

## AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL DO CORPO DE BOMBEIROS NO MUNICÍPIO DE VIDEIRA – SC

\* Laura Vanzela

\*\* Ana Paula Ariotti

### Resumo

Este trabalho foi realizado com o propósito de avaliar o estado nutricional, a prevalência de sobrepeso e obesidade, e o riscos de doenças cardiovasculares do Corpo de Bombeiros de Videira-SC. Para o seu desenvolvimento, realizou-se a aferição do índice de massa corporal (IMC) e da circunferência abdominal (CA). Foram avaliados 23 bombeiros, de 21 a 54 anos, sendo a maioria (91,3%) de 21 a 29 anos. De acordo com o IMC, 26,1% foram considerados eutróficos, 52,2% sobrepesos, 17,4% com obesidade grau I e 4,3% grau II. Os resultados da CA demonstraram que 69,6% não tinham risco de desenvolver doença cardiovascular, 13% tinham risco elevado e 17,4% um risco muito elevado. No que diz respeito à atividade física, dos 70% relataram praticá-la, do quais 37,14% praticavam três vezes por semana e 62,86% todos os dias.

Tais resultados ressaltam a importância do trabalho conjunto entre atividade física e dieta equilibrada, numa população de trabalhadores que é duramente solicitada para atividades que requerem presteza e prontidão no agir.

Palavras chave: bombeiros, avaliação nutricional, IMC, circunferência abdominal.

### 1 INTRODUÇÃO

De acordo com Lessa (2004) e Neto (2003), a qualidade de vida de qualquer ser humano está, em primeiro plano, ligada ao estado de saúde e às doenças que ele venha a apresentar, dessa forma, além da prática

frequente de atividades físicas, a nutrição é fundamental não só para a prevenção de doenças, mas também para promoção de saúde à todos os indivíduos, principalmente dos trabalhadores.

Nas últimas décadas, uma série de mudanças complexas tem ocorrido nos padrões alimentares e nutricionais de populações e grupos populacionais em todo o mundo, decorrente de alterações de cunho socioeconômico, cultural, educacional, psicológico, tecnológico e outros (BARBANTI, 1990). Dentre elas encontram-se as deficiências e, principalmente, excessos alimentares, como o aumento expressivo do consumo de alimentos com alto teor de gorduras saturadas e carboidratos simples, os quais contribuem significativamente como um amplo fator de risco para o desenvolvimento de patologias crônicas e obesidade (MALTA et al., 2016).

Os bombeiros, como integrantes dessa sociedade moderna, também estão sujeitos aos males que nela ocorrem. Porém, o agravante desse fato é que esses profissionais precisam estar com o corpo e a mente em estados plenamente saudáveis para conseguirem executar as funções que lhes são atribuídas (BARBANTI, 1990). Assim, os bombeiros, e todos os outros indivíduos que visam uma vida longa e de qualidade, devem aderir permanentemente à prática diária de hábitos saudáveis, como a adoção de uma dieta equilibrada, a prática de atividades físicas, uso muito moderado de bebidas alcoólicas, além do não uso de cigarro e drogas ilícitas (DÂMASO, 2001).

Dessa forma, a avaliação correta do estado nutricional é de suma importância para uma vida saudável, uma vez que esta pode apontar a ocorrência de excesso de peso e obesidade, atrelados à maiores riscos de doenças cardiovasculares, os quais podem afetar diretamente a qualidade de vida e do trabalho de profissionais que necessitam de uma boa aptidão física e motora para a execução correta de suas funções (VASCONCELOS, 2010).

Pensando nisso, realizou-se a avaliação do estado nutricional do corpo de bombeiros do município de Videira - SC, por meio do índice de massa corporal (IMC) e da circunferência abdominal (CA), para diagnosticar a

situação nutricional de cada indivíduo em relação a sua profissão, assim como o risco de desenvolver doenças cardiovasculares.

## 2 DESENVOLVIMENTO

### 2.1 MATERIAL E MÉTODOS

#### 2.1.1 População

A população-alvo desta pesquisa foram os bombeiros de Videira-SC. A grande maioria dos profissionais foi avaliada, totalizando 23 bombeiros distribuídos em funções administrativas e de prontidão.

