

SAÚDE MENTAL DO SERVIDOR EM AMBIENTE PRISIONAL

PRIMARY ENVIRONMENTAL SERVER MENTAL HEALTH

RODRIGUES, Guilherme Henrique Pereira dos Anjos ¹

SILVA, Bruna Daniella de Souza ²

RESUMO

O trabalho que segue caracteriza-se sendo de grande importância, visto que a saúde do servidor dentro do ambiente prisional é objeto de muita preocupação. O servidor penitenciário, policiais e outros profissionais que prestam seus labores em ambientes prisionais passam sob constante pressão psicológica, estresse físico e mental, o que por vezes acaba refletindo em sua saúde, trazendo sérias consequências como hipertensão, enxaqueca, problemas cardíacos, diabetes, além de problemas psicológicos, sendo necessário em algumas situações, uma intervenção psicológica/psíquica, através de terapia e medicação. Através dessa dissertação, buscou-se analisar de que forma o trabalho dentro das penitenciárias podem influenciar na saúde e qualidade de vida desses servidores tendo como embasamento a OMS - Organização Mundial de Saúde. Para a composição do mesmo, foi primeiramente feita uma pesquisa bibliográfica. É notório que a qualidade de vida influencia diretamente na eficácia do trabalho, isso porque um trabalhador doente não consegue realizar adequadamente seus deveres. Entende-se que no que diz respeito à Polícia Militar, a saúde mental reflete no seu próprio campo de atuação, já que trata-se de uma rotina árdua de trabalho, ficando exposto a todo tipo de situação. É necessário que haja um acompanhamento efetivo junto ao policial, de forma a zelar pela sua saúde para que esse consiga executar bem suas atividades.

Palavras-chave: Qualidade de vida. Saúde. Polícia Militar.

ABSTRACT

The work that follows is characterized as being of great importance, since the health of the server within the prison environment is a subject of great concern. The prison server, police officers and other professionals who work in prisons undergo constant psychological pressure, physical and mental stress, which sometimes ends up reflecting on their health, bringing serious consequences such as hypertension, migraine, heart problems, diabetes, and of psychological problems, being necessary in some situations, a psychological / psychic intervention, through therapy and medication. Through this dissertation, we tried to analyze how the work inside the penitentiaries can influence the health and quality of life of these servers based on WHO - World Health Organization. For the composition of the same, a bibliographical research was first made. It is notable that the quality of life directly influences the effectiveness of the work, because a sick worker can not perform his duties properly. It is understood that with regard to the Military Police, mental health reflects in its own field of action, since it is an arduous routine of work, being exposed to all kinds of situation. It is

1 Aluno do curso de formação de Praças do Comando da Academia da Polícia Militar de Goiás – CAPM, guibiopuc@hotmail.com; Itumbiara - GO, Junho de 2018.

2 Professora orientadora: Doutora, professora do Programa de Pós-Graduação e Extensão do Comando da Academia da Polícia Militar de Goiás CAPM, brunadani.souza@gmail.com, Goiânia-GO, Junho de 2018.

necessary that there is an effective accompaniment to the police, so as to ensure their health so that they can perform their activities well.

Keywords: Quality of life. Health. Military Police

1 INTRODUÇÃO

Dentro do serviço público, mais especificamente quando estamos falando do servidor que atua dentro de penitenciárias, a saúde mental torna-se objeto de grande preocupação. Isso por que lidam diariamente com indivíduos e situações complexas.

Constantemente o servidor penitenciário precisa lidar com circunstâncias em caráter por vezes depreciativo, envolvido diariamente em questões ocupacionais estressantes tanto física quanto mentalmente.

Nesse contexto, é de suma importância buscar compreender a influência da organização do trabalho na qualidade de vida, na saúde mental, no desgaste psicológico e na enfermidade, assim como para a intervenção em situações de trabalho que podem levar a diversas formas de aflição, desgosto, adoecimento e exclusão social nesse caso o trabalhador, (OLIVEIRA, 2017)

O presente trabalho tem como objetivo destacar essas questões que são relevantes para construção do mesmo.

