

Ações de Educação Alimentar e Nutricional para oficiais do Exército Brasileiro: um relato de experiência

Food and Nutritional Education actions for officers of the Brazilian Army: an experience report

Acciones de Educación Alimentaria y Nutricional para oficiales del Ejército Brasileño: un relato de experiencia

Tamires da Cunha Soares

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0466-5021>

Universidade Federal do Piauí, Brasil

E-mail: tamiressoares22@outlook.com

Liriane Andressa Alves da Silva

Universidade Federal do Piauí, Brasil

E-mail: lirianeandressadd@gmail.com

Ravena Kelly da Cruz Farias

Universidade Federal do Piauí, Brasil

E-mail: ravenakelly@gmail.com

Neyeli Cristine da Silva

Universidade Federal do Piauí, Brasil

E-mail: ney_cristine@hotmail.com

Recebido: 12/09/2018 | Revisado: 26/09/2018 | Aceito: 07/10/2018 | Publicado: 18/10/2018

Resumo

O presente trabalho objetivou externar a experiência prática de ações de Educação Alimentar Nutricional para trabalhadores ocorrida por meio de uma intervenção realizada com oficiais do Exército Brasileiro. A intervenção abordou ações de reconhecimento da rotina e características gerais dos comensais e da Unidade de alimentação que os serve, seguida da elucidação, por meio de intervenção, com participação ativa dos ouvintes, sobre práticas alimentares adequadas e possíveis de serem adotadas por estes a fim de proporcionar melhor qualidade de vida aos comensais e melhor custo benefício à empresa. Por fim, aplicou-se um questionário com perguntas inerentes aos temas que foram tratados no momento da intervenção. Os resultados alcançados com a intervenção foram satisfatórios e reforçam a importância da EAN.

Palavras-chave: Estudos de intervenção. Educação alimentar e nutricional. Militares.

Abstract

The present work aimed at externalizing the practical experience of Food and Nutrition Education actions for workers occurred through an intervention carried out with officers of the Brazilian Army. The intervention addressed actions to recognize the routine and general characteristics of the commensals and the Food Unit that serves them, followed by the elucidation, through intervention, with active participation of the listeners, about adequate food practices and possible to be adopted by them in order to provide better quality of life for the diners and the best cost benefit to the company. Finally, a questionnaire was applied with questions inherent to the subjects that were treated at the time of the intervention. The results achieved with the intervention were satisfactory and reinforce the importance of the EAN.

Keywords: Clinical trial. Food and Nutrition Education. Military personnel.

Resumen

El presente trabajo objetivó externar la experiencia práctica de acciones de Educación Alimentaria Nutricional para trabajadores ocurrida por medio de una intervención realizada con oficiales del Ejército Brasileño. La intervención abordó acciones de reconocimiento de la rutina y características generales de los comensales y de la Unidad de alimentación que los sirve, seguida de la elucidación, por medio de intervención, con participación activa de los oyentes, sobre prácticas alimentarias adecuadas y posibles de ser adoptadas por éstos a fin de proporcionar mejor calidad de vida a los comensales y un mejor costo beneficio a la empresa. Por último, se aplicó un cuestionario con preguntas inherentes a los temas tratados en el momento de la intervención. Los resultados alcanzados con la intervención fueron satisfactorios y refuerzan la importancia de la EAN.

Palabras clave: Estudios de intervención. Educación alimentaria y nutricional. Militar.

1. Introdução

Oferecer uma alimentação adequada e equilibrada a seus trabalhadores é dever de toda empresa, seja qual for o vínculo de trabalho entre eles. O tipo de benefício pode variar desde refeição no próprio local de serviço, até o vale-refeição para casos de incapacidade do funcionário se alimentar no local de trabalho. Atualmente, quase todas as categorias

empresariais tem este compromisso para com seus funcionários, por força do contrato (PAULA, 2011).

