



REVISTA ESPERANÇA GARCIA

ISBN: 978-65-00-82363-9.

revista.esperanca.garcia@pcs.uespi.br

VOCÊ TEM FOME DE QUÊ?: LAZER NA CONCEPÇÃO DE ESTUDANTES DE PSICOLOGIA

WHAT ARE YOU HUNGRY FOR?: LEISURE IN THE CONCEPTION OF PSYCHOLOGY STUDENTS

Rayanna Camilla dos Santos Araújo¹
Leonardo Sales Lima²

RESUMO

Tendo em vista o papel do psicólogo como promotor de saúde mental, o presente trabalho teve como objetivo analisar a concepção de lazer de estudantes de Psicologia de uma universidade pública do município de Teresina. A coleta de dados foi realizada através de um grupo focal com nove estudantes regularmente matriculados na instituição, entre 21 e 25 anos, residindo em Teresina e arredores, e em Timon, Maranhão. Foi possível identificar a concepção dos participantes acerca do seu próprio lazer, das concepções sociais do lazer em Teresina, assim como do lazer do profissional da Psicologia e do lazer ideal.

Palavras-chave: Lazer; Saúde mental; Promoção da saúde.

RESUME

In view of the role of psychologists as promoters of mental health, this study aimed to analyze the concept of leisure among psychology students at a public university in the city of Teresina. Data was collected through a focus group with nine students regularly enrolled at the institution, aged between 21 and 25, living in and around Teresina and in Timon, Maranhão. It was possible to identify the participants' conceptions of their own leisure, the social conceptions of leisure in Teresina, as well as the leisure of psychology professionals and ideal leisure.

Keywords: leisure; mental health; health promotion.

1. INTRODUÇÃO

¹ Bacharel e Licenciada em Psicologia, Universidade Estadual do Piauí (UESPI), rayanna.csa@gmail.com.

² Mestre em Ciências e Saúde, Universidade Estadual do Piauí (UESPI), leonardosales@ccs.uespi.br.

Em 2010, a Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS) colocava o lazer enquanto um dos condicionantes na promoção da qualidade de vida e redução de vulnerabilidades e riscos à saúde (Brasil, 2010). A PNPS mais atual (Brasil, 2018), embora não cite diretamente o lazer, coloca como objetivo específico o "apoio ao desenvolvimento de espaços de produção social e ambientes saudáveis, favoráveis ao desenvolvimento humano e ao bem-viver" (p. 11), assim como a valorização de práticas integrativas e complementares. Para Batista, Ribeiro e Nunes Júnior (2012), a promoção de lazer é importante para manutenção e melhora de determinantes biológicos de saúde, assim como de diversos outros determinantes sociais.

O conceito ampliado de saúde considera o papel e a organização de diferentes atores e setores que operam na promoção da saúde de maneira integrada e articulada através de objetivos comuns. Através de ações conjuntas entre a comunidade, grupos, profissionais de saúde, governo, órgãos públicos e instituições de saúde, a promoção da saúde, entendida enquanto um processo de capacitação da comunidade para melhoria da qualidade de vida, é um dos recursos utilizados enquanto ferramenta para a obtenção desse fim (Brasil, 2018).

Profissionais de saúde são responsáveis pela promoção da saúde na comunidade, mas como estes futuros profissionais veem e se relacionam com o lazer? Vieira (2015) e Freitas et al. (2022) discorrem sobre a influência de vários determinantes que constroem a percepção de uma qualidade de vida ruim entre estudantes universitários, dentre eles a ausência de práticas de lazer. Enquanto futuros profissionais da saúde, é importante que estudantes tenham acesso a vivências variadas em lazer, de modo a poder "transportar tais vivências para o campo de atuação profissional" (Vieira et al., 2018, p. 4225).

Duas são as abordagens que fundamentam as pesquisas acerca do lazer: a funcionalista e a crítica. Segundo Padilha (2018), as abordagens se diferenciam no que tange à conceitualização da relação entre lazer e trabalho. Ao passo que os funcionalistas veem o lazer enquanto uma atividade que compensaria o que se perde no trabalho, a abordagem crítica entende que a alienação que é promovida no trabalho se estende para a esfera do lazer, de modo que as duas são atividades complementares.

Para Dumazedier (1974), importante referência nas pesquisas sobre lazer, para que o lazer se torne possível, são necessárias duas condições prévias na vida social: a não-obrigatoriedade

Você tem fome de quê?**Araújo; Lima, 2024**

das atividades sociais e uma organização do trabalho que se desassociasse do tempo livre. Isso se dá porque, para o autor, para que uma prática seja considerada enquanto lazer, ela deve saciar prazeres, ser libertadora e ser pessoal. Dumazedier aponta, ainda, a importância do lazer para a constituição da subjetividade, tendo-se em vista que é através da utilização do tempo livre que os sujeitos desenvolvem seus gostos, aptidões e talentos.

Embora previsto como ferramenta de promoção da saúde, ainda são poucos os estudos que buscam compreender a influência do lazer sobre a saúde mental. Silva e Abrão (2022) comentam sobre como gestores não compreendem lazer dentro de sua dimensão e capacidade, de forma ampliada, impactando na criação de políticas públicas para o lazer e na visão do lazer dentro da perspectiva da promoção de saúde.

Dessa forma, mesmo que práticas de lazer sejam vistas como fator condicionante na promoção da qualidade de vida e redução de vulnerabilidades e riscos à saúde (Brasil, 2018), ainda é de forma secundária, sem seu devido destaque ou conceitualização, permitindo que ocorra a manutenção do lazer precarizado e do lazer-mercadoria. Os impactos disso podem ser vistos em uma sociedade cada vez mais voltada para o acúmulo de capital, tendo em vista que é preciso trabalhar para se ter acesso a meios de se recuperar das somatizações produzidas pelo excesso de trabalho (Padilha, 2018).

O presente estudo objetivou compreender o entendimento de estudantes de Psicologia de uma universidade pública de Teresina acerca do lazer, tendo em vista suas implicações na saúde mental. Através da realização de um grupo focal com nove participantes do nono e décimo período de Psicologia, foi possível identificar o entendimento de lazer desses estudantes. Foram exploradas as diferentes perspectivas abordadas pelos estudantes sobre lazer, desde o lazer praticado por eles mesmos; a identificação social do lazer no contexto de Teresina; perspectivas sobre o lazer do profissional psicólogo; e acerca do que consistiria em um lazer ideal.

