



### 15º Seminário de Extensão

## **APRENDENDO A COMER MELHOR PARA VIVER MAIS: DESENVOLVENDO AÇÕES PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE DE COLABORADORES DE UNIDADES PRODUTORAS DE REFEIÇÕES (UPRS)**

#### **Autor(es)**

---

THAIS CARLETO  
VALÉRIA APARECIDA FERRATONE  
BRUNA DA SILVA RODRIGUES

#### **Orientador(es)**

---

LILIANE CORREA MAISTRO

#### **Apoio Financeiro**

---

FAE

#### **Resumo Simplificado**

---

O termo Unidade Produtora de Refeições (UPR) abrange as unidades dos segmentos de alimentação comercial e alimentação coletiva. A gestão dessas unidades envolve a elaboração de cardápios onde variáveis relacionadas aos alimentos e ao comensal devem ser consideradas. A importância da boa nutrição para os processos vitais já é reconhecida, destacando sua relevância para a prevenção e/ou tratamento de diversas enfermidades. Diversos estudos têm demonstrado que a alimentação fora de casa está sendo associada ao fenômeno da transição epidemiológica. Alguns autores e dentre eles Guthrie et al (2002) e Kant e Graubard (2004) citam que, na maioria dos países economicamente mais favorecidos da América Latina, verifica-se também a clássica transição epidemiológica para um padrão de morbimortalidade em que predominam as doenças cardiovasculares, o câncer e outras doenças crônico-degenerativas não transmissíveis. Sendo assim, o objetivo do presente estudo foi sensibilizar os colaboradores das UPR's parceiras para o tema da promoção da saúde visando atender as demandas de uma população trabalhadora, sob a hipótese de que os mesmos venham a desenvolver essas doenças, mesmo que em longo prazo, pois esses indivíduos possuem fácil acesso aos alimentos que preparam. Inicialmente utilizou-se um Questionário de Antropometria e Saúde para entrevistá-los, em seguida foi realizada a avaliação antropométrica para conhecer o diagnóstico de saúde e nutrição. Posteriormente focou-se nas intervenções voltadas para o cuidado da saúde e nutrição dos mesmos, onde a Instrução Programada foi um método utilizado, pois é uma estratégia facilitadora de aprendizagem que organiza e direciona o ensino e avalia a absorção do conteúdo apresentado. Dessa forma foi desenvolvida e entregue uma cartilha contendo os "Dez Passos para uma Alimentação Saudável" presente no Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde. Constatou-se que 52,4% dos participantes do estudo encontravam-se eutróficos, 9,5% com sobrepeso, 33,3% obesos, e 4,8% baixo peso. Além disso, 28,6% da amostra apresentaram risco para desenvolver doenças cardiovasculares, sendo que 19% apresentavam obesidade, fator que predispõe a esse risco. Em relação à devolutiva das questões da Instrução Programada, no primeiro e no terceiro passo, 7% e 21,4% dos participantes devolveram as questões e as dos demais passos foram entregues por 25%. Quanto ao número de acertos, no quinto e sétimo passos, 28,6% dos participantes erraram apenas umas das questões, no sexto passo, 14,3% erraram todas e em relação aos demais passos notou-se que houve 100% de acertos. Com base nos percentuais obtidos conclui-se que a cartilha e as questões foram adequadas à proposta do projeto, mas provavelmente a intervenção não foi eficaz, uma vez que as questões referentes ao primeiro passo foram entregues apenas por 7% dos envolvidos, as do terceiro

---

por 21% e o restante das questões por 25%, não sendo uma amostra considerável. Esse trabalho é de grande importância para esses colaboradores, pois, na situação de trabalho, fácil acesso aos alimentos e viabilidade, acabam consumindo alimentos industrializados e de maior facilidade no preparo, se esquecendo da importância e do prejuízo que isso traz para a saúde de modo geral.