As sistematizações do trabalho, a saúde mental dos agentes e servidores de segurança penitenciária, integram os instrumentos deste estudo. Os servidores em questão têm como principais funções vigiar e reeducar pessoas adultas, para que quando possível, se reintegrem à sociedade, após terem sido privados de sua liberdade, o que pode vir ocasionar a este grupo de trabalhadores consequências como o sofrimento psicológico.

E também é pertinente conceituar a respeito da saúde mental, tendo como embasamento a OMS - Organização Mundial de Saúde.

Por estarem sempre em contato direto com os internos de uma prisão, os servidores penitenciários acabam por serem alvos de situações geradoras de conflito, como intimidações, ameaças, às vezes agressão, correndo risco de serem tomados como refém e podendo levar até a morte. O que se pode fazer para minimizar essas situações frustrantes, tendo em vista que boa parte dos policiais já tiveram ou desenvolveram algum problema psicológico, em função de uma rotina estressante, rodeada de incertezas, que atormentam o servidor ao exercer suas funções, o objetivo deste trabalho é apontar as questões que

acarretam os distúrbios ocupacionais, e suas consequências no quadro corporativo, e também para com a sociedade, uma vez esses desvios de conduta passar despercebidos, podem gerar consequências graves para com a sociedade.

O trabalho que se apresenta buscou seguir uma linha de pesquisa bibliográfica, com seu embasamento teórico sustentado por autores. Os instrumentos do estudo foram os jornais, internet, além da própria Constituição, através das leis que amparam, relacionados ao tema proposto, fazendo além do mais, algumas definições que foram importantes para a melhor compreensão.

2 REVISÃO DE LITERATURA

Segundo Pinto (2012) ao resgatarmos historicamente os procedimentos de prisão, mais especialmente até o Século XVIII, o Direito Penal era claramente definido por meios de crueldade, onde os criminosos eram penalizados de maneiras brutais, como espancamento, tortura, levando às vezes até ao óbito. Outro fato, é que naquele tempo, não havia privação de liberdade como castigo, usavam a tutela como metodologia.

Para que os réus fossem de certa forma, amparados, a privação de liberdade foi empregada, e depois, os castigos, porém, eram expostos ao público, servindo assim, como intimidação, usando métodos como a guilhotina. Mas a sociedade não tinha aceitavam dessa metodologia um tanto quanto exorbitante. A respeito disso, Foucault (apud Dotti, 1977, p. 58), diz:

Assim, não havia aceitação pública, pelo caráter de espetáculo da execução das penas, sendo que as pessoas eram estimuladas e compelidas a seguir o cortejo até o local do sacrifício, e o preso era obrigado a proclamar sua culpa, atestar seu crime e a justiça de sua condenação. (FOUCAULT apud DOTTI, 1977, p. 58)

Já na Idade Média, os castigos passaram a ter uma conotação de “castigos espirituais”, onde pressupunha-se que era possível recuperar os delituosos, ensejando que os mesmos se arrependessem dos crimes cometidos.

Na passagem para o Século XIX, a instauração da pena de prisão, chega como um novo método de regenerar os culposos, visto na época como uma grande evolução, o que esbarra com a vidente ineficácia nos dias de hoje. No Brasil a primeira cadeia, “Casa de Correção da Corte” foi construída no fim da primeira metade do século XIX na cidade do Rio de Janeiro, “depois transformada no já extinto Complexo Penitenciário Frei Caneca”, (RODRIGUES, 2015).

