UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA

BRUNA SANTOS

AMBIENTE ALIMENTAR PERCEBIDO, PRÁTICAS ALIMENTARES E ESTADO NUTRICIONAL DOS FUNCIONÁRIOS DE UMA EMPRESA PRIVADA DE SANTA CATARINA

Palhoça

2019

BRUNA SANTOS

AMBIENTE ALIMENTAR PERCEBIDO, PRÁTICAS ALIMENTARES E ESTADO NUTRICIONAL DOS FUNCIONÁRIOS DE UMA EMPRESA PRIVADA DE SANTA CATARINA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Nutrição, da Universidade do Sul de Santa Catarina, como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel em Nutrição.

Orientadora: Isadora dos Santos Pulz, Me.

Palhoça

2019

AMBIENTE ALIMENTAR PERCEBIDO, PRÁTICAS ALIMENTARES E ESTADO NUTRICIONAL DOS FUNCIONÁRIOS DE UMA EMPRESA PRIVADA DE SANTA CATARINA

PERCEIVED FOOD ENVIRONMENT, FOOD PRACTICES AND NUTRITIONAL STATUS OF THE EMPLOYEES OF A PRIVATE COMPANY OF SANTA CATARINA

Bruna Santos. Graduanda em Nutrição. Universidade do Sul de Santa Catarina. Departamento de Nutrição. Palhoça, Santa Catarina, Brasil. E-mail: brunaadm_sc@hotmail.com.

Isadora dos Santos Pulz. Mestre em Nutrição. Doutoranda em Nutrição. Universidade do Sul de Santa Catarina. Departamento de Nutrição. Palhoça, Santa Catarina, Brasil. E-mail: isadorapulz@gmail.com. Autor para correspondência: Avenida Pedra Branca, 25, Cidade Universitária Pedra Branca, CEP 88137-270, Palhoça, SC.

Resumo:

Esta pesquisa objetivou caracterizar o ambiente alimentar percebido, as práticas alimentares e o estado nutricional de funcionários de uma empresa privada de Santa Catarina (SC). Estudo transversal e descritivo com 27 trabalhadores de uma empresa de alimentação saudável em Palhoça, SC. Foram aferidos a circunferência da cintura, peso e altura, e aplicado um questionário contendo o *Nutrition Environment Measures Survey Perceived* (NEMS-P), traduzido e adaptado, e o Instrumento de Avaliação das Práticas Alimentares de Estudantes Universitários (IPRAE), também adaptado. Os participantes tinham em média 30,3 anos de idade e trabalhavam 8 horas/dia. Por motivos de praticidade, custo e qualidade alimentar, 63% traziam comidas de casa para o trabalho. Cerca de 44% dos participantes realizavam refeições assistindo televisão ou utilizando aparelhos eletrônicos. Apesar da prática regular de atividade física, 37% apresentaram excesso de peso e destes, 30% foram classificados com risco aumentado para doenças cardiovasculares. Ainda que expressiva a prevalência de excesso de peso, a maioria julgou importante fazer escolhas saudáveis quando se alimentam em restaurantes, mesmo que custe mais caro. Este estudo contribuiu com dados sobre um ambiente alimentar percebido ainda não avaliado, e pode fomentar ações de saúde com os funcionários da empresa analisada, do ramo de alimentação saudável.

Palavras-chave: Ambiente alimentar. Práticas alimentares. Estado nutricional. Trabalhador.

Abstract:
This research aimed to characterize the perceived food environment, food practices and nutritional status of employees of a private company in Santa Catarina (SC). Transversal and descriptive research conducted with 27 workers from a healthy food company in Palhoça, SC. Waist circumference, weight and height were measured, and a questionnaire containing the Nutrition Environment Measures Survey Perceived (NEMS-P), translated and adapted, and the University Student Feeding Practices Assessment Instrument (IPRAE) were also adapted. Participants were on average 30.3 years old and worked 8 hours / day. For reasons of practicality, cost and food quality, 63% brought food from home to work. About 44% of them had meals watching television or using electronic devices. Despite the regular practice of physical activity, 37% were overweight and of these, 30% were classified as having an increased risk for cardiovascular diseases. While expressing the prevalence of overweight, most thought it important to make healthy choices when eating at restaurants, even if it costs more. This study contributed data on a perceived yet untested food environment, and can foster health actions with employees of the analyzed company from the healthy eating business.

Key-words: Food environment. Food Practices. Nutritional status. Workers.

Introdução

O processo de urbanização ocasionou diversas mudanças no estilo de vida da população, e dessa forma, o ambiente de residência ou profissional pode influenciar no acesso à alimentação saudável, tornando importante a avaliação do ambiente alimentar no qual os indivíduos estão inseridos (COSTA; OLIVEIRA; LOPES, 2015). O ambiente alimentar refere-se a uma estrutura dinâmica, caracterizada por fatores como disponibilidade, variedade, qualidade, preço e marketing, que determinam a acessibilidade dos indivíduos aos alimentos e bebidas (GLANZ et al., 2005), e pode contribuir para o aumento ou excesso de peso e outras doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), por influenciar nas práticas alimentares não saudáveis (PARTINGTON et al., 2015).

De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e estatística (IBGE), atualmente as DCNT constituem um problema de saúde pública relevante, por responderem por cerca de 70% das causas de morte no Brasil, e influenciarem na qualidade de vida dos indivíduos. Em

pesquisa realizada, o IBGE evidenciou associação entre DCNT, consumo abusivo de álcool, excesso de peso, níveis elevados de colesterol, baixo consumo de frutas e hortaliças, e sedentarismo na população brasileira (IBGE, 2013). De acordo com dados da pesquisa do Sistema de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (VIGITEL) a prevalência de excesso de peso na população brasileira passou de 43% (2006) para 54% (2017), sendo que em Florianópolis, capital de SC, passou de 41,2% 2006 para 49,8% (2017). (BRASIL, 2018).

Justifica-se este estudo pela influência que o ambiente alimentar de trabalho exerce na qualidade da alimentação, devido ao tempo que os trabalhadores passam nesse ambiente, e os escassos estudos com esta temática. Esta pesquisa objetiva caracterizar o ambiente alimentar percebido, as práticas alimentares e o estado nutricional em funcionários de uma empresa privada de Santa Catarina.

