

(RENATO RUSSO)

## RESUMO

Ao ingressar na vida acadêmica, o discente se vê envolvido em inúmeras atividades e em novas responsabilidades, alterando, muitas vezes, seu ritmo de vida, tornando-o cada vez mais acelerado, podendo interferir no seu equilíbrio ocupacional. Este trabalho teve por objetivo conhecer o engajamento ocupacional dos acadêmicos do curso de Terapia Ocupacional e sua percepção a respeito do equilíbrio ocupacional. Este tema aborda o objeto central da prática profissional do terapeuta ocupacional, as ocupações humanas. Trata-se de um estudo transversal exploratório e descritivo de abordagem quali-quantitativa. A população da pesquisa foi constituída pelos estudantes do curso de Terapia Ocupacional da Universidade Federal da Paraíba. Os dados foram coletados através da aplicação de questionário eletrônico, com questões fechadas e abertas, na primeira etapa, e de grupo focal, na segunda etapa. Os dados estatísticos foram analisados, utilizando o programa do Excel. Os dados referentes ao grupo focal foram analisados de forma descritiva simples. Constatou-se que 85% dos estudantes são do sexo feminino, 50% advindo de escola pública e 65% com renda familiar de até três salários mínimos. Os estudantes relataram que seu cotidiano se modificou após seu ingresso na Universidade e apontaram insatisfação com o tempo dedicado a algumas áreas de ocupação, principalmente, descanso e sono, lazer e participação social. Constatou-se que em relação à utilização de tempo a área de ocupação educação tem o maior número de horas envolvido, pois a educação ocupa lugar central em suas vidas e geralmente norteiam o tempo de envolvimento com outras atividades. Nesse sentido a educação possui um grande significado na vida dos discentes, principalmente porque buscam se tornar profissionais qualificados e competentes para adentrar no mercado de trabalho. Os graduandos percebem o equilíbrio ocupacional como a organização das atividades do cotidiano. Espera-se que o estudo tenha permitido ampliar o olhar da comunidade acadêmica sobre a importância do equilíbrio ocupacional, assim como tenha provocado nos estudante a reflexão sobre o seu próprio equilíbrio ocupacional, a fim de identificar precocemente sinais de desequilíbrio ocupacional na sua vida e de seus clientes.

**Palavras chaves:** Ocupação. Terapia Ocupacional. Estudantes.

## ABSTRACT

To start the academic life of the student becomes involved in numerous activities and new responsibilities changing often, their place of life, making it increasingly fast-passed and can interfere with your occupational balance. This work aims to understand the occupational engagement of students from the Occupational Therapy Course and their perception of occupational balance. This theme deal with the central purpose of the professional practice of the Occupational Therapist, human occupations. This is an exploratory and descriptive cross-sectional study of quantitative quality approach. The research population consist of students of occupational therapy course at the Federal University of Paraiba. Data were collected through the electronic questionnaire application, with closed and open questions in the first stage, and Focus Group, in the second stage. Statistical data were analyzed using the Excel program. The data relating to the Focus Group will be analyzed in a simple descriptive manner. Found 85% of student are female , 50% of public school arising and 65% with family income up to three minimum salaries. Students reported that their daily life is changed after he joined the University and showed dissatisfaction with the time devoted to some areas of occupation, mainly rest and sleep, leisure and social participation. We note that for the use of time footprint education has the highest number of hours involved, because education plays a central role in their lives and generally guide the engagement time with other activities. In this sense education has great significance in the lives of graduate students, mainly because they seek to become qualified and competent professionals to enter the labor market. Students realize the occupational balance as the organization of daily activities. Its this hoped that the study will allow broaden perspective of the academic community on the importance of occupational balance, and has caused the students to reflect on their own occupational balance in order to identify early occupational signs of imbalance in your life and your customers.

**Keyword:** Occupation. Occupational Therapy. Students.

## **LISTAS DE GRÁFICOS**

Gráfico 1. Distribuição do número de alunos segundo a faixa etária, UFPB, 2015.

Gráfico 2. Distribuição dos alunos segundo a procedência, UFPB, 2015.

Gráfico 3. Distribuição percentual dos alunos segundo as atividades complementares que participam ou já participaram UFPB, 2015.

Gráfico 4. Áreas de Ocupação segundo tempo gasto para realizá-las, UFPB, 2015.

Gráfico 5. Áreas de Ocupação segundo a satisfação ou insatisfação com o tempo dedicado a elas, UFPB, 2015.

Gráfico 6. Áreas de Ocupação segundo o grau de importância atribuído pelos estudantes UFPB, 2015.

## **LISTAS DE SIGLAS E ABREVIACOES**

AVD	ATIVIDADE DE VIDA DIÁRIA
AIVD	ATIVIDADES INSTRUMENTAIS DE VIDA DIÁRIA
CNE	CONSELHO NACIONAL DE EDUCAÇÃO
SUS	SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO</b> .....	<b>12</b>
<b>2. FUNDAMENTOS TEÓRICOS</b> .....	<b>15</b>
2.1 TERAPIA OCUPACIONAL REFLEXOS DA HISTÓRIA .....	15
2.2 CIÊNCIA OCUPACIONAL.....	18
2.3 REFLETINDO SOBRE A OCUPAÇÃO .....	20
2.4 EQUILÍBRIO OCUPACIONAL.....	23
<b>3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS</b> .....	<b>26</b>
3.1 TIPO DE ESTUDO .....	26
3.2 ÁREA E POPULAÇÃO DE ESTUDO .....	26
3.3 COLETA DE DADOS.....	26
3.4 ANÁLISE DOS DADOS.....	27
3.5 CONSIDERAÇÕES ÉTICAS .....	28
<b>4. RESULTADOS E DISCUSSÃO</b> .....	<b>29</b>
4.1 PERFIL SOCIOECONÔMICO .....	29
4.2 EDUCAÇÃO .....	32
4.3 ORGANIZAÇÃO DE TEMPO NO COTIDIANO .....	35
4.4 FALANDO DAS OCUPAÇÕES (GRUPO FOCAL) .....	40
4.4.1 Cotidiano dos Acadêmicos .....	40
4.4.2 Educação, Significado do curso.....	44
4.4.3 Estratégias para realizar ocupações significativas durante a graduação....	45
4.4.4 Percepção do equilíbrio ocupacional .....	47
4.4.5 Percepção do equilíbrio ocupacional no cuidado com o outro .....	49
<b>5. CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	<b>51</b>
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	<b>54</b>
APÊNDICE A- Perfil Ocupacional .....	62
APÊNDICE B- Perguntas do Grupo Focal .....	69
APÊNDICE C- Termo de Consentimento Livre e Esclarecido .....	62
APÊNDICE D- Termo de Consentimento Livre e Esclarecido do Grupo Focal .....	66

## 1. INTRODUÇÃO

O estudante, ao ingressar na universidade, torna o papel de estudante cada vez mais central em sua vida e começa a adquirir novas responsabilidades referentes à futura profissão escolhida. Essas novas atividades que passa a desempenhar lhe obrigam a refazer suas escolhas e preferências ocupacionais, muitas vezes, tendo que abrir mão de atividades bastante significativas do seu cotidiano. Essas mudanças são ainda mais traumáticas dentro da sociedade moderna e capitalista como a nossa, na qual as pessoas estão vivendo em ritmos cada vez mais acelerados a fim de tornarem-se capacitadas para adentrar no mercado de trabalho, bastante competitivo. Santos et al. (2011), afirmam que durante todo o período da graduação, é requisitado aos graduandos uma maior autonomia para participação em atividades curriculares e extracurriculares, como cursos, congressos, seminários, palestras e outros.

A Resolução CNE/CES (2002), que institui as Diretrizes Curriculares nacional do Curso de Terapia Ocupacional, propõe uma formação generalista com a finalidade de tornar os estudantes capacitados para avaliar, planejar e executar tratamento de indivíduos com problemas e necessidades ocupacionais. A ocupação, de maneira geral, se refere à estar envolvido em um grupo de atividades que tenham significado para a pessoa, compondo o seu cotidiano. As ocupações interferem na vida das pessoas, na forma como utilizam seu tempo, faz parte da sua identidade, seu estilo de vida individual e sociocultural. Podem ser compreendidas como todo envolvimento em atividades, realizado por uma pessoa e que sofrem influência da cultura, contexto socioeconômico e político do local que habitam (POLATAJKO et al., 2007 *apud* MARTINS & GONTIJO, 2011).

O acadêmico de Terapia Ocupacional precisa compreender a relação das ocupações com a saúde e bem estar de um indivíduo ou comunidade, assim como as demandas ocupacionais dentro do contexto que o indivíduo está inserido e as influências que a sociedade possui sobre as ocupações. Precisam entender ainda, as repercussões causadas pela ausência, limitação temporária ou permanente da realização de ocupações que lhe sejam significativas.

O estudante logo irá perceber que ele também faz parte deste contexto, ou seja, ele desempenha muitas ocupações e, em breve, será o terapeuta de indivíduos com problemas ocupacionais, seja devido à doenças (físicas, psicológicas ou emocionais), seja por questões sociais. Entretanto, como esse estudante organiza suas ocupações durante a graduação? Será que apresenta dificuldades para desempenhar algumas ocupações significativas durante o

processo de sua formação? Como ele lida com essas dificuldades? Ele percebe a importância de manter um equilíbrio ocupacional? Essas são perguntas que só podem ser respondidas ouvindo os próprios estudantes. Sem dúvida, durante a formação acadêmica, o estudante irá enxergar as ocupações de uma forma diferenciada e peculiar, vivenciada em sua própria experiência cotidiana.

Nesse sentido, a ciência ocupacional, criada para fundamentar a prática da Terapia Ocupacional, muito tem contribuído para a compreensão da relação entre o engajamento ocupacional e a saúde, e o bem estar e a participação social (YERXA, 1993). Uma das formas de estabelecer estas conexões vem sendo através de estudo do uso de tempo das pessoas. Doimo et al., (2008) afirmam que a informação sobre o uso do tempo possui um grande valor, pois o tempo é um recurso fundamental, não renovável e igualmente compartilhado, uma vez que todos temos vinte quatro horas ao dia. Dessa forma, a medida do uso do tempo pode tornar-se uma unidade internacional, podendo ser usada em diferentes culturas. Segundo Martins & Gontijo (2011), ao tomar conhecimento sobre como as pessoas utilizam seu tempo é possível identificar possíveis riscos à saúde.

Cientistas ocupacionais do Chile estão apontando em suas pesquisas que a boa utilização do tempo pode contribuir no equilíbrio ocupacional, tornando-se um fator positivo para a saúde (DEMITIRYIS et al., 2013; LILLO & CASTRO, 2013).

O equilíbrio ocupacional consiste em uma boa vivência com todas as áreas de ocupação, ou seja, participar de atividades de trabalho, de cuidado consigo e com o outro, de estudo, atividades de lazer, descanso e sono e a participação social. O equilíbrio ocupacional não corresponde à distribuição igualitária de tempo entre as ocupações, mas é importante que exista um momento para cada atividade. O equilíbrio ocupacional implica em uma interdependência dinâmica das atividades de trabalho, lazer e descanso, por exemplo, tendo relação com valores internos, interesses, metas e demandas externas do meio ambiente (REED & SANDERNO, 1983 *apud* LILLO, 2006).

Segundo a estrutura da prática da Terapia Ocupacional: domínio e processo (AOTA, 2015), criada a fim de tentar uniformizar os conceitos da Terapia Ocupacional, todas as atividades realizada pelo homem são classificadas em oito grandes ocupações, que são: Atividades de Vida Diária, Atividades Instrumentais de Vida diária, Trabalho, Educação, Brincar, Lazer, Descanso e Sono e Participação Social.

Tendo por base estes conceitos, esta pesquisa parte da premissa de que ao longo da graduação, ao engajassem durante grande parte do tempo diário às atividades da formação

profissional, algumas áreas de ocupação tais como lazer, participação social e descanso e sono podem ser deixadas para segundo plano, afetando o equilíbrio ocupacional dos acadêmicos.

O interesse por esse tema surgiu a partir do momento que conheci os conceitos de Terapia Ocupacional a respeito do seu objeto de estudo e trabalho, a ocupação humana, e a vivência como acadêmica, em meio ao processo de formação, com inúmeras exigências que muitas vezes levaram a escolhas cruciais. Parte também, do interesse de conhecer a realidade dos futuros terapeutas ocupacionais e perceber como estamos usando em nossas próprias vidas os conceitos que nortearão nossa prática.

Dessa forma, este estudo tem por objetivo conhecer o engajamento ocupacional dos acadêmicos do curso de Terapia Ocupacional e sua percepção a respeito do equilíbrio ocupacional. Esperando com isso ampliar o olhar da comunidade acadêmica sobre a importância da utilização do tempo para o equilíbrio ocupacional, assim como provocar nos estudantes a reflexão sobre o seu próprio equilíbrio ocupacional, a fim de identificar precocemente sinais de desequilíbrio ocupacional na sua vida. Espera-se, também, que este trabalho produza reflexão sobre o objeto de trabalho da Terapia Ocupacional, contribuindo com a produção de conhecimento e para a sinalização de possíveis necessidades dos graduandos.

O trabalho encontra-se organizado da seguinte maneira: inicialmente, após a introdução, apresentam-se e discutem-se alguns conceitos da Terapia Ocupacional que norteiam e embasam as discussões; em seguida expõe a metodologia utilizada para a coleta e análise dos dados; posteriormente, apresentação e discussão dos dados quanti-qualitativos, apresentando o perfil sociocupacional dos estudantes e suas afirmações sobre o cotidiano e equilíbrio ocupacional; as considerações finais ressaltando pontos importantes apresentados no trabalho; e por fim os apêndices utilizados para realização da pesquisa.

## 2. FUNDAMENTOS TEÓRICOS

### 2.1 TERAPIA OCUPACIONAL REFLEXOS DA HISTÓRIA

Ao conhecer a história da Terapia Ocupacional é possível reconhecer os laços existentes entre o objeto de trabalho e a profissão. De acordo com Gordon (2011, p. 204), “a própria história da Terapia Ocupacional também é a história do desenvolvimento da compreensão científica da ocupação”.

Para Soliani (2012), a história da Terapia Ocupacional começa na Antiguidade, pois, tanto no ocidente como no oriente, já se buscava “ocupar e divertir”, propondo aos enfermos bem estar. No Egito os doentes eram estimulados com música, danças e passeios nos jardins. Os gregos e romanos também adotavam a música e a diversão nos seus templos de tratamento. Entretanto, só na metade do século XVII que Pinel desenvolve uma teoria e método que pode ser considerada a base da Terapia Ocupacional, utilizada para tratamento de doentes mentais, o tratamento moral (FRANCISCO, 2008).

A profissão tem origem dentro de um contexto histórico favorável, no qual os estudos e tendências estavam começando a compreender a saúde não só como um bem estar físico, mas também mental, fazendo a junção corpo e mente. Conforme Cavalcante et al. (2008), a Terapia Ocupacional tem sua origem marcada por uma postura humanista, advinda do interior da Medicina quando se desenvolve a crença da ocupação com poder curativo. A profissão aos poucos conquistou seu espaço por meio da especialização e demonstração do seu trabalho.

Alguns anos mais tarde com o quadro de pós-primeira guerra mundial a profissão sofreu pressões e transição, passou a cuidar dos veteranos de guerra em busca de autonomia financeira e valorização social. E ainda com a necessidade de absorção de incapacitados no mercado de trabalho, a Terapia Ocupacional passou a trabalhar com a reabilitação profissional (SOARES, 2007). Passou assim a enxergar com maior intensidade a disfunção física do que todo o contexto do sujeito, visto que a disfunção física carecia de cuidados mais profundos e atenciosos, para que os heróis de guerras pudessem manter vínculos empregatícios, autonomia e reinserção social.

Para Francisco (2008), a profissão sofreu forte influência no decorrer dos anos 40 da corrente científica denominada reducionismo, que levou a área da saúde a criação de um modelo médico mais centrado no biológico (bioquímica e biofísica). Dickie (2011) revela

que, nos anos de 1930, a profissão se esforçou para se tornar semelhante à profissão médica adotando o paradigma do reducionismo, perdurando até 1970.

Bezerra & Trindade (2013), ressaltam a necessidade de perceber a Terapia Ocupacional como uma prática social ligada ao contexto histórico da sociedade capitalista. Pois, só deste modo é possível perceber que as transformações causadas pelo capital na atualidade exercem influências sobre a profissão, seja no mercado de trabalho, nas demandas postas ao profissional ou na formação acadêmica.

Com essa herança histórica e com a peculiaridade de cada País nos quais a terapia ocupacional estava presente, se dá início a sua formação profissional. Segundo Soares (2007, p. 7):

No Brasil a formação profissional se iniciou por meio de cursos de treinamento em saúde mental, conduzidos pela doutora Nise da Silveira em 1948, depois em reabilitação física em 1956, mas tornou-se curso universitário em 1961, pela lei do Currículo Mínimo, com 3 anos de duração. O reconhecimento da profissão foi promulgado apenas em 1969, juntamente com a Fisioterapia.

Foi por meio do decreto lei n.938, em 13 de outubro de 1969 que a Terapia Ocupacional tornou-se uma profissão regulamentada. Desde então vem se consolidando por meio das políticas vigentes no país.

Segundo Almeida e Mângia (2005), desde a Constituição Federal de 1988, com a implementação do Sistema Único de Saúde (SUS), ficou definido que o SUS iria orientar o processo de formação profissional na área da saúde. Esse marco histórico do nosso país dá um suporte para que os terapeutas ocupacionais possam retornar às suas origens humanitárias, uma vez que procura não mais fragmentar as partes para se obter a solução do problema. O SUS, sistema de saúde pública vigente no Brasil, trabalha sob a óptica da interdisciplinaridade, integralidade e intersetorialidade. Incorpora a compreensão de um conceito mais abrangente da saúde, reconhecendo que a saúde tem como fatores determinantes e condicionantes o meio físico, meio sócio-econômico e cultural (OLIVEIRA; SANTOS, 2013).

Esse novo paradigma amplia o conceito de saúde, dando maior liberdade de estudos aprofundados sobre o cotidiano das pessoas. Tendo o entendimento de que os determinantes sociais de saúde possuem relação direta com sua saúde e bem estar e as ocupações fazem parte de tais determinantes.

Nesse sentido, para a Terapia Ocupacional é coerente com seus princípios trabalhar a partir dessa perspectiva, uma vez que sua atuação compreende a saúde, a esfera social, a educação e cultura. Essa premissa pode ser observada na definição formulada pelo curso de

Terapia Ocupacional da USP- Universidade de São Paulo, em 1997, uma das mais difundidas no Brasil:

[Terapia Ocupacional] É um campo de conhecimento e de intervenção em saúde, educação e na esfera social, reunindo tecnologias orientadas para a emancipação e autonomia das pessoas que, por razões ligadas a problemática específica, físicas, sensoriais, mentais, psicológicas e/ou sociais, apresenta, temporariamente ou definitivamente, dificuldade na inserção e participação na vida social. As intervenções em Terapia Ocupacional dimensionam-se pelo uso da atividade, elemento centralizador e orientador, na construção complexa e contextualizada do processo terapêutico.

