

# CONDIÇÃO DE TRABALHO E RENDA COMO FATORES QUE INFLUENCIAM NA QUALIDADE DA ALIMENTAÇÃO DO TRABALHADOR

Taís Justo<sup>1</sup>  
Patrícia Pilatti<sup>2</sup>  
Pietra Trombim<sup>3</sup>  
Willians Cassiano Longen<sup>4</sup>

JUSTO,T.; PALTTI,P.; TROMBIM,P.; LONGEN,W.C. Condição de trabalho e renda como fatores que influenciam na qualidade da alimentação do trabalhador. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**. Umuarama. v. 26, n. 3, p. 1437-1444, set./dez. 2022.

**RESUMO:** A alimentação é uma necessidade básica do ser humano, bem como um direito fundamental garantido pela Constituição Federal. É através de uma alimentação adequada, entre outros determinantes que a saúde se constitui. Considerando o mundo do trabalho, é importante ter um olhar ampliado ao trabalhador e suas condições de trabalho no que tange sua promoção de saúde. O objetivo deste artigo é refletir sobre como as condições de trabalho e renda impactam no acesso a uma alimentação de qualidade ao trabalhador e sua família. Utilizou-se como metodologia uma revisão de literatura entre 2011 e 2021. Resultados e Discussão: ressalta-se que embora haja a alternativa para o trabalhador formal acessar a alimentação dentro do local de trabalho, isso não garante que ele a realize com qualidade, uma vez que são vários fatores que impactam sobre esse processo. O trabalhador terceirizado e informal, além de não contar com esse recurso, conta com maior precarização das relações de trabalho. Conclusão: conclui-se que, em um contexto de desigualdade social e precarização das condições de trabalho é essencial pensar em ações junto a rede de atenção à saúde que possam garantir uma qualidade de vida no trabalho, bem como, dos direitos dos trabalhadores, incluindo uma alimentação adequada e saudável.

**PALAVRAS-CHAVE:** Alimentos; Saúde do Trabalhador; Sistema Único de Saúde.

## WORKING CONDITION AND INCOME AS FACTORS THAT INFLUENCE THE QUALITY OF THE WORKER'S DIET

**ABSTRACT:** Food is a basic human need, as well as a fundamental right guaranteed by the Federal Constitution. It is through an adequate diet, among other determinants that health is constituted. Considering the world of work, it is important to have a broader view of the worker and his working conditions with regard to his health promotion. The purpose of this article is to reflect on how working conditions and income impact access to quality food for workers and their families. A documentary and bibliographic analysis of the 2011 to 2021. Results and discussion: it is noteworthy that although there is an alternative for formal workers to access food within the workplace, this does not guarantee that they will perform it with quality, since there are several factors that impact on this process. The outsourced and informal worker, in addition to not having this resource, has greater precariousness in labor relations. Conclusion: it is concluded that, in a context of social inequality and precarious

DOI: [10.25110/arqsaude.v26i3.20229004](https://doi.org/10.25110/arqsaude.v26i3.20229004)

<sup>1</sup> Graduada em Fisioterapia. Bolsista do Núcleo de Promoção e Atenção Clínica à Saúde do Trabalhador (NUPAC-ST). Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC). E-mail: [taisparrejusto@gmail.com](mailto:taisparrejusto@gmail.com)

<sup>2</sup> Mestre em Saúde Coletiva. Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva, Universidade do Extremo Sul Catarinense (PPGSCol – UNESC). E-mail: [pattipilla@yahoo.com.br](mailto:pattipilla@yahoo.com.br)

<sup>3</sup> Graduada em Fisioterapia. Bolsista do Núcleo de Promoção e Atenção Clínica à Saúde do Trabalhador (NUPAC-ST). Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC).

E-mail: [pietra\\_trombim@hotmail.com](mailto:pietra_trombim@hotmail.com)

<sup>4</sup> Doutor em Ciências da Saúde. Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva, Universidade do Extremo Sul Catarinense (PPGSCol – UNESC). E-mail: [wcl@unesc.net](mailto:wcl@unesc.net)

working conditions, it is essential to think about actions within the health care network that can guarantee a quality of life at work, as well as workers' rights, including adequate and healthy food.

