

Padrões alimentares e saúde ocupacional

Eating patterns and occupational health

Monica Cattafesta¹
Luciane Bresciani Salaroli¹

¹Universidade Federal do Espírito Santo, Vitória/ES, Brasil.

Observa-se, nas últimas décadas, mudanças no padrão alimentar dos brasileiros. Entre as principais mudanças ocorridas, destaca-se a redução do consumo de alimentos *in natura*, tais como frutas, hortaliças, leguminosas e tubérculos, além do aumento do consumo de produtos cárneos, lácteos, açúcares refinados e alimentos processados^{1,2}. Essas transformações contribuíram para a transição nutricional e epidemiológica observada no Brasil, no qual é possível notar a ascensão da prevalência de sobrepeso e obesidade e um aumento de doenças crônicas não transmissíveis³. Em paralelo a essas mudanças, a dualidade entre padrão alimentar e doenças em trabalhadores ganha destaque. A alimentação do trabalhador, que anteriormente era vista como sinônimo de controle de carências nutricionais para aumento da força de trabalho, passou a ser entendida como fator decisivo no processo saúde-doença desta população⁴.

A classe trabalhadora inclui todos os indivíduos que exercem atividades para seu sustento e/ou de seus dependentes, qualquer que seja sua forma de inserção no mercado de trabalho nos setores formais ou informais da economia⁵. Essa classe representa grande parcela da população e sofre constantes influências do seu ritmo de trabalho, priorizando em sua escolha alimentos de preparação ou aquisição rápida, prática e que sejam palatáveis⁶.

Da mesma forma, o cenário geográfico em que o trabalhador está inserido pode influenciar seus padrões alimentares, visto o acesso a uma enorme variedade de alimentos, desde os mais refinados e exóticos até as preparações mais simples comercializadas nas ruas^{7,8}. Ademais, o desenvolvimento de novos hábitos nas zonas urbanas, a crescente incorporação da mulher à força de trabalho, as distâncias entre a casa e o local onde trabalha, a relativa facilidade para a aquisição de alimentos processados e a popularização das informações são determinantes conjunturais da oferta, do consumo e da disponibilidade de alimentos, e, conseqüentemente, das mudanças dos hábitos alimentares relacionados à ocupação profissional⁹. Em concomitância à disponibilidade de alimentos, as condições de escolaridade e renda, intimamente ligada à remuneração salarial, também influenciam as mudanças dos padrões alimentares dos trabalhadores, tanto por relacionar-se aos conhecimentos dos indivíduos sobre alimentação e saúde quanto pelo poder de compra de gêneros alimentícios com composições nutricionais diversas¹⁰.

Todas essas mudanças ocorridas no padrão alimentar da classe trabalhadora, por motivos sociais, geográficos e de trabalho, influenciam diretamente a condição de saúde deste trabalhador, podendo ser fator protetor ou estimulador

de distúrbios da saúde mental¹¹, assim como de doenças cardiovasculares, alterações bioquímicas, síndrome metabólica e outras afecções crônicas^{12,13}.

Infer-se, portanto, que a relação do padrão alimentar e a saúde ocupacional se estabelece tanto pela influência dos fatores laborais sobre as escolhas alimentares dos trabalhadores quanto pela indissociação do padrão alimentar e o processo saúde-doença. Tal relação demonstra que a avaliação crítica dos padrões alimentares deve ser encorajada, a fim de contribuir para o cenário da saúde do trabalhador e da saúde pública, e, até mesmo, para aumentar a produtividade e para reduzir os impactos sobre a previdência social^{4,14}.

REFERÊNCIAS |

1. Monteiro CA, Mondini L, Costa RBL. Mudanças na composição e adequação nutricional da dieta familiar nas áreas metropolitanas do Brasil (1988-1996). *Rev Saúde Pública*. 2000; 34(3):251-8.
2. Louzada MLC, Martins APB, Canella DS, Baraldi LG, Levy RB, Claro RM, et al. Alimentos ultraprocessados e perfil nutricional da dieta no Brasil. *Rev Saúde Pública*. 2015; 49(38):1-11.
3. Batista Filho M, Rissin A. Transição nutricional no Brasil: tendências regionais e temporais. *Cad Saúde Pública*. 2003; 19(Supl.1):S181-S91.
4. Araújo MPN, Costa-Souza J, Trad LAB. A alimentação do trabalhador no Brasil: um resgate da produção científica nacional. *Hist Ciênc Saúde-Manguinhos*. 2010; 17(4):975-92.
5. Dias EC, organizadora. Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde. Brasília: Ministério da Saúde; 2001.
6. Viana MS, Andrade A, Back AR, Vasconcellos DIC. Nível de atividade física, estresse e saúde em bancários. *Motricidade*. 2010; 6(1):19-32.
7. Fisberg M, Wehba J, Cozzolino SMF. Um, dois, feijão com arroz: a alimentação no Brasil de norte a sul. São Paulo: Atheneu; 2002.
8. Putz C. História da gastronomia paulistana. São Paulo: Guia D; 2004.
9. Abreu ES. Restaurante “por quilo”: vale quanto pesa? Uma avaliação do padrão alimentar em restaurantes de Cerqueira César, São Paulo, SP. São Paulo. Dissertação [Mestrado em Saúde Pública] – Universidade de São Paulo; 2000.
10. Goryakin Y, Suhrcke M. Economic development, urbanization, technological change and overweight: what do we learn from 244 demographic and health surveys? *Econ Hum Biol*. 2014; 14:109-27.
11. Suzuki T, Miyaki K, Tsutsumi A, Hashimoto H, Kawakami N, Takahashi M, et al. Japanese dietary pattern consistently relates to low depressive symptoms and it is modified by job strain and worksite supports. *J Affect Disord*. 2013; 150(2):490-8.
12. Esmailzadeh A, Kimiagar M, Mehrabi Y, Azadbakht L, Hu FB, Willett WC. Dietary patterns, insulin resistance, and prevalence of the metabolic syndrome in women. *Am J Clin Nutr*. 2007; 85(3):910-8.
13. Eilat-Adar S, Mete M, Fretts A, Fabsitz RR, Handeland V, Lee ET, et al. Dietary patterns and their association with cardiovascular risk factors in a population undergoing lifestyle changes: the strong heart study. *Nutr Metab Cardiovasc Dis*. 2013; 23(6):528-35.
14. Vinholes DB, Melo IMF, Machado CA, Chaves Junior HC, Fuchs FD, Fuchs SC. The association between socioeconomic characteristics and consumption of food items among Brazilian industry workers. *ScientificWorldJournal*. 2012; 2012:808245.