Frente a esta complexidade, é cada vez mais presente as discussões sobre as exigências curriculares, uma vez que na atuação este profissional necessita de uma gama de conhecimentos provenientes de várias ciências. Consiste num desafio, construir um currículo flexível com disciplinas horizontais e verticais (DRUMMOND & RODRIGUES, 2004; OLIVER et al., 2011). O acadêmico precisa compreender a importância e o impacto que seu objeto de trabalho (ocupação) tem na vida dos sujeitos, sem dissociá-lo do seu contexto.

Mângia (2012) ressalta que nesse processo de adequação do ensino superior ao SUS, foram estabelecidos 34 aspectos que, no geral definem um perfil profissional diferenciado, generalista, humanista e comprometido com uma visão ampliada do processo saúde-doença e com os processos de inclusão social. O processo de ensino deve estar voltado para a formação contextualizada na realidade nacional e nas políticas públicas.

A Resolução CNE/CES (2002) que institui as Diretrizes Curriculares nacional do curso de Terapia Ocupacional (2002) determina que os projetos pedagógicos dos cursos de Terapia Ocupacional devem ser construídos coletivamente, centrados no aluno como sujeito da aprendizagem e apoiados no professor como facilitador e mediador do processo ensino-aprendizagem. Este projeto pedagógico deverá buscar a formação integral e adequada do estudante através de uma articulação entre o ensino, a pesquisa e a extensão/assistência. Indicando assim, que durante a graduação o estudante precisa se engajar em projetos de extensão, pesquisa e monitoria, exigindo do aluno um grande envolvimento com a sua formação (educação) e os professores serão facilitadores do aprendizado profissional.

O curso de Terapia Ocupacional da Universidade Federal da Paraíba (UFPB) possui um currículo que contempla disciplinas biológicas, sociais, educacionais e da ética profissional, promovendo o conhecimento do acadêmico e proporcionando a aquisição de habilidades para atuar nas áreas de Saúde, Educação e Social (SILVA et al., 2014).

O projeto político pedagógico do curso de Terapia Ocupacional da UFPB (2009) prevê um curso diurno (integral), com duração mínima de 08 e máxima de 12 períodos letivos, no qual o graduando deverá se matricular em no mínimo 20 créditos por semestre e no máximo

33. Apresenta conteúdos básicos profissionais, de formação social e humana, de formação profissionalizante, estágios curriculares, complementares obrigatórios, complementares optativos e complementares flexíveis. Os conteúdos complementares flexíveis são formados por: atividades de monitoria; atividades de pesquisa; atividades de extensão e outros programas acadêmicos; Outras atividades tais como: participação em simpósios, congressos, etc. (RESOLUÇÃO COORDTO/CCS N° 01/2011). Esse fluxograma exige do graduando muitas horas de dedicação aos estudos ao longo da semana e uma adaptação às obrigatoriedades da vida acadêmica que diferem das vivenciadas anteriormente no ensino médio. No decorrer da graduação de Terapia Ocupacional o acadêmico é estimulado a compreender e a praticar a futura profissão, buscando observar todas as interfaces do sujeito e analisar suas demandas ocupacionais.

Seguindo o processo de construção histórica da profissão nos últimos anos é crescente, entre os profissionais de Terapia Ocupacional, a dedicação em sistematizar os impactos da ocupação na vida e na saúde das pessoas a fim de desenvolver e fortalecer um referencial teórico próprio, que fundamente a prática da Terapia Ocupacional. É nesse sentido que a Ciência Ocupacional vem avançando.

## 2.2 CIÊNCIA OCUPACIONAL

Segundo Magalhães (2013), foi com intenção de construir uma Terapia Ocupacional rigorosa com o trato do seu objeto de trabalho, a ocupação humana, que a americana Elizabeth Yerxa, propôs no início dos anos 90, a criação da ciência ocupacional. Segundo Yerxa (1993), a ciência ocupacional seria uma disciplina básica dedicada ao estudo do homem como ser ocupacional.

A Ciência ocupacional se destina a sistematizar o conhecimento sobre as ocupações humanas, principalmente como elas se relacionam com a saúde, bem estar e a participação social. O seu foco não é apenas na atividade em si, pois apresenta uma abordagem mais abrangente tentando compreender como as pessoas vivem e apreendem a vida cotidiana dentro dos contextos cultural, social e história do seu mundo em essência (CLARK; LAWLOR, 2011). Magalhães (2013) afirma que a compreensão da ocupação humana e seus condicionantes sociais, econômicos, culturais, políticos, etc., é o principal objeto da recém-criada ciência ocupacional.

As autora Clark e Lawlor (2011), ainda afirmam que a ciência ocupacional é fundamentada nas ciências sociais interdisciplinares, tendo inter-relação sustentada por diversas disciplinas, incluindo a Antropologia, Filosofia, Psicologia e a Sociologia. Dessa forma, a ciência ocupacional se esforça para gerar novas compreensões teóricas das dimensões ocupacional, social, cultural, política e histórica da participação da vida cotidiana, principalmente saúde e bem estar. Yerxa (1993) relata que a junção com essas outras ciências só é possível porque elas possuem uma visão diferenciada do homem, assim como a Terapia Ocupacional, buscando compreender o potencial humano e não suas deficiências e limitações como as ciências físicas e naturais.

Araújo et al (2010), acreditam que a aproximação de conhecimentos de áreas distintas contribuam com o favorecimento de um desenvolvimento no sentido multidimensional e complexo sobre as ocupações, permitindo o surgimento de uma ciência própria e focada no seu objeto. A ciência ocupacional, nesse contexto, se apresenta como uma disciplina emergente com valores a contribuir com a profissão da Terapia Ocupacional. Clark e Lawlor (2011), também ressaltam que, mesmo sendo uma ciência jovem, a Ciência Ocupacional apresenta uma expansão científica com formação de mestres e doutores e vários trabalhos acadêmicos, comandando de maneira geral, a interseção das disciplinas acadêmicas às práticas profissionais. Colocando assim, a ciência ocupacional como facilitadora da aplicação ou na tradução de novos conhecimentos e teorias que solucionem com eficácia problemas do mundo real.

Essa evidência aponta para a importância de pesquisas tendo como embasamento teórico a ciência ocupacional em países como o Brasil, que apresenta uma gama de culturas diferentes e grande acervo de ocupações. Além de inserir no cenário internacional as experiências vivenciadas neste território, fomentando a prática profissional e fortalecendo a Ciência Ocupacional. Clark e Lawlor (2011) acreditam que estudos sobre o impacto da ocupação na saúde dos indivíduos, comunidades e cenário global podem resultar na ampliação do escopo da prática da Terapia Ocupacional, assim como na valorização de conhecimento significativo sobre as ocupações. Araújo et al. (2010) revelam que esses estudos poderão ajudar a identificar a forma, a função e o significado das ocupações, assim como gerar significado através das ocupações. Os autores ainda alertam que o conceito de ocupação é tratado individualmente e coletivamente.

Torna-se assim, um desafio o desenvolvimento de pesquisas qualitativas para compreender o significado que cada indivíduo atribui à suas ocupações e como seria pensada de forma coletiva.

A Ciência Ocupacional como disciplina acadêmica está voltada para estudos da forma, função e significado da ocupação humana. Ao estudar a forma de uma ocupação os cientistas ocupacionais focalizam apenas nos aspectos observáveis da ocupação; ao estudar a função se direcionam a conhecer a serventia da ocupação e ao estudar o significado, os cientistas ocupacionais investigam quão as ocupações são importantes e significativas e influenciam no seu desempenho ocupacional (CLARK et al., 2002).

Desse modo, a Ciência Ocupacional procura contemplar em seus estudos todas as dimensões da ocupação humana e conseqüentemente fortalecer o suporte teórico da profissão da Terapia Ocupacional.

### 2.3 REFLETINDO SOBRE A OCUPAÇÃO

O homem é um ser ocupacional e, por esse motivo, está o tempo inteiro envolvido em atividades. Tais engajamentos ocupacionais constroem seu cotidiano e ajudam a construir sua identidade.

De acordo com o dicionário da língua portuguesa, ocupação significa estar ocupado, se instalar, emprego ou profissão (FERREIRA, 1999), definindo que ocupação é estar envolvido em uma atividade. Entretanto, refletir sobre a ocupação vai para além de uma definição simples, pois ela é complexa e possui uma dimensão ampla. Wilcock (1999) define a ocupação como sendo complexa, resumindo assim que a ocupação é a síntese do fazer, ser e tornar-se, acredita ainda que a ocupação tem relação com a saúde.

Conforme Dickie (2011), os profissionais de Terapia Ocupacional precisam basear seu trabalho na plena compreensão da ocupação e seu papel na saúde, mas afirma que para tal não é apenas obter uma definição fácil. Definir o termo ocupação consiste em um ponto desafiador para os terapeutas ocupacionais, uma vez que faz parte da linguagem comum e tem um significado amplo que não consegue ser controlado pela profissão. Dessa forma, os terapeutas ocupacionais também fazem uso de outras palavras, como, atividade, tarefa, ação, trabalho dentre outras. Para Lima et al. (2011), a ocupação juntamente com as atividades e as ações estão no centro da busca da definição teórica da Terapia Ocupacional, sendo esta seu objeto de estudo e trabalho, para promover autonomia e bem estar nos seus clientes.

Essas discussões revelam que os terapeutas ocupacionais utilizam de sinônimos do fazer humano em sua prática, já que se encontram diante de uma pluralidade de definições e

compreensões. Com a finalidade de unificar os conceitos da Terapia Ocupacional, a *Estrutura e Prática da Terapia Ocupacional* (AOTA, 2015, p.6) define:

O termo *ocupação*, conforme utilizado na *Estrutura* refere-se às atividades de vida diária nas quais as pessoas se envolvem. Ocupações ocorrem em contexto e são influenciadas pela interação entre fatores de clientes, habilidades de desempenho e padrões de desempenho. Ocupações ocorrem ao longo do tempo; têm um propósito, significado e utilidade percebida pelo cliente.

As ocupações são atividades que as pessoas se envolvem diariamente, acontecem em um período de tempo e cada pessoa compreende de forma particular sua utilidade, significado e propósito.

Nesse ponto a discussão da Ciência Ocupacional poderá enriquecer cada vez mais esses conceitos e defender que o termo ocupação continue a ser utilizado pela profissão, observando para além dos padrões da ocupação, buscando a essência da ocupação como seu significado, forma e função.

Yerxa (1993), uma das fundadoras da Ciência Ocupacional, define as ocupações como unidades de atividade que são determinadas e classificadas pela cultura com finalidade de servirem na capacitação das pessoas para satisfazer o sucesso dos desafios ambientais. A autora ainda aborda que as ocupações possuem algumas características essenciais, são elas: autoiniciada, ou seja, direcionada para atingir uma meta; experimental, bem como comportamental, para que seja socialmente valorizada ou reconhecida; organizada; constituem um repertório de habilidade de adaptação; possui a capacidade de influenciar a saúde; e é essencial para a qualidade de vida experimentada.

Para Costa et al. (2013), segundo a ciência da ocupação, as atividades são inerentes ao sujeito e é pela sua prática que a pessoa satisfaz necessidades e desejos, procurando um resultado previamente estabelecido. O significado que cada um atribui às suas atividades, no entanto, é singular, implicado nas interpretações pessoais do sujeito. Os autores ainda acrescentam que ocupar-se é, para o homem, uma necessidade fundamental, de manutenção do equilíbrio do corpo através do ritmo de trabalho, descanso, lazer e sono. Lillo (2006) corrobora com esse entendimento ao relatar em seu trabalho que o mais importante do fazer, do ponto de vista dos cientistas ocupacionais e terapeutas ocupacionais, é que as atividades executadas por uma pessoa têm significado único para a mesma, porque implica em uma interpretação pessoal.

Segundo Salles & Matsukura (2013), a Terapia Ocupacional se interessa pelas atividades realizadas pelos indivíduos, sendo elas desempenhadas no cotidiano, no dia a dia. É

a partir do engajamento em atividades que os sujeitos se relacionam entre si, vivenciam sua cultura, participam da vida produtiva da sociedade.

Dessa forma, os terapeutas ocupacionais têm procurado estudar o cotidiano das pessoas com o objetivo de compreender melhor o campo da Terapia Ocupacional, buscando entender as ocupações que as pessoas estão envolvidas, quais são seus significados, como usam o tempo, se o contexto social facilita ou dificulta o engajamento das pessoas em diferentes ocupações, tendo assim a visão de como as pessoas constroem seu cotidiano.

O domínio e processo da Terapia Ocupacional organizou todas as ocupações em oito grandes áreas, sendo elas: atividade de vida diária, atividade instrumental de vida diária, trabalho, educação, participação social, lazer, descanso e sono e brincar ( AOTA, 2015). Essa classificação não engessa o lugar que cada ocupação tem dentro da vida das pessoas, apenas tentam elencar todas as atividades realizadas dentro de uma estrutura, mas quem pode relatar como classifica uma ocupação é a pessoa que a realiza. Por exemplo, a atividade de jardinagem para uma pessoa pode ser trabalho, já para outra pode ser uma atividade de lazer e outro pode estar aprendendo várias maneiras de cultivar as plantas e encarar como educação.

Para Hagedorn (2007), muitas ocupações podem ser desempenhadas em contextos diferentes, por exemplo, contexto de trabalho, ou do auto cuidado, ou do lazer, mas poucas são restritas a uma das classificações. Ainda segundo a mesma autora, a ocupação é uma forma organizada do comportamento humano que tem um nome e um papel associados. Os papéis sociais ocupados pelos indivíduos pressupõem que a pessoa tenha que alcançar o status e superar as expectativas que a comunidade espera ao realizar as ocupações.

Nesse processo de engajamento em ocupações é importante levar em consideração também, a condição socioeconômica das pessoas. Segundo Britto e Joaquim (2013, p. 459):

As atividades humanas ocorrem em um contexto de desigualdade não somente econômica, na medida em que existem déficits de capitais culturais que podem, por exemplo, influenciar no acesso a bens simbólicos. As ações humanas estão localizadas em grupos sociais distintos que nos descrevem posições privilegiadas ou não privilegiadas de indivíduos e grupos conforme o acúmulo e composição desses capitais na trajetória da vida. Portanto, falar de atividade como instrumento ou recurso da Terapia Ocupacional é associá-la ao espaço social multidimensional na qual está inscrita.

Assim, a posição social que uma pessoa se encontra pode influenciar nas suas escolhas ocupacionais, ou até mesmo limitar o seu leque de possibilidades ocupacionais, ou ainda pode ocasionar déficits em alguma área de ocupação, como por exemplo, a educação, se a pessoa não possui uma boa base irá repercutir durante toda a sua vida.

Sabe-se também que as ocupações podem levar o indivíduo a terem problemas de saúde. “As escolhas ocupacionais pessoais e da sociedade podem ter consequências boas ou más”

(DICKIE, 2011 p.19). Escolhas essas que em alguns momentos da vida as pessoas não possuem e se engajam em atividades por necessidade.

Na sociedade ocidental atual, onde se exige cada vez mais competências e habilidades, e uma supervalorização de bens materiais e títulos, é bem sabido que a vida acontece cada dia mais em ritmos acelerados. Essas escolhas que estão sendo tomadas podem prejudicar a saúde.

## 2.4 EQUILÍBRIO OCUPACIONAL

Desempenhamos inúmeras ocupações cotidianamente, tornando-se necessário que o tempo seja usado de forma equilibrada, de modo a satisfazer as necessidades, desejos e interesses, evitando desgastes físicos e mentais.

O termo equilíbrio ocupacional é mais utilizado na literatura internacional, através de discussões e contribuições da ciência ocupacional. Suas reflexões, aos poucos estão adentrando o Brasil, por suas importantes indagações da melhor maneira de estudar e observar o modo de vida cotidiano das pessoas, destacando a percepção da mesma (MARTINS; GONTIJO, 2007; AOTA, 2015). De acordo com a AOTA (2015, p. 6), “as ocupações podem contribuir para um estilo de vida bem equilibrado e totalmente funcional, assim como para um estilo de vida que está em desequilíbrio e caracterizado por disfunção ocupacional”.

Segundo Martins & Gontijo (2007), os sujeitos devem ter um conjunto de ocupações associando trabalho, descanso e lazer, que precisam estar equilibradas para que haja uma experiência saudável de vida. Entretanto, para Anaby et al., (2010), o equilíbrio ocupacional envolve o balanceamento de todas as áreas de ocupação, não apenas trabalho e descanso, de maneira que os sujeitos encontrem seu próprio equilíbrio em atividades como socialização e aprendizagem, por exemplo.

Cada sujeito possui seu ritmo e forma particular de organizar seu cotidiano, guiado pelos seus interesses e o significado das suas ocupações. Segundo Lillo & Castro (2013), geralmente as pessoas procuram organizar sua rotina diária, buscando um ritmo que alcance o máximo de harmonia no comportamento ocupacional. Essa rotina é influenciada por diversos fatores, tais como: condição psicomotora, geografia do local que habita e, especialmente, o contexto sociocultural. As pessoas estabelecem escolhas para atingir essa harmonia mutável ao longo dos anos, de acordo com suas responsabilidades (familiares, educacionais ou profissionais, dentre outros).

O indivíduo, ao crescer, aprende a interpretar os sinais temporais usados em sua sociedade e a orientar sua conduta em função deles (ELIAS, 1998). Segundo Elias (1998), o tempo tem funções precisas que podem ser modificadas de acordo com o desenvolvimento da sociedade. Nos dias atuais o tempo é um instrumento de orientação imprescindível para que o homem consiga executar inúmeras tarefas.

De acordo com Hagedorn (2007), os terapeutas ocupacionais acreditam que o equilíbrio ocupacional seja promovido quando o indivíduo tem o engajamento em um variado repertório de atividades e ocupações incluindo lazer, trabalho e auto cuidado e atividades de cunho espiritual, intercalando com períodos de descanso e sono. Para a autora o papel do terapeuta ocupacional é introduzir a ideia de um equilíbrio e facilitar novas experiências aos seus clientes apresentando maneiras de organização de tempo e energia. Não existindo um padrão perfeito, ou fórmula; de maneira individual o sujeito precisa descobrir o que melhor se adéqua a suas necessidades pessoais.

A partir das informações obtidas sob a óptica do uso do tempo, é possível descrever o estilo de vida de uma população, quais seus interesses e se estão concentrando seu tempo em atividades específicas, dessa forma, priorizando algumas áreas de ocupação mais que outras (DOIMO et al., 2008).

Lillo e Castro (2013, p. 66), em sua pesquisa sobre a organização de tempo dos estudantes de Terapia Ocupacional afirmam que estudos como este apresentam uma grande relevância;

(...)porque é possível estabelecer um quadro conceitual das rotinas organizadas em tempo, tem relação com a saúde e bem estar; os Terapeutas Ocupacionais é um dos profissionais que estudam os padrões ocupacionais das pessoas com intuito de identificar as características que contribuem para sua saúde e bem estar; continuamente os Terapeutas Ocupacionais alertam seus clientes a estabelecerem e seguirem uma rotina apropriada e efetiva, sendo necessário o profissional estudar mais aprofundado o significado da rotina através do tempo e como combina essas ocupações ao longo da vida.

