



Pela alimentação no Trabalho!

Por que nas obras tem que ter alimentação?

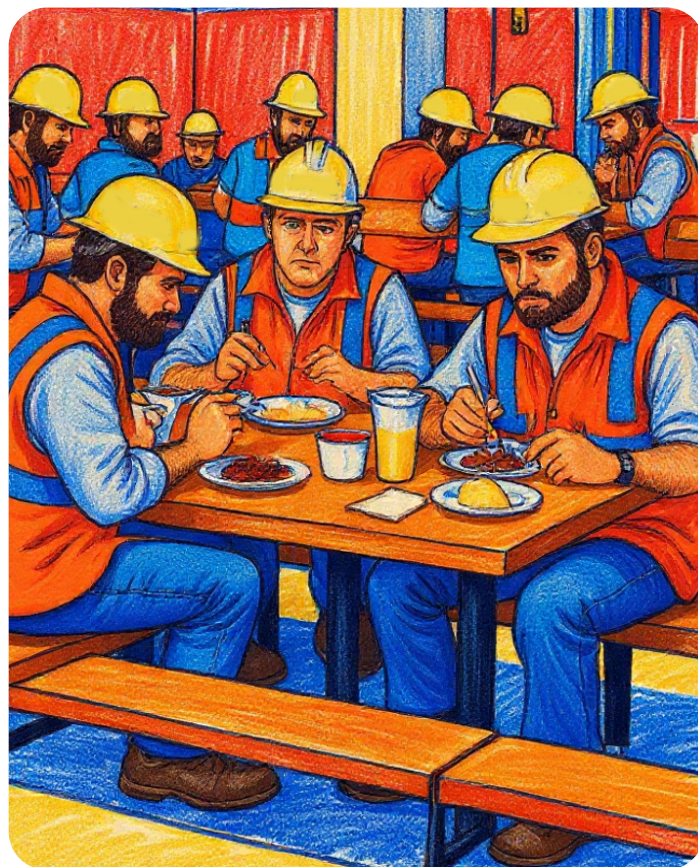


Porque há muito risco de contaminação do alimento em uma marmita acondicionada de forma inadequada e nas obras não há essa condição. Primeiro: a marmita é preparada na maioria das vezes no dia anterior. Segundo: o alimento fica muito tempo fora da geladeira. Terceiro: por não saber e nem ter condições financeiras para manter uma alimentação saudável, quase sempre o trabalhador prepara a sua marmita de forma inadequada. Quarto: a empresa não fornece um local adequado para manter a marmita, como uma geladeira, por exemplo, sem falar nas condições precárias dos refeitórios que são feitos de forma improvisada.

Hoje há muitos trabalhadores que adquirem doenças e não têm uma explicação. A gastrite, por exemplo, que causa queimações no estômago, é causada pela bactéria H. Pylori, causada por alimentação contaminada, hoje o H. Pylori atinge 60% da população. Para evitar a contaminação do alimento, é necessário fazer uma higienização adequada da marmita. Segundo estudos, o preparo da marmita, ela deve ser congelada assim que preparada e o trabalhador, além de usar uma bolsa térmica para transportá-la, deve chegar no trabalho e colocá-la na geladeira e só retirá-la na hora de aquecê-la. Mas o trabalhador da construção não encontra essas condições nos locais de trabalho. A maioria das obras, se quer, tem geladeira, no máximo aquecedores de marmita – marmiteiros elétricos, ou estufas.

Os alimentos mantidos de forma inadequada são verdadeiras bombas de bactérias, nesse caso não devemos nos alarmar? O que vemos nas obras? Sim, devemos! Nas obras, vemos refeitórios improvisados e quase sempre sem uma higiene adequada, propício à proliferação de bactérias. A maioria dos alimentos pode gerar intoxicações de moderadas a graves, seja o arroz, o macarrão, o ovo e seus derivados, o leite e seus derivados, molhos, caldos e sopas, se deixados em condições inadequadas, desenvolvem bactérias comuns e complexas, que causam doenças: Bacillus cereus, Clostridium botulinum e a famosa Salmonella, por exemplo.