Nesta perspectiva, o Programa de Alimentação do Trabalhador (PAT) foi criado em 1976, como parte do Programa Nacional de Alimentação e Nutrição, visando facilitar a alimentação dos trabalhadores de baixa renda, além de melhorar as condições de saúde e qualidade de vida com repercussões positivas na redução de acidentes de trabalho e no aumento da produtividade, garantindo bem-estar e uma melhora no aspecto nutricional das refeições, uma vez que, as empresas coligadas ao PAT devem seguir corretamente as recomendações da oferta energética e nutricional das refeições oferecidas pelo programa (SALVETTI; POSSA, 2017; COLARES, 2005).

Diversas resoluções foram publicadas para definir a maneira nutricionalmente correta de oferecer a alimentação do PAT, sendo a mais atual, a Portaria Interministerial nº 66, do ano de 2006, que modifica os parâmetros nutricionais do programa, propondo que as grandes refeições (almoço, jantar e ceia) devem conter de 600 a 800 kcal, admitindo-se um acréscimo de até 20% (400 kcal), em relação ao Valor Energético Total – VET de 2000 kcal/dia e devem corresponder de trinta a quarenta por cento do VET diário (BRASIL, 2006a; BRASIL, 2006b).

Percebe-se que a pauta alimentar e nutricional tem sido alvo da elaboração e implementação de políticas públicas em diversos âmbitos sociais. Além disso, o ambiente de trabalho é reconhecido como um local estratégico de promoção da saúde e alimentação saudável (SANTOS, 2012; CHU et al., 2000). Por exemplo, a Organização Mundial da Saúde (2010) considera que o local de trabalho deve dar a oportunidade e estimular os trabalhadores a fazerem escolhas saudáveis.

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN), por sua vez, tem o objetivo de fornecer informações técnico-profissionais que concedam à população alvo o empoderamento necessário para fazer suas escolhas de maneira mais assertivas, o que poderá se desdobrar em resultados favoráveis à qualidade de vida dos mesmos. Nesta perspectiva, as intervenções educativas na área de alimentação e nutrição aliadas aos anseios e determinações do PAT em ambientes de trabalho, se mostram favoráveis por representarem opções viáveis de serem realizadas, de fácil reprodução e com baixo custo, contribuindo com a adesão de bons hábitos para grupos de trabalhadores de distintos setores da sociedade (SANTOS, 2012; HORTA; SANTOS; ANDRADE, 2014).

Considerando esta narrativa, o objetivo deste artigo é relatar a experiência da condução de uma intervenção alimentar e nutricional destinada à oficiais do exército

brasileiro, buscando-se incentivar escolhas mais saudáveis e equilibradas e apresentando métodos práticos para a melhoria da alimentação fornecida pela Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) da instituição alvo do estudo.

2. Metodologia

Trata-se de um relato de experiência sobre a execução de ações de EAN voltada para oficiais do exército brasileiro. As ações ocorreram em um dos Batalhões de Engenharia e Construção do Exército brasileiro, em um município do estado do Piauí. A intervenção integrou os componentes curriculares da disciplina de Educação Nutricional, sendo desenvolvida por alunos do, até então, sétimo período do curso de Bacharelado em Nutrição, da Universidade Federal do Piauí, sob supervisão de docente responsável.

Inicialmente, realizou-se a pesquisa diagnóstica na UAN da referida instituição, para através da observação da rotina da mesma, formular ações baseadas em temas pertinentes àquela realidade. Quanto aos aspectos observados verificou-se o ambiente como um todo, questões estruturais, comportamento dos funcionários e o aspecto qualitativo das preparações confeccionadas e consumidas pelos componentes do batalhão.