As autoras indicam assim, o quanto é essencial que os Terapeutas Ocupacionais conheçam o engajamento ocupacional de seus clientes e que o uso de seu tempo no cotidiano precisa ser bem explorado.

As autoras ainda relatam que o objetivo de seu trabalho estaria em conhecer o significado que as pessoas dão às suas ocupações, pois se organizam no tempo e no espaço, e ao realizar uma ocupação prazerosa parece que o tempo passa mais rápido, enquanto ao realizar uma atividade obrigatória acontece o contrário. Assim, o interesse em estudar o equilíbrio ocupacional vai além de conhecer o tempo que uma pessoa passa envolvida em uma ocupação, mas sim o quão importante para ela é a realização de tais atividades. Para

Demitryis et al., (2013), as ocupações significativas tem potencial sinérgico e apontam estados de saúde e bem estar.

Lillo (2006, p. 66) alerta para os pontos que devem ser observados na organização de uma rotina equilibrada, entre os fatores internos e externos:

En resumen, para organizar las actividades en forma equilibrada deben considerarse factores externos como son los del medio ambiente, tales como obligaciones familiares o sociales, el grado de participación de otros ya sea como colaboradores o como dependientes y las características del medio ambiente en que debemos actuar, que puede ser facilitador o ponernos barreras. También debemos considerar factores internos o personales tales como interés, capacidad de trabajo, tolerancia, metas auto propuestas; además de edad, sexo, raza. Como es lógico suponer todo lo anterior nos impone necesidades y obligaciones diferentes y cambiantes que no siempre podemos manejar en forma apropiada.

São vários os fatores, sejam eles internos ou externos que conduzem as escolhas e o envolvimento em ocupações. Estudar o engajamento ocupacional dos estudantes de Terapia Ocupacional torna-se um fator medidor de saúde, bem estar e verificação da utilização dos conceitos estudados pelos mesmos. Durante a graduação o estudante aprende a importância do equilíbrio ocupacional na vida das pessoas, para utilizarem na sua vida pessoal e na sua prática profissional. Para Cruz e Campos (2004), “dar voz aos alunos” tem sido usado como estratégia para a compreensão de como se encontra o processo de formação profissional e ainda oferece uma aproximação maior da dialética do ensino e aprendizagem.

Os estudos sobre o equilíbrio ocupacional necessitam de maior sustento teórico e evidências empíricas produzidas em diferentes contextos ocupacionais socioculturais. É observável a vida acontecendo em ritmos cada vez mais acelerados, com surgimento de mais demandas, gerando tensões com efeito acumulativo na saúde, evidenciando o estresse como uma realidade da sociedade atual. As cobranças diárias se associam ao desequilíbrio ocupacional, quando as exigências ultrapassam os recursos pessoais e contextuais, muitas vezes obrigam a pessoa a fazer ajustes e adaptações ocupacionais. Geralmente o desequilíbrio ocupacional aparece quando as pessoas não possuem controle e capacidade de tomar decisões como em situação de trabalho e estudo, que podem levar a sobrecarga incessante das rotinas diárias (DEMITRIS et al., 2013).

Por isso, estamos sujeitos todo tempo ao desequilíbrio ocupacional ocasionando desgastes físico, mental e emocional gerados pelo estresse. Entretanto, é indispensável constante reflexão e estudos para que possam ser apontadas estratégias de enfrentamento a este fato nocivo à saúde e bem estar.

### **3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

#### **3.1 TIPO DE ESTUDO**

Trata-se de um estudo transversal, de caráter exploratório e descritivo, de abordagem quali-quantitativo. De acordo com Bastos & Duquia (2007), os estudos transversais consistem em uma ferramenta de grande utilidade para a descrição de características da população, para a identificação de grupos de risco e para a ação e o planejamento em saúde. Desta forma, a pesquisa transversal favorece o cumprimento do objetivo do presente trabalho em conhecer o engajamento ocupacional dos estudantes de Terapia Ocupacional.

#### **3.2 ÁREA E POPULAÇÃO DE ESTUDO**

A coleta foi realizada na Universidade Federal da Paraíba no departamento de Terapia Ocupacional, com os graduandos do curso de Terapia Ocupacional, regularmente matriculados em todos os oito períodos do curso. Participando da pesquisa 52,6% dos acadêmicos do curso de Terapia Ocupacional, totalizando 110 alunos participantes da pesquisa.

#### **3.3 COLETA DE DADOS**

Esse estudo foi realizado por duas acadêmicas do Grupo de pesquisa “Ocupação, saúde e utilização de tempo”. Uma discente ficou responsável por investigar as questões relacionadas a uma área de ocupação específica, descanso e sono, com o objetivo de analisar a qualidade do sono e sua influência no desempenho ocupacional de estudantes universitário. A autora deste trabalho ficou responsável por conhecer e descrever o engajamento ocupacional e a percepção dos acadêmicos sobre o equilíbrio ocupacional.

Inicialmente as salas de aula foram visitadas para que os universitários tomassem conhecimento da pesquisa. Nesse momento os interessados disponibilizaram seus endereços de e-mails pessoais e da sua turma, para que fosse enviado o questionário eletrônico.

A pesquisa foi realizada em duas etapas. A primeira etapa consta na aplicação de um questionário eletrônico construído no Google docs. O questionário apresenta questões abertas e fechadas e foi dividido em três partes: 1. Perfil sócio ocupacional dos acadêmicos; 2. Organização do cotidiano e utilização do tempo para as atividades; 3. Descanso e sono (Apêndice A). As partes utilizadas nesta pesquisa foram a 1 e a 2. O questionário foi aplicado via internet pelos emails pessoais e das turmas de Terapia Ocupacional da UFPB e devido à baixa adesão, foi ampliado para a rede social facebook, especificamente no grupo de Terapia Ocupacional da UFPB. Enviado no período de maio à junho de 2015.

A segunda etapa consta da realização de um grupo focal (Apêndice B), que buscou aprofundar o entendimento do cotidiano dos acadêmicos, a organização do cotidiano destes e suas percepções a respeito do equilíbrio ocupacional na vida acadêmica e como futuro profissional. Segundo Ressel et al.,(2008) grupo focal são grupos de discussões e diálogos que facilita a troca e a interação entre os participantes para exporem suas concepções a respeito de um determinado assunto.

O grupo focal foi realizado no dia 22 de maio no prédio de Terapia Ocupacional da UFPB, e teve a duração de aproximadamente duas horas. Foi realizada uma escolha aleatória simples com as pessoas que tinha interesse e disponibilidade de participar dessa fase da pesquisa. Participaram 8 acadêmicos de diversos períodos sendo: 1 do primeiro, 1 do terceiro, 2 do quinto, 2 do sexto, 1 do sétimo e 1 do oitavo. As pessoas convidadas a participarem do 2º período e 4º não puderam participar do encontro.

### 3.4 ANÁLISE DOS DADOS

Todos os dados coletados por meio do questionário foram processados através do Microsoft Excel 2013 que permitiu conhecer as médias e frequências dos dados encontrados e através da própria plataforma do Google docs que gera um banco de dados.

Quanto aos dados coletados do grupo focal, foi realizada uma análise de conteúdo que, de acordo com Minayo (2010 p. 303), “diz respeito a técnicas de pesquisa que permitem tornar replicáveis e válidas inferências sobre dados de um determinado contexto, por meio de procedimentos especializados e científicos”.

Na análise de conteúdo é necessária a criação de categorias semânticas relacionadas ao objeto de pesquisa. As inferências obtidas a partir das categorias serão responsáveis pela

identificação das questões relevantes contidas no conteúdo das mensagens (MEIRELES; CENDON, 2010).

Deste modo, o conteúdo do grupo focal foi categorizado e foram apresentados os pontos mais relevantes identificados nas falas dos estudantes.

A pesquisa tem por embasamento teórico a ciência ocupacional, compreendendo o homem como um ser ocupacional (YERXA, 1993), e procura entender como os estudantes usam seu tempo e o impacto que as ocupações têm nas suas vidas.

### 3.5 CONSIDERAÇÕES ÉTICAS

Informamos que essa pesquisa foi autorizada pelo Comitê de Ética do Centro de Ciências da Saúde – CCS da UFPB sob o nº 0608/14 CAAE: 38381114.7.0000.5188. E que de acordo com a Resolução nº466 de 12 de novembro de 2012 da CONEP/MS, a pesquisa oferece riscos mínimos como qualquer pesquisa que apresenta questionários e/ou entrevistas, mas que não são nocivos para a saúde.

Apresentamos o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (APÊNDICE C e D) e solicitamos a colaboração dos estudantes para o estudo, como também sua autorização para apresentar os resultados deste estudo em eventos da área de saúde e publicar em revista científica.

## 4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

### 4.1 PERFIL SOCIOECONÔMICO

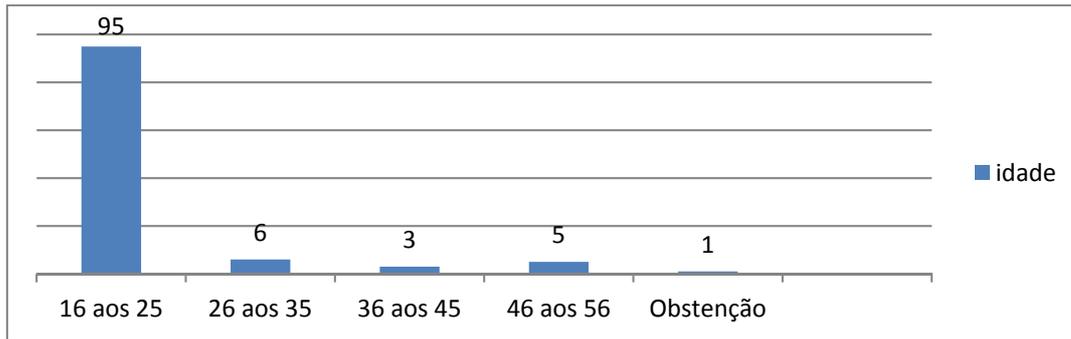
Foram obtidas 110 respostas do questionário semi estruturado de todos os oito períodos do curso de Terapia Ocupacional da UFPB, distribuídos entre os períodos. Constituído por 18,2% do 1º período; 16,4% do 2º período; 10% do 3º período; 9,1% do 4º período; 14,5% do 5º período; 6,4% do 6º período; 11,8% do 7º período e 13,6% do 8º período.

A maioria dos participantes é do sexo feminino, 85 % (n= 93), e 15% (n=17) do sexo masculino. Nas últimas pesquisas realizadas pelo Exame Nacional de Desempenho dos Estudantes (ENADE) constatou-se que a maior parte dos graduandos dos cursos de Terapia Ocupacional no Brasil é do sexo feminino, que em 2004 representava 94,2% dos concluintes dos cursos, e em 2010, foi de 92,9% (BRASIL 2004; BRASIL 2010). Nardelli et al. (2013), em pesquisa com 124 ingressantes na área da saúde, verificaram que 89% era do sexo feminino. A pesquisa realizada pela Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições Federais de Ensino Superior (ANDIFES) (2011) identificou que as mulheres são predominantes nas Universidades Federais, representando 53,5% dos graduandos.

Estes dados revelam que as mulheres representam a maioria dos estudantes não só da Terapia Ocupacional, mas que elas também representam um percentual elevado dentro dos cursos da saúde e ainda se destaca sendo maioria dos universitários de Instituições de Ensino Superior no Brasil.

Os estudantes apresentaram idades que variaram entre 16 e 56 anos, como pode ser observado no gráfico abaixo (gráfico1). O estado civil de 88% (n=97) é de solteiros, 10% (n=11) casados. Constata-se que 10% dos discentes têm filhos.

**Gráfico 1.** Distribuição do número de alunos segundo a faixa etária - UFPB, 2015.

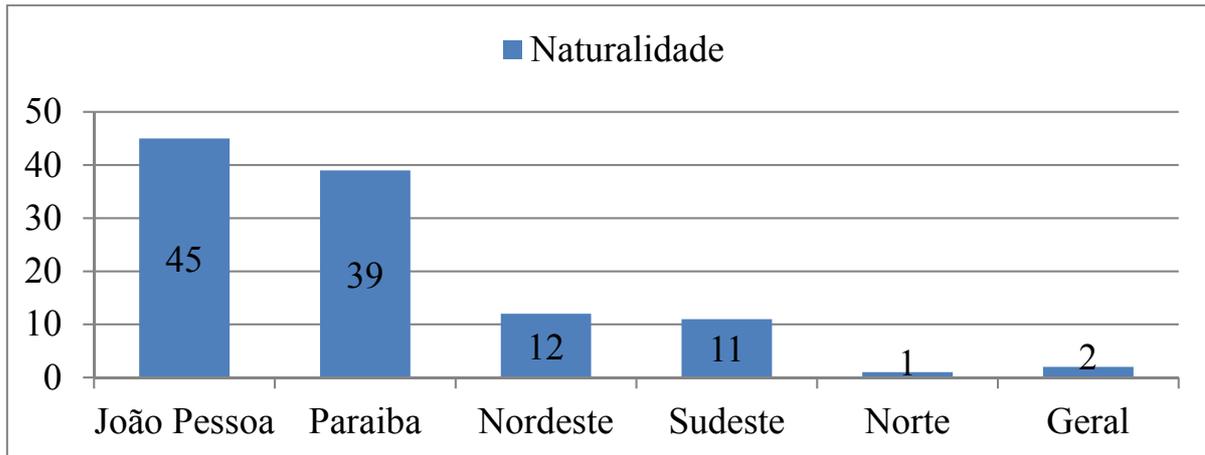


**FONTE:** Dados da pesquisa, 2015.

Os dados aqui encontrados corroboram com a pesquisa da ANDIFES (2011), que constatou que 75% dos estudantes universitários são jovens na faixa etária de até 24 anos e 86,6% com estado civil solteiro. Nardelli et al. (2013) também identificou que estudantes ingressos na área da saúde possuíam média de idade de 18 anos (34%), com estado civil solteiro (97,6%). Também o ENADE de 2004 e 2010, comprova que as idades dos acadêmicos de Terapia Ocupacional no Brasil, nessas datas, eram em de sua maioria de até 25 anos (BRASIL 2004; BRASIL 2010). Esses dados apontam o reflexo de uma sociedade cada vez mais produtiva e acelerada, demonstrada pela presença de adolescentes no ensino superior. Entretanto, é possível observar a presença de pessoas com idades mais avançadas, mesmo em pequeno número, que conseguiram agora adentrar na universidade ou ingressar na segunda graduação. Ainda é possível relacionar o estado civil com a pouca idade.

Quanto à naturalidade, 41% dos estudantes são de João Pessoa, enquanto 38% são procedentes do interior do estado, como demonstra o gráfico abaixo (gráfico 2), evidencia que maior parte dos estudantes é vinda de outras cidades e/ou estados. Nardelli et al. (2013), observou que a maioria dos universitários ingressantes da área da saúde da universidade do triângulo mineiro era advinda de outras cidades. Esse fato se dá pela distribuição das Universidades públicas que atualmente encontram-se geralmente na capital e algumas cidades do interior do estado. Observando a especificidade do curso de Terapia Ocupacional segundo ENADE (2010), as Instituições de Ensino Superior públicas que ofereciam o curso eram no total de 14, dentre elas apenas duas situadas na região nordeste.

**Gráfico 2.** Distribuição dos alunos segundo a procedência UFPB, em 2015.



FONTE: Dados da pesquisa, 2015.

Na análise da renda familiar, apenas 92 pessoas responderam a essa questão, desses 65% possui renda igual ou inferior a três salários mínimos. Em pesquisa realizada pela ANDIFES (2011), sobre o perfil socioeconômico e cultural dos estudantes de graduação das universidades federais brasileiras, também se observou que 44% dos discentes pertencem às classes C, D e E, ressaltando que tem um significativo aumento nas regiões norte (69%) e nordeste (52%).

Essas informações em conjunto, a maioria dos estudantes é natural de outras cidades e sobre a renda familiar, apontam para questões que devem ser observadas pela comunidade acadêmica (gestores, docentes, assistência estudantil), no sentido da necessidade de se construir uma rede de apoio para possibilitar ao graduando a continuidade do curso até a sua conclusão. Segundo ANDIFES (2011), esses dados ainda evidenciam o importante papel das políticas de inclusão instaladas dos últimos anos (cotas raciais e de escolas públicas) e de expansão das Universidades Federais na democratização do acesso à universidade pública.

Quando questionados sobre com quem residem 50% (n=55) afirmaram residir com os pais e os outros 50% se dividem entre amigos 16,4% (n=18), parentes 16,4% (n=18) e 17,3% (n=19) com companheiros ou sozinho. Com 55,5% (n=61) morando com três ou mais pessoas e 84,5% (n=93) residindo em João Pessoa. Boa parte dos graduandos (70%) utiliza o transporte coletivo para ir à universidade e 44,5% chega nela em aproximadamente 30 minutos. Esses dados apontam que metade dos estudantes não enfrenta o desafio de saírem de suas casas ao ingressarem na universidade. E mesmo os ingressantes de outras cidades, em grande parte, residem na capital, estando mais próximos da universidade.

Quanto à religião, 54,5% (n=64) se declaram católicos, 30,9% (n=34) evangélicos 13,6% outros (Testemunha de Jeová, Mormo, cristão e sem religião). Demonstrando que a grande maioria dos discentes se sente pertencentes a uma religião.

## 4.2 EDUCAÇÃO

No ensino fundamental 43,6% (n=48) estudaram em escola pública e no ensino médio esse percentual aumentou para 50% (n=55) advindos do ensino público. Do total, 10% dos acadêmicos estão cursando a 2<sup>o</sup> graduação, com sua primeira graduação em cursos da área de educação (n=4), saúde (n=3), comunicação (n=2) ou social (n=1). Quanto à reprovação 18,2% afirmaram ter reprovado em alguma disciplina durante a graduação.

