

PROMOÇÃO DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL DOS TRABALHADORES DE RESTAURANTES DO RIO DE JANEIRO

Larissa Manai De Oliveira Mello¹, Ana Carolina Linhares da Silva¹, Rafaela Rodrigues Dutra¹, Odaleia Barbosa de Aguiar¹

1.Universidade do Estado do Rio de Janeiro

INTRODUÇÃO

A promoção de uma alimentação saudável consiste num conjunto de estratégias que visam a melhoria da qualidade de vida dos indivíduos e das coletividades, podendo prevenir e amenizar os problemas de saúde. Diariamente, o corpo humano precisa de quantidades equilibradas de nutrientes e minerais para manter suas funções, e esses compostos são obtidos através da alimentação.

OBJETIVO

Contribuir na ampliação do diálogo com os trabalhadores dos restaurantes universitário (RU) e hospitalar (RH) localizados na UERJ sobre a promoção de alimentação saudável.

MÉTODO

A opção teórico-metodológica do projeto é de realizar atividades de rodas de conversa ou atividades práticas que possam inserir os trabalhadores no temas da alimentação, permitindo a apreensão do fenômeno estudado conjugando diferentes perspectivas empíricas. Além disso, é

criado dentro do ambiente de trabalho complemento das atividades dialogadas, por exemplo: afixar cartazes em pontos estratégicos da cozinha com foto dos trabalhadores com perguntas e respostas sobre o tema; distribuir folder com a temática da alimentação; elaborar vídeo pela bolsista de extensão com disponibilidade no youtube acessado via QR Code; montar painel na entrada de trabalho com o tema e promover gincana com o tema.

RESULTADOS

Foram distribuídos folders e envelopes de perguntas sobre o tema fibras alimentares nos restaurantes do RU e no RH para 50 trabalhadores. Aqueles que responderam participavam da gincana e concorreriam ao prêmio de amostras de alimentos ricos em fibras alimentares. Três respostas mais completas foram escolhidas entre os que entregaram o envelope.

CONCLUSÃO

Os trabalhadores do RU foram mais participativos comparados ao do Hospital Universitário e as respostas, na sua maioria, estavam corretas.

Palavras-chave: Promoção da Saúde; Alimentação; Serviços de Alimentação.

Fonte de financiamento: Bolsa de Extensão.