

# A IMPORTÂNCIA DE ATIVIDADES DE LAZER NA TERAPIA OCUPACIONAL

SILIANI APARECIDA MARTINELLI<sup>1</sup>

## RESUMO

O uso de atividades é algo defendido pelos profissionais da Terapia Ocupacional, entretanto esse instrumento de trabalho sempre gerou grandes discussões quanto à melhor forma de utilização. O presente artigo pretende discutir e destacar a importância do uso de atividades relacionadas ao lazer, como forma de opção pessoal e de interesses, inserido dentro de atividades da ocupação humana. Espera-se contribuir com reflexões da classe profissional sobre a importância de atividades para a vida humana, destacando as perspectivas da Terapia Ocupacional no uso de atividades de lazer.

**Palavras-chave:** Lazer, Terapia Ocupacional, Motivação.

## THE IMPORTANCE OF LEISURE ACTIVITIES INTO OCCUPATIONAL THERAPY

### ABSTRACT

The utilization of activities is something supported by Occupational Therapy, however this work process always causes high discussion related to the best way to apply it. The present article pretends to discuss and highlight the importance of utilization of activities related to leisure, as way of option and interesting personal, inserted into the activities of the human occupation. It is expected to contribute with reflection of the professional class, about the importance of the activities for human life, perspectives of the Occupational Therapy for utilization of the leisure activities.

**Keywords:** Leisure, Occupational Therapy, Motivation.

---

<sup>1</sup> Terapeuta Ocupacional, Mestre em Educação Especial pela Universidade Federal de São Carlos. Aprimoramento e Especialização em Saúde Mental pela USP Ribeirão Preto. Endereço eletrônico: siliani\_martinelli@yahoo.com.br

## **A POSIÇÃO DAS ATIVIDADES NO CONTEXTO DE VIDA**

A atividade ou ocupação está presente na vida de qualquer pessoa e está ligada a diversas funções sejam elas de trabalho e ou lazer. É impossível pensar no ser humano sem o uso de atividades. Para o profissional de terapia ocupacional todas as atividades humanas acontecem por uma necessidade individual de produzir, de realizar, de fazer. Toda atividade ou ação acontece por uma causa e todas têm uma explicação desde que se esteja atento a esses atos. As concepções que os terapeutas ocupacionais apresentam da ocupação e de atividades estão relacionadas com seus modelos teórico-práticos assumidos.

Segundo Medeiros (2003),

“Os modelos teórico-práticos assumidos pelo profissional resultam de uma escolha por determinados pressupostos conceituais, filosóficos e científicos (sociológicos, biológicos, antropológicos, etc.) acerca do seu objeto de intervenção, que lhe indicarão as maneiras de aplicação de atividades como recurso terapêutico. Embora nem sempre consciente, tal escolha implica necessariamente uma opção também por determinadas finalidades políticas correspondentes a essas práticas, dado que elas se realizam e intervirão no campo social.”(MEDEIROS, 2003, p.145)

Embora cada profissional tenha uma forma de atuar e uma compreensão da ocupação humana, enfatiza-se a necessidade de compreender a atividade de uma forma mais ampla no sentido de identificar com os próprios interessados suas ações e as representações que elas têm em suas vidas. A reflexão na busca do autoconhecimento para a realização pessoal e a participação ativa das pessoas constituem-se como estratégias utilizadas pelo terapeuta ocupacional que concebe a atividade de uma forma mais ampla.

Pode-se inferir que muitas pessoas realizam atividades automaticamente sem saber ao certo por que as estão realizando, suas ações se conduzem no sentido da obrigação, da necessidade, independentemente dos seus reais interesses e vontades. Até que ponto as pessoas estão comprometidas com o que realizam ou têm consciência da importância das atividades em suas vidas? E assim algo que parece simples não é. As pessoas na correria do dia-a-dia não param para pensar como realizam as atividades e que funções essas atividades representam nas suas vidas. Essa automação diante das atividades pode interferir no estado geral de saúde da pessoa, como apontou Dejours (1988), ao se referir ao trabalho vazio, para designar várias patologias decorrentes de tarefas automatizadas e sem sentido.

