


## QUANDO LAZER E SAÚDE SE ENCONTRAM: UMA APROXIMAÇÃO TEÓRICA POSSÍVEL PARA A COMPOSIÇÃO DE PRÁTICAS COTIDIANAS

Recebido em: 24/01/2024

Aprovado em: 22/03/2024

Licença: 

*Alessandro Rodrigo Pedroso Tomasi*<sup>1</sup>  
Universidade Federal do Paraná (UFPR)  
Curitiba – PR – Brasil  
<https://orcid.org/0000-0002-4711-0544>

*José Alfredo Oliveira Debortoli*<sup>2</sup>  
Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG)  
Belo Horizonte – MG – Brasil  
<https://orcid.org/0000-0001-5277-0523>

**RESUMO:** A vida cotidiana, para além de um conjunto de atividades desenvolvidas e vivenciadas ao longo dos dias, é também um tempo recheado de sentidos e significados. Inseridos nesse tempo, estão o lazer e a saúde, elementos centrais para a manutenção da vida individual e coletiva. Inseridos também em diferentes currículos acadêmicos, estes grandes campos de conhecimento são, muitas vezes, apresentados e tratados de forma separada durante o processo de formação acadêmica profissional. Este texto, fruto de uma Residência pós-doutoral no Programa de Pós-Graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer, é uma composição conjunta entre um terapeuta ocupacional e um profissional de Educação Física, na tentativa de aproximar os núcleos de conhecimento e apresentar uma nova possibilidade de abordagem para os Estudos do Lazer.

**PALAVRAS-CHAVE:** Saúde. Atividades de lazer. Terapia ocupacional. Educação Física e treinamento.

### WHEN LEISURE AND HEALTH MEET: A POSSIBLE THEORETICAL APPROACH FOR THE COMPOSITION OF EVERYDAY PRACTICES

**ABSTRACT:** Everyday life, in addition to a set of activities developed and experienced throughout the day, is also a time filled with meanings and meanings. Included in this time are leisure and health, central elements for maintaining individual and collective life. Also included in different academic curricula, these major fields of knowledge are often presented and treated separately during the process of professional academic training. This text, the result of a post-doctoral residency in the Interdisciplinary Post-Graduate Program in Leisure Studies, is a joint composition between an occupational

<sup>1</sup> Doutor em Estudos do Lazer; Pós-Doutorado em Estudos do Lazer. Docente do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer (PPGIEL/UFMG).

<sup>2</sup> Doutor em Educação, Pós-Doutorado em Antropologia Social. Docente do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer (PPGIEL/UFMG).

therapist and a Physical Education professional, in an attempt to bring knowledge centers closer together and present a new possibility approach to Leisure Studies.

**KEYWORDS:** Health. Leisure activities. Occupational therapy. Physical education and training.

## **Introdução**

A vida cotidiana, para além de um conjunto de atividades desenvolvidas e vivenciadas ao longo dos dias, é também um tempo recheado de sentidos e significados. Cada sujeito e coletivo que vivenciam seus cotidianos constroem diferentes contextos que, gradualmente, passam a fazer parte da sua história. Neste conjunto de atividades diárias, materializado muitas vezes por ações que são próprias de cada cultura, tempo histórico, modo de produção, desejos e possibilidades, passam despercebidos aspectos que, embora conceituados separadamente no âmbito acadêmico, possuem relações que, de tão próximas, passam despercebidas.

Tratamos aqui, especificamente, do lazer e da saúde, núcleos de conhecimento distintos mas que representam fatias importantes da vida cotidiana de cada um. A saúde, por um lado, tratada a partir de uma perspectiva inalcançável, como o pleno bem-estar físico, mental e social conforme apontado pela Organização Mundial da Saúde (OMS), é praticamente uma busca incessante, porém perdida, dado que parte de um conceito ultrapassado e inalcançável. O lazer, por sua vez, mesmo com a diversidade de pesquisas, ainda é constantemente percebido como uma finalidade, ou seja, é sempre a intenção final daqueles que o vivenciam.

Certamente, se o olhar para estes dois núcleos de conhecimento soa tão consolidado por um lado, por outro existe a necessidade de se estabelecerem novas possibilidades para (re)pensar as práticas, tanto de lazer quanto de saúde e, para além disso, uma possível relação entre estes saberes, no sentido de construir possibilidades de intersecções entre eles.

Essa construção torna-se necessária a partir de dois pontos: se a saúde, pensada a partir de um conceito de pleno bem-estar é algo inatingível, logo que para esta plenitude possivelmente não haja disponibilidade de condições materiais, como então pensar a saúde? Se o lazer é uma vivência cotidiana, como não ser a finalidade da vivência em si mesma?

Refletir sobre estas questões propõe uma relação necessária entre os campos do lazer e da saúde, relação essa constituída a partir de concepções mais críticas da realidade, que possibilitem tanto a utilização convergente da saúde, como finalidade do cotidiano prático dos sujeitos quanto do lazer, como elemento meio da produção de saúde humana, por um viés prático e prático, produtivo para os sujeitos que o vivenciam mas não a favor do (descanso para o) trabalho; a favor de uma produção que engloba a cultura, o fazer humano e a produção de diferentes identidades, inerentes à própria vida.

