

**AVALIAÇÃO NUTRICIONAL DOS COLABORADORES DE UMA EMPRESA
DE PLÁSTICOS DE JOINVILLE-SC**Taise Muraro¹
Sandra Ana Czarnobay²**RESUMO**

A obesidade está presente em grandes proporções em populações com padrões culturais e desenvolvimento socioeconômico diversificados, destaca-se como importante problema de saúde pública. O índice de massa corporal (IMC) expresso pela relação entre o peso (quilogramas) e a estatura (metros) ao quadrado criado por Quételet (Anjos, 1992), é um dos critérios mais utilizados atualmente para calcular a prevalência de obesidade. O objetivo deste estudo foi avaliar o estado nutricional dos colaboradores que se utilizam da UAN terceirizada de uma indústria de plásticos localizada no Município de Joinville-SC. Realizou-se um estudo tipo transversal descritivo com uma amostra de n = 138. Para o estudo, foram coletados dados de peso atual e estatura corporal para cálculo do IMC e aplicado questionário para a avaliação de hábitos alimentares. Ao final da coleta de dados foi entregue um informativo sobre alimentação saudável. Verificou-se que 46,4% das mulheres e 39% dos homens encontram-se eutróficos, e que a metade dos homens enquadra-se na situação acima do peso (50%). Apenas 3,36% das pessoas enquadram-se na situação abaixo do peso. Diante dos resultados, julga-se necessário dedicar mais atenção aos cuidados nutricionais para todos os que se beneficiam da UAN, uma vez que uma quantidade significativa encontra-se fora dos padrões para peso saudável, o que pode contribuir a situações de risco à saúde.

Palavras-chave: Estado nutricional, Hábitos Alimentares, Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN).

1-Acadêmica do Curso de Nutrição, Associação Educacional Luterana BOM JESUS/IELUSC. Graduada em Tecnologia e Análise de Sistemas pela UNIVEL, Cascavel-PR e Pós Graduada em MBA - Gestão Empresarial pela Fundação Getúlio Vargas.

ABSTRACT

Nutritional evaluation of employees in a plastics company from Joinville - SC

Obesity is present in large proportions in populations with diverse cultural and socioeconomic development standards, being a important public health problem. The body mass index (BMI) expressed by the ratio between the weight (kg) and height (meters) squared created by Quételet (Anjos, 1992), is one of the most used criteria currently to calculate the prevalence of obesity. The aim of this study was to evaluate the nutritional status of the employees who use the UAN outsourced of a plastics industry located in Joinville-SC. Was held the descriptive transversal type study with a sample of n = 138. For the study, data was collected from current weight and body size for the calculation of BMI and applied questionnaire for the evaluation of eating habits. At the end of the data collection was given to newsletter about healthy eating. It was found that 46.4% of the women and 39% of men are eutrophic, and that half of men fall under overweight situation (50%). Only 3.36% of people fit in the situation below the weight. Before the results, it is necessary to devote more attention to nutritional care for all who benefit from the UAN, once a significant amount is outside the standards for healthy weight, which can contribute to situations of risk to health.

Key words: Nutritional status, Dietary habits, Food and Nutrition Unit (FNU).

2-Graduada em Nutrição pela Associação Educacional Luterana BOM JESUS/IELUSC. Mestre em Saúde e Meio Ambiente pela UNIVILLE.

E-mail:
taisemuraro@hotmail.com
anaczar@gmail.com

INTRODUÇÃO

Atualmente a população mundial está vivendo uma transição nutricional, caracterizada pela redução dos níveis de desnutrição com aumento na prevalência de sobrepeso. Os hábitos alimentares exercem grande influência sobre o crescimento, desenvolvimento e saúde geral dos indivíduos (Castro, Anjos e Lourenço 2004).

A obesidade está presente em grandes proporções em populações com padrões culturais e desenvolvimento socioeconômico diversificado, portanto, destaca-se como importante problema de saúde pública (Farret e colaboradores, 2005).

Temos atualmente uma epidemia global caracterizada pela obesidade e isto pode-se observar tanto em países desenvolvidos como os que estão em desenvolvimento. A pessoa obesa está sujeita a maior possibilidade de desenvolver várias doenças crônicas não transmissíveis, como as doenças cardiovasculares, acidente vascular cerebral, hipertensão arterial, infarto e o diabetes mellitus.