2. METODOLOGIA**REVISTA ESPERANÇA GARCIA, v1, nº 1, Picos-PI, Maio de 2024.****revista.esperanca.garcia@pcs.uespi.br.
ISBN: 978-65-00-82363-9.**

Você tem fome de quê?**Araújo; Lima, 2024**

O presente trabalho trata-se de uma pesquisa qualitativa descritiva. Foi realizado um grupo focal com nove estudantes de Psicologia regularmente matriculados na instituição de ensino, após aprovação do CEP/CONEP. O grupo focal foi composto por seis estudantes identificadas ao gênero feminino e três estudantes identificados ao gênero masculino, com idades entre 21 e 25 anos, residindo na cidade de Teresina ou no município de Timon, Maranhão. A maioria dos participantes realiza estágio extracurricular, de modo que estudam e trabalham.

A natureza dos grupos focais permite uma partilha entre os integrantes, enriquecendo e estimulando o debate, de modo a possibilitar que os temas sejam aprofundados e que experiências em comum surjam no contraste apresentado dentro do discurso dos participantes (Bonfim, 2009). A preferência pelo grupo focal, em detrimento de entrevistas individuais, se deu pela capacidade que o grupo tem em extrair opiniões derivadas da vida cotidiana dos participantes (Flick, 2004), confluindo, assim, com o objetivo da pesquisa em captar a experiência subjetiva do grupo em relação ao tema, tendo em vista o grupo focal enquanto recurso utilizado na compreensão do processo de construção das percepções, conhecimentos, representações sociais, atitudes, sentimentos e crenças de um grupo em relação ao tema (Gondim, 2003; Aigner, 2002).

O material coletado passou por análise de conteúdo (Bardin, 2016), sendo dividido em três categorias de análise, referentes a concepções de lazer, identificação dos mediadores de acesso e dos impactos do lazer na saúde mental desses estudantes. As categorias de análise se baseiam nos objetivos específicos da pesquisa. O presente estudo diz respeito à primeira categoria de análise, apresentando quatro subcategorias e descrevendo as concepções de lazer desses estudantes referentes a si mesmos, à cidade e ao profissional da psicologia, assim como concepções de lazer ideal.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**3.1 Para o estudante de Psicologia, o que é lazer?**

Você tem fome de quê?**Araújo; Lima, 2024**

Definir o que é lazer não é uma tarefa fácil, tendo em vista que ele não pode ser entendido isoladamente, à parte da influência de outras esferas da vida social (Marcellino, 2012). O lazer não pode ser observado em um ambiente controlado, por exemplo. Ele se relaciona com as dinâmicas sociais, com a organização do trabalho, do tempo e dos espaços, modificando-os, ao passo que é modificado por eles, em um constante transformar-se.

A querela das definições, é como Dumazedier (1974) chama as diferentes conceitualizações de lazer. Elas se divergem entre si, ao passo que levam em consideração e desconsideram diversos componentes que estruturam concepções de lazer, como obrigações laborais, domésticas, familiares, religiosas e políticas. Para o autor, o lazer se caracteriza pela liberdade de todas as obrigações, não apenas das obrigações laborais. Ele possui caráter desinteressado, ao passo que não possui fim lucrativo; caráter hedonístico, tendo a busca pela satisfação como fim; e caráter pessoal, ao atender, ou procurar atender, às necessidades do sujeito.

Dumazedier (2000) determina enquanto três as funções mais importantes do lazer. Ao proporcionar ao sujeito a recuperação das energias físicas e psíquicas advindas de estressores e da fadiga produzida pelas obrigações, ele tem função de descanso. Promover divertimento, entretenimento e recreação diz respeito à segunda função. E, por fim, o lazer tem papel no desenvolvimento da personalidade, oferecendo possibilidades de integração social e aprendizado, que acompanham o sujeito ao longo da vida. As funções, segundo o autor, acompanham umas às outras, interligadas, mesmo que por vezes se oponham.

No tocante à pesquisa, é possível observar que os participantes reconhecem as funções do lazer enquanto descanso e produtores de divertimento, entretenimento e recreação, como demonstrado nos trechos a seguir.

[...] a primeira coisa que eu pensei sobre lazer foi sair. [...] não é só sair, assim, no sentido físico. Às vezes eu acho que é sair quando a gente está se sentindo sobrecarregado, encontrar uma forma, como (participante C) tinha falado, de escapar, de estar em algum momento com outras pessoas. (Participante H)

Na verdade, eu tenho dado mais valor a simplesmente deitar na cama mesmo quando você não tá com vontade de dormir. Só deitar na cama para mim já é lazer. (Participante F)

Lazer, eu acho que escape. Para mim funciona eu acho que como um escape; de escapar mesmo de todo o alvoroço que é a rotina. (Participante C)



Você tem fome de quê?**Araújo; Lima, 2024**

É preocupante, ao mesmo tempo que significativo, que o lazer seja identificado como uma forma de escape por duas participantes. Essa concepção, ao mesmo tempo que corrobora com a função de descanso do lazer, corrobora com a função de desenvolvimento pessoal, tendo em vista que, assim como aponta Marcellino (2012), o lazer possui uma característica lúdica de denúncia da realidade em que vivemos. Nas palavras do autor, “a um trabalho empobrecedor está ligado a um lazer também empobrecedor e vice-versa” (p.17).

A ideia de escapismo se interliga com a ideia do lazer enquanto atividade compensatória ao tempo das obrigações, ou seja, o lazer enquanto período de recuperação da força de trabalho. Mas, como discutido por teóricos críticos do lazer (Marcellino, 2012; Padilha, 2018; Mascarenhas, 2004; Mascarenhas, 2005), esse se trata, antes, de um lazer alienado, em vista que oferece reparações temporárias às deteriorações físicas e psíquicas do sujeito. Ele não tem como objetivo o desenvolvimento da personalidade ou emancipação do sujeito, pois está cooptado pela lógica do capital, que prioriza as obrigações e, no intervalo das obrigações, o consumo de bens e serviços. A longo prazo, essas atividades não satisfazem as necessidades dos sujeitos, contribuindo apenas para manter a roda do capital girando.

No contexto da pesquisa, a principal obrigação dos participantes é para com a universidade.