Após e conforme este levantamento, as ações de EAN ocorreram no auditório da instituição, tendo como público alvo, os funcionários responsáveis pela UAN do batalhão, contemplando os seguintes temas: Uma visão geral sobre a alimentação saudável; Consumo de alimentos industrializados; Recomendações sobre o consumo de açúcares, gorduras e sal; Aproveitamento integral dos alimentos: uma medida nutritiva contra o desperdício. A apresentação dos temas ocorreu em forma de slides ilustrativos produzidos pelos alunos e teve duração de cerca de 30 minutos. Além disso, houve uma degustação de preparações feitas a partir do reaproveitamento de sobras e aparas de frutas, como forma de incentivo a busca de uma alimentação mais inclusiva e saudável.

Após a exposição, os indivíduos tiveram a oportunidade de expor seus questionamentos, relatar suas opiniões e foram convidados a responder um pequeno questionário à respeito dos assuntos vistos, como forma de avaliar a fixação.

3. Resultados e Discussões

A partir do diagnóstico notou-se que a UAN da instituição tem uma boa estrutura, porém falta o profissional nutricionista no quadro de funcionários. O horário que nos foi

ofertado para realizar a primeira visita, correspondia a um momento de serviço da unidade, não tendo sido possível conversar diretamente com as pessoas que trabalhavam na cozinha. Neste caso, as informações foram colhidas com base na observação do local e relato do tenente responsável por administrar a cozinha, que demonstrou saber da necessidade de se falar sobre práticas saudáveis no preparo dos alimentos e a importância de uma alimentação saudável para a manutenção da saúde e bom desempenho dos militares em suas atribuições, corroborando assim com os escritos de Vidal e colaboradores (2010), que expõem que a alimentação no ambiente militar apresenta a relevante tarefa de manutenção da saúde e potencial humano das Organizações Militares, possibilitando um maior desempenho de suas atribuições.

Observou-se ainda, um alto desperdício de partes comestíveis de alimentos, como cascas, talos e sementes, dado este explicado pela falta de conhecimento dos responsáveis pela UAN, a respeito das potencialidades da sua inclusão nas preparações.

Quanto aos cardápios servidos na instituição, notou-se a presença marcante de produtos industrializados, excessos de carboidratos simples e frituras, preparados com condimentos de altos teores de sódio, paralelo ao baixo consumo de frutas e vegetais. Dado semelhante ao encontrado no estudo de Santos, Ribeiro e Moraes (2014), em que foi realizada uma avaliação qualitativa do cardápio de uma UAN de área militar em Belém-PA, e notou-se uma relevante presença de frituras nas preparações.

A população que participou da intervenção foi composta por cozinheiros, padeiros, auxiliares de escritório (aprisionamento), chefs de cozinha, superintendentes, subsargentos e tenente. Todos homens tinham médias de idade, jornada de trabalho e tempo de serviço na instituição de 21,8 anos, 8,81 horas/dia e 2,68 anos, respectivamente.

A intervenção ocorreu de forma objetiva, através de slides que traziam frases curtas e ilustrações que pudessem melhorar a fixação dos conteúdos abordados. Os temas discutidos foram: Uma visão geral sobre a alimentação saudável; Consumo de alimentos industrializados; Recomendações sobre o consumo de açúcares, gorduras e sal; Aproveitamento integral de alimentos, com posterior degustação de alimentos feitos à base de cascas, talos e sementes.

Primeiro tema: A importância da alimentação saudável

O tema “Uma visão geral sobre alimentação saudável” foi abordado por meio de slides que trouxeram o papel da alimentação adequada sobre a recuperação e manutenção do estado nutricional adequado, assim como a sua importância sobre a prevenção de doenças crônicas

não transmissíveis (DCNT). O objetivo foi explicar, de maneira introdutória, a importância da mudança dos hábitos alimentares e esclarecer os riscos que uma dieta desequilibrada e predominantemente industrializada podem trazer para a saúde humana.

Segundo Ferreira (2010), a alimentação balanceada e equilibrada, qualitativamente e quantitativamente, assegura o fornecimento de macro e micronutrientes essenciais para o funcionamento adequado do organismo, e tem importante impacto na prevenção de diversas doenças que acometem o ser humano.