Além disto, enfrentam preconceitos, inclusive no trabalho, como dificuldades em relacionamentos, vestuário, transporte, locomoção entre outros. As pessoas sentem rejeição e vergonha, ficando mais suscetível a desenvolver depressão emocional e outros distúrbios de comportamento e autoimagem devido à supervalorização do corpo, discriminação no mercado de trabalho e da rejeição social em relação aos obesos (Zottis, Lobronici, Labronici, 2003).

O estado de saúde das pessoas tem grande influência quanto aos hábitos alimentares e isto se reflete também sobre o crescimento e desenvolvimento dos indivíduos. Estudos recentes têm mostrado que dietas ricas em fibra protegem contra obesidade, doenças cardiovasculares, diabetes e alguns tipos de câncer (Escobar, 2009).

Os comportamentos alimentares populacionais associados à diminuição nos níveis de gasto energético são consistentes, diante da importância crescente de doenças crônicas não transmissíveis no perfil de morbimortalidade e com o aumento contínuo da prevalência de obesidade no país. O perfil alimentar da população está fortemente associado a aspectos culturais,

socioeconômicos e demográficos, tornando-se necessário uma melhor compreensão desses aspectos no entendimento do comportamento alimentar (Neutzling e colaboradores, 2007).

Criado pela Lei nº 6.321 de 14 de abril de 1976 (regulamentada em 1991), o Programa de Alimentação do Trabalhador (PAT) é um programa de complementação alimentar no qual o governo, empresa e trabalhadores partilham responsabilidades. O princípio deste programa é o atendimento ao trabalhador de baixa renda, melhorando suas condições nutricionais gerando, conseqüentemente, saúde, bem estar e maior produtividade.

Percebemos que o PAT sofre alterações tanto na sua sistemática interna de subsídios, quanto na abertura de inúmeras opções em relação às possibilidades de atendimento às necessidades nutricionais da clientela. Diante disto é clara a importância do nutricionista à frente da Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN), como agente promotor da saúde para essa vasta clientela frequentadora desse mercado em expansão (Savio e colaboradores, 2005).

As políticas voltadas à alimentação e nutrição direcionadas para a população adulta brasileira julga fundamental a utilização do PAT, pois este programa pode contribuir efetivamente na transformação do atual panorama de aumento da prevalência de doenças crônicas não transmissíveis e da obesidade no País (Bandoni e colaboradores, 2006).

Várias pesquisas realizadas no Brasil indicam prevalência de sobrepeso e obesidade dentro das corporações.

Souza e colaboradores (2003), ao estudarem a obesidade e o risco cardiovascular de adultos em Campos, Rio de Janeiro, utilizando os critérios de diagnóstico da OMS, encontraram uma prevalência de obesidade de 17,8% do total da amostra.

Semelhantes resultados encontraram Gus, Fischmann e Medina (2002), em estudo no Rio Grande do Sul, com 18,6% de obesos, e por Cervato e colaboradores (1997), em São Paulo, com 38% de obesos entre todos os participantes.

É necessário dedicar mais atenção aos cuidados nutricionais para todos os colaboradores que se utilizam da UAN dentro da empresa, uma vez que uma quantidade significativa encontra-se fora dos padrões para

peso saudável, o que pode contribuir a situações de risco à saúde.

O presente estudo teve como objetivo avaliar o estado nutricional e os hábitos de vida e alimentares dos colaboradores de uma indústria de plásticos no Município de Joinville-SC.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo do tipo transversal descritivo o qual foi desenvolvido com 138 colaboradores que se utilizam da UAN terceirizada de uma indústria de plásticos localizada no Município de Joinville-SC.

O estudo se desenvolveu entre os períodos de outubro a novembro de 2013, sendo este pertinente ao período de estágio obrigatório de unidades de alimentação e nutrição do curso de nutrição do Instituto Superior e Centro Educacional BOMJESUS/IELUSC, mantido pela Associação Educacional Luterana BOM JESUS/IELUSC.

