



AVALIAÇÃO NUTRICIONAL: UM ESTUDO EM TRABALHADORES DE UMA EMPRESA PRIVADA DA CIDADE DE BAGÉ-RS

¹Josiane Rios Figueira, Juliana Cancio, Gabrielle Vieira do Pró, Jéssica Fernandes dos Anjos
²Mônica de Los Santos Palomino

A alimentação é o alicerce sobre o qual se assenta o bem-estar do trabalhador e a inadequação da mesma favorece o desequilíbrio do estado nutricional. A avaliação antropométrica é considerada o meio mais rápido e acessível entre os não invasivos, portanto, o mais recomendável para se avaliar e monitorar o estado nutricional durante todas as etapas da vida. As alterações nas medidas antropométricas em relação ao padrão esperado refletem uma ingestão inadequada ou excessiva de alimentos, prática insuficiente de exercícios e doenças. Estudos sobre a tendência de mudanças no padrão alimentar da população brasileira nas últimas décadas destacam a elevação do consumo de carnes e alimentos industrializados e a redução do consumo de leguminosas, raízes e tubérculos, frutas e hortaliças. Tais transformações estão associadas à alta prevalência de sobrepeso e obesidade, sendo configurado um novo panorama do estado nutricional predominante no país.

Objetivo: O objetivo desta pesquisa foi realizar uma avaliação nutricional nos trabalhadores de uma empresa privada na cidade de Bagé/ RS. A pesquisa foi executada numa empresa privada na cidade de Bagé/RS, a qual atua a mais de 65 anos no mercado varejista da região. Foram avaliados 62 colaboradores (n=62) através da realização de uma avaliação nutricional. Os mesmos passaram por verificação do peso corporal e medição de estatura. Para a averiguação de tais dados, foi utilizada uma balança digital marca Kratos, com capacidade máxima de 150 kg e uma fita métrica colocada em uma estrutura física sólida, onde os participantes foram orientados a ficarem eretos, encostado a tal superfície e com os pés unidos. Mediante a aferição do peso corporal e altura dos participantes do estudo, foi efetuado o cálculo do índice de Massa Corporal (IMC). Através da análise, constatou-se que dentre os 62 participantes da pesquisa, 27 colaboradores (43,54%) apresentaram sobrepeso, 21 (33,87%) encontravam-se eutróficos, 12 (19,35%) com obesidade e 2 com Magreza Grau I (3,22%), constatou-se um percentual elevado (62,89%) de sobrepeso e obesidade, o que propicia o aumento de doenças relacionadas ao excesso de peso. Dentre os 62 participantes do estudo, observou-se que 50% eram do sexo masculino e 50% do sexo feminino. A faixa

¹Discente do Curso de Nutrição da Urcamp

²Profª Doutora do Curso de Nutrição da Urcamp

etária predominante 38,7% esteve entre 19 a 30 anos, seguida de 37% entre 31 a 40 anos, 19,35% entre 51 a 60 anos e 1,61% acima de 60 anos. Conclui-se através desta análise, uma predominância de colaboradores acima do peso, logo, predispostos ao desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis. Como forma de prevenção e mudança da presente situação, sugere-se uma substituição dos hábitos alimentares, a realização de atividade física, como forma de melhorar a saúde nutricional e também a qualidade de vida dos envolvidos.

Palavra chaves: Avaliação nutricional; colaboradores; sobrepeso e obesidade.