

INADEQUAÇÃO DO CONSUMO ALIMENTAR DE TRABALHADORES DE TURNO ALTERNANTE DE UMA EMPRESA DE MINERAÇÃO

JONATHAS ASSIS DE OLIVEIRA (Autor), Luiz Antônio Alves de Menezes Júnior (Co-Autor), Capistrano Fajardo (Co-Orientador), Silvia Nascimento de Freitas (Orientador)

Instituição de Ensino - Universidade Federal de Ouro Preto

Palavras Chaves:

alimentação; saúde; consumo; inadequação; trabalhadores; turno alternante

Resumo:

A alimentação é um dos aspectos fundamentais para a promoção da saúde. O padrão alimentar caracterizado pelo aumento do consumo de dietas ricas em gorduras, açúcares e alimentos refinados e redução do consumo de carboidratos complexos e fibras, favorece o aumento da prevalência de alterações metabólicas. O objetivo do estudo foi avaliar correlação entre o consumo alimentar e níveis de colesterol sanguíneo dos trabalhadores de turno alternante. Estudo transversal em 2015 com 109 trabalhadores de turno alternante do sexo masculino. Aplicado recordatório 24 horas. Utilizou-se o software Virtual Nutri Plus versão 2.0 para análise nutricional dos macronutrientes. A adequação do consumo foi avaliada em relação ao recomendado pela FAO/OMS (2003). Para verificar a distribuição dos dados, aplicou-se o teste de Kolmogorov-Smirnov e foi analisada a correlação de Spearman entre os macronutrientes e colesterol sanguíneo. Todas as análises foram realizadas no programa PASW versão 18.0 ($p \leq 0,05$). Os trabalhadores apresentaram idade mediana de 38 anos. A ingestão de carboidratos, lipídios, proteínas e sódio se encontraram inadequados acima da recomendação em 56% (n=61); 47,7% (n=52); 75,2% (n=82) e 62,4% (n=68) dos avaliados, respectivamente. Já em relação às fibras a ingestão foi menor que o recomendado em 75,2% (n=82) dos trabalhadores. Foi encontrada correlação positiva entre o aumento da energia total ($r=0,192$; $p=0,043$) e carboidrato total ($r=0,204$; $p=0,033$) e os níveis de colesterol total sanguíneo. Foi observado alta inadequação de consumo em relação aos macronutrientes da dieta. Os níveis de colesterol sanguíneo aumentaram proporcionalmente ao aumento da ingestão energética total e de carboidratos. Recomenda-se medidas que visem melhorar a alimentação e os níveis de colesterol sanguíneo dessa população, visto que sua alteração pode levar a um maior estresse oxidativo dos vasos sanguíneos que está ligado a doenças metabólicas e cardiovasculares.

Publicado em:

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