

**Trabalho 118****PROMOVENDO SAÚDE: AMPLIANDO OPORTUNIDADES PARA UMA ALIMENTAÇÃO MAIS SAUDÁVEL EM UMA EMPRESA DO SETOR PETROLÍFERO**

Mauricio Cerqueira de Souza, MD; Isabela Santoro Francisquini, MD; Ana Lúcia Aquilas Rodrigues, M.Sc.; Hellen Pimentel Ferreira, M.Sc.; Angela Cristina Yano, MD.

mau76souza@yahoo.com.br

RESUMO

INTRODUÇÃO: O Viva Bem é um programa de promoção de saúde que visa investir na qualidade de vida dos seus trabalhadores. Entre os principais pilares da iniciativa da empresa estão o incentivo à atividade física, à uma alimentação saudável, controle do tabagismo e o aconselhamento em saúde para trabalhadores com fatores de risco. A ideia é promover uma mudança de cultura em benefício de um estilo de vida mais saudável. **OBJETIVO:** promover uma alimentação mais saudável para os trabalhadores de uma indústria petrolífera multinacional. **MATERIAIS E MÉTODOS:** no final de 2011 foram avaliadas as refeições disponibilizadas pela empresa no refeitório da fábrica de lubrificantes, nos eventos e nas reuniões no escritório sede, através de análise dos cardápios, reuniões com fornecedores de alimentos e alinhamento com lideranças e representantes dos trabalhadores. Foi também realizado um levantamento do perfil de saúde em ambas localidades para identificar os principais fatores de risco dos trabalhadores, com aplicação de questionário e coleta de dados antropométricos e bioquímicos. **RESULTADOS:** O levantamento de perfil de saúde mostrou presença de importantes fatores de risco e que a maioria da população tinha intenção de melhorar sua alimentação e controlar o peso nos próximos 6 meses. Identificou-se que o fornecimento de refeições era muito abrangente, que existia espaço para destacar alguns alimentos e que era possível realizar ações dentro do refeitório da fábrica e nos eventos da empresa. Com base nos diagnósticos realizados foram ofertadas aos trabalhadores frutas frescas nas refeições intermediárias, criado um padrão para fornecimentos de alimentos e bebidas em eventos e reuniões, realizadas palestras e orientações nutricionais aos trabalhadores no refeitório e escritório, resultando em um total de 909 participações ao longo de 2012. **CONCLUSÃO:** É possível ampliar as oportunidades para uma alimentação mais saudável, dentro do próprio local de trabalho, com a participação ativa dos trabalhadores e apoio dos *stakeholders*. Para continuidade do processo faz-se necessário avaliar o impacto das ações iniciais e propor novas ações para promover a mudança de comportamento do funcionário e da cultura da empresa.

PALAVRAS-CHAVE: Promoção da saúde. Hábitos alimentares. Local de trabalho.

INTRODUÇÃO

O ambiente de trabalho é um cenário muito importante para o desenvolvimento de ações voltadas a promoção de saúde, incluindo diagnóstico, prevenção e melhora de condições de saúde (WHO, 2010).



Trabalho 118

A Promoção da Saúde no ambiente de trabalho geralmente busca melhorar a saúde no trabalhador através da redução dos fatores de risco individuais relacionados aos hábitos de vida como: uso de tabaco, inatividade física e alimentação inadequada. Programas que promovem alimentação saudável e atividade física são efetivos para mudança de comportamento e melhora dos resultados relacionados a saúde e outros riscos cardiovasculares (WHO, 2008).

Alimentação pouco saudável e falta de atividade física estão entre as principais causas das doenças crônicas não transmissíveis que contribuem substancialmente para a carga mundial de morbidade, mortalidade e incapacidade (WHO, 2004).

Entre os principais pilares da iniciativa da empresa estão o incentivo a atividade física, alimentação saudável, controle do tabagismo e aconselhamento em saúde para trabalhadores com fatores de risco.

Para auxiliar o departamento de saúde na gestão do programa Viva Bem foi criado um Comitê de Saúde que reúne-se mensalmente para discutir e opinar sobre as ações implementadas e sugerir novas ações.

