



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

KENNEDY ALMEIDA DA COSTA

**ATUAÇÃO DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO AMBIENTE
CORPORATIVO**

CAMPINA GRANDE – PB
2018

KENNEDY ALMEIDA DA COSTA

ATUAÇÃO DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO AMBIENTE CORPORATIVO

Trabalho de Conclusão de Curso – Artigo, apresentado ao Curso de Graduação de Bacharelado em Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, em cumprimento à exigência para obtenção do grau de Bacharel em Educação Física.

Orientador (a): Prof.^a Dr.^a Regimênia Maria Braga de Carvalho

CAMPINA GRANDE – PB
2018

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

C837a Costa, Kennedy Almeida da.
Atuação do profissional de educação física no ambiente corporativo [manuscrito] / Kennedy Almeida da Costa. - 2018.
22 p.
Digitado.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde. 2018.
"Orientação : Profa. Dra. Regiménia Maria Braga de Carvalho, Departamento de Educação Física - CCBS."
1. Ambiente corporativo. 2. Qualidade de vida no trabalho.
3. Educação física. I. Título

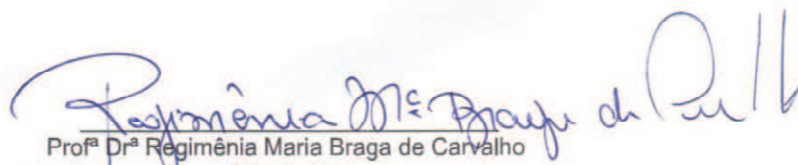
21. ed. CDD 372.86


KENNEDY ALMEIDA DA COSTA

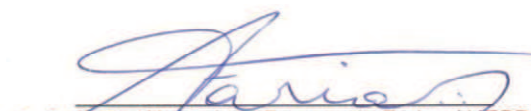
Atuação do Profissional de Educação Física no Ambiente Corporativo

Trabalho de Conclusão de Curso –
Artigo, apresentado ao Curso de
Bacharelado em Educação Física da
Universidade Estadual da Paraíba, em
cumprimento à exigência para obtenção
do grau de Bacharel em Educação
Física.

Aprovada em 9/8/2018.


Prof^ª Dr^ª Regimênia Maria Braga de Carvalho
Orientadora


Prof^ª. Esp. Anny Sionara Lima Moura Dantas / UEPB
Examinadora


Prof^º Dr. Alvaro Luis Pessoa de Farias / UEPB
Examinador

Aos meus pais, pela dedicação, companheirismo e amizade, DEDICO.

Atuação do Profissional de Educação Física no Ambiente Corporativo

COSTA, Kennedy Almeida da

RESUMO

O homem passa grande parte de sua vida trabalhando dentro das organizações, de maneira que um trabalho inadequado, cansativo e desgastante reduz, de algum modo, a percepção da qualidade de vida como um todo. A prática de atividade física bem direcionada pode contribuir para a prevenção de doenças, retardando o envelhecimento dos órgãos e das células do corpo, e assim melhorar a qualidade de vida e proporcionar o bem-estar das pessoas. Dessa forma, o exercício físico se torna principal meio de um processo educativo para se promover um estilo de vida saudável ao trabalhador. Diante deste quadro, o trabalho do Profissional de Educação Física que atua dentro do ambiente corporativo passa a ter maior relevância ou importância, não só para a melhoria da qualidade de vida do colaborador, mas também para um melhor desempenho da empresa no mercado. **O objetivo** do artigo é: mostrar a importância da atuação do profissional de educação física dentro do mercado corporativo trazendo a promoção à saúde, provocando melhorias na qualidade de vida e prática de atividade física para os colaboradores das empresas. **A metodologia** foi baseada em um estudo de caráter descritivo observacional. Para a realização da pesquisa bibliográfica, foram consultados materiais disponíveis on-line, nas bases de dados acadêmicos; consultas em artigos; fontes como livros e dissertações também foram utilizadas, devido à escassez de acervo. Os programas de promoção à saúde e de atividades físicas nas empresas são uma grande oportunidade de democratizar conhecimentos a respeito da atividade física no contexto da saúde e de cuidados com os hábitos de vida. O profissional de educação física tem um papel fundamental para promover mudanças no estilo de vida dos colaboradores das empresas, têm responsabilidade direta na gestão, aplicação e desenvolvimento das atividades.

