



CENTRO UNIVERSITÁRIO GOYAZES – UNIGOYAZES
CURSO DE TERAPIA OCUPACIONAL

**OS PAPÉIS OCUPACIONAIS COMO FERRAMENTA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE
MENTAL**

Mariana Vitória Caetano de Oliveira
Wercilane Alves Gomes Pacheco

Orientadora: Profa. Me. Bianca Estrozi

Trindade-GO

2024

CENTRO UNIVERSITÁRIO GOYAZES – UNIGOYAZES
CURSO DE TERAPIA OCUPACIONAL

OS PAPÉIS OCUPACIONAIS COMO FERRAMENTA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL

Mariana Vitória Caetano de Oliveira
Wercilane Alves Gomes Pacheco

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
à Faculdade União de Goyazes como
requisito parcial à obtenção do título de
Bacharel em Terapia Ocupacional.

Orientadora: Prof^a. Me. Bianca Estrozi

Trindade - GO

2024

Mariana Vitória Caetano de Oliveira
Wercilane Alves Gomes Pacheco

OS PAPÉIS OCUPACIONAIS COMO FERRAMENTA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
à Faculdade União de Goyazes como
requisito parcial à obtenção do título de
Bacharel em Terapia Ocupacional, aprovada
pela seguinte banca examinadora:

Prof^a. Orientadora: Me. Bianca Estrozi
Centro Universitário Goyazes - UniGoyazes

Prof^a. Me. Nilva Sueli de Oliveira
Centro Universitário Goyazes - UniGoyazes

Me.Jordana Ramos Vieira

Trindade - GO

04/12/2024

**OS PAPÉIS OCUPACIONAIS COMO FERRAMENTA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE
MENTAL**

Mariana Vitória Caetano de Oliveira¹; Wercilane Alves Gomes Pacheco¹; Bianca Estrozi²

RESUMO

INTRODUÇÃO: O significado da ocupação envolve a interpretação e o valor pessoal que cada pessoa impõe sobre suas ocupações, papéis ocupacionais ajudam a estruturar o tempo e fornecem um sentido de continuidade e identidade ao longo da vida. O papel ocupacional emerge como uma ferramenta significativa para a promoção da saúde mental, ajudando os indivíduos a encontrarem significado e equilíbrio em suas vidas por meio da participação em atividades que são valorizadas e significativas para eles. **OBJETIVOS:** O presente estudo teve por objetivo discorrer sobre a prática e o significado das ocupações e como elas podem ser utilizadas na promoção da saúde mental. **METODOLOGIA:** Foi adotada a revisão de bibliografia e análise qualitativa dos dados. **RESULTADOS:** Foi identificada a importância dos papéis ocupacionais como ferramenta na promoção da saúde mental, destacando como as atividades cotidianas e as responsabilidades assumidas pelos indivíduos contribuem para a manutenção do bem-estar psicológico. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** A abordagem da terapia ocupacional com os papéis ocupacionais reafirma seu compromisso com uma prática que vai além do tratamento convencional, proporcionando aos indivíduos a oportunidade de reestruturação pessoal e social, a construção de uma identidade positiva e fortalece a inclusão.

PALAVRAS-CHAVE: Terapia Ocupacional, Saúde Mental, Papel Ocupacional.

⁺Acadêmico do Curso de Terapia Ocupacional do Centro Universitário Goyazes - UniGoyazes ²

Orientador: Prof. Especialista ou Mestre ou Doutor, pelo Centro Universitário Goyazes – UniGoyazes

OCCUPATIONAL ROLES AS A TOOL IN PROMOTING MENTAL HEALTH

Mariana Vitória Caetano de Oliveira¹; Wercilane Alves Gomes Pacheco¹; Bianca Estrozi²

ABSTRACT

INTRODUCTION: The meaning of occupation involves the interpretation and personal value that each individual places on their activities. Occupational roles help structure time and provide a sense of continuity and identity throughout life. The occupational role emerges as a significant tool for promoting mental health, assisting individuals in finding meaning and balance in their lives through participation in activities that are valued and meaningful to them. **OBJECTIVES:** The present study aimed to discuss the practice and meaning of occupations and how they can be utilized in promoting mental health. **METHODOLOGY:** A literature review and qualitative data analysis were employed. **RESULTS:** The importance of occupational roles as a tool for promoting

mental health was identified, highlighting how daily activities and the responsibilities assumed by individuals contribute to maintaining psychological well-being. **FINAL CONSIDERATIONS:** The approach of Occupational Therapy with occupational roles reaffirms its commitment to a practice that goes beyond conventional treatment, providing individuals with the opportunity for personal and social restructuring, the construction of a positive identity, and strengthening inclusion.

KEYWORDS: Occupational Therapy, Mental Health, Occupational Role.

