

AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL DE COLABORADORES DE UMA INDÚSTRIA DE REFRESCOS DO NOROESTE DO ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL¹

Martina Rodrigues Weller², Eilamaria Libardoni Vieira³.

¹ Trabalho de pesquisa realizado durante o Estágio em Alimentação Institucional - UNIJUI

² Acadêmica do Curso de Graduação em Nutrição da UNIJUI; tina.weller@hotmail.com

³ Nutricionista, Professora Mestre do Departamento de Ciências da Vida, Curso de Nutrição – UNIJUI;

Resumo

Objetivo: avaliar o estado nutricional de colaboradores de uma empresa, do município de Santo Ângelo do Estado do Rio Grande do Sul, utilizando-se da avaliação antropométrica e bioimpedância. **Metodologia:** estudo quantitativo, descritivo, transversal, desenvolvido com 53 colaboradores, de ambos os sexos, submetidos à avaliação antropométrica e bioimpedância. **Resultados:** conforme avaliação do estado nutricional classificado pelo IMC, 43% dos indivíduos apresentaram sobrepeso. Com relação aos resultados obtidos através da bioimpedância observou-se que 49% dos trabalhadores apresentam excesso de gordura corporal e 11% demonstraram água corporal abaixo da percentagem ideal recomendada. **Conclusão:** o alto índice de sobrepeso e excesso de gordura corporal encontrado na população estudada demonstra a necessidade de ações em saúde e a importância do profissional nutricionista, na busca de melhorias na qualidade de vida destes trabalhadores, pois, com uma dieta balanceada e atividade física regular é possível reduzir os índices de sobrepeso e excesso de gordura corporal.

Palavras-chave: avaliação nutricional, IMC, bioimpedância.

Introdução

Ao mesmo tempo em que se assiste à redução contínua dos casos de desnutrição, são observadas prevalências crescentes de excesso de peso, contribuindo com o aumento das doenças crônicas não transmissíveis, como diabetes e obesidade (WHO, 2002).

A avaliação do estado nutricional tem-se constituído em um importante instrumento para a apreciação das condições de saúde de indivíduos e de populações (MONTEIRO, 1984). Através do estado nutricional se reflete o equilíbrio entre a ingestão e a demanda de nutrientes de um indivíduo, visto que problemas nutricionais decorrem de uma ingestão restritiva ou excessiva de alimentos, refletindo-se nos quadros de desnutrição ou obesidade. O estado nutricional adequado é de fundamental importância para os indivíduos, porque influencia, significativamente, na sua qualidade de vida (WHO, 1995).

Segundo Coitinho (1988), a antropometria investiga as variações nas dimensões físicas e na composição geral do corpo humano, a partir de exames ou medições individuais, e a “somatória” das investigações individuais possibilita uma indicação do estado nutricional de coletividades.

SALÃO DO CONHECIMENTO

UNIJUÍ 2013
Ciência • Saúde • Esporte



Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico

Evento: XVIII Jornada de Pesquisa

Outro método de extrema importância para o diagnóstico do estado nutricional individual e de populações é a avaliação da composição corporal através da bioimpedância (BIA). A Bioimpedância se baseia na capacidade de condução elétrica dos tecidos do corpo humano, que permite avaliar a gordura corporal, massa magra corporal e água corporal.

Com base no exposto, o objetivo deste estudo é avaliar o estado nutricional de colaboradores de uma empresa, do município de Santo Ângelo do Estado do Rio Grande do Sul, utilizando-se da avaliação antropométrica e de bioimpedância.

Metodologia

O presente estudo é do tipo quantitativo, descritivo, transversal. A população estudada constituiu-se de colaboradores, de ambos os sexos, de uma indústria de refrescos localizada no Município de Santo Ângelo/RS.

Para a avaliação do estado nutricional dos colaboradores, utilizou-se as medidas antropométricas: peso e estatura. Os indivíduos foram pesados antes da refeição, descalços e com o mínimo de vestimentas, em balança eletrônica da marca Tanita, modelo BC – 558 Ironman Monitor de Composição Corporal Segmentar, com capacidade máxima de 150kg. A estatura foi verificada com o auxílio de uma fita métrica em intervalos de 1 cm, fixada em uma parede sem rodapés, e de um esquadro de madeira que foi colocado acima da cabeça, estando o colaborador em posição ereta, com os pés juntos, mãos ao lado do corpo e cabeça posicionada num ângulo de 90°. Para avaliar, utilizou-se a classificação do índice de massa corporal (IMC) com os pontos de cortes da Organização Mundial da Saúde (OMS) para adulto. Os colaboradores foram então classificados como eutróficos, com sobrepeso e obesos (grau I, II e III). Para o cálculo do IMC foi dividido o peso pelo quadrado da estatura, sendo o resultado expresso em kg/m².

