

## O ESTADO NUTRICIONAL E INFLUÊNCIA DA ERGONOMIA EM TRABALHADORES DE UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

**REBECA DOS SANTOS BELMONTE<sup>1</sup>; NATHALIA MATTIES MAAS<sup>2</sup>;**  
**MARISTELA NUNES SIQUEIRA<sup>3</sup>; GRAZIELE GUIMARÃES GRANADA<sup>4</sup>**

<sup>1</sup> Universidade Federal de Pelotas. Faculdade de Nutrição. Curso de Nutrição –  
beka\_belmonte@hotmail.com

<sup>2</sup>Universidade Federal de Pelotas. Faculdade de Nutrição. Curso de Nutrição –  
nathalia\_maas@yahoo.com.br

<sup>3</sup>Hospital Espírita de Pelotas - maristelasiqueira@uol.com.br

<sup>4</sup>Universidade Federal de Pelotas. Faculdade de Nutrição. Curso de Nutrição -  
grazigrang@gmail.com

### 1. INTRODUÇÃO

O trabalho em Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) envolve fatores como o número de operadores, tipo de alimento utilizado, técnicas de preparo e infra estrutura, como equipamentos e utensílios para produção com rapidez e conformidade do produto (MATOS; PROENÇA, 2003).

É uma atividade caracterizado por movimentos repetitivos, levantamento de peso excessivo e permanecia por períodos prolongados de postura em pé (MONTEIRO; SANTANA; DUARTE, 1997). São vários os riscos ocupacionais em que os funcionários são expostos: ruídos excessivos, umidade e calor, esforço físico intenso, postura inadequada, controle rígido da produtividade, jornadas de trabalho prolongadas, monotonia e repetição de tarefas (BRASIL, 1990).

TEIXEIRA (2003) cita que alguns movimentos trabalhistas reivindicam melhores condições de trabalho, com a finalidade de garantir o bemestar físico e mental dos trabalhadores. Além disso, o estado nutricional dos trabalhadores de UAN é outro fator que age na qualidade de vida dos trabalhadores. Pesquisas mostram o alto índice de sobrepeso nos funcionários que atuam em UAN, sugerindo inclusive, que esse aumento de peso corporal ocorra após o início da atividade nesse tipo de unidade, como consequência da natureza do trabalho acompanhada de uma mudança significativa de hábitos alimentares (SGNAOLIN apud PROENÇA, 1993). O excesso de peso, pode ainda, contribuir para tornar a atividade mais desgastante, gerando uma sobrecarga à coluna vertebral (MATOS et al., 1998).

Nesse sentido, surge a preocupação com a saúde dos colaboradores de UAN, na medida da conscientização de que as condições de trabalho e de saúde estão diretamente relacionadas com o desempenho e produtividade (MATOS; PROENÇA, 2003). Portanto, o objetivo desse estudo foi o de avaliar o estado nutricional e a influência da ergonomia em funcionários de uma UAN.

### 2. METODOLOGIA

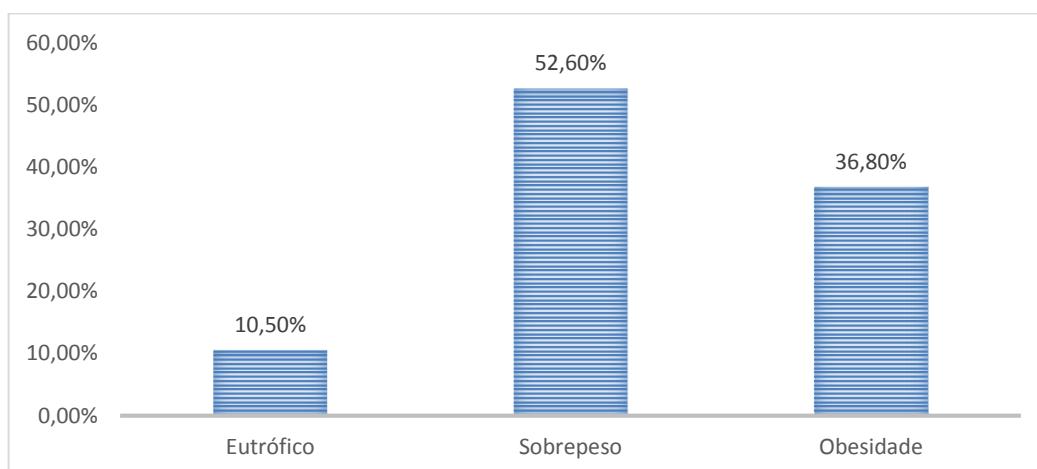
Trata-se de um estudo observacional descritivo realizado em uma UAN hospitalar do Município de Pelotas/RS. O estado nutricional dos funcionários foi avaliado através da medida de peso e estatura corporal, para a avaliação foi utilizado o Índice de Massa Corporal – IMC (peso/altura<sup>2</sup>), com os pontos de corte propostos pela Organização Mundial de Saúde (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 1995). Também foi perguntado aos funcionários se eles possuem algum tipo de lesão ou dor proveniente do trabalho.