[†]Acadêmico do Curso de Terapia Ocupacional do Centro Universitário Goyazes - UniGoyazes ²
Orientador: Prof. Especialista ou Mestre ou Doutor, pelo Centro Universitário Goyazes – UniGoyazes

Dedicatória

Dedico, a Deus, por me direcionar, conceder sabedoria e por suprir todas as minhas necessidades durante essa jornada. À minha família pelo apoio e encorajamento, que foram muito importantes para que eu concluísse essa etapa com louvor, oferecendo palavras de incentivo e motivação nos momentos mais desafiadores. Às amigas que adquiri na universidade, nossa parceria, e apoio mútuos tornaram essa trajetória mais prazerosa.

Mariana Vitória Caetano de Oliveira

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, por me fortalecer, direcionar e conceder sabedoria e saúde durante toda a realização deste trabalho. Sem Seu agir, esta conquista não seria possível, me alegro por viver cada promessa que Ele me fez.

Aos meus pais, Mário César e Eliane, por todo amor, dedicação e apoio ao longo dessa jornada. Vocês sempre acreditaram em mim e me incentivaram a seguir meus sonhos, mesmo nos momentos de dúvida. Sou eternamente grata por tudo o que fizeram e continuam fazendo por mim, fizeram de mim, a mulher que sou hoje.

À minha orientadora, Bianca Estrozi, pelo apoio, conhecimento, orientação e paciência ao longo do desenvolvimento deste trabalho. Através dela pude conhecer

a terapia ocupacional a fundo, sua dedicação e sensibilidade, me inspiram. Seu cuidado com as palavras

À minha irmã, Isabela Aviredo e à sua família, por todo o companheirismo e pelos momentos de descontração e encorajamento ao longo dessa jornada de desafios. Agradeço pelo apoio e pela amizade sempre presentes, que foram consolo ao meu coração.

Às professoras, Nilva e Elcy, que contribuíram com sua experiência e sabedoria ao longo da minha formação acadêmica. Obrigada por tornarem a terapia ocupacional ainda mais atrativa e pessoal. Cada conversa, cada aula e orientação foram fundamentais para o meu crescimento pessoal e profissional.

À Jordana Ramos, amiga e profissional de excelência, por aceitar o convite para integrar nossa banca.

E, finalmente, a todas as pessoas que acreditaram no meu potencial e me ajudaram a superar os obstáculos de alguma forma, vocês contribuíram para a realização deste feito, seja com palavras de incentivo, sugestões ou mesmo com sua amizade e apoio.

Muito obrigado a todos!

Mariana Vitória Caetano de Oliveira
Dedicatória

Dedico, a minha família pela força que recebi durante a minha trajetória. Meus filhos e meu marido foram a minha base e os meus maiores incentivadores. Às minhas amigas que me ajudaram durante essa caminhada. E aos meus professores que contribuíram para a formação da minha base profissional, vocês me ajudaram a me tornar alguém melhor.

Wercilane Alves Gomes Pacheco
AGRADECIMENTOS

A citação "A vida é feita de batalhas. Sem lutas jamais haverá vitórias", de Sereio Santos, nos lembra que os desafios e dificuldades fazem parte do processo de crescimento e conquista. Ela nos ensina que não há realizações sem esforço e perseverança. Cada luta, por mais difícil que seja, nos prepara para alcançar nossas vitórias.

Quero agradecer a Deus por ter me dado sabedoria e equilíbrio para superar os momentos difíceis que surgiram ao longo desses quatro anos. Agradeço carinhosamente ao meu marido Cézar, que desde o início foi o meu grande incentivador, me apoiando e também não deixou com que eu desistisse em meio tantas dificuldades. Agradeço aos meus filhos Carlos Eduardo e Mariana por entenderem a minha ausência ao longo desses anos, não foi fácil lidar com tantas responsabilidades, mas com a compreensão e apoio deles, consegui me desdobrar e conciliar tudo.

Agradeço em especial a minha orientadora Bianca Estrozi por sua orientação e paciência, por cada ensinamentos e por todos os momentos de descontração. Aos professores que estiveram comigo nessa caminhada, em especial à professora Nilva, que me aproximou da terapia ocupacional e me fez olhar para ela com mais carinho e gentileza, a senhora deixou uma marca na minha formação.

Agradeço à Jordana Ramos por aceitar o convite para compor nossa banca, obrigada pela contribuição e carinho.

E, por fim, às amigas que ganhei ao decorrer do curso, elas estiveram ao meu lado nos momentos mais difíceis e desafiadores.

Wercilane Alves Gomes Pacheco

10

INTRODUÇÃO

Ao longo da vida os indivíduos se envolvem em atividades cotidianas ou ocupações que desejam e/ou necessitam fazer (AOTA, 2008). Ocupação e atividade dão sentido à vida humana e possuem poder terapêutico, (PIERCE, 2003). Através da ocupação o homem interage com o meio ambiente, produz nele modificações e é

por ele influenciado (Ferrari, 1991).