[...] se fosse resumir novamente, né, lazer, se fosse resumir agora eu diria “Lazer é não estar na UESPI”. Não estar na UESPI, porque 24 horas você não tem lazer, você vive para a UESPI. (Participante D)

Menções a atividades de lazer enquanto provedoras de integração social e produção de cultura foram feitas, ligeiramente, caracterizando o potencial do lazer na promoção de desenvolvimento pessoal e social.

[...] o Dirceu para mim é mais rico, assim, de democratização, assim, da cultura. Porque lá tem teatro, lá tem vários espetáculos a semana toda, sempre tem algum movimento cultural ali na praça do Dirceu, na Praça Cultural do Dirceu. Então vários grupos, vários movimentos. (Participante A)

A escassez de menções ao lazer enquanto potencial meio de desenvolvimento pessoal denuncia duas coisas. Uma diz respeito às vivências de lazer dos participantes, que se encontram consideravelmente precarizadas. E a outra diz respeito ao entendimento desses estudantes quanto ao potencial do lazer enquanto promotor da saúde, tendo em vista que, uma coisa é reconhecer o lazer enquanto momento de descanso e recuperação, assumindo um caráter quase que paliativo, e outra muito diferente é identificá-lo enquanto ferramenta de melhoria e transformação, não apenas individual, mas também social.



Você tem fome de quê?

Araújo; Lima, 2024

E a gente vê que é um direito, e algo que não se discute, né. Não se discute lazer enquanto direito e nem se trabalha para isso, né. Não é uma discussão. Pelo menos eu nunca tive em nenhum momento, uma oportunidade de falar sobre lazer. É um tema que realmente eu nunca nem parei para pensar e nem para discutir. (Participante D)

Às vezes a gente começa até a questionar, o que que é lazer para mim. Acho que é muito importante estar aqui discutindo isso pra gente se conectar, né, com aquilo que é importante para a gente. (Participante H)

Os participantes da pesquisa reconhecem o lazer como um direito social, mas nunca tiveram a oportunidade de desenvolver as implicações relacionadas a isso, relatando o grupo focal enquanto o primeiro contato com a discussão sobre o tema em meio acadêmico. Mesmo que reconhecer lazer enquanto um direito social seja um bom começo, é importante questionar o porquê de ele se configurar assim. Que benefícios ele pode trazer? De que forma ele se encaixa no panorama da vida social?

Da questão de lazer, eu acho interessante, porque às vezes eu foco demais que lazer é algo que eu devo ter, porque é o único momento que eu tenho para mim ou é um momento que eu tenho para desestressar. Tipo assim, "Okay, este é o momento que eu tenho para relaxar. Relaxa, relaxa, relaxa!". (Participante F)

Para Marcellino (2012), as indefinições quanto ao significado do lazer reduzem seu entendimento, contribuindo para uma visão parcial e limitada de suas atividades. Dessa forma, compreende-se a necessidade do lazer, mas não se entende sua composição, sua potencialidade, ou como relacionar-se com ele, o que acaba tornando difícil de separar o que é lazer, do que é uma mercadoria.

3.2 O lazer produtivo e o lazer mercadoria

Ao passo que o lazer é uma representação da organização social do trabalho (Soares, 2019), ao trabalho é atribuído o entendimento das relações humanas (Silvestre; Amaral, 2015; Marx, 2004). Para Marx (2004), o trabalho, ao mesmo tempo que produz a mercadoria, produz ao trabalhador e, concomitantemente, a si mesmo enquanto mercadoria. Nesse sentido, a apropriação da mercadoria produzida pelo trabalhador se torna estranhada. Ao produzir a mercadoria, ela se torna a objetificação do trabalho do sujeito. No entanto, a relação com o trabalho funciona de um jeito que, quanto mais objetos ele produz, menos objetos ele possui e tanto mais fica sob o domínio do objeto produzido.



Você tem fome de quê?**Araújo; Lima, 2024**

Na perspectiva onde a mercadoria produzida possui mais valor que o trabalho a ela atribuído, o trabalhador possui menos a si mesmo e mais ao mundo do objeto. Seu mundo próprio, interior, é empobrecido e dependente da mercadoria que ele mesmo produz. É a partir do objeto do seu trabalho que ele pode sobreviver e, sobrevivendo, pode trabalhar. Nesse sentido, não apenas a mercadoria é estranhada, mas também a própria atividade de produção.

Marx concebe o trabalho não como a satisfação de uma necessidade, mas como um meio para tal. Essas necessidades, para o autor, são funções humanas encontradas na natureza. Mas, ao passo que o trabalho e a mercadoria produzida são estranhados, tanto é o trabalhador em sua condição humana e em sua relação com a natureza, tendo em vista que a relação com o trabalho coloca o sujeito em uma posição tal que as atividades essenciais para a manutenção da sua vida são apenas um meio para existir, mediadas pelo trabalho.

Se o trabalho é estranhado, o lazer, tempo liberado do trabalho, também o é? Para Silvestre e Amaral (2015) o estranhamento do trabalho se estende ao estranhamento do lazer consumido enquanto mercadoria. Quanto mais o lazer é consumido enquanto mercadoria, mais ele é produzido enquanto uma, e menos opções de lazer que não são voltadas para o consumo de bens e serviços são disponibilizadas. Nessa perspectiva, as necessidades do sujeito não são satisfeitas através do lazer mercadoria. O que é satisfeito é a garantia da continuidade da produção mercadológica do lazer. Esse lazer mercadoria seria antes um anti-lazer, tendo em vista que retira dessas atividades seu caráter autocondicionante e livre (Munné, 1980; Silvestre; Amaral, 2015).

[...] parece um novo produto do lazer. Não parece nem real, porque parece que tu se dissocia do sentido de você tá ali, vivendo experiência boa, e você na verdade, esse lazer fica muito comercial. Porque tipo um lazer para mostrar que você tá em um lugar bacana, só que às vezes você talvez nem tá se sentindo bem lá.
(Participante H)

Para os participantes da pesquisa, corroborando com os autores críticos do lazer, no entendimento do senso comum de uma determinada classe de Teresina, lazer se trata do consumo de bens e serviços. Esse seria, nas palavras de um dos participantes, um lazer prestigiado.

Lazer em Teresina é comercial, não é cultural. Então para você ter um lazer que as pessoas socialmente de Teresina não prestigiam, é você ir no (nomes de restaurantes), você ir só em restaurante caro, para postar no stories que comeu lá.
(Participante G)



Você tem fome de quê?