OBJETIVO

O objetivo deste trabalho foi promover uma alimentação mais saudável para os trabalhadores de uma indústria petrolífera instalada na cidade do Rio de Janeiro, em duas localidades: escritório sede Barra e fábrica de lubrificantes na Ilha do Governador, tendo com objetivos específicos: identificar fatores de risco relacionados à alimentação dos trabalhadores e ampliar oportunidades de alimentação mais saudável no ambiente de trabalho.

MATERIAIS E MÉTODOS

Em outubro e novembro de 2011 foi realizado um levantamento de perfil de saúde com os trabalhadores através da aplicação de questionário com perguntas relacionadas a atividade física, hábitos alimentares, estresse e produtividade, além de coleta de dados antropométricos e bioquímicos, a saber: aferição de peso, altura, circunferência abdominal, pressão arterial, glicemia capilar e colesterol total.

Ainda em 2011 nutricionistas especializadas realizaram visita ao refeitório da empresa, reunião com a nutricionista da concessionária de fornecimento de refeições e alinhamento com lideranças e representantes dos funcionários.

No início de 2012 foi proposta pelo Comitê de Saúde uma discussão sobre os alimentos e bebidas fornecidos nos eventos corporativos internos e externos. Foi realizado um trabalho conjunto com os prestadores, fornecedores e responsáveis pela solicitação das refeições que envolveu avaliação de segurança alimentar e análise da composição e forma de preparo dos alimentos.



Trabalho 118

RESULTADOS

1. Levantamento de perfil de saúde

O levantamento de perfil de saúde populacional teve a participação de 103 trabalhadores que responderam ao questionário, o que representa 15% da população total (686 funcionários). Na fábrica de lubrificantes participaram 41 trabalhadores (31% da população da unidade) e no escritório sede participaram 62 trabalhadores (10% da população da unidade).

As medidas antropométricas e bioquímicas foram realizadas em 88 funcionários e mostraram 63,6% com excesso de peso, 60,3% com circunferência abdominal aumentada, 50% com glicemia alterada, 35,2% com colesterol limitrofe ou elevado e 26,1% com pressão arterial elevada (Figura 1).

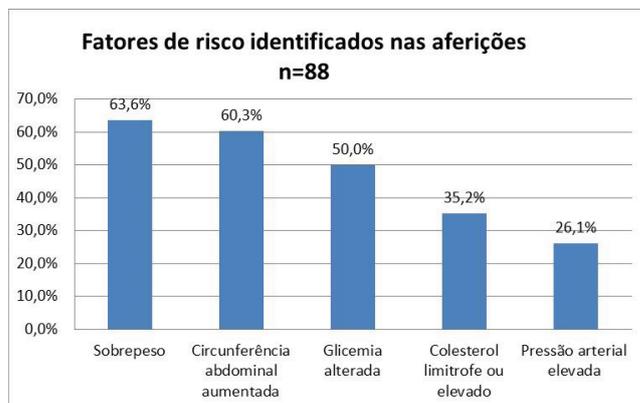


Figura 1 - Fatores de risco identificados nas aferições

A distribuição da população em relação ao IMC considerou os parâmetros da Organização Mundial da Saúde (OMS, 1998), conforme Figura 2.

	Classificação	IMC
	Baixo peso	< 18,5
	Peso normal	18,5 a 24,9
Sobrepeso	Pré-obeso	25,0 a 29,9
	Obesidade I	30,0 a 34,9
	Obesidade II	35,0 a 39,9
	Obesidade III	≥ 40

Figura 2 – Classificação por IMC

Considerando esses parâmetros, a população estudada é composta por 40,9% de funcionários com pré-obesidade, 35,2% com peso normal, 18,2% com obesidade grau I, 4,5% com obesidade grau II e 1,1% com baixo peso. Não foi encontrado nenhum funcionário com obesidade grau III (Figura 3).