O significado da ocupação envolve a interpretação e o valor pessoal que cada pessoa impõe sobre suas ocupações, isso significa que, embora dois indivíduos possam desempenhar a mesma ocupação, para cada um deles, o significado de tal, será diferente (Clark *et al.* 2002). Para Carrasco e Olivares (2003), a ocupação é uma construção pessoal, ou seja, uma experiência não repetitiva. O significado é individual, e sofre influência de diversos fatores, sendo construído a partir das experiências vivenciadas ao longo da vida, o que o torna único para cada pessoa.

(Reed et al. 1999)

Christiansen (1994) observou que o envolvimento em ocupações permite a satisfação das necessidades intrínsecas e promove estado de espírito positivo, permitindo que cada pessoa reflita sobre sua existência, compreenda quem é e qual é o seu lugar no mundo, através do significado de suas ocupações.

Kielhofner (2008) em seu *Modelo de Ocupação Humana*, destaca que os papéis ocupacionais¹ ajudam a estruturar o tempo e fornecem um sentido de continuidade e identidade ao longo da vida. Quando esses papéis são comprometidos, como em situações de doença ou estresse, a saúde mental e o bem-estar podem ser impactados negativamente.

Nos dias atuais a aceleração constante e urgente da vida cotidiana impacta significativamente a saúde mental. A exigência de respostas e ações rápidas, tem moldado sujeitos acelerados e imediatistas, levando ao fluxo excessivo de informação, que dão forma a uma mente agitada, inquieta, com dificuldades de concentração, entre outros sintomas (Oliveira, 2024; Nascimento, 2022).

¹ Em consonância com a Terapeuta Ocupacional Suellen Merencio (2018), para este trabalho utilizaremos a definição de papéis ocupacionais como: “Conjuntos de comportamentos socialmente esperados e moldados de acordo com a cultura e o contexto que vivemos. Cada papel ocupacional carrega consigo obrigações que precisamos cumprir para atingir determinados objetivos.”

A pandemia de COVID-19 foi um fator agravante no aumento de pessoas com sofrimentos psíquicos relacionados à ansiedade generalizada, depressão e estresse pós-traumático (Moreira, 2024). O isolamento e a interrupção de vínculos sociais desencadearam uma crise de saúde mental em todo o mundo, e trouxe uma grande preocupação, pois ao mesmo tempo em que inicialmente houve grande comoção em

prol da solidariedade, e do cuidado mútuo, temos por outro lado o individualismo, a preocupação com o autocuidado, sentimentos de medo, irritação e ansiedade relacionada ao futuro. Todavia, mais pessoas conscientes da necessidade de ajuda profissional para melhoria da saúde mental.

Dentro desse contexto, Clark e Parham (1990) destacam que o papel ocupacional emerge como uma ferramenta significativa para a promoção da saúde mental, ajudando os indivíduos a encontrarem significado e equilíbrio em suas vidas por meio da participação em atividades que são valorizadas e significativas para eles. Para os autores, o conceito de papel ocupacional refere-se às atividades que uma pessoa realiza no cotidiano, que são fundamentais para a construção de sua identidade e para a promoção de bem-estar.

Wilcok e Hocking (2015) abordam a importância de uma perspectiva ocupacional para a promoção da saúde, incluindo a saúde mental, enfatizando como as ocupações podem ser usadas para alcançar equilíbrio. A terapia ocupacional utiliza essas atividades como uma estratégia terapêutica para promover a saúde mental, com enfoque na importância de manter ou desenvolver ocupações que contribuam para a estabilidade emocional e mental, como apontam Davidson e Tondora (2006), que enfatizam a importância da recuperação e resiliência através da prática ocupacional.

Portanto, o presente estudo teve por objetivo discorrer sobre a prática e o significado das ocupações e como elas podem ser utilizadas na promoção da saúde mental. Além disso, a compreensão do papel ocupacional pode oferecer estratégias terapêuticas que fortaleçam a saúde mental num cenário de constante mudança e desafios.

METODOLOGIA

O presente estudo foi realizado por meio de uma revisão bibliográfica com abordagem qualitativa, com o objetivo de reunir e sistematizar conhecimentos teóricos sobre o papel ocupacional como uma ferramenta na promoção da saúde mental. Para o desenvolvimento desta pesquisa, seguiram-se as seis etapas propostas por Mendes *et al.* (2008), que incluem: (1) identificação do tema e formulação da questão de pesquisa; (2) estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão; (3) definição das informações a serem extraídas dos estudos

selecionados; (4) avaliação crítica dos estudos incluídos; (5) interpretação dos resultados; e (6) síntese do conhecimento.

