



Capítulo 9

**Cultura Alimentar e Qualidade de Vida no  
Trabalho na Universidade  
Estadual de Campinas**



**ESTELA DALL’OCA TOZETTI MADI**  
ANALISTA DE RECURSOS HUMANOS – DGRH/UNICAMP

**MARIA DO ROSÁRIO ALMEIDA ROCHA**  
COORDENADORA DE RECURSOS HUMANOS – DGRH/UNICAMP

**VIVIANE SILVA COENTRO**  
FONOAUDIÓLOGA – DGRH/UNICAMP

**CARLOS RENATO PARAIZO**  
RESPONSÁVEL PELA EQUIPE DE COMUNICAÇÃO – DGRH/UNICAMP

**A** comensalidade contemporânea, segundo Garcia (2003), é caracterizada pela escassez de tempo para o preparo e consumo de alimentos, pela presença de produtos gerados com novas técnicas de conservação e de preparo que agregam tempo e trabalho, pelo vasto leque de itens alimentares, pelos deslocamentos das refeições de casa para estabelecimentos que comercializam alimentos como restaurantes, lanchonetes, vendedores ambulantes, padarias, entre outros, pela crescente oferta de preparações e utensílios transportáveis, pela oferta de produtos provenientes de várias partes do mundo, pelo arsenal publicitário associado aos alimentos, pela flexibilização de horários para comer agregada à diversidade de alimentos e pela crescente individualização dos rituais alimentares.

O resultado da pesquisa “*Condições de Saúde dos Trabalhadores da UNICAMP*”, realizada na Universidade em 2008, reflete várias das situações supra-citadas no cotidiano dos funcionários da Universidade, uma vez que 52,4% deles estão com peso acima do padrão saudável, sendo que destes, 16,2% apresentam algum grau de obesidade com risco variando entre alto, muito alto e extremo (Barros *et al.*, 2008). Outro dado importante é o fato de que as práticas de saúde dos funcionários relacionadas à ingestão hídrica e hábitos alimentares encontram-se aquém das recomendações dos organismos internacionais de saúde. Esse cenário demanda a necessidade de organização de estilos de vida e o repensar sobre a cultura alimentar institucional.

A área de Qualidade de Vida compõe, junto ao Ensino, Pesquisa, Extensão e Administração, uma das cinco áreas estratégicas do planejamento institucional da UNICAMP. Objetiva “*criar condições para o crescimento pessoal e profissional, focado no compromisso com a instituição e com a sociedade, gerando um ambiente interno propício à humanização das relações de trabalho e ao convívio social e cultural*” (Planes, 2004). Para cumprir esse objetivo foi criado, em 2006, o Grupo de Qualidade de Vida no Trabalho (QVT) composto por profissionais de diferentes formações, representando Órgãos da Pró-Reitoria de Desenvolvimento Universitário (PRDU). Desde 2007, o eixo de qualidade de vida do trabalhador vem sendo pensado de maneira criteriosa no que concerne à questão relacionada à alimentação. Este artigo apresenta o que já está sendo feito a respeito dessa abordagem e ajudar a refletir sobre possibilidades de novas construções sobre a cultura alimentar na UNICAMP.

## **A Alimentação na UNICAMP**

A abordagem nutricional, promoção de saúde e prevenção de doenças através da alimentação foi escolhida, em 2007, como a primeira experiência prática de desenvolvimento de ações para sustentação do tema qualidade de vida no trabalho na UNICAMP.

Para implementá-la, várias metodologias foram utilizadas com o objetivo de articular profissionais, nas suas competências específicas relativas à questão nutricional e estimular a comunidade universitária a refletir e mudar hábitos alimentares favorecendo a ampliação de sua qualidade de vida.

A UNICAMP é uma universidade pública do estado de São Paulo, fundada em 1966 e estruturada através de cinco *campi*, em três cidades diferentes, a saber: Campinas, Limeira e Piracicaba (UNICAMP Aeplan, 2008). Possui 14.425 profissionais (UNICAMP – Planes Relatório DGRH, 2008) atuando em ensino, pesquisa, extensão ou administração. Nesses territórios as pessoas têm sua jornada de trabalho diária, de 8 horas em média, e se organizam para nela fazerem suas refeições regulares.