Esses dados evidenciam que as políticas que dão direito às camadas populares ao acesso à universidade estão sendo efetivadas. O desafio é que os alunos concluam os cursos e a compreensão das necessidades desse novo perfil de graduandos. Segundo Britto et al. (2008), os novos alunos que ingressam no ensino superior são oriundos de um segmento social que até recentemente não tinha acesso à universidade e que possivelmente tem limitações no estudo e convivências reduzidas com objetos intelectuais e artísticos da cultura hegemônica. Essa nova realidade exige que a comunidade acadêmica busque inovação nas práticas pedagógicas instituídas, garantindo o ensino e aprendizado de qualidade. De acordo com Cunha & Pinto (2009, p. 586),

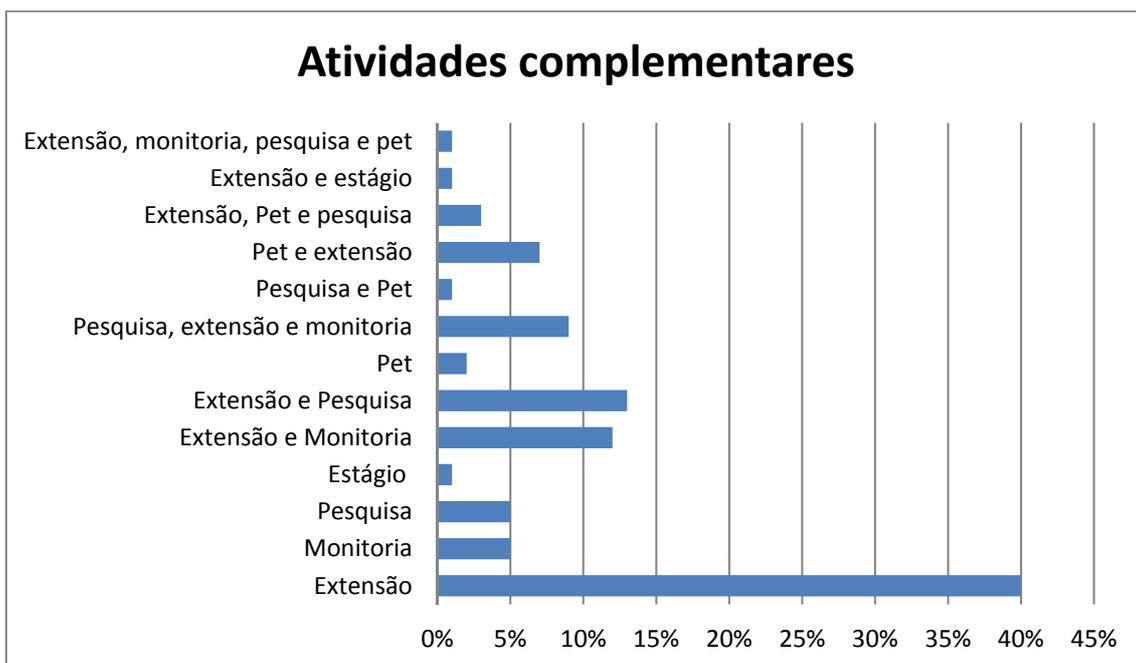
(...) a relação entre a ampliação das oportunidades de educação superior em países em desenvolvimento e a qualidade para ela requerida deve fazer parte das preocupações governamentais e da comunidade acadêmica. Será ela a fundamental medida da adequação das políticas de inclusão e justiça social. Este parece ser um significativo e contemporâneo desafio para que as políticas e estratégias de promoção da qualidade não se constituam em novas formas de reintroduzir a hierarquia e a seletividade nos espaços educacionais, penalizando, mais uma vez, os até então excluídos pelo não alcance dos patamares tradicionalmente previstos.

É nesse contexto atual que se pode apontar que a universidade e as políticas públicas precisam encontrar maneiras de garantir o ensino superior de qualidade, inclusive intensificado a assistência estudantil para dar o suporte na caminhada do graduando rumo a sua qualificação profissional. A comunidade acadêmica precisa motivar seus graduandos a permanecerem no contexto acadêmico procurando aproximar o ensino à realidade social. E ainda garantir o acesso desses estudantes a outros espaços, para além da sala de aula, como projetos de extensão, pesquisa e monitoria, contribuindo para a formação de profissionais éticos e comprometidos com a sociedade.

Por outro lado, os dados apontam que 10% dos graduandos se encontram em sua 2ª graduação, buscando maior qualificação profissional, uma vez que o mercado de trabalho exige cada vez mais conhecimento ou estão em busca de uma nova profissão. Esse encontro pode produzir enriquecedoras trocas de conhecimento e motivação tanto para os que estão cursando a primeira graduação quanto os que estão na segunda.

Em relação às atividades complementares, 67% dos graduandos afirmaram ter participado ou está participando de atividades complementares. Dentre eles destaca-se que 46% participaram de extensão em conjunto com outras atividades tais como monitoria e pesquisa e 40% apenas de extensão. Como ilustra o gráfico abaixo (gráfico 3).

**Gráfico 3.** Distribuição percentual dos alunos segundo as Atividades complementares que participam ou já participaram UFPB, 2015.



**FONTE:** Dados da pesquisa, 2015.

Os estágios aqui citados são estágios extracurriculares realizados em espaços da própria universidade, na maioria das vezes como assistente administrativo em coordenações de curso ou demais setores da UFPB.

O Programa de Educação para o Trabalho (PET) foi criado pelo Ministério da Educação e Cultura (MEC) com o objetivo de promover a formação ampla e de qualidade acadêmica aos alunos de graduação, estimulando a fixação de valores que reforcem a cidadania e a consciência social de todos os participantes, visando a melhoria dos cursos de graduação

(BRASIL, 2002). Pode-se dizer que o governo vem planejando ações que estimulem a formação global dos universitários, uma vez que programas como o PET envolvem o ensino, pesquisa, extensão e cultura regional.

As monitorias são atividades exercidas por estudantes que já passaram pela disciplina e retornam no papel de auxiliar colegas do curso a avançarem nos assuntos ministrados pelos professores.

As pesquisas são investigações realizadas pelos graduandos com o auxílio de professores e a extensão são atividades geralmente desenvolvidas fora da universidade, em conjunto com a comunidade.

Os dados obtidos nesta pesquisa a respeito das atividades complementares indicam que os professores da UFPB estão comprometidos em gerar oportunidades para seus discentes em pesquisa, extensão, monitoria e PET.

Segundo Albuquerque et al. (2012), a universidade se sustenta em três pilares — ensino, pesquisa e extensão —, que cada vez mais necessitam estar inter-relacionados. Para Seixas et al. (2008) no decorrer da graduação o envolvimento dos estudantes em atividades complementares é imprescindível para o aprimoramento do saber científico que precisa estar integrado com a realidade.

A participação de graduandos em atividades complementares amplia a sua visão, muitas vezes fornecem experiência de trabalho em equipe e multiprofissional e ainda motivam o universitário nos aspectos de observarem a utilidade dos conhecimentos adquiridos em sala de aula para a melhoria de vida de muitas pessoas.

É notória uma elevada participação dos graduandos de Terapia Ocupacional da UFPB em atividades complementares, em especial, nas atividades de extensão seja porque elas oferece maiores oportunidades, seja porque muitas delas são acessíveis aos estudantes desde o primeiro período.

De acordo com Seixas et al. (2008), a extensão é completamente indissociável do ensino e pesquisa, pois se complementam na medida em que fornecem subsídios para pesquisa e campo para o ensino, e principalmente, formam cidadãos. É possível compreender que, mesmo uma atividade se denominando extensão, ela também ensina além dos muros da universidade e traz curiosidades e inquietações que muitas vezes geram pesquisa.

No XI Encontro Nacional de Docentes de Terapia Ocupacional os professores discutiram e refletiram sobre os processos de formação acadêmica e profissional. Segundo Lopes et al. (2008), a academia tem o papel de formar profissionais qualificados tecnicamente e comprometidos politicamente, através de uma participação regional integrada e crítica,

assim, a formação técnica e entendimento político têm se constituído como objetivos dos cursos de graduação existentes no país.

Dessa forma, pode-se evidenciar que as atividades complementares têm ocupado um lugar fundamental na formação profissional. Fomenta um ensino superior de qualidade, formando profissionais investigativos, éticos, comprometidos com as políticas públicas e com um amplo conhecimento e experiências adquiridas durante a graduação. Busca garantir o retorno do investimento realizado pela sociedade na formação de profissionais qualificados pelo ensino público.

Com relação à participação dos estudantes em outra atividade além da universidade, 73,6% responderam que não participam, e, 26,6 % afirmaram que sim. Destes, 4,5% realizam trabalho não remunerado, 5,5% trabalho remunerado e 16,4% outros (dona de casa, atividades voluntárias, esporte, cursos). Dentre esses 44,1% afirmaram que dedica tempo entre 1 a 5 horas com essas atividades, e 29,4% de 6 a 10 horas. Em um curso integral como o de Terapia Ocupacional na UFPB torna-se difícil que, para além das atividades de graduação, as pessoas se engajem em outras atividades fora da universidade, porque o curso em si exige uma grande dedicação de tempo.

#### 4.3 ORGANIZAÇÃO DE TEMPO NO COTIDIANO

A maioria dos graduandos (60,9%) afirmaram que costumam organizar sua rotina. Mas, quando questionados se atualmente acreditam conseguir realizar todas as atividades que necessitam e desejam em tempo hábil, 73% (n =80) responderam que não e 26% (n = 29) afirmaram que sim. Nas suas falas podemos observar a constante falta de tempo.

*“Não, falta tempo para lazer, descanso e para estudar” (Estudante 1º período)*

*“Não, apesar de estar no 4º período ainda não consigo me organizar em todos os afazeres diários, geralmente deixo assuntos acumulados, ou durmo pouco e às vezes devido ao cansaço durmo muito, e mal me alimento.” (Estudante 4º período)*

*“Não, muitas vezes o cansaço não me deixa estudar as matérias da universidade e também meus estudos bíblicos. Sinto cada vez mais a necessidade de fazer uso de medicamentos para otimizar a realização de minhas responsabilidades. Estou meio depressiva por não estar cumprindo o que preciso.” (Estudante 4º período)*

*“Não. Me falta tempo para realizar de modo satisfatório todas as atividades acadêmicas, pois chego bastante cansada da Universidade. Preciso de tempo para descansar e conseguir dar conta de ler e aprender os conteúdos passados. Contudo, muitas vezes meu corpo está tão cansado que vou dormir e não consigo fazer tudo que tenho para fazer*

*para o outro dia. A pergunta que me faço é: Como ser saudável (fisicamente e mentalmente), ter um bom desempenho acadêmico, dormir 8 horas de sono e ao mesmo tempo ainda ter tempo para lazer?” (Estudante 5º período)*

Nessas falas podemos identificar que não é fácil se adaptar ao cotidiano acadêmico, revela também hábitos preocupantes a respeito do cuidado com a saúde podendo gerar doenças físicas e emocionais.

Segundo Leite, Tamayo e Gunther (2003), em uma sociedade ocidental e globalizada com crescentes avanços tecnológicos a maioria das pessoas dedica a maior quantidade de horas procurando ser mais produtivas e eficientes. Os universitários na busca de realizar seus afazeres acadêmicos podem ser tomados por uma sensação de que não tem tempo suficiente para completar seus trabalhos com qualidade. Ou seja, é justamente esse excesso de cobrança por produtividade de maneira perfeita que leva muitos universitários a se encontrarem muitas vezes desanimados e, em alguns momentos, acharem impossível manter uma relação saudável com o cotidiano universitário.

*“Não [realiza as atividades que gostariam e necessita em tempo hábil]. Tive que abdicar de namoro e outras atividades (fazia outro curso a noite, Massoterapia) para dar dedicação exclusiva à Terapia Ocupacional. Os dois primeiros períodos eu tinha outras atividades que atrapalharam meu rendimento, este período, com dedicação total ao curso, e sem muito tempo para outras ocupações, estou melhorando meu desempenho, tive que fazer escolhas”. (Estudante 3º período)*

*“Não realiza as atividades que gostariam e necessita em tempo hábil], pois é muito difícil conciliar ser dona de casa, esposa, mãe, estudante e ainda participar de atividades religiosas que tenho durante a semana e final de semana”. (Estudante 8º período)*

Estas estudantes exemplificaram que não só exercem o papel de discentes, tornando-se uma tarefa difícil ter tempo para conciliar todos os papéis fora da universidade.

Segundo o Domínio e Processo da Terapia Ocupacional (AOTA, 2015) os papéis ocupacionais são conjuntos de comportamentos esperados pela sociedade, moldados pela cultura e contexto. Os papéis ocupacionais ajudam a cumprir a sua identidade percebida e reforça seus valores e crenças.

Dessa forma como vivemos em uma sociedade capitalista, na qual a produtividade é vista como uma virtude especial, culturalmente as pessoas vão esperar que os papéis ocupacionais sejam realizados de forma bastante produtiva, eficaz e em ritmos cada vez mais acelerados. Conseqüentemente cada estudante irá redobrar as cobranças no seu dia a dia, buscando exercer seus papéis ocupacionais de modo a atender às expectativas da sua cultura e seu contexto.

Quanto às alterações no cotidiano após o ingresso na universidade apenas uma pessoa afirmou que não alterou muito e os outros 109 responderam que sim, como citados abaixo:

*“Não muito. Sempre estudei o dia inteiro. A única diferença é que estudo mais”. (Estudante 2º período)*

*“Sim, o cotidiano da faculdade é agitado, e para quem mora fora de casa se torna ainda mais complicado, a vida universitária nos traz uma demanda grande, o horário integral me impossibilita de realizar as ocupações acadêmicas e auto-cuidado com perfeição me tornando limitada. Sinto-me mais estressada, cansada, irritada, e sonolenta, e creio que isso também interferiu em minha memória”. (Estudante 4º período)*

*“Sim, desde que entrei na universidade, falta tempo para dormir. Acrescentou estresse, impaciência e cansaço em meus dias”. (Estudante 4º período)*

*“Sem dúvida. Eu morava em outra cidade, tinha um contexto totalmente diferente do que encontrei aqui, convivia com outras pessoas (mais próximas), tinha uma rotina totalmente diferente”. (Estudante 5º período)*

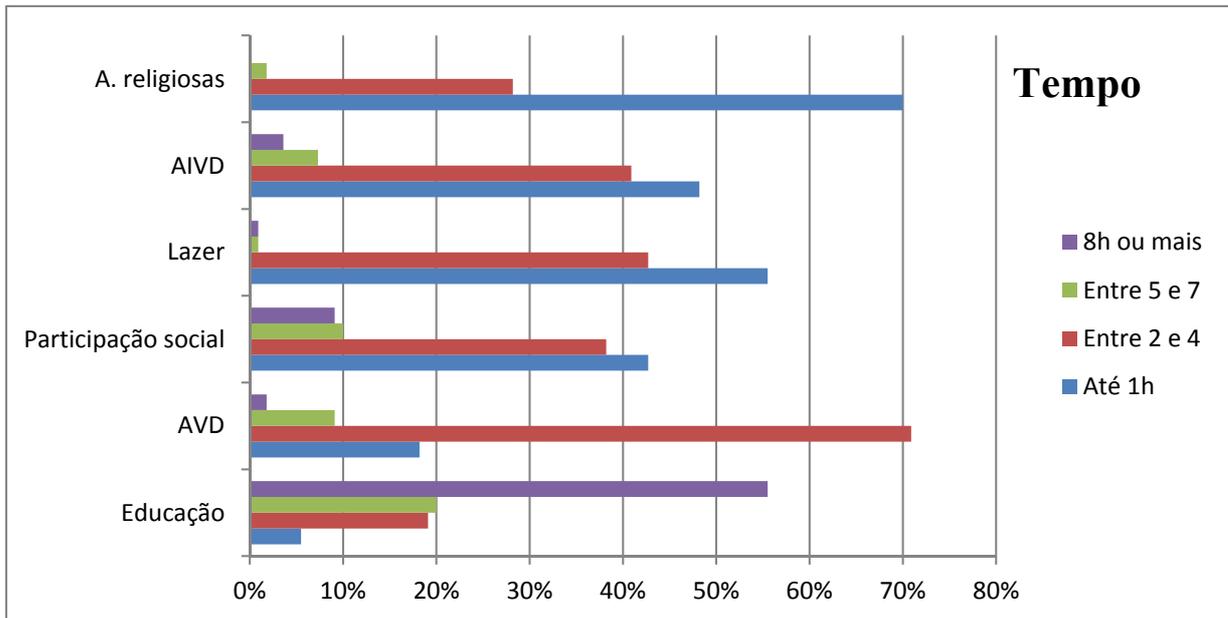
*“Sim, Atualmente as atividades da universidade resume minha vida. Larguei muitas outras para ficar só com as da universidade. Ainda não compareço em atividades da família e amigos por conta dos meus compromissos com a universidade”. (Estudante 8º período)*

*“Sim, mudou bastante. O curso ser integral e não ter horários fixos todos os semestres, são um dos motivos que causam modificação da rotina, pois tenho que me readaptar aos horários da universidade e tentar conciliar com os meus todo semestre”. (Estudante 8º período)*

Nota-se que os estudantes que saíram da casa dos seus pais são obrigados a assumir, além das responsabilidades de universitário, a responsabilidade de administrar a casa, demandando vários novos afazeres. Demonstram que muitas vezes o descanso e sono, o lazer e a participação social ficam prejudicados. Revelam ainda, que o cotidiano acadêmico pode causar problemas emocionais.

Em relação ao tempo gasto em cada área de ocupação diariamente é possível observar, através do Gráfico 4, que a área que se destaca com o maior tempo de envolvimento, 8 ou mais horas, é a área da educação, para a maioria dos graduandos. E as ocupações com menos envolvimento de tempo se destacam às atividades religiosas, em seguida o lazer, com o gasto diário de até uma hora por dia.

**Gráfico 4.** Áreas de Ocupações segundo o tempo gasto para realizá-las UFPB, 2015.

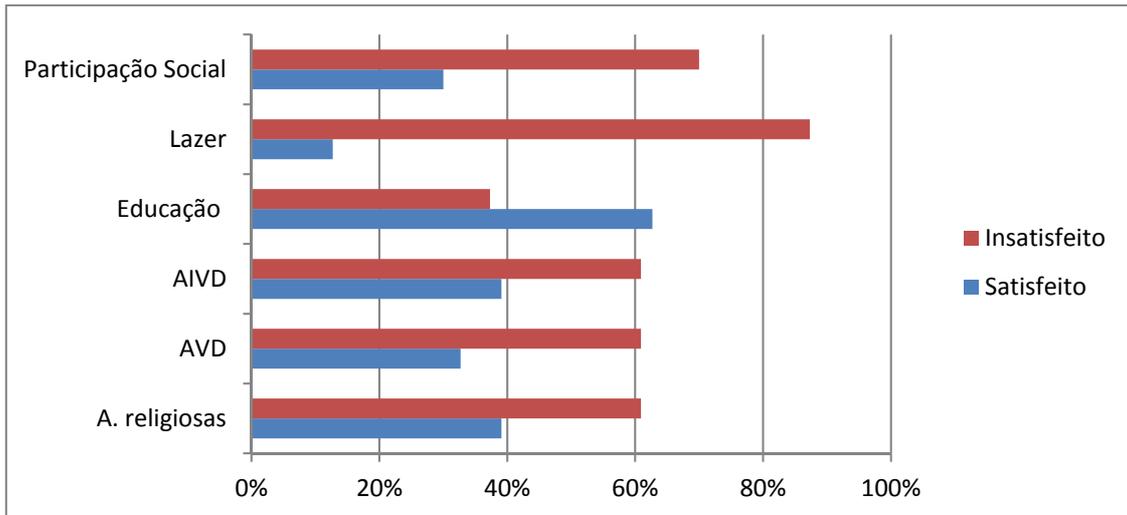


**FONTE:** Dados da pesquisa, 2015.

Conforme Lillo e Castro (2013), a ciência ocupacional procura explicar a natureza das ocupações e como elas são orquestradas na vida das pessoas. Compreende que tudo que fazemos se realiza em um espaço de tempo, mas que não pode ser analisado apenas pela óptica cronológica, precisa se observar, principalmente, o tempo subjetivo. Quando, ao realizar uma atividade, se está entretido, sentimos como se o tempo passasse rapidamente e acontece ao contrário se estivermos aborrecidos.

