

PERFIL ALIMENTAR DOS TRABALHADORES DE UMA EMPRESA CONTENDO DIFERENTES POSTOS DE TRABALHO

Leal C¹, Neto S¹, Pereira F¹, Ribeiro M¹, Fernandes A^{II}, Almeida-de-Souza J^{III}

Fatores como ocupação profissional, tempo sentado no trabalho e livre consumo de alimentos podem afetar o autocuidado do comportamento alimentar. O estudo do tipo transversal incluiu 128 trabalhadores de uma empresa de transporte e logística situada na região metropolitana do Porto com o objetivo de caracterizar o consumo alimentar dos funcionários e verificar se existe influência dos diferentes postos de trabalho nesta variável. Os trabalhadores foram agrupados segundo a exigência física do seu posto de trabalho e o perfil alimentar foi avaliado com recurso ao questionário de frequência alimentar permitindo quantificar o consumo energético e de macronutrientes. Calculou-se a necessidade estimada de energia para cada um dos participantes verificando-se a sua adequação de acordo com o estudo de Kapazi e Ramos. Em relação à contribuição percentual de macronutrientes, a ingesta foi comparada com as recomendações definidas nas *Dietary References Intakes*. Através do *Statistical Package for Social Sciences* 17.0 utilizou-se o teste de Kruskal-Wallis para a análise estatística. A amostra apresentou uma idade média de $32,7 \pm 8,0$ anos distribuída equitativamente relativamente ao género, sendo 16,4% do posto de trabalho muito leve, 17,2% do leve e 64,4% do moderado. A análise do padrão de consumo alimentar mostrou um consumo energético médio de 2592 ± 1332 quilocalorias por dia com contribuição energética de 17% de proteínas, 29% de hidratos de carbono e 33% de lípidos, não diferindo estatisticamente entre os géneros ($p > 5\%$). O perfil alimentar dos trabalhadores mostrou-se normocalórico, normoprotéico, hiperlipídico e hipoglícido relativamente às suas necessidades nutricionais observando-se que a maior exigência física da atividade laboral implicou um aumento do consumo alimentar contudo, esta diferença não se mostrou estatisticamente significativa. Conclui-se que não existe diferença estatisticamente significativa entre o perfil alimentar e a atividade laboral dos funcionários.

¹ Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Bragança.

^{II} Docente da Escola Superior Agrária do Instituto Politécnico de Bragança, Departamento das Ciências Sociais e Exatas.

^{III} Docente da Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Bragança, Departamento das Tecnologias de Diagnóstico e Terapêutica.