Em Goiás, a primeira cadeia foi inaugurada no ano de 1961,

E se institui com a construção do Centro Penitenciário de Atividades Industriais do Estado de Goiás – CEPAIGO, autarquia criada com a Lei nº. 4.191, de 22 de outubro de 1962, que abrigava inicialmente os presos condenados que se encontravam nas Cadeias Públicas da região metropolitana de Goiânia. (Site oficial do Sistema Prisional de Goiás)

Em 1999 foi criada a Agência Goiana do Sistema de Execução Penal – AGESP, de acordo com a SEAP,

A Lei nº. 13.550, de 11 de novembro de 1999, extinguiu o Centro Penitenciário de Atividades Industriais do Estado de Goiás (CEPAIGO) e a Superintendência de Justiça e do Sistema Penitenciário que passou a ser chamada Superintendência de Justiça, ambos jurisdictionados à Secretaria de Segurança Pública e Justiça. A lei supracitada ainda criou a Agência Goiana do Sistema Prisional (AGESP) que posteriormente foi regulamentada pelos Decretos nº. 5.200, de 30 de março de 2.000, nº. 5.605, de 17 de junho de 2.002, e nº. 5.934, de 20 de abril de 2004. Em decorrência do Decreto nº. 5.200/00 o outrora Centro Penitenciário de Atividades Industriais do Estado de Goiás (CEPAIGO) passou a chamar - se Centro Penitenciário. Entretanto, com a entrada em vigor do Decreto nº. 5.551, de 14 de fevereiro de 2002, aquele estabelecimento penal passou a denominar-se “PENITENCIÁRIA CEL. ODENIR GUIMARÃES”. (SEAP GO, 2013)

Em 2015, houve uma mudança na nomenclatura, ficando SEJUS – Secretaria de Justiça, SUSEP – Superintendência de Execução Penal, AGSEP – Agência Goiana do Sistema de Execução Penal, SAPEJUS - Secretaria de Administração Penitenciária e Justiça.

Segundo o Ministério da Justiça (2012),

Os estabelecimentos penais são todos os locais utilizados pela justiça com o objetivo de encarcerar os indivíduos, sejam por medidas de segurança, provisórios ou condenados. Diferente da cadeia pública que mantém as pessoas em caráter provisório, porém é considerado estabelecimento de segurança máxima. Já as penitenciárias alojam os indivíduos privados de liberdades em regime fechado. (MINISTÉRIO DA JUSTIÇA, 2012, p.163)

Prestar serviço dentro de uma unidade penitenciária acaba por tornar-se um trabalho reconhecidamente estressante, tanto fisicamente quanto psicologicamente. Isso por que constantemente esses profissionais são expostos à situações próprias de seu trabalho que acabam por gerar algum tipo desostilidade como amedrontamentos, ameaças, as vezes ataque, muitas vezes correndo risco de serem tomados como refém. É o que expõe Lancman & Jardim, (2004):

Nesse contexto, entender a influência da organização do trabalho na qualidade de vida, na saúde mental, no desgaste e no adoecimento dos trabalhadores é de fundamental importância, tanto para a compreensão quanto para a intervenção em situações de trabalho que podem levar a diversas formas de sofrimento, adoecimento e exclusão. (LANCMAN, 2004)

O adoecimento, a falta de qualidade de vida e saúde do trabalhador pode estar relacionado às más condições dentro das penitenciárias.

A Organização Mundial de Saúde - OMS (WHO, 1946 *apud* FLECK, 2000) conceitua saúde não apenas como a falta de doença, mas como a situação de bem-estar físico, psíquico e social.

Do ponto de vista da saúde mental, o espaço de trabalho deve abranger circunstâncias mentais e sociológicas favoráveis que operem de maneira positiva no comportamento das pessoas. Por isso, busca-se algo relativamente novo no espaço acadêmico e de grande relevância tanto para psicólogos quanto para os funcionários da segurança pública, pois, para Lacaz (1996, *apud* CREPOP, 2008), a saúde do trabalhador configura um conjunto de conhecimentos e de práticas com a finalidade de estudar, analisar e intervir nas relações entre trabalho e saúde-doença.

Heloani & Lancman, (2004), defende que,

É de fundamental importância compreender as formas de organização social do trabalho e seus reflexos na qualidade de vida, bem como na saúde e na forma de adoecimento dos trabalhadores, para assim perceber que situações estão gerando sofrimento e agravos à saúde. (HELOANI *apud* LANCMAN, 2004, s.n)

De fato, servidores de penitenciárias sofrem diariamente com as pressões que o próprio trabalho oferece, seja pela clientela, seja através das más condições dos presídios, como por exemplo, a falta de material adequado para exercer sua função.