Para a pesagem foi utilizada uma balança Welmy® com capacidade de 150 kg e precisão de 100g. E estadiometro acoplado a balança com divisão de 1mm e capacidade de 2 metros. O sexo foi avaliado, segundo observação. A avaliação não teve caráter obrigatório, ou seja, o funcionário poderia participar ou não. Os funcionários foram aferidos durante os dois turnos de trabalho, de modo que não atrapalhasse suas rotinas e após foi aplicada um questionário para saber se eles tinham algum tipo de dor ou lesão por repetição do trabalho. Foram avaliados também todos os setores, para que pudessem ser analisadas todas as atividades de trabalho.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A UAN analisada fornece cerca de 190 refeições por dia, incluindo café da manhã, almoço, lanche da tarde, jantar e ceia, além de refeições para funcionários e um cardápio diferenciado para uma ala particular.

Dentre 21 funcionários da UAN, 19 participaram, resultando em 90,4%. Dentre toda a equipe, apenas um funcionário é do sexo masculino. Entre eles 2 estavam com o estado nutricional adequado, 10 apresentaram sobrepeso e 7, obesidade. A figura 1 mostra a incidência do estado nutricional dos funcionários da UAN.



**Figura 1- Prevalência do estado nutricional no número de funcionários de uma UAN**

O gênero dos trabalhadores avaliados segue o padrão da maioria das UAN, onde predomina-se o sexo feminino. MATOS e PROENÇA (2003), em um trabalho semelhante, identificaram que 87,5% dos trabalhadores de uma UAN eram deste sexo.

Vários estudos encontram altos índices de excesso de peso em funcionários de UAN, o que corrobora com nosso estudo: Em estudo realizado com funcionários de uma UAN, foi encontrado eutrofia em 28,5% operadores e sobrepeso em 71,5% (MATOS; PROENÇA, 2003). Outro estudo que também avaliou funcionários de uma UAN hospitalar, encontrou 44% de eutrofia, 30% de sobrepeso e 26% de obesidade (PAIVA; CRUZ, 2009). Em uma avaliação com 52 funcionários de UAN do Vale do Itajaí, observou 69,2% de sobrepeso (SGNAOLIN *apud* PROENÇA, 1993).

O trabalho em UAN é caracterizado por movimentos repetitivos, levantamento de peso excessivo, permanência por períodos prolongados na postura em pé e modificação constante de procedimentos. Isso associado ao

excesso de peso pode agravar as condições de trabalho e trazer doenças musculares, visto que o desgaste dos ossos e músculos são maiores em pessoas com excesso de peso (PROENÇA, 1993).

Estudos mostram que colaboradores que se encontram com IMC acima de 25 relatam mais dores que aqueles que se encontram com o IMC dentro da faixa de eutrofia (LOURENÇO *et al.*, 2006).

Dos 19 funcionários, 13 relataram que possuíam dor ou lesão proveniente do trabalho, 5 falaram que não possuíam nenhum tipo de lesão ou dor e um funcionário não respondeu essa questão. Dentre as dores e lesões, dor no braço (47,6%), dor nas pernas e joelho (23,8%) e ombro (14,3%) foram as mais citadas.