A pesquisa bibliográfica foi baseada no método do Estado da Arte, cujo objetivo é mapear e discutir a produção acadêmica existente em diversas áreas do conhecimento, destacando os principais aspectos abordados e as diferentes abordagens do tema ao longo do tempo (Ferreira, 2002). Com base na escolha do tema e na definição dos objetivos, a questão norteadora foi: “Como o papel ocupacional contribui para a promoção da saúde mental?”.

As buscas foram realizadas em bases de dados como Google Acadêmico, Scientific Electronic Library Online (SciELO), PubMed, além de consultas a periódicos especializados, incluindo a Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo, Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional e Revista Brasileira de Saúde Ocupacional. Os descritores utilizados nas buscas foram: “papel ocupacional”, “saúde mental”, “ocupação”, “terapia ocupacional”.

Os critérios de inclusão adotados foram: estudos que apresentassem termos relacionados ao papel ocupacional, saúde mental ou promoção de bem-estar e terapia ocupacional no resumo. Publicações que discutissem explicitamente a contribuição de ocupações significativas para a saúde mental; e textos disponíveis em português ou inglês, com acesso ao texto completo. Foram excluídos artigos que não tivessem relação direta com a terapia ocupacional ou que abordassem a saúde mental sem mencionar o papel ocupacional como elemento central.

Os dados coletados foram organizados em uma planilha contendo as seguintes informações: autor, ano de publicação, objetivo do estudo, metodologia, principais achados e conclusão. Essa organização permitiu uma análise detalhada, facilitando a identificação de temas recorrentes e lacunas na literatura existente. A

13

interpretação dos resultados foi orientada pela compreensão dos diferentes papéis ocupacionais e sua relevância para a promoção do bem-estar e saúde mental em diversos contextos sociais.

14

RESULTADOS

Dos 15 artigos encontrados na busca, 5 foram excluídos, totalizando 10 artigos selecionados conforme os critérios de inclusão. A composição dos resultados foi categorizada na tabela 1, conforme Título, Autor e ano de publicação. Objetivo, Metodologia e Contribuições para o tema abordado.

Tabela 1

Título	Ano de Publicação e Autor	Objetivo	Metodologia	Resultados Encontrados
Occupational identity: An overview	1994 – Christian sen, C. H.	Explorar o conceito de identidade ocupacional e sua importância na Terapia Ocupacional.	Revisão teórica e análise conceitual	Definição do conceito de identidade ocupacional e sua relação com a prática da Terapia Ocupacional.
Identidade e complexidade: composições no campo da Terapia Ocupacional	1999 – LIMA, Elizabeth M. F. Araújo	Refletir sobre a identidade e a complexidade e na Terapia Ocupacional.	Reflexão teórica e análise conceitual	A Terapia Ocupacional como um campo complexo que lida com múltiplas identidades e práticas.
Estudo de revisão sistemática sobre o uso do conceito de cotidiano no campo da Terapia Ocupacional na literatura de língua inglesa	2015 – Salles, M. M.; Matsukura, T. S.	Revisar a literatura de língua inglesa sobre o conceito de cotidiano na Terapia Ocupacional.	Revisão sistemática da literatura.	O conceito de cotidiano é amplamente abordado em termos de atividades diárias e seu impacto na ocupação.

Atividade, cotidiano e ocupação na terapia	2018 – Von Poellnitz, Jéssica Cristina	Analisar os conceitos de atividade, cotidiano e	Pesquisa qualitativa com entrevistas	Diversos conceitos coexistem e competem dentro da Terapia
--	--	---	--------------------------------------	---

ocupacional no Brasil: usos e conceitos em disputa		ocupação no Brasil e as disputas conceituais relacionadas.	e análise de conteúdo.	Ocupacional no Brasil.
O papel ocupacional e a qualidade de vida: uma perspectiva brasileira	2019 – Silva, A. P., & Amaral, C. S.	Examinar a relação entre o papel ocupacional e a qualidade de vida no contexto brasileiro.	Estudo de caso qualitativo com observação e entrevistas.	Constatou-se que o papel ocupacional contribui significativamente para a qualidade de vida.
A prática ocupacional e a saúde mental: estratégias de enfrentamento e resiliência	2020 – Moreira, L. A., & Souza, P. R.	Analisar como as estratégias de enfrentamento e resiliência impactam a prática ocupacional na saúde mental.	Revisão bibliográfica e análise qualitativa	Identificação de estratégias eficazes de enfrentamento que melhoram a resiliência e o bem-estar.
A importância dos papéis ocupacionais na terapia ocupacional	2021 – Oliveira, S., Santos, L., & Mello, A.	Explorar a importância dos papéis ocupacionais na prática da Terapia Ocupacional.	Estudo de caso com entrevistas e observações.	Os papéis ocupacionais têm grande impacto na adaptação e no bem-estar dos indivíduos.