Quanto ao trabalho da PM,

O agente penitenciário ou assistente de presídio é, sem dúvida, o componente humano de maior valia na implementação da política penitenciária, da sua atuação fazendo depender, relevantemente, o êxito ou fracasso desta tarefa. Sendo “ele quem, primeiro e constantemente, trava contato com o preso, quem lhe impõe e exercita a disciplina, que lhe traduz os resultados e reflexos sociais da conduta do apenado” (BAHIA, 1994, p. 7).

Cabe aqui mencionar a divergência entre os trabalhadores (policiais, agentes e outros servidores) e o público ao qual atende (criminoso). Enquanto o primeiro grupo luta para manter a ordem, aplicando as leis que cabem em cada caso, o segundo grupo é caracterizado pela desordem, pelo descumprimento das leis que regem uma sociedade.

É inerente os distúrbios que servidores penitenciários estão sujeitos a desenvolver. O risco e a vulnerabilidade são inerentes às características de trabalho no cárcere (Lourenço, 2010). Thompson (1998, p 13) afirma:

Manter estas pessoas aprisionadas e ao mesmo tempo ensina-las a viver em sociedade, seria o mesmo absurdo que treinar alguém para

uma corrida, o deixando na cama por semanas. (THOMPSON, 1998, p.13)

FOUCAULT (1979, p.72) rebate dizendo que:

Sob uma perspectiva sociológica, pensa-se o sistema penitenciário como um sistema social, o qual opera em uma lógica de direitos e deveres, com regras e normas legitimadas e, outras, construídas ao longo da história, a partir de situações vinculadas ao processo privativo de liberdade e de sobrevivência, elaborados meio a conflitos de valores e culturais presentes no sistema. Assim, o Sistema Penitenciário é a forma em que o poder se mostra efetivamente, na medida em que manter alguém na prisão privá-lo de alimentação, aquecimento, impedi-lo de sair, de fazer amor, entre outros é uma forma de revelação de poder delirante. FOUCAULT (1979, p.72)

Sobre a saúde em si, destaca-se nesta esfera, comportamentos hora coléricos, hora de isolamento social, pouca produtividade ou insatisfatória, autoestima em baixa, aborrecimento, uso de determinados tipos de droga com objetivo de energizar – se. Todas essas ações acabam por acarretar consequências como afastamento do servidor de suas atividades dentro do presídio ou licenças médicas por tempo determinado ou não, dependendo da gravidade.

Sem dúvida alguma o trabalho da polícia militar consiste em grandes fatores de risco, sendo sempre submetidos a situações estressantes que por vezes colocam sua própria vida em risco, além de exigirem preparo físico, emocional, sendo indispensável para isso que a instituição promova a saúde mental dos agentes de segurança pública.

Diversos fatores contribuem para que a sua saúde mental fique comprometida, como jornadas altas de trabalho, distancia da família, fatores de risco dentro da própria penitenciária, condições de trabalho inferiores, falta de reconhecimento dentro da própria corporação. Tudo isso torna o trabalho estressante e causa consequências na vida pessoal, profissional.

Na execução de seu trabalho, o servidor penitenciário acaba por relacionar – se de maneira melindrosa com os criminosos, já que o segundo vê o primeiro como responsável pelo seu cárcere, por manter a ordem e disciplina.

Salem (2005), salienta que,

A saúde e segurança do trabalhador é condicionada por fatores sociais, econômicos, tecnológicos e organizacionais relacionados ao perfil de produção e consumo, bem como aos fatores de risco de natureza física, química, biológica, mecânica e ergonômica que são característicos de cada processo de trabalho dentro de suas especificidades. (SALEM, 2005, p. 72)

Glockner (2004) enfatiza que a falta de informações sobre a real situação de saúde dos trabalhadores inviabiliza a definição de prioridades para as medidas necessárias.