**KEYWORDS:** Foods; Worker's Health; Health Unic System.

## **CONDICIÓN DE TRABAJO Y RENTA COMO FACTORES QUE INFLUYEN EN LA CALIDAD DE LA ALIMENTACIÓN DEL TRABAJADOR**

**RESUMEN:** La alimentación es una necesidad básica del ser humano, así como un derecho fundamental garantizado por la Constitución Federal. Es a través de una alimentación adecuada, entre otros determinantes que se constituye la salud. Considerando el mundo del trabajo, es importante tener una visión más amplia del trabajador y de sus condiciones de trabajo en relación a la promoción de su salud. El objetivo de este artículo es reflexionar sobre cómo las condiciones de trabajo y los ingresos influyen en el acceso a una alimentación de calidad para los trabajadores y sus familias. Un análisis documental y bibliográfico del 2011 al 2021. Resultados y discusión: destaca que si bien existe una alternativa para que los trabajadores formales accedan a la alimentación dentro del centro de trabajo, esto no garantiza que la realicen con calidad, ya que existen diversos factores que inciden en este proceso. El trabajador tercerizado e informal, además de no contar con este recurso, tiene mayor precariedad en las relaciones laborales. Conclusión: se concluye que, en un contexto de desigualdad social y precarización de las condiciones de trabajo, es fundamental pensar en acciones dentro de la red asistencial que puedan garantizar la calidad de vida en el trabajo, así como los derechos de los trabajadores, incluyendo una alimentación adecuada y saludable.

**PALABRAS CLAVE:** Alimentación; Salud del Trabajador; Sistema Único de Salud.

---

### **1. INTRODUÇÃO**

O trabalho representa uma das principais dimensões da vida humana, sendo que boa parte da identidade dos sujeitos é vinculada as atividades que exercem com destaque para as ocupacionais. O maior patrimônio de uma empresa são seus trabalhadores, sua força de trabalho e o maior patrimônio do trabalhador é sua capacidade de trabalhar. O universo do trabalhar é complexo e faz parte deste contexto a condição primordial da alimentação (TEODORO e LONGEN, 2017; LONGEN, 2018).

A alimentação não se trata apenas de uma necessidade básica do ser humano. É no alimento que estão presentes os nutrientes necessários para que o organismo possa funcionar de maneira correta e equilibrada. Sabe-se também que o apreço ou a repulsa que se tem por determinado alimento são influenciados por questões sociais, econômicas, políticas e culturais (DE OLIVEIRA e NETO, 2019).

Nos dias atuais a desigualdade social afeta o país de forma gritante, e com isso surge a necessidade de atenção especial às famílias desafortunadas. Além de todas as dificuldades enfrentadas no dia a dia, essas famílias sofrem diariamente com a falta de alimentação na quantidade e qualidade recomendada. Isso ocorre devido à instabilidade financeira, que dificulta cada vez mais o acesso aos alimentos; à precariedade das moradias, que muitas vezes não tem nem um lugar adequado para que sejam preparadas as refeições; a ingestão de alimentos industrializados e ultraprocessados, muitas vezes por apresentarem um valor mais baixo comparado aos alimentos com valor nutricional mais alto (SAWANA et al, 2019).

No Brasil, em 2006 através da lei 11.349, que institui a Segurança Alimentar e Nutricional

(SAN), assumiu um compromisso de garantir o direito de uma alimentação saudável, acessível e de qualidade, respeitando a singularidade de cada região. Nesse contexto cabe destacar o Programa de Alimentação do Trabalhador (PAT), que vigora desde os anos 70 em vigor até os dias atuais. O PAT pode ser considerado um instrumento no que tange a promoção da SAN para os trabalhadores formais (TAVARES, FERREIRA e MOREIRA, 2018).

Salienta-se a importância desse recurso junto as empresas no fornecimento das refeições ao trabalhador, porém, sabe-se que há alguns desafios: tanto na qualidade dessa oferta, bem como, a função que os trabalhadores ocupam, gasto energético, natureza do trabalho e demais fatores determinantes e condicionantes, como elementos que causam impactos em uma alimentação saudável.