Método

Trata-se de um estudo transversal e descritivo com trabalhadores de uma empresa privada do ramo de alimentação saudável, localizada no município de Palhoça, SC. Contemplaram a amostra deste estudo 27 funcionários que aceitaram participar voluntariamente da pesquisa. Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética para Pesquisa com Seres Humanos da Universidade do Sul de Santa Catarina (CEP/UNISUL) (Parecer nº 3.206.545). Os participantes receberam todas as informações referentes à pesquisa por meio de um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (participantes idade ≥18 anos) e Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE) (participantes idade < 18 anos).

Foi aplicado um questionário em papel de auto preenchimento contendo dois instrumentos validados: o *Nutrition Environment Measures Perceived* (NEMS-P) (GREEN; GLANZ, 2015; e o Instrumento Para Avaliação das Práticas Alimentares de Estudantes Universitários (IPRAE) (ALBIERO, 2018), ambos com pequenas adaptações pela pesquisadora. Com estes instrumentos foram avaliados dados referentes aos últimos sete dias para: práticas alimentares, consumo de grupos de alimentos marcadores de alimentação saudável (MAS), consumo de grupos de alimentos marcadores de alimentação não saudável (MANS), influência na decisão de escolha, local de realização das refeições, hábitos alimentares e percepção de saúde.

Além do questionário, foram coletados dados de peso (kg), estatura (cm) e circunferência da cintura (CC). A coleta do peso foi realizada com uma balança digital da marca *Bioland*® com carga máxima de 150kg, e os indivíduos foram pesados com roupa leve,

pés descalços e unidos no centro da balança, eretos e com braços estendidos ao longo do corpo. Para medida da estatura, foi utilizado estadiômetro da marca *Sanny*®, os indivíduos ficaram descalços e com pés aproximados, em posição ereta e olhando à frente. Com os dados de peso e altura foi analisado o estado nutricional com o Índice de Massa Corporal (IMC), utilizando para classificação os parâmetros estabelecidos pela Organização Mundial da Saúde (OMS) (WHO, 2007) e pelo Ministério da Saúde Brasileiro (BRASIL, 2011). A CC foi aferida com fita métrica da marca Sescorf®, os indivíduos ficaram em pé, eretos, com abdômen relaxados, braços estendidos ao longo do corpo, e roupas afastadas da cintura.

A CC foi analisada com os pontos de cortes estabelecidos pela OMS (WHO, 2007). Todos os dados coletados foram tabulados em planilha do *Microsoft Excel* versão 2010® e analisados por estatística descritiva (média, desvio-padrão, frequências absolutas e relativas).

Resultados

Foram avaliados 27 funcionários, com média de idade de 30,3 ± 9,4 anos, que trabalhavam cerca de 8 ± 1,1 horas ao dia. Na tabela 1 está apresentada a caracterização da amostra.

Tabela 1. Caracterização sociodemográficas de funcionários de uma empresa privada de SC durante a última semana (n=27). Palhoça, 2019.

Em relação a realização das refeições, a maioria (89%) realizou o café da manhã em casa ou no trabalho com alimentos trazidos de casa. Cerca de 74% dos participantes faziam o almoço em casa ou no trabalho com refeições trazidas de casa. Os demais (26%) almoçavam no entorno do local de trabalho. Aproximadamente 63% realizavam os lanches no local de trabalho ou no entorno. Quanto ao jantar, a maioria (70%) relatou fazer esta refeição em casa. Os trabalhadores gastavam em média, R$ 12,19 reais na refeição almoço, e R$ 7,65 reais no lanche da manhã ou da tarde. Sobre o consumo de alimentos açucarados, a maioria (70%) consumiu bebidas industrializadas açucaradas na última semana e 85% dos entrevistados consumiram doces e/ou guloseimas. O consumo de salgados fritos esteve presente pelo menos um dia da semana em 44% das refeições e o consumo de alimentos tipo fast-food esteve presente na alimentação de 63% dos trabalhadores. Dos participantes entrevistados, 19% relataram ter consumido verduras e legumes diariamente e 37% consumiram frutas frescas em mais de quatro dias na semana. As práticas alimentares dos participantes estão apresentadas na Tabela 2.

Tabela 2. Análise das práticas alimentares de funcionários de uma empresa privada de SC na última semana (n=27). Palhoça, 2019.

Quando avaliado o IMC, identificou-se uma média de 24,9 ± 4,7 kg/m^2, o limite da eutrofia para excesso de peso. Os mesmos apresentaram uma circunferência da cintura média de 80,8 ± 12,3cm. Os dados do estado de saúde podem ser visualizados na Tabela 3.

Dentre os principais motivos em trazer alimentos de casa para consumir no trabalho, foram citados: conveniência e praticidade (48%), baixo custo (37%), qualidade e alimentos mais saudáveis (33%), e motivação para planejar e organizar a refeição (22%). Além disso, os alimentos mais consumidos pelos funcionários foram: frutas frescas (52%), barras de cereal/proteína (41%), chás de infusão em sachês/ervas secas (30%), biscoitos ou bolos caseiros (22%), oleaginosas (22%), doces (22%), iogurte (15%), café (15%), biscoitos ou bolos industrializados (15%).

Aproximadamente 19% da amostra referiram frequentar os restaurantes no entorno local de trabalho nos finais de semana, por residirem próximos ao local de trabalho. Quanto ao deslocamento, todos (100%) se deslocavam por menos de 10 minutos a pé até os estabelecimentos de alimentação (lanchonetes, padarias ou cafeterias) e (96%) até os restaurantes.

Analisando as informações relacionadas ao estado de saúde, 96% dos funcionários referiram não fazer uso de cigarros, e 70% consideraram seu estado de saúde como excelente, ótimo ou bom. Os praticantes de atividade física representam 74% dos participantes, classificados como ativos ou moderadamente ativos. Quando questionados sobre a qualidade dos alimentos, 96% responderam se sentir muito preocupado ou um pouco preocupado com a qualidade dos alimentos, sendo que apenas um participante respondeu não sentir preocupação com a qualidade da alimentação.

Tabela 3. Análise do Estado de saúde de funcionários de uma empresa privada de SC (n=27). Palhoça, 2019.

O consumo regular de alimentos ultraprocessados na última semana, não foi referido pelos trabalhadores. Porém, podemos visualizar no gráfico (1) o consumo de 1 a 3 dias na semana, dos alimentos: salsichas (41%), presunto ou mortadela (37%), biscoitos (33%), linguiças (30%), pizza pronta (30%), barra de cereal (30%) e salgadinho de pacote (30%).

Gráfico 1: Análise do consumo de alimentos ultraprocessados de funcionários de uma empresa privada de SC durante a última semana (n=27). Palhoça, 2019.