Conforme dados da SEGER (2012),

1.601 (mil seiscentos e um) servidores solicitaram licença/afastamento das atividades, esses atestados somados totalizaram aproximadamente 20 (vinte) mil dias de faltas ao serviço. Esses dados são preocupantes e demonstra, para administração, a necessidade de adotar estratégias e construir ferramentas que auxiliem no combate ao absenteísmo ocasionado pelo adoecimento físico e psíquico. (SEGER, 2012)

Os trabalhadores penitenciários sofrem por conta dos estresses causados pelo local de trabalho, pela hostilidade que na maioria das vezes é praticada dentro das cadeias. Sem mencionar as várias ameaças psicológicas aturadas por parte dos reclusos.

Para Pereira (2014), o equilíbrio emocional e psicológico é fundamental para efetivação de um trabalho de qualidade ao efetuar qualquer atividade, contudo, destaca-se a precaução em manter a estabilidade, visto ser um trabalho de máxima responsabilidade.

Por conta do trabalho direto com esses reclusos, é inevitável que os trabalhadores apresentem alguns transtornos, até mesmo por trabalharem por muitas horas fechados dentro das penitenciárias.

No manual de “Doenças Relacionadas ao Trabalho” (NORMAS E MANUAIS TECNICOS, 2001), do Ministério da saúde, tratando se dos transtornos mentais e do comportamento relacionados a este, o trabalho é intercessor de integração social, tanto pelo seu valor simbólico e cultural (BRASIL, 2001). Portanto, as ações implicadas no ato de trabalhar (para algumas pessoas) podem ter efeitos físicos e psíquicos negativos para os trabalhadores, pois:

O trabalho não é apenas uma atividade; ele é também, uma forma de relação social, o que significa que ele se desdobra em um mundo humano caracterizado por relações de desigualdades, de poder e dominação. Trabalhar é engajar sua subjetividade num mundo hierarquizado, ordenado e coercitivo, perpassado pela luta para a dominação (DEJOURS, 2008, p.27).

Portanto, entende-se que no que diz respeito à Polícia Militar, a saúde mental reflete no seu próprio campo de atuação, já que se trata de uma rotina árdua de trabalho, ficando exposto a todo tipo de situação.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

É de conhecimento geral que o crescimento do número de ocupantes dentro de celas nos presídios é exorbitante, o que acaba sendo um fator preocupante, já que o espaço físico

dentro das cadeias no Brasil acaba tornando - se consideravelmente menor, fora que isso indica aumento também na criminalidade.

Em relatório do INFOPEN – Levantamento Nacional de Informações Penitenciárias, estima – se que o número de detentos das penitenciárias brasileiras chegou a 622.202 no ano de 2014. Sendo que 55% têm entre 18 e 29 anos, 61,6% são negros e 75,08% têm até o ensino fundamental completo.

De acordo com o Ministério da Saúde,

Pessoas privadas de liberdade têm, em média, chance 28 vezes maior do que a população em geral de contrair tuberculose. A taxa de prevalência de HIV/Aids entre a população prisional era de 1,3% em 2014, enquanto entre a população em geral era de 0,4%. Em 2014, a taxa de mortalidade criminal (óbitos resultantes de crimes) era de 95,23 por 100 mil habitantes, enquanto entre a população em geral, a taxa era de 29,1 mortes por 100 mil habitantes. (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014)