A associação positiva entre renda e alimentação saudável mostra que os custos impactam de forma significativa no acesso a uma alimentação de qualidade, principalmente ao trabalhador informal que, além de não ter direitos trabalhistas, não tem a opção de alimentação no local de trabalho, muitas vezes acessa esse recurso básico de forma precária, o que também compromete sua segurança alimentar e nutricional (IBGE, 2011).

Nesse sentido esse artigo tem o objetivo de trazer reflexões sobre condições de trabalho e renda e seus impactos no acesso a uma alimentação de qualidade ao trabalhador e sua família.

## **2. METODOLOGIA**

Utilizou-se uma metodologia de análise documental e bibliográfica, através de uma pesquisa bibliográfica dos descritores afins ao tema, bem como, análise de normativas operacionais do Sistema Único de Saúde (SUS). Para a busca de artigos foram pesquisados nas bases de dados Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), utilizando como palavras de busca “alimentação” e “trabalhador” “qualidade de alimentação” e “saúde do trabalhador” entre 2011 e 2021. Foram utilizadas referências que tiveram relação direta com a reflexão proposta, dentro desse período.

## **3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Uma alimentação adequada e saudável é um direito fundamental, inerente à pessoa humana e garantido pela Constituição Federal, portanto, todos os indivíduos deveriam ter acesso, fazendo parte de um programa de saúde pública (GUEDES et al, 2019). Nesse contexto, a Política Nacional de Alimentação e Nutrição (2011) propôs diretrizes para a atenção nutricional no Sistema único de Saúde (SUS), contemplando a vigilância, promoção, prevenção e cuidado em relação aos novos agravos relacionados. Essas ações devem ser ordenadas pela atenção básica, e integrada à rede de atenção. No Plano Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional determinou-se a necessidade de ofertar

alimentos a pessoas em situação de vulnerabilidade alimentar, estudantes e trabalhadores (CAISAN, 2016).

Na oferta de alimentação aos trabalhadores, destaca-se o Programa de Alimentação ao Trabalhador (PAT), que desde os anos de 1970 tem oportunizado, junto às empresas, refeições aos seus trabalhadores (DIEESE, 2013). Incorporada a uma discussão sobre qualidade de vida no trabalho que engloba ações de motivação, satisfação, saúde e segurança, a oferta de alimentação no local de trabalho pode contribuir no sentido de o trabalhador não ter que percorrer distâncias muitas vezes longas para o acesso às refeições. Nesse sentido, atenuando o risco de acidente de trajeto e a má qualidade da alimentação, considerando o tempo reduzido para esse deslocamento. Aliado a isso, a Lei trabalhista que agora permite realizar o intervalo intrajornada de 15min para carga horária de 4 a 6 hs de trabalho, dificulta ainda mais a realização de uma refeição adequada, caso a empresa não ofereça esse recurso (SILVA e BEZERRA, 2019; MELO et al, 2016; MACHADO, 2018).

Um estudo que analisou os aspectos ergonômicos de uma empresa com base na avaliação dos funcionários destaca alguns pontos que foram ressaltados pela maioria dos trabalhadores, como: ruído; Transporte de peso excessivo, devido à falta de equipamento necessário; Ritmo de trabalho acelerado permanentemente em pé. Esses fatores tornam o trabalho insalubre, tanto no ambiente, quanto no aspecto nutricional, pois os trabalhadores acabam não tendo tempo suficiente para desfrutar de uma alimentação adequada. Além disso, a pesquisa também retrata que, como a alimentação não é ofertada gratuitamente, muitos dos trabalhadores não a consomem, pois isso compromete uma parte de sua renda. Isso contribui para que se alimentem de forma inadequada, pois acessam produtos mais baratos, muitas vezes ultraprocessados, que causam danos à saúde (PEREIRA e FERNANDES, 2018).

Outro estudo concluiu que servidores e empregados municipais que trabalham sem pausas apresentaram maior prevalência de excesso de peso quando comparados aos trabalhadores que relatam desfrutar dessas pausas, dessa forma percebe-se uma relação entre o excesso de peso e hipercolesterolemia resultando dessa alimentação inadequada (HIRAI, 2019). A prevalência da dislipidemia em trabalhadores de empresa do setor papeleiro também foi identificada em outro estudo, que além das consequências negativas para a saúde do trabalhador, pode acarretar absenteísmo e até mesmo contribuir para uma incapacidade funcional precoce (FREITAS et al, 2016).

