

**PROGRAMA DE ALIMENTAÇÃO DO TRABALHADOR RELACIONADO COM SOBREPESO E OBESIDADE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA**Muriel de Jesus Chaves<sup>1,2</sup>**RESUMO**

A obesidade é reconhecida atualmente como grande problema de saúde pública, acometendo populações com níveis socioeconômicos diferentes, sexo, idade. Programas sociais como o PAT (Programa de Alimentação do Trabalhador) são criados com o intuito de melhorar o perfil nutricional de trabalhadores. Dessa maneira, objetivou-se demonstrar através de uma revisão sistemática o Programa de Alimentação do Trabalhador relacionado com sobrepeso e obesidade. Foram revisados vinte estudos nacionais, entre os anos de 2002 a 2010. Os descritores usados para a busca de artigos foram Programa de Alimentação do Trabalhador, Alimentação de trabalhadores, Estado Nutricional de Trabalhadores, na base de dados do Scientific Electronic Library Online (SciELO). Com a transição nutricional, casos de sobrepeso destaca-se como problema de saúde pública. O diabetes e a hipertensão foram constatadas em pesquisas com trabalhadores que possuem o PAT como benefício. Assim, constata-se que o Programa não consegue refletir positivamente na melhoria da qualidade de vida dos trabalhadores, refletindo o quadro de sobrepeso. O Programa necessita ser revisto e adequado às condições atuais da transição nutricional.

**Palavras-Chave:** Programa de Alimentação do Trabalhador, Alimentação de trabalhadores, Estado Nutricional de Trabalhadores.

1-Programa de Pós Graduação Lato Sensu da Universidade Gama Filho em Obesidade e Emagrecimento.

2-Graduação em Nutrição pela Unijorge - Centro Universitário Jorge Amado.

**ABSTRACT**

Food worker program related to overweight and obesity: a systematic review

Obesity is now recognized as a major public health problem, affecting populations with different socioeconomic levels, gender, age. Social programs such as PAT (Workers' Food Program) are created with the aim of improving the nutritional status of workers. Thus, the objective was to demonstrate through a systematic review of the Workers' Food Program related to overweight and obesity. We reviewed twenty national surveys, between the years 2002 to 2010. The descriptors used for the search were the Workers' Food Program, Food workers, Nutritional Status of Workers in the database of the Scientific Electronic Library Online (SciELO). With the nutritional transition, cases of overweight stands out as a public health problem. Diabetes and hypertension were observed in studies with workers who have the PAT as a benefit. Thus, it appears that the program can not reflect positively on improving the quality of life of workers, reflecting the framework of overweight. The program needs to be revised and adapted to current conditions of the nutritional transition.

**Key words:** Worker's Food Program, Food for workers, The nutritional status of workers.

E-mail:  
murichaves@hotmail.com

## INTRODUÇÃO

Os programas de proteção à saúde do trabalhador contemplam desde a prevenção de doenças ocupacionais e acidentes a questões relacionadas a uma alimentação adequada (Marchi, 2004), bem como o aumento da sua produtividade (Geraldo, Bandoni e Jaime, 2008).

O PAT (Programa de Alimentação do Trabalhador) é uma política do Ministério do Trabalho e Emprego (Veloso e Santana, 2002) que visa a melhoria nas condições relacionadas ao aspecto nutricional (Sarno, Bandoni e Jaime, 2008), direcionado a trabalhadores com renda de até cinco salários mínimos (Stolte, Hennington e Bernardes, 2006), exigindo-se para grandes refeições (almoço e jantar) mínimo de 1400 kcal, com variações entre 1200 a 1600 kcal (Savio e colaboradores, 2005).

Além das calorias, deve-se garantir nutrientes equilibrados contemplando cada grupo básico na refeição planejada (Vanin e colaboradores, 2006). Evidencia-se que trabalhadores realizam suas opções, escolhendo alimentos ricos em gordura e sal (Salas, 2009). Vem se analisando desfechos negativos em relação ao PAT e à obesidade no mercado de trabalho (Höfelmann e Blank, 2009). O PAT continua com o desafio de melhorar o Estado Nutricional de trabalhadores que em sentido oposto à sua criação, diagnostica-se um perfil de excesso de peso com risco de desenvolvimentos de doenças crônicas (Araujo, Souza e Trad, 2010).