A atuação da terapia ocupacional na atenção básica à saúde: uma revisão de literatura	2021 – CABRAL, Larissa Rebecca da Silva; BREGALDA, Marília Meyer	Analisar a atuação da Terapia Ocupacional no contexto da Atenção Básica à Saúde.	Revisão de literatura sobre a atuação da Terapia Ocupacional na Atenção Básica.	A revisão apontou que a Terapia Ocupacional contribui de maneira significativa para a promoção da saúde e prevenção de doenças na Atenção Básica, destacando seu papel na melhoria da qualidade de vida dos indivíduos e na integração com outras práticas de saúde.
---	--	--	---	--

Impactos da pandemia na saúde mental e o papel da terapia ocupacional	2022 – Nascimento, F., Silva, J., & Oliveira, M.	Investigar os impactos da pandemia na saúde mental e o papel da terapia ocupacional durante esse período.	Pesquisa quantitativa e qualitativa com questionários e entrevistas.	Identificação de altos índices de sofrimento emocional e a importância da terapia ocupacional para mitigação.
Adaptação dos papéis ocupacionais em tempos de pandemia	2022 – Nascimento, A. L., Santos, F. M., & Oliveira, S. R.	Investigar como os papéis ocupacionais foram adaptados durante a pandemia de COVID-19.	Pesquisa qualitativa com entrevistas e análise de conteúdo.	Os papéis ocupacionais foram profundamente alterados pela pandemia, exigindo novas formas de adaptação.

DISCUSSÃO

A importância do papel ocupacional

O papel ocupacional é uma construção que engloba as atividades e responsabilidades que os indivíduos assumem em sua vida diária, tendo um impacto profundo na identidade pessoal e na saúde mental. Os papéis ocupacionais ajudam a estruturar o tempo, oferecendo um senso de continuidade e propósito, essenciais para o bem-estar. A perda ou a modificação significativa desses papéis pode gerar consequências negativas para a saúde mental, como sentimentos de desorientação e perda de identidade (Kielhofner, 2008; Oliveira *et al.*, 2021).

Christiansen (1994) observa que a participação em atividades ocupacionais satisfaz necessidades internas e promove um estado mental positivo, permitindo que os indivíduos reflitam sobre seu propósito de vida e compreendam seu papel no mundo. A participação em ocupações que são significativas para o indivíduo tem um papel central na promoção da saúde e no fortalecimento do bem-estar emocional. Conforme observado por Wilcock e Hocking (2015), o equilíbrio entre diferentes ocupações é um fator fundamental para alcançar estabilidade emocional e manter a saúde mental. Esse equilíbrio permite que as pessoas respondam de forma mais adaptativa a situações de estresse e desafios cotidianos, promovendo uma maior resiliência.

Estudos como os de Silva e Amaral (2019), evidenciam que o papel ocupacional não só organiza a rotina diária, mas também está intimamente ligado à qualidade de vida. Assim, a participação em atividades significativas é associada a menores níveis de ansiedade e a uma melhor percepção de bem-estar. Isso é relevante em momentos de crise, como durante a pandemia de COVID-19, quando o isolamento social e a interrupção de atividades cotidianas exacerbaram problemas de saúde mental (Nascimento *et al.*, 2022). Nesse sentido, manter ocupações significativas foi apontado como uma estratégia essencial para mitigar o impacto psicológico da pandemia e prevenir transtornos como depressão e ansiedade.

Moreira e Souza (2020) argumentam que a prática de ocupações é uma

estratégia central na terapia ocupacional, promovendo a recuperação e o bem-estar psicológico, ajudando os indivíduos a ressignificar suas experiências e a manter uma rotina equilibrada e significativa. Para esses autores, as ocupações vão além da

18

estruturação da rotina, desempenhando um papel vital na construção da identidade pessoal e social. A terapia ocupacional utiliza a compreensão dos papéis ocupacionais como uma ferramenta terapêutica poderosa. Essa abordagem contribui para a construção de uma identidade positiva e para a melhoria da autoestima, ao mesmo tempo em que incentiva a adaptação e a resiliência em face das adversidades.

A pandemia de COVID-19 ressaltou ainda mais a importância dos papéis ocupacionais, destarte, o isolamento social e as mudanças abruptas na rotina nesse período, evidenciaram a necessidade de manter atividades que promoviam conexão social e bem-estar emocional. Nascimento *et al.* (2022) apontam que a adaptação e a continuidade de ocupações significativas durante as crises, são essenciais para proteger a saúde mental e prevenir condições como ansiedade e depressão.