Após aprovação pelo CEP (Comitê de Ética em Pesquisa) sob o número 427.652 de 10/10/2013, foi iniciada a pesquisa. Os fatores de inclusão foram: colaboradores do setor administrativo e de produção, de ambos os gêneros, acima de 18 anos e os que aceitarem participar da pesquisa. Primeiramente foi entregue um informativo sobre avaliação nutricional convidando todos os colaboradores a participar da mesma. Posteriormente aos que aceitaram o convite e a participação, foram esclarecidos todos os riscos e benefícios inerentes ao estudo. Diante do aceite e assinatura do termo de consentimento

livre e esclarecido, iniciou-se a coleta de dados com os participantes.

Para cada participante foi entregue um questionário contendo perguntas sobre hábitos de vida e alimentares. Em seguida, foi aferido peso e altura e calculado IMC expresso pela relação entre o peso (quilogramas) dividido pela altura (metros) ao quadrado, este método foi criado por Quételet em 1969 (Anjos, 1992).

A aferição do peso e altura foi realizada conforme escolha dos participantes da pesquisa (antes ou após a refeição), seguindo os parâmetros descritos pelo manual do SISVAN, 2011 (Brasil, 2011).

No manual descreve que o indivíduo deve estar descalço, posicionado de costas para a balança, no centro do equipamento, ereto, com os pés juntos, os braços estendidos ao longo do corpo e com o mínimo de vestimentas. Para obtenção destes dados foi utilizada uma balança antropométrica com estadiômetro acoplado com capacidade máxima de 150 kg da marca Welmy®. O resultado do IMC foi classificado conforme os pontos de cortes da Organização Mundial da Saúde (WHO, 1997).

Todos os dados foram separados e analisados de acordo com o gênero, idade, altura, peso, IMC e setor de trabalho.

Após a análise do estado nutricional dos colaboradores, foi entregue um informativo sobre alimentação saudável e equilibrada.

Os dados foram planilhados no programa Microsoft Excel® 2010 e utilizou-se estatística descritiva.

RESULTADOS

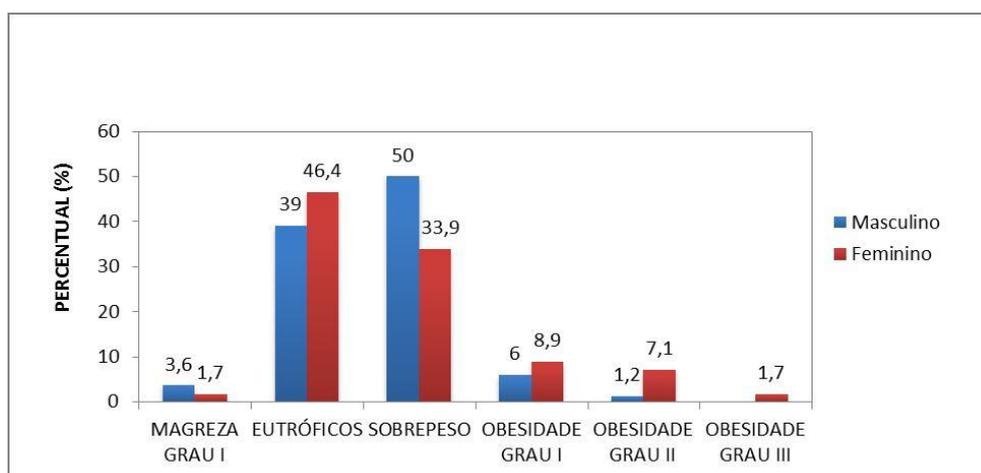


Gráfico 1 - Avaliação nutricional de acordo com o Índice de Massa Corporal (IMC) - feminino e masculino.



Gráfico 2 - Média do Índice de Massa Corporal (IMC) Feminino e Masculino dos funcionários no setor operacional.



Gráfico 3 - Média do Índice de Massa Corporal (IMC) Feminino e Masculino dos funcionários no setor comercial.