Desse modo, é importante conhecer quanto tempo uma pessoa passa envolvido em uma área de ocupação, pois assim é possível descrever o seu engajamento ocupacional, mas esse dado se torna ainda mais relevante quando se compreende a satisfação das pessoas com tais ocupações. A satisfação com o tempo envolvido em cada área de ocupação se encontra ilustrada no Gráfico abaixo (Gráfico 5).

**Gráfico 5.** Áreas de Ocupação segundo a satisfação ou insatisfação com o tempo dedicado à elas UFPB, 2015.

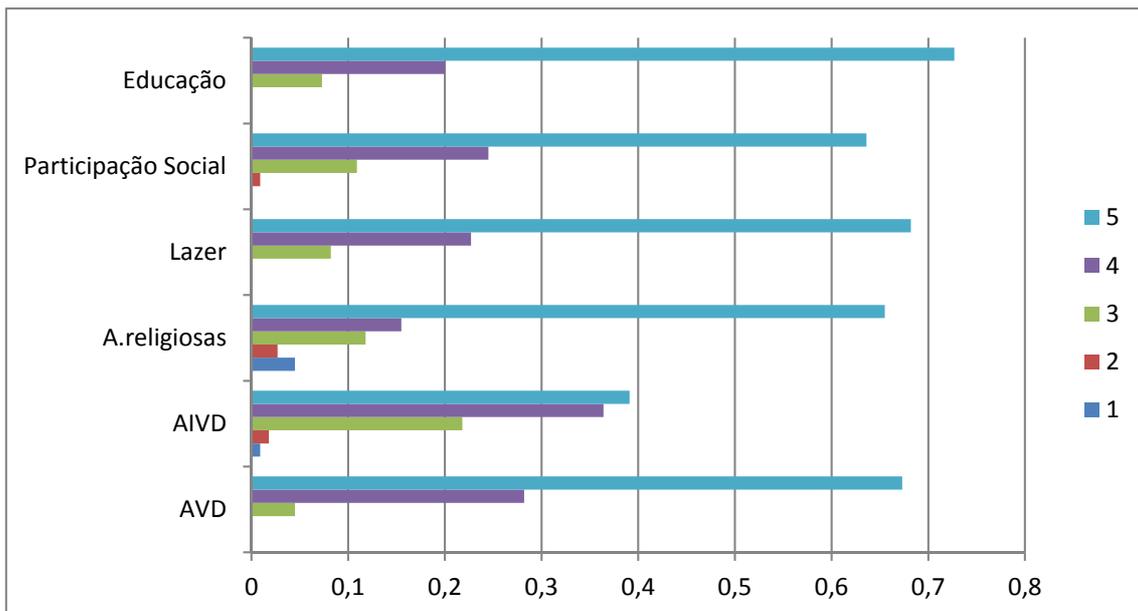


**FONTE:** Dados da pesquisa, 2015.

Evidencia-se aí, que a única área de ocupação que apresenta mais graduandos satisfeitos é a educação, nas demais áreas os graduandos, em sua maioria, se declaram insatisfeitos, destacando-se o lazer e participação social. Esses dados revelam informações preocupantes uma vez que indicam mais universitários insatisfeitos do que satisfeitos em relação ao tempo dedicado às suas ocupações.

Com relação ao grau de importância das ocupações, é possível perceber no Gráfico 6, que os universitários acreditam que todas as áreas são importantes.

**Gráfico 6.** Áreas de Ocupação segundo o grau de importância atribuído pelos estudantes UFPB, 2015.



**FONTE:** Dados da pesquisa, 2015.

**Legenda:** O número 1 representa o menor valor e o 5 o máximo.

Pode-se evidenciar que a área de ocupação atividades instrumentais de vida diária apresentou um grau de importância menor, pode ser pelo fato de que a maioria dos estudantes está na fase da adolescência ou início da fase de adulto jovem, são solteiros, sem filhos e metade deles residem com seus pais, então tais ocupações e responsabilidades provavelmente são realizadas por terceiros.

A área descanso e sono foi analisada separadamente para não haver perguntas iguais e prolongar as questões, uma vez que a parte três do questionário continha perguntas exclusivas dessa área de ocupação. Os dados encontrados para esta área de ocupação foram que 46,4% (n=51) consideram sua qualidade de sono de maneira geral ruim, 9,1% (n = 10) muito ruim e 38,2% (n= 42) boa. E ainda que 74,31% (n=81) dos estudantes dedicam de 5 a 7 horas de sono por dia.

Esse dado revela que a maioria dos graduandos considera sua qualidade de sono ruim ou muito ruim. Essa má qualidade de sono pode acarretar problemas em seu cotidiano e dificuldade de realizar as demais ocupações.

#### 4.4 FALANDO DAS OCUPAÇÕES (GRUPO FOCAL)

Na realização do encontro do grupo focal procurou-se criar um ambiente o mais acolhedor possível, no qual todos pudessem expor suas opiniões e reflexões. Algumas questões foram colocadas para nortear a discussão, tais como: o questionário provocou alguma reflexão a respeito das atividades cotidianas, qual o significado do curso para eles, a percepção do equilíbrio ocupacional e se conseguiam observar na prática a utilização desse conceito?

Durante as discussões alguns pontos foram mais recorrentes nas falas dos estudantes: a reflexão das áreas de ocupação mais prejudicadas em seu cotidiano atualmente, as estratégias encontradas para se adaptarem às exigências acadêmicas e compreensão e utilização do equilíbrio ocupacional.

##### 4.4.1 Cotidiano dos Acadêmicos

Ao responderem o questionário eletrônico os graduandos refletiram sobre seu cotidiano e no grupo focal foi possível aprofundar suas reflexões. De maneira geral os estudantes que participaram dessa fase da pesquisa possuíam críticas ao seu engajamento ocupacional.

Foi possível observar que os graduandos sentem que algumas áreas de ocupação estão sendo prejudicadas, principalmente, descanso e sono, lazer e participação social.

Em relação ao descanso e sono os estudantes notaram poucas horas de sono dormidas e má qualidade de sono.

*“Meu sono, particularmente, eu nunca mais tive uma noite que eu dormisse 7h ou 8h. Desde que eu entrei aqui [na universidade] eu durmo de 3 à 4h no máximo. As cadeiras são muito puxadas e infringe muito na minha saúde, no meu psicológico. Eu sou um cara super calmo, muito difícil de tirar do sério, mas eu sinto que isso tem mudado, eu sinto que eu tenho me estressado com facilidade. Uma das coisas que eu percebi é que estou me impedindo muito com relação a essa questão de não está dormindo bem é a minha concentração com relação a qualquer tipo de leitura. Eu estou no começo e de repente já quero me ver no final. E às vezes não consigo contextualizar aquilo ali, compreender a mensagem de determinado texto, livro de história, relato... eu me sinto prejudicado dessa forma, a questão da sobrecarga gerada pela universidade.” (Estudante 1º período)*

*“Eu acho que por estar tão envolvida com as questões da academia, acaba que quando eu vou dormir, eu não consigo dormir pensando nas coisas que eu tenho pra fazer. Então acaba que o momento em que era pra ser meu, está sendo voltado para a academia. Eu já fico contando as horas que eu tenho pra dormir, aí coloco o despertador e ele exhibe que faltam 3h pra tocar, aí você pensa “ eu tenho 3h pra estar na universidade de novo? O que é que eu tenho que fazer?”... se você deixou pra fazer alguma coisa no outro dia, aí fica essa bola de neve e eu nessas ultimas semanas não estou conseguindo ter um sono maravilhoso, tipo quando você está de férias que você dorme e acorda sem ter nenhuma preocupação interrompendo aquele sono”. (Estudante 3º período)*

*“(...) refletir sobre minha qualidade de sono, que estava péssima. Eu estava vivendo dia após dia, notando os horários corridos que tinha para dormir, mas eu nem percebia direito. Quando veio a pesquisa eu percebi, meu Deus, eu estou dormindo só isso! 2h e pouco no máximo 3h”. (Estudante 6º período, graduando 2)*

A má qualidade de sono e as poucas horas dormidas por dia foi um tema recorrente nas falas dos participantes. Eles reconhecem que a privação de sono traz consequências no desempenho de outras ocupações e alegam ter dificuldade para dormir por causa das exigências acadêmicas.

Segundo Valle, Valle e Reimão (2009), alterações no sono determinam má qualidade ao desempenho e interferem na saúde, às vezes, de forma muito grave. Segundo os autores, no dia a dia, a privação do sono pode interferir na memória, no humor, na atenção, nos registros sensoriais, no raciocínio, enfim nos aspectos cognitivos que relacionam uma pessoa ao seu ambiente.

Os universitários precisam ter cuidado e estarem atentos aos maus causados com relação à privação do seu sono, para que não ocorra danos ao seu aprendizado nem à sua saúde. A

privação de sono torna o indivíduo menos produtivo, além de alterar o desempenho de habilidades cognitivas, como raciocínio lógico, memória e tomada de decisão (CARVALHO et al., 2013).

O lazer teve um espaço importante nas falas dos discentes, pois reconhecem a importância e o significado dessa atividade no cotidiano, no entanto é deixado de lado por causa da graduação.

Para Cavalcanti (2007) as atividades de lazer e entretenimento são atividades que requerem tempo e energia dos indivíduos envolvidos, são ocupações humanas determinantes de saúde e que adicionam significado à vida.

*“Já entrando nas atividades de lazer, eu realmente não tenho nenhuma satisfação da minha parte, de sair com os amigos, ir a praia, ver um filme, eu sinto essa falta”. (Estudante 1º período).*

*“Tem uma pilha de livros na minha casa que toda vez eu digo “eu vou ler só uma parte” aí leio só um capítulo, aí olho para as apostilas e penso “mas vai dar prova disso, amanhã eu leio esse livro”, aí ficam livros e mais livros com apenas alguns capítulos lidos, porque quando eu vou ler eu sinto que estou deixando de lado os estudos, e é muito difícil isso pra mim, pensar que está deixando os estudos de lado. Sabe... é não se concentrar nas coisas que está fazendo, as coisas que eram, e ainda são prazerosas pra você, você vai negligenciando”. (Estudante 3º período)*

*“Isso me deixa um pouco frustrada [não ter tempo para escrever?] porque escrever pra mim é um meio de escape, e quando eu não estou conseguindo escapar eu me sinto muito sufocada. Eu tenho saído relativamente, mas o que me alivia mais é escrever e eu não estou conseguindo. Isso é uma coisa que está me chateando mais do que estar saindo com meus amigos, porque sempre que tem alguma coisa eu tento dar um jeitinho e saio. Mas quando eu penso que nos três livros que eu passei um tempão pra conseguir comprar, juntei dinheiro, fico olhando pra eles e não consigo ler, isso me deixa muito chateada”. (Estudante 5º período, graduando 1)*

De acordo com as falas dos graduandos, é possível identificar sentimentos como de insatisfação, frustração quando não conseguem realizar atividades de lazer ou sentimento de culpa e falta de compromisso com a graduação quando deixam de fazer tarefas do curso para realizar uma atividade que gostam.

As atividades de lazer oferecem a possibilidade de realização pessoal, uma vez que dependem do interesse e escolha da própria pessoa. Entretanto, o lazer, nem sempre é compreendido como atividade de essencial importância, assim como é o trabalho ou o estudo.

Segundo Parham & Fazio (1997, p. 250) no domínio e processo da Terapia Ocupacional o lazer é definido como as atividades não obrigatórias de motivação pessoal e executada em tempo livre, ou seja, um tempo não comprometido com atividades obrigatórias como trabalho, sono e auto cuidado (AOTA, 2015).

Na prática profissional do terapeuta ocupacional as atividades de lazer devem estar presentes, uma vez que estão diretamente envolvidos com a ação humana e compreende a importância que tal ocupação possui na vida das pessoas. As atividades de lazer podem contribuir para o autoconhecimento tanto das pessoas com deficiência como da população em geral (MARTINELLI, 2011).

Como futuros terapeutas ocupacionais é interessante que no processo de formação o graduando possa refletir sobre a prática de lazer em seu cotidiano, pois como visto através da fala de Martinelli (2011), é uma área de ocupação tão importante quanto o trabalho e ainda contribui para o autoconhecimento e realização de desejos pessoais. É preciso desmistificar o pensamento de que realizar uma atividade prazerosa para si, como as atividades de lazer, é sinônimo de irresponsabilidade ou falta de produtividade.

Em relação à área de ocupação participação social o homem procura se envolver com os que estão ao seu redor. De acordo com a descrição da AOTA (2015) a participação social seria o envolvimento em atividades que resultem em interação bem sucedida com a comunidade, amigos e parentes, considerando as interações por meio de tecnologias remotas.

*“(...) minhas amigas antigas eu só tenho contato com elas pelo whatsapp, facebook... são poucos os encontros que a gente tem pra se reunir. Muitas vezes eles até cobram “Ah você só quer saber de universidade, não que saber dos amigos, só quer saber dos amigos da universidade”. Mas é porque os amigos da universidade são aqueles que estão com você todos os dias, e fica até mais fácil de você marcar alguma coisa”. (Estudante 3º período)*

*“Eu percebi que minha vida ultimamente é só academia. E que muitas vezes para eu conseguir dar conta da parte social eu tenho que negligenciar um pouco os estudos. Não é o ideal, mas algumas vezes se torna necessário”. (Estudante 5º período, graduando 2)*

*“O povo que mais reclama é o povo da igreja que ficam dizendo que eu não dou atenção, que eu não estou mandando mensagem, que esquecido eles, só essas cobranças”. (Estudante 6º período, graduando 1)*

Teixeira, Castro e Piccolo (2007) afirmam que ao ingressar na universidade, é comum que na fase de transição do ensino médio para o ensino superior os amigos de escola deixarem de ser vistos todos os dias, e elos afetivos e sociais com os antigos companheiros podem enfraquecer. Desse modo, o espaço acadêmico pode ser visto como um lugar privilegiado para se re-estabelecer uma rede de relações afetivas e de apoio mais próxima e efetiva.

Como nessa fase da vida a educação ocupa lugar central em suas vidas, tendo extrema importância e significado, a área de ocupação educação requer um alto investimento de tempo e dedicação. Durante os quatro anos de curso os estudantes passam por vivências intensas, momentos de alegrias e frustrações. Passam a conhecer e dominar uma linguagem específica da profissão. É natural que colegas de turma compreendam melhor as demandas uns dos

outros uma vez que passam pelo processo juntos. E em muitos casos os amigos antigos compartilham de horários incompatíveis.

#### 4.4.2 Educação, Significado do curso

Nessa fase de estudante ocorrem grandes mudanças nos seus papéis sociais. Entrar na universidade, ser um universitário, concluir o curso anos depois assumindo responsabilidades profissionais é, provavelmente, uma escolha consciente e esperada pelo estudante. Nessas circunstâncias, a educação ocupa o lugar central nos seus afazeres e possui um significado diferenciado vinculado à história de vida pessoal e familiar para cada um.

Segundo Lillo (2003), o significado implica interpretação pessoal variando de pessoa para pessoa. Isso quer dizer que vários indivíduos podem realizar a mesma ocupação, mas, para cada um deles terá um significado diferente, pois serão influenciados por seus gostos pessoais, história pessoal e crenças de que está realizando dentro das circunstâncias e momentos corretos. Assim, na perspectiva da ciência ocupacional, toda atividade realizada com propósito e significado se torna uma ocupação.

Como pode ser observado nas falas abaixo, mesmo sendo o mesmo, o curso é repleto de significados, cada um tem um sentido único e diverso do outro.

*“Bem... apesar do estresse, eu faço TO porque quero e gosto. Eu vim da fisio, fiz até o 4º período de fisioterapia, mas durante o curso pesquisei para compreender a TO, conheci a TO por aulas que tive em fisio. Tudo o que eu passo aqui, a questão do estresse, o sono e tal, é uma coisa que eu já sabia, e eu optei porque realmente eu gosto do que eu faço. Essa questão de ser estudante de Terapia Ocupacional, eu tenho consciência disso e sei as consequências, já não sei os demais”. (Estudante 1º período)*

*“Essa questão do significado... tudo o que eu estou fazendo realmente pra mim é super prazeroso. Qualquer coisa que acontece quando eu venho pra universidade eu já fico pensando ah! Daqui a alguns anos eu vou está trabalhando naquilo que eu particularmente sempre quis fazer, só não sabia que era TO”. (Estudante 3º período)*

*“Esse negócio de significativo, eu acho que o que eu faço aqui é muito significativo pra mim. Quando eu chego em casa e me sinto muito cansada eu penso caramba, mas é isso mesmo que eu quero. Só que tem hora que eu paro... qual o peso disso? porque eu me sinto tão cansada com isso. Quando eu falo, não falo só de TO eu falo da academia, por eu também sou apaixonadíssima pela extensão que faço parte, estou lá desde o primeiro período,. Mas eu acho que isso tem grande importância, só que aí eu fico olhando e vejo que minha vida ultimamente só tem se resumido a isso, meu momento de lazer é sair com os amigos. Mmas, quem são os amigos que eu saio? São os amigos da extensão, ou então sair com meu namorado, meu namorado da extensão, não tem como fugir”. (Estudante 5º período, graduando 2)*

*“É muito significativo porque eu amo a TO. Eu tô saindo e quando entreguei o TCC essa semana(...)bateu um aperto no meu coração porque tá acabando. E eu sei que vou sentir*

*muita falta de ter uma rotina assim, porque foi tudo tão intenso, não tenho o que dizer, eu adorei, foi a melhor coisa que fiz na minha vida”. (Estudante 8º período)*

Lillo (2003), ressalta que através do tempo experimentamos o significado do nosso fazer e assim vamos formando nossa identidade pessoal, que vai modificando, reafirmando, tomando consciência e significado por meio das situações diárias no decorrer da vida.

Ao longo da graduação essa relação com o tempo, formação da identidade e o significado atribuído a uma ocupação se torna ainda mais compreensível, pois a cada período vai se reafirmando o compromisso com a profissão e o significado vai tomando proporção diferenciada em cada sujeito.

#### **4.4.3 Estratégias para realizar ocupações significativas durante a graduação**

Os graduandos revelaram suas estratégias de enfrentamento para conseguir realizar as atividades que lhe são significativas ao longo do curso. Por meio das falas podemos perceber estratégias diversas para conseguirem realizar as atividades da educação, lazer e participação social.