PALAVRAS-CHAVE: Educação Física, Ambiente corporativo, Qualidade de Vida no trabalho.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	06
2. PRÁTICAS PROFISSIONAIS NO AMBIENTE CORPORATIVO.....	07
2.1. O ambiente corporativo e o capital humano.....	07
2.2. O profissional de educação física no ambiente corporativo....	08
3. METODOLOGIA.....	10
4. RESULTADOS E DISCUSSÕES.....	11
5. CONCLUSÃO.....	16
6. REFERÊNCIAS.....	19

1. INTRODUÇÃO

O homem passa grande parte de sua vida trabalhando dentro das organizações, de maneira que um trabalho inadequado, cansativo e desgastante reduz, de algum modo, a percepção da qualidade de vida como um todo (RIBEIRO, 2016). O surgimento cada vez maior do estresse e de doenças relacionadas ao trabalho têm também chamado bastante atenção e faz com que as empresas e os indivíduos atentem nas questões de qualidade de vida no trabalho (CAÑETE, 2004).

Nas empresas, muitos trabalhadores passam horas em condições limitadas de movimento, em pé e de frente para a bancada de trabalho ou sentados em cadeiras de escritórios (LARA; SOARES, 2009). Da mesma forma, na maioria das vezes, usam seu tempo livre de maneira passiva com a televisão, internet e/ou jogos eletrônicos. Esse comportamento sedentário provoca uma série de manifestações nos sistemas cardiovascular, neurovegetativo e nas glândulas endócrinas, causando determinadas doenças (NAHAS, 2000).

A importância dada à atividade física relacionada à qualidade de vida no trabalho é crescente na literatura e na prática organizacional, já que, em muitas empresas a prática de atividade física, tem sido integrada na rotina das organizações como forma de combater o estresse e aumentar a produtividade (TAMAYO, 2001). No entanto, as pesquisas nessa área precisam avançar, particularmente em relação ao impacto do exercício físico praticado fora da empresa, fora do horário de expediente, na melhoria da qualidade de vida no trabalho.

A prática de atividade física bem direcionada pode contribuir para a prevenção de doenças, retardando o envelhecimento dos órgãos e das células do corpo, e assim melhorar a qualidade de vida e proporcionar o bem-estar das pessoas (SESI, 2010). Dessa forma, o exercício físico torna-se o meio principal de um processo educativo para se promover o estilo de vida saudável do trabalhador.

Diante deste quadro, o trabalho do Profissional de Educação Física que atua dentro do ambiente corporativo passa a ter maior relevância não só para a melhoria da qualidade de vida do colaborador, mas também para um melhor desempenho da empresa no mercado. Resultados de estudos internacionais indicam que mesmo intervenções simples podem ajudar a produzir impactos positivos em

fatores relacionados ao estilo de vida e à saúde de trabalhadores (GOLD *et al.*, 2000; YEN *et al.*, 2001 apud BRAMANTE, *et al.*, 2012)

O objetivo do artigo Atuação do Profissional de Educação física no ambiente corporativo é: mostrar a importância da atuação do profissional de educação física dentro do mercado corporativo trazendo a promoção à saúde, provocando mudanças na qualidade de vida e prática de atividade física para os colaboradores das empresas.

2. PRÁTICAS PROFISSIONAIS NO AMBIENTE CORPORATIVO

2.1. O ambiente corporativo e o capital humano

Segundo o dicionário, corporativismo é a política, economia doutrina ou sistema político e econômico que se baseia na organização de corporações que agrupam trabalhadores e empresários, para, sob a tutela do Estado, funcionarem como elemento de governação.

Fitz-Enz (2001) citado por Sanctis (2008) diz que a chave para manter uma empresa lucrativa ou uma economia saudável é a produtividade da força de trabalho – o Capital Humano. Visto esta necessidade, o equilíbrio organizacional reflete o êxito das organizações em recompensar seus integrantes.

Com a maior participação do capital humano no sucesso das empresas, a valorização do colaborador torna-se imprescindível, ou seja, pessoas saudáveis trabalhando em organizações saudáveis, o que representa negócios com melhores lucros e maior retorno do investimento (Sanctis *et al.*, 2008)

Segundo a Associação Brasileira de Qualidade de vida (ABQV), A busca pela qualidade de vida insere-se no contexto da responsabilidade social, onde a prática deve ser incorporada tanto pelas empresas, quanto pelos próprios profissionais. Sanctis (2008), afirma que:

Para que os programas de qualidade de vida gerem benefícios efetivos, o comprometimento deve ser completo: a empresa deve desenvolver políticas, ações e programas de estímulo a uma vida saudável, e o funcionário, por sua vez, deve perceber que seu papel é fundamental para que os objetivos sejam alcançados por ambas as partes. (SANCTIS, 2008, p. 3)

2.2. O profissional de educação física no ambiente corporativo

Conforme a Resolução CONFEF 046/2002, em seu Art. 1º:

O Profissional de Educação Física é especialista em atividades físicas, nas suas diversas manifestações – ginásticas exercícios físicos, desportos, jogos, lutas, capoeira, artes marciais, danças, atividades rítmicas, expressivas e acrobáticas, musculação, lazer, recreação, reabilitação, ergonomia, relaxamento corporal, ioga, exercícios compensatórios à atividade laboral e do cotidiano e outras práticas corporais –, tendo como propósito prestar serviços que favoreçam desenvolvimento da educação e da saúde (p.37).

