



**SOBREPESO, OBSEDIDADE E HÁBITOS ALIMENTARES DE UM GRUPO DE
FUNCIONÁRIOS DE UM HOSPITAL LOCALIZADO NO MUNICÍPIO DE CAXIAS
DO SUL – RS**

Letícia Petrin^a, Mirella Kercher^a, Ana Lúcia Hoefel^{a*}

a) FSG Centro Universitário.

*Autor correspondente (Orientador)

Ana Lúcia Hoefel,

Endereço: Rua Os Dezoito do Forte, 2366 - Caxias do Sul - RS -

CEP: 95020-472

Palavras-chave:

Alimentação adulto, sobrepeso, obesidade, área hospitalar, hábitos alimentares.

INTRODUÇÃO/FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA: A alimentação é necessidade básica e influencia a qualidade de vida por sua relação com a manutenção, prevenção ou recuperação da saúde. A alimentação deve ser saudável, completa, variada, agradável ao paladar e segura para, assim, cumprir seu papel (ZANDONADI et al., 2007). A prevalência de excesso de peso e obesidade está aumentando em um ritmo alarmante em muitos países inclusive no Brasil. O aumento da prevalência de obesidade encontra explicações nas mudanças comportamentais ocorridas nas últimas décadas, sobretudo devido à alimentação inadequada e ao sedentarismo (GOMES et al., 2010). O sobrepeso e a obesidade são índices prognósticos importantes para agravos à saúde (OLIVEIRA et al., 2010; VILARINHO e LISBOA, 2010). Nos últimos anos, trabalhos realizados com funcionários de hospitais têm possibilitado um melhor reconhecimento dos diferentes fatores de risco que comprometem a saúde dos mesmos. Assim, o presente teve como objetivo avaliar os hábitos alimentares de funcionários de um hospital do Município de Caxias do Sul. **MATERIAL E MÉTODOS:** Trata-se de um estudo transversal de caráter observacional. Foram aplicados questionários sobre hábitos (alimentares e de rotina) e avaliação antropométrica (por meio do Índice de Massa Corporal -IMC) em funcionários de um hospital na Cidade de Caxias do Sul. A mensuração de peso e da estatura foi feita de acordo com o preconizado pela OMS e o IMC foi obtido através da fórmula $IMC = \text{peso}(\text{kg}) / \text{altura}^2(\text{m})$ e classificado de acordo com a OMS (WHO, 2006). Os funcionários foram selecionados aleatoriamente e de acordo com a disponibilidade no trabalho. **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** Participaram do estudo 25 funcionários, sendo dois (8%) homens e 23 (92%) mulheres; a idade variou entre 22 a 49 anos. Com

relação à classificação do IMC 36% da amostra apresentou sobrepeso ($IMC \geq 25kg/m^2$), sendo este mais prevalente nos homens (100%), 7 (30%) mulheres apresentaram sobrepeso, 3 (12%) apresentaram obesidade grau I ($IMC \geq 30kg/m^2$). É amplamente difundido na literatura que a obesidade é um forte fator de risco para DCV e síndrome Metabólica (SHERER E VIEIRA, 2010). Os resultados encontrados se assemelham a outro estudo semelhante no qual a prevalência de sobrepeso também foi elevada (OLIVEIRA e al. 2010). Prática de atividade física de forma regular associa-se com múltiplos benefícios à saúde (CUNHA et al., 2014). Neste estudo 40% dos participantes não realizam nenhum tipo de atividade física, 16% realizam sempre que possível e 44% quando lembram ou podem. Em estudo semelhante 41% dos profissionais realizavam algum tipo de atividade física (GUERRA et al., 2016). Já no estudo de Bottoli, Moraes e Goldmeier (2009) realizado com o mesmo perfil de trabalhadores, o sedentarismo foi referido por 55% do grupo de participantes. Com relação aos hábitos alimentares, 50% da amostra referiu consumo de alimentos congelados ou pré-preparados. A maior parte dos funcionários relatou não ter horário específico para refeições substituindo almoço ou jantar por lanches rápidos mais de duas vezes na semana. O consumo de guloseimas e industrializados mostrou-se prevalente em 99% da amostra. Em um estudo similar (VIRALINHO E LISBOA, 2010) 49,3% da amostra justificou a presença de hábitos ruins por falta de tempo. Estudos apontam que refeições realizadas fora do domicílio apresentam maiores quantidades de gorduras totais, gorduras saturadas e colesterol, quando comparadas com a alimentação preparada em casa (LIN, FRAZÃO E GUTHRIE, 1999). Vários estudos apontam que o ambiente e a organização do trabalho teriam uma participação no favorecimento de doenças através de mecanismos ligados ao estresse e a outras interferências sobre o padrão de estilo de vida (MEDINA, 2000), neste sentido, neste estudo 100% da amostra referiu mudanças de hábitos alimentares devido a rotina de trabalho e 50% referiu ter poucas horas livre para descanso e lazer. **CONCLUSÃO:** Assim, estes resultados apontam a importância do monitoramento nutricional destes funcionários, e a necessidade de ações de educação nutricional bem como de oficinas de preparo de alimentos saudáveis e de forma rápida, minimizando o impacto da realização de refeições fora de casa ou em locais pouco saudáveis.

REFERÊNCIAS

BOTTOLI C, MORAES MA, GOLDMEIER S. Fatores de risco cardiovasculares em trabalhadores de enfermagem em um centro de referência no sul do Brasil. Cienc Enferm. 2009;15(3):101-9.

CUNHA E SILVA D.C; LOURENÇO R.W; CORDEIRO R.C; CORDEIRO M.R.D. Análise da relação entre a distribuição espacial das morbidades por obesidade e hipertensão arterial para o estado de São Paulo, Brasil, de 2000 a 2010. Ciência & Saúde Coletiva, 19(6):1709-1719, 2014.

GOMES F et al., Obesidade e doença arterial coronariana: papel da inflamação vascular. Arq Bras Cardiol. 2010;94(2):273-9.

GUERRA, T.R.B et al., Perfil dos fatores de riscos cardiovasculares em profissionais de enfermagem. Revista Saúde em Foco, v. 1, n.2, 2016. Disponível em: <<https://smsrio.org/revista/index.php/revsf/article/view/181>>.

LIN, B; FRAZÃO, E; GUTHRIE, J. Away-from-home foods increasingly importante to quality of American diet. Washington DC: Food and Rural Economics Division, Economic Research Service; 1999

MEDINA MC. Proposta de estratégias de prevenção de doenças crônicas. São Paulo: Centro de Vigilância Epidemiológica Professor Alexandre Vranjac; 2000. 33 p.

OLIVEIRA, MAM et al., Relação de indicadores antropométricos com fatores de risco para doença cardiovascular. Arq Bras Cardiol. 2010;94(4):478-85.

SCHERER F, VIEIRA JLC. Estado nutricional e sua associação com risco cardiovascular e síndrome metabólica em idosos. Rev Nutr. 2010;23(3):347-55.

VILARINHO RMF, LISBOA MTL. Diabetes mellitus: fatores de risco em trabalhadores de enfermagem. Acta Paul Enferm. 2010;23(4):557-61.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Child Growth Standards: Methods and development: length/height – for-age, weight-for-age, weight-for-length, weight-for-height and body mass index-for-age. Geneva: WHO; 2006.

ZANDONADI, RP et al. Atitudes de risco do consumidor em restaurantes de autoserviço. Revista de Nutrição, vol. 20, n. 1, Campinas, jan.-fev. 2007.