Entendemos, portanto, o lazer como um potente elemento na construção de processos de saúde. Embora esta afirmativa tenha um tom conclusivo, cabe (certamente) a apresentação e desenvolvimento do pensamento e método que construímos ao longo de 18 meses (outubro de 2020 a fevereiro de 2022) de uma parceria em uma residência pós-doutoral no Programa de Pós Graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer (PPGIEL) da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG), na tentativa de correlacionar os núcleos de conhecimento anteriormente citados. Certamente não temos intenção de esgotar a temática ao longo deste texto, mas sim introduzi-la. Neste sentido, a ideia é tecer uma aproximação de diferentes núcleos de conhecimento (terapia ocupacional, saúde, educação física e lazer) a partir da construção de um método, para a utilização do lazer como elemento moderador entre as práticas corporais, as ocupações cotidianas e a produção de saúde. Para fins de organização do pensamento e da leitura,

apresentamos na sequência a construção metodológica do processo e as reflexões sobre as ações, muito embora precise ser explicitado ao leitor que estas etapas ocorreram de forma concomitante durante o tempo de residência.

## **Metodologia**

Este trabalho é composto a partir do método de narrativas. Esta opção foi elencada pela possibilidade de escutar, em diferentes formatos, histórias e percepções sobre a vivência cotidiana prática em diferentes momentos. Vale, inicialmente, situar o(a) leitor(a) que essas narrativas aparecerão no texto a partir de três diferentes formas: a primeira, que chamamos de crônicas, é composta por uma reflexão sobre situações cotidianas vivenciadas/observadas por um dos autores.

A segunda, por sua vez, apresenta resultados de orientações de Trabalhos de Conclusão de Curso (TCCs), orientados durante o período de pós-doutorado. Estes TCCs tiveram duas características principais: trataram sobre a relação entre a terapia ocupacional e o lazer, a partir de um resgate na literatura sobre as publicações sobre o tema e a partir de uma pesquisa de campo, realizada com mulheres durante a produção de bordado.

A terceira, por fim, está ligada à construção de uma oficina literária durante o período de pandemia da Covid-19, no sentido de tentar contribuir para que a comunidade da EEEFTO conseguisse ressignificar questões relacionadas à sua saúde mental. Confessamos, no entanto, que esta oficina foi um erro acertado: ao organizar as ações dos encontros, foi-se sistematicamente organizando um método para a utilização do lazer como elemento potente na construção de processos de saúde. Apresentamos abaixo cada momento citado, com uma breve reflexão e, na sequência, uma possível relação entre a construção destes elementos e a utilização do lazer como ferramenta na produção de saúde.

## **Crônicas**

Tomando a minha própria experiência (Alessandro) como ponto de partida, cada crônica escrita foi uma percepção minha sobre elementos que permeiam o meu cotidiano e as minhas vivências, mais ou menos como um diário de campo. Este ponto é especialmente interessante, partindo do princípio que estabelece algumas provocações: será um trabalho auto etnográfico menos importante/válido do que uma etnografia mais tradicional? Metodologicamente, qual a implicação do pesquisador ser o narrador principal do evento (não como etnógrafo, mas como ator, ou ambos)? A narrativa fica empobrecida na medida em que o lugar de fala é do pesquisador ou é o contrário? Na ideia positivista de fazer ciência, será que a aproximação visceral entre pesquisador e objeto torna esse mesmo objeto menos possível de ser pesquisado?

Certamente, esse conjunto de perguntas não refletem a totalidade do que foi me colocar no lugar central de pesquisador e pesquisado, mas ajudam a começar a pensar na possibilidade de outros métodos e outras formas de produzir conhecimento (até porque, felizmente, o positivismo não é a única forma de fazer ciência). Este pensamento retomarei mais adiante. Sistemáticamente, ao inclinar os meus olhares para diferentes cenários cotidianos, fui percebendo nuances que inicialmente eram escondidas de mim mesmo, como cores, possibilidades e sentimentos.

Em cada texto escrito, a possibilidade de perceber o contexto em parceria com o ambiente, se tornou mais presente; reconhecer sucessos, fracassos, relação entre saúde e doença, por exemplo, foi um exercício árduo no direcionamento do olhar, tão habituado e treinado para ser objetivo na percepção da realidade. Claro que, como um materialista em processo de formação, há que se compreender que essas nuances contextuais são, talvez, um dos elementos imperceptíveis mais materiais que o cotidiano apresenta: as cores de uma cidade (em contraste com ela mesma), a vida diária com 2 crianças em

processo de isolamento durante os períodos mais críticos da pandemia; a necessidade de adaptação ao novo contexto e processo de trabalho, sem um contato com pessoas que me faziam mal/bem.

Por outro lado, o ambiente também passou a ser melhor observado, melhor cuidado. Me recordo que em algum momento (embora eu não tenha escrito sobre isso), reorganizei a sala do apartamento para que houvesse mais espaço para as brincadeiras com meu filho mais velho: naquele lugar, peças de Lego ganharam diferentes formas, desde as tradicionais, quando usamos as instruções, até as naves espaciais, inventadas em parcerias; brinquedos tecnológicos travaram batalhas *vikings*; *Hot Wheels* transitaram por caixas de papelão (as chamadas máquinas do tempo), por passagens perigosamente estreitas. O condomínio, por sua vez, carente de vida, foi mais movimentado que nunca: o salão de festas, desolado por ele mesmo, virou florestas, quadras de tênis e campos de futebol. A garagem, escura e solitária, foi palco de perseguições a monstros, investigações e o bom e velho esconde-esconde.

Essas vivências, a cada crônica produzida, contribuíram para deixar o olhar para o cotidiano um pouco mais elaborado. Ainda, a possibilidade de uma certa leveza, permitiu também, de alguma forma, poetizar o método (o que não significa que o rigor metodológico tenha diminuído) e, desta forma, deixá-lo mais humano.