Ao analisar o ambiente alimentar percebido, os trabalhadores relataram serem importantes fatores para a decisão de compra de alimentos, o restaurante próximo ou no caminho do local onde costuma ir (81%), a qualidade dos alimentos (81%) e gosto dos alimentos (74%). Os alimentos localizados próximos do caixa foram considerados escolhas impulsivas por 77% dos avaliados. As demais informações a respeito do ambiente alimentar percebido podem ser analisadas na Tabela 4.

Tabela 4. Ambiente alimentar percebido por funcionários de uma empresa privada de SC nos estabelecimentos que costumam frequentar (n=27). Palhoça, 2019.

Discussão

Este estudo analisou o ambiente alimentar percebido, práticas alimentares e estado nutricional de 27 funcionários de uma empresa privada do ramo de alimentação saudável, localizada no município de Palhoça, SC. Observou-se que a maioria dos participantes eram mulheres jovens, trabalhando em média 8 horas por dia, com ensino superior completo ou pós-graduação. Segundo dados do IBGE, 54% da população no Brasil é economicamente ativa, com 48% da população trabalhando cerca de 8 horas ao dia (40 a 44 horas semanais). (IBGE, 2014).

Foi identificada uma baixa presença dos funcionários aos restaurantes e lanchonetes próximo do local de trabalho, e a maioria sinalizou a necessidade de melhoria do ambiente alimentar no entorno. Dados semelhantes foram evidenciados em um estudo realizado por Schneider e Venzke (2017) com trabalhadores no Rio Grande do Sul, que constataram que mais da metade dos participantes realizavam suas refeições em casa ou trariam de casa comer no trabalho.

O consumo regular de frutas, alimentos integrais e pescados foi referido pela maioria dos participantes, porém não foi observado o consumo diário desses alimentos. A prevalência no consumo de frutas foi superior ao observado no inquérito VIGITEL (BRASIL, 2018), que evidenciou um baixo consumo de frutas e hortaliças (36%) da população adulta de Florianópolis. Tal fato pode ter ocorrido pelo motivo dos funcionários trabalharem em uma empresa de alimentação saudável, que de alguma forma estimula bons hábitos alimentares. O

ambiente de trabalho é reconhecido como um local estratégico de promoção da saúde e alimentação saudável. A Organização Mundial da Saúde (OMS) considera que o local de trabalho deve dar a oportunidade e estimular os trabalhadores a fazerem escolhas saudáveis (WHO, 2004).

Menos da metade dos funcionários realizavam suas refeições enquanto trabalhavam, assistiam televisão ou faziam uso de tablete/celular. De acordo com as recomendações propostas pelo Guia Alimentar para População Brasileira (GAPB) (BRASIL, 2014), é importante a realização das refeições em locais confortáveis e tranquilos, onde não haja estímulos para consumo de quantidades ilimitadas de alimentos, além de evitar realizar as refeições na mesa de trabalho e próximo a telefones celulares e televisão.

Com relação à percepção de saúde, a maioria dos participantes se auto avaliaram com saúde boa a excelente. Estes dados vão ao encontro dos achados da Pesquisa Nacional de Saúde (PNS) realizada em 2013 no Brasil, na qual 66% da população avaliaram sua saúde como boa ou muito boa (IBGE, 2013). A prática regular de atividade física e a baixa prevalência de uso de cigarro entre os funcionários avaliados, podem instigar esta auto avaliação positiva do estado de saúde. Daal'agnol e Borjes (2012) encontraram resultados semelhantes em sua pesquisa realizada em Chapecó (SC), onde 95% dos trabalhadores não faziam uso de cigarros e 89% avaliaram seu estado de saúde de bom a ótimo.

No presente estudo, mais de um terço dos participantes apresentaram excesso de peso, e destes, a maioria foi classificado com risco aumentado para doenças cardiovasculares devido a circunferência da cintura elevada. Dados do VIGITEL evidenciam um acréscimo de 11% na prevalência de excesso de peso na população brasileira desde 2006 (BRASIL, 2018). Tal resultado foi semelhante ao encontrado por Santos et al. (2013), em pesquisa realizada com trabalhadores no estado de São Paulo, onde 61% dos trabalhadores foram classificados com sobrepeso. Segundo Gonçalves et al. (2016), o excesso de peso no ambiente de trabalho diminui a produtividade e aumenta o absenteísmo e lesões ocupacionais. Na maioria dos países e em especial no Brasil, a frequência da obesidade vem aumentando rapidamente e de modo semelhante, evoluem outras DCNT relacionadas ao consumo excessivo de calorias (BRASIL, 2014).

Esta prevalência do excesso de peso nos funcionários pode ser justificada pelo consumo semanal de doces, fast-food e bebidas açucaradas. Apesar dos funcionários relatarem o consumo de frutas no ambiente de trabalho em alguns dias da semana, menos de um quarto dos trabalhadores consomem frutas diariamente. O GAPB recomenda a ingestão de três ou mais porções de frutas diariamente, por serem alimentos ricos em vitaminas, minerais

e fibras e contribuírem para a proteção da saúde e diminuição do risco de várias doenças. (BRASIL, 2014).

Por se tratar de uma empresa de alimentação saudável cuja missão é levar o que há de melhor na natureza em termos de alimento para o consumidor externo, algumas ações para conscientizar os funcionários sobre a importância de uma alimentação equilibrada podem ser adotadas. A empresa disponibiliza aos funcionários a prática de yoga uma vez na semana, porém, podem ser adotadas medidas para prevenção e diminuição do excesso de peso, bem como, estimular o aumento do consumo de alimentos saudáveis como frutas, verduras e diminuição de alimentos açucarados. Tais medidas podem incluir descontos em academias, acompanhamento com nutricionistas, aulas de bem-estar, e incentivo a prática de atividades coletivas, como caminhadas e trilhas ao ar livre.

Como limitações do presente estudo, cita-se a escolha por conveniência de uma única empresa para realização do estudo. No entanto, os trabalhadores residem em diferentes cidades, possuem variações de idades, de ambos os sexos, podendo representar diferentes contextos. Destaca-se como ponto forte a realização da pesquisa em um público ainda não avaliado, com levantamento de dados sobre o ambiente alimentar percebido, hábitos alimentares e estado de saúde de trabalhadores de uma empresa privada, podendo sinalizar aos gestores da empresa uma possível necessidade de intervenção e melhorias no ambiente, que poderão fomentar práticas mais saudáveis aos trabalhadores que passam cerca de 1/3 do seu tempo diário na empresa.