De acordo com o Ministério da Saúde (2008), a alimentação inadequada, juntamente com outros fatores do estilo de vida não saudável, cada vez mais comuns devido o processo de globalização e industrialização, tem influenciado a elevação da ocorrência de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil. É possível observar diversas modificações no padrão do consumo alimentar de vários países, inclusive no Brasil, em que a ingestão de gorduras, açúcares, produtos ricos em sódio e alimentos industrializados tem se tornado cada vez mais excessiva enquanto o consumo de frutas e hortaliças tem sido cada vez mais deficiente (IBGE, 2011).

Segundo tema: Alimentação industrializada

Em seguida, ao abordar o tema “Consumo de alimentos industrializados” para os participantes, objetivou-se mostrar de forma breve e dinâmica, os malefícios que esse hábito pode causar. Iniciou-se conceituando alimentos industrializados ou ultraprocessados, que de acordo com Louzada et al. (2015), são aqueles que recebem em seu preparo, o acréscimo de nutrientes extraídos de outros alimentos como gorduras, açúcares e proteínas; ou derivados destes nutrientes, como o amido modificado; ou até substâncias sintetizadas em laboratórios como corantes, aromatizantes e realçadores de sabor.

De acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira, é crescente a preocupação em relação ao consumo destes alimentos em substituição ao alimento *in natura* ou minimamente processado, pois são nutricionalmente desbalanceados devido ao uso de várias substâncias. Além disso, as formas de produção, distribuição, comercialização e consumo, afetam de modo desfavorável a cultura, a vida social e o meio ambiente (BRASIL, 2014).

Os participantes foram incentivados a diminuir o consumo desses alimentos, devendo considerar opções mais naturais, não visando apenas a ingestão do alimento, mas dos nutrientes que ele carrega. De acordo com Monteiro (2009), o valor nutricional dos alimentos tende a não ser o principal determinante de escolha na hora da compra, estes consumidores

acabam sendo atraídos pelos apelos comerciais da indústria, que oferece grande variedade de alimentos ricos em aditivos químicos.

Terceiro tema: Nutrientes de merecem atenção especial

Em sequência, o conteúdo “Recomendações sobre o consumo de açúcares, gorduras e sal”, foi abordado tendo como base as recomendações do Guia de Boas Práticas Nutricionais da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (BRASIL, 2012).

As boas práticas nutricionais compõem um instrumento essencial para a transformação contínua da composição nutricional dos alimentos produzidos em uma UAN. Estas ações tem como objetivo, direcionar os serviços de alimentação na elaboração de refeições com menores teores de sódio, açúcares e gorduras *trans* e saturadas, auxiliando para uma alimentação saudável e para a melhoria da saúde da população consumidora. Essas práticas nutricionais surgiram da necessidade de adequar o perfil nutricional dos alimentos, especialmente em relação aos nutrientes que contribuem para o excesso de peso e surgimento de doenças crônicas como hipertensão, diabetes, obesidade e doenças cardiovasculares (BRASIL, 2012).

De acordo com o guia, a adição de açúcares simples deve ser diminuída gradativamente, especialmente em bebidas servidas já adoçadas. O guia ressalta que a diminuição brusca deste ingrediente pode implicar em recusa e rejeição por parte dos comensais, que uma vez tendo acesso à açúcar na mesa, poderia acrescentar segundo a sua vontade (BRASIL, 2012).

Semelhantemente, a redução do sal nas refeições de um restaurante coletivo, deve ser gradual. Para o controle da quantidade de adição de sal, aconselha-se que o nutricionista ou técnico em dietética responsável, elabore fichas técnicas de preparo para análise da concentração de sal e sódio, para que a partir daí se possa diminuir gradativamente a oferta, até chegar ao valor recomendado de sódio para a refeição (BRASIL, 2012).

Por outro lado, as gorduras podem ter sua redução de forma mais acentuada à curto prazo, pois sua ausência é percebida em menor intensidade pelas papilas gustativas. A gordura pode ser substituída de forma estratégica por temperos e ervas naturais que confirmam sabor e perfume às preparações (BRASIL, 2012).