Não posso dizer que, inicialmente, a intenção dos textos era esse encontro. Não. A intenção era um retrato escrito do que e como eu vi algumas situações cotidianas. Confesso, no entanto, que em momento algum tive a intenção ou desejo de me colocar fora dos meus olhares. Ao contrário, tentei sistematicamente expressar cada percepção que tive nas palavras das crônicas. Mas era só isso.

Por outro lado, o encontro do olhar passional com o método permitiu algumas percepções sobre o próprio método, e esse talvez tenha sido o maior ganho em relação

ao processo de pesquisa: inicialmente, como já dito anteriormente, ao me posicionar mais próximo do objeto do que do rigor metodológico consegui perceber nuances sobre os contextos descritos, como algumas belezas não vistas, caminhos possíveis na solução de problemas e uma viagem ao meu próprio interior.

Como elemento narrativo, as crônicas possibilitaram maior familiarização com o observado: ao me permitir viver cada contexto em dois momentos diferentes, o observado e o escrito, estes dois momentos passaram a fazer parte também da minha história, permitindo uma apropriação constante da minha práxis, do meu fazer cotidiano. Como lazer, produzir cada texto me permitiu viajar para dentro de mim mesmo, construindo cenários que transitavam entre o concreto e o abstrato do meu pensamento. Desta forma, ao escrever as histórias por mim vivenciadas, eu também (re)escrevia a minha própria história, reconstruindo significados e revendo conceitos, num movimento dialético constante.

### **O lazer e a Pesquisa**

No núcleo da terapia ocupacional, o lazer é tomado como uma área de ocupação. Na prática, isso significa que o lazer não é compreendido como uma atividade executada, apenas, mas sim composto por um conjunto de significações históricas e sociais, tanto no âmbito individual quanto no coletivo, constituído pela história de cada sujeito, de forma ímpar. É tomado como um processo dialético que contempla transformações importantes na e para a vida de cada sujeito que o vivencia.

Ainda, é tomado como uma vivência teleológica, cuja finalidade é amplamente compreendida pelo sujeito, justamente por ser inerente ao seu processo de ser e existir no mundo. É atividade intencional, planejada, com investimento de tempo e energia e que, de alguma forma, proporcionam aos sujeitos que o vivenciam a construção de sua

práxis. Neste sentido, o lazer pode servir tanto ao modo de produção vigente (na contemporaneidade, o capitalismo) quanto ser uma forma de subversão deste. Pode ser a vivência de um determinado tempo de apropriação do que nos torna humanos ou alienador deste processo, na medida em que nos oferece experiências acabadas.

É importante, no entanto, ressaltar que a questão do lazer dado não coloca o próprio lazer em uma condição boa ou ruim. Para exemplificar esta questão, tomemos como exemplo a questão da produção ou consumo de manufaturas: o fato de um sujeito ou coletivo empenharem-se na confecção de produtos artesanais e não consumi-los comprados em estabelecimentos comerciais, como cervejas, facas e comidas, por exemplo, não quer dizer que (1) a produção destas manufaturas é um lazer vivenciado por estes sujeitos e (2) que este tipo de vivência seja melhor ou pior do que consumir estes mesmos produtos num formato industrializado.

Assim, há que se pensar que a percepção sobre a vivência de diferentes práticas de lazer é algo particular para um ou mais sujeitos, que possuem nesta prática um vínculo com sua própria história. Tomando como base o exemplo acima, é possível considerar que, para determinados sujeitos ou coletivos, consumir produtos que estes mesmos sujeitos produziram, pode ser uma forma de aproximação com a sua práxis e, para além disso, consumir produtos industrializados, é algo utilitário em suas vidas, ou seja, não passam de uma questão de sobrevivência. Por outro lado, para determinados grupos, o consumo de produtos industrializados pode ser considerado um meio para a vivência de seus lazeres. Exemplo deste raciocínio são aqueles sujeitos que se encontram sistematicamente em um mesmo bar. Neste caso, a questão do consumo de cerveja, por exemplo, pode não ser central no processo, mas sim o encontro em si.

Durante o período da residência pós-doutoral, duas orientações de pesquisas concluídas como trabalho de conclusão de curso de graduação em terapia ocupacional



se destacaram no campo do lazer. A primeira, em formato de pesquisa bibliográfica, constituída a partir de uma revisão integrativa, se debruçou a identificar como o lazer aparece nos periódicos nacionais de terapia ocupacional. O segundo estudo, constituído como pesquisa de campo, buscou compreender, junto a mulheres bordadeiras de uma família, os sentidos e significados desta artefania.

### **O lazer nas Publicações de Terapia Ocupacional**

Metodologicamente, a pesquisa bibliográfica foi feita nos periódicos de terapia ocupacional *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional/Brazilian Journal of Occupational Therapy*, *Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo* e *Revista Interinstitucional Brasileira de Terapia Ocupacional - REVISBRATO*, a partir do descritor ‘Lazer’ e incluindo todos os anos dos periódicos, o que proporcionou uma janela entre 1992 a 2020 (ano anterior à conclusão do TCC). Os critérios de inclusão foram todos os artigos que tratassem da temática do lazer em terapia ocupacional. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram identificados 59 artigos nas revistas. Estes achados foram sistematizados em quatro categorias diferentes: o lazer como ocupação; o lazer como prática de divertimento; acesso e direito ao lazer e; lazer como elemento secundário do processo de intervenção em terapia ocupacional.