A compreensão das atividades/ocupações deve seguir na perspectiva da reflexão do seu significado e adquirir um caráter mais humanitário, voltado para o social, fora de um modelo especialista e anatomopatológico.

Segundo Benetton (1994), a Terapia Ocupacional dinâmica pode ser eficaz em áreas clínicas e sociais:

“Pacientes com comprometimento em áreas físicas, por exemplo, são globalmente e melhor assistidos em terapia ocupacional quando se inclui também a compreensão dinâmica para seus casos. A dinâmica a que me refiro é tanto do uso das atividades como o da compreensão dos fenômenos psíquicos. Um exercício físico, por exemplo, será valorizado a partir do momento em que possamos pressupor que ele estará respondendo mais do que à deficiência ou a uma parte fisicamente lesada” (Benetton, 1994, p.7)

Medeiros (2003) aponta para a necessidade de o terapeuta ocupacional se conscientizar como agente de saúde, que entenda que a saúde deva responder a outros tipos de necessidades, ser vista enquanto direito, no desenvolvimento de possibilidades do indivíduo, como sujeito de sua própria história, capaz de mudar o rumo

das coisas e de interferir na qualidade de sua vida mediante o seu fazer.

Concorda-se com a posição de Medeiros e defende-se que o terapeuta ocupacional deva ter a função de identificar e investigar que atividades de lazer são desenvolvidas e estimular a reflexão junto às pessoas por ele assistidas, sobre o papel e função dessas atividades no seu contexto de vida.

### **O LAZER COMO EXPRESSÃO DE ESCOLHAS E OPÇÃO PESSOAL**

Na vida, o ato de realizar uma escolha parece algo simples, entretanto percebe-se na prática clínica que em tal situação, na presença de materiais e objetos, tal ação se torna difícil e exige certo esforço e tempo para a opção.

Toda vivência é feita de constantes escolhas que direcionam as trajetórias de vida. Dessa forma, ao se realizar uma escolha compromete-se diretamente com essa opção pessoal.

Segundo o Modelo de Ocupação Humana (MOH), as pessoas são motivadas a escolher as atividades que completam suas vidas quando impulsionadas pelo subsistema da vontade que inclui os interesses pessoais em buscar satisfação e assim escolher atividades que lhes tragam prazer e bem-estar (KIELHOFNER, 2002).

As atividades de lazer se constituem como possibilidades de realização pessoal, uma vez que dependem da própria escolha e interesse individuais. Entretanto, o lazer não é visto como algo importante na vida das pessoas. O lazer é um tema pouco desenvolvido, compreendido e valorizado no universo da vida das pessoas, e cada pessoa tem um entendimento específico sobre ele.

Marcellino (1987) define o lazer como atividades vivenciadas no tempo disponível das obrigações profissionais, escolares, familiares ou sociais, as quais devem proporcionar satisfação e desenvolvimento

pessoal e social, juntamente com os aspectos de atitude positiva para tal tempo. Esse tempo refere-se à possibilidade de desfrutar de vivências cujos valores possam contribuir para mudanças, tanto de ordem moral, como cultural. Portanto esse tempo não serviria somente como possibilidade de descanso, mas de desenvolvimento integral do indivíduo.

Essas proposições sobre o lazer apontadas pelo autor não parecem estar presentes na vida das pessoas. Geralmente, atividades de lazer são consideradas desprezíveis e não como forma de desenvolvimento da autonomia, de escolhas pessoais, além de outros benefícios.

Historicamente, o lazer se configura como atividade a que poucos têm direito e acesso e comumente está associado a condições financeiras para ser realizado, ou seja, imputa a necessidade de recursos econômicos para a sua efetivação. Outro fato é que o lazer não é entendido como uma atividade de fundamental importância, assim como é o trabalho.