*“Assim, eu tenho muito sono mesmo a tarde, e para não chegar e ir dormir, eu prefiro ficar na universidade, é tanto que eu estou sempre na universidade e só chego à noite em casa. Desde o 1º período que a tarde eu fico na universidade, se eu tiver qualquer momentinho eu vou logo estudar, porque se eu for pra casa eu fico ai minha cama, aí vou lá e durmo. Aí fico pensando que esse tempo eu podia estar estudando”. (Estudante 3º período)*

*“Ah, só quero saber dos amigos da universidade, porque a gente tem tão pouco tempo que a gente prioriza esse pouco tempo que a gente tá dentro da universidade pra ser nosso momento de amizade, de lazer, de se distrair, aquele intervalo entre uma aula e outra pra poder conversar”. (Estudante 5º período, graduando 2)*

*“No 5º período me sentia sufocada. Eu ficava desejando uma coisa significativa que eu pudesse curtir, mas pelo tempo não dava pra buscar fora de casa, nem na universidade. Aí um dia eu estava em casa e vi um espaço pequeno de 2x3m e um pergolado. Aí eu pensei ‘Nossa! Aqui dá um jardim bacaninha, vou investir nisso’. Então, no tempinho que eu tinha no final de semana eu começava a colocar plantinhas penduradas no muro, uma coisa bem artesanal com garrafas de refrigerante, e eram plantinhas pequenininhas de início. Depois que eu preparei esse jardim todo dia eu tinha que estar lá cuidando, e isso foi criando um significado bem maior pra mim. Tanto que, eu tive outra inspiração relacionada a ele([o jardim]), eu escrevi um poema,na verdade está no rascunho ainda, mas é como um poema e cada página com um trecho que eu escrevi pra cada planta, estou tão empolgada. Isso foi maravilhoso pra mim, está sendo ainda, vocês precisam ver”. (Estudante 6º período 2º período)*

*“Algo que me deixa insatisfeita além do lazer, é o tempo pra estudar. Aí o que foi que eu fiz, um cronograma com todas as minhas atividades. Aí comecei de domingo a segunda, coloquei tudo no papel, aí fiz “agora vou ver aonde eu vou colocar estudar”. Tem semana que eu consigo,mas tem semana que eu não consigo pelo cansaço, chego em casa*

*durmo e só acordo no outro dia, aí começo a chorar por que não consegui estudar , aí bate o desespero, estresse, e assim vai indo”. (Estudante 7º período)*

*“Já chorei muito, porque não consegui fazer o que eu queria fazer, não conseguia me organizar, montava uma rotina pra mim e não conseguia concluir ela, e isso me dava muita angustia. Aí, eu fiz o seguinte: de segunda a sexta eu vou me dedicar exclusivamente à universidade, minha prioridade é a universidade, sábado e domingo minha prioridade não é a universidade”. Estudante 8º período).*

Os universitários reconhecem seus limites e criam estratégias adequadas às suas próprias demandas e necessidades. É importante destacar que cada pessoa é única e a estratégia que um encontrou, talvez não seja a melhor para o outro. Dessa forma é de extrema importância o autoconhecimento dos graduandos, para que possam descobrir suas potencialidades, suas próprias estratégias de enfrentamento e as atividades que são significativas. Ao encontrá-las provavelmente terá mais motivação e ânimo para realizar todas as demais atividades.

O papel da rede de apoio nas estratégias de adaptação ao ambiente acadêmico é de valor inestimável, tanto dos familiares, amigos, professores e colegas de turma, com esse apoio o estudante se torna mais fortalecido na academia.

Durante a graduação o universitário também precisa ter uma boa rede de apoio que o compreenda. Pois, em alguns momentos, o estudante precisa se ausentar de atividades familiares ou com amigos por responsabilidades acadêmicas. Essa nova rotina vai levá-lo a adquirir novos hábitos, que podem até transformar a rotina familiar.

Segundo Teixeira et al. (2008), a qualidade da relação que o universitário tem com seus pais durante e mesmo antes do ingresso no ensino superior, é um fator que também influencia a adaptação à universidade. Conforme Pinho et al., (2013), a rede externa tem um papel fundamental ao dar suporte na etapa de passagem do ensino médio para universidade, bem como a colocação do sujeito em um novo meio. De tal forma que amizades mais antigas e a família podem influenciar na relação do acadêmico com o curso e a universidade.

Pode-se destacar nas falas abaixo a importância do papel da família na concretização de mudanças de hábitos que favorecem a adaptação às cobranças do curso universitário.

*“Eu fico o dia todinho aqui, aí eu chego em casa só quero saber de cama, aí minha mãe tem o maior medo de que eu pegue o fogão, bote fogo em casa, pra ela não ficar reclamado eu faço uma comida sem precisar do fogão, lanche e vou dormir. Depois eu acordo, e se tiver alguma coisa pra estudar eu estudo de madrugada. Desde o ensino médio eu tenho a preferência de estudar de madrugada, eu durmo depois acordo”. (Estudante 6º período, graduando 1)*

*“Teve uma estratégia que eu comecei a fazer, eu comecei a fazer o seguinte, conversei com o pessoal em casa que quando eu chegasse de noite umas 19h, eu ia cair, ‘quando eu caísse em um canto do sofá vocês não mexam comigo, deixem eu dormir até eu acordar’,*

*ai eu acordava de 0h, ai tomava banho, tomava café, ai eu ia fazer as atividades, até 2h e ia fazendo isso pra não ficar dormindo tão pouquinho. Pelo jeito eu encontrei assim um jeito mais normal”. (Estudante 6º período, graduando 2)*

*“Acontecia muito isso comigo também, chegava da universidade de 17h30/18h ai tomava banho, comia alguma coisa, dormia até 21h/22h, ai acordava e estudava até umas 2h da manhã ai dormia duas horas e vinha pra universidade. Porque era o único horário. Minha casa é muito cheia, quando o povo tava dormindo era o melhor horário pra estudar, porque ninguém me chamava, o celular não tocava, ai eu tinha um horário de estudar e me concentrar, então eu preferia fazer isso”. (Estudante 8º período)*

Dessa forma a família ou pessoas que moram com esse graduando acabam participando das suas estratégias de enfretamento e precisam compreender que tais atividades como estudar de madrugada, por exemplo, é importante e necessário para o graduando. Precisa-se criar pactuações no lar. Essa pode ser a realidade de boa parte dos estudantes do curso de Terapia Ocupacional, uma vez que como já revelado nesta pesquisa 55,5% dos graduandos moram com três ou mais pessoas.

#### **4.4.4 Percepção do equilíbrio ocupacional**

Os universitários percebem o equilíbrio ocupacional como uma maneira bastante organizada do cotidiano, com tempos quase que estabelecidos para cada atividade do dia a dia, divididos de maneira uniforme.

*“É quase impossível você tentar colocar na sua cabeça que existe equilíbrio ocupacional nas suas atividades, ou você se dedica prioritariamente aos seus estudos, ou você deixa os estudos pra viver sua vida secular. Eu, particularmente, sou muito difícil me sentir liberto pra alguma atividade lúdica”. (Estudante 1º período)*

*“Essa questão do equilíbrio ocupacional, eu fiquei pensando quando eu tive esse equilíbrio. Porque desde o ensino médio eu não tenho esse equilíbrio, eu estudei em uma escola que era bem tradicional, bem voltada para o vestibular, você tem que estudar muito pro vestibular, e eu fico pensando, eu acho que só tive esse equilíbrio ocupacional quando tava no fundamental I, fundamental II, mais ou menos, mas no ensino médio foi totalmente desregulado e já veio pra universidade junto, uma bola de neve juntando essas coisas todinhas. No ensino médio no 3º ano eu não dormia direito, e ficava assim porque não sabia que curso ia fazer, não conseguia porque tinha coisa pra estudar pro vestibular e porque não sabia que curso ia fazer. Pensando nesse equilíbrio eu tentei voltar no tempo pra saber quando eu tive esse equilíbrio e realmente eu não lembro quando eu desequilibrei”. (Estudante 3º período)*

*“Eu acho que é justamente isso, é você direcionar para cada demanda da sua rotina um tempo e conseguir equilibrar aquilo, só que não tá dando, não dá. Porque, às vezes, você demanda mais tempo pra alguma coisa e acaba negligenciando outra, não faz aquela outra direto ou tá totalmente cansado e deixa tudo e vai dormir. Ai eu acho o equilíbrio é justamente você equilibrar o tanto o biológico com o que você vai fazer diariamente. Naturalmente não dá”. (Estudante 5º período, graduando 1)*

Em outro momento depois de refletir um pouco disse:

*...“existe sim, mas o meu é esquizofrênico, para mim programar uma rotina eu sei que não vou seguir, agora se estou aqui e passa alguém dizendo que tem uma reunião lá em cima eu vou e fico lá, se aparece alguém diz ei borá fazer isso aqui eu vou. Agora tudo programado não funciona”. (Estudante 5º período, graduando 1)*

*“Acho que equilíbrio ocupacional, não existe. Eu não consigo pensar em algo que esteja tão bem, até alimentação. Muitas vezes eu tive que almoçar aqui, na tia, um salgado com suco, porque não dava nem tempo de ir no RU, nem tempo de ir em casa nem tempo de nada. Não existe tempo pra nada, acho que o estudo tá na frente das outras coisas”. (Estudante 5º período 2º período)*

Em outro momento afirmou...

*“Nossa felicidade é que tem períodos que dá um equilíbrio, tem períodos que desequilibra tudo, outros períodos que mais ou menos, aí da pra gente aguentar esses quatro anos mais tranquilo, porque se não... Esse equilíbrio ocupacional nesses últimos anos virou uma utopia”. (Estudante 5º período 2º período)*

*“Eu acredito que possa existir, eu espero que exista”. (Estudante 7º período)*

É preocupante ver através de algumas falas pessoas se sentirem presas e apresentando constantes cobranças. É possível notar também, que alguns períodos da graduação são mais exigentes do que outros.

A organização das ocupações é um método importante na vida das pessoas, agora como citado por uma estudante cada um organiza à sua maneira e não necessariamente com divisões de horários pré-estabelecidos. O grande sentido da exploração desse tema é que as pessoas possam se conhecer melhor e encontrar a melhor maneira de se engajarem em ocupações satisfatórias, para não apenas viver uma vida determinada pela correria de forma automática com acúmulo de tarefas e sem satisfação pessoal.

É natural pensar que manter o equilíbrio ocupacional é dividir a mesma quantidade de horas em atividades diversas relacionadas ao trabalho, descanso e sono, cuidados pessoais, participação social, educação e lazer. No entanto, o equilíbrio ocupacional refere-se não apenas por um tempo cronológico, mas também a um tempo subjetivo, o qual envolve a vontade, o interesse, a motivação e o significado que cada ocupação tem para uma pessoa.

Para Lillo (2006) é preciso buscar uma adaptação com a realidade de seu cotidiano e assim, procurar o máximo de controle possível sobre as atividades escolhidas, seja pelo interesse ou obrigatórias, além disso, deve estar consciente de suas capacidades e recursos. O autor ainda alerta sobre a importância do profissional de Terapia Ocupacional investir mais na crença que o equilíbrio ocupacional é adequado para a saúde e bem estar, devendo estar

presente nos assuntos de interesse do ponto de vista pessoal e profissional, indicando que se devem aplicar esses conceitos em suas vidas e na vida de seus clientes.

Assim, como afirmado através da fala do autor e revelado pelas falas dos discentes, é provável o desequilíbrio ocupacional em todo tempo, uma vez que o cotidiano é instável. Mas, é importante compreender que cada um possui um ritmo próprio e que não se deve acumular um número exagerado de atividades e responsabilidades, pois, todos têm limites e o tempo de fato é um recurso limitado. É interessante saber trabalhar os sentimentos de frustração que os estudantes percebem quando não realizam as atividades programadas. Compreender que algumas vezes a situação sai de controle, pois o cotidiano é sujeito à mudanças repentinas e não depende apenas da pessoa envolvida na atividade, mas também do contexto ao qual está inserida.

É interessante que o cotidiano se concretize de escolhas cada vez mais conscientes de atividades obrigatórias, mas que por sua vez também sejam prazerosas e ainda se permitam a realização de ocupações de interesse pessoal que lhe traga satisfação, bem estar e qualidade de vida.

#### **4.4.5 Percepção do equilíbrio ocupacional no cuidado com o outro**

Durante a graduação os discentes de Terapia Ocupacional estudam disciplinas que mostram a importância do equilíbrio ocupacional e engajamento em ocupações significativas. Nessas disciplinas é ressaltada a importância de realização de ocupações que gerem satisfação às pessoas. Por meio de suas falas é possível constatar que esse aprendizado é levado em consideração para com o outro e quase em nenhum momento para consigo.

*“A gente principalmente na disciplina de DHO2 que começamos a pensar mais nisso, mas pensamos mais em nosso paciente, na pessoa que a gente vai cuidar, mas nunca parei para pensar em mim. Eu sei que eu olho para pessoas, mas em mim nunca tinha parado para pensar não”. (Estudante 5º período, graduando 2)*

*“A gente tá se formando... ver o paciente procura ver o equilíbrio das ocupações dele e a gente tá se equilibrando? Como que a gente vai ensinar uma pessoa, ajudar uma pessoa nesse sentido, se a gente não se reorganiza, não organiza o tempo. Será que é fácil a gente fazer isso quando não organizamos o nosso? Quando a gente conseguiu fazer com a gente é mais fácil fazer com o outro. Não quer dizer que é impossível, mas é complicado”. (Estudante 7º período)*

*“Com paciente já fiz por conta da universidade, porque, a gente passa por cadeiras que ensina isso para gente e para assim com o paciente, mas, para mim não. Eu nunca pensei nisso para minha vida sempre foi porque a universidade, o curso em si sempre falou que isso é importante, mas para mim mesmo não” (Estudante 8º período)*

Conforme Nunes & Emmel (2015) os terapeutas ocupacionais podem, por meio de um diagnóstico ocupacional preciso, realizado através de investigações sobre o uso do tempo, estimular as pessoas a utilizarem mais tempo em atividades significativas e auxiliar na descoberta de atividades satisfatórias das quais desejem e queiram estar engajados, promovendo assim saúde física, mental e bem-estar.

Como estudantes de Terapia Ocupacional que utilizam a ocupação humana como objeto de trabalho, faz-se necessário o conhecimento e empoderamento dessas práticas, compreendendo que cada sujeito se organiza e tem necessidades ocupacionais diferentes.

Para Costa et al. (2013), a ocupação implica em um fazer que tenha uma maneira específica de acontecer para cada um, é realizado por um motivo singular e o sentido é atribuído subjetivamente. Sendo assim, tem significado e grau de importância diverso para cada indivíduo.

A partir de um cuidado integral consigo, pode ser mais fácil compreender e cuidar do outro de forma integral. Durante a graduação o estudante percebe a importância do cuidado a saúde de forma ampliada e concretiza seu cuidado da saúde e bem-estar de seus clientes através de seu fazer, suas ocupações. É interessante que possa utilizar de conceitos adquiridos na graduação em sua vida também.

As pessoas vivenciarem de forma prazerosa e significativa o seu cotidiano, independente de seguirem regras ou padrões. De acordo com Monteiro et al. (2014), as pessoas experimentam e expressam significados em sua vida através das ocupações que realizam. Dessa maneira o cuidar do outro pode representar um significado de grande valor para os futuros terapeutas ocupacionais, uma vez que escolheram uma profissão da área da saúde na qual o cuidado é o principal pressuposto.

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao longo dos anos vem se tornando cada vez mais evidente a importância da ocupação na vida do homem relacionando como poderosa ferramenta para promover saúde e bem estar. Os estudantes de Terapia Ocupacional durante a graduação são estimulados a observar a ocupação humana e seus benefícios para saúde e bem estar, assim como a necessidade do homem manter-se envolvido em ocupações. De modo que ao fim da graduação os discentes se tornam qualificados para acolher e cuidar das demandas ocupacionais.

Estudos que visam compreender as ocupações humanas e os significados que as pessoas atribuem a elas de maneira particular, são ferramentas importantes para a valorização da profissão e exploração do objeto de trabalho dos terapeutas ocupacionais, podendo auxiliar em suas práticas profissionais.

Conhecer o perfil de estudantes possibilita planejar novas estratégias de ensino que possam se aproximar do cotidiano dos graduandos e efetivar o processo de aprendizagem com qualidade. Subsidiando a interação do professor para com o aluno uma vez que conhece um pouco mais a sua realidade.

Os resultados deste trabalho em relação ao perfil de estudantes de Terapia Ocupacional da UFPB se destaca que em sua maioria são jovens de até 25 anos (87%), metade (50%) advindo de escola pública e (65%) possui renda inferior ou igual a três salários mínimos. Esses dados se apresentam como o desafio da universidade na contemporaneidade, no qual, o ensino superior público está se democratizando. A comunidade acadêmica precisa auxiliar esses acadêmicos para que tenham a oportunidade de participar de todos os espaços oferecidos pela universidade e possam atingir com êxito a conclusão do curso.

Constatamos que em relação a utilização de tempo, a área de ocupação educação tem o maior número de horas envolvido, pois a educação ocupa lugar central em suas vidas e geralmente norteiam o tempo de envolvimento com outras atividades. Nesse sentido a educação possui um grande significado na vida dos graduandos, principalmente porque buscam se tornar profissionais qualificados e competentes para adentrar no mercado de trabalho.

Os participantes da pesquisa demonstraram que as áreas de ocupação lazer, participação social e descanso e sono são prejudicadas em seu cotidiano após o ingresso na universidade. E muitas vezes necessitam fazer escolhas difíceis, como deixar os estudos de lado para terem

momentos com a família e amigos, embora às vezes se sintam irresponsáveis por isso, pois cobram constantemente bom desempenho acadêmico.

Embora os graduandos percorram seus próprios caminhos para alcançar a satisfação nos seus afazeres, a insatisfação apresentada por eles com o tempo envolvido nas atividades cotidianas é um dado preocupante que requer maior aprofundamento. E como pessoas em processo de formação necessitam de apoio dos professores, amigos e familiares até mesmo para se sentirem pertencentes e se adaptarem ao ambiente acadêmico. Seria interessante a criação de espaços na universidade para que os estudantes pudessem compartilhar seus sentimentos e estratégias de enfrentamento às mudanças e dificuldades da vida acadêmica entre diversos períodos e cursos distintos.

As inúmeras atividades e cobranças acadêmicas tendem ao desequilíbrio ocupacional e conseqüentemente à problemas de saúde mental e física. No entanto a realização de atividades significativas e prazerosas tem o poder promotor de qualidade de vida e bem estar. Cabe ao estudante identificar o significado de cada atividade realizada no seu dia a dia e buscar se envolver nas que mais lhe tragam prazer ou procurar reservar um tempo para realização de atividades de escolhas pessoais, como o lazer, ou seja, fazer um balanço entre as atividades obrigatórias e não obrigatórias a fim de alcançar bem estar e satisfação pessoal.