Conclusão

Os resultados obtidos neste estudo contribuíram para caracterizar o ambiente alimentar percebido, práticas alimentares e estado nutricional dos funcionários de uma empresa privada em SC. Foi observado um alto índice de excesso de peso, baixo consumo de frutas e verduras diariamente e a prática semanal no consumo de salgados fritos, bebidas açucaradas, doces e fast-food entre os trabalhadores. Destaca-se positivamente, prática regular de atividade física, a preocupação com a qualidade dos alimentos, bem como consumo semanal de alimentos integrais, pescados e frutas e a baixa prevalência de tabagismo.

Sugere-se a realização de estudos semelhantes em outras empresas e ramos variados, para constatar se esta foi uma realidade específica do local analisado, ou se a mesma estende-se para outros ambientes. Além disso, a promoção de estratégias de educação nutricional para os trabalhadores poderiam contribuir para um estilo de vida saudável, favorecendo a saúde dos trabalhadores e garantir aumento da produtividade no ambiente de trabalho.

Este estudo pode sinalizar aos gestores uma possível necessidade de intervenção e ações de promoção de saúde que fomentem práticas alimentares mais saudáveis nesta população. Além disso, a pesquisa contribuiu para minimizar a escassez de estudos sobre ambiente alimentar organizacional no país.

Referências

ALBIERO, K.A. **Instrumento para avaliação das práticas alimentares de estudantes universitários.** Programa de Pós-graduação em Nutrição. Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC. Dissertação de Mestrado. Florianópolis, 2018.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Orientações para coleta e análise de dados antropométricos em serviços de saúde:** norma técnica do sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional - SISVAN**.** Brasília: Ministério da Saúde, 2011. Disponível em: <http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/orientacoes_coleta_analise_dados_antropometricos.pdf>. Acesso em: 12 de out. 2018.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde**, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed., 1. reimpr. – Brasília: Ministério da Saúde, 2014. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf>. Acesso em: 22 set. 2018.

_____. Ministério da Saúde. **Vigitel:** Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico. Brasília: Ministério da Saúde, 2018. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/vigitel_brasil_2017_vigilancia_fatores_riscos.pdf>. Acesso em: 01 set. 2018.

COSTA, B. V. L; OLIVEIRA, C. D. L; LOPES, A. C. S. Ambiente alimentar de frutas e hortaliças no território do Programa da Academia da Saúde. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 31, p. 1-11, 2015. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-311X2015001300159&script=sci_arttext&tlng=pt>. Acesso em: 01 set. 2018.

DALL'AGNOL, P; BORGES, L. C. Avaliação do estado nutricional e de saúde de funcionários de uma empresa conveniada ao programa de alimentação do trabalhador (PAT), no município de Chapecó – SC. **UNIEDU**: 2012. Disponível em: http://www.uniedu.sed.sc.gov.br/wp-content/uploads/2013/10/Patricia-Dallagnoll.pdf. Acesso em: 01 jun. 2019.

GLANZ, K. et al. Healthy Nutrition Environments: Concepts and Measures. **American Journal of Health Promotion,** v. 19, p. 330-333, 2005. Disponível em: <http://journals.sagepub.com/doi/10.4278/0890-1171-19.5.330>. Acesso em: 08 set. 2018.

GONÇALVES, E.C. et al. Overweight and factors associated in civil servants from Southern Brazil. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano,** v. 18, p. 277, 2016.

GREEN, S.H; GLANZ, K. Development of the perceived nutrition environment measures survey. **American Journal of Health Promotion,** v. 49, p. 50-61, 2015. Disponível em: <https://www.ajpmonline.org/article/S0749-3797(15)00054-9/fulltext>. Acesso em: 22 set. 2018.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA – IBGE. **Pesquisa Nacional de Saúde 2013:** Percepção do estado de saúde, estilos de vida e doenças crônicas. Brasil, grandes regiões e unidades da federação. Rio de Janeiro: IBGE, 2014. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv94074.pdf>. Acesso em: 08 set. 2018.

PARTINGTON, S.N. et al. Reduced-Item Food Audits on the Nutrition Environment Measures Surveys. **American Journal of Preventive Medicine**, p. 22-33, 2015. Disponível em: <http://www.med.upenn.edu/nems/docs/2015-PartingtonNEMS-brief>. Acesso em: 01 set. 2018.

SANTOS, J. et al. Excesso de peso em funcionários de unidades de alimentação e nutrição de uma universidade do Estado de São Paulo. **EINSTEIN**, p. 486-491, 2013.

SCHNEIDER, C.A; VENZKE, J. G. Perfil nutricional de trabalhadores de uma empresa de informática no sul do Brasil. **Revista Caderno Pedagógico,** v. 14, p. 195-206, 2017.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). De O.M.et al. **Development of a WHO growth reference for school-aged children and adolescents**. Bulletin of the World Health Organization; 85: 660-667, 2007.

_____. Global Strategy on diet, physical activity and health, 2004. **Food Nutr Bull**. 2004;25:292-302.

ILUSTRAÇÕES

Tabela 1. Caracterização sociodemográficas de funcionários de uma empresa privada de SC durante a última semana (n=27). Palhoça, 2019.

Dados sociodemográficos	**n**	**%**
Idade (anos completos)		
Menor de 18	1	3,7
18 a 22 anos	5	18,5
23 a 27 anos	3	11,1
28 a 32 anos	10	37,0
33 a 37 anos	2	7,4
38 a 42 anos	2	7,4
43 a 47 anos	2	7,4
48 ou mais	2	7,4
Sexo		
Feminino	17	63,0
Masculino	10	37,0
Cargo na empresa		
Expedição	7	25,9
Marketing	7	25,9
Comercial	3	11,1
Direção	3	11,1
Financeiro	2	7,4
Regulação	2	7,4
Atendimento ao Consumidor (SAC)	2	7,4
Comércio Exterior	1	3,7
Carga horária de trabalho/dia		
4 horas	1	3,7
8 horas	19	70,4
9 horas ou mais	7	25,9
Grau de escolaridade		
Ensino médio completo	5	18,5
Ensino médio incompleto	1	3,7
Ensino superior completo	6	22,2
Ensino superior incompleto	4	14,8
Pós-graduação	11	40,7
Com quem mora		
Com pais	9	33,3
Com parentes	1	3,7
Com companheiro(a) ou esposo(a)	14	51,9
Sozinho(a)	2	7,4
Com amigos	1	3,7
Estado civil		
Solteiro(a)	15	55,6
Casado(a) / morando com companheiro(a) / união estável	14	51,9
Renda familiar		
De R$ 954,00 a R$ 2.861,99	2	7,4
De R$ 2.862,00 a R$ 4.769,99	6	22,2
De R$ 4.770,00 a R$ 9.539,99	9	33,3
De R$ 9.540,00 a R$ 14.309,99	5	18,5

Acima de R$ 14.310,00	2	7,4
Não soube / Não respondeu	3	11,1
Total	27	100,0

Tabela 2. Práticas alimentares de funcionários de uma empresa privada de SC durante os últimos sete dias (n=27). Palhoça, 2019.