Quarto tema: Aproveitamento integral dos alimentos

Finalmente, a abordagem sobre “Aproveitamento integral dos alimentos: uma medida nutritiva contra o desperdício” ocorreu tendo em vista a realidade notada na referida

instituição. Esta parte da intervenção ocorreu como forma de se incentivar o aproveitamento de porções comestíveis e muito nutritivas dos alimentos, que muitas vezes são lançadas fora.

Para Cardoso et al. (2015), incentivar a utilização dos alimentos em sua totalidade, é uma forma de buscar alternativas para a criação e oferta de produtos feitos de partes dos alimentos como cascas, folhas e talos, que possuem um valor nutricional bastante elevado. Semelhantemente, Storck et al. (2009), reforça a ideia de que evitar o desperdício dos alimentos, vai além de economia e aumento do valor nutricional, significa também reciclar e respeitar a natureza, proporcionando uma alimentação digna e mais prazerosa.

Neste sentido, a conscientização da população acerca do desperdício de alimentos é uma importante ferramenta para melhorar a qualidade de vida, além de contribuir para a preservação do meio ambiente. É através de orientações e incentivo ao aproveitamento integral dos alimentos que se pode melhorar o quadro alimentar atual do país (OLIVEIRA et al., 2009).

Com tudo isso, para incentivar o consumo de preparações mais saudáveis e mais nutritivas, ao final da explanação de ideias, os funcionários presentes foram convidados a participar de uma degustação de pratos que foram preparados com partes de alimentos que geralmente não são utilizadas, afim de despertar o interesse pelo consumo desse tipo de preparação e incentivar a utilização dos alimentos em sua forma integral.