Em relação à atuação nas empresas, a Resolução CONFEF 073/2004 afirma que:

É prerrogativa privativa do Profissional de Educação Física planejar, organizar, dirigir, desenvolver, ministrar e avaliar programas de atividades físicas, particularmente, na forma de Ginástica Laboral e de programas de exercícios físicos, esporte, recreação e lazer, independentemente do local e do tipo de empresa e trabalho (p.37)

É fundamental destacar a importância do Art. 5º da Resolução CONFEF 073/2004, que aponta o Profissional de Educação Física como sendo um profissional ativo nos processos de planejamento e implantação de programas destinados à educação do trabalhador nos temas referentes à saúde funcional e ocupacional e hábitos para uma vida ativa.

O Profissional de Educação Física conquistou e vem conquistando cada vez mais seu espaço na sociedade (CONFEF, 2015). Sua atuação dentro das organizações destaca-se pela capacidade de promover ações e programas de qualidade de vida e bem-estar, uma vez que os trabalhadores estão sendo acometidos pelas doenças ocupacionais com mais frequência, sendo fundamental uma intervenção profissional preventiva e de promoção de saúde (AGUIAR *et al*, 2015).

Os ambientes corporativos são diferentes de certos ambientes comuns à área de atuação do Profissional de Educação Física, como academias, clubes, estúdios e locais específicos para a prática de exercícios físicos orientados (AGUIAR *et al*, 2015).

Deste modo, durante a construção de um projeto de qualidade de vida, é fundamental estar atento às peculiaridades de cada empresa, respeitando sua cultura organizacional, sua missão, seus valores, suas regras e suas políticas de saúde e segurança ocupacional (AGUIAR *et al*, 2015).

Para atender as necessidades da empresa junto a seus colaboradores, o profissional de educação física deve entender o ambiente da empresa e as tarefas realizadas pelos colaboradores. Para isso é necessário saber as informações referentes a postos de trabalho, atividades, rotina dos setores, uso de

equipamentos (SESI, 2007). É importante também que o profissional de EF busque informações por meio de pesquisa quanto ao perfil individual dos colaboradores.

Segundo as Diretrizes de Gestão SESI (2007):

Os indicadores a serem analisados no perfil individual dos trabalhadores são os níveis de atividade física, os hábitos alimentares, a qualidade dos relacionamentos, percepção de estresse, adaptação ao ambiente de trabalho e levantamento sobre as dores e condições físicas de modo geral (SESI, 2007, p. 98).

Com o panorama de dados revelados pela aplicação da pesquisa de perfil individual, torna-se mais eficiente o planejamento das atividades com a intenção de melhor delineamento das atividades que serão aplicadas aos funcionários da empresa, propiciando bons resultados de uma maneira mais objetiva.

O profissional de EF deve atuar de forma interdisciplinar com outros profissionais de saúde ligados a empresa, como médico do trabalho e psicólogo, além de ter relacionamento direto com o departamento de recursos humanos da empresa (PACHECO; SOARES, 2016).

ZANNON, (1994) citado por (GORSKI, G.M.; PEREIRA, D, L; 2013), afirma que:

A interdisciplinaridade contempla ações conjuntas, integradas e inter-relacionadas, de profissionais de diferentes procedências quanto à área básica do conhecimento. Implica na tomada de decisão acerca das condutas profissionais, levando em conta os aspectos relativos às diversas disciplinas, além das diversas dimensões da vida humana, de seu estudo e da intervenção profissional. (GORSKI, G.M.; PEREIRA, D, L; 2013, p.74).

Tão importante quanto orientar os colaboradores durante a prática de exercícios laborais ou de outros gêneros, o papel de “educador” do Profissional de EF é fundamental para que a prática não fique restrita ao interior da organização, para que o colaborador realmente entenda a fundamental importância de estilo de vida mais ativo e seja um instrumento de mudança também para sua família.

As atividades orientadas pelo profissional de Educação Física podem ser divididas em dois tipos: diárias e especiais (SESI, 2010). As atividades diárias devem estar de acordo com os resultados do diagnóstico realizado e com o espaço físico que a empresa oferecer podendo ser, aulas de ginástica laboral, Yoga, Pilates entre outras.