Essas concepções sobre o lazer limitam as oportunidades para o exercício dessa prática, tanto para pessoas consideradas “normais”, como para aquelas com algum tipo de comprometimento (físico, social, emocional).

A oportunidade para fazer escolhas está presente em nosso cotidiano, entretanto, para as pessoas excluídas socialmente, as chances para a manifestação das suas vontades, geralmente, encontram-se limitadas. O ato de opinar, escolher e gerenciar a própria vida é orientado por outros que as consideram incapazes para tais atos. Ao serem consideradas “incapazes” são impedidas de fazer escolhas, o que indica certo grau de limitação em sua liberdade e na condução de sua própria biografia.

Estudos na área do lazer, principalmente internacionais, têm apontado para a importância de oferecer oportunidade de escolhas para as pessoas com deficiência com base em seus interesses e desejos. As

atividades de lazer são consideradas relevantes por permitirem a opção pessoal, contribuindo para atitudes de autonomia e independência (BRONDER e COOPER, 1994; ROGERS, HAWKINS, EKLUND, 1998).

O embasamento profissional como terapeuta ocupacional permite afirmar que toda atividade humana tem um sentido e uma função na vida de uma pessoa. O que normalmente acontece é que a maioria das pessoas não tem consciência do significado de tais atividades em suas vidas. No caso de pessoas excluídas socialmente, como as portadoras de alguma deficiência, a condição de escolher, opinar, dizer o que é melhor para si mesmas, na maioria das vezes é determinada pelos que convivem diretamente com elas. A possibilidade de oferecer ao indivíduo significado em seus fazeres, como forma de desenvolvimento pessoal em busca de autonomia, independência e realização, são objetivos dos terapeutas ocupacionais para todas as pessoas, inclusive para aquelas com algum tipo de deficiência.

O lazer se caracteriza como uma atividade que possibilita a escolha pessoal. É algo que a pessoa pode realizar de acordo com sua própria vontade e nesse sentido adquire uma grande oportunidade de realização pessoal, direcionando um viver mais feliz. O lazer pode, assim, adquirir um caráter de constituição pessoal de descobertas e expressão de capacidades a ser explorado pelo terapeuta ocupacional.

Os aspectos benéficos proporcionados pelo lazer, para a população de uma maneira geral, são relatados por De Masi (2000): que propõe o uso do tempo livre como forma de se exercitar a criatividade, de se aprender a escolher e apreciar as boas coisas da vida, feita não apenas de trabalho cansativo, mas também de ócio inteligente.

## **O LAZER NO CONTEXTO DA TERAPIA OCUPACIONAL**

Como abordado no item anterior, as ocupações, dentre

elas o lazer, fazem parte da vida e podem desempenhar uma função importante dependendo dos interesses e vontades dos envolvidos.

Na perspectiva da terapia ocupacional, para a Associação Americana de Terapia Ocupacional (AOTA), o termo ocupação é um conceito de todos os seres humanos, sem nenhuma diferenciação, entendendo aqui que não compreende os mundos da deficiência ou da incapacidade, e pode fazer parte do contexto do trabalho, lazer, cuidado pessoal e outros, sendo esta divisão apenas didática. A ocupação pode adquirir um sentido de trabalho para uma pessoa e de lazer para outra dependendo do contexto pessoal e social do indivíduo (AOTA, 1994).

No Modelo de Ocupação Humana (MOH), postulado por Kielhofner (2002), o subsistema da vontade governa a escolha das ações e se configura no ponto de partida do atendimento da terapia ocupacional, entretanto, quando a pessoa se vê como incompetente ou incapaz, cada possibilidade ofertada, no caso a de escolher, se torna prejudicada, interferindo nos processos posteriores do tratamento.