O lazer como ocupação apareceu nos achados de pesquisa vinculados, principalmente, ao desempenho ocupacional de indivíduos, ou seja, buscaram descrever se e como os sujeitos vivenciam os seus lazers. É importante, neste contexto, considerar que para o núcleo de conhecimento da terapia ocupacional, as ocupações são definidas como “as atividades diárias que as pessoas realizam como indivíduos, no ambiente familiar e nas comunidades para ocuparem o tempo e proporcionarem sentido

e significado à vida”<sup>3</sup> (*World Federation of Occupational Therapists* - WFOT 2012 s/p). Destrinchando este conceito, a Associação Americana de Terapeutas Ocupacionais (AOTA, 2014) aponta o lazer inserido nas ocupações, ou seja, como atividades que dão sentido à vida, promovem senso de competência, estruturam o cotidiano e produzem saúde.

Desta forma, nos diferentes contextos apresentados nos textos, foi possível perceber que o déficit na área do lazer, seja dos sujeitos que sofrem ou de cuidadores destes sujeitos é um dos determinantes que compromete a relação com a própria saúde. Certamente, neste caso tratamos de sujeitos com condições de saúde comprometidas por diferentes patologias, o que não significa, *a priori*, que sujeitos que não vivenciam problemas de saúde não possam desenvolver doenças dada a falta de lazer ou, ainda, que não percebam diminuição nos níveis de saúde pela mesma razão.

Outro ponto a ser considerado reside na questão do acesso ao lazer por estes sujeitos (e aqui consideramos essa dificuldade para além das questões arquitetônicas). Ora, um cuidador que se dispõe a estar presente de sujeitos que demandam altos níveis de cuidado pode não conseguir, por sua vez, administrar a própria rotina para o lazer. Da mesma forma, certas atividades de lazer (considerando aqui atividades de lazer de forma geral), podem não possuir acesso por dificuldades financeiras. Exemplo disso é um torcedor de time de futebol que não pode ir ao estádio assistir a um jogo do seu time devido ao preço dos ingressos. Nesta linha, a vivência do lazer (ou a falta dela) pode ser atribuída a responsabilidade por um processo de sofrimento.

O lazer como processo de divertimento apareceu nos textos com a perspectiva do tempo livre, oposto ao trabalho. O divertimento, nas publicações pesquisadas, teve um caráter de ócio, no sentido de fazer algo que se gosta em um tempo livre. Assim,

---

<sup>3</sup> Tradução livre.

atividades como andar de bicicleta, visitar parentes, ir ao cinema, brincar na rua, assistir TV, praticar atividades físicas e esportes, dirigir automóvel, preparar refeição para os amigos, realizar atividades manuais, ler jornais, livros ou revistas, realizar passatempos, pescar, tocar instrumento musical, viajar, preencher formulários ou realizar atividades intelectuais foram os achados de pesquisa.

Ao pensar o lazer a partir da perspectiva do divertimento, avaliamos um risco importante: ao colocar a ocupação em um processo de oposição ao mundo do trabalho, de forma contraditória coloca-se o lazer a favor do próprio trabalho. Ora, pensar o momento de divertimento exclusivamente como um artifício para o descanso do trabalho é, automaticamente, colocá-lo em um processo de restauração para o próprio trabalho, ou seja, o sujeito que se diverte assim o faz para recuperar as forças e dar conta da sua jornada. Exemplo disso é a própria organização tradicional cotidiana da jornada de trabalho, que proporciona dois de sete dias de descanso para os trabalhadores.

Ainda, há que se considerar que os divertimentos estão diretamente atrelados a determinados contextos sócio-históricos. Nesta toada, é possível considerar que existem certos limites para a vivência de divertimentos, limites estes que podem ser identificados a partir de barreiras vistas, como é o caso da dificuldade de acesso a parques, praças e construções, por exemplo, ou as barreiras não vistas, como no caso dos ‘rolezinhos’ em *shoppings*, praças e parques, presentes nas mídias nos idos de 2014, ou o fenômeno cervejeiro em grandes cidades do Brasil.

Ao pensar o divertimento, então, na perspectiva mais contextual, fica explícito que no caso das barreiras arquitetônicas, para utilizar o exemplo acima, há a dificuldade de acesso materializada na falta de estrutura como rampas e acesso a equipamentos, dificuldades concretas em relação ao poder entrar, permanecer e sair de locais, tanto

públicos quanto privados. Por outro lado, as barreiras não vistas ainda atribuem um julgamento de valores que é perpetuado de forma cruel há gerações: neste caso, o que inviabiliza o acesso do negro e do pobre é o preconceito construído em torno da cor da pele e da condição social. No que tange ao fenômeno cervejeiro, por exemplo, a condição de acesso é medida a partir da perspectiva financeira e cultural: financeira dado os preços praticados pelos estabelecimentos comerciais em relação às cervejas especiais e artesanais. A questão cultural, neste caso, refere-se principalmente ao acesso aos rótulos de diferentes cervejas: em tese de doutorado, Tomasi (2018) conclui que o público que produz a própria cerveja e que bebe cervejas artesanais e especiais é composto por sujeitos que: ou já tiveram a oportunidade de fazer viagens internacionais e, desta forma, experimentar diferentes tipos e estilos cervejeiros ou aqueles que possuem uma vida financeira com alguma margem para essas novas experimentações, mesmo que não tenham vivenciado a experiência de uma viagem internacional.