Araújo; Lima, 2024

Acho que as pessoas das áreas que não são da área de humanas vivem em prol do status, vivem em prol do poder. Então até o lazer dela, é o tipo de lazer para ela mostrar que ela pode pagar e ser superior a você, por ter esse lazer, né. (Participante G)

Como exposto pelos participantes, a classe tem um papel segregatório na divisão e distribuição do lazer. Para Mascarenhas (2004), três são os mundos do lazer enquanto mercadoria. Ao primeiro mundo pertencem aqueles que podem pagar pelo melhor estilo de vida, os “com lazer”. Os “mais ou menos com lazer” pertencem ao segundo mundo, onde o lazer é um escapismo cercado de dívidas e do mais barato tipo de lazer, uma cópia genérica do lazer do primeiro mundo. Por fim, ao terceiro mundo do lazer, pertencem os “quase-sem” e os “sem-lazer”, restringidos à televisão ou, mais contemporaneamente, à internet.

Para Soares (2019), esse lazer comprado, no entanto, não é uma garantia da atribuição de sentido à existência do sujeito. Corroborando com Silvestre e Amaral (2015), trata-se de um lazer alienado, estranhado à existência do sujeito enquanto ser humano.

Porque é um lugar que é socialmente prestigiado. Você dá para postar nos stories, né. Aí às vezes você quer... sei lá, enfim, não sei nem como funciona, mas essas próprias pessoas, que tem um pessoal, que é de outra classe e quer ir para algum lugar se divertir- porque lá tem cultura, lá tem algo legal, as pessoas vão desmerecer aquele lugar. Por que? Porque não é o lazer produtivo, que essas classes prestigiam. (Participante G)

Quando o tempo das obrigações e o tempo do lazer se relacionam ambos em prol do capital, o senso de produtividade pertencente ao tempo das obrigações parece se estender ao tempo de descanso e ao tempo de lazer. Esse “lazer produtivo” se apresenta no discurso dos participantes.

E outra coisa sobre lazer produtivo também, é até você ter que fazer alguma coisa para render. “Ah, tô de férias, então eu vou ler 50 livros, vou ver todos os filmes que vão ser indicados ao Oscar, ou as séries que vão ser indicadas ao Grammy”... ao Grammy não, ao Emmy. Não posso ouvir um álbum, porque se eu ouvir só as músicas mais famosas, eu não vou ser um fã verdadeiro daquele artista. É muito problemático. (Participante G)

Eu nunca prestei atenção nesse negócio de lazer produtivo, porque isso veio muito do fato de que a nossa sociedade agora a gente está basicamente vivendo numa sociedade do burnout. Se você não estiver sendo produtivo 100% do seu tempo, você não vale mais a pena como indivíduo. Você tem que o tempo estar sendo produtivo, até mesmo quando você está tendo seu lazer, seu momento de descanso, você tem que estar sendo produtivo de alguma forma. Porque ou você tem que gastar dinheiro para poder aproveitar alguma coisa ou você pode ter que fazer alguma coisa para conseguir ganhar dinheiro, aproveitando seu lazer, seu hobby. (Participante B)



Você tem fome de quê?**Araújo; Lima, 2024**

Para Dardot e Laval (2016), a sociedade industrial estruturou o sujeito de modo tal que a produção do material apenas não fosse o suficiente. Faz-se então que, para alcançar o bem-estar, prazer e felicidade em todos os domínios da vida, é necessário exibir uma alta produtividade. Essa faceta se mostra também no âmbito do lazer mercadoria.

Segundo Marcellino (2012), a classificação mais aceita quando tratamos dos conteúdos do lazer aponta como seis as áreas de abrangência fundamentais, sendo elas: os interesses artísticos, os intelectuais, os físicos, manuais, turísticos e sociais. Para a análise em questão, tomou-se os interesses artísticos como base da discussão.

Pode-se afirmar, baseado no conteúdo apresentado pelos participantes, que a relação dos sujeitos com o lazer artístico é, majoritariamente, uma relação de consumo. Música, filmes, séries, cultura pop em geral, são as mais comuns fontes de lazer artístico. Com o avanço da internet e das redes sociais, o valor de um conteúdo artístico é determinado por números. De acordo com Benjamin (2020), a arte perde sua aparência autônoma à medida em que, ao adentrar na era de sua reprodutibilidade técnica, se desprende de seu fundamento cultural. A arte não é autônoma, autocondicionada. É, antes condicionada pela estrutura do capital, se movendo ao passo em que ele se move.

A relação do sujeito com esse lazer artístico condicionado pelo capital se dá de modo que, ao invés de proporcionar um momento de construção, aprendizado ou relaxamento, coloca o sujeito em uma situação de trabalho informal, não remunerado. Segundo a pesquisa de Macedo (2021), o afeto dos fãs em relação à arte e/ou ao artista, ao passo que é explorado, também contribui para a evolução e manutenção desses produtos. Espaços de fãs, cujo objetivo primário é de integração e troca, também são afetados por essa dinâmica, como aponta um dos participantes.

E a experiência de fandom é uma coisa por si só, porque as comunidades online, elas funcionam meio sem regras, mas elas têm regras muito implícitas. E essas regras, por exemplo, você não pode, como foi dito, aproveitar um cantor se você não conhecer mais de 80% das músicas deles, você não pode aproveitar uma banda se você não souber, tipo, a história de vida dos cantores, ou bateristas ou o que bandas fazem, eu não ouço bandas, não sei. E as discussões e problemáticas e discussões... as discussões que fandoms tem, por um lado pode ser vista como pessoas que realmente se importam porque ele trabalho de mídia, com aquela análise e tudo mais. Mas por outro lado, como eu já tinha dito antes, transformando lugar de conforto e segurança em um ambiente tóxico e tirando o único momento de lazer que essa pessoa tem e pode tanto monopolizar esse ambiente, como pode tornar monetário. Tem gente fazendo dinheiro dentro dessas comunidades de fãs, como lançar ideologias e tal. Espaços online de fãs são muito



Você tem fome de quê?

Araújo; Lima, 2024

sem regras, mas mesmo por si só, elas criam as regras por si só, ela tem seus pontos fortes e fracos. (Participante F)

Cabe questionar se, baseando-se no caso específico dos lazeres artísticos voltados para a cultura popular, essas atividades perdem seu caráter enquanto lazer, ao passo que se tornam, também, uma obrigação.