Práticas alimentares na última semana	n	%
Alimentação durante a semana no local de trabalho		
Consumo em restaurantes		
Nenhum dia	11	40,7
1 a 2 dias	8	29,6
3 a 4 dias	4	14,8
Todos os dias úteis	4	14,8
Consumo em lanchonetes, padarias ou cafeterias		
Nenhum dia	9	33,3
1 a 2 dias	11	40,7
3 a 4 dias	6	22,2
Todos os dias úteis	1	3,7
Trouxe alimentos de casa		
Nenhum dia	10	37,0
1 a 2 dias	1	3,7
3 a 4 dias	8	29,6
Todos os dias úteis	8	29,6
Necessidade de melhoria do ambiente alimentar no entorno		
Sim	18	66,7
Não	9	33,3
Características da alimentação		
Realização de café da manhã		
Não realizou café da manhã	2	7,4
De 1 a 3 dias	4	14,8
4 a 6 dias	6	22,2
Todos os dias	15	55,6
Realização de lanche da manhã ou da tarde		
Não realizou lanche da manhã ou da tarde	6	22,2
De 1 a 3 dias	6	22,2
4 a 6 dias	10	37,0
Todos os dias	5	18,5
Realização de almoço		
Não realizou almoço	-	-
De 1 a 3 dias	1	3,7
4 a 6 dias	1	3,7
Todos os dias	25	92,6
Substituição do almoço por lanches		
Não substituiu almoço por lanches	20	74,1
De 1 a 3 dias	6	22,2
4 a 6 dias	1	3,7
Todos os dias	-	-
Realização de janta		
Não realizou janta	5	18,5
De 1 a 3 dias	6	22,2
4 a 6 dias	7	25,9
Todos os dias	9	33,3
Substituição do jantar por lanches		
Não substituiu jantar por lanches	9	33,3

De 1 a 3 dias	15	55,6
4 a 6 dias	1	3,7
Todos os dias	2	7,4
Comer quando está trabalhado, assistindo TV ou utilizando computador / celular		
Não comeu usando aparelhos eletrônicos	8	29,6
De 1 a 3 dias	7	25,9
4 a 6 dias	4	14,8
Todos os dias	8	29,6
Consumo de água		
Não bebeu água	-	-
Menos de 500ml	1	3,7
De 500ml até 1l	8	29,6
Mais de 1l até 1,5l	6	22,2
Mais de 1,5l até 2l	4	14,8
Mais de 2L	8	29,6
Consumo de bebidas industrializadas açucaradas		
Não consumiu bebidas açucaradas	8	29,6
De 1 a 3 dias	13	48,1
4 a 6 dias	5	18,5
Todos os dias	1	3,7
Consumo de bebidas industrializadas diet/light/zero		
Não consumiu bebidas industrializadas diet/light/zero	18	66,7
De 1 a 3 dias	8	29,6
4 a 6 dias	1	3,7
Todos os dias	-	-
Consumo de doces ou guloseimas		
Não consumiu doces ou guloseimas	2	7,4
De 1 a 3 dias	16	59,3
4 a 6 dias	7	25,9
Todos os dias	2	7,4
Consumo de leguminosas		
Não consumiu leguminosas	2	7,4
De 1 a 3 dias	14	51,9
4 a 6 dias	9	33,3
Todos os dias	2	7,4
Consumo de salgados fritos		
Não consumiu salgados fritos	15	55,6
De 1 a 3 dias	10	37,0
4 a 6 dias	2	7,4
Todos os dias	-	-
Consumo de legumes ou verduras		
Não consumiu legumes ou verduras	2	7,4
De 1 a 3 dias	10	37,0
4 a 6 dias	10	37,0
Todos os dias	5	18,5
Consumo de frutas frescas ou salada de frutas		
Não consumiu frutas frescas ou salada de frutas	3	11,1
De 1 a 3 dias	14	51,9
4 a 6 dias	5	18,5

Todos os dias	5	18,5
Consumo de alimentos fast-food		
Não consumiu alimentos fast-food	8	29,6
De 1 a 3 dias	17	63,0
4 a 6 dias	2	7,4
Todos os dias	-	-
Consumo de alimentos integrais		
Não consumiu alimentos integrais	6	22,2
De 1 a 3 dias	10	37,0
4 a 6 dias	8	29,6
Todos os dias	3	11,1
Consumo de carnes vermelhas		
Não consumiu carnes vermelhas	3	11,1
De 1 a 3 dias	6	22,2
4 a 6 dias	9	33,3
Todos os dias	3	11,1
Consumo de aves		
Não consumiu aves	5	18,5
De 1 a 3 dias	17	63,0
4 a 6 dias	3	11,1
Todos os dias	2	7,4
Consumo de pescados		
Não consumiu pescados	10	37,0
De 1 a 3 dias	15	55,6
4 a 6 dias	2	7,4
Todos os dias	-	-
Total	27	100,0