Embora estas questões sejam majoritariamente ligadas a um processo histórico da construção do divertimento, é impossível não considerar que, ainda nesta situação, o divertimento trabalha a favor do capital, ou seja, para a manutenção de um certo *status quo* que sistematicamente constrói uma estrutura alienante. Neste caso, ao favorecer cenários nos quais os sujeitos são compelidos a permanecer vinculados a determinadas estruturas, se mantêm também valores arcaicos, ultrapassados.

Por fim, no âmbito da pesquisa bibliográfica, o lazer apareceu na literatura a partir da perspectiva de acesso. Neste sentido, os textos encontrados abordaram principalmente a relação do lazer com o processo de inclusão social, produção de autonomia e como uma ferramenta de intervenção para garantir aos sujeitos e coletivos a vivência dos seus processos de lazer.

Neste ponto, cabe retomar a discussão já levantada anteriormente sobre as barreiras e facilitadores para as práticas de lazer. Sendo o lazer abordado na perspectiva da ocupação humana e, portanto, fenômeno, é impossível ignorar que o lazer estará sempre intimamente conectado com os diferentes indivíduos e contextos que o cercam. Neste caso, cabe também retomar que a historiografia do lazer é essencial para a garantia (ou não) de direitos, dado que as histórias individuais e coletivas são permeadas, constantemente, pelos processos de inclusão ou exclusão social.

Assim, cabe questionar se, de fato, o lazer é para todos e, ainda, quais são os lazeres para cada indivíduo/coletivo. Certamente a resposta desta pergunta não é simples e também não intencionamos esgotá-la. No entanto, vale a consideração de que, se o lazer é de percepção individual/coletiva (p.ex. jogar futebol ou assistir séries) e a estes sujeitos as atividades que compõem esta categoria são negadas ou dificultadas por qualquer razão que seja, então a estes sujeitos o lazer é, sem a menor sombra de dúvidas, um direito negado. Da mesma forma, se tratarmos o lazer como um conceito fechado, a partir de um conjunto de ideias e predefinições, ao não poder vivenciar uma atividade de lazer por falta de tempo livre, por exemplo, teremos também a negativa do direito ao lazer.

No entanto, se o lazer não é algo predefinido e for considerado um fenômeno ocupacional, a situação pode se tornar complicada, na medida em que qualquer atividade pode ser considerada como lazer. Explicamos: tomando um determinado território no qual não existem parquinhos ou praças para as crianças (assumindo aqui que parquinhos ou praças sejam espaços de lazer, de fato), será que realmente as crianças do território têm seu acesso ao lazer negado? Será que as ruas, casas, córregos não são espaços de lazer? Seria uma brincadeira de pegador, um futebol com traves de chinelos, esconde-esconde nas árvores (ou nos cômodos das casas) menos lazeres do

que uma gangorra e balanço ou uma brincadeira de roda? Será que o direito ao lazer é negado para a população deste território pelo simples fato de não haver parquinhos ou praças?

Caso a resposta das perguntas anteriores seja negativa, então a questão do direito ao lazer, nas publicações, é tratada de forma equivocada, pois o direito ao lazer propriamente dito não é negado, mas violado pela falta de espaços de lazer (assumindo, novamente, que parquinhos e praças sejam espaços para essa finalidade). Assim, cabe nova pergunta: quem tem negado o direito ao lazer? Será a criança que não tem acesso às praças e parques porque estes não estão presentes no território ou as crianças que possuem sua infância subtraída pela necessidade de incremento de renda familiar, ou, ainda, trabalhadores e trabalhadoras que precisam vender sua mão de obra durante os finais de semana, fazendo bicos para contribuir no sustento da família e (contraditoriamente) afastado desta, sem o necessário descanso e momento de construção individual e coletiva?

Talvez, frente a estes achados, a principal reflexão deva ser qual o papel do lazer na garantia de direitos? O lazer, neste caso, deve ser um meio ou uma finalidade para os diferentes indivíduos e coletivos? Estas perguntas, embora consideremos de extrema relevância no sentido de pensar e repensar as relações entre o lazer e a saúde, se constituem mais como uma provocação no sentido de um exercício necessário para profissionais que atuam no campo do lazer.

O segundo trabalho construído ao longo da residência pós-doutoral refere-se à relação entre uma prática de lazer de mulheres de uma família e as possibilidades destas práticas com a saúde mental das mulheres, em tempos de pandemia. Metodologicamente, caracterizou-se como uma pesquisa de campo, na qual as discentes que construíram o TCC acompanharam três mulheres de uma mesma família durante a

vivência de artesanias, especificamente o bordado. Assim, foram realizadas entrevistas com as participantes, das quais emergiram três categorias de análise: fazer artesanal, na qual foram identificados aspectos históricos envolvidos nas práticas; aspectos intrínsecos para a vivência das práticas artesanais e; o artesanato como lazer na superação dos impactos da pandemia de Covid-19.

Em relação ao fazer artesanal, foram observadas três questões centrais: na primeira, diretamente relacionado ao aspecto histórico da prática, constatou-se que a construção de artesanias já estava diretamente vinculada ao processo de vivência das participantes do estudo. O segundo ponto relaciona-se diretamente ao sentido atribuído ao produto da prática, ou seja, o objeto construído propriamente dito. O terceiro ponto está conectado diretamente ao ambiente e contexto no qual a prática ocorre.

Em relação aos aspectos intrínsecos para a produção de artesanias, os achados apontam diretamente para o gosto individual na realização destas práticas, ao contexto no qual as vivências estão inseridas, seja considerando o elemento cultural familiar ou etapa da vida (aposentadoria) e ao reconhecimento externo em relação aos trabalhos desenvolvidos.