3.3 O lazer do psicólogo

Escassas são as pesquisas que abordam o lazer ou o bem-estar do psicólogo como tema central. As poucas pesquisas encontradas parecem corroborar entre si em certos aspectos. Os participantes da pesquisa de Lima et al. (2020), por exemplo, demonstram satisfação quanto aos seus vínculos sociais e afirmam participar regularmente de atividades de lazer. Na análise das entrevistas realizadas com os mesmos participantes, no entanto, eles se mostraram insatisfeitos quanto à frequência da realização de atividades físicas e atividades de lazer, principalmente viagens. Pouco tempo e poucos recursos financeiros foram atribuídos como a causa. Os participantes também mencionaram uma carga muito intensa de trabalho como adversidade à qualidade de vida. De acordo com Padovan (2021), com o acúmulo de obrigações, o tempo para o lazer é o primeiro a ser subtraído, deixando essas atividades em segundo plano.

A revisão bibliográfica composta por Melo e Raupp (2020) corrobora com a queixa de intensa carga de trabalho de Lima et al. (2020), ao apontar que, além das horas consecutivas de atendimento, muitos psicólogos participam de mais de uma jornada de trabalho remunerado. De acordo com os autores, embora o profissional da saúde mental trabalhe com o sofrimento humano, o mesmo olhar atencioso não é voltado para si.

Até nosso lazer é regrado, é verificado se esse lazer realmente é um lazer ou se você só está tipo, perdendo seu tempo. (Participante E)

A perspectiva de cuidar de um outro atravessado pelo mesmo sofrimento e cansaço advindo das horas de trabalho parece preocupar os integrantes desta pesquisa.

Eu sinto que muito que a gente vai passar para o paciente é aquele "Faz que eu digo, não faça o que eu faço". Para a gente é muito complicado conseguir ter esse equilíbrio entre o seu trabalho e o seu lazer e você passar para o outro, você acaba sendo um pouco hipócrita. Porque você mesmo não tá conseguindo lidar com isso.



Você tem fome de quê?

Araújo; Lima, 2024

Eu acho isso muito complicado. Eu acho isso muito complicado de se pensar. E isso é uma coisa que eu fico me questionando constantemente, tipo, como é que eu vou conseguir ajudar uma pessoa que vai estar passando pelo mesmo problema que eu, que não tá conseguindo lidar com esse problema, que está se sentindo sobrecarregado e ansioso por causa do trabalho e não ter tempo para descansar. Eu me questiono bastante. (Participante B)

Nossa eu tenho que dizer uma coisa para paciente, uma coisa que eu nem pratico. É uma dualidade, para mim, essa questão. (Participante I)

É importante que estudantes da área da saúde tenham contato com discussões e vivências de lazer, tendo em vista seu papel enquanto mediadores de capacitação da comunidade. Enquanto mediador, o psicólogo assume um papel de re-educação para o mundo, de modo a garantir a autonomia do sujeito na promoção de saúde mental e, concomitantemente, física. Para que os profissionais da saúde auxiliem no processo de promoção da saúde e autonomia da comunidade, é imprescindível que eles entendam as implicações dos direitos sociais que pretendem promover.

Corroborando com o pensamento de Marcellino (2017), no cenário onde o lazer é uma ferramenta de educação crítica para o mundo, o psicólogo, ao mesmo tempo que é educador, é educando. Assim como o lazer não pode ser entendido isoladamente, fora da organização da vida social e privada, educador e educando interagem com o mundo, transformando-o e sendo transformados por ele. Como aponta Freire (2013), em conjunto, tendo o mundo como mediador, os sujeitos se educam em uma práxis que constantemente se refaz. Do mesmo modo que o lazer é um fenômeno em constante transformação (Mendes; Amaral, 2020), a educação para o lazer é permanente e constante.

3.4 A utopia do lazer ideal

Para a maioria dos participantes da pesquisa, o lazer ideal é um lazer utópico.

É muito difícil de pensar em um lazer ideal. É muito difícil, porque como ela falou, é muito utópico, você não tem como pensar realmente algo que se encaixe na realidade que a gente vive aqui, que não seja muito fantasioso. É bem complicado. (Participante B)

Etimologicamente, a palavra utopia apresenta dois significados: um negativo e um positivo. Em grego, *tópos* (lugar), agregado ao prefixo *òu*, transmite a ideia de não-lugar ou lugar nenhum. Unida ao prefixo *eu*, no entanto, refere-se a um lugar ideal, indicando nobreza,



Você tem fome de quê?

Araújo; Lima, 2024

abundância e bondade. Enquanto não-lugar, refere-se a um espaço que não se assemelha em nada ao lugar em que vivemos atualmente. Mas, simultaneamente, esse espaço de não-lugar ganha conotação positiva, tendo em vista que, ao diferir-se, apresenta-se como perfeito. Desse modo, utopia é um lugar que, ao mesmo tempo que idealizado e sonhado, é inexistente (Albornoz, 2019; Chauí, 2008).

Eu estava pensando que lazer ideal, ele está distante de mim. Porque eu imagino, o lazer ideal, ah, quando eu tiver concursada, quando eu estiver longe da UESPI, minha profissão e entender que tô de férias. Estou concursada, tô de férias, meu dinheiro vai cair lá, a porcentagem vai cair no final do mês, eu não tenho preocupação com as disciplinas que eu vou ter no próximo período, não tenho preocupação com o TCC, não tenho preocupação com o estágio em Licenciatura, entendeu? Então, assim, eu acho que vou ter meu lazer ideal quando eu tiver concursada, com meu dinheiro na conta. Aí sim eu vou aproveitar. Eu imaginei que o ideal nesse sentido, né. Mas tá distante, é utópico. (Participante D)

Eu nem... eu pensei nisso agora, mas é o que já vinha acontecendo de o lazer ideal parece que não existe, não... É algo que a gente tenta alcançar, e a gente pensa muito sobre, mas na hora de viver a gente não consegue. E às vezes nem os pequenos prazeres diários de lazer. E a gente só consegue pensar que "Ah, quando isso, quando eu tiver isso, quando eu for assim, eu vou, eu vou ter um lazer bom, eu vou ter tempo livre". E enfim, a gente fica nesse movimento de não viver a nossa vida, não viver o que é, assim, um lazer que a gente deveria, assim, sabe? Que deveria ser nosso direito, que deveria, né, fazer parte da nossa vida. (Participante H)

Desse modo, o lazer experienciado pelos participantes encontra-se distante do que eles consideram como ideal. O ideal encontra-se nesse lugar inexistente, fantasioso, utópico, em qualquer lugar, até mesmo no futuro, menos na sua realidade atual.