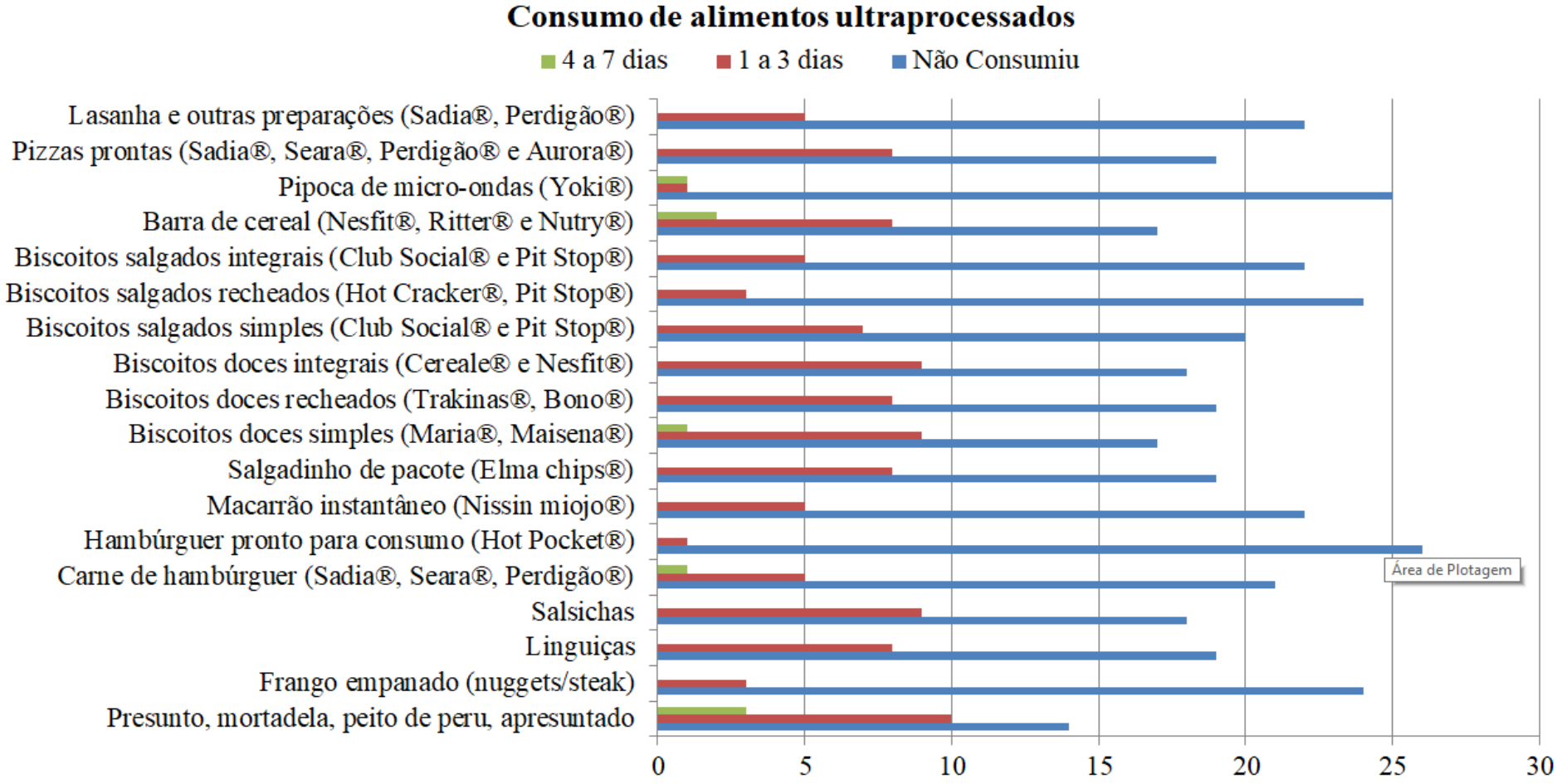
Tabela 3. Estado de saúde de funcionários de uma empresa privada de SC durante a última semana (n=27). Palhoça, 2019.

Estado de saúde	n	%
Percepção de saúde		
Ruim	1	3,7
Razoável	7	25,9
Boa	3	11,1
Muito boa	13	48,1
Excelente	3	11,1
Uso de cigarros		
Sim, eu atualmente fumo	1	3,7
Não, mas costumava fumar	2	7,4
Não, eu nunca fumei	24	88,9
Nível de atividade física		
Nem um pouco ativo	7	25,9
Moderadamente ativo	16	59,3
Muito ativo (no mínimo 5 dias na semana)	4	14,8
Estado nutricional		
Eutrófico	17	63,0
Sobrepeso	5	18,5
Obesidade	5	18,5
Circunferência da cintura		
Normal	19	70,4
Risco aumentado para doenças cardiovasculares	8	29,6
Preocupação em ter dinheiro para compra de alimentos saudáveis		
Nunca	2	7,4
Algumas vezes	15	55,6
Frequentemente	4	14,8
Quase o tempo todo	6	22,2
Preocupação com qualidade dos alimentos		
Não muito preocupado	1	3,7
Um pouco preocupado	15	55,6
Muito preocupado	11	40,7
Realização de método para perda de peso		
Sim	18	66,7
Não	9	33,3
Resultados do método para perda de peso		
Perdi tudo o que queria perder e mantive isso	5	18,5
Perdi parte do que queria perder e mantive	7	25,9
Perdi peso, mas ganhei um pouco de volta	2	7,4
Perdi peso, mas ganhei tudo de volta	3	11,1
Não perdi peso	1	3,7
Total	27	100,0

Tabela 4. Ambiente alimentar percebido por funcionários de uma empresa privada de SC nos estabelecimentos que costumam frequentar (n=27). Palhoça, 2019.

Ambiente alimentar percebido	**Categorias de respostas (%)**	
Critérios para decisão de compra	**Pouco importante**	**Importante**
Próximo do local de trabalho	44%	56%
Próximo ou no caminho dos locais onde você costuma ir	18%	81%
Loja de amigos ou parentes	100%	0%
Qualidade dos alimentos	19%	81%
Preços dos alimentos	33%	67%
Acesso de transporte público	93%	7%
Gosto	26%	74%
Qualidade nutricional	37%	63%
Custo	41%	59%
Conveniência	55%	44%
Controle de peso corporal	67%	33%
Facilidade de compra	**Fácil**	**Difícil**
Frutas e vegetais frescos	89%	11%
Carnes magras (aves, peixes, carne vermelha e suína com pouca gordura)	93%	7%
Salgados e outros lanches	96%	4%
Opções assadas, não fritas	78%	22%
Refrigerante, suco e chá industrializado	100%	0%
Hábitos de compra	**Discordo**	**Concordo**
As notícias me estimulam a comprar alimentos saudáveis.	41%	59%
Costumo comprar alimentos que estão localizados próximo ao caixa.	77%	22%
Os alimentos não saudáveis geralmente estão próximos do fim do corredor.	59%	40%
Eu costumo compras alimentos que estão no nível dos olhos nas prateleiras	33%	66%
Há muitas propagandas que me estimulam a comprar alimentos não saudáveis	56%	44%
Eu vejo as informações nutricionais dos alimentos embalados	30%	70%
Os alimentos próximos do caixa são escolhas impulsivas.	22%	77%
Existem muitas opções saudáveis no restaurante	30%	70%
É difícil encontrar uma opção saudável quando se come no restaurante	63%	37%
É fácil encontrar frutas e vegetais no restaurante	29%	71%
É importante para mim fazer uma escolha saudável quando vou comer em restaurante	26%	74%
O restaurante fornece informações nutricionais (como conteúdo calórico)	81%	19%
Custa mais caro comprar as opções saudáveis	26%	74%
O menu ou buffet destaca as opções saudáveis do restaurante	74%	26%

Gráfico 1: Consumo de alimentos ultraprocessados de funcionários de uma empresa privada de SC durante a última semana (n=27). Palhoça, 2019.