Na última categoria, os apontamentos das participantes convergiram no sentido de apontar que a vivência de seus lazes foi uma ferramenta importante no processo de enfrentamento da pandemia de Covid-19, na medida em que contribuiu na construção de estratégias de superação das inúmeras dificuldades presenciadas por cada uma delas. Desde a possibilidade de envolver-se em uma atividade que tirava, por vezes, o foco de diferentes ansiedades até a possibilidade de convivência com familiares.

Refletir sobre práticas de lazer a partir da questão histórica, contextual, familiar, é ímpar para pensar a relação entre lazer e saúde. Consideramos que, mesmo que as motivações para as práticas de lazer tenham sido, eventualmente, extrínsecas, houve a

transformação desta motivação para a um desejo interno. Ainda, ao se reconhecer no produto final de seus trabalhos, é possível atribuir um caráter prático a estas práticas, ou seja, na mesma medida em que produzem um item, também se constroem como sujeitos.

O contexto também possuiu um papel importante na vivência das práticas artesanais, inclusive quando considerada a pandemia. A vivência familiar, permeada não somente pela construção de produtos, mas pela possibilidade de convivência, apareceu como uma possibilidade importante no que se refere à produção de enfrentamentos às diferentes adversidades do cotidiano.

### **O lazer e a Extensão: A Oficina ‘Estou rindo pra não Chorar’**

A extensão universitária, juntamente com o ensino e a pesquisa conformam os três pilares da universidade pública. A extensão, particularmente, é uma iniciativa que possui a comunidade, tanto interna quanto externa à Instituição, como elemento central. No caso específico da Oficina Tô rindo pra não chorar, cabe um pequeno resgate, no sentido de contextualizar o leitor.

Logo no início do ano de 2020, como é de amplo conhecimento, passamos a viver o que se mostrou um extenso período de pandemia da Covid-19. Naquele momento, houve o fechamento de estabelecimentos de diferentes setores da economia, dentre eles as Universidades. Com o passar do tempo, embora em estado de isolamento social, apareceram relatos importantes de sofrimento por parte da comunidade universitária, justamente por conta do processo de isolamento.

O projeto 'Estou rindo para não chorar' surgiu a partir de uma ação ocorrida no início da pandemia, em meados de 2020, de uma oficina literária chamada Letras do Claustro, vivenciado por um grupo de estudantes e coordenado pelo professor



Alessandro Tomasi, do Departamento de Terapia Ocupacional da UFMG. O Letras tinha o processo de isolamento e a produção escrita como elementos principais e a ideia era que fosse possível escrever e expressar questões sobre o processo de isolamento, medos e angústias, no sentido de tentar minimizar essas questões e diminuir a distância imposta pelo famigerado vírus.

Quando o Letras se encerrou e as atividades acadêmicas retornaram em formato remoto, uma das estudantes envolvidas na oficina buscou a orientação para a produção de um TCC, com uma ideia pautada, principalmente, na percepção empírica de que, na EEEFTO, diferentes manifestações de processos de sofrimento vinham sistematicamente aparecendo. Assim, como parte do TCC, foi proposta a criação da Oficina Estou rindo pra não chorar, a partir de um projeto de extensão, que visava a confecção de um material elaborado coletivamente e que pudesse contribuir com os participantes no sentido de construir possibilidades de superação para os processos de sofrimento.

Como o tempo vivenciado ainda era o de afastamento, devido ao momento de pandemia e a suspensão das atividades presenciais na UFMG, a proposta foi que os encontros ocorressem em formato remoto via plataforma *Microsoft Teams* e com frequência quinzenal e com duração aproximada de duas horas. Em termos estruturais, cada encontro tinha um conjunto de etapas a serem cumpridas, sempre conectadas tanto à proposta da Oficina quanto às demandas trazidas pelos participantes. Assim, foi estabelecida uma metodologia própria para o desenvolvimento das atividades, seguindo as etapas descritas abaixo.

Estruturalmente, cada encontro teve início com uma apresentação e discussão sobre a atividade anterior, bem como as reflexões que o processo trouxe. Estas discussões foram de extrema importância para o processo, pois era a partir de cada

diálogo que havia a manutenção ou alteração do plano da oficina, de acordo com as necessidades apresentadas para o grupo. Este formato permitia um movimento constante da coordenação da Oficina, já que o mote teórico era o materialismo histórico dialético.

A segunda etapa de cada encontro era o estabelecimento de um elemento disparador para as discussões do dia, considerando sempre o que era apresentado na primeira etapa. Nesta segunda etapa, os elementos disparadores eram materiais audiovisuais (memes, fotografias, recortes de imagens de série/filme/vídeo, músicas, textos e objetos de posse dos participantes), que foram assistidos/lidos/apresentados no coletivo e, já na sequência, debatidos sobre as percepções de cada participante. Através destes recursos era feita uma proposta de construção de narrativas escritas, no sentido de aproximar cada sujeito de suas memórias e processos já vivenciados, abrindo a oportunidade de abordar elementos que geravam sofrimentos cotidianos de cada um.

Este segundo momento tinha como objetivo principal causar alguma provocação no grupo, além de ser um momento de preparação para a terceira etapa, a proposta do texto escrito (que seria apresentado no próximo encontro). Para a última etapa, a narrativa escrita propriamente dita, foram propostas modalidades de texto: bilhete, carta, poema, crônicas, piadas, *stand up*, paródias musicais e textos de gênero livre, que buscaram construir recursos de enfrentamento aos diferentes sofrimentos abordados ao longo dos encontros e, desta forma, contribuir para superar essas dificuldades, sempre a partir do uso do humor, elemento igualmente central em cada momento.