As atividades especiais são atividades complementares e planejadas podendo estar de acordo com o pentágulo do bem estar (NAHAS *et al* , 2006), trabalhando os cinco aspectos: nutrição, atividade física, comportamento preventivo

relacionamento social e controle do stress, ou também com outros temas propostos pelo grupo ou pelo próprio profissional que são; relaxamento, jogos cooperativos, mini aulas de dança entre outros, além de seguir programações temáticas em datas comemorativas, podendo também caracterizar a formação esportiva por meio de formulação e gerenciamento de projetos esportivos como: grupos de corrida e caminhada, ciclismo, futebol no ambiente fora da empresas.

Todas as atividades promovidas devem ser avaliadas periodicamente e seus resultados apresentados à diretoria da empresa com a finalidade de mostrar as melhorias junto aos indicadores da empresa, melhorias essas que justifiquem a atuação do profissional de educação física dentro do ambiente corporativo (CONFEEF, 2015).

3. Metodologia

Este estudo é de caráter descritivo observacional, realizado no período compreendido entre março e julho de 2018, abrangendo os anos de publicação entre 2007 à 2018.

Foram feitas buscas por artigos através dos descritores “ambiente de trabalho”, “saúde do trabalhador”, “educação física e treinamento” e “exposição ocupacional” e seus respectivos em inglês, nas principais bases de dados acadêmicos.

Critérios utilizados para incluir os achados foram artigos que tivessem proximidade com o tema abordado e os critérios para exclusão foram todos os artigos que não se encaixavam ou que não tinham proximidade ao tema.

Com o objetivo de facilitar a seleção dos estudos relevantes, foi utilizado um filtro quanto ao assunto de trabalho principal (saúde do trabalhador), (promoção à saúde), (serviço de saúde do trabalhador). Fontes como livros e dissertações também foram utilizadas, devido à escassez de acervo.

O fluxograma abaixo reporta as informações acerca do processo de seleção dos estudos incluídos (Figura 1). A pesquisa nas bases de dados indicou um total de 437 artigos, com a retirada dos artigos duplicados, foi identificado 215 artigos. Após a leitura criteriosa dos títulos e resumos, foram selecionados 22 estudos potencialmente importantes. Após a realização da análise baseada nos critérios de

inclusão e exclusão e no objetivo proposto, foram escolhidos 10 artigos para compor este estudo.

Resultados das buscas dos artigos:

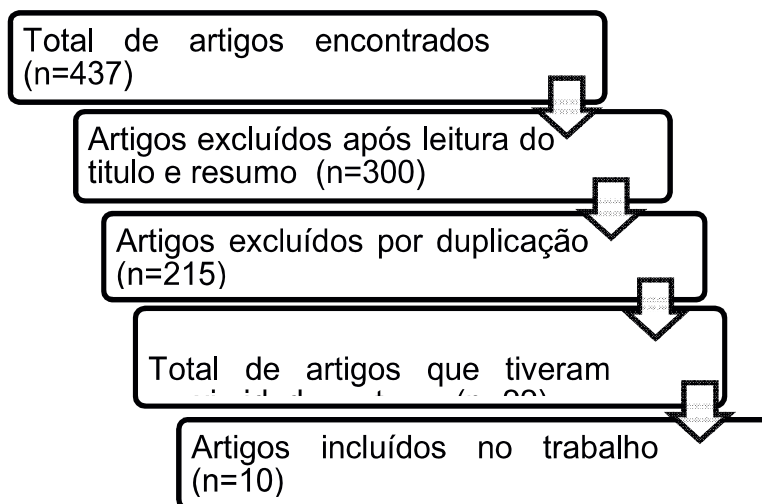


FIGURA 1. Fluxograma do processo de busca

Os artigos filtrados tiveram análise criteriosa do título e resumo dos selecionados para posterior discussão.

4. Resultados e Discussões

Os artigos encontrados, falam basicamente sobre a prática de atividade física no ambiente de trabalho.

(SANCTIS et al, 2008), no estudo: Atividade física corporativa: colaborações para a saúde do trabalhador, mostrou que há relevância da atividade física no ambiente corporativa. Por meio de uma revisão de literatura, onde se concluiu que: A implantação de exercícios físicos na empresa torna o ambiente de trabalho valorizado e oferece melhora no quadro competitivo da empresa.