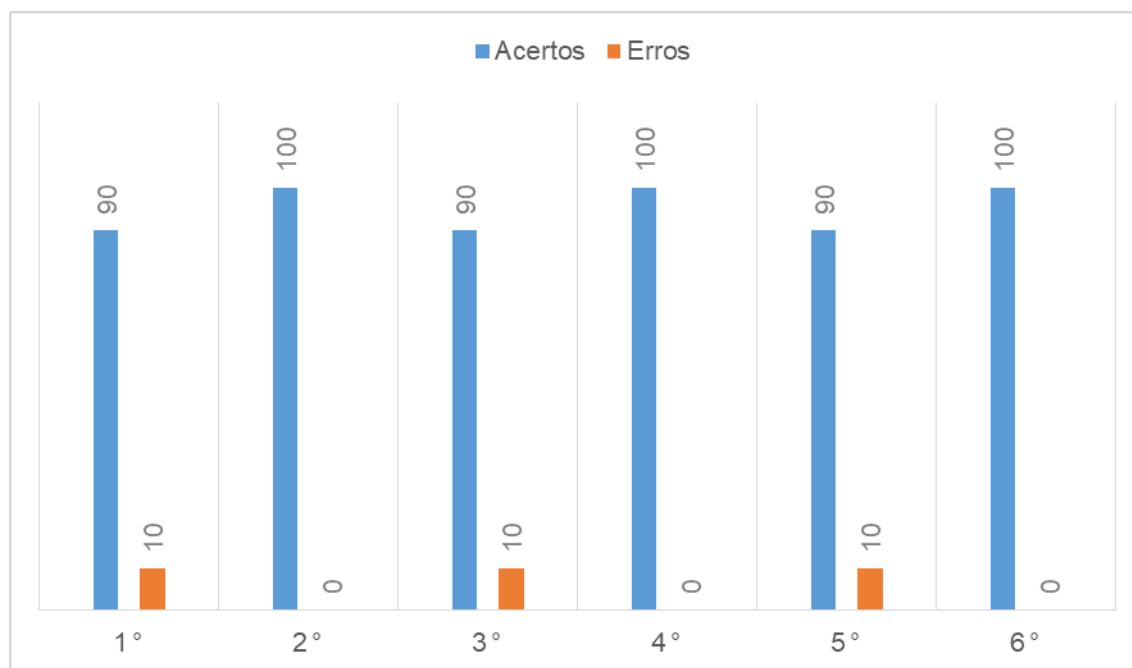
Avaliação da Intervenção

Ao final da intervenção, foi aplicado um questionário simples para avaliar a efetividade das ações desenvolvidas. Além dos dados pessoais, os questionários continham perguntas sobre o conteúdo ministrado e os participantes deveriam marcar verdadeiro ou falso. As perguntas contidas foram:

- 1.Reduzir as quantidades de ingredientes como açúcar, óleo e sal pode evitar o surgimento de doenças como diabetes, colesterol alto e hipertensão?
2. Lanches como coxinhas, pastéis, frituras no geral, fazem bem à saúde?
3. Após a intervenção vocês pretendem adotar práticas de reaproveitamento?
4. Reaproveitar partes dos alimentos que não são utilizadas é importante porque diminui o desperdício e aumenta o valor nutricional da preparação?
5. Cascas de frutas não podem ser utilizadas para fazer outras preparações?
6. É importante adotar técnicas de preparo que melhorem a qualidade nutricional das refeições?

O gráfico abaixo mostra os resultados obtidos, ilustrando os erros e acertos em cada questão.

Figura 01: Resultados obtidos com a aplicação do questionário.



Fonte: Comunicação própria, 2015.

A figura 1 apresenta os resultados obtidos no questionário de avaliação realizado, mostrando a porcentagem de erros e acertos para cada questão. Ao serem questionados sobre a redução do consumo de açúcar, óleo e sal com o surgimento de doenças crônicas não como diabetes, hipertensão e colesterol alto, cerca de 90% dos funcionários responderam da forma correta e 10% erraram a pergunta.

Na segunda pergunta sobre as frituras no geral e os efeitos para a saúde, todos os participantes, ou seja, 100% acertaram ao confirmar que as frituras fazem mal á saúde. Na pergunta 3, cerca de 90% confirmaram que após a intervenção irão utilizar as técnicas de reaproveitamento de alimentos, enquanto 10% não se interessou em utilizar. Na 4ª questão, 100% dos funcionários responderam que reaproveitar os alimentos contribui para diminuir o desperdício e aumentar o valor nutricional dos alimentos.

Na pergunta de número 5, cerca de 90% dos participantes acertaram ao afirmar que as cascas de frutas podem ser utilizadas na preparação de alimentos, enquanto 10% concordaram que as cascas não podem ser reutilizadas. Ao serem questionados no tópico 6, 100% dos

participantes acertaram ao afirmar que é importante adotar técnicas de preparo que melhorem a qualidade nutricional dos alimentos.

No estudo de Oliveira et al (2009), cerca de 89% dos participantes desconheciam a importância do aproveitamento integral dos alimentos e da importância da higienização dos alimentos e dos manipuladores e o risco da transmissão de doenças pelos alimentos.

Para Oliveira et al (2008), apenas a disponibilidade de alimentos não é suficiente para assegurar uma alimentação adequada, é preciso também que eles possuam segurança higiênica e sanitária e que as refeições sejam diversificadas e saborosas.

Os participantes também foram questionados sobre como classificariam a intervenção, sendo que 95% assinalou como “ótima” e 5% classificou como “boa”. Sobre a relevância do tema abordado, todos os participantes (100%) consideraram “muito interessante”. Ao serem questionados sobre se utilizariam no dia-a-dia recomendações repassadas, apenas 5% respondeu que “não utilizaria”.

Os métodos utilizados na intervenção foram realizados de forma bem clara, para que se chegasse aos resultados esperados, de repassar a importância do aproveitamento integral dos alimentos, tanto para a saúde quanto para a diminuição do desperdício. As ideias foram claras e os funcionários presentes conseguiram entender todo o assunto abordado.