O objetivo deste trabalho foi demonstrar através de uma revisão sistemática o Programa de Alimentação do Trabalhador relacionado com sobrepeso e obesidade.

## MATERIAIS E MÉTODOS

### Tipo de pesquisa

Utilizou-se como metodologia a revisão sistemática, que identifica, seleciona e avalia criticamente pesquisas consideradas relevantes, para dar suporte teórico-prático para a classificação e análise da pesquisa bibliográfica (Liberali, 2008).

## Sistema de Busca dos artigos

Tratou-se de um estudo de revisão de artigos com vinte estudos nacionais, entre os anos de 2002 a 2010. Os descritores usados para a busca de artigos foram Programa de Alimentação do Trabalhador, Alimentação de trabalhadores, Estado Nutricional de Trabalhadores, na base de dados do Scientific Electronic Library Online (SciELO).

Após a leitura dos resumos selecionados (n=53), foram excluídos artigos de revisão e meta-análise (n=07). Depois foi feita a leitura completa dos estudos (n=46) e destes, foram excluídos os que não eram pertinentes aos tópicos para de critérios de inclusão (n=40).

Após leitura detalhada dos estudos selecionados (n=27), foram excluídos os estudos que não tinham associação com o tema proposto no artigo (n=3). Os artigos potencialmente adequados para inclusão na revisão (n=20) foram encontrados nas seguintes periódicos: Revista Brasileira de Nutrição e Revista Brasileira de Epidemiologia.

## Crerios de Inclusão dos estudos

Os critérios de inclusão dos artigos foram estudos que demonstrassem mudanças no Estado Nutricional de trabalhadores, indicando o sobrepeso e a obesidade entre colaboradores que tivessem como incentivo em suas empresas o Programa de Alimentação do Trabalhador.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO DAS PESQUISAS DE CAMPO

Os resultados dos estudos que investigaram o Programa de Alimentação do Trabalhador relacionado com sobrepeso e obesidade estão descritos abaixo e sintetizados na tabela 1.

Programa de alimentação do Trabalhador, Efeitos da alimentação no sobrepeso e obesidade e relação com os estudos de campo da tabela 1.

A transição nutricional caracterizada pela redução da desnutrição energético-proteica e aumento dos casos de sobrepeso destaca-se como problema de saúde pública (Castro e colaboradores, 2004) e, esta mudança caracteriza o quadro de balanço energético positivo, resultado da redução da

atividade física e aumento energético proveniente da dieta (Mendonça e Anjos, 2004).

Doenças crônicas, principalmente o diabetes e hipertensão, foram constatadas em pesquisas com trabalhadores que possuem o PAT como benefício (Medeiros, 2007), que tem como objetivo principal proporcionar disponibilidade e energia para que o homem trabalhe e melhore o seu estado nutricional (Santos e colaboradores, 2007). O meio em que o indivíduo vive influencia não somente as suas relações sociais, mas também, sua cultura e condições sociais e econômicas (Castro e colaboradores, 2005).

Atualmente, com o desenvolvimento da modernização do setor industrial aliada à políticas de incentivo do Estado como o PAT, ouve um significativo aumento de trabalhadores que realizam suas refeições nas fábricas (Viana, 2009).

De acordo com o estudo de Stolte e colaboradores (2006), em entrevista com funcionários, ficou conhecido que estes apresentam um bom conhecimento acerca da alimentação relacionada à saúde, porém o Programa não consegue refletir positivamente na melhoria da qualidade de vida dos trabalhadores, refletindo o quadro de sobrepeso.

Para Hofelmann e Blank (2009) o ambiente de trabalho interfere na geração de fatores que potencializam o ganho de peso corporal, como hábitos alimentares principalmente, atividade física e até mesmo o nível de pressão social.