O serviço de alimentação no campus de Campinas, o maior dos cinco *campi*, é de 10.000 refeições diárias (UNICAMP Prefeitura, 2008) produzidas de forma centralizada pelo Restaurante Universitário e distribuídas para o Restaurante Acadêmico e para a área hospitalar (restaurantes do Hospital das Clínicas (HC) e do Centro de Atenção Integral a Saúde da Mulher (CAISM)). No *campus* de Limeira, atendendo ao Colégio Técnico (COTIL), Centro Superior de Educação Tecnológica (CESET) e Planta Física há um restaurante para funcionários, docentes e alunos com um serviço terceirizado fornecendo, 1.000 refeições dia. Em Piracicaba, o também terceirizado restaurante local fornece 300 almoços por dia.

Além das refeições servidas nos restaurantes, vários outros espaços de alimentação formados por cantinas e bares possuem contratos administrados pelo Serviço de Suprimentos com apoio técnico da Divisão de Alimentação, ambos da prefeitura do *campus*. São 25 cantinas no *campus* Campinas além de uma cantina em Limeira e outra em Piracicaba. A grande maioria dos funcionários utiliza-se dessa infraestrutura instalada; porém, parte deles se alimenta nos refeitórios locais das unidades/órgãos trazendo de suas casas seus alimentos. Existem ainda restaurantes localizados nas redondezas dos *campi* e as feiras livres que se instalam diariamente no *campus* de Campinas, fornecendo alimentação nem sempre saudável. Para além das refeições rotineiras, os eventos institucionais fornecem intervalos com alimentação, e os encontros sócio-

culturais nas equipes/áreas são subsidiados por alimentos normalmente obtidos de forma coletiva.

## **Atuação na Abordagem Nutricional na Atenção ao Funcionário**

Com que qualidade estamos selecionando nossos alimentos? Além de limpos e higienizados eles estão apropriados para a nossa saúde? Estão calóricos demais e/ou nutricionais de menos? E de forma institucional, como montamos nossas cantinas e servimos em nossos restaurantes? Fornecemos opções aos nossos profissionais para que escolham sua alimentação de forma apropriada para as suas necessidades profissionais e pessoais?

Para Belik (2003), o conceito de segurança alimentar leva em conta três aspectos principais: quantidade, qualidade e regularidade de alimentos. Quantidade é ter alimentos disponíveis (que implica na existência do alimento e possibilidade de aquisição – relacionada à renda); qualidade diz respeito à possibilidade de consumi-los em ambiente limpo, com talheres, e segundo as normas tradicionais de higiene; e regularidade é a possibilidade de ter acesso constante à alimentação.

O fornecimento de alimentação nos *campi* universitários atende plenamente ao conceito descrito por Belik (2003), mas atender ao conceito não está sendo suficiente para evitar as doenças apresentadas pelos funcionários.

O Grupo de Qualidade de Vida no Trabalho vem desenvolvendo a abordagem nutricional para fomentar suportes às condições alimentares na Universidade e tem também por objetivo construir uma visão mais ampla de educação em saúde, autocuidado e protagonismo, visando fortalecer as escolhas pessoais de forma qualificada.

Desde o início, pensando nessas questões, em 2007 e 2008 foram iniciadas atuações, de forma educativa para a área alimentar nos *campi*, buscando fortalecer os funcionários no seu processo de escolha por uma alimentação cuidadosa. A estrutura metodológica para tais iniciativas foi articulada entre a administração e a academia (docentes e discentes) através

do Programa Nutricamp, pelo Grupo de Especialistas (nutricionistas da universidade) através do Trote da Cidadania e atuação no II SIMTEC, pela contratação de serviços externos através do *Programa Alimente-se Bem* do Sesi e com órgãos regulamentadores de alimentação na Universidade.