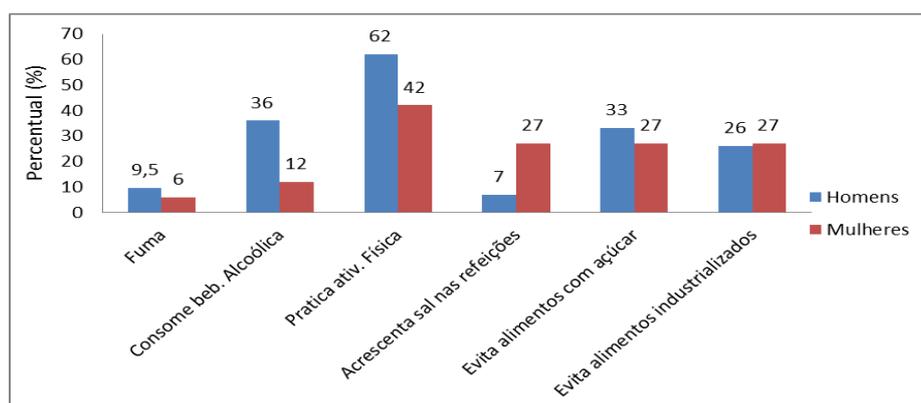


Gráfico 4 - Percentual dos funcionários em relação a hábitos de vida e alimentares.

A média de idade dos participantes foi de 36 anos. Quanto ao gênero este mostrou-se a maioria homens. Com a análise nutricional de 138 funcionários através do IMC (Índice de Massa Corpórea) foi possível obter-se os resultados conforme gráfico 1.

Depois de avaliado o IMC entre as mulheres foi possível observar que, 26 delas (46,4%) encontravam-se eutróficas, já entre os homens, apenas 32 deles (39%) apresentaram eutrofia, como se pode observar a metade dos homens encontra-se acima do peso ideal (50%). Apenas uma mulher e três homens apresentaram magreza grau I. Quanto a obesidade Grau III, apenas uma mulher encontra-se nesta classificação.

No geral a média do IMC das mulheres do setor operacional (26) está acima dos homens (25) conforme Gráfico 2.

Já no Gráfico 3 que diz respeito ao IMC dos funcionários no setor comercial, podemos perceber que a média do IMC dos homens (25) foi maior do que os das mulheres (23,4).

Os funcionários responderam também a um questionário com perguntas fechadas, referentes a hábitos alimentares e de vida.

Em relação a fatores prejudiciais à saúde, gráfico 4, há uma porcentagem maior de homens que fumam e que consomem bebidas alcoólicas do que as mulheres. Quanto à atividade física pode-se verificar que entre as mulheres o índice de sedentarismo encontrado é maior em comparação aos homens.

Ainda sobre hábitos alimentares, os funcionários foram questionados se acrescentam mais sal além do que já contém na sua refeição, nessa questão as mulheres responderam que sim em um percentual maior (27%) comparado aos homens (7%).

Quanto a evitar alimentos com açúcar o percentual das mulheres foi menor (27%) que a dos homens (33%). Em relação a evitar alimentos industrializados o percentual foi semelhante entre homens e mulheres, como pode-se observar no Gráfico 4.

Foi questionado também sobre a ingestão semanal de refrigerante e diária de água, nessas questões pode-se observar o alto percentual de homens (57%) e de mulheres (48%) que ingerem refrigerantes semanalmente, mas ao mesmo tempo referiram ingerir 2 litros de água por dia Gráfico 5.

Os participantes foram questionados também em relação ao consumo de legumes e verduras oferecidas na refeição da empresa,

nessa questão teve um elevado percentual tanto de mulheres quanto de homens que consomem esses alimentos. Perguntou-se aos colaboradores se julgam a própria alimentação saudável, os homens responderam que sim (81%) com quase o dobro do percentual das mulheres (48%). O percentual dos funcionários que já consultaram um (a) nutricionista foi relativamente baixo e apresentou-se maior entre as mulheres (18%).