Veloso e colaboradores (2007) afirma em seu estudo que trabalhadores beneficiados com o PAT apresenta maior taxa na incidência de peso, o que se pode sugerir que o Programa necessita ser revisto e adequado às condições atuais da transição nutricional.

Burlandy e Anjos (2001) criticam a concessão do benefício independente da faixa salarial, o que contribui desta maneira para o aumento do sobrepeso. Para estes, o Programa deveria ser aplicado a trabalhadores de baixa renda, com o intuito de melhoria no perfil nutricional.

No estudo de Savio e colaboradores (2004) a visão do trabalhador em relação ao

Programa retrata-se como uma compensação salarial, o que reflete no excesso de peso pelo aumento quantitativo da ingestão calórica. Este sugere ainda que o nutricionista exerça seu papel educador para a promoção da saúde.

Bandoni e colaboradores (2006) alerta em seu estudo que empresas desconhecem o PAT como Programa e qual a sua real proposta. Já que o Programa não exige capacitação dos executores, torna-se preocupante, pois estes desconhecem as exigências nutricionais do Programa.

Geraldo e colaboradores (2008) também alerta para uma ação mais direcionada a gestores e responsáveis por Unidades de Alimentação e Nutrição, principalmente os que não possuem o profissional nutricionista em seu quadro para adequar o cardápio às recomendações nutricionais da OMS (Organização Mundial da Saúde).

Dos estudos analisados 90% classificavam-se como experimental e apenas 10% foi descritivo. Dos 20 estudos todos apresentam população predominante do sexo masculino e amostra superior a 50.

Dos 07 estudos analisados, 02 realizaram entrevista com os trabalhadores beneficiados pelo PAT (Stolte e colaboradores, 2006; Burlandy e Anjos, 2001), 02 aplicaram questionários (Hofelmann e Blank, 2009; Bandoni e colaboradores, 2006), 01 fez análise de prontuário médico na empresa (Veloso e colaboradores, 2007); 01 realizou observação direta na montagem dos pratos (Savio e colaboradores, 2004) e o último realizou avaliação do cardápio de empresas que eram contempladas pelo Programa (Geraldo e colaboradores, 2008).

De todos os estudos analisados, demonstrou-se que o programa de alimentação do trabalhador contribui para a mudança significativa do Estado Nutricional dos trabalhadores. O efeito deste programa mostra-se negativo quando se observa tal mudança ponderal, contribuindo para o avanço do sobrepeso e obesidade nos colaboradores.