É preciso considerar que uma grande parcela de trabalhadores trabalha na informalidade e na terceirização dos serviços, o que impacta tanto no acesso a direitos trabalhistas, como na renda e na precarização das condições de trabalho. Algumas situações são comuns neste tipo de trabalho como: carga horária elevada; Baixa escolaridade e baixa remuneração; Cargos que exigem que o trabalhador exerça várias funções ao invés de uma função fixa; Rotatividade da empresa contratante, o que prejudica o benefício das férias; Promoção momentânea, impedindo que o trabalhador tenha um

planejamento financeiro. Tavares, Ferreira e Moreira, trazem o exemplo dessa precarização do trabalho terceirizado em uma empresa que oferta o valor de R\$ 154,00 mensal de vale alimentação. Deve-se considerar que esse valor muitas vezes é utilizado também para a família, que devido à baixa renda, acaba por não ser suficiente para o acesso de uma alimentação de qualidade. A empresa suspende por completo esse “benefício” caso o trabalhador tenha falta injustificada, o que fere as normativas do PAT, que refere o desconto proporcional aos dias não trabalhados e não a uma suspensão total (SAWAYA et al, 2019).

Esses fatores relacionados acima mostram impactos negativos na qualidade de vida do trabalhador e por conseguinte, no acesso a uma alimentação adequada a si e à sua família. Há uma desigualdade social significativa em nosso país a qual favorece para a baixa qualificação e por conseguinte, uma renda precária, o que impossibilita o acesso igualitário a bens e serviços e até mesmo a direitos previstos na Constituição Federal. Torna-se essencial pensar em ações baseadas nas políticas de alimentação e nutrição nas redes de atenção à saúde do SUS que impactem em diversas frentes na saúde do trabalhador (FREITAS et al, 2016).

É importante que as empresas tenham uma atuação no sentido de melhorar e adequar as condições de trabalho, bem como, implementar atividades de educação em saúde que estimulem hábitos saudáveis, detectem riscos e possam atuar precocemente sobre eles, como programas de conscientização referente a alimentação saudável, tabagismo, obesidade, alcoolismo e prática de exercícios físicos. Assumir esse compromisso com a qualidade de vida e trabalho faz com que o trabalhador se sinta valorizado e pode impactar no seu empenho e produtividade junto a empresa (ARAÚJO, 2017, BORGES et al, 2016).

#### **4. CONCLUSÃO**

Uma alimentação suficiente e adequada está condicionada a uma série de fatores, incluindo a precarização das relações de trabalho e de renda. Nesse sentido, é essencial a busca pela sociedade de condições dignas de trabalho, remuneração e acesso aos direitos trabalhistas sendo estes aspectos que impactantes na vida do trabalhador e também de sua família. Visto que esta revisão destacou contextos difíceis envolvendo a temática alimentação e trabalho, a exemplo de falta de recursos para poder realizar refeição efetiva em função de não gratuidade e carência financeira, em outros cenários dislipidemias por má qualidade alimentar.

Esta revisão não esgota a temática ao ter envolvido uma revisão narrativa, sendo que novos estudos com diferentes delineamentos são fundamentais. Embora tenha ficado destacada a necessidade de promover ações de vigilância junto às condições e condicionantes de trabalho e a educação em saúde podem contribuir nesse contexto, de forma a favorecer a melhor compreensão sobre os direitos que garantem a dignidade de quem trabalha e suas consequências para a qualidade

Condição de trabalho e renda...

de vida. Isto inclui fortemente a viabilização do acesso a uma alimentação adequada e saudável como aspectos promotores de saúde essenciais.

## REFERÊNCIAS

Araújo, Marta Silva de. Estado nutricional e estilo de vida de trabalhadores vinculados ao Programa de Alimentação do Trabalhador no Rio Grande do Norte. 2017. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

Borges, Ludmila C. et al. Programa Nutricional para a Melhoria da Saúde do Trabalhador por meio da Adição de Alimento Funcional. *Revista Processos Químicos*, v. 10, n. 20, p. 205-211, 2016.

Brasil. Câmara Interministerial de Segurança Alimentar e Nutricional. Plano Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional: 2016/2019. Brasília, DF: CAISAN, 2016.