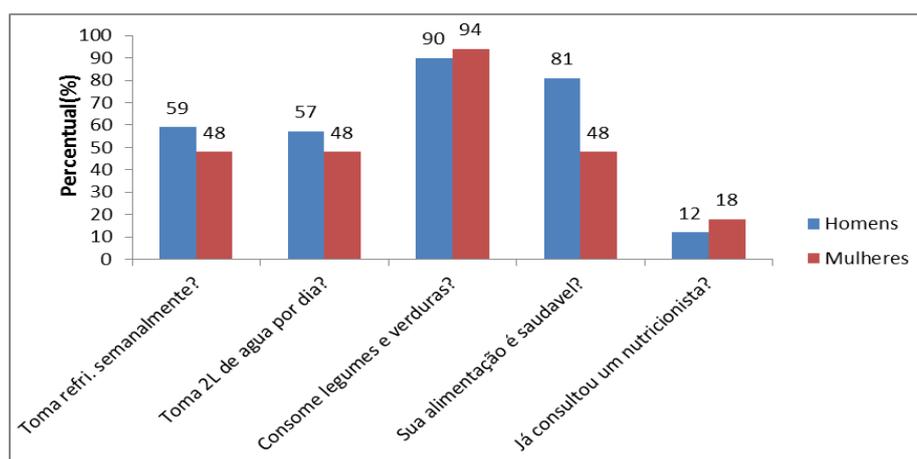


Gráfico 5 - Percentual de homens e mulheres em relação a hábitos alimentares.

DISCUSSÃO E CONCLUSÃO

Os valores de IMC, obtidos neste trabalho, indicaram alta frequência de sobrepeso entre os homens, ($IMC \geq 25kg/m^2$) o que refletiu o quadro atual encontrado em pesquisas realizadas no Brasil: o mesmo resultado encontrado por Castro, Anjos e Lourenço (2004) ao realizar seu trabalho com operários de uma empresa metalúrgica do Rio de Janeiro.

Segundo Castro, Anjos e Lourenço (2004), os dados obtidos na Pesquisa sobre Padrões de Vida (PPV) indicaram prevalência de sobrepeso e obesidade no sexo masculino da área urbana da região Sudeste do Brasil de 37,2% e 8,0%, respectivamente, sendo valor de sobrepeso bem próximos ao verificados entre os funcionários do sexo masculino neste trabalho.

Em estudo realizado por Castanheira, Olinto e Gigante (2003) com adultos no Sul do Brasil, verificou-se que mais da metade da população masculina estudada apresentou excesso de peso, sendo 16% obesos,

resultados semelhantes aos obtidos no presente estudo, no qual 40,9% dos homens apresentaram sobrepeso e, em 10,3% deles, verificou-se obesidade.

A frequência do excesso de peso na população brasileira supera em oito vezes o déficit de peso entre as mulheres e em quinze vezes o da população masculina. Num universo de 95,5 milhões de pessoas de 20 anos ou mais de idade há 3,8 milhões de pessoas (4,0%) com déficit de peso e 38,8 milhões (40,6%) com excesso de peso, das quais 10,5 milhões são consideradas obesas (IBGE, 2007).

Podemos perceber também uma quantidade muito pequena de Magreza Grau I, a UAN apresentou 3,6% de homens e 1,7% de mulheres nesta classificação, Gráfico 1.

Como não foi possível estudarmos as condições que proporcionam aos funcionários a se enquadrarem em determinada faixa de peso, o baixo peso apontado pode estar relacionado aos hábitos alimentares domiciliar, assim como o vício de fumar dos funcionários.

Segundo o estudo realizado por Escobar (2009) o percentual dos funcionários que consomem bebida alcoólica foi maior entre os homens, assim como no presente estudo. Nos dois estudos pode-se observar também que a grande maioria dos funcionários não fuma.

Em relação à prática de atividade física notamos que o percentual foi maior entre os homens, resultado igual ao estudo realizado por Escobar (2009).

Ao decorrer do estudo, foi possível verificar que muitos deles não sabiam como se alimentar adequadamente, com todos os nutrientes necessários para manter o bom funcionamento do organismo. As mulheres mostraram-se mais cientes ao que diz respeito a uma boa alimentação e nos questionaram alguns aspectos de como poderiam melhorar a sua alimentação.

O sistema de distribuição de refeições adotado para os funcionários da empresa é o de seleção livre, permitindo a escolha de quaisquer preparações nas quantidades por eles desejadas. Este fator associado a uma alimentação desequilibrada em casa pode contribuir para o sobrepeso. Pode, portanto ser a causa do resultado encontrado neste estudo.

A informação sobre o estado nutricional de um indivíduo ou de uma coletividade torna-se mais um elemento do diagnóstico, um subsídio para o planejamento de ações com a finalidade de promover a saúde (Castro, Anjos e Lourenço, 2004).

Julga-se necessário dedicar mais atenção aos cuidados nutricionais para todos os que se beneficiam das UAN's, uma vez que uma quantidade significativa encontra-se fora dos padrões para peso saudável, o que pode contribuir a situações de risco à saúde.