ANEXO - A

Normas da Revista Saúde e Sociedade

ISSN 0104-1290 *versão impressa*
ISSN 1984-0470 *versão on-line*

INSTRUÇÕES AOS AUTORES

- Escopo e política
- Preparação de manuscritos
- Envio do material

Escopo e política

Política editorial

A revista Saúde e Sociedade veicula produção científica de caráter crítico e reflexivo relacionada ao campo da saúde pública/coletiva. Tem por objetivo adicional socializar novas abordagens. Acolhe, ainda, a produção técnica que divulgue resultados de trabalhos em instituições com atuação em saúde pública/coletiva que consubstanciem uma contribuição relevante para o avanço do debate sobre temas desafiadores.

Serão particularmente valorizados artigos que priorizem a interface da saúde com as ciências sociais e humanas.

Áreas de interesse

Desde sua criação, em 1992, **Saúde e Sociedade** tem publicado trabalhos de diferentes áreas do saber que se relacionam à saúde pública/coletiva. Pretende abarcar a produção de diferentes ramos das ciências humanas e sociais, tanto a produção científica e teórica, como a referente às propostas de intervenção e prática institucional.

Tipos de artigos

Todos os tipos de manuscrito devem obedecer rigorosamente às regras de apresentação disponíveis no item "Preparação de manuscritos", assim como no item "Ética em publicação científica e política de plagiarismo".

Saúde e Sociedade publica matérias inéditas de natureza reflexiva, de pesquisa e atualização do conhecimento, sob a forma de:

a) *Artigos* - textos analíticos resultantes de pesquisas originais teóricas ou empíricas referentes a temas de interesse para a revista (até seis mil palavras);

b) *Ensaios* - textos baseados em discussões teóricas, metodológicas ou temáticas que tragam aspectos inovadores ou problematizem questões em pauta no campo de interesse da revista (até sete mil palavras);

c) *Relatos de experiências* - nas áreas de pesquisa, ensino e prestação de serviços de saúde

(até seis mil palavras);

d) *Comentários* - textos curtos em reação à matéria já publicada pela revista, oferecendo informações complementares, contribuições ou críticas respeitosas e construtivas, de modo a alimentar o debate acadêmico e técnico da produção do campo - ao indicar a modalidade da matéria no sistema Scholar, favor identificá-la como *Letter to the Editor* (até mil palavras); e

e) *Entrevistas* - Depoimentos de personalidades ou especialistas da área visando, quer a reconstrução da história da saúde pública/coletiva, quer a atualização em temas de interesse da revista (até seis mil palavras).

- *Dossiês* - textos ensaísticos ou analíticos resultantes de estudos ou pesquisas originais sobre tema indicado pelos editores e a convite deles;
- *Editoriais* - textos temáticos de responsabilidade dos editores ou de pesquisadores convidados (até duas mil palavras);
- Comentários curtos, notícias ou críticas de livros publicados e de interesse para a área, a convite do corpo editorial;
- *Anais* - de congressos e de outros eventos científicos pertinentes à linha editorial da Revista, a convite dos editores.

Procedimentos de avaliação por pares

Na seleção de artigos para publicação, avalia-se o mérito científico do trabalho e sua adequação às normas editoriais adotadas pela revista. Todo texto enviado para publicação é submetido a uma pré-avaliação pelo Corpo Editorial. Uma vez aprovado, é encaminhado à revisão por pares (no mínimo dois pareceristas *ad hoc*). Tanto a identidade dos autores como a dos pareceristas é mantida em sigilo. O material será devolvido ao(s) autores caso os pareceristas sugiram mudanças e/ou correções. Em caso de divergência de pareceres, o texto será encaminhado a um terceiro parecerista para arbitragem. A decisão final sobre o mérito do trabalho é de responsabilidade do Corpo Editorial (editores, editores associados e editores associados *ad hoc*).

Os textos são de responsabilidade dos autores, não coincidindo necessariamente com o ponto de vista dos editores e do Corpo Editorial da revista.

Do ineditismo do material

O conteúdo dos artigos enviados para publicação não pode ter sido publicado anteriormente ou encaminhado simultaneamente a outro periódico. Os artigos já publicados na *Saúde e Sociedade*, para serem publicados em outros locais, ainda que parcialmente, necessitam de aprovação por escrito por parte dos Editores e neles deverá constar a informação de que o texto foi publicado anteriormente na revista Saúde e Sociedade, indicando o volume, número e ano de publicação.

Ética em publicação científica e política de plagiarismo

A constatação da ocorrência de plágio implica em exclusão imediata do sistema de avaliação.

Saúde e Sociedade tem como referência os princípios de conduta e a política de plagiarismo elaborados pelo *Commitee on Publications Ethics – COPE* (https://publicationethics.org) e, a

partir de 2019, adotará softwares específicos para aferição de similaridade textual ou de conteúdo entre o material submetido à avalição/publicação e outras publicações, inclusive dos próprios autores.

A produção intelectual veiculada pela revista deve ser autoral e original. O corpo editorial apurará condutas que não sejam adequadas aos fins científicos, de acordo com os princípios já citados, sem prejuízo da realização crítica da produção acadêmica e da expressão da liberdade do pensamento.

A Revista refuta enfaticamente as diversas formas de plágio e quaisquer intentos de apropriação indevida do produto do trabalho intelectual alheio, inclusive o autoplágio quando se justifica por imperativos do produtivismo acadêmico, incompatíveis com o compartilhamento responsável do conhecimento. A originalidade dos trabalhos submetidos para avaliação/publicação é considerada tanto em relação às fontes autorais dos conteúdos desenvolvidos e/ou referidos quanto em relação aos aspectos formais da redação.

Ao submeter seus trabalhos, pedimos aos autores que ponderem a efetiva necessidade de inclusão do nome de coautores em manuscritos, inclusive nos casos de participação de orientadores e coordenadores de pesquisas acadêmicas. Deve haver especial cuidado em relação à elaboração de trabalhos derivados de pesquisas acadêmicas de mestrado, doutorado, pós-doutorado e similares para que os autores não incorram em autoplágio. Ainda nos casos em que o manuscrito é inspirado ou derivado de pesquisas stricto sensu, é importante que a fonte de origem do conteúdo, salvaguardada a identidade dos autores durante o processo de avaliação, seja devidamente indicada e o texto apresentado seja efetivamente original.