O cotidiano e sua relação com o papel ocupacional

O cotidiano e o papel ocupacional estão intimamente relacionados, sendo que as atividades diárias desempenhadas por um indivíduo são fundamentais para a construção e manutenção de sua identidade e bem-estar. O envolvimento em ocupações significativas pode proporcionar uma sensação de pertencimento e propósito, aspectos que contribuem para o bem-estar psicológico. De acordo com Wilcock e Hocking (2015), o equilíbrio entre diferentes tipos de atividades ocupacionais — como trabalho, lazer e autocuidado — é importante para manter a estabilidade emocional e a saúde mental. Quando o cotidiano é estruturado de forma que permita a prática de atividades que têm valor pessoal, os indivíduos tendem a experimentar uma maior satisfação e resiliência frente às dificuldades.

Silva e Amaral (2019) exploram como a prática de atividades cotidianas está vinculada à percepção de qualidade de vida. Eles destacam que a participação em atividades significativas, mesmo nas tarefas mais rotineiras, tem um impacto positivo na saúde mental, pois promove uma sensação de autonomia e eficácia. Essa visão é importante em tempos de adversidade, como foi durante a pandemia de COVID

19. Nascimento *et al.* (2022) relatam que a interrupção forçada de atividades cotidianas e a necessidade de reorganizar os papéis ocupacionais resultaram em um aumento nos níveis de ansiedade e depressão, mostrando a importância de manter ou adaptar ocupações mesmo em períodos desafiadores.

19

A prática ocupacional proporciona não apenas a manutenção de uma rotina funcional, mas também o fortalecimento de laços sociais e a promoção de uma identidade positiva, ambos essenciais para o bem-estar.

O impacto do papel ocupacional na construção da identidade

O papel ocupacional tem um impacto significativo na construção da identidade, influenciando a forma como os indivíduos se percebem e se posicionam no mundo. Através da participação em papéis ocupacionais, como trabalhador, cuidador, estudante ou voluntário, as pessoas desenvolvem uma percepção de quem são, moldando suas crenças sobre si mesmas e fortalecendo seu senso de pertencimento (Kielhofner, 2008).

Christiansen (1994) ressalta que o envolvimento em ocupações significativas permite que os indivíduos reflitam sobre suas próprias vidas, compreendendo melhor seus valores e objetivos, e, assim, construam uma identidade que seja coerente com suas experiências e aspirações. O cotidiano, portanto, é um cenário no qual a identidade é continuamente criada e recriada à medida que as pessoas se envolvem em diferentes papéis e atividades. A participação em atividades cotidianas significativas contribui para a construção de uma identidade positiva e para o fortalecimento da autoestima. O papel ocupacional não só organiza o cotidiano, mas também confere um sentido de realização e autoeficácia, elementos cruciais para a identidade pessoal (Silva e Amaral, 2019).

O engajamento em ocupações e o uso intencional do tempo são considerados necessidades biológicas fundamentais para a saúde e o bem-estar dos seres humanos. Wilcock e Hocking (2015) sugerem que a ocupação é uma necessidade inerente ao ser humano, associada à sobrevivência, desenvolvimento e bem-estar. Eles destacam que a participação em atividades estruturadas e intencionais não apenas contribui para a saúde física.

Através do engajamento em ocupações, os indivíduos exercitam suas

habilidades, desenvolvem novas competências e interagem socialmente, o que impacta positivamente o estado emocional e psicológico. A falta de envolvimento em atividades significativas pode levar a desequilíbrios ocupacionais, o que, por sua vez, pode resultar em sentimentos de apatia, isolamento e uma piora na saúde mental (Kielhofner, 2008).

20

A Terapia Ocupacional e os papéis ocupacionais

Os papéis ocupacionais são fundamentais na prática da terapia ocupacional, pois representam as atividades e responsabilidades que uma pessoa assume ao longo de sua vida, refletindo seus valores, crenças e contextos sociais. Na perspectiva da terapia ocupacional, esses papéis são um meio essencial para promover a autonomia, o bem-estar e a qualidade de vida dos indivíduos. A partir da compreensão dos papéis que uma pessoa deseja e precisa desempenhar, o terapeuta ocupacional pode planejar intervenções que ajudem o cliente a retomar, adaptar ou aprender novos papéis, resgatando seu senso de identidade e propósito na vida (Willard & Spackman, 2021).

Os papéis ocupacionais, como trabalhador, estudante, cuidador ou amigo, possibilitam o desenvolvimento de habilidades que fortalecem a autonomia e promovem a interação social. Na terapia ocupacional, restaurar esses papéis permite que o indivíduo retorne ou se adapte à sua rotina e às suas responsabilidades, facilitando uma participação significativa no contexto social e familiar (Willard & Spackman, 2021; Kielhofner, 2008).