O Programa Nutricamp, estruturado a partir do apoio da Faculdade de Engenharia de Alimentos da UNICAMP (FEA), contou com 10 edições em Campinas, Limeira e Piracicaba. Consistiu em encontros de 8 horas de duração e atendeu a cerca de 2.000 funcionários. Através de palestras interativas, os participantes eram convidados a observar seu cotidiano alimentar, desde a compra dos alimentos através da observação de rótulos, até a preparação e consumo, com critérios de cuidados para a sua saúde.

Outro importante movimento foi constituído com a criação do *Grupo de Especialistas*, formado por 25 nutricionistas da UNICAMP, distribuídas em diversas áreas da instituição, em atividades relacionadas ao preparo de refeição para pacientes na área da saúde, para crianças nas creches, para funcionários e alunos nos restaurantes ou em grupos de reeducação alimentar e de orientação individualizada. Esses profissionais, através de uma articulação interdisciplinar receberam capacitação direta da Faculdade de Engenharia de Alimentos além de apoio a congressos para desenvolvimento profissional. Juntá-los tem o objetivo de harmonizar os conhecimentos interpares e mobilizar atuações interdisciplinares para toda a Universidade.

A partir desse movimento foi possível a atuação desse grupo no Trote da Cidadania de 2008, através da atividade de preparação de alunos veteranos para receberem os calouros com informações e conceitos de *orientação alimentar e consumo consciente*.

O Grupo de especialistas construiu ainda atuações na educação nutricional preparando uma aula (“Economia: o melhor tempero. Evite o desperdício”) e uma oficina (“Oficina Nutritiva”) orientadoras, nos moldes do Nutricamp, dos processos de escolha, compra, higienização, preparação e qualidade dos alimentos. Essas duas iniciativas foram disponibilizadas em minicurso no II Simpósio de Profissionais da UNICAMP (SIMTEC), em 2008, simpósio este que atendeu a 1500 funcionários inscritos.

A parceria com entidades externas produziu duas edições do *Programa Alimente-se Bem*, do SESI (Serviço Social da Indústria), que foram contratadas para o período de 2007 e 2008. O Programa Alimente-se Bem é um programa educativo, que incentiva a mudança de hábitos alimentares para a população. Suas aulas práticas ensinam receitas saborosas e nutritivas a baixo custo, utilizando conceitos de aproveitamento integral dos alimentos. Os participantes, na UNICAMP, ganharam um livro de receitas de pratos saudáveis e econômicos, criados e testados por nutricionistas do SESI-SP (SESI, 2008).

Na UNICAMP, a primeira instalação, em 2007, contou com 12 turmas de 30 pessoas (360 inscritos). Cada turma teve em média 4 aulas de 3 horas (12 horas/aula). Através do processo avaliatório os funcionários puderam reconhecer e informar à instituição o seu aprendizado nessa proposta. Uma delas, a seguir reproduzida, reflete a opinião de um dos participantes da turma 7 de 2007: *“Significa ampliar a visão das pessoas sobre as necessidades do ser humano, ajuda na integração e descontração entre pessoas de diferentes setores”*. Em 2008 foram criadas 11 turmas de 30 pessoas (330 inscritos) nos mesmos moldes do movimento de 2007. A avaliação qualitativa dessas turmas mostra que os funcionários iniciam o reconhecimento da atuação da Universidade nas questões da sua saúde. Frases como *“Cuidados com a saúde significa auto-estima, bem-estar, rendimento profissional, familiar, menos absenteísmo, menos patologias”* (turma 11 2008) e *“(fiz o curso) para melhorar minha qualidade de vida e da minha família com alimentação saudável e aproveitando melhor os alimentos”* (turma 10 2008) explicam um pouco esta posição.

Uma última questão, já identificada mas ainda em elaboração, que surge desse movimento pela alimentação saudável é a necessidade de construir, institucionalmente, normatizações que facilitem definições na área e política institucional que regulamente e amplie a aproximação dos metas institucionais às necessidades dos funcionários.