(LIMA, V. A. 2009), em sua dissertação de mestrado: Efeitos de um programa de exercícios físicos no local de trabalho sobre a percepção de dor musculoesquelética em trabalhadores de escritório. Teve como objetivo, avaliar os efeitos de um programa de exercício físico no local de trabalho sobre a flexibilidade e a percepção de dor músculo esquelética entre trabalhadores de escritório e sua relação com a frequência semanal. O programa inclui sessões de 10 minutos

compostas por alongamento, resistência muscular localizada, automassagem, massagem e técnicas de relaxamento por um período de seis meses. Durante o período do programa também foram realizadas três palestras para os participantes com informações sobre exercício no local de trabalho, atividade física e postura corporal. Este estudo demonstrou que a participação em um programa bem estruturado de exercícios no local de trabalho pode contribuir para o aumento da flexibilidade e para a redução da intensidade de dores musculoesqueléticas.

(FALCI, D.M.; BELISÁRIO, S.A. 2013), em seu artigo: A inserção do profissional de educação física na atenção primária à saúde e os desafios em sua formação, diz que os resultados apontaram essa inserção como positiva para a profissão e para os serviços de saúde, porém indicaram algumas dificuldades, dentre elas, a graduação foi mencionada como insuficiente para atuar na atenção primária. A pós-graduação foi identificada como uma das estratégias para minimizar essa insuficiência. .

(GORSKI, G. M.; PEREIRA, D. L., 2013), em seu artigo: Profissional de educação física: interdisciplinaridade no programa saúde da família. Relatando a experiência das práticas corporais, orientadas pelo educador físico, e a ação interdisciplinar com a psicologia e a fonoaudiologia. Concluiu que o profissional de educação física está capacitado para trabalhar junto às equipes de saúde do PSF, pois as ações de práticas corporais podem reduzir os agravos e os danos decorrentes das doenças não transmissíveis, beneficiar a redução do consumo de medicamentos, favorecer a formação de organizações sociais e incentivar a interdisciplinaridade. Além disso, o trabalho interdisciplinar desenvolvido pelas três áreas mostrou-se enriquecedor, contribuindo para o processo de formação ampla de indivíduos.

(CONSELHO FEDERAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA – CONFEF, 2015). No livro: Ginástica laboral: Prerrogativas do profissional de educação física. No Capítulo 2, pag 37; Traz que: Sua atuação dentro das organizações destaca-se pela capacidade de promover ações e programas de qualidade de vida e bem-estar, uma vez que os trabalhadores estão sendo acometidos pelas doenças ocupacionais com mais frequência, sendo fundamental uma intervenção profissional preventiva e de promoção de saúde. De acordo com a Resolução **046/2002 e 073/2004**, em seu Art. 1º e 5º que fala: É prerrogativa privativa do Profissional de Educação Física planejar, organizar, dirigir, desenvolver, ministrar e

avaliar programas de atividades físicas, particularmente, na forma de Ginástica Laboral e de programas de exercícios físicos, esporte, recreação e lazer, independentemente do local e do tipo de empresa e trabalho.

(PACHECO; SOARES, 2016), em seu artigo: A atuação do profissional de Educação Física em equipes multidisciplinares da saúde pública e privada. Fala que O profissional de Educação Física está capacitado para trabalhar junto às equipes multidisciplinares de saúde, pois as ações de práticas corporais podem reduzir os agravos e os danos decorrentes das doenças não transmissíveis, beneficiar a redução do consumo de medicamentos, favorecer a formação de organizações sociais e incentivar a interdisciplinaridade. Poucas equipes organizam a prática da atividade física, e, na maioria das vezes, não é o profissional de Educação Física quem cuida das atividades propostas aos usuários. Quando se trata de exercícios físicos, o profissional de Educação Física é o único habilitado para trabalhar com os pacientes, pois, além de ser um agente de saúde, mostra, com base científica, os benefícios dos exercícios físicos para os pacientes, o que pode representar um grande papel na prevenção de doenças e promoção da saúde.

(RIBEIRO, S. N., 2016), em sua dissertação de mestrado: A relação entre qualidade de vida no trabalho e atividade física: estudo em uma instituição federal de ensino. Teve como objetivo analisar a relação entre qualidade de vida no trabalho (QVT) e atividade física; o qual utilizou uma pesquisa de caráter descritivo-quantitativo realizada em uma instituição de ensino público federal. Para a coleta de dados, foi utilizado um questionário baseado nas dimensões de QVT propostas por Walton (1973) e o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAC). Concluiu-se que não existem diferenças estatísticas significativas quando se comparam os níveis de atividade física e da qualidade de vida no trabalho da amostra pesquisada, o que pode indicar que programas organizacionais que envolvem atividades físicas podem não ter o impacto esperado na qualidade de vida do trabalhador. Dessa forma, o estudo propõe uma reflexão sobre a validade da adoção da atividade física de forma isolada nos programas de qualidade de vida no trabalho.

(BENELI, L. M.; ACOSTA, F. A., 2017), em seu artigo: Efeitos de um programa de ginástica laboral sobre a incidência de dor em funcionários de uma empresa de software. Teve como objetivo, analisar a incidência de dor nos funcionários de uma

empresa do segmento de informática, e avaliar os efeitos de um programa de ginástica laboral. Os funcionários iniciaram o programa de ginástica laboral, que possuía três sessões semanais, com duração de 15 minutos cada, totalizando 78 sessões, em um período de seis meses. Após o programa observou-se uma diminuição do número de participantes com queixas de dor e redução percentual na maioria das regiões analisadas. Conclui-se que a ginástica laboral realizada durante um período de seis meses, com três sessões por semana, pode contribuir significativamente com a diminuição ou ausência de dor nestes funcionários.

(NEVES, R. F. et al, 2018), em um artigo de revisão: A ginástica laboral no Brasil entre os anos de 2006 e 2016: uma scoping review. Tem objetivo: Descrever e sintetizar as formas pelas quais a literatura brasileira tem abordado a GL. Obteve os seguintes resultados: Nos 44 artigos analisados foi evidenciado que diversas metodologias têm sido aplicadas à GL, majoritariamente as quantitativas. Os estudos têm sido conduzidos principalmente por educadores físicos e fisioterapeutas. A GL é executada tanto em empresas privadas quanto em órgãos públicos, com trabalhadores das mais variadas funções. A GL vem sendo investigada a partir de metodologias e formas de aplicação diversas. Estudos qualitativos e multimétodos, que são escassos, certamente garantiriam maior alcance e potencial à GL.

(VAN KASTEREN et al, 2018), em seu artigo: Entendendo Episódios de Atividade Física no Trabalho Usando Dados Fitbit®, Também trata da importância de aumentar as oportunidades de prática de atividade física moderada e vigorosa para funcionários de escritórios, de forma que isso pode não só reduzir riscos as doenças, mas também contribuir ativamente para a melhorar a função cerebral e reduzir a ansiedade no trabalho. O artigo mostra as limitações e o potencial dos dados dos dispositivos Fitbit como um meio de compreender as oportunidades e restrições do ambiente organizacional e físico para a atividade física no trabalho para os trabalhadores de escritório.

De acordo com os artigos acima citados, podemos analisar que:

(SANCTIS, 2008) e (VAN KASTEREN, 2018) reforçam a importância da prática da atividade física no ambiente corporativo. Em contraponto, não especificam a participação do profissional de educação física a frente da realização das

atividades físicas, não deixando claro que de acordo com a Resolução CONFEF 046/2002, em seu Art. 1º e 5º diz: É prerrogativa privativa do Profissional de Educação Física planejar, organizar, dirigir, desenvolver, ministrar e avaliar programas de atividades físicas, particularmente, na forma de Ginástica Laboral e de programas de exercícios físicos, esporte, recreação e lazer, independentemente do local e do tipo de empresa e trabalho.

Os trabalhos de (FALCI, D.M.; BELISÁRIO, S.A., 2013); (GORSKI, G. M.; PEREIRA, D. L., 2013); (PACHECO; SOARES, 2016) corroboram com a importância da atuação do profissional de educação física na atenção primária à saúde, confirmando a ideia de que o profissional de educação física é peça fundamental quanto à intervenção acerca de melhorias da saúde do trabalhador.

Segundo (RIBEIRO, 2016) no trabalho que trata da prática isolada, ela mostra que, programas organizacionais que envolvem atividades físicas podem não ter o impacto esperado na qualidade de vida do trabalhador, contudo ações macro, programa de qualidade de vida, devem ser trabalhadas, não apenas um aspecto deve ser trabalhado de forma isolada. Com mostrado nos trabalhos de (LIMA, V. A., 2009); (BENELI, L. M.; ACOSTA, F. A., 2017) onde participação em um programa bem estruturado de exercícios no local de trabalho pode contribuir para o aumento da flexibilidade e para a redução da intensidade de dores musculoesqueléticas.

5. Conclusão

A cada dia que passa, fica mais consolidado para as empresas/empresários os malefícios e prejuízos que o sedentarismo traz aos seus funcionários. Foi observado que é muito comum nas empresas pessoas que não praticam nenhum tipo de atividade física, que estão com sobrepeso e baixa aptidão física. Além disso, os funcionários trabalham em um ritmo muito forte de movimento e de concentração mental, de maneira que os mesmos precisam estar preparados, não apenas mentalmente, mas também fisicamente para desempenharem da melhor maneira possível suas funções.

Sendo o exercício físico o maior produtor de saúde, este é o primeiro a ser abandonado quando há a inserção no mercado de trabalho, devido à carga horária e trajeto até o local ocupacional. No entanto, cabe às empresas incentivarem a prática de exercícios físicos, como um “motivo” que satisfaça suas necessidades diante do mercado competitivo.

Os programas de promoção à saúde e de atividades físicas nas empresas são uma grande oportunidade de democratizar conhecimentos a respeito da atividade física no contexto da saúde e de cuidados com os hábitos de vida. O profissional de educação física tem um papel fundamental para promover mudanças no estilo de vida dos colaboradores das empresas, têm responsabilidade direta na gestão, aplicação e desenvolvimento das atividades.

Desse modo as funções dos profissionais de Educação física no Ambiente Corporativo são:

- Elaboração de Projetos de promoção à saúde;
- Avaliação do estilo de vida dos colaboradores;
- Desenvolvimento das atividades;
- Promover palestras;
- Ministras Aulas de Ginástica Laboral;
- Jogos Cooperativos;
- Treinamento de grupos de corrida e caminhada;
- Avaliação das atividades realizadas
- Apresentação dos resultados obtidos

Ademais, faz-se imprescindível observar que devido à falta de informações e discussões sobre a atuação do profissional de educação física no ambiente das empresas e indústrias, deve-se pensar na importância desse profissional para o sucesso dos programas de atividade física e qualidade de vidas dos trabalhadores.

Professional Performance of Physical Education in the Corporate Environment

COSTA, Kennedy Almeida da

ABSTRACT

Man spends a large part of his life working within organizations, so that inadequate, exhausting and exhausting work reduces in some way the perception of the quality of life as a whole. The practice of well-directed physical activity can contribute to the prevention of diseases, slowing down the aging of organs and cells of the body, thus improving the quality of life and providing the well-being of people. In this way, physical exercise becomes the main means of an educational process to promote a healthy lifestyle to the worker. In view of this situation, the work of the Physical Education Professional working within the corporate environment is of greater relevance or importance, not only for improving the quality of life of the employee, but also for a better performance of the company in the market. The objective of this article is to show the importance of the physical education professional's role in the corporate market, bringing health promotion, provoking improvements in the quality of life and practice of physical activity for employees. The methodology was based on a descriptive observational study. For the accomplishment of the bibliographical research, available materials were consulted online, in the academic databases; consultations on articles; sources such as books and dissertations have also been used due to the scarcity of collections. Health promotion programs and physical activities in companies are a great opportunity to democratize knowledge about physical activity in the context of health and care of life habits. The physical education professional has a fundamental role to promote changes in the lifestyle of corporate employees, has direct responsibility in the management, application and development of activities.

KEYWORDS: Physical Education, Corporate Environment, Quality of Life at Work.

6. REFERÊNCIAS

ABREU. S. C., SILVA. M. R., GORGATTI. E. C. A. S., Ginástica Laboral como ferramenta dos Programas de Qualidade de Vida no Trabalho (PQVT). **Anuário da Produção Científica dos Cursos de Pós-Graduação**. Santa Catarina, v. 4, n.4, p. 113-132, 2009.

A educação física no ambiente corporativo. **Confef**, 2018.

Disponível em:

<http://www.confef.org/extra/revistaef/arquivos/2011/N39_MAR%C3%87O/14_AMBIENTE_CORPORATIVO.pdf> acesso em 12 de jul. de 2018

AGUIAR, Lauro Ubirajara Barboza de et al. **Ginástica Laboral: Prerrogativa do Profissional de Educação Física**. 1. ed. Rio de Janeiro: [s.n.], 2015. 124 p. v. unico.

BENELI, Leandro Melo; ACOSTA, Barbara Farina. Efeitos de um programa de ginástica laboral sobre a incidência de dor em funcionários de uma empresa de software. **Revista Saúde e Meio Ambiente – Resma**, Três Lagoas, v. 1, n. 4, p.66-76, jun. 2017. Disponível em:

<<http://seer.ufms.br/index.php/sameamb/article/view/3155>>. Acesso em: 28 jul. 2018.

Corporativismo in Dicionário infopédia da Língua Portuguesa. **Porto Editora**, 2018. Disponível em: <<https://www.infopedia.pt/dicionarios/lingua-portuguesa/corporativismo>> acesso em 10 de jul de 2018

CAÑETE, Ingrid. Qualidade de vida no Trabalho: muitas definições e inúmeros significados. In: BITENCOURT, Claudia. (Org.). *Gestão Contemporânea de Pessoas*. Porto Alegre: Bookman, 2004.

Descritores em Ciências da Saúde: DeCS. 2018. ed. rev. e ampl. São Paulo: BIREME / OPAS / OMS, 2017. Disponível em: < <http://decs.bvsalud.org> >. Acesso em 22 de jun. 2018.