Segundo Mascarenhas (2005), para que esse lazer utópico, isto é, acessível a todos, seja alcançado, é necessário construir não apenas um novo lazer, mas uma nova sociedade. O tempo de lazer, de acordo com o autor, e corroborando com Padilha (2018), deve ser livre das relações de dominação, opressão, exploração ou exclusão e ser direcionado não ao consumo de bens e serviços, como manda a lógica do capital, mas à emancipação humana.

Não vai existir lazer ideal enquanto esse sistema vigorar, porque ele se mantém à custa do nosso sangue e do nosso corpo e da nossa alma. É um sistema que se baseia na exploração da nossa mão de obra. Enquanto a gente está sendo mão de obra, a gente não tem lazer. Então é até difícil pensar no que seria um lazer ideal, porque parece utópico. E até mesmo permeando por questão de gênero, quando não é um trabalho remunerado, tem o trabalho não remunerado da mulher em casa. Sempre esperam que a gente vire cuidadora ou limpe casa, enfim, ou vire mãe, essas coisas. É uma questão que é tão complicada de pensar, como é que seria o lazer ideal. Eu acho que seria um lazer que você poderia, por exemplo, ter um tempo, sem sentir culpa, relaxando, sabendo que as pessoas ao redor também estão em uma condição boa, porque a gente pode estar no lazer, mas pode estar pensando que tem um parente meu que está passando dificuldade, enfim. Um lazer onde você esteja no lugar se sentindo seguro, que ninguém vai chegar e te abusar,

REVISTA ESPERANÇA GARCIA, v1, n° 1, Picos-PI, Maio de 2024.

revista.esperanca.garcia@pcs.uespi.br.
ISBN: 978-65-00-82363-9.



Você tem fome de quê?

Araújo; Lima, 2024

te assaltar, enfim. E um lazer onde você possa ser você mesmo sem você ser julgado. Ou seja, é utópico. (Participante E)

Para Marcellino (2017), é significativo que o papel da educação no processo de criação de uma nova ordem social seja o de assegurar o lazer enquanto instrumento contra-hegemônico. Segundo o autor, um lazer de caráter educativo só teria sentido em um plano onde, ao mesmo tempo em que promove prazer às pessoas, diminua as pressões de uma estrutura socioeconômica que sufoca seus participantes e distribui seus recursos de maneira desigual, através da exploração de uma grande parcela da população.

Gussoli (2020) reforça a importância da participação social na formulação de políticas públicas de lazer, aprovação de objetivos e execução de ações, de modo que o conteúdo construído seja satisfatório e abrangente, direcionado a todos e não apenas a um grupo restrito de pessoas. Como consequência natural da implementação de políticas públicas exclusivas para o lazer, o autor visualiza melhorias na saúde, no rendimento laboral, no potencial criativo da população e na importância dada ao tempo livre.

Meu lazer ideal é um lazer em que eu me sinta bem, que eu tenha a companhia de pessoas que eu goste e que me faça distrair dos meus afazeres, que eu tenho como rotina. (Participante A)

Meu lazer ideal é não fazer nada e não sentir culpa. E ter vários tipos de possibilidades de lazer, sabe? Não só ficar em casa assistindo série. Sei lá, quero ficar em casa assistindo série hoje, sei lá, quero sair, ir para um parque hoje, quero viajar, quero ir para uma balada, beijar na boca, quero beber, beijar na boca. Gente, é porque eu quero ter essas possibilidades. Não ficar presa só em poucas possibilidades. Acho que é isso. (Participante I)

O lazer ideal, como discutido pelos autores aqui expostos e pelos participantes da pesquisa, não parte de atitudes individuais, exclusivamente. Para que ele ocorra, são necessários diversos fatores que possam conectar os sujeitos às atividades de lazer, como tempo, transporte, segurança, condições financeiras etc.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Foi possível constatar que os estudantes de Psicologia que participaram da pesquisa percebem o lazer enquanto um direito social, reconhecendo suas funções de descanso, produção de divertimento, entretenimento e recreação. A função de desenvolvimento



Você tem fome de quê?**Araújo; Lima, 2024**

peçoal e social do lazer foi reconhecida de maneira mais esparsa. Além de suas próprias concepções do lazer, os participantes trazem em seus discursos sua concepção acerca do entendimento sobre lazer de outros teresinenses. Esse seria um lazer voltado para o status, um lazer comprado, que tem por objetivo destacar superioridade de classe. Um lazer exclusivamente baseado no consumo de bens e serviços.

A cobrança externa e interna por produtividade foi um tema recorrente, estando atrelada aos momentos de lazer, principalmente na relação dos participantes com lazeres artísticos voltados para a cultura popular. Espaços de fã, cujo objetivo principal é a integração e interação entre seus participantes, acabam se mostrando enquanto lugares ansiogênicos para eles, devido à pressão por produtividade.

No tocante à perspectiva dos participantes quanto ao lazer da categoria do psicólogo, eles parecem se preocupar quanto à separação da vida privada da vida profissional; à perspectiva de cuidar de um outro atravessado pelo mesmo sofrimento e cansaço advindos do trabalho, em uma relação de “faça o que eu digo e não o que eu faço”; à regulamentação da vida privada pelo seu círculo social e familiar. Destaca-se as poucas pesquisas efetuadas a fim de estudar o bem-estar do psicólogo.

Os participantes da pesquisa parecem entrar em acordo quanto à perspectiva utópica de um lazer ideal. Eles reconhecem que, para que o lazer ideal seja possível, são necessários diversos componentes de mediação.

Quanto às limitações da pesquisa, evidencia-se uma quantidade de participantes consideravelmente pequena. Nesse sentido, evidencia-se a importância de dar continuidade a pesquisas que intercalem estudos sobre lazer e promoção de saúde mental, assim como o papel do psicólogo nesse processo. É notável, também, a necessidade de pesquisas acerca do lazer e da saúde mental do profissional da Psicologia. Essas investigações científicas se fazem necessárias, tendo em vista que, corroborando com o pensamento de Marcellino (2017) e Mascarenhas (2005), a educação tem um papel imprescindível no desenvolvimento de um lazer libertador e emancipatório e, logo, de uma comunidade livre e autônoma.

