

Avaliação do consumo alimentar e indicadores antropométricos de trabalhadores de turno alternante de uma empresa de mineração

LUIZ ANTONIO ALVES DE MENEZES JUNIOR (Autor), Jonathas Assis de Oliveira (Co-Autor), Virgínia Capistrano Fajardo (Co-Orientador), Silvia Nascimento de Freitas (Orientador)

Instituição de Ensino - Universidade Federal de Ouro Preto

Palavras Chaves:

alimentação; saúde; obesidade; trabalhadores; turno alternante

Resumo:

A crescente demanda por serviços ininterruptos, provocou um aumento na demanda do trabalho de turno. Esse tipo de trabalho provoca uma dessincronização dos ritmos circadianos e promove uma desregulação dos hormônios reguladores do apetite. Esses fatores associado a alteração do padrão alimentar devido a jornada laboral desses indivíduos, o tornam mais predispostos a desordens metabólicas e nutricionais. O objetivo do estudo foi avaliar consumo alimentar e indicadores de adiposidade corporal de trabalhadores de turno alternante. Estudo transversal realizado em 2015 com 232 trabalhadores de turno alternante do sexo masculino. Foi aplicado o recordatório 24 horas, e utilizou-se o software Virtual Nutri Plus versão 2.0 para análise nutricional. Para verificar a distribuição dos dados, aplicou-se o teste Kolmogorov-Smirnov, teste t para comparação das médias, e Mann-Whitney para medianas. Realizados com auxílio do programa PASW versão 18.0 ($p \leq 0,05$). Os trabalhadores apresentaram idade mediana de 38 anos, 71,6% apresentaram excesso de peso ($\text{IMC} > 25,0 \text{ kg/m}^2$), 71,7% tinham a circunferência da cintura (CC) elevada ($\text{CC} > 90\text{cm}$), e 79,7% apresentaram relação cintura estatura (RCEst) alterada ($\text{RCEst} > 0,5$). Em relação aos macronutrientes, pelo menos metade dos indivíduos consumiam carboidratos, lipídeos, proteínas, e sódio acima e valores de fibras abaixo do recomendado pela FAO/OMS (2003). Quando avaliado o consumo em relação aos parâmetros antropométricos, o consumo inadequado de carboidratos e gordura saturada, maiores do que o recomendado, assim como o consumo de fibras menor do que o recomendado, foi relacionado com maiores valores de RCEst e CC ($p < 0,05$). Foi encontrado relação do consumo inadequado de carboidratos, gordura saturada e fibras, com excesso de adiposidade corporal em dois dos três índices antropométricos avaliados. Portanto deve-se adotar mudanças no hábito alimentar, a fim de promover melhores condições de saúde nesse grupo de trabalhadores.

Publicado em:

- Evento: Encontro de Saberes 2017
- Área: CIÊNCIAS DA VIDA
- Subárea: NUTRIÇÃO