

Título: Qualidade da Alimentação: Enfermagem no ambiente hospitalar *

Autores: Renata GALVÃO; Maria Celina Da Piedade RIBEIRO

A alimentação saudável se caracteriza pelo consumo de uma variedade de alimentos, que proporcionam ao organismo, os nutrientes necessários para o bom funcionamento dos órgãos. É uma das maiores preocupações na rotina das pessoas, tanto para obter um estilo de vida saudável, quanto para perder peso ou melhorar a qualidade de vida. Uma ingestão alimentar segura e nutricional colabora no processo saúde doença e traz melhores condições de vida à população. O tema alimentação saudável é de grande relevância, considerando o aumento à crescente tendência de obesidade no mundo, e sua relação com os hábitos alimentares, muitas vezes influenciada pela forma e tempo em que os alimentos são preparados e estilo de vida. Ao contrário, a má alimentação compromete a vida e a saúde das pessoas e pode ser decorrente de uma rotina longa e cansativa de trabalho, onde os mesmos não tem tempo para realizar todas as refeições diárias. Os profissionais de saúde, em especial os da enfermagem, são alvo desse mal, que pode acarretar danos à saúde, comprometendo sua qualidade de vida. É evidente a hipótese que esses profissionais em suas jornadas de trabalho, adoecem em sua maioria, devido também a uma má alimentação. O objetivo da pesquisa é avaliar a qualidade da alimentação dos profissionais de enfermagem, durante as suas jornadas de trabalho. Trata-se de uma pesquisa de campo, quantitativa com aplicação de questionários, com uma amostra de 80 profissionais de enfermagem que trabalham na Fundação Hospitalar São Sebastião de Três Corações – MG. Será aplicado um questionário a fim de avaliar a qualidade da alimentação desses profissionais durante a sua rotina de trabalho. A alimentação saudável envolve a escolha de alimentos não somente para manter o peso ideal, mas também para garantir uma saúde plena, e para isso é importante verificar o consumo dos diferentes tipos de alimentos e nutrientes. Muitos ainda não se conscientizaram sobre a importância de se manter uma alimentação saudável, visando maior produtividade no trabalho, priorizando as refeições mais importantes como o café da manhã ou o almoço, ficam para depois ou são negligenciadas. Mas esse comportamento pode trazer o efeito oposto, gerando menor disposição para as atividades e atrapalhando o desempenho profissional, com possíveis prejuízos para a saúde.

Palavras-chave: Qualidade de vida, Alimentação saudável, Profissionais de enfermagem.

* Apoio financeiro FAPEMIG.