REFERÊNCIAS**REVISTA ESPERANÇA GARCIA, v1, nº 1, Picos-PI, Maio de 2024.****revista.esperanca.garcia@pcs.uespi.br.
ISBN: 978-65-00-82363-9.**

AIGNEREN, M. **La técnica de recolección de información mediante los grupos focales**. La Sociología En Sus Escenarios, v.1, n.6, p.1-32, 2002. Disponível em: <<https://revistas.udea.edu.co/index.php/ceo/article/view/1611>>. Acesso em: 01 fev. 2024.

ALBORNOZ, S. **A utopia concreta do homem cordial**. AUFKLÄRUNG, v. 6, n. 2, p. 121-130, 2019. Disponível em: <<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7037157>>. Acesso em: 03 nov. 2023.

ALMEIDA, F. M. **O conceito de lazer: uma análise crítica**. Revista Novos Rumos Sociológicos, v.9, n.16, p.206-229, 2021. Disponível em: <<https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/NORUS/article/view/21887>>. Acesso em: 03 nov. 2023.

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. Edições 70, Lisboa: 2016.

BATISTA, J. C.; RIBEIRO, O. C. F.; NUNES JUNIOR, P. C. **Lazer e promoção de saúde**. Licere, v.15, n.2, 2012. Disponível em: <<https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/729>>. Acesso em: 03 nov. 2023.

BENJAMIN, Walter. **A obra de arte na era de sua reprodutibilidade técnica**. Porto Alegre: L&PM, 2020.

BONFIM, L. A. **Grupos focais: conceitos, procedimentos e reflexões baseadas em experiências com o uso da técnica em pesquisas de saúde**. Revista de Saúde Coletiva, v.19, n.3, p.777-796, 2009. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/physis/a/gGZ7wXtGXqDHNChv7gm3srw/abstract/?lang=pt>>. Acesso em: 01 fev. 2024.

BRASIL. **Política Nacional de Promoção da Saúde**, 3. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2010.

BRASIL. **Política Nacional de Promoção da Saúde: PNPS: Anexo I da Portaria de Consolidação nº 2, de 28 de setembro de 2017, que consolida as normas sobre as políticas nacionais de saúde do SUS/Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde**. Brasília: Ministério da Saúde, 2018.

CÂNDIDO, F. P. **Lazer e educação no capitalismo brasileiro: concretude histórica e projeto revolucionário**. Dissertação (Mestrado em Educação)- Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis, 2008. Disponível em: <<https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/91375>>. Acesso em: 03 nov. 2023.

CHAUÍ, M. **Notas sobre utopia**. Ciência e Cultura, v. 60, n. 1, p. 7-12, 2008. Disponível em: <http://cienciaecultura.bvs.br/scielo.php?pid=S0009-67252008000500003&script=sci_arttext&tlng=pt>. Acesso em: 03 nov. 2023.

DARDOT, P.; LAVAL, C. **A nova razão do mundo: Ensaio sobre a sociedade liberal**. São Paulo: Editora Boitempo, 2016.

DUMAZEDIER, Joffre. **Lazer e cultura popular**. São Paulo: Perspectiva, 2000.

REVISTA ESPERANÇA GARCIA, v1, nº 1, Picos-PI, Maio de 2024.

revista.esperanca.garcia@pcs.uespi.br.
ISBN: 978-65-00-82363-9.



Você tem fome de quê?

Araújo; Lima, 2024

DUMAZEDIER, Joffre. **Sociologia empírica do lazer**. São Paulo: Editora Perspectiva S. A., 1974.

FERNANDES, E. R.; HÚNGARO, E. M.; SOLAZZI, J. L. **Lazer, trabalho e sociedade: notas sobre o lazer como um direito social**. VIII Congresso Luso-Afro-Brasileiro de Ciências Sociais, 2004. Disponível em:
<https://www.ces.uc.pt/lab2004/pdfs/Erick%20Fernandes_EdsonHungaro_JoseSolazzi.pdf>. Acesso em: 03 nov. 2023.

FLICK, Uwe. **Uma introdução à Pesquisa Qualitativa**. 2. ed. Porto Alegre: Bookman, 2004.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia do oprimido**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2013.

FREITAS, P. H. B.; MEIRELES, A. L.; BARROSO, S. M.; BANDEIRA, M. B.; ABREU, M. N. S.; DAVID, G. L.; PAULA, W.; CARDOSO, C. S. **Perfil de qualidade de vida e saúde mental de estudantes universitários da área da saúde**. Research, Society and Development, v.11, n.1, p. 1-18, 2022. Disponível em:
<<https://www.repositorio.ufop.br/handle/123456789/16263>>. Acesso em 01 fev. 2024.

GONDIM, S. M. G. **Grupos focais como técnica de investigação qualitativa: desafios metodológicos**. Paidéia, v.12, n.24, p.149-161, 2003. Disponível em:
<<https://www.scielo.br/j/paideia/a/8zzDgMmCBnBjxNvfk7qKQRF/?for>>. Acesso em: 01 fev. 2024.

GUSSOLI, F. K. **Políticas públicas exclusivas de lazer: em busca do cansaço profundo**. Licere, v. 23, n. 2, p. 503-528, 2020. Disponível em:
<<https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/24093>>. Acesso em: 03 nov. 2023.

LIMA, A. C. R.; SABINO, B. C.; BORGES, C. **Identificação de indicativos de bem-estar subjetivo e estresse em psicólogos**. Revista de Psicologia da UNESP, v. 19, n. 2, p. 96-124, 2020. Disponível em: <<https://mail.revpsico-unesp.org/index.php/revista/article/view/339>>. Acesso em: 03 nov. 2023.

MACEDO, T. **O custo da participação: lazer e trabalho gratuito (de fãs) na cultura da conectividade**. Lumina, v. 15, n. 2, p. 191-211, 2021. Disponível em:
<<https://periodicos.ufjf.br/index.php/lumina/article/view/27569>>. Acesso em: 03 nov. 2023.

MARCELLINO, N. C. **Estudos do lazer: uma introdução**. Ed. 5, Campinas, SP: Autores Associados, 2012.