A participação em papéis significativos está diretamente ligada ao bem-estar emocional. Dificuldades em desempenhar esses papéis, devido a limitações físicas, emocionais ou cognitivas, podem afetar negativamente a autoestima e a identidade da pessoa. As intervenções ocupacionais, ao restabelecer esses papéis, promovem autoconfiança e resiliência, ajudando o cliente a reconstruir seu equilíbrio emocional e psicossocial (Willard & Spackman, 2021; Law et al., 2005).

Os papéis ocupacionais são importantes para a formação da identidade, oferecendo um sentido de propósito que estrutura a vida cotidiana. Conforme destacado por Willard e Spackman (2021), a terapia ocupacional deve considerar esses aspectos identitários e buscar intervenções que respeitem as histórias de vida,

valores e necessidades de cada cliente, ajudando-o a encontrar sentido na ocupação e a fortalecer sua identidade por meio de papéis adaptativos e significativos.

Diante de mudanças, como envelhecimento, doenças ou incapacidades, os papéis ocupacionais podem ser interrompidos ou modificados. A terapia ocupacional oferece estratégias para que os indivíduos mantenham ou reinventem esses papéis

21

de maneira satisfatória. O terapeuta trabalha com o cliente na criação de adaptações que permitam a continuidade de uma vida ocupacional rica e produtiva, apoiando sua capacidade de resiliência e enfrentamento (Christiansen & Baum, 2005).

A inclusão social e a acessibilidade são princípios essenciais da terapia ocupacional. Ao atuar sobre os papéis ocupacionais, o terapeuta ajuda o cliente a participar de espaços e atividades que antes eram inacessíveis ou desafiadores, promovendo igualdade e inclusão social. Segundo Willard e Spackman (2021), essa prática reflete o compromisso da profissão com a justiça ocupacional, promovendo ambientes acessíveis e inclusivos.

A terapia ocupacional transcende o tratamento de limitações funcionais, buscando oferecer aos indivíduos oportunidades para desenvolver e desempenhar papéis que deem sentido às suas vidas. A atuação centrada nos papéis ocupacionais é, portanto, um componente essencial para o sucesso da prática ocupacional, promovendo recuperação e empoderamento dos seres humanos.

22

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os papéis ocupacionais são importantes para o indivíduo, pois organizam as atividades e responsabilidades que dão significado e estrutura à vida de cada indivíduo. Através desses papéis, as pessoas desenvolvem identidade, encontram propósito e se tornam mais resilientes para enfrentar os desafios do cotidiano. A perda ou interrupção desses papéis, inclusive em situações de crise, pode impactar profundamente a saúde mental e o bem-estar, destacando a importância de intervenções que promovam uma participação significativa em atividades alinhadas com os valores e aspirações pessoais.

O trabalho com papéis ocupacionais possibilita que o terapeuta ocupacional ofereça um suporte integral, auxiliando o cliente a reconstruir seu senso de continuidade e identidade em momentos desafiadores, como ocorreu durante a pandemia de COVID-19, por exemplo. Nesse contexto, as intervenções ocupacionais fluidas e adaptativas se mostraram fundamentais para ajudar indivíduos a manterem conexões sociais, a promoverem saúde mental e a evitarem transtornos emocionais. Assim, a terapia ocupacional contribui não apenas para a recuperação, mas para o fortalecimento das habilidades adaptativas e da autonomia dos clientes, promovendo a inclusão social e o bem-estar psicológico.

Ademais, a prática centrada nos papéis ocupacionais como ferramenta, favorece o equilíbrio entre as diferentes esferas da vida, como trabalho, lazer e autocuidado. Esse equilíbrio é importante para uma rotina saudável e para a estabilidade emocional, permitindo que as pessoas respondam de forma adaptativa ao estresse e aos desafios da vida cotidiana. Ao valorizar essa perspectiva, a terapia ocupacional promove uma vida mais satisfatória e significativa, baseada em ocupações que não apenas tratam limitações, mas ampliam a capacidade de cada indivíduo de lidar de forma autônoma com suas demandas.

Portanto, a abordagem da terapia ocupacional com os papéis ocupacionais reafirma seu compromisso com uma prática que vai além do tratamento convencional, proporcionando aos indivíduos a oportunidade de reestruturação pessoal e social. Essa visão integral possibilita a construção de uma identidade positiva e fortalece a inclusão, destacando o papel da profissão na promoção da qualidade de vida, bem-estar emocional e da resiliência.

23

As contribuições deste artigo são significativas tanto para a prática da terapia ocupacional quanto para a compreensão teórica dos papéis ocupacionais e sua relação com a saúde mental.

24

REFERÊNCIAS

BRANDÃO, Luciana Magalhães; LIMA, Cláudia do Carmo; MORAIS, Mariana Costa; PIMENTA, Maria Letícia R. A. A produção científica sobre terapia ocupacional: o silenciamento da relação trabalho-saúde. *Trabalho, Educação e Saúde*, v. 14, n. 3,

p. 593-611, set.-dez. 2016. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-7746-sol00021>.

