

CAIC/PRODIS/UNIPAC Barbacena

PROGRAMA PROBIC VERSÃO 2023/02

ÁREA DE CONHECIMENTO e/ou CURSO e/ou DISCIPLINA: Nutrição

TÍTULO DO PROJETO ORIGINAL: Avaliação do estado nutricional e consumo alimentar dos funcionários de uma instituição privada na cidade de Barbacena - MG

COORDENADORA: Elisa Grossi Mendonça

PROFA. CO-ORIENTADORA: Luna Esteves Campos

ALUNA BOLSISTA ASSOCIADA AO DESENVOLVIMENTO DO PROJETO: Melissa Fernandes Vieira da Silva

ALUNAS VOLUNTÁRIAS: Bianca Trindade Campos, Daniely Renata da Silva, Laura Aguiar Vieira Chaves, Lucimar Aparecida Teixeira, Liriel Maria Feliciano Gonçalves, Tamires Hellen da Costa

VIGÊNCIA DO PROJETO: outubro/2023 a setembro/2024

**Avaliação do estado nutricional e consumo alimentar
dos funcionários de uma instituição privada na cidade de Barbacena - MG**

Introdução

A avaliação do estado nutricional e do consumo alimentar é crucial na saúde pública, pois relaciona-se a alimentação com saúde. Nutrição adequada é essencial para crescimento, desenvolvimento e prevenção de doenças. Deficiências nutricionais ou padrões alimentares podem causar problemas de saúde e doenças crônicas não transmissíveis, como obesidade e diabetes. **Objetivo:** Avaliar o estado nutricional e o consumo alimentar dos funcionários de uma instituição privada na cidade de Barbacena – MG.

Métodos

Tratou-se de um estudo do tipo observacional, transversal analítico, da composição corporal e consumo alimentar dos funcionários da Universidade Presidente Antônio Carlos de Barbacena. Os envolvidos no estudo foram funcionários (administrativos e professores), adultos e de ambos os sexos. Foram coletadas características sociodemográficas: gênero, idade, consumo de marmita feita em domicílio. Na avaliação antropométrica: peso, altura, circunferências corporais (circunferência da cintura e abdominal). Já o consumo alimentar foi avaliado por um questionário estruturado. A amostragem foi por conveniência. As ferramentas para coleta de dados foram um questionário semiestruturado elaborado pela pesquisadora que abrangem dados sociodemográficos e um brasileiro de consumo alimentar, além da avaliação do estado nutricional por antropometria e bioimpedância elétrica. Os dados coletados foram analisados pelo software SPSS® versão 20.0.

Resultados

Foram avaliados 64 indivíduos, 66% do sexo feminino, 97% adultos e 60% eram do setor administrativo. Dos avaliados 56% relataram que levam marmita. De acordo com o estado nutricional pelo IMC dos adultos 56% estavam com excesso de peso (sobrepeso e obesidade) e 32,8% dos idosos. Analisando risco de doenças metabólicas associadas à obesidade pela CA, 72% dos funcionários apresentam risco. Pela análise de BIA

tetrapolar 48,5% dos funcionários estão acima da média para gordura corporal total e 37,5% com risco de doenças associadas a obesidade. Avaliando o consumo alimentar dos tipos de alimentos por mais de 5 vezes na semana, 31,5% consomem alimentos com açúcar, 8% salgados e lanches prontos, 64% de frutas e vegetais e 8% bebidas alcólicas. De alimentos saudáveis e não saudáveis 69% consomem frutas e 50% bebidas adoçadas.

Tabela1. Dados do consumo alimentar de alimentos saudáveis e não saudáveis

	Alimentos	Consumo no dia anterior
Marcadores de alimentação saudável	Feijão	<ul style="list-style-type: none"> • 33% não • 67% sim
	Frutas	<ul style="list-style-type: none"> • 31% não • 69% sim
	Verduras e/ou legumes	<ul style="list-style-type: none"> • 11% não • 89% sim
Marcadores de alimentação não saudável	Hambúrguer e/ou embutidos	<ul style="list-style-type: none"> • 75% não • 25% sim
	Bebidas adoçadas	<ul style="list-style-type: none"> • 50% não • 50% sim
	Macarrão instantâneo	<ul style="list-style-type: none"> • 95% não • 5% sim
	Biscoito recheado/guloseimas	<ul style="list-style-type: none"> • 70% não • 30% sim

Fonte: própria autora

Considerações

A maior parte dos funcionários da instituição presentes no nosso estudo apresentaram obesidade, com aumento de risco de doenças cardiovasculares e metabólicas. Em relação ao consumo alimentar, tiveram um aumento no consumo de açúcares.

Referências

Mussoi TD. *Avaliação Nutricional na Prática Clínica: Da Gestação ao Envelhecimento*. (2nd edição). Grupo GEN; 2023

Sampaio LR. Avaliação nutricional e envelhecimento. Rev Nutr [Internet]. 2004Oct;17(4):507–14. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1415-52732004000400010>

Gottlieb, T., & Winter, C. (2021). Estado nutricional de adultos atendidos em Estratégias de Saúde da Família de um município do Vale do Paranhana – RS. *Revista Da Associação Brasileira De Nutrição - RASBRAN*, 12(1), 88–103. <https://doi.org/10.47320/ras-bran.2021.1965>.