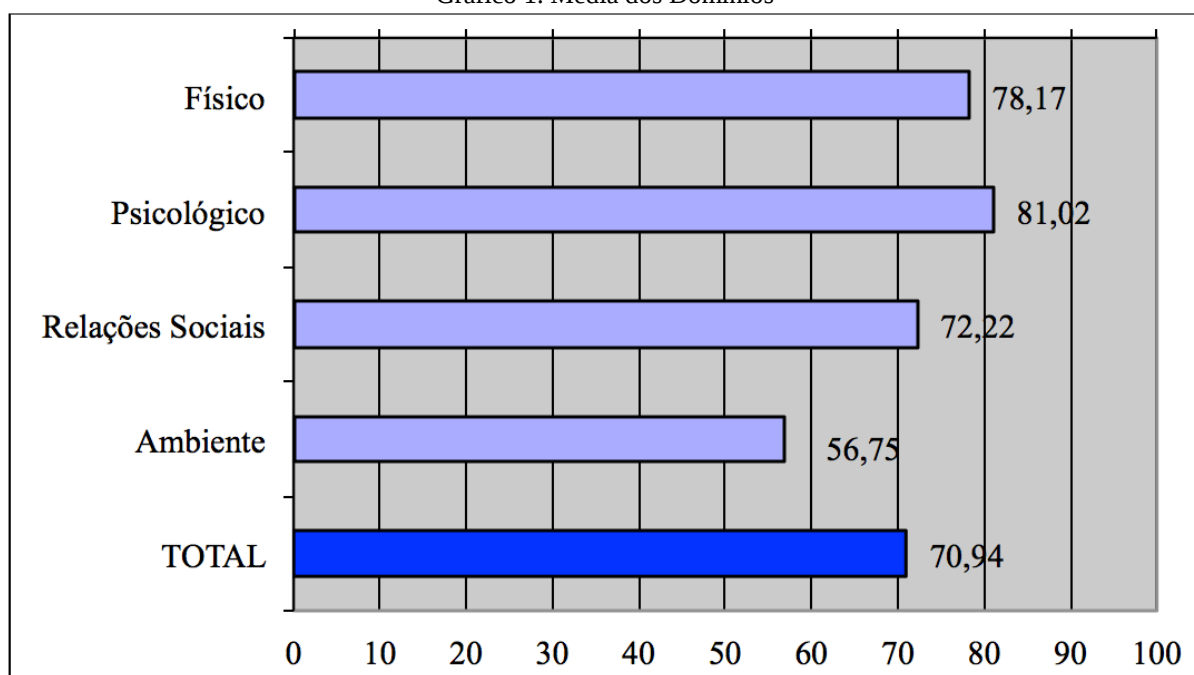
Uma pesquisa realizada no Conjunto Penal de uma cidade do interior da Bahia que, dentre o grupo de funcionários, conta com 101 agentes penitenciários, sendo 20 do sexo femininos e 81 do sexo masculinos. Uma unidade prisional que tem capacidade para 416 detentos e sua população carcerária atual é de 814 custodiados de ambos os sexos, provisórios e condenados, dando cumprimento às penas privativas de liberdade, em regime fechado, semiaberto e aberto.

O estudo teve como participantes 09 agentes penitenciários, do gênero masculino e com tempo de serviço entre 11 e 15 anos, considerando as implicações de fatores internos e externos na saúde mental e qualidade de vida desses trabalhadores.

Os participantes da pesquisa preencheram as questões pertinentes aos domínios físico, psicológico, relações sociais, ambiente. As médias obtidas pelos diferentes domínios foram semelhantes, demonstrando certa similaridade entre esses aspectos na vida dos indivíduos analisados.

O domínio físico caracteriza-se por dor e desconforto, energia e fadiga, sono e repouso, atividades da vida cotidiana, dependência de medicação ou de tratamentos e capacidade de trabalho. O domínio psicológico é caracterizado por sentimentos positivos, pensar, aprender, memória e concentração, autoestima, imagem corporal e aparência, sentimentos negativos, espiritualidade, religiosidade e crenças pessoais. O domínio das relações sociais é caracterizado por relações pessoais, suporte (apoio) social, atividade sexual. O domínio do meio ambiente se caracteriza por segurança física e proteção, ambiente no lar, recursos financeiros, cuidados de saúde e sociais: disponibilidade e qualidade, ambiente físico: poluição, ruído, trânsito, clima, transporte.

Gráfico 1. Média dos Domínios



Fonte: <https://psicologado.com/psicopatologia/psicopatologias-em-agentes-penitenciarios-uma-relacao-entre-trabalho-e-saude>

De acordo com a média dos aspectos de Qualidade de Vida e com base nos resultados obtidos no gráfico 1, o maior escore dentre os domínios foi alcançado pelo domínio psicológico, com média de 81,02%. Logo após, o domínio físico com média de 78,17%. O domínio das relações sociais obteve média de 72,22% e o domínio ambiental com média de 56,75%.