**Tabela 1 - Estudos de campo**

<b>Autor</b>	<b>Objetivo/ Amostra (n, sexo e idade)</b>	<b>Duração e intervenção/ o que mediu</b>	<b>Resultado</b>
<b>Stolte e colaboradores (2006)</b>	<b>Objetivo</b> – analisar as concepções dos trabalhadores em relação ao PAT. <b>Amostra</b> – 364 trabalhadores, 53,6% homens e 46,4% mulheres, com idade entre 20 a 24 anos.	<b>Intervenção</b> – de janeiro de 2004 a abril de 2005, analisando práticas discursivas. <b>Mediu</b> – realização de medidas antropométricas (peso, altura e circunferência abdominal).	<b>1</b> – 70,9% apresentava sobrepeso (62,9%) ou obesidade (8%). <b>2</b> – circunferência abdominal acima do considerável normal para 45,5% das mulheres e 14,8% dos homens.
<b>Hofelmann e Blank (2009)</b>	<b>Objetivo</b> – estimar a prevalência e fatores associados ao excesso de peso entre trabalhadores. <b>Amostra</b> – 475 trabalhadores, 84,8% homens do setor produtivo, faixa etária de 20 a 58 anos.	<b>Intervenção</b> – de maio a julho de 2005 com realização de questionários. <b>Mediu</b> – aferição de medidas antropométricas (peso, altura e circunferência abdominal).	<b>1</b> – prevalência de excesso de peso de 53,1% dos trabalhadores. <b>2</b> – prevalência superior entre aqueles com idade acima de 30 e 40 anos. <b>3</b> – obesidade abdominal aumentada em 21,8% e muito aumentada em 13,1% dos trabalhadores.
<b>Veloso e colaboradores (2007)</b>	<b>Objetivo</b> – avaliar impacto de programas de alimentação para trabalhadores sobre o ganho de peso e obesidade. <b>Amostra</b> – 10.368 trabalhadores de indústrias manufatureiras e da construção civil, 81,3% masculino e 18,7% feminino.	<b>Intervenção</b> – entre 1995 e 2000, realizando questionários e história clínica. <b>Mediu</b> – antropometria (peso e altura), exames laboratoriais (triglicerídeos, colesterol e glicemia).	<b>1</b> – sobrepeso em 41,7% dos trabalhadores cobertos pelo PAT. <b>2</b> – apresentação dos níveis de triglicerídeos, colesterol e glicemia mais elevados.
<b>Burlandy e Anjos (2001)</b>	<b>Objetivo</b> – avaliar a distribuição do recebimento de vale-refeição/cesta básica e sua relação com o Estado Nutricional. <b>Amostra</b> – 19.409 indivíduos, com idade superior/igual a 20 anos, 47,5% homens e 52,5% mulheres.	<b>Intervenção</b> – março de 1996 e março de 1997 nas regiões Nordeste e Sudeste. <b>Mediu</b> – antropometria (peso, altura) e inquérito de base domiciliar.	<b>1</b> – quadro de sobrepeso em 38,5% dos trabalhadores beneficiados.
<b>Savio e colaboradores (2004)</b>	<b>Objetivo</b> – avaliar o padrão da refeição fornecida, consumo alimentar e estado nutricional dos clientes. <b>Amostra</b> – 1044 trabalhadores, com faixa etária de 20 a 50 anos.	<b>Intervenção</b> – outubro de 2000 a setembro de 2001 com realização de análise nutricional do almoço. <b>Mediu</b> – IMC (peso e altura).	<b>1</b> – 43% da população estudada com excesso de peso. <b>2</b> – 33,7% com sobrepeso e 9,3% com obesidade.
<b>Bandoni e colaboradores (2006)</b>	<b>Objetivo</b> – analisar o conhecimento e a representação social sobre a promoção de alimentação saudável e saúde de gestores do Programa de Alimentação do Trabalhador. <b>Amostra</b> – 70 gestores do PAT.	<b>Intervenção</b> – outubro de 2003 e março de 2004. <b>Mediu</b> – conhecimento de gestores com aplicação de questionários realizados com empresas cadastradas no PAT.	<b>1</b> – 58,6% dos gestores não possui formação na área de alimentação e nutrição. <b>2</b> – 27,7% dos responsáveis diretos pela alimentação não reconhece o PAT como programa social.
<b>Geraldo e colaboradores (2008)</b>	<b>Objetivo</b> – avaliar aspectos dietéticos das refeições oferecidas por empresas inscritas no PAT. <b>Amostra</b> – 72 empresas, correspondendo a 9,98% das empresas cadastradas em 2003, no estado de São Paulo.	<b>Intervenção</b> – outubro de 2003 e março de 2004. <b>Mediu</b> – avaliação da adequação do cardápio: energia, macronutrientes, gorduras poliinsaturadas, saturadas, trans, açúcar livre, colesterol, frutas e hortaliças.	<b>1</b> – baixa oferta de frutas e hortaliças (63,9%) e gordura poliinsaturada (83,3%) e excesso de gorduras totais (47,2%) e colesterol (62,5%) em relação ao recomendado.

## CONCLUSÃO

Como visto nos estudos, o ato de alimentar-se saudavelmente consiste em abastecer-se com aquilo que seja conveniente ou benéfico para saúde, excluindo desta maneira aspectos alimentares que tragam consigo efeitos negativos para a saúde e bem estar do homem, comprometendo desta maneira, sua posição de provedor com agravamento de doenças que estejam associadas com a má alimentação.

Sugere-se então, que mais estudos sejam realizados com o intuito de melhorar a alimentação e saúde do trabalhador, e que nestes estudos o profissional nutricionista esteja inserido em programas deste efeito, para que o resultado positivo desta ação seja em prol da saúde coletiva.