MARCELLINO, N. C. **Lazer e educação**. Ed. 17, Campinas, SP: Papyrus Editora, 2017.

MARTINS, J. C. O. **Lazeres e tempos livres, entre os ócios desejados e os negócios necessários**. Revista do Centro de Pesquisa e Formação, v.1, n.2, p.51-58, 2016. Disponível em: <[https://centrodepesquisaeformacao.sescsp.org.br/revista/Revista-Centro-Pesquisa-e-Formacao_n02_\(ISSN%202448-2773\).pdf#page=51](https://centrodepesquisaeformacao.sescsp.org.br/revista/Revista-Centro-Pesquisa-e-Formacao_n02_(ISSN%202448-2773).pdf#page=51)>. Acesso em: 03 nov. 2023.

MARX, Karl. **Manuscritos econômico-filosóficos**. São Paulo: Editora Bointempo, 2004.

REVISTA ESPERANÇA GARCIA, v1, nº 1, Picos-PI, Maio de 2024.

revista.esperanca.garcia@pcs.uespi.br.
ISBN: 978-65-00-82363-9.



Você tem fome de quê?

Araújo; Lima, 2024

MASCARENHAS, F. "**Lazerania**" também é conquista: tendências e desafios na era do mercado. Movimento, v. 10, n. 2, p. 73-90, 2004. Disponível em: <<https://seer.ufrgs.br//Movimento/article/view/2841>>. Acesso em: 03 nov. 2023.

MASCARENHAS, F. **Lazer e utopia**: limites e possibilidades de ação política. Movimento, v. 11, n. 3, p. 155-182, 2005. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/pdf/1153/115315216009.pdf>> de ação política. Acesso em: 03 nov. 2023.

MELO, M. R.; RAUPP, L. M. **O autocuidado da saúde mental de psicólogos**: uma revisão bibliográfica. Perspectiva: Ciência e Saúde, v. 5, n. 1, p. 62-71, 2020. Disponível em: <<http://sys.facos.edu.br/ojs/index.php/perspectiva/article/view/293>>. Acesso em: 03 nov. 2023.

MENDES, F. J. C.; AMARAL, M. D. **O lazer no cotidiano**: práticas coletivas como resistência. Nova Revista Amazônica, Bragança, v. 8, n. 3, p. 47-60, dez. 2020. Disponível em: <<http://repositorio.ufpa.br/jspui/handle/2011/13060>>. Acesso em: 03 nov. 2023.

MUNNÉ, Frederic. **Psicología del tiempo libre**. México: Trillas, 1980.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS (ONU). **Carta de Ottawa**, 1986.

PADILHA, V. **Trabalho, tempo livre e consumo sob o manto da racionalidade do capital**. Revista Centro de Pesquisa e Formação, v.1, n.1, p.77-89, 2018. Disponível em: <<https://portal.sescsp.org.br/files/artigo/8d4a6d77/b651/4a28/88ad/75bdc40c831e.pdf>>. Acesso em: 03 nov. 2023.

PADOVAN, E. **Lazer e trabalho contemporâneos**: uma perspectiva crítica. Licere, v. 25, n. 1, p. 487-501, 2021. Disponível em: <<https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/39116>>. Acesso em: 03 nov. 2023.

PETTRES, A. A.; DA ROS, M. A. **A determinação social da saúde e a promoção da saúde**. Arq. Catarin Med., v 47, n.3, p.183-196, 2018. Disponível em: <<https://revista.acm.org.br/index.php/arquivos/article/view/375>>. Acesso em: 03 nov. 2023.

PINTO, G. B. **Lazer e promoção da saúde**: um estudo com profissionais da área da saúde humana. Licere, v.9, n.2, p.67-80, 2006. Disponível em: <<https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/1545>>. Acesso em: 03 nov. 2023.

RUAS, J. **Lazer vs. ócio**: a experiência moderna do tempo livre. Revista Três Pontos, v.9, n.1, p.5-13, 2012. Disponível em: <<https://periodicos.ufmg.br/index.php/revistatrespontos/article/view/3162>>. Acesso em: 03 nov. 2023.

SILVA, B. C.; ABRÃO, R. K. **Políticas públicas voltadas ao lazer para promoção da saúde**. Revista Humanidades e Inovação, v.9, n.9, p.337-351, 2022. Disponível em:

REVISTA ESPERANÇA GARCIA, v1, nº 1, Picos-PI, Maio de 2024.

revista.esperanca.garcia@pcs.uespi.br.
ISBN: 978-65-00-82363-9.



Você tem fome de quê?

Araújo; Lima, 2024

<<https://revista.unitins.br/index.php/humanidadeseinovacao/article/view/6125>>. Acesso em: 03 nov. 2023.

SILVESTRE, B. M.; AMARAL, S. C. F. **Trabalho estranhado, lazer estranhado? Reflexões acerca do estranhamento do trabalho sobre o lazer**. Revista Brasileira de Estudos do Lazer, v. 2, n. 3, p. 67-81, 2015. Disponível em: <<https://periodicos.ufmg.br/index.php/rbel/article/view/482>>. Acesso em: 03 nov. 2023.

SOARES, J. M. **O lazer e o tempo do não trabalho no capitalismo: as ilusões do consumo**. Licere, v. 22, n. 3, 2019. Disponível em: <<https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/15351>>. Acesso em: 03 nov. 2023.

VIEIRA, J. L. **Transtorno Mental Comum e lazer entre estudantes da área da saúde do Campus de Botucatu – UNESP: um estudo transversal**. Dissertação (Mestrado em Saúde Coletiva)- Universidade Estadual Paulista. Botucatu, 2015. Disponível em: <<https://repositorio.unesp.br/handle/11449/128177>>. Acesso em: 03 nov. 2023.

VIEIRA, J. L.; ROMERA, L. A.; LIMA, M. C. P. **Lazer entre universitários da área da saúde: revisão de literatura**. Ciência & Saúde Coletiva, v.23, n.2, p.4221-4229, 2018. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/HhXyymbt4496gyd6SFpBKkG/abstract/?lang=pt>>. Acesso em: 03 nov. 2023.

REVISTA ESPERANÇA GARCIA, v1, nº 1, Picos-PI, Maio de 2024.

revista.esperanca.garcia@pcs.uespi.br
ISBN: 978-65-00-82363-9.