Financiamento

Caso a matéria apresentada seja resultado de pesquisa financiada por entidades públicas ou privadas, esta informação deve obrigatoriamente ser fornecida na versão definitiva da publicação, mas não no manuscrito de submissão.

Da autoria

As pessoas designadas como autores devem ter participado na elaboração dos artigos de modo que possam assumir publicamente a responsabilidade pelo seu conteúdo. A qualificação como autor deve pressupor: concepção e o delineamento ou a análise e interpretação dos dados; redação do artigo ou a sua revisão crítica; e aprovação da versão a ser publicada.

No final do texto devem ser especificadas as contribuições individuais de cada autor na elaboração do artigo.

No arquivo que contém o manuscrito, a autoria e contribuição dos autores devem ser omitidas do texto, para que possa haver a devida avaliação cega por pares.

Preparação de manuscritos
Formato

Papel tamanho A4, margens de 2,5 cm, espaço 1,5, letra Times New Roman 12.

O número máximo de palavras, sempre incluindo ilustrações e referências bibliográficas, varia conforme o tipo da matéria (ver item Tipos de artigos).

Estrutura

Título: Até 50 palavras. Conciso e informativo. Na língua original e em inglês.

Nome(s) do(s) autor(es): todos devem informar a afiliação institucional (em ordem decrescente, por exemplo: Universidade, Faculdade e Departamento) e e-mail. O autor responsável pela correspondência também deve informar seu endereço completo (rua, cidade, CEP, estado, país).

Dados relativos à autoria, informações sobre os autores e financiamento devem estar à parte do artigo, em documento que não será enviado para avaliação cega (*supplemental file NOT for review*).

Resumos: Devem refletir os aspectos fundamentais dos trabalhos, com até 200 palavras, incluindo objetivos, procedimentos metodológicos e resultados. Devem preceder o texto e estar na língua do texto e em inglês (abstract).

Palavras-chave: Até 5 palavras-chaves, na língua do texto e em inglês, apresentados após o resumo.

Gráficos e tabelas: Os gráficos e tabelas devem ser apresentados em seus programas originais (por exemplo, em Excel: arquivo.xls), devidamente identificados, em escala de cinza, em arquivos separados do texto. Figuras, tabelas e imagens devem ser inseridos como arquivos separados do artigo.

Imagens: As imagens (figuras e fotografias) devem ser fornecidas em alta resolução (300 dpi), em JPG ou TIF, com no mínimo 8 cm de largura, em escala de cinza, em arquivos separados do texto.

Imagens que podem identificar os autores não devem estar no texto original. Também podem ser incluídas como arquivos separados do artigo.

Citações no texto: Devem seguir o padrão ABNT.

REFERÊNCIAS

Serão aceitas no máximo 30 referências por artigo, com exceção das revisões de literatura. Os autores são responsáveis pela exatidão das referências bibliográficas citadas no texto. As referências deverão seguir as normas da ABNT NBR 6023, serem apresentadas ao final do trabalho e ordenadas alfabeticamente pelo sobrenome do primeiro autor. A seguir alguns exemplos:

Livro

FORTES, P. A. de C.; RIBEIRO, H. (Org.). *Saúde global*. São Paulo: Manole, 2014.

Capítulo de Livro

GOTLIEB, S. L. D.; LAURENTI, R.; MELLO JORGE, M. H. P. Crianças, adolescentes e jovens do Brasil no fim do século XX. In: WESTPHAL, M. F. *Violência e criança*. São Paulo: EDUSP, 2002. p. 45-72.

Artigo de Periódico

BASTOS, W. et al. Epidemia de *fitness*. *Saúde e Sociedade*, São Paulo, v. 22, n. 2, p. 485-496, 2013.

Tese

SANTOS, A. L. D. dos. *Histórias de jovens que vivenciaram a maternidade na adolescência menor:* uma reflexão sobre as condições de vulnerabilidade. 2006. Tese (Doutorado em Saúde Materno-Infantil)-Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, São Paulo, 2006.

Documento on-line

WHO GLOBAL MALARIA PROGRAMME. World malaria report: 2010. Geneva: WHO, 2010. Disponível em: <http://www.who.int/malaria/world_malaria_report_2010/worldmalariareport2010.pdf >. Acesso em: 7 mar. 2011.

Legislação (Lei, Portaria etc.)

- Versão impressa

BRASIL. Lei nº 9887, de 7 de dezembro de 1999. Altera a legislação tributária federal. *Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil*, Brasília, DF, 8 dez. 1996. Seção 1, p. 13.

- Versão eletrônica

BRASIL. Ministério do Trabalho e Emprego. Portaria nº 485, de 11 de novembro de 2005. Aprova a Norma Regulamentadora nº 32 (Segurança e Saúde no Trabalho em Estabelecimentos de Saúde). *Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil*, Brasília, DF, 16 nov. 2005. Disponível em: <http://www.mte.gov.br/legislacao/portarias/2005/p_20051111_485.pdf>. Acesso em: 17 jan. 2007.

Artigo ou matéria de jornal

CUPANI, G. População sedentária preocupa médicos reunidos em simpósio. Folha de S. Paulo, São Paulo, 15 out. 2010. Equilíbrio e Saúde, p. 14.

Trabalho apresentado em evento (congresso, simpósio, seminário etc.)

- Versão impressa

COUTO, M. T.; SOTT, R. P. Ética, diversidade e saúde reprodutiva. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS SOCIAS EM SAÚDE, 2., 1999, São Paulo. *Livro de resumos...* São Paulo: Abrasco: Unifesp, 1999, p. 100.

- Versão eletrônica

CARVALHO, C. A. Religião e aids: segredos e silêncios. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE PREVENÇÃO EM DST/AIDS, 4., 2001, Cuiabá. *Anais...* Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2001, p. 71-72. Disponível em: <http://www.portalsaudebrasil.com/artigospsb/public007.pdf>. Acesso em: 18 ago.2006.

Open Access

A *Saúde e Sociedade* utiliza o modelo *Open Access* de publicação, portanto seu conteúdo é livre para leitura e download, favorecendo a disseminação do conhecimento.

Taxas

A *Saúde e Sociedade* não cobra taxas de submissão, avaliação ou publicação de artigos.

A tradução de um artigo aceito para publicação para um segundo idioma (que não seja o da submissão) pode ser considerada ou até sugerida pelo corpo editorial. As despesas de tradução caberão aos autores nela interessados.