Os funcionários, apresentando suas necessidades de forma explicitada ou através de pesquisas como a realizada em 2008 (Barros *et al.* 2008), propõem à UNICAMP seriedade na atuação da proposta alimentar. A UNICAMP, estruturada para essas questões, solicita do funcionário protagonismo,

autonomia e auto cuidado com sua saúde. A inter-relação desses fatores fortalecem o desenvolvimento da Universidade e promove a qualidade de vida dos funcionários.

## **Conclusão**

Para implantação de um programa de qualidade de vida incorporando mudanças de comportamento é necessário seguir alguns passos cuidadosos. Para Massola (2007) são três as etapas importantes a vencer: sensibilização, mudança de estilo de vida (desenvolvimento do programa) e ambiente de suporte. Na questão alimentar a UNICAMP, através do grupo de qualidade de vida no trabalho, iniciou seu processo de sensibilização. Desenvolve agora uma estrutura para efetivamente montar, de forma sustentável, um programa que provoque mudança de estilo de vida e que possa agir sobre um quadro funcional tão grande.

É importante nesse processo de construção a possibilidade de avaliar o impacto através da mudança de estilo de vida. A avaliação de ações na área de qualidade de vida não pode ser feita apenas de forma numérica, é necessário desenvolver avaliadores qualitativos e quantitativos. As ações já implementadas foram baseadas nesses critérios e a construção de um programa para essa área irá requisitar também a construção desses suportes metodológicos para sustentá-lo.

O formato escolhido para o desenvolvimento da abordagem nutricional na UNICAMP permitiu, por ser o primeiro, além da construção dessa abordagem, a concepção de possibilidades de atuação para Qualidade de Vida no Trabalho na Universidade, que pode, e deverá, ser transposto e estendido à outras abordagens nessa área.

## Referências

- BARROS, A.S. *et al.* Pesquisa “Condições de Saúde dos Trabalhadores da UNICAMP”, Primeiros Resultados e Análise, Qualidade de Vida no Trabalho, Pró Reitoria de Desenvolvimento Universitário, UNICAMP, Campinas, 2008.
- BELIK, W. Perspectivas para segurança alimentar e nutricional no Brasil. *Saúde e Sociedade* v.12, n.1, p.12-20, jan-jun 2003.
- GARCIA, R. W. D. Reflexos da globalização na cultura alimentar: considerações sobre as mudanças na alimentação urbana. *Ver. Nutr.*, Campinas 16(4):483-492, out/dez., 2003.
- MASSOLA, R. M. Etapas de Implantação de Programas de Qualidade de Vida e a Mudança de Comportamento. In VILLARTA R. e SONATI, J. G. “*Diagnóstico da Alimentação Saudável e Atividade Física na Fundação de Desenvolvimento da UNICAMP*”. IPES Editorial, 2007.
- SESI – Home page SESI SP. Disponível em <http://www.sesisp.org.br/home/2006/alimentacao/alimentese.asp>>. Acesso em em 23 dezembro 2008.
- UNICAMP Aeplan – Home page AEPLAN – *Anuário Estatístico 2008 Aeplan* [http://www.aeplan.UNICAMP.br/anuario\\_estatistico\\_2008/index.htm](http://www.aeplan.UNICAMP.br/anuario_estatistico_2008/index.htm) Acesso em 19 de dezembro de 2008.
- UNICAMP PLANES – *Planejamento Estratégico: missão, princípios, valores, visão, estratégias: Planes / Universidade Estadual de Campinas*, Coordenadoria Geral da Universidade – Campinas, SP, 2004.
- UNICAMP PLANES RELATÓRIO DGRH, *Indicadores, Resultados e Serviços*. Diretoria Geral de Recursos Humanos, Pro Reitoria de Desenvolvimento Universitário, 2008.
- UNICAMP Prefeitura – Home page da Prefeitura do Campus – [http://www.prefeitura.UNICAMP.br/prefeitura\\_quem\\_somos.php](http://www.prefeitura.UNICAMP.br/prefeitura_quem_somos.php) Acesso em 19 de dezembro de 2008.