De acordo com os dados obtidos, as condições do ambiente de trabalho são o principal causador do adoecimento psíquico desses profissionais e as condições psicológicas apresentam-se razoavelmente bem. No entanto, percebemos certa incongruência entre o que dizem esses dados e o que mostram outras pesquisas, inclusive apresentadas ao longo deste trabalho. Além disso, nos momentos informais, antes e depois da utilização dos instrumentos de coleta de dados, percebeu-se que os agentes penitenciários apresentaram discurso diferente do momento oficial, inibindo e restringindo suas falas.

Diante da condição de desamparo da profissão pelo poder público, no que diz respeito à saúde do trabalhador, torna-se de grande relevância criar estratégias junto aos órgãos competentes para a promoção de políticas públicas, prevenção da saúde e apoio aos acometidos de alterações psíquicas e possíveis transtornos de saúde mental.

Sendo assim, o tratamento psicológico é de grande relevância e poderá intervir nos aspectos relacionados ao bem-estar e saúde mental dos trabalhadores do sistema penitenciário

que convivem diretamente com o perigo e que muitas vezes são mal vistos pela sociedade, bem como, ajudá-los a lidar em seu cotidiano tanto no ambiente de trabalho como nas relações familiar e social.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Dentre as políticas públicas necessárias para o trabalhador, deve-se pensar também em cursos de reciclagem profissional, para os trabalhadores expostos a muitas e distintas realidades como os agentes penitenciários, pois a profissão exige muito de suas habilidades e do desempenho da função, além de concurso para reposição dos profissionais demitidos ou afastados por motivos de doença e outros problemas.

O Sistema penitenciário não é um processo estático e sim dinâmico. Envolve pessoas com cultura, valores, conhecimentos, vivências, experiências variadas. E cada pessoa chega ao presídio com uma realidade. Ora com patologias, ora sem. A pessoa que não chega com alguma patologia corre o risco de adquirir algum tipo de transtorno, sejam mentais ou físicos, por tratar-se de um ambiente muitas vezes superlotado, com pouca ventilação, iluminação, restritos a atividades e até isolado.

O serviço de saúde presente dentro da unidade prisional como vimos no decorrer do trabalho apresenta programas para atender o indivíduo de acordo com a sua necessidade. Seja um atendimento ou até mesmo o tratamento de uma situação crônica. Vale ressaltar que o ideal é que o preso seja atendido na própria unidade, pela equipe multiprofissional, mas caso seja necessário alguma intervenção que na unidade não possua recurso para realizar, este será encaminhado para outro serviço para que seja atendido em toda a sua totalidade. As ações e serviços de atenção à saúde devem contar com a participação de todos aqueles envolvidos no contexto, ou seja, presos, equipes multiprofissionais, administradores, gestores, agentes, familiares, comunidade.

REFERÊNCIAS

ANAMT - Associação Nacional de Medicina do Trabalho. *Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho - DORT*. Informativo nº 5; 1998.

CRUZ, R. M. Atividade docente, condições de trabalho e processos de saúde. *Motrivivência*. Ano XVII, Nº 24, P. 59-80. Jun. 2005.

FOUCAULT, M. Vigiar e punir: a história da violência nas prisões. 28. ed. Petrópolis: Vozes, 2004.

<http://www.jusbrasil.com.br/newsletter> Acesso em 16 de janeiro de 2018.

<http://www.justica.gov.br/news/populacao-carceraria-brasileira-chega-a-mais-de-622-mil-detentos> Acesso em 18 de janeiro de 2018

MINISTÉRIO DA JUSTIÇA, Modernização do Sistema Penitenciário Nacional. Brasília: [s.n.], 2011. 163p. BRASIL. Ministério da Saúde. Legisla
RIBEIRO, Paulo Silvino. "O que é Organização Social?"; *Brasil Escola*. Disponível em <<https://brasilecola.uol.com.br/sociologia/o-que-organizacao-social.htm>>. Acesso em 19 de junho de 2018.

NAHAS. M. V. *Atividade física, saúde e qualidade de vida*. Londrina: Midiograf, 2001.