O estresse ocupacional causa impacto negativo na saúde e no bem-estar dos empregados e, consequentemente, no funcionamento e na efetividade das organizações. Na economia, o impacto negativo dessa variável tem sido estimado com base na suposição e nos achados de que trabalhadores estressados diminuem seu desempenho e aumentam os custos das organizações com problemas de saúde, com o aumento do absenteísmo, da rotatividade e do número de acidentes no local de trabalho (JEX, 1998).

#### 4. CONCLUSÃO

Podemos concluir que o estado nutricional dos funcionários da UAN é considerado preocupante, pois a maioria se encontra com excesso de peso e associado ao esforço repetitivo, traz à tona as lesões e dores musculares, influenciando diretamente no trabalho, sendo necessário um esforço extra para a execução das rotinas.

Por isso é necessário que se faça uma conscientização sobre as consequências do excesso de peso e as possíveis comorbidades, que ele pode trazer aos funcionários, além de incentivo a prática de exercícios físicos e à alimentação saudável, de modo que esses valores possam ser diminuídos.

#### 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL, Ministério do Trabalho e emprego. Secretaria de Segurança e Medicina do Trabalho – SSMT. Norma Regulamentadora Número 17 – Ergonomia, Lei Nº 117.000-7, estabelecida pela Portaria 3.751 em 23 de novembro de 1990, Disponível em: [www.mte.gov.br/seg\\_sau/pub\\_cne\\_manual\\_nr17.pdf](http://www.mte.gov.br/seg_sau/pub_cne_manual_nr17.pdf). Acesso em: 09 mai 2015.

JEX, S. M. **Stress and job performance**. Londres: Sage, 1998.

LOURENÇO, M. S.; BERLANDO, C. D.; SILVA, E. F.; ROMANO, G. C.; KAWAGUCHI, J. R. Avaliação do perfil ergonômico e nutricional de colaboradores em uma unidade de alimentação e nutrição. XIII SIMPEP. Bauru, 06 a 08 de novembro de 2006.

MATOS, C.H.; PROENÇA, R. P. C. Condições de trabalho e estado nutricional de operadores do setor de alimentação coletiva: um estudo de caso. **Revista de Nutrição**, 16(4): 493 – 502, out/dez, 2003.

MATOS, C. H., PROENÇA, R. P. C., DUARTE, M. F. S., AULER, F. Posturas e movimentos no trabalho: um estudo cineantropométrico de uma unidade de

alimentação e nutrição hospitalar. In: Anais do 15º Congresso Brasileiro de Nutrição; 1998; Brasília. Brasília: Associação Brasileira de Nutrição; 1998. p.3

MONTEIRO, J. C.; SANTANA, A. M. C.; DUARTE, M. F. S. Análise de posturas no trabalho para entender a performance física do trabalhador do setor de carnes do restaurante universitário da UFSC. Anais do 4º Congresso Latino Americano de Ergonomia e 80º Congresso Brasileiro de Ergonomia. Florianópolis (SC), p. 400 – 406, 1997.

PAIVA, A.C.; CRUZ, A. A. F. Estado nutricional e aspectos ergonômicos de trabalhadores de UAN. **Revista Mineira de Ciências da Saúde**. Prata de Minas: UNIPAM, n. 1, v. 11, 2009.

PROENÇA, R. P. C. **Ergonomia e organização do trabalho em projetos industriais: uma proposta no setor de Alimentação Coletiva**. 1993. 143f. (Mestrado em Engenharia). Programa de PósGraduação em Engenharia de Produção, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis; 1993. Disponível em: <http://repositorio.ufsc.br/xmlui/handle/123456789/75889> Acesso em: 09 jul. 2015.

TEIXEIRA S. M. F. G. **Administração aplicada às Unidades de Alimentação e Nutrição**. 1ª ed. São Paulo. Editora Atheneu, 2003.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Physical Status: the use and interpretation of anthropometry**. Geneva, Switzerland:WHO, 1995. (WHO Technical Report Series, n. 854).1995.