Assim, segundo o mesmo autor, as convicções internas da pessoa sobre si mesma exercem um importante papel na tomada de decisões, os interesses podem estar reduzidos de forma que a pessoa não tem força ou disposição para atingir os outros subsistemas como da habituação (papéis e regras) e desempenho (habilidades). Dessa forma, pode-se concluir que o subsistema da vontade, preconizado por Kielhofner (2002), é primordial para se iniciar o tratamento. Este subsistema por corresponder à vontade, é fundamental para iniciar um processo de seguimento na terapia Ocupacional. Portanto, oportunizar a escolha e o interesse de atividades de lazer no processo inicial de atendimento na terapia ocupacional constitui-se importante estratégia para o seguimento do tratamento.

A profissão Terapia Ocupacional, devido ao nome e à sua história, carrega uma marca associada à mera ocupação de tempo, entretanto, com o desenvolvimento da profissão e das pesquisas na área, pode-se inferir que a simples ocupação do tempo pode ser realizada pela própria pessoa, mas o grande mérito da profissão está em oferecer a compreensão e a reflexão, para que a pessoa por ela assistida possa encontrar significados neste fazer ou nesta ocupação.

A terapia ocupacional não deve se prender ao passado e considerar o lazer com preconceito, como mera ocupação. O terapeuta ocupacional precisa compreender que pode usar qualquer atividade, desde que justifique e se fundamente em seu instrumento. Dessa forma, enfatiza-se que atividades de lazer podem contribuir para o processo da terapia ocupacional.

Medeiros (2003) faz considerações sobre o uso de atividades pelo terapeuta ocupacional:

“O uso de atividades não é exclusividade de terapeutas ocupacionais, obviamente, mas é a configuração de seu uso que lhe confere a possibilidade terapêutica. A finalidade do uso de atividades para a Terapia Ocupacional deve ser a de fazer com que o homem se aposses com satisfação de sua vida, em seus diferentes campos de atuação – quer seja no desempenho de suas atividades práticas, no desempenho de seus diferentes papéis sociais, quer seja no desempenho de sua vida profissional, social, afetiva e política – vivendo seu tempo e local em busca da realização de seus desejos. Portanto as atividades escolhidas para o processo de Terapia Ocupacional implicam diretamente na qualidade de vida dos sujeitos atendidos.” (Medeiros, 2003, p. 154)

O Terapeuta Ocupacional é o profissional que tem melhores condições para avaliar as ações de uma pessoa, e isto se justifica porque sua prática diária e suas

atenções se dirigem neste sentido. Portanto, considera-se uma necessidade e um consenso dos profissionais da área, de se apropriarem deste instrumento antes que outros profissionais o façam.

O lazer pode se constituir como instrumento ou meio de ocupação, porém poucos reconhecem e compreendem o seu valor como estímulo para desenvolvimento pessoal e como agente facilitador para a inclusão de pessoas com deficiência em ambientes sociais.

Nessa direção, visando à inclusão, Martinelli (2008) investigou a importância de atividades de lazer como instrumento de inclusão social para adultos com deficiência mental, através dos relatos dos próprios adultos e seus familiares. Seus resultados demonstraram que o lazer ocupa pouco espaço e significado na vida cotidiana dessas pessoas, com desconhecimento de locais para tal prática. Segundo a autora, as atividades de lazer geralmente são desenvolvidas no ambiente familiar, com restrição para atividades autônomas baseadas no interesse do adulto com deficiência mental.

Através do exposto, conclui-se que no caso das pessoas com deficiência, as chances e condições para exercer o ato de escolha encontram-se limitadas. Portanto oferecer oportunidades e condições para despertar o interesse através da capacidade de escolha, promover ações de autonomia e liberdade são funções da terapia ocupacional, que podem ser propiciadas por atividades de lazer.

Pretende-se, desse modo, alertar para a importância de atividades de lazer como um meio de inclusão social, no desenvolvimento de atitudes e sentimentos, na busca da autonomia e bem-estar. Salienta-se para a importância da visão do profissional não apenas centrada no déficit, na incapacidade como algo a ser restaurado, mas na compreensão da pessoa como um todo, potencialidades, capacidades remanescentes, limitações, presentes na vida de qualquer pessoa, deficiente ou não.