Nesse sentido, o Sindicato dos Trabalhadores da Construção de Belo Horizonte e Região – MARRETA



Charge IA - operários se alimentando

e a Federação dos Trabalhadores nas Indústrias da Construção e do Mobiliário de Minas Gerais – FETICOM-MG, em debate com os sindicatos do estado, resolveram encampar a luta para garantir uma alimentação que possa repor de forma adequada as calorias gastas pelo trabalhador e trabalhadora em seu dia a dia. E, ao procurarem apoio, chegaram até o Deputado Estadual Betão – PT de Juiz de Fora, que logo abraçou o projeto e já protocolou o PL 5.015/2025 e o PLC 90/2025, visando garantir a obrigatoriedade das empresas em fornecer alimentação aos trabalhadores.

Por isso, convocamos toda nossa categoria e convidamos os demais trabalhadores a levantarem a bandeira na defesa da alimentação e saúde do trabalhador e a participar da Audiência Pública, que será no dia 20 de março de 2026 – a partir das 16h - na Assembleia Legislativa de Minas Gerais – ALEMG, compareça!

A patronal busca produtividade e nós buscamos o bem-estar físico e mental: alimentação já!

Saúde e Alimentação do Trabalhador!



Uma alimentação fresca e saudável é bom para o trabalhador

Com o intuito de buscar melhorar as condições de saúde do trabalhador, estamos debatendo o assunto com profissionais do setor como a Marta de Freitas (que foi da FUNDACENTRO), mas que segue sendo uma referência na área de

segurança e saúde do trabalhador e da professora e pesquisadora a Nutricionista Olívia Bezerra – ex-professora da UFOP, uma das responsáveis por debater a condição alimentar dos operários da Alcan em Ouro Preto e participa de um grupo de Nutricionistas da UFOP.

Com a ajuda dessas duas profissionais da área de Segurança, Saúde e Alimentação do trabalhador, vamos preparar a categoria para participar da Audiência Pública na ALEMG em 20 de março, às 16h e também para o dia-dia nos locais de trabalho, elevando com isso as condições no ambiente de trabalho. O Marreta está estudando uma data para realizar um Seminário de Segurança e Saúde do Trabalhador, para debatermos as condições de trabalho, a Alimentação do Trabalhador e a aplicação das **Normas Regulamentadoras – NR, principalmente as: NR-1; NR-5; NR-10; NR-12; NR-18; NR-24 e NR-35.**

NR-1 o que é e porque é importante?

A Norma Regulamentadora Nº 1, ou simplesmente a NR-1, instituída em 8 de junho de 1978, é uma norma que estabelece as condições gerais das NR's, e teve sua atualização em 2024 e entrará em vigor no dia 26 de maio de 2026. Após a pandemia da covid-19 e com o aumento de doenças psicossociais e a atualização da NR-1 é muito importante, pois estabelece a obrigatoriedade de as empresas criarem o Gerenciamento de Risco Ocupacional – GRO, de forma obrigatória, e deve estar contido no Programa de Gerenciamento de Riscos – PGR, principalmente em relação à gestão de riscos psicossociais e mentais. Após o dia 26 de maio de 2026, se as empresas não cumprirem a NR-1, poderão sofrer sanções com multas e até mesmo embargos.

A atualização da NR-1 é de grande importância, principalmente por tratar diretamente do mapeamento dos riscos psicossociais e mentais, buscando estabelecer soluções, como o acompanhamento de psicólogos e psiquiatras, pois nos últimos tempos, o afastamento por doença mental aumentou em mais de 400% em 2024,



chegando a 472 mil licenças, e em 2025 seguiu crescendo, indo para 534 mil afastamentos.

A NR-1 não estabelece diretamente uma política alimentar, porém no plano de Gerenciamento de Risco Ocupacional – GRO, considerar as condições de trabalho, garantindo que o local de refeição seja seguro e adequado, evitando o adoecimento e de que uma nutrição adequada e um tempo de descanso digno são considerados essenciais para a saúde física e mental do trabalhador.

Audiência Pública dia 20 de março de 2026
Local: Assembleia Legislativa do Estado de Minas Gerais - ALEMG - A partir das 16 Horas



Informação pelo
WhatsApp
31 3449-6110
MARRETA