Trabalho 118

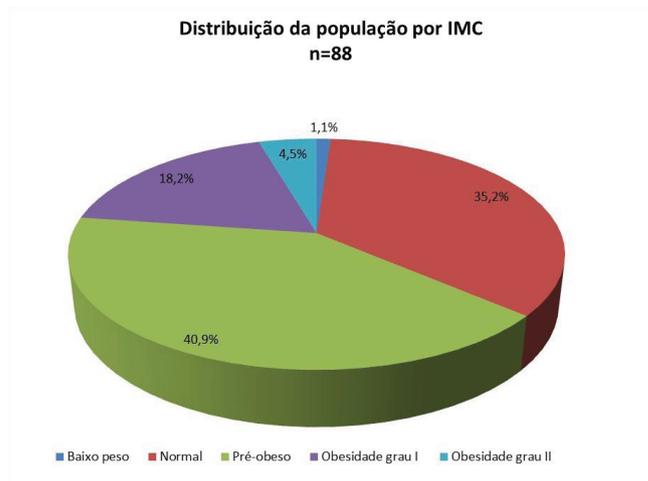


Figura 3 – Distribuição da população por IMC

Segundo dados do Vigitel Brasil 2011, na cidade do Rio de Janeiro a prevalência de sobrepeso é de 49,6%, sendo 55,5% nos homens e 44,2% entre as mulheres. Em relação à obesidade, a prevalência é de 16,5%, sendo 15,8% entre homens e 17,2% entre as mulheres.

A Diretriz Brasileira de Obesidade (Abeso, 2009) considera o ponto de corte para risco cardiovascular aumentado a medida de circunferência abdominal igual ou superior a 94 cm para homens e 80 cm para mulheres. É considerado risco substancialmente aumentado valores iguais ou acima de 88 cm para mulheres e 102 cm para homens, conforme Figura 4.

	Elevado	Muito elevado
Homem	≥ 94 cm	≥ 102 cm
Mulher	≥ 80 cm	≥ 88 cm

Figura 4 – Classificação de risco relacionado a circunferência abdominal

Considerando os valores de circunferência abdominal encontrados na população estudada, verificou-se que 60,3% dos funcionários apresentavam risco elevado ou muito elevado (39,8% com risco muito elevado e 20,5 com risco elevado) (Figura 5).

**Trabalho 118**

Figura 5 - Distribuição da população por risco relacionado à circunferência abdominal

2. Ambiente de trabalho mais saudável

As visitas realizadas no refeitório da fábrica, as reuniões com a nutricionista da concessionária de fornecimento de refeições, inspeção de fornecedores de alimentos em eventos, o alinhamento com lideranças e representantes dos trabalhadores, permitiu identificar que o fornecimento de refeições era muito abrangente, que existia espaço para destacar alguns alimentos e que era possível realizar ações dentro do refeitório.

Com esta oportunidade, foram realizadas diversas ações de educação alimentar no refeitório e escritórios incluindo palestras e orientações nutricionais durante os horários de refeições, que obtiveram 909 participação ao longo de 2012.

As discussões propostas pelo Comitê de Saúde geraram a confecção de placas com o logotipo e *slogan* do programa para a identificação de alimentos mais saudáveis nos refeitórios. A elaboração de um procedimento escrito e divulgado que fornece orientações detalhadas para habilitação de fornecedores de alimentos e bebidas para eventos também foi uma ação que trouxe uma padronização entre as diversas áreas nas duas localidades.

Como parte da construção de um ambiente de trabalho saudável, além de alimentos mais saudáveis nos eventos, o Viva Bem passou a oferecer frutas diariamente e opções mais saudáveis no refeitório, ampliando as oportunidades para adoção e manutenção de hábitos alimentares adequados.

CONCLUSÃO

Através da identificação e mapeamento populacional dos fatores de riscos alimentares e ações para combatê-las, conclui-se que é possível ampliar as oportunidades para uma alimentação mais saudável, dentro do próprio local de trabalho, com a participação ativa dos trabalhadores e apoio dos *stakeholders*. Além disso, ações simples e inclusivas trouxeram à tona a percepção positiva de saúde no trabalho pelo trabalhador, o que é essencial para mudança e sedimentação de uma cultura de hábitos saudáveis. Para continuidade do processo faz-se necessário avaliar o impacto das ações iniciais e propor novas ações para promover a mudança de comportamento do funcionário e da cultura da empresa.



Trabalho 118

REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA PARA ESTUDO DA OBESIDADE E DA SÍNDROME METABÓLICA. *Diretrizes Brasileira de Obesidade*. Itapevi: AC Farmacêutica; 2009.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. *Global strategy on diet, physical activity and health*. Geneva: WHO; 2004.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. *Preventing Noncommunicable Diseases in the Workplace through Diet and Physical Activity: WHO/World Economic Forum report of a joint event*. Geneva: WHO; 2008.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. *Healthy workplaces: a model for action: for employers, workers, policymakers and practitioners*. Geneva: WHO; 2010.