4. Considerações finais

A promoção da Educação Alimentar e Nutricional no contexto da alimentação do trabalhador através da prática de intervenções que considerem as características da Unidade de Alimentação em questão bem como as necessidades do grupo de comensais à qual a mesma serve, é de suma importância para a disseminação do conhecimento acerca de uma alimentação nutricionalmente adequada àquele grupo, capaz de melhorar a qualidade de vida e conseqüentemente o desempenho funcional destes.

Salienta-se a necessidade de mais estudos acerca da importância da EAN através de relatos práticos onde as dificuldades e limitações do profissional e da população que passa pela intervenção sejam advindas de vivências e não tão somente teorizadas. Os resultados obtidos com este trabalho reforçam a relevância e eficácia das intervenções, podendo este servir como subsídios para intervenções futuras.

Espera-se com isso contribuir para maior valorização de práticas educacionais alimentares dentro do contexto da saúde do trabalhador, culminando em um benefício múltiplo que contempla o trabalhador, a empresa e o Estado. Onde a promoção de saúde do

trabalhador lhe fará desempenhar melhor a sua função na empresa, que de forma indireta gerará mais lucros; a diminuição de risco de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) promovida por uma alimentação nutricionalmente adequada será benéfica ao Estado ao tempo que a susceptibilidade de gastos futuros com a saúde destes, tenderá a ser menor.

Esse trabalho poderá motivar a execução de trabalhos futuros que incentivem cada vez mais o aproveitamento integral dos alimentos, e a adoção de práticas mais saudáveis, contribuindo para a utilização de alimentos mais nutritivos e uma maior promoção à saúde.

Referências

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária- ANVISA. **Guia de boas práticas nutricionais**. Agência Nacional de Vigilância Sanitária, Brasília-DF, 2012. Disponível em <<http://portal.anvisa.gov.br/documents/33916/389979/Boas%2Bpraticas%2Bnutricionais.pdf/4cdbc1ed-a68b-4dd4-9dd7-099de516dd3f>> acesso em 12/09/2018.

BRASIL. Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006. **Lei Orgânica de Segurança Alimentar Nutricional (losan)**. Cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional - SISAN com vistas em assegurar o direito humano à alimentação adequada e dá outras providências. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 18 set. 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia Alimentar para a população Brasileira**. 2 ed. Brasília: MS, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde- MS. **Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil 2011-2022**. 2011. Disponível em <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/plano_acoes_enfrent_dcnt_2011.pdf> acesso em 12/09/2018.

BRASIL. Ministério da Saúde- MS. Secretaria de Vigilância em Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. **Diretrizes e recomendações para o cuidado integral de doenças crônicas não transmissíveis: promoção da saúde, vigilância, prevenção e assistência**. Brasília-DF, 2008. Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_recomendacoes_cuidado_doencas_cronicas.pdf>. Acesso em 12/09/2018.

BRASIL. Portaria Interministerial nº66, de 25 de Agosto de 2006. Altera os parâmetros nutricionais do Programa de Alimentação do Trabalhador – PAT. **Diário Oficial da República Federativa do Brasil**, Brasília, DF, 28 ago. 2006.

CARDOSO, F. T.; FRÓES, S. C.; FRIEDE, R.; MORAGAS, C. J.; MIRANDA, M. G.; AVELAR, K. E. S. Aproveitamento integral de alimentos e o seu impacto na saúde. **Sustentabilidade em debate**, v. 6, n. 3, p. 131-143, 2015.

CHU, C.; BREUCKER, G.; HARRIS, N.; STITZEL, A.; GAN, X.; GU, X.; DWYER, S. Health promoting workplaces international settings development. **Health Promotion International**, v. 15, n. 2, p. 155-167, 2000.

COLARES, L. G. T. Evolução e perspectivas do programa de alimentação do trabalhador no contexto político brasileiro. **Nutrire: Revista da Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição**, v. 29, p. 141-158, 2005.