De acordo com Omote (1996), o modelo médico da deficiência enfatizou técnicas e medidas de reabilitação que contribuíram para centrar ações no déficit, algo a ser recuperado e ou restaurado, para que a pessoa com deficiência pudesse ser incluída. Nesse sentido, quem deveria se ajustar era o indivíduo e não a sociedade. O autor aponta que é preciso que o ambiente se ajuste à natureza dele e enfatiza a necessidade de outras áreas do conhecimento e de aplicação que tratam de pessoas diferentes, a construção de um mundo capaz de incorporar todas as pessoas, independentemente da natureza e grau de diferenças que possam apresentar.

A concepção de pessoas com suas singularidades e diferenças induz a reflexões quanto à formação centrada num modelo médico e biológico que prioriza a avaliação, ou seja, identificação de algo a ser restaurado ou recuperado. Essa atuação deve ser vista com cautela, é preciso considerar o desempenho ou comportamento ocupacional com atividades significativas, que permitam a inclusão e o desenvolvimento individual. Os terapeutas ocupacionais, devido às características da profissão em lidar com um número considerável de atividades, sempre estão atentos e propiciam que as ações de escolhas sejam feitas, podendo utilizar métodos específicos de investigação.

Assim, como sugere Cavalcanti (2006), os terapeutas ocupacionais podem usar métodos e técnicas específicos para avaliação do lazer, desde entrevistas a instrumentos padronizados. Instrumentos de avaliação padronizados facilitam uma linguagem comum entre os profissionais, medem os efeitos da intervenção, permitem o desenvolvimento de pesquisas, porém não permitem familiaridade entre pesquisador e indivíduo além da amostra de comportamento restrita.

O uso de testes e instrumentos de pesquisa, apesar de importantes, pode focar ações em déficit e não salientar habilidades e capacidades. No caso do lazer não se trata

de avaliar funções, mas compreender a escolha, a descoberta de interesses, contribuindo para dar significado ao desempenho de uma ação, oferecendo significado à sua existência.

Dessa forma, compreende-se que o lazer deva ser valorizado enquanto instrumento facilitador de contatos sociais, de expressões e manifestações culturais, liberdade e autonomia, contribuindo para a formação do indivíduo como pessoa e como cidadão. As mudanças que estão sendo proclamadas com o movimento inclusivo repercutem na forma de se conceber as pessoas e de praticar o lazer.

Tanto para o trabalho quanto para o lazer é necessário que essas atividades tenham um sentido, uma significação. Considera-se que a significação do fazer pode ser alcançada por meio de um fazer criativo que permita a espontaneidade, a criatividade e a liberdade de escolha.

Para Castro e Silva (1990), criar significa tanto estruturar quanto se comunicar; é integrar significados e transmiti-los. Toda atividade humana está inserida em uma realidade social, portanto, ao realizar uma atividade, o homem criador não está somente exprimindo seus próprios sentimentos, mas projetando nela tudo aquilo que percebe como próprio dos homens de sua época, do seu contexto cultural e que afeta sua experiência pessoal.

As oportunidades para as pessoas expressarem seus desejos e suas vontades em atividades de lazer são condições que auxiliam a todos no entendimento das próprias necessidades na busca de melhores condições de vida.

Assim, a orientação para atividades de lazer ou o descobrimento delas pelas pessoas devem fazer parte da atuação do profissional de terapia ocupacional uma vez que tal profissional está diretamente envolvido com

a ação humana e não apenas com a restauração de uma função.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Toda pessoa realiza atividades, sejam de lazer ou não, e estas oferecem uma representação em suas vidas.

No caso do lazer, a falta de compreensão bem como a associação com atividades de alto custo financeiro geram dificuldade de acesso a ele. As pessoas com deficiência e a população em geral precisam ser esclarecidas e informadas de que o lazer depende de seu interesse, de sua vontade e que essas preferências não têm necessariamente elevado custo financeiro ou exigem altas habilidades para a realização.