O conceito de equilíbrio ocupacional é percebido pelos estudantes como uma rotina a ser seguida em horários pré estabelecidos. Dessa forma é vista por muitos estudantes como impossível de coloca-lo em prática, principalmente, porque o dia a dia é dinâmico. No entanto, o equilíbrio ocupacional corresponde a pessoa realizar em seu cotidiano ocupações significativas e balanceadas entre atividade obrigatórias, de descanso e sono e lazer na medida em que cada pessoa acredita ser importante e satisfatório.

Os estudantes de Terapia Ocupacional devem se conhecer melhor e identificar as ocupações que lhe são significativas. Dessa forma poderá melhorar seu relacionamento com o cotidiano tornando-o mais satisfatório, uma vez que tem como foco a ocupação humana.

Ainda são escassas as publicações acerca da utilização de tempo e o equilíbrio ocupacional, principalmente, no Brasil. Estudos como este podem contribuir para o entendimento e crescimento da Terapia Ocupacional.

Por fim, espera-se que este estudo venha contribuir para a ampliação da visão da comunidade acadêmica para com seus graduandos, e seus desafios, possibilitando que os professores conheçam melhor os alunos, suas necessidades e como estão utilizando seu tempo e engajamento ocupacional e juntos possam encontrar caminhos mais satisfatórios. Espera-se

ainda que possibilitem novas discussões sobre o equilíbrio ocupacional e ainda possam gerar reflexões sobre o cotidiano e o significado das ocupações na vida do homem.

## REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, M. A. C.; AMORIM, A. H. C.; ROCHA, J. R. C. F.; SILVEIRA, L. M. F. G.; NERI, D. F. M. Bioquímica como Sinônimo de Ensino, Pesquisa e Extensão: um Relato de Experiência. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 36, n. 1, p. 137–142, 2012.

ALMEIDA, M. C.; MÂNGIA, E. F. O processo de formalização e consolidação da Terapia Ocupacional no Brasil: percepções sobre o crescimento da produção científica na área [Editorial]. **Rev. Ter. Ocup. Univ. São Paulo**, v. 16, n. 1, jan./abr., 2005.

ANABY, D. et al. The Role of Occupational Characteristics and Occupational Imbalance in Explaining Well-being. **Applied Research Quality Life** Canadá, v. 5, p. 81–104, 2010.

ANDIFES (BR). Perfil socioeconômico e cultural dos estudantes de graduação das Universidades Federais Brasileiras. **Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis** (FONAPRACE), Brasília, 2011.

ARAUJO, S. L.; FOLHA, O. A. A. C. Ocupación humana y la práctica de los terapeutas ocupacionales en la amazônia em pará: una perspectiva fenomenológica. **Revista Chilena de Terapia Ocupacional**, v. 10, p. 99-110, dez., 2010.

AOTA. Estrutura da prática da Terapia Ocupacional: domínio & processo 3ª ed. 2014. Tradução: CAVALCANTI, Alessandra; SILVA E DUTRA, Fabiana Caetano Martins; ELUI, Valéria Meirelles Carril. **Rev Ter Ocup Univ São Paulo**; jan.-abr. 2015; 26(ed. esp.), p. 1-49. Disponível em: <http://www.revistas.usp.br/rto/issue/viewIssue/7332/287>>. Acesso em: 14 maio 2015.

BASTOS, J. L. D; DUQUIA, R. P. Um dos delineamentos mais empregados em epidemiologia: estudo transversal. **Scientia Medica**, Porto Alegre, v. 17, n. 4, p. 229-232, out./dez. 2007.

BEZERRA, W. C; TRINDADE R. L. P. A Terapia Ocupacional na sociedade capitalista e sua inserção profissional nas políticas sociais no Brasil. **Cad. Ter. Ocup. UFSCar, São Carlos**, v. 21, n. 2, p. 429-437, 2013. Disponível em: <http://doi.editoracubo.com.br/10.4322/cto.2013.045>>. Acesso em: 15 de fevereiro de 2015.

BRASIL. **Exame Nacional de Desempenho de Estudante**: Relatório Síntese área de Terapia Ocupacional. Ministério da Educação 2004.

BRASIL. **Exame Nacional de Desempenho de Estudante: Relatório Síntese de Terapia Ocupacional.** Ministério da Educação 2010.

BRASIL. Ministério da Educação. **Manual de Orientações Básicas PET**, 2002. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br/sesu/arquivos/pdf/PETmanual.pdf>> Acesso em: 02 de novembro de 2015.

BRITTO, L. P. L.; SILVA, E. O.; CASTILHO, K. C; ABREU, T. M. Periféricas perfil do aluno “novo” da Educação Superior. **Avaliação**, Campinas; Sorocaba- SP, v. 13, n. 3, p. 777-791, nov., 2008. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/aval/v13n3/08.pdf>> Acesso em: 13 de outubro de 2015.

BRITTO, C. M. D; JOAQUIM, R. H. V. T. Atividades humanas: práticas sociais diferenciadas. [Editorial]. **Cad. Ter. Ocup. UFSCar, São Carlos**, v. 21, n. 3, p. 459-460, 2013. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.4322/cto.2013.047>> Acesso em: 14 de fevereiro de 2015.

CARVALHO, M. C. S.; JUNIOR, I. I. S.; SIQUEIRA, P. P. S; ALMEIDA, J. O.; SOARES, A. F.; LIMA, A. M. J. Qualidade do Sono e Sonolência Diurna Entre Estudantes Universitários de Diferentes Áreas. **Rev Neurociências** v. 21, n. 3, p. 383-387, 2013. Disponível em: <<http://www.revistaneurociencias.com.br/edicoes/2013/RN2103/original/854original.pdf>> Acesso em: 01 de novembro de 2015.

CAVALCANTE, G. M. M.; TAVARES, M. M. F.; BEZERRA, W. C. Terapia ocupacional e capitalismo: articulação histórica e conexões para a compreensão da profissão. **Rev. Ter. Ocup. Univ. São Paulo**, v.19, n. 1, p. 29-33, jan./abr. 2008.

CAVALCANTI, A. Avaliação da recreação e Lazer. In: CAVALCANTI, A.; GALVÃO, C. **Terapia Ocupacional: Fundamentação e Prática**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007. p. 69-72.

CLARK, F.; LAWLOR, M. C. A elaboração e o Significado da Ciência Ocupacional. In: WILLARD, H. S.; **Terapia Ocupacional**. Rio de Janeiro: Guanabara Kogan, 2011, p. 2-15.

CLARK, F; WOOD, W; LARSON E. A. Ciência Ocupacional: Legado da Terapia Ocupacional para o Século XXI In: WILLARD, H. S. **Terapia Ocupacional**, Rio de Janeiro: Guanabara Kogan, 2002.

CNE/CES RESOLUÇÃO nº 6, de 19 de fevereiro de 2002. Diretrizes Curriculares Nacionais do Curso de Graduação em Terapia Ocupacional, 2002.

COSTA, C. M. L.; SILVA, A. P. L. L.; FLORES, A. B.; LIMA, A. A.; POLTRONIERI, B. C. O valor terapêutico da ação humana e suas concepções em Terapia Ocupacional. **Cad. Ter. Ocup. UFSCar, São Carlos**, v. 21, n. 1, p. 195-203, 2013. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.4322/cto.2013.008>>. Acesso em: 15 de março de 2015.

CRUZ, D. M. C; CAMPOS, I. O. A Opinião de Estudantes de Terapia Ocupacional sobre o Processo de sua Formação Profissional. **Caderno de Terapia Ocupacional da UFSCar**, vol. 12, n. 2, p. 105-114, 2004.

CUNHA, M. I.; PINTO, M. M. Qualidade e educação superior no Brasil e o desafio da inclusão social na perspectiva epistemológica e ética. **R. bras. Est. pedag.**, Brasília, v. 90, n. 226, p. 571-591, set./dez. 2009.

DEMIRYIS, M.; BEREZIN, S.; FERNÁNDEZ, G.; GANSO, H.; GAITEIRO, A. Primera etapa del proyecto de investigación “Ías rutinas diarias y el balance ocupacional de los alumnos de la universidad nacional de quilmes”. **Revista Chilena de Terapia Ocupacional**, v. 13, n. 2, p. 73–78, 2013.

DICKIE, V. O que é Ocupação? In: WILLARD, H. S. **Terapia Ocupacional**: Rio de Janeiro: Guanabara Kogan, 2011, p. 15-22.

DOIMO, L. A.; DERNTL, A. M.; DO LAGO, O.C. O uso do tempo no cotidiano de mulheres idosas: um método indicador do estilo de vida de grupos populacionais. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 13, n. 4, p. 1133-1142, 2008.

DRUMMOND, A. F.; RODRIGUES, A. M. V. N. Os desafios da implantação de uma proposta de flexibilização curricular nos cursos de terapia ocupacional. **Rev. Ter. Ocup. Univ. São Paulo**, São Paulo, v. 15, n. 3, p. 106-111, set./dez., 2004.

ELIAS, Norbert. **Sobre o tempo**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1998.

FACULDADE DE MEDICINA DE RIBEIRÃO PRETO – USP. **O que é a profissão?**. Disponível em: <[http://www.fmrp.usp.br/cg/novo/index.php?option=com\\_content&view=article&id=117&Itemid=93](http://www.fmrp.usp.br/cg/novo/index.php?option=com_content&view=article&id=117&Itemid=93)> Acesso em: 10 de dezembro de 2014.

FRANCISCO, B. R. **Terapia Ocupacional**. 5ª Edição. Campinas, São Paulo: Papyrus, 2008.

FERREIRA, H. B. **Aurélio século XXI**. 3ª ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1999, p. 2128.  
GORDON, D. M. A História da Terapia Ocupacional. In: WILLARD, H. S; **Terapia Ocupacional**: Rio de Janeiro: Guanabara Kogan, 2011, p. 204- 217.

HAGEDORN, R. **Ferramentas para a Prática em Terapia Ocupacional: Uma abordagem Estruturada aos Conhecimentos e Processos Centrais.** São Paulo, Roca, 2007.

LEITE, U. R.; TAMAYO, A.; GÜNTHER, H. Organização do uso do tempo e valores de Universitários. **Aval. psicol.**, Porto Alegre, v. 2, n. 1. jun., 2003.

LILLO, S. G. La ocupación y su significado como factor influyente de la identidad personal. **Rev. Chilena de Terapia Ocupacional**, n. 3, outubro, 2003.

LILLO, S. G. Equilibrio y organización de la rutina diária. **Revista chilena de terapia ocupacional**, v. 6. November, 2006.

LILLO, S. G.; CASTRO, L. R. Organización de la rutina diaria en Estudiantes de primer nivel formativo en la escuela de terapia ocupacional. Universidad de Chile. **Revista chilena de terapia ocupacional**, v. 13, n. 2, p. 65–72, dez., 2013.

LIMA, E. M. F. A.; PASTORE, M. N.; OKUMA, D. G. As atividades no campo da Terapia Ocupacional: mapeamento da produção científica dos terapeutas ocupacionais brasileiros de 1990 a 2008. **Rev. Ter. Ocup. Univ. São Paulo**, v. 22, n. 1, p. 68-75, jan./abr., 2011.

LOPES, R. E.; OLIVER, F. C.; MALFITANO, A. P. S.; GALHEIGO, S. M.; ALMEIDA, M. C. de. XI Encontro Nacional de Docentes de Terapia Ocupacional: refletindo sobre os processos de formação acadêmica e profissional. **Rev. Ter. Ocup. Univ. São Paulo**, v. 19, n. 3, p. 159-166, set./ dez. 2008.

MAGALHÃES, L. Ocupação e atividade: tendências e tensões conceituais na literatura anglófona da terapia ocupacional e da ciência ocupacional. **Cad. Ter. Ocup. UFSCar**, São Carlos, v. 21, n. 2, p. 255-263, 2013.

MÂNGIA, E. F. Uma década das Diretrizes Curriculares Nacionais: Terapia Ocupacional e as mudanças no ensino para o SUS [Editorial]. **Rev. Ter. Ocup. Univ. São Paulo**, v. 23, n.1, p. i, jan./abr. 2012.

MARTINS, S.; GONTIJO, D. T. Tempo de engajamento nas áreas de ocupação de adolescentes inseridos em uma escola pública. **Rev. Ter. Ocup. Univ. São Paulo**, v. 22, n. 2, p. 162-171, maio/ ago. 2011.

MARTINELLI, S. A. A importância de atividades de lazer na terapia ocupacional. **Cadernos de Terapia Ocupacional da UFSCar**, São Carlos, Jan/Abr 2011, v. 19, n.1, p. 111-118. Disponível em: <<http://www.cadernosdeterapiaocupacional.ufscar.br/index.php/cadernos/article/view/429/37>> Acesso em: 2 de novembro de 2015.

MEIRELES M. R. G; CENDÓN B. V. Aplicação prática dos processos de análise de conteúdo e de análise de citações em artigos relacionados às redes neurais artificiais. **inf. inf.**, londrina, v. 15, n. 2, p. 77-93, jul./dez. 2010. Disponível em: <<http://www.uel.br/revistas/uel/index.php/informacao/article/viewFile/4884/6993>>. Acesso em: 02 de abril de 2015.

MINAYO, M. C. S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 12° Ed. São Paulo. Hucitec, 2010.

MONTEIRO, L. S; COSTA, E. F; CORRÊA, V. A. C; FOLHA, O. A. A. C. Sobre o significado das ocupações após o acidente por queimadura. **Cad. Ter. Ocup. UFSCar**, São Carlos, v. 22, n. 2, p. 305-315, 2014. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.4322/cto.2014.052>> Acesso em: 05 de novembro de 2015.

NARDELLI, G. G.; GAUDENCI, E. M.; GARCIA, B. B.; CARLETO, C. T.; GONTIJO, L. M.; PEDROSA, L. A. K. Perfil dos alunos ingressantes dos cursos da área da saúde de uma universidade federal. **REAS** [Internet]. v. 2, n. 1, p. 3-12; 2013.

NUNES, A. C.; EMMEL, M. L. G. O uso do tempo nas atividades cotidianas de crianças de classe popular de 9 a 12. **Rev Ter Ocup Univ São Paulo**, v. 26, n. 2, p. 176-85, maio-ago., 2015. Disponível em: <<http://www.revistas.usp.br/rto/article/view/89617/101713>>. Acesso em: 03 de novembro de 2015.

OLIVER, F. C.; ALMEIDA, M. C.; TOLDRA, R. C.; GALHEIGO, S. M.; LANCMAN, S.; LOPES, R. E.; PALM, R. D. C. M. Desafios da educação em Terapia Ocupacional na América Latina para a próxima década. **Rev. Ter. Ocup. Univ. São Paulo**, v. 22, n. 3, p. 298-307, set./dez. 2011.

OLIVEIRA, M. J. I; SANTO, E. E. A relação entre os determinantes sociais da saúde e a questão social. **Caderno Saúde e Desenvolvimento**, v. 2, n. 2, p. 7-24, jan./jun., 2013.

PARHAM, L. D.; FAZIO, L. S. (Eds.). **Play in occupational therapy for children**. St. Louis, MO: Mosby, 1997.

PINHO, A. P. M., BASTOS, A. V. B., DOURADO, L. C.; RIBEIRO, J. L. L. D. S. A transição do ensino médio para a universidade: um estudo qualitativo sobre os fatores que influenciam este processo e suas possíveis consequências comportamentais. **Repositório Institucional da UFSC**, 2013. Disponível em: <<https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/113099>>. Acesso em: 04 de outubro de 2015.

POLATAJKO, H. J.; et al. A. Human occupation in context. In: TOWNSEND, E. A.; POLATAJKO, H. **Enabling occupation II: advancing an occupational therapy vision for health, well-being, & justice through occupation**. Ottawa: CAOT Publications ACE, 2007. p.37-61.

RESSEL, L. B.; BECK, C. L. C. D.; GUALDA, M. R.; HOFFMANN, I. C.; SILVA, R. M.; SEHNEM, G. D. O uso do grupo focal em pesquisa qualitativa. **Texto Contexto Enferm**, Florianópolis, 17(4): 779-86 2008. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/tce/v17n4/21.pdf>>. Acesso em: 13 de outubro de 2014.

SALLES, M. M; MATSUKURA, T. S. Estudo de revisão sistemática sobre o uso do conceito de cotidiano no campo da terapia ocupacional no Brasil. **Cad. Ter. Ocup. UFSCar**, São Carlos, v. 21, n. 2, p. 265-273, 2013.

SANTOS, A. A. A; MOGNO, J. F; De LIMA, T.H; CUNHA, N. B. A relação entre vida acadêmica e a motivação para aprender em universitários. **Revista Semestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional**, São Paulo, v. 15, n. 2, p. 283-290 Julho/Dezembro, 2011.

SEIXAS, S. I., et al. Atividades de extensão no aprimoramento do processo ensino-aprendizagem na formação de alunos do projeto: “curso de atualização: aspectos morfofuncionais e clínicos da cabeça e pescoço” na universidade federal fluminense – UFF. **UNESC em ação** v. 2, n. 1, 2008. Disponível em: <http://200.19.105.203/index.php/udescemacao/article/view/1738/1369> Acesso em: 10 de Outubro de 2015.

SILVA, S. M. A. F; SOUZA, D. DA S; DE OLIVEIRA. I. R. L; DE MENDONÇA, M. H; FILHO, L. B. e S. Relato de experiência enquanto discente da terapia ocupacional na disciplina prática no campo social. **Cadernos de Terapia Ocupacional, UFSCar**, São Carlos, v. 22, n. Suplemento Especial. 02, 2014.

SOARES, L. B. T. História da Terapia Ocupacional. In CAVALCANTI, A; GALVÃO, C. **Terapia ocupacional, fundamentação & prática**. Rio de Janeiro, Guanabara Koogan, 2007. p 3-9.

SOLIANI, M. L. C. 40 ANOS DO CURSO DE TERAPIA OCUPACIONAL DA BAHIANA. **Revista Baiana de Terapia Ocupacional, Salvador**, v. 1, n. 1, p. 86-91, dez. 2012.

TEIXEIRA, M. A. P.; DIAS, A. C. G.; WOTHICH, S. H.; OLIVEIRA, A. M. Adaptação à universidade em jovens calouros. **Psicologia Escolar e Educacional, Campinas**, v. 12, n. 1, p. 185-202, 2008.

TEIXEIRA, M. A. P., CASTRO, G. D.; PICCOLO, L. R. Adaptação à universidade em estudantes universitários: Um estudo correlacional. **Integração em Psicologia**, v. 11, p. 211-220, 2007.

UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA. **Projeto Pedagógico do curso de graduação em Terapia Ocupacional da Universidade Federal da Paraíba**. Paraíba: UFPB, 2009.

VALLE, L. E. L. R.; VALLE, R.; REIMÃO, R. Sono e aprendizagem. **Rev. psicopedag.**, v. 26, n. 80, São Paulo, 2009. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-84862009000200013](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-84862009000200013)> Acesso em: 2 de novembro de 2015.

WILCOCK, A. A. Reflections on doing, being and becoming. **Australian Occupational Therapy Journal**, v. 46, p. 1-11, 1999.

YERXA, E. J. Occupational science: A new source of power for participants in occupational therapy. **Journal of Occupational Science**, Sidney, v. 1, n. 1, p. 3-9, 1993.