FERREIRA, S. R. G. Alimentação, nutrição e saúde: avanços e conflitos na modernidade. **Ciência e Cultura**, v. 62, n.4, p. 31-34, 2010.

HORTA, P. M.; SANTOS, L. C.; ANDRADE, R. G. Promoção de práticas alimentares saudáveis entre trabalhadores de unidade básica de saúde. **O Mundo da Saúde**, v. 38, n. 3, p. 269-276, 2014.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA- IBGE. Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) 2008-2009. **Análise do consumo alimentar pessoal no Brasil**. Rio de Janeiro: IBGE; 2011. Disponível em: <https://ww2.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/condicaodevida/pof/2008_2009_analise_consumo/default.shtm>. Acesso em 12/09/2018.

LOUZADA, M. L. C.; MARTINS, A. P. B.; CANELLA, D. S.; BARALDI, L. G.; LEVY, R. B.; CLARO, R. M.; MOUBARAC, J. CANNON, G.; MONTEIRO, C. A. Alimentos ultraprocessados e perfil nutricional da dieta no Brasil. **Revista de Saúde Pública**, v. 49, n. 1, p. 1-11, 2015.

MONTEIRO, C. A. Nutrition and health. The issue is not food, nor nutrients, so much as processing. **Public Health and Nutrition**, v. 12, n. 5, p. 729-731, 2009

OLIVEIRA, C. C. A. BERNARDO, S. J. SARAIVA, J.M. Formação para Agentes de Merendeira da Prefeitura Municipal de Buíque - PE. **In: JEPEX**, 2008, Recife, PE.

OLIVEIRA, C. C. A.; SILVA, J. M.; REIS, T. C.; NUNES, J. E. A.; LIMA, D. E. S. Aproveitamento integral dos alimentos: Contribuições para melhoria da qualidade de vida e meio ambiente de um grupo de mulheres da cidade do Recife-Pe. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE ECONOMIA DOMÉSTICA, 20., 2009, **Anais...** Fortaleza: CBED, p. 1-9, 2009.

PAULA, A. G. **Como implantar o PAT** – Programa de Alimentação ao Trabalhador – em Empresas da cidade de Poços de Caldas. 2011. Disponível em:

<<https://www.pucpcaldas.br/graduacao/administracao/revista/artigos/v6n1/v6n1a1.pdf>>.

Acesso em: 05 set. 2018.

SALVETTI, L. H.; POSSA, G. Programa de alimentação do trabalhador e qualidade nutricional das refeições. **Ciência e Saúde**, v.10, n.1, p. 23-27, 2017.

SANTOS, L. A. S. O fazer educação alimentar e nutricional: algumas contribuições para reflexão. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 17, n. 2, p. 453-462, 2012.

SANTOS, A. S.; RIBEIRO, D. M. A.; MORAIS, P. M. O. Avaliação qualitativa do cardápio de uma unidade de alimentação e nutrição de área militar em Belém-PA. In: CONGRESSO DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE DA AMAZÔNIA, 3., 2014, **Anais...** Pará: ICS, p. 1-2, 2014.

STORCK, C. R.; NUNES, G. L.; OLIVEIRA, B. B.; BASSO, C. Folhas, talos, cascas e sementes de vegetais: composição nutricional, aproveitamento na alimentação e análise sensorial de preparações. **Ciência Rural**, v. 43, n. 3, p. 537-543, 2013.

VIDAL, G. M.; BALTAZAR, L. R. S.; COSTA, L. C. F.; MENDONÇA, X. M. F. D. Avaliação das boas práticas em segurança alimentar de uma unidade de alimentação e

nutrição de uma organização militar da cidade de Belém, Pará. **Alimentos e Nutrição**, v. 22, n. 2, p. 283-290, 2011.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Ambientes de trabalho saudáveis**: um modelo para ação: para empregadores, trabalhadores, formuladores de políticas e profissionais. Brasília: SESI/DN, 2010.