

AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL DA CORPORAÇÃO DE BOMBEIROS DE MARINGÁ E IMPLANTAÇÃO DE UM PROGRAMA DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL

IVETE MARIA CENCI MARIN; EDNA REGINA NETTO DE OLIVEIRA; MARIA FERNANDA SANTOS TENÓRIO
CESUMAR - CENTRO UNIVERSITÁRIO DE MARINGÁ, MARINGÁ - Paraná

PROF. DR. AMAURI APARECIDO BASSOLI DE OLIVEIRA (Orientador)
CESUMAR - CENTRO UNIVERSITÁRIO DE MARINGÁ, MARINGÁ - Paraná

Este trabalho, de característica descritiva, foi realizado com o objetivo de diagnosticar o estado nutricional e avaliar os hábitos alimentares e de vida, da Corporação de Bombeiros de Maringá-PR. Como aspecto metodológico adotou-se os seguintes procedimentos: 1 – coleta dos dados antropométricos gerais dos participantes; 2 - aplicação de um questionário contendo questões objetivas e subjetivas acerca dos hábitos alimentares, características sócio-econômicas e condições de saúde dos participantes; 3 – aplicação de um Recordatório de 24 horas para avaliação do consumo alimentar; 4 – realização de exames laboratoriais para se avaliar os principais indicadores bioquímicos de saúde (glicemia de jejum, lipidograma e hemograma completo). Foram avaliados 56 bombeiros com idade variando de 20 a 55 anos. Os dados antropométricos e os questionários foram coletados pelos pesquisadores e os exames laboratoriais foram realizados pelos laboratórios credenciados da cidade de Maringá. Como resultados centrais pode-se constatar que de acordo com o IMC (Índice de Massa Corporal) 65,38% foram considerados eutróficos, 30,76% apresentaram sobrepeso e 3,34% obesidade grau I. Os dados da circunferência da cintura demonstraram que para doença cardiovascular e doenças crônicas 6,81% tinham risco elevado e 4,54% um risco muito elevado. No que diz respeito à atividade física, 94,34% relataram praticá-la, sendo a corrida a mais freqüente. O comportamento alimentar dos participantes prende-se a três refeições diárias (54,72%), as quais são preparadas por suas esposas (55,26%). Todavia, a grande maioria (88,68%) tem o hábito de fazer suas refeições fora de casa de uma a três vezes por semana (69,81%). Os exames laboratoriais revelaram que todos os participantes apresentaram níveis normais de glicose de jejum e resultados também normais no hemograma, entretanto, 5,6% dos indivíduos avaliados apresentaram alterações no perfil lipídico. O Recordatório 24 horas revelou que 8,7% consumiram diariamente um valor calórico acima de sua necessidade (acima do VET calculado); os teores de carboidratos, lipídios e proteínas da dieta estavam adequados para 93,5%, 61,00% e 21,74% dos entrevistados, respectivamente, o que nos permitiu detectar uma elevada ingestão de proteínas nesta população. Concluindo, apesar de os bombeiros de Maringá terem se apresentado na sua maioria, eutróficos e praticantes de atividade física, uma parcela significativa apresentou sobrepeso, indicativo do desequilíbrio de macronutrientes encontrados na avaliação dos seus hábitos alimentares. Tais resultados ressaltam a importância do trabalho conjunto entre atividade física e dieta equilibrada, numa população de trabalhadores que é duramente solicitada em atividades que requerem presteza e prontidão no agir.

IVETE.MARIN@BOL.COM.BR; AMAURI@CESUMAR.BR