A balança eletrônica, utilizada na coleta dos dados, é capaz de exibir um perfil de composição corporal, incluindo o peso, % de gordura corporal, % de água corporal e massa muscular, resultando em uma análise de bioimpedância. O indivíduo era instruído para correta colocação dos pés na plataforma base da balança.

Resultados e Discussões

A amostra do presente estudo foi constituída por 53 colaboradores, sendo 8 (15%) do sexo feminino e 45 (85%) do sexo masculino, entre 19 e 54 anos de idade (média = 34 anos de idade).

Considerando a idade, observou-se que o intervalo de 31 a 50 anos de idade é o que inclui o maior número de trabalhadores, representando cerca de 57% da população estudada.

Em relação ao estado nutricional classificado pelo IMC, evidenciou-se um percentual elevado de indivíduos com excesso de peso (sobrepeso), com 43%, semelhante ao estudo de Mariath, et al., que avaliou colaboradores de uma fábrica, e encontraram 45% da amostra apresentando sobrepeso.

Os percentuais de eutrofia, sobrepeso, e obesidade segundo sexo foram, respectivamente, 43%, 43% e 14% para o sexo masculino e 38%, 50% e 12% para o feminino, com associação significativa entre os sexos.

Com relação aos resultados obtidos através da bioimpedância, observou-se que 49% dos trabalhadores apresentam excesso de gordura corporal e 11% demonstraram água corporal abaixo da percentagem ideal recomendada.





Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico

Evento: XVIII Jornada de Pesquisa

Segundo Cercato (2004), a avaliação da composição corporal tem recebido importância cada vez maior na saúde humana. O excesso de gordura corporal e sua distribuição centralizada se destacam pela influência no aparecimento das doenças crônicas não-transmissíveis, principalmente as doenças cardiovasculares.

Considerações Finais

Os achados deste estudo permitiram a realização de um diagnóstico do estado nutricional de colaboradores de uma empresa, através do IMC e bioimpedância.

O índice de sobrepeso na população estudada mostrou-se em evidência representando 43% da população estudada com sobrepeso e, 49% com excesso de gordura corporal.

Avaliar corretamente o estado nutricional é o primeiro passo no processo de intervenção para boa nutrição, pois permite reconhecer as alterações por perda ou excesso e, desse modo, orientar na saúde e na doença, o melhor planejamento nutricional (SILVA et al., 2003).

Dessa forma se demonstra a necessidade de ações em saúde e a importância do profissional nutricionista, na busca de melhorias na qualidade de vida destes trabalhadores, pois, com uma dieta balanceada e atividade física regular é possível reduzir os índices de sobrepeso e excesso de gordura corporal.

Referências Bibliográficas

CERCATO C, MANCINI MC, ARGUELLO AMC, PASSOS VQ, VILLARES SMF, HALPERN A. Systemic hypertension, diabetes mellitus, and dyslipidemia in relation to body mass index: evaluation of a Brazilian population. Rev Hosp Clin Fac Med São Paulo. 2004; 59(3):113-8.

COITINHIO, D.C. Avaliação do estado nutricional de comunidades: medição da desnutrição manifesta – antropometria. Florianópolis: Departamento de Nutrição, Universidade Federal de SC, 1988.

MARIATH, A., B., et al. Obesidade e fatores de risco para o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis entre usuários de unidade de alimentação e nutrição. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 23(4):897-905, abr, 2007.

MONTEIRO, C.A.; SZARFARC, S.C.; MONDINI, L. Secular trends in childhood in the city of São Paulo, Brazil (1984-1996). Revista de Saúde Pública.

SILVA, ALV. et al. Perfil antropométrico de estudantes adultos de uma escola estadual de São Paulo. Revista de Nutrição Brasil, Rio de Janeiro, v.2, n.5, p.279- 285, 2003

WORLD HEALTH ORGANIZATION. The World Health Report 2002: reducing risks, promoting healthy life. Geneva: World Health Organization; 2002.