


## Entrevista realizada com Luciana da Silva Lirani

### Interview with Luciana da Silva Lirani

**Juliana Moletta**   
[julianamolettarh@gmail.com](mailto:julianamolettarh@gmail.com)  
Universidade Tecnológica Federal do  
Paraná (UTFPR), Ponta Grossa, Paraná,  
Brasil

**Priscila Rubbo**   
[beltrano@gmail.com](mailto:beltrano@gmail.com)  
Universidade Tecnológica Federal do  
Paraná (UTFPR), Pato Branco, Paraná,  
Brasil

**Luiz Alberto Pilatti**   
[Pilatti.la@gmail.com](mailto:Pilatti.la@gmail.com)  
Universidade Tecnológica Federal do  
Paraná (UTFPR), Ponta Grossa, Paraná,  
Brasil

Luciana da Silva Lirani é professora adjunta na Universidade Estadual do Norte do Paraná (UENP). Atua no Programa de Pós-Graduação em Ciência do Movimento Humano da UENP e no Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde e Biológica da Universidade Federal do Vale do São Francisco (UNIVASF). Possui pós-doutorado em Ciências da Saúde pela UNIVASF; doutorado em Educação Física pela Universidade Federal do Paraná (UFPR); mestrado em Engenharia da Produção pela Universidade Tecnológica Federal do Paraná (UTFPR); e, graduação em Educação Física pela Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG). Seu currículo completo encontra-se disponível na Plataforma Lattes no endereço eletrônico: <http://lattes.cnpq.br/7980787316560409>.

#### Correspondência:

Juliana Moletta  
Rua Silvia Machado de Souza, número  
141, Vila Estrela, Ponta Grossa, Paraná,  
Brasil.

**Recebido:** 15 nov. 2021.

**Aprovado:** 7 dez. 2021.

#### Como citar:

LIRANI, L da S. Entrevista. [Entrevista cedida a] Juliana Moletta, Priscila Rubbo e Luiz Alberto Pilatti. *Revista Brasileira de Qualidade de Vida*, Ponta Grossa, v. 13, e14933, 2021. DOI: <http://dx.doi.org/10.3895/rbqv.v13.14933>. Disponível em: <https://periodicos.utfpr.edu.br/rbqv/artic/14933>. Acesso em: XX xxx. XXXX.

#### Direito autoral:

Este artigo está licenciado sob os termos da Licença Creative Commons-Atribuição 4.0 Internacional. Esta licença permite que outros distribuam, remixem, adaptem e criem a partir deste artigo, mesmo para fins comerciais, desde que atribuam o devido crédito pela criação original.



Ressalta-se que foi mantida a entrevista na íntegra, visando preservar a originalidade do depoimento gentilmente oferecido pela entrevistada, a quem agradecemos enormemente de antemão.

### **1. Inicialmente solicito, por gentileza, que a senhora conte um pouco acerca de sua trajetória acadêmica.**

Fiz graduação em Educação Física pela UEPG concluída em 2005; especialização em Ergonomia pela UFPR em 2006; especialização em Gestão Industrial pela UTFPR em 2007; mestrado em Engenharia da Produção, área de Ergonomia e Saúde do Trabalhador, também pela UTFPR, em 2009; doutorado em Educação Física, área de Atividade Física e Saúde, pela UFPR em 2013. Pós-Doutorado em Ciências da Saúde pela UNIVASF, em 2016.

Atualmente sou professora adjunta na Universidade UENP e orientadora nos Programas de Pós-graduação em Ciência do Movimento Humano (UENP) e Ciências da Saúde e Biológica (UNIVASF). Minhas áreas de atuação são: Atividade física e saúde; Obesidade; Qualidade de vida; Qualidade de vida no trabalho; Ergonomia; Atividade física na natureza; Lazer; Recreação; Estatística; e, Metodologia científica.

### **2. Da sua dissertação de mestrado *Correlações entre a qualidade de vida e a qualidade de vida no trabalho em colaboradores das indústrias de laticínios*, em sua opinião, quais as principais contribuições para a pesquisa na área da qualidade de vida no trabalho?**

Houve duas contribuições principais: a criação e a validação do instrumento de Walton para avaliação da qualidade de vida no trabalho; e, mostrar de forma quantitativa, numérica, a relação entre a qualidade de vida e a qualidade de vida no trabalho que até aquele momento era discutida quase que exclusivamente de forma qualitativa.

A partir da dissertação conseguimos ter valores reais associados a essa afirmação de relação entre qualidade de vida e qualidade de vida no trabalho.

### **3. Da sua tese de doutorado *Passos diários, obesidade visceral, espessamento da carótida, qualidade de vida e autoeficácia em trabalhadores*, em sua opinião, quais as principais contribuições para a pesquisa na área da qualidade de vida no trabalho?**

Mostrar que trabalhadores que caminham mais (acima de 7.500 passos/dia) possuem menor índice de massa corporal (IMC), menor obesidade visceral e menor espessamento de carótida. Isso indica menor risco para doenças cardiovasculares em um recorte de tempo de 10 anos (futuros). E caminhar é um ato natural no ser humano, qualquer pessoa pode fazer facilmente.

#### **4. Em relação à qualidade de vida no trabalho, pergunto: o que a pandemia afetou durante o período de isolamento e quais as consequências para o trabalhador no futuro?**

O efeito agudo da pandemia foi o aumento elevado da carga de trabalho e a não separação de tempo de trabalho *versus* tempo (livre) fora do trabalho, já que o trabalho veio para dentro de casa na forma de *home-office*.

O ponto positivo foi que as pessoas tiveram que se reinventar para continuar a fazer o seu trabalho. Sair da zona de conforto no início pode ser bem doloroso e estressante. No entanto, traz ganhos futuros permanentes e o aprendizado.

As consequências futuras se traduzem em: maior adaptação a uma nova forma de trabalhar; otimização de recursos (humanos e não humanos); e, a continuidade ou piora dessa não separação entre trabalho e vida fora do trabalho (que pode levar à doenças psicofisiológicas).

#### **5. Na sua ótica, quais são os temas emergentes dentro das áreas da qualidade de vida e da qualidade de vida no trabalho que serão discutidos nos próximos anos? Fale um pouco sobre esses temas.**

Qualidade de vida como algo mais atrelado à longevidade saudável. Necessidade de adoção de hábitos mais saudáveis no dia a dia (atuação mais prevencionista). Por exemplo, a área da medicina do estilo de vida vem crescendo de forma significativa nos últimos anos e ganhando destaque.

Na qualidade de vida no trabalho o equilíbrio entre o trabalho e a vida. Acredito que as doenças osteomusculares ocasionadas pelo trabalho não serão as principais causas de adoecimento e nem estarão como foco da temática qualidade de vida no trabalho. Haverá uma inversão na curva, dando lugar a doenças psicossociais como principal foco a ser tratado, buscando o bem-estar no trabalho e do trabalhador.

#### **6. A senhora deseja acrescentar alguma questão que não tenha sido abordada nesta entrevista?**

Agradecer a oportunidade, abraço.