#### 2.1.2 Instrumentos de medida

Para a coleta dos dados antropométricos utilizou-se um estadiômetro de parede econômico, da marca Wood, para medir a altura, uma balança digital, da marca G-Tech, para aferir o peso dos participantes e uma fita métrica Vonder, de até dois metros, para medir a circunferência abdominal.

#### 2.1.3 Coleta de dados

Os dados foram coletados por Laura Vanzela, acadêmica do curso de Nutrição da Unoesc Videira - Universidade do Oeste de Santa Catarina, com o objetivo de analisar o estado nutricional dos bombeiros. No momento da aferição, os profissionais ficaram todos descalços em posição ereta, braços posicionados ao longo do corpo olhando no sentido horizontal, corpo relaxado para que pudesse coletar os dados com perfeição.

### 2.2 RESULTADOS E DISCUSSÃO

#### 2.2.1 Avaliação antropométrica

Segundo a classificação do índice de massa corporal (IMC) da Organização Mundial da Saúde (1997, apud LEÃO; GOMES, 2012) apresentada na Tabela 1, 26,1% dos indivíduos avaliados foram considerados eutróficos, 52,2% sobrepesos, 17,4% apresentaram obesidade grau I e 4,3% obesidade grau II, como demonstrado no Gráfico 1. Pode-se observar predominância de sobrepeso e alguns casos de obesidade I e II.

À partir da aferição da circunferência abdominal (CA), estabeleceram-se quais indivíduos apresentavam ou não risco de doenças cardiovasculares, como apresentado no Gráfico 2. Pode-se observar que 69,6% dos bombeiros avaliados não possuem risco de desenvolver tais patologias, enquanto 13% apresentaram risco elevado e 17,4% um risco muito elevado. Embora apresentassem um valor médio elevado de porcentual de gordura, a distribuição desta, em sua grande maioria, não estava localizada na região abdominal.

Já, em relação à prática de exercícios físicos, os resultados demonstrados no Gráfico 3 indicam que a maioria (70%) dos bombeiros avaliados realizam atividade física regularmente, sendo que, destes, 62,86% praticam todos os dias e 37,14% ao menos três vezes por semana. Dessa forma, foi possível observar que, mesmo com a realização de atividade física, o grupo analisado apresentou números elevados de sobrepeso e a obesidade, concluindo-se que o excesso de peso está provavelmente atribuído à uma alimentação inadequada.

### 3 CONCLUSÃO

Os bombeiros, profissionais imprescindíveis para a população, exercem um trabalho de risco que lhes exige uma rotina bastante rígida, assim como um ótimo preparo físico e mental. Dessa forma, pode-se dizer que a nutrição se faz bastante presente na vida desses trabalhadores, contribuindo não só com a ausência de patologias, mas também com a promoção de saúde dos mesmos.

As longas escalas e jornadas de trabalho fazem que os bombeiros, geralmente, consumam produtos industrializado, devido ao seu baixo custo e preparo rápido, entretanto, é válido lembrar que o consumo constante desses alimentos pode contribuir com o desenvolvimento de uma série de patologias, como a obesidade, diabetes, hipertensão arterial, e outras.

Assim, apesar de os bombeiros de Videira terem se apresentado eutróficos, na sua maioria, e praticantes de atividade física, uma parcela significativa apresentou sobrepeso, evidenciando um desequilíbrio na ingestão de macronutrientes e micronutrientes. 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.

### REFERÊNCIAS

BARBANTI, José Valdir. Aptidão física: um convite à saúde. São Paulo: Editora Manole, 1990.

DÂMASO, Ana. A nutrição e exercício na prevenção de doenças. 1 ed. Rio de Janeiro: Editora Guanabara, 2001.

LEÃO, Leila Sicupira Carneiro de Souza; GOMES, Maria do Carmo Rebello. Manual de nutrição clínica: para atendimento ambulatorial adulto. 13 ed. São Paulo: Editora Vozes, 2012.