Há a necessidade de quebra de rótulos em relação ao lazer como atividade sem importância que precisa de tempo e de condições financeiras para a sua efetivação. A ocupação de tempo com atividades de lazer sem compreensão do que isso representa para a vida é algo muito comum em nossa sociedade. A leitura que o terapeuta ocupacional faz em relação à execução de tais atividades pode contribuir para o autoconhecimento tanto das pessoas com deficiência como da população em geral. Além do autoconhecimento, as atividades podem oferecer pistas que indiquem dificuldades e ou habilidades nas diversas funções (emocionais, cognitivas e motoras) que compõem o desenvolvimento humano.

É preciso entender o desenvolvimento humano de uma forma ampla, como um todo e não em partes. Compreender o ser humano com suas singularidades e diversidades constitui o paradigma da inclusão, e o profissional de terapia ocupacional deve estimular sua capacidade de reflexão e de criação tendo como meta a transformação das pessoas. Portanto, as concepções em relação às pessoas devem se pautar em elementos que constituem o ser humano com capacidades e incapacidades e não apenas buscar um modelo utópico de perfeição. A sociedade parece caminhar cada vez

mais para a realização de atividades automáticas, pelo acúmulo de tarefas, com pouco tempo destinado à contemplação, como faziam os gregos ou para o ócio como apontado por De Masi (2000). O crescimento da profissão de Terapia Ocupacional deve incorporar a atividade humana como uma importante estratégia de transformação pessoal e social.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AOTA: American Occupational Therapy Association. Statement: fundamental concepts of Occupational Therapy: occupation purposeful activity and function. *Am J Occup Ther*, v. 51, n. 10, p.864-866,1997.

BENETTON, J. Terapia ocupacional: conhecimento em evolução. *Revista do centro de estudos de terapia ocupacional*. v. 2, n. 2, p. 5-7,1995.

BRONDER, D. M.; COOPER, K. J. Inclusion of older adults with mental retardation in leisure opportunities. *Mental Retardation*, v. 32, n. 2, p. 91-99, 1994.

CASTRO, E. D.; SILVA, R. J. G. Processos criativos e Terapia Ocupacional. *Revista de Terapia Ocupacional da USP*, v. 1, n. 2, p. 71-75, 1990.

CAVALCANTI, A. Avaliação da recreação e do lazer. In: CAVALCANTI, A., GALVÃO, C. *Terapia Ocupacional: fundamentação e prática*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007. p. 69-72.

DEJOURS, C. *A loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho*. Trad. Ana Isabel Paraguay e Lúcia Leal Ferreira. São Paulo: Cortez-Oboré, 1988.

DE MASI, D. *O ócio criativo*. Tradução de Lea Manzi. Rio de Janeiro: Sextante, 2000.

KIELFHONER, G. *Model of human occupation theory and application*. Baltimore: Williams & Wilkins, 2002.

MARCELLINO, N.C. *Lazer e educação*. Campinas: Papirus, 1987.

MARTINELLI, S. A. *Inclusão: lazer e participação social sob o olhar de pessoas com deficiência mental e suas famílias*. 2008. 103 p. Dissertação de Mestrado. Programa de Pós-graduação em Educação Especial, Universidade Federal de São Carlos, São Carlos.

MEDEIROS, M. H. R. *Terapia Ocupacional um enfoque epistemológico e social*. São Paulo: EdUFSCar, 2003.

OMOTE, S. Perspectivas para a conceituação de deficiências. *Revista Brasileira de Educação Especial*, v 2, n 4, p. 127-136, 1996.

ROGERS, N. B.; HAWKINS, B. A.; EKLUND, S.J. The nature of leisure in the lives of older adults with intellectual disability. Part 2: *Journal of Intellectual Disability Research*, v. 42, p. 122-130, 1998.

Recebido: 03/12/08

1ª Revisão: 10/02/2009

2ª Revisão: 05/04/2010

Aceite Final: 08/08/2010