## REFERÊNCIAS

- 1-Araújo, M. P. N.; Souza, J. C.; Trad, L. A. B. A alimentação do trabalhador no Brasil: um resgate na produção científica nacional. Rio de Janeiro. 2010.
- 2-Bandoni, D. H.; Brasil, B. G.; Jaime, P. C. Programa de Alimentação do Trabalhador: representações sociais de gestores locais. São Paulo. 2006.
- 3-Burlandy, L.; Anjos, L. A. Acesso a vale-refeição e estado nutricional de adultos beneficiados no Programa de Alimentação do Trabalhador no Nordeste e Sudeste do Brasil, 1997. Rio de Janeiro. 2001.
- 4-Castro, A.; e colaboradores. Padrão dietético e estado nutricional de operários de uma empresa metalúrgica do Rio de Janeiro, Brasil. Rio de Janeiro: 2004.
- 5-Castro, M. E.; e colaboradores. Prevenção da hipertensão e sua relação com o estilo de vida de trabalhadores. Fortaleza: 2005.
- 6-Geraldo, A. P. G.; Bandoni, D. H.; Jaime, P. C. Aspectos dietéticos das refeições oferecidas por empresas participantes do Programa de Alimentação do Trabalhador na cidade de São Paulo, Brasil. São Paulo. 2008.
- 7-Hölfemann, A. D.; Blank, N. Excesso de peso entre trabalhadores de uma indústria: prevalência e fatores associados. Santa Catarina. 2006.
- 8-Liberali, R. Metodologia Científica Prática: um saber-fazer competente da saúde à educação. Florianópolis. 2008.
- 9-Marchi, D. Saúde-nutrição do trabalhador num contexto de Mudança Organizacional. Santa Catarina. 2004.
- 10-Medeiros, M. A. T.; e colaboradores. Estudo nutricional e práticas alimentares de trabalhadores acidentados. Campinas. 2007.
- 11-Mendonça, A. C. P.; Anjos, L. A. Aspectos das práticas alimentares e da atividade física como determinantes do crescimento do sobrepeso/obesidade no Brasil. Rio de Janeiro. 2004.
- 12-Salas, C. K. Teores de sódio e de lipídeos em refeições almoço consumidas por trabalhadores de uma empresa no município de Suzano, SP. São Paulo. 2009.
- 13-Santos, L. M. P.; e colaboradores. Avaliação de Políticas Públicas de segurança alimentar e combate à fome no período de 1995-2002.2 - Programa de Alimentação do Trabalhador. Rio de Janeiro. 2007.
- 14-Sarno, F.; Bandoni, D. H.; Jaime, P. C. Excesso de peso e hipertensão arterial em trabalhadores de empresas beneficiadas pelo Programa de Alimentação do Trabalhador (PAT). São Paulo. 2008.
- 15-Stolte, R.; Hennington, E. A.; Bernardes, J. S. Sentidos da alimentação e da saúde: contribuições para a análise do Programa de Alimentação do Trabalhador. Rio de Janeiro. 2006.
- 16-Savio, K. E. O. ; e colaboradores. Avaliação do almoço servido a participantes do Programa de Alimentação do Trabalhador. Brasília. 2005.
- 17-Vanin, M.; e colaboradores. Adequação nutricional do almoço de uma Unidade de Alimentação e Nutrição de Guarapuava-PR. Paraná. 2006.

**Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**  
**ISSN 1981-9919 versão eletrônica**

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

**w w w . i b p e f e x . c o m . b r - w w w . r b o n e . c o m . b r**

---

18-Veloso, I. S.; Santana, V. S. Impacto nutricional do programa de alimentação do trabalhador no Brasil. Salvador. 2002.

19-Veloso, I. S.; Santana, V. S.; Oliveira, N. F. Programa de alimentação para o trabalhador e seu impacto sobre o ganho de peso e obesidade. Salvador. 2007.

20-Viana, S. V. Indústria Moderna e Padrão Alimentar: o espaço do trabalho, do consumo e da saúde. São Paulo. 2009.

Recebido para publicação em 20/05/2012

Aceito em 08/07/2012