De Oliveira, TMS; Neto, GBC. Necessidade vital, metáfora da vida social. *Equatorial–Revista do Programa de Pós-Graduação em Antropologia Social*, v. 6, n. 11, p. 1-12, 2019.

Dieese. Proposta de Reformulação do Programa de Alimentação do Trabalhador. Relatório Final sobre o Programa de Alimentação do Trabalhador (PAT). São Paulo: DIEESE; 2013

Freitas, Patrícia Pinheiro de. Excesso de peso e ambiente de trabalho no setor público municipal. *Rev. Nutr.* [Internet]. 2016 Ago [citado 2020 Jun 22] ; 29( 4 ): 519-527. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1415-52732016000400519&lng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732016000400519&lng=pt). <https://doi.org/10.1590/1678-98652016000400007>.

Guedes, Douglas Souza et al. Direito Humano à alimentação adequada em cenários de crise: um exame à luz do princípio da precaução. *Ciências Jurídicas e Sociais Aplicadas*, v. 2, n. 1, p. 84-88, 2019.

Hirai VHG. Prevalência de dislipidemia em trabalhadores de uma empresa do setor papelero. *Rev Bras Med Trab.*2019;17(1):54-60

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatísticas (IBGE). Pesquisa de orçamentos familiares 2008-2009: análise do consumo alimentar pessoal no Brasil. Rio de Janeiro: IBGE; 2011.

Longen, Willians C. A Review on Work-Related Musculoskeletal Disorders. *Sylwan*. v. 162. 2018. 43-52.

Machado Alisson Diego. Implicações da reforma trabalhista na alimentação dos trabalhadores. *Physis* [Internet]. 2018 [cited 2020 June 22] ; 28( 2 ): e280203. Available from: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-73312018000200300&lng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-73312018000200300&lng=en). Epub Aug 13, 2018. <https://doi.org/10.1590/s0103-73312018280203>.

Melo, Mariana Maia et al. PENSADORES DA ALIMENTAÇÃO: trabalhadores debatem suas dificuldades para incorporar práticas alimentares saudáveis. **Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde**, [s.l.], v. 11, n. 1, 7 mar. 2016. Universidade de Estado do Rio de Janeiro. <http://dx.doi.org/10.12957/demetra.2016.16789>.

Pereira da Silva J, Fernandes G, Santos T. Avaliação do perfil nutricional e dos aspectos ergonômicos relacionados ao trabalho de colaboradores de uma Unidade de Alimentação e Nutrição de Macapá. *Revista Arquivos Científicos (IMMES)* [Internet]. 5nov.2018 [citado 21jun.2020];1(2):04-3. Available from: <http://arqcientificosimmes.emnuvens.com.br/abi/article/view/29>

Sawaya, AP et al. A família e o direito humano à alimentação adequada e saudável. **Estudos Avançados**, [s.l.], v. 33, n. 97, p. 361-382, dez. 2019. FapUNIFESP (SciELO).

<http://dx.doi.org/10.1590/s0103-4014.2019.3397.020>.

Silva, C. F.; Bezerra, B. S. Uma abordagem sobre os refeitórios no ambiente de trabalho: um estudo de caso múltiplo do ponto de vista da qualidade de vida dos trabalhadores. *Gest. Prod.* [online]. 2019, 26 (2). Available from: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-530X2019000200206&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-530X2019000200206&lng=en&nrm=iso)>. Epub June 06, 2019. ISSN 1806-9649. <https://doi.org/10.1590/0104-530x2347-19>.

Tavares AO, Ferreira AP, Moreira M de FR. Impactos da Precarização do Trabalho na Segurança Alimentar e Nutricional: contribuições para o debate sobre saúde e alimentação de trabalhadores terceirizados em Unidades de Alimentação e Nutrição. *Segur. Aliment. Nutr.* [Internet]. 2º de agosto de 2018 [citado 21º de junho de 2020];25(2):12-8. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/san/article/view/8652385>

Teodoro, Daniela L; Longen, Willians C. Qualidade de Vida e carga psicofisiológica de trabalhadores da produção cerâmica do Extremo Sul Catarinense. *Saúde em Debate.* v. 41, 2017. 1020-32.

Recebido em: 14/11/2022

Aceito em: 23/12/2022