Todas as produções de cada indivíduo eram compartilhadas com o coletivo de participantes, caso houvesse autorização explícita, via *Google Classroom*, administrada pelos coordenadores da Oficina. Os participantes que não autorizaram a exposição do material continuaram participando normalmente da Oficina.

Ao finalizar as atividades da extensão o que saltou aos olhos, para além da devolutiva positiva narrada por cada participante que concluiu os trabalhos, foi o fato de que a utilização de uma prática de lazer (não necessariamente a escrita, mas um momento de encontro e diálogo), acabou transcendendo a prática e si e acabou se tornando o que podemos chamar de método.

Em termos de potência de transformação, a utilização de um processo bem estruturado para cada encontro, que inicialmente foi pensado exclusivamente no sentido de organizar o pensamento e procedimentos para a escrita de um TCC, mostrou-se extremamente eficaz no que diz respeito à utilização de uma prática de lazer como um meio e não uma finalidade. Explicamos: via de regra, conforme explicitado anteriormente, o lazer é abordado nas produções acadêmicas como uma finalidade, ou seja, o sujeito vivencia ou não práticas de lazer, tem ou não tem acesso a essas práticas. Normalmente, essas práticas de lazer (sejam os encontros, produções artesanais ou processos de escrita), são o objetivo final a ser alcançado.

Diferente desta percepção, ao final da Oficina, foi possível notar que a prática de lazer esteve presente em uma situação que chamaremos aqui de meio: o lazer foi um meio para que cada indivíduo, e também o coletivo, desenvolvessem movimentos e estratégias para a superação de situações impostas pelo período de pandemia.

### **Relações entre Lazer, Saúde e Método**

Como terapeuta ocupacional e profissional da educação física que atuam no campo do lazer, nos vemos compelidos a crer que esta área da vida compõe uma fatia primordial da existência de cada sujeito e coletividade, nas suas mais diferentes expressões. E, mais que isso, quando esta fatia, por alguma razão falta a este sujeito, existe uma chance importante de certo abalo no processo de saúde.

Entendemos o conceito de saúde, obviamente, para além da percepção biológica, alopatia, mecanicista: tomando como base os ensinamentos de Georges Canguilhem (CAPONI, 1997), compreendemos que saúde é um movimento, um *continuum* produzido pelos sujeitos e coletividades no sentido de superar o conjunto de adversidades que compõem o viver cotidiano. Neste sentido, é possível afirmar com alguma tranquilidade, trazendo este pensamento para os núcleos de conhecimento da Educação Física e da Terapia Ocupacional, que o lazer é tanto uma vivência corporal, pensando no primeiro caso, quanto uma ocupação, no segundo. Em miúdos, é uma ação vivenciada pelos sujeitos, recheada de sentidos, significados, nexos históricos, construções e desconstruções cotidianas, permeada pelo tempo (desejável e disponível), pela cultura e pelo modo de produção no qual está inserido.

Entendemos que o lazer, para além de uma vivência cotidiana, é um momento no qual os sujeitos podem, de alguma forma, se apropriar de seus desejos, experiências, da sua práxis, enfim, da sua existência. Desta forma, compreender as experiências de lazer a partir de diferentes perspectivas, como é compreendido por cada sujeito, experienciado e vivenciado nos mais diferentes contextos, é algo que sistematicamente vem nos provocando à reflexão.

Dentre as questões com as quais nos deparamos ao longo da vida acadêmica, destacamos as seguintes: como pensar ou repensar o lazer não somente como uma finalidade, mas como um mediador entre a produção de saúde, construção de práxis e apropriação de si mesmo? Como avançar na discussão do lazer e sua relação com outros campos de conhecimento, no sentido de construir inter-relações entre os diferentes saberes? Qual o sentido do tempo investido nessas atividades de lazer?

Metodologicamente as narrativas, como processo de objetivação de histórias de vida, apareceram em diferentes formatos e abordando o objeto (lazer) de formas

diferentes. No entanto, para além de uma opção metodológica, é possível constatar que as narrativas foram uma construção metodológica. Explicamos: para além de ouvir ou buscar o que cada sujeito ou material poderia entregar, cada narrativa foi construindo, em seus respectivos lugares, a possibilidade de pensar e repensar o lazer e a própria saúde como elementos (não indissociáveis, mas) parceiros nas construções cotidianas.

Percebemos, no entanto, que a intersecção entre estes núcleos não ocorre de forma espontânea: há por um lado a necessidade de se estabelecer um método que busque o encontro entre os saberes, que coloque em xeque a linearidade do positivismo científico sem, por outro lado, perder o rigor do próprio método. O desafio está, justamente, no exercício de apropriar-se de diferentes formas de observar esses objetos e utilizar diferentes metodologias que permitam ao pesquisador a apropriação não só do objeto, mas de si mesmo. A pesquisa, então, tornar-se-ia ferramenta da construção de si mesmo, como observador e como observado, autor e participante de cada etapa do estudo. Foi, possivelmente, o achado mais importante que obtivemos no decorrer do tempo deste estudo.

Olhar, então, a relação entre lazer e saúde, hoje nos parece lógica: ao vivenciar o lazer os sujeitos quase que automaticamente aumentam seus níveis de saúde. Há que se considerar, então, que cada vivência de lazer não é um final em si, mas um meio que pode ser utilizado tanto por profissionais que trabalham com o fazer humano em suas mais variadas apresentações, na construção de intervenções que beneficiem todos os atores nela envolvidos, não só como objeto de aprendizagem, mas também como ferramenta para apropriação da consciência de si mesmo.

No entanto, pensar o lazer como uma mediação da relação sujeito-saúde, não pode ser leviano. Considerar, inicialmente, a representação do lazer para cada sujeito, levando em conta os ambientes (materiais) e contextos (imateriais) nos quais este

sujeito está inserido, é tarefa primeira de cada um que opte por utilizar esta relação como um processo de intervenção, independentemente da área na qual esteja inserido. O exercício consiste, principalmente, em se considerar que o lazer não é necessariamente uma finalidade, mas sim uma das possibilidades na construção de possibilidades de superação das dificuldades da vida prática. Ainda, é necessário o exercício de compreender cada história e cada vivência como únicas pois, somente a partir destas histórias e vivências, é que as possibilidades de construção de enfrentamentos às adversidades da vida podem ocorrer.

Esta relação ambiente/contexto fica clara nas diferentes abordagens do lazer apresentadas neste texto: se o lazer nas publicações possuía um caráter de finalidade, ou seja, caracterizado essencialmente como um fim nele mesmo (vivencia ou não vivencia a prática, tem ou não tem acesso ao lazer e etc.), na pesquisa de campo foi um meio utilizado para outros fins. Não queremos apontar, neste caso, que um trabalho ou utilização do lazer é melhor ou pior que o outro, mas sim provocar a reflexão de que é possível, em uma perspectiva mais crítica da realidade, apropriar-se do lazer como um elemento mais dinâmico e que permite diferentes apropriações, seja no âmbito individual ou no coletivo, como foi constatado na utilização das crônicas, da pesquisa de campo e na oficina.

Por fim, tratar o lazer (ou ações de lazer) a partir de um certo método, mostrou-se extremamente eficiente no processo de ressignificação de dificuldades cotidianas. Ao utilizar a artesanaria de forma estruturada, foi possível atribuir a cada sujeito um papel de protagonismo no seu processo de vida, sendo provocado constantemente a rever seus pensamentos e a repensar suas práticas.

## **Considerações Finais**

Os núcleos de conhecimento da terapia ocupacional e educação física, considerados durante este texto, possuem na vivência cotidiana e no corpo em movimento a centralidade da sua prática. O lazer, como um dos pontos de congruência destes saberes, é um dos elementos centrais da prática profissional destes núcleos, sendo considerado primordialmente como uma finalidade para ambas as profissões. A saúde, embora seja o desejo de ampla maioria das pessoas, em um viés biomédico na sociedade capitalista é frequentemente utilizada como meio (principalmente para o acúmulo de capital) e acaba passando despercebida como finalidade do processo de ser e existir no mundo.

Ao transitar por estes diferentes saberes, a partir da metodologia das narrativas, foi possível refletir sobre duas questões: a primeira refere-se a como o lazer é abordado no âmbito da terapia ocupacional, sendo evidente que embora haja uma preocupação com o objeto profissional (a ocupação humana), o lazer ocupa um lugar no final do processo. Por outro lado, empiricamente a percepção é de que o lazer é utilizado, em larga medida, como um meio que aponta para um novo objeto: a saúde. Neste sentido, o exercício é estabelecer novos papéis para cada núcleo de conhecimento, colocando a saúde como o elemento final do processo e o lazer como um meio para alcançá-lo.

Por este raciocínio, ao ser finalidade o lazer teria, então, fim nele mesmo, ou seja, atende um certo conjunto de pressupostos teóricos que podem limitar a sua relação com a saúde. Por outro lado, pensar o lazer e a saúde a partir de uma perspectiva mais ampla e crítica, ou seja, por um viés que estabeleça nexos com a práxis humana, a história de sujeitos e coletivos, ambientes e contextos e a capacidade de estabelecer processos de mudança, amplia o leque de possibilidades para a leitura do lazer como instrumento de transformação, mediando a relação entre os sujeitos e sua saúde,

justamente ao criar/construir possibilidades para que cada sujeito passe a se movimentar, de alguma forma, no sentido de superar suas dificuldades cotidianas.

## REFERÊNCIAS

AOTA. **Occupational Therapy Practice Framework: domain and process**. 3 ed. The American Journal of Occupational Therapy. v. 68, 2014.

CAPONI, Sandra. Georges Canguilhem y el estatuto epistemológico del concepto de salud. **Hist. cienc. saúde**. Manguinhos. Rio de Janeiro, v.4 n.2, p. 287-307, 1997. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/hcsm/a/spm8DWcdrjMsdX9JQKrYt7N/?lang=es#>.

TOMASI, A.R.P. **Da panela ao copo**: a produção de cerveja caseira como prática de lazer. Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional. Universidade Federal de Minas Gerais. Tese e Doutorado, Belo Horizonte, 2018, 190p.

WFOT. **World Federation of Occupational Therapists**. About Occupations. 2012. Disponível em: <https://wfot.org/about/about-occupational-therapy>

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Constituição**. 1948. Disponível em: <https://www.who.freebasics.org/footer-pages/portuguese-translation-of-constitution/>

### Endereço dos Autores:

Alessandro Rodrigo Pedroso Tomasi  
Endereço eletrônico: [arp.tomasi@gmail.com](mailto:arp.tomasi@gmail.com)

José Alfredo Oliveira Debortoli  
Endereço eletrônico: [dbortoli@effto.ufmg.br](mailto:dbortoli@effto.ufmg.br)