CABRAL, Larissa Rebecca da Silva; BREGALDA, Marília Meyer. A atuação da terapia ocupacional na atenção básica à saúde: uma revisão de literatura. *Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo*, [S.l.], v. 32, n. 1, p. 1-15, jan./mar. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.11606/issn.2238-6149.rto.2021.235467>.

COSTA, Luciana Assis; ALMEIDA, Simone Costa de; ASSIS, Marcella Guimarães. Reflexões epistêmicas sobre a Terapia Ocupacional no campo da Saúde Mental. *Cadernos de Terapia Ocupacional da UFSCar*, São Carlos, v. 23, n. 1, p. 189-196, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.4322/0104-4931.ctoARL432>.

CHRISTIANSEN, Charles H. Occupational identity: Fostering connections between self and occupation. *American Occupational Therapy Association*, 1994.

CHRISTIANSEN, Charles H.; BAUM, Carolyn M. *Occupational Therapy: Performance, Participation, and Well-Being*. Thorofare, NJ: SLACK Incorporated, 2005.

HELLER, Ágnes. *O cotidiano e a história*. São Paulo: Paz e Terra, 2016.

JARA, Rodolfo Morrison. O que une a Terapia Ocupacional? Paradigmas e perspectivas ontológicas da ocupação humana. *Revista Interinstitucional Brasileira de Terapia Ocupacional*, Rio de Janeiro, v. 2, n. 1, p. 182-203, 2018.

KIELHOFNER, Gary. *Model of Human Occupation: Theory and Application*. 4. ed. Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins, 2008.

LAW, Mary; POLATAJKO, Helene; BAPTISTE, Sue; TOWNSEND, Elizabeth. *Enabling Occupation II: Advancing an Occupational Therapy Vision for Health, Well being, & Justice Through Occupation*. Ottawa: CAOT Publications ACE, 2005.

LIMA, Elizabeth M. F. Araújo. Identidade e complexidade: composições no campo da Terapia Ocupacional. *Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo*, São Paulo, 1999. Disponível em: <https://doi.org/10.11606/issn.2238-6149.rto.1999.224479>.

MOREIRA, Patrícia; SOUZA, Daniele. O impacto dos papéis ocupacionais na saúde mental durante a pandemia. *Revista Brasileira de Terapia Ocupacional*, v. 26, n. 2, p. 58-70, 2020.

25

NASCIMENTO, Ana L.; SANTOS, Fábio M.; OLIVEIRA, Sílvia R. Adaptação dos papéis ocupacionais em tempos de pandemia. *Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo*, v. 33, n. 1, p. 45-60, 2022.

OLIVEIRA, Sílvia; SANTOS, Larissa; MELLO, Ana. A importância dos papéis ocupacionais na terapia ocupacional. *Revista Brasileira de Terapia Ocupacional*, v. 25, n. 3, p. 78-92, 2021.

SALLES, M. M.; MATSUKURA, T. S. Estudo de revisão sistemática sobre o uso do conceito de cotidiano no campo da Terapia Ocupacional na literatura de língua inglesa. *Philosophy*, 30 mar. 2015.

SILVA, Jéssica; AMARAL, Larissa. Qualidade de vida e papéis ocupacionais: Um estudo sobre a relação entre atividades cotidianas e saúde mental. *Revista de Terapia Ocupacional da USP*, v. 30, n. 1, p. 21-30, 2019.

SILVA, Mariana Costa da; LIMA, Mário da Silva; OLIVEIRA, João Ferreira de. Panorama da produção científica sobre terapia ocupacional e saúde mental (1990- 2018): estudo bibliométrico. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, v. 29, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/2526-8910.ctoAR2159>.

SILVA, Mariana Tavares da; MATSUKURA, Thelma Simões. As estruturas da vida cotidiana e a terapia ocupacional: tensionando limites e possibilidades no/do exercício profissional. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, v. 30, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2526-8910.ctoEN22983031>.

WILCOCK, Ann A.; HOCKING, Clare. *An Occupational Perspective of Health*. 3. ed. Thorofare, NJ: SLACK Incorporated, 2015.

WILLARD, Helen S.; SPACKMAN, Clare S. *Willard and Spackman's Occupational Therapy*. 13. ed. Philadelphia: Wolters Kluwer Health, 2021.

VON POELLNITZ, Jéssica Cristina. Atividade, cotidiano e ocupação na terapia ocupacional no Brasil: usos e conceitos em disputa. 2018. Dissertação (Mestrado em Terapia Ocupacional) – Universidade Federal de São Carlos, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Programa de Pós-Graduação em Terapia Ocupacional, São Carlos, 2018.