Esses grupos populacionais devem ser alvo de estratégias com foco na promoção da saúde. O nutricionista deve exercer seu papel de educador e cumprir as atribuições a ele destinadas, usando seu espaço de trabalho nas UAN para efetivar seu papel como profissional da área de saúde, elaborando cardápios adequados nutricionalmente, promovendo cursos e palestras e atendimento nutricional individualizado.

REFERÊNCIAS

- 1-Anjos, L. A. Índice de massa corporal como indicador do estado nutricional de adultos: revisão da literatura. Revista de Saúde Pública. Vol. 26. Num. 6. 1992. p.431-436.
- 2-Bandoni, D. H.; e colaboradores. PAT: representações sociais de gestores locais. Revista Saúde Pública. Vol. 40. Num. 5. 2006. p. 837-842.
- 3-Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Orientações para a coleta e análise de dados antropométricos em serviços de saúde: Norma Técnica do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional - SISVAN / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília: Ministério da Saúde, 2011. Disponível em:<http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/orientacoes_coleta_analise_dados_antropometricos.pdf>. Acesso em: 10/09/2013.
- 4-Castanheira, M.; Olinto, M. T. A.; Gigante, D. P. Associação de variáveis sócio-demográficas e comportamentais com a gordura abdominal em adultos: estudo de base populacional no Sul do Brasil. Cadernos de Saúde Pública. 19 Suppl. Vol. 1. 2003. p. S55-65.
- 5-Castro, M. B. T.; Anjos, L. A.; Lourenço, P. M. Padrão dietético e estado nutricional de operários de uma empresa metalúrgica do Rio de Janeiro, Brasil. Cadernos de Saúde Pública. Rio de Janeiro. Vol. 20. Num. 4. 2004.
- 6-Cervato, A. M.; Mazzilli, R. N.; Martins, I. S.; Marucci, M. F. Dieta habitual e fatores de risco para doenças cardiovasculares. Revista Saúde Pública. Vol. 31. 1997. p.227-235.
- 7-Escobar, F. A. Avaliação Nutricional Em Colaboradores De Uma Unidade De Alimentação E Nutrição. Cadernos UniFOA. Ano IV. Núm. 9. 2009. Disponível em: <http://www.unifoa.edu.br/portal_pesq/caderno/edicao/09/51.pdf>. Acesso em: 13/03/2013.
- 8-Farret, J. F.; e colaboradores. Nutrição e Doenças Vasculares. São Paulo: Editora Atheneu. 2005.

Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento

ISSN 1981-9919 versão eletrônica

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

www.ibpex.com.br - www.rbone.com.br

9-Gus, I.; Fischmann, A.; Medina, C. Prevalência dos fatores de risco da doença coronariana no Estado do Rio Grande do Sul. Arquivo Brasileiro Cardiologia. Vol. 78. 2002. p.478-483.

10-Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Análise da disponibilidade domiciliar de alimentos e do estado nutricional no Brasil 2007. Brasília DF, 2007.

11-Neutzling, M. B.; e colaboradores. Frequência de consumo de dietas ricas em gordura e pobres em fibra entre adolescentes. Rev. Saúde Pública. Vol. 41. Num. 3. 2007.

12-Savio, K. E. O.; e colaboradores. Avaliação do almoço servido a participantes do programa de alimentação do trabalhador. Revista de Saúde Pública. Vol. 39. Num. 2. 2005. p. 148-155.

13-Souza, L. J.; Gicovate, N. C.; Chalita, F. E. B.; Reis, A. F. F; Bastos, D. A.; Côrtes, V. A. Prevalência de obesidade e fatores de risco cardiovascular em Campos, Rio de Janeiro. Arquivo Brasileiro Endocrinologia Metabólica. Vol. 47. 2003. p.669-676.

14-World Health Organization. Obesity preventy and managing the global Epidemic. Geneve: WHO, 1997.

15-Zottis, C.; Labronici, Z. C.; Labronici, L. M. O corpo obeso e a percepção de si. Curitiba: Universidade Federal do Paraná. 2003.

Endereço para correspondência:
Rua Leopoldo Beninca, 191, Bairro Vila Nova,
Joinville-SC.
CEP: 89237-150.

Recebido para publicação em 19/10/2013
Aceito em 29/12/2013