



Trabalho apresentado no 21º CBCENF

Título: A IMPORTÂNCIA DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA PROMOÇÃO DA SAÚDE NO TRABALHO

Autor: MARCELA DA SILVA (Relator)

Modalidade: Comunicação coordenada

Área: Valorização, Cuidado e Tecnologias

Tipo: Monografia

#### Resumo:

Esse estudo tem por objetivo discutir a importância dos programas de promoção da saúde, com enfoque principal na alimentação saudável para promover a qualidade de vida dos trabalhadores. Esse trabalho foi realizado através de revisão de literatura de artigos científicos dos últimos 17 anos, os artigos foram selecionados pelos temas pertinentes e analisados. Os profissionais na saúde ocupacional têm um papel importante na prevenção das doenças, incapacidades e promoção da saúde dos trabalhadores nas empresas, os profissionais enfermeiros estão mais próximos dos trabalhadores e podem exercer o papel de educadores para a saúde, higiene e segurança. As empresas oferecem programas de promoção de saúde com objetivo de prevenção, gerenciamento de doenças, mudança no estilo de vida para hábitos saudáveis, melhorando assim o clima da organização e a saúde dos trabalhadores. Por meio de ações multifatoriais é possível influenciar a adoção de hábitos alimentares saudáveis, isso pode ser realizado por ações como educação alimentar, intervenções ambientais e modificação de fatores laborais que podem interferir na alimentação. A análise desse estudo mostrou a importância da alimentação saudável no local de trabalho para diminuir os casos de doenças crônicas não transmissíveis, ficou evidente que o aumento das DCNT está diretamente relacionado a má alimentação e isso reflete negativamente na saúde do indivíduo, sua família, empresas e governo. A preocupação com a má alimentação está em nível mundial, a OMS aprovou a Estratégia Global para Alimentação Saudável, Atividade Física e Saúde, no Brasil o ministério da Saúde desenvolveu o guia alimentar para a população brasileira e o programa peso saudável para alcançar a mudança nos hábitos alimentares inadequados para uma alimentação saudável. Muitos são os desafios para atingir o objetivo de alimentação saudável para a população, isso está relacionado a mudanças de estilo de vida e ainda encontramos muita resistência das pessoas em mudar hábitos alimentares. O trabalho é considerado um local adequado para a promoção da saúde e devem ser realizados programas de saúde para uma alimentação saudável, alcançando assim qualidade de vida dos trabalhadores, os resultados mostram que são necessários mais estudos em relação ao tema com evidências de sucesso nos programas de saúde para motivar as empresas a desenvolver o programa de alimentação saudável para seus trabalhadores.