FALCI, D.M.; BELISÁRIO, S.A. The position of physical education professionals within primary healthcare and the challenges in their training. **Interface (Botucatu)**

GORSKI, G. M.; PEREIRA, D. L. Profissional de Educação Física: interdisciplinaridade no Programa Saúde da Família. **Rev. Ciênc. Ext.** v.9, n.3, p.72-81, 2013.

LARA, Márcia de Ávila e; SOARES, Felipe Alves. Qualidade de vida no trabalho: o papel da ginástica laboral. **Efdeportes.com**: Revista Digital, Buenos Aires, v. 132, n. 14, p.0-0, maio 2009. Mensal. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd132/o-papel-da-ginastica-laboral.htm>>. Acesso em: 25 maio 2018.

Lima VA, Aquilas AL, Ferreira Junior M. Efeitos de um programa de exercícios físicos no local de trabalho sobre a percepção de dor musculoesquelética em trabalhadores de escritório. **Rev Bras Med Trab**. 2009;7:11-7.

MASCELANI, Rubens Filho. **Curso de Ginástica Laboral**. Universidade do Contestado de Concórdia SC, 2001

NEVES, Robson da Fonseca et al. A ginástica laboral no Brasil entre os anos de 2006 e 2016: uma scoping review. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, [s.l.], v. 16, n. 1, p.82-96, 2018. Zeppelini Editorial e Comunicacao. <http://dx.doi.org/10.5327/z1679443520180078>. Disponível em: <<http://rbmt.org.br/details/297/pt-BR/a-ginastica-laboral-no-brasil-entre-os-anos-de-2006-e-2016--uma-scoping-review>>. Acesso em: 28 jul. 2018.

NAHAS, Markus V. et al. **Lazer ativo**: caderno técnico. Florianópolis: SESI/SC, 2006.

PACHECO, Rafael Spiller; SOARES, Maria Cecília L. B. A atuação do profissional de Educação Física em equipes multidisciplinares da saúde pública e privada. **Ensaio & Diálogos**, Rio Claro, v. 9, n. 1, p. 139-158, jul./dez. 2016

Profissionais saudáveis, empresas produtivas: como promover um estilo de vida saudável no ambiente de trabalho e criar oportunidades para trabalhadores e empresas / Alberto Ogata (organizador); Antônio Carlos Bramante... [et al.]. – Rio de Janeiro: **Elsevier** : SESI, 2012

RIBEIRO, Silvana Nahas. A Relação entre Qualidade de Vida no Trabalho e Atividade Física: Estudo em uma instituição de ensino federal. **Fumec.br** 2018. Disponível em:<<http://www.fumec.br/revistas/pdma/article/view/4605>> Acesso em 26 de Jun. de 2018.

SANCTIS, Flavia; UEMURA, Claudia Akemi; NISHIMURA, Carolina Camargo; VIEBIG, Renata Furlan. Atividade física corporativa: colaborações para a saúde do trabalhador. **Efdeportes** 2018. Disponível em:

<<http://www.efdeportes.com/efd125/atividade-fisica-corporativa-colaboracoes-para-a-saude-do-trabalhador.htm>> Acesso em 28 de jun. de 2018.

SESI/DN. **Caderno SESI Lazer Ativo – SESI Ginástica na Empresa**. Brasília: SESI/DN, 2010.

SESI/DN. **Caderno SESI Lazer Ativo – Metodologia**. Brasília SESI/DN, 2010.

SESI/DN. **Diretrizes de Gestão SESI Ginástica na Empresa**. Brasília, SESI/DN 2007.

TAMAYO, Alvaro. Prioridades axiológicas, atividade física e estresse ocupacional. **Revista de Administração Contemporânea**, [s.l.], v. 5, n. 3, p.127-147, dez. 2001. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s1415-65552001000300007>. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-65552001000300007>. Acesso em: 28 maio 2018.

VAN KASTEREN, Y; MAEDER, A; PERIMAL-LEWIS, L. **Understanding Episodes of Physical Activity at Work Using Fitbit® Data**. 2018. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/30040698>>. Acesso em: 10 jul. 2018.

VIEIRA, V., MACEDO, E. D., ALVES N. T. O., **Importância da Ginástica Laboral na Gestão de Pessoas: um estudo de caso no IFRN campos Mossoró-RN**, 2010. Disponível em <<http://connepi.ifal.edu.br/ocs/anais/conteudo/anais/files/conferences/1/schedConfs/1/papers/841/public/841-5181-1-PB.pdf>> Acesso em: 26 de jun. de 2018.