LESSA, Ines. Doenças crônicas não-transmissíveis no Brasil: um desafio para a complexa tarefa de vigilância. Revista Ciência e Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 9, n. 4, p. 931-943, 2004. Disponível em: [http://www.epsjv.fiocruz.br/upload/d/Doencas\\_cronicas\\_nao\\_transmissiveis\\_no\\_Brasil\\_-\\_desafio\\_para.pdf](http://www.epsjv.fiocruz.br/upload/d/Doencas_cronicas_nao_transmissiveis_no_Brasil_-_desafio_para.pdf). Acesso em: 5 dez. 2019.

MALTA, Deborah Carvalho et al. Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS): capítulos de uma caminhada ainda em construção. Ciência e Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 21, n. 6, p. 1683-1694, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/csc/v21n6/1413-8123-csc-21-06-1683.pdf>. Acesso em: 5 dez. 2019.

NETO, Faustino Teixeira. Nutrição clínica. 1 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.

VASCONCELOS, Francisco de Assis Guedes de. Avaliação nutricional de coletividades. 3 ed. Florianópolis: UFSC, 2010.

Sobre o(s) autor(es)

\* Acadêmica do Curso de Bacharel em Nutrição, Unoesc Videira;

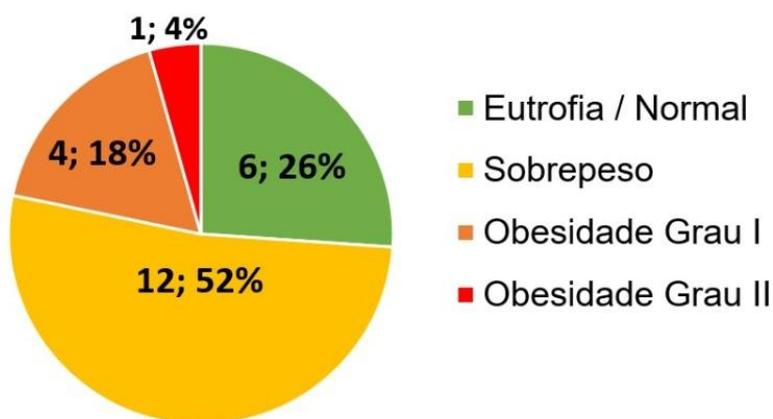
\*\* Professora orientadora, Unoesc Videira.

Tabela 1 - Tabela de classificação do índice de massa corporal (IMC)

| IMC (KG/M <sup>2</sup> ) | CLASSIFICAÇÃO      |
|--------------------------|--------------------|
| < 16,0                   | Magreza grau III   |
| 16,0 a 16,9              | Magreza grau II    |
| 17,0 a 18,4              | Magreza grau I     |
| 18,5 a 24,9              | Normal / Eutrofia  |
| 25,0 a 29,9              | Sobrepeso          |
| 30,0 a 34,9              | Obesidade grau I   |
| 35,0 a 39,9              | Obesidade grau II  |
| ≥ 40,0                   | Obesidade grau III |

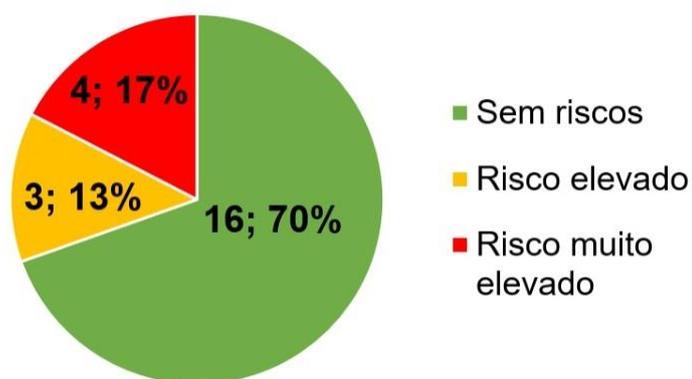
Fonte: Organização Mundial da Saúde (1997 apud LEÃO; GOMES, 2012).

Gráfico 1 - Índice de massa corporal (IMC) dos bombeiros avaliados



Fonte: os autores.

Gráfico 2 - Classificação de risco de doenças cardiovasculares conforme a circunferência abdominal (CA) dos profissionais avaliados



Fonte: os autores.

Gráfico 3 - Prática de exercícios físicos dos bombeiros avaliados



Fonte: os autores.



Fonte:



Fonte: