

A Ginástica Laboral e seus atores sociais

A Ginástica Laboral (GL) vem sendo aplicada em inúmeras empresas no Brasil. Neste artigo, pretendo fazer a reflexão sobre a contextualização do Profissional de Educação Física que atua nesta área, bem como propor a articulação em parceria dos diversos saberes em prol do cliente final: o trabalhador brasileiro.

Percebemos nitidamente a existência de diferentes agentes sociais ao implantar a GL: o gestor que contrata o programa, a empresa prestadora de serviço, o Profissional de Educação Física que atua na empresa e, por fim, os trabalhadores que recebem a intervenção da GL. A análise crítica de cada um destes atores revela aprendizagens e reflexões.

O “gestor” é um colaborador da empresa que contrata o programa de GL e que, na maioria das vezes, é responsável pela área de saúde ocupacional, segurança no trabalho ou recursos humanos.

O desafio começa neste primeiro contato. Muitas vezes estes gestores não têm clareza dos objetivos e dos benefícios da GL e como consequência acabam contratando um serviço e esperando outro. Outras vezes, estes profissionais não sabem as razões de implantar o programa em suas empresas. Quando questionados, as respostas comuns são: “para animar o pessoal”, “para alcançar as certificações de qualidade” e “para deixar as pessoas felizes”. Em nossa visão, este tipo de resposta não serve para justificar o investimento financeiro feito no programa de GL, muito menos para mantê-lo diante de qualquer crise econômica que a empresa sofra.

São poucas as empresas que têm em sua estrutura verdadeiros Programas de Qualidade de Vida, alinhados com a cultura e visão estratégica da organização, que propõem diversas ações e, dentre elas, a GL. Nestas empresas, os programas fazem mais sentidos, pois todos têm clareza de onde querem chegar com as ações implantadas, fica mais fácil articular indicadores de resultado e os prestadores de serviço são parceiros nesta relação profissional que visa o desenvolvimento da empresa e o bem-estar dos colaboradores.

Também participando como um segundo ator deste processo, temos as empresas prestadoras de serviço em Ginástica Laboral. A quantidade de prestadoras e o perfil destas empresas é extremamente diversificado. Algumas alinham seus programas com os conceitos da ergonomia, outras com as premissas da promoção de saúde, outras com conceitos de gestão de recursos humanos e Qualidade de Vida no Trabalho (QVT).



Infelizmente muitas não alinham seus programas com embasamentos teóricos e reproduzem um perfil estereotipado do Profissional de Educação Física que “chega para animar a festa”. Resta-nos uma reflexão: existe alguma forma de estabelecer padrões mínimos aceitáveis para que uma empresa possa prestar um serviço de Ginástica Laboral? Quais são estes padrões? Como adquirir este conhecimento (know how)? Este é um ótimo desafio para a nova Associação Brasileira de Ginástica Laboral (ABGL), que será lançada em novembro.

Em uma terceira fase da análise temos o Profissional de Educação Física contratado para dar as aulas de Ginástica Laboral. Quando temos profissionais graduados e devidamente registrados no conselho já podemos de certa maneira comemorar. Não podemos permitir a atuação isolada de estagiários e o treinamento de multiplicadores, fatos que ainda acontecem muito. Quando o Profissional tem um bom suporte de treinamento e de apoio para o planejamento de suas aulas, o programa de Ginástica Laboral pode vencer o desafio da aderência e da motivação contínua dos colaboradores. Caso contrário, existe uma tendência de que o programa comece com muita adesão e vá perdendo força ao longo do tempo. Uma sugestão aqui é para que passemos a entender o Programa de GL como um momento privilegiado para educação em saúde. Inserir este conceito no planejamento significa capacitar os profissionais para que possam articular as dimensões dos conteúdos (aprendizagem de conceitos, procedimentos e atitudes), mesmo nas breves intervenções da GL.

Em uma fase final de análise temos o trabalhador que recebe as intervenções e que deveria ser o principal beneficiado por todos os programas de qualidade de vida. Na grande maioria das vezes, os colaboradores não foram consultados sobre as ações que gostariam que fossem implantadas no programa de qualidade de vida. Como consequência, muitos, apesar de participarem voluntariamente das aulas de GL, não vêem muito sentido nas mesmas, pois demandam outras necessidades de atendimento.

Neste ponto, retomamos a análise dos três fatores que deveriam ser levados em conta ao implantar um programa: condições de trabalho, processo de trabalho e promoção da saúde. Quando as condições de

trabalho são inadequadas ou insuficientes (ex: equipamentos inadequados para a realização da função), as aulas de GL podem ser consideradas como uma atitude hipócrita da organização... “não tenho ao menos uma cadeira e mesa de trabalho adequadas e esse pessoal vem falar de ginástica?”, ou quando pensamos no processo de trabalho, “trabalho de 12 a 14 horas por dia, estou sempre exausto e ainda tenho que fazer ginástica? só pode ser piada!”.

Neste momento gostaria de reforçar a necessidade de contextualização do Profissional de Educação Física que atua nas empresas. Lidamos com um público que não veio nos procurar para fazer aula, não estão em um ambiente esportivo ou de atividade física, e não usam roupas adequadas para a prática de exercícios. A cultura de cada organização estabelece alguns padrões de comportamento e determina os “aceitáveis” e os que não são. Muitas vezes o trabalhador sente-se constrangido por se expor aos colegas.

Portanto, todo cuidado e atenção são necessários para se atuar nas empresas, o Profissional de Educação Física deve ter conhecimento sobre os Programas de Qualidade de Vida, interessar-se pela cultura, sistema de valores da empresa, ter sensibilidade para lidar com a diversidade dos grupos de trabalhadores e com as dificuldades que vivenciam diariamente.

A atividade física nas empresas, ou como prefiro denominar “as práticas corporais nas organizações”, é um imenso campo de atuação profissional, mas podemos escolher: Apropriamo-nos desta área, construindo as devidas competências e assumindo as responsabilidades pertinentes a este mercado, ou deixamos o mercado ir aos poucos desvalorizando nossa atuação. Afinal de contas, o Profissional de Educação Física é aquele que vem mesmo só para “animar o pessoal”... 🤗



Daniele Kallas - CREF 005681-G/SP
ECOS - Educação Corporal e Saúde
(11) 5042-3523 / (11) 9685-0224
www.ecos-ecos.com.br