## **APÊNDICES**

## APÊNDICE C- Perfil Ocupacional

### PERFIL OCUPACIONAL

**Sexo:** F ( ) M ( ) **Idade:** \_\_\_\_\_

**Naturalidade:** \_\_\_\_\_

**Religião:** Católico ( ) Evangélico ( )  
Espírita ( ) Outro: \_\_\_\_\_

**Estado civil:** Solteiro( ) Casado( ) Divorciado  
( ) Viúvo( )

**Filhos:** Nenhum( ) um( ) dois( ) três ou mais( )

**Cidade onde reside:** João Pessoa( ) Bayeux ( )  
Santa Rita( ) Outro: \_\_\_\_\_

**Reside com:** Pais( ) Amigos ( ) Parentes ( )  
Outros \_\_\_\_\_

**Quantas pessoas moram com você?** Uma( )  
duas( ) três ou mais( )

**Renda familiar:** Até um salário mínimo( ) De  
1- 2 salários mínimos( ) De 2- 3 salários  
mínimos( ) 3 ou mais salários mínimos( )

**Onde você estudou a maior parte do ensino  
fundamental?** Escola pública( ) Parcialmente  
em escola pública e particular( ) Escola  
Particular( )

**Onde você estudou a maior parte do ensino  
Médio?** Escola pública( ) Parcialmente em  
escola pública e particular( ) Escola Particular( )

**Ano e semestre que ingressou no curso:**  
\_\_\_\_\_

**Período atual:** \_\_\_\_\_ **CRE:**  
\_\_\_\_\_

**Como você avalia seu atual desempenho  
acadêmico.** Excelente( ) Bom( ) Regular( )  
Ruim( )

**Possui ou está cursando outro curso  
superior?** Sim( ) Não( ) **Se sim, qual?**  
\_\_\_\_\_

**Já reprovou alguma disciplina?** Sim( ) Não( )

**Cite abaixo os projetos de monitoria,  
pesquisa e extensão nos quais já participou  
ou participa atualmente e o**

**período.** \_\_\_\_\_

**Quantas horas semanais você dedica a:  
pesquisa, monitoria, extensão, PET e demais  
atividades extra-curriculares? -**  
\_\_\_\_\_

**Você realiza alguma atividade além da  
universidade?** Não( ) Trabalho não  
remunerado ( ) Trabalho  
remunerado ( ) Outro \_\_\_\_\_

**Se sim, quanto tempo se dedica a esta  
durante a semana?** \_\_\_\_\_

**Como é sua locomoção até a universidade.** A  
pé( ) Carro próprio( ) Transporte coletivo( )  
Outro \_\_\_\_\_

**Quanto tempo, aproximadamente, você gasta  
da sua casa a universidade.** Menos de 30 min( )  
Entre 30min a 1h00( ) Mais de 1h00 ( )  
Outro \_\_\_\_\_

### "COTIDIANO"

**Descreva um pouco de sua rotina neste  
semestre e seus respectivos  
horários.** \_\_\_\_\_

**Você costuma organizar sua rotina?** Sim( )  
Não( )

**Atualmente acredita que consegue realizar  
todas as atividades que necessita e deseja em  
tempo hábil? Justifique sua resposta.-**  
\_\_\_\_\_

**Você acredita que seu cotidiano se modificou  
a partir do seu ingresso na  
universidade? Comente** \_\_\_\_\_

**Com relação as suas atividades de vida diária  
(AVD), quanto tempo diariamente você se  
dedica a elas? AVD são as atividades**

relacionadas ao auto cuidado (Mobilidade, higiene pessoal, Alimentação, Atividade sexual, vestir-se e cuidados com equipamentos individuais (AOTA, 2008). Até 1h ( ) Entre 2 e 4h ( ) Entre 5 e 7h ( ) 8h ou mais ( )

Você acredita que o tempo destinado as AVD diariamente é... Satisfatório ( ) Insatisfatório ( )

Qual o grau de importância que as AVD tem para você? (Na escala o 1 representa o mínimo e o 5 o máximo). 1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( )

Com relação as atividades de costumes religiosos e espiritualidade, quanto tempo você se dedica a elas diariamente? (Segunda a AOTA, (2008) estão incluídas nas AVD, iremos analisa-las separadamente). Até 1h ( ) Entre 2 e 4h ( ) Entre 5 e 7h ( ) 8h ou mais ( )

Você acredita que o tempo destinado aos costumes religiosos e espiritualidade diariamente é... Satisfatório ( ) Insatisfatório ( )

Qual o grau de importância que os costumes religiosos e espiritualidade tem para você? (Na escala o 1 representa o mínimo e o 5 o máximo). 1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( )

Com relação as atividades instrumentais de vida diária (AIVD), quanto tempo diariamente você se dedica a elas?( As AIVD são: cuidado com animais, crianças, casa (limpeza), gerenciamento de comunicação (equipamentos eletrônicos), fazer comprar, preparar refeições e gerenciamento de segurança (AOTA, 2008). Até 1h ( ) Entre 2 e 4h ( ) Entre 5 e 7h ( ) 8h ou mais ( )

Você acredita que o tempo destinado as AIVD diariamente é... Satisfatório ( ) Insatisfatório ( )

Qual o grau de importância que as AIVD tem para você? (Na escala o 1 representa o mínimo e o 5 o máximo). 1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( )

Com relação a área de ocupação Educação, quanto tempo diariamente você dedica a ela?( Na área de ocupação educação estão incluídas as atividades que são necessárias para o aprendizado e a participação no ambiente. Dentre elas: participação da educação formal, exploração e interesse

pessoal de participação em educação informal, participação informal na educação (AOTA, 2008). Até 1h ( ) Entre 2 e 4h ( ) Entre 5 e 7h ( ) 8h ou mais ( )

Você acredita que o tempo destinado a Educação diariamente é... Satisfatório ( ) Insatisfatório ( )

Qual o grau de importância que a Educação tem para você? (Na escala o 1 representa o mínimo e o 5 o máximo). 1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( )

Com relação as atividades de Lazer, quanto tempo você dedica a essa ocupação diariamente? (O lazer são atividades realizadas no tempo livre motivadas pelo interesse intrínseco do indivíduo. Sendo incluso nessa área o interesse e a procura por atividades de lazer apropriadas e a participação do lazer incluindo seu planejamento (AOTA, 2008). Até 1h ( ) Entre 2 e 4h ( ) Entre 5 e 7h ( ) 8h ou mais ( )

Você acredita que o tempo destinado ao Lazer semanalmente é... Satisfatório ( ) Insatisfatório ( )

Qual o grau de importância que o Lazer tem para você? (Na escala o 1 representa o mínimo e o 5 o máximo). 1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( )

Com relação a participação social, quanto tempo você dedica a essa atividade diariamente? Até 1h ( ) Entre 2 e 4h ( ) Entre 5 e 7h ( ) 8h ou mais ( )

Você acredita que o tempo destinado a Participação Social diariamente é... Satisfatório ( ) Insatisfatório ( )

Qual o grau de importância que a Participação Social tem para você? (Na escala o 1 representa o mínimo e o 5 o máximo). 1( ) 2( ) 3( ) 4( ) 5( )

Quanto tempo diariamente você dedica ao uso da internet. (Ex.: email, facebook, whatsapp, instagram, entre outros.) Menos de 2h ( ) Entre 3 e 5h ( ) Entre 6 e 9h ( ) 10 ou mais ( )

Você acredita que o uso da internet interfere no desempenho das suas atividades diárias. Sim ( ) Não ( )

Caso sua resposta anterior tenha sido sim. Comente qual ou quais atividades estão sendo prejudicadas. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

### DESCANSO E SONO

**Durante o mês passado, a que horas você foi deitar à noite, na maioria das vezes?**

\_\_\_\_\_

**Durante o mês passado, a que horas você geralmente levantou de manhã.**

\_\_\_\_\_

**Durante o mês passado, quantas horas de sono por noite você dormiu?**

\_\_\_\_\_

**Durante o mês passado, com que frequência você teve dificuldade de dormir porque você...**

**( 0 nenhuma vez no mês, 1 ou 2 vezes por semana, 3 ou mais vezes por semana)**

...Não consegui adormecer em até 30 minutos  
**0( ) 1ou 2( ) 3 ou mais( )**

Acordou no meio da noite ou muito cedo pela manhã  
**0( ) 1ou 2( ) 3 ou mais( )**

Precisou levantar para ir ao banheiro **0( ) 1ou 2( ) 3 ou mais( )**

Teve dificuldade para respirar **0( ) 1ou 2( ) 3 ou mais( )**

Tossiu ou roncou alto **0( ) 1ou 2( ) 3 ou mais( )**

Sentiu muito frio **0( ) 1ou 2( ) 3 ou mais( )**

Sentiu muito calor **0( ) 1ou 2( ) 3 ou mais( )**

Teve sonhos ruins ou pesadelos **0( ) 1ou 2( ) 3 ou mais( )**

Sentiu dores **0( ) 1ou 2( ) 3 ou mais( )**

Durante o mês passado com que frequência você tomou medicamento (prescrito ou "por conta própria") para lhe ajudar a dormir? **0( ) 1ou 2( ) 3 ou mais( )**

Durante o mês passado, com que frequência você teve problemas para ficar acordado enquanto dirigia, comia ou participava de uma atividade social (festa, reunião de amigos, trabalho ou estudo). **0( ) 1ou 2( ) 3 ou mais( )**

**Durante o mês passado como você classificaria a qualidade do seu sono de uma**

**maneira geral?** Muito boa ( ) Boa( ) Ruim ( ) Muito ruim ( )

**Durante o mês passado, você sentiu indisposição ou falta de ânimo para realizar suas atividades diárias?** Nenhuma indisposição nem falta de ânimo ( ) Pequena indisposição e falta de ânimo ( ) Moderada indisposição e falta de ânimo ( ) Muita indisposição e falta de ânimo ( ) Muita indisposição e falta de ânimo( )

**Você tem um(a) parceiro(a) ou colega de quarto?** Não( ) Parceiro ou colega, mas em outro quarto( ) Parceiro no mesmo quarto, mas não na mesma cama( ) Parceiro da mesma cama ( )

**Se você tem um(a) parceiro(a) ou colega de quarto, pergunte a ele(a) com que frequência no último mês você teve...**

**( 0 nenhuma vez no mês, 1 ou 2 vezes por semana, 3 ou mais vezes por semana)**

Ronco alto **0( ) 1ou 2( ) 3 ou mais( )**

Longas paradas na respiração enquanto dormia **0( ) 1ou 2( ) 3 ou mais( )**

Contrações ou puxões nas pernas enquanto você dormia **0( ) 1ou 2( ) 3 ou mais( )**

Episódios de desorientação ou de confusão durante o sono **0( ) 1ou 2( ) 3 ou mais( )**

Outras alterações (inquietações) enquanto você dorme **0( ) 1ou 2( ) 3 ou mais( )**

**Se você assinalou no quadro anterior o item "Outras alterações (inquietações) enquanto dorme". Por favor, descreva.**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Você considera suficiente suas horas diárias de sono? Caso você não considere suficiente a quantidade de horas de sono, exponha os motivos pelos quais você atribui esta situação.-**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Você identifica alguma área de ocupação afetada pela qualidade do sono? Se sim. Comente.**\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



## **APÊNDICE B- Perguntas do Grupo Focal**



**UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA**  
**CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE**  
**DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL**



### **Perguntas do Grupo Focal**

- 1- A partir do que vocês responderam vocês refletiram alguma coisa sobre o dia-dia de vocês?**
- 2- Vocês encontram significado nas atividades em que estão engajados?**
- 3- Vocês acham que durante o curso estudamos o equilíbrio ocupacional?**
- 4- Vocês pensam no equilíbrio ocupacional quando estão na prática?**

## **APÊNDICE C- Termo de Consentimento Livre e Esclarecido**

**UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA**  
**CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE**  
**DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL**

Prezado Senhor(a) \_\_\_\_\_

Esta pesquisa intitulada **Engajamento ocupacional de estudantes de graduação e sua percepção sobre o equilíbrio ocupacional**, está sendo desenvolvida pela pesquisadora, **Silmara Maria Alves Fernandes da Silva**, aluna do curso de Terapia Ocupacional da Universidade Federal da Paraíba (UFPB), sob a orientação da professora **Márcia Queiroz de Carvalho Gomes**, constituindo o Trabalho de Conclusão de Curso do aluno.

O objetivo deste estudo é conhecer o engajamento ocupacional do acadêmico de terapia ocupacional e sua percepção sobre o equilíbrio ocupacional.

Sua participação trará como benefício uma melhor compreensão da organização do cotidiano dos acadêmicos de terapia ocupacional da UFPB e ampliação do olhar da comunidade acadêmica sobre a importância do equilíbrio ocupacional. Com este conhecimento poderão ser refletidas formas de contribuir com o cotidiano dos estudantes e melhorias na sua formação.

Solicitamos a sua colaboração para o estudo, como também sua autorização para apresentar os resultados deste estudo em eventos da área de saúde e publicar em revista científica. Por ocasião da publicação dos resultados, informamos que, de acordo com a Resolução nº466 de 12 de novembro de 2012 da CONEP/MS, essa pesquisa oferece riscos mínimos como qualquer pesquisa que apresenta questionários e/ou entrevistas, mas que não são nocivos para a sua saúde. Informamos, ainda, que no caso de haver desconforto e/ou incômodo quando da abordagem de assuntos referentes à temática da pesquisa, o/a senhor/a pode interromper sua participação a qualquer momento, e só voltar a fazê-lo se assim e desejar e da maneira como julgar conveniente.

Sua participação consistirá em responder a um questionário semiestruturado, desenvolvido pelos autores do trabalho via internet. O questionário abordará questões sobre seu perfil sócio ocupacional e organização do seu cotidiano.

Esclarecemos que sua participação no estudo é voluntária e, portanto, o senhor(a) não é obrigado(a) a fornecer as informações e/ou colaborar com as atividades solicitadas pelos pesquisadores. Caso decida não participar do estudo, ou resolver a qualquer momento desistir do mesmo, não sofrerá nenhum dano.

Os pesquisadores estarão a sua disposição para qualquer esclarecimento que considere necessário, em qualquer etapa da pesquisa.

Diante do exposto, declaro que fui devidamente esclarecido (a) e dou o meu consentimento para participar da pesquisa e para publicação dos resultados. Estou ciente de que receberei uma cópia desse documento.

---

**Sujeito da pesquisa**

João Pessoa, \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Contato com o Pesquisador (a) Responsável:

Caso necessite de maiores informações sobre o presente estudo, favor ligar para a pesquisadora orientadora Marcia Carvalho de Carvalho Gomes: (83) 3216 7996 ou (83) 9682 4888 .

Endereço: Departamento de Terapia Ocupacional CCS/UFPB – Cidade Universitária / Campus I. Ou: Comitê de Ética em Pesquisa do CCS/UFPB – Cidade Universitária/ Campus I, Bloco Arnaldo Tavares, sala 812 – Fone: (83) 3216-7791. E-mail: eticaccsufpb@hotmail.com

Atenciosamente,

---

**Profa. Marcia Queiroz de Carvalho Gomes**

---

**Silmara Maria Alves Fernandes da Silva**

Obs.: O sujeito da pesquisa ou seu representante e o pesquisador responsável deverão rubricar todas as folhas do TCLE apondo suas assinaturas na última página do referido Termo.

## **APÊNDICE D- Termo de Consentimento Livre e Esclarecido do Grupo Focal**

**UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA**  
**CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE**  
**DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL**

Prezado Senhor(a) \_\_\_\_\_

Esta pesquisa intitulada **Engajamento ocupacional de estudantes de graduação e sua percepção sobre o equilíbrio ocupacional**, está sendo desenvolvida pela pesquisadora, **Silmara Maria Alves Fernandes da Silva**, aluna do curso de Terapia Ocupacional da Universidade Federal da Paraíba (UFPB), sob a orientação da professora **Márcia Queiroz de Carvalho Gomes**, constituindo o Trabalho de Conclusão de Curso do aluno.

O objetivo deste estudo é conhecer o engajamento ocupacional do acadêmico de terapia ocupacional e sua percepção sobre o equilíbrio ocupacional.

Sua participação trará como benefício uma melhor compreensão da organização do cotidiano dos acadêmicos de terapia ocupacional da UFPB e ampliação do olhar da comunidade acadêmica sobre a importância do equilíbrio ocupacional. Com este conhecimento poderão ser refletidas formas de contribuir com o cotidiano dos estudantes e melhorias na sua formação.

Solicitamos a sua colaboração para o estudo, como também sua autorização para apresentar os resultados deste estudo em eventos da área de saúde e publicar em revista científica. Por ocasião da publicação dos resultados, informamos que, de acordo com a Resolução nº466 de 12 de novembro de 2012 da CONEP/MS, essa pesquisa oferece riscos mínimos como qualquer pesquisa que apresenta questionários e/ou entrevistas, mas que não são nocivos para a sua saúde. Informamos, ainda, que no caso de haver desconforto e/ou incômodo quando da abordagem de assuntos referentes à temática da pesquisa, o/a senhor/a pode interromper sua participação a qualquer momento, e só voltar a fazê-lo se assim e desejar e da maneira como julgar conveniente.

Sua participação consistirá em participar de um grupo focal. O grupo focal será composto por 8 pessoas, com duração de 1h e meia 2 horas, onde serão levantados questionamentos acerca do tema proposto no estudo.

Esclarecemos que sua participação no estudo é voluntária e, portanto, o senhor(a) não é obrigado(a) a fornecer as informações e/ou colaborar com as atividades solicitadas pelos pesquisadores. Caso decida não participar do estudo, ou resolver a qualquer momento desistir do mesmo, não sofrerá nenhum dano.

Os pesquisadores estarão a sua disposição para qualquer esclarecimento que considere necessário, em qualquer etapa da pesquisa.

Diante do exposto, declaro que fui devidamente esclarecido (a) e dou o meu consentimento para participar da pesquisa e para publicação dos resultados. Estou ciente de que receberei uma cópia desse documento.

---

**Sujeito da pesquisa**

João Pessoa, \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Contato com o Pesquisador (a) Responsável:

Caso necessite de maiores informações sobre o presente estudo, favor ligar para a pesquisadora orientadora Marcia Carvalho de Carvalho Gomes: (83) 3216 7996 ou (83) 9682 4888 .

Endereço: Departamento de Terapia Ocupacional CCS/UFPB – Cidade Universitária / Campus I. Ou: Comitê de Ética em Pesquisa do CCS/UFPB – Cidade Universitária/ Campus I, Bloco Arnaldo Tavares, sala 812 – Fone: (83) 3216-7791. E-mail: eticaccsufpb@hotmail.com

Atenciosamente,

---

**Profa. Marcia Queiroz de Carvalho Gomes**

---

**Silmara Maria Alves Fernandes da Silva**

Obs.: O sujeito da pesquisa ou seu representante e o pesquisador responsável deverão rubricar todas as folhas do TCLE apondo suas assinaturas na última página do referido Termo.