

A construction worker wearing a yellow hard hat and gloves is using a level on a brick wall. The worker is wearing a black shirt and a safety harness. The background shows a construction site with various materials and structures.

Alimentação de trabalhadores e trabalhadoras da construção civil no canteiro de obras

Profa. Dra. Olivia Maria de Paula Alves Bezerra
Escola de Medicina - UFOP

Roteiro

I – Conceitos essenciais para a discussão

II – A complexidade da alimentação humana

III - A alimentação do/a trabalhador/a da construção civil no local de trabalho

IV - O preparo das refeições no domicílio

V - Alguns aspectos a serem observados até que a demanda dos trabalhadores seja atendida

VI - Referências bibliográficas

I - Conceitos essenciais para a discussão

➤ *Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora*

É uma área estratégica da saúde pública e parte integrante do campo da Saúde Coletiva, com foco na promoção da saúde e na prevenção de agravos relacionados às condições de trabalho (MS)

→ Trabalho como determinante social do processo saúde-doença



RENAST
REDE NACIONAL DE ATENÇÃO
INTEGRAL À SAÚDE DO TRABALHADOR

➤ *Segurança Alimentar e Nutricional (SAN)*

Realização do direito de todos ao acesso **regular** e **permanente** a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais, tendo como base práticas alimentares promotoras de saúde que respeitem a diversidade cultural e que sejam ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentáveis

→ Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional – LOSAN
(Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006)



<https://www.gov.br/secretariageral/pt-br/noticias/2023>

➤ *Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA)*

Direito fundamental de toda pessoa a ter acesso a uma alimentação adequada e estar livre da fome como pré-requisitos para a realização de outros direitos humanos (MDS)



<https://www.fortaleza.ce.gov.br/noticias/setra-realiza-oficinas-de-educacao-alimentar-e-direitos-humanos-alimentacao>

II - A complexidade da alimentação humana

Alimentação: primeira das necessidades humanas → base para a sobrevivência

A fome afetou 281,6 milhões de pessoas em 2023



Mais de um em cada 5 habitantes de 59 países (OMS,2024)



<https://www.camara.leg.br/radio/programas/772240-guia-alimentar-para-a-populacao-brasileira/>

O ato alimentar extrapola a questão biológica



“Problemas complexos”
(inter-transdisciplinaridade)

➤ *Alimentação coletiva*

Ainda mais complexa, pois envolve questões alimentares, nutricionais, de segurança e saúde dos trabalhadores, de direitos humanos, sociais, políticas, econômicas, de produção, culturais, entre outras.



<https://ojoioetrigo.com.br/2024/07/voce-sabe-o-que-e-cultura-alimentar-o-ministerio-da-cultura-tambem-nao/>

III - A alimentação do/a trabalhador/a da construção civil no local de trabalho



Sindicato dos Trabalhadores nas Indústrias e Edificações da Construção de Belo Horizonte - Marreta

- Fornecimento de refeições adequadas e saudáveis nos canteiros de obras, com destaque para o **almoço**, é uma antiga reivindicação da categoria.
- Convenções Coletivas de Trabalho (CCTs 2025/2026) – almoço ainda não alcançado

Normas regulamentadoras:

- NR - 18 - Condições e meio ambiente de trabalho na indústria da construção
 - 18.4.2.11 e 18.4.2.12 – Áreas de vivência: cozinhas, refeitórios e pontos de hidratação

- NR - 24 - Condições sanitárias e de conforto nos locais de trabalho
 - 24.5 – Locais para refeições
 - 24.6 - Cozinhas



<https://contratuh.org.br/governo-federal-muda-normas-regulamentadoras-nr-sobre-trabalho/>

IV - O preparo de refeições no domicílio

É uma modalidade frequentemente adotada, mas são muitas as desvantagens para o trabalhador

Do ponto de vista nutricional:

- Quantidade e qualidade nutricional dos alimentos
- Conteúdo insuficiente de uma marmita padrão para atender às necessidades nutricionais
- Inadequação das escolhas alimentares
- Fadiga, com menor rendimento físico e mental
- Redução da disponibilidade total de alimentos no domicílio → Insegurança Alimentar e Nutricional



<https://g1.globo.com/sp/campinas-regiao/noticia/2012/06/>

- Redução do consumo de carnes, verduras, legumes, frutas, leite e derivados (monotonia)
- Consumo de alguns alimentos impróprios para acondicionamento em marmitas (ou equivalentes) ou aquecimento
- Desconhecimento ou inobservância de necessidades alimentares e nutricionais específicas (estados fisiológicos e patológicos)
- Desconhecimento de técnicas adequadas e seguras de higienização, preparo, acondicionamento e transporte das refeições preparadas nos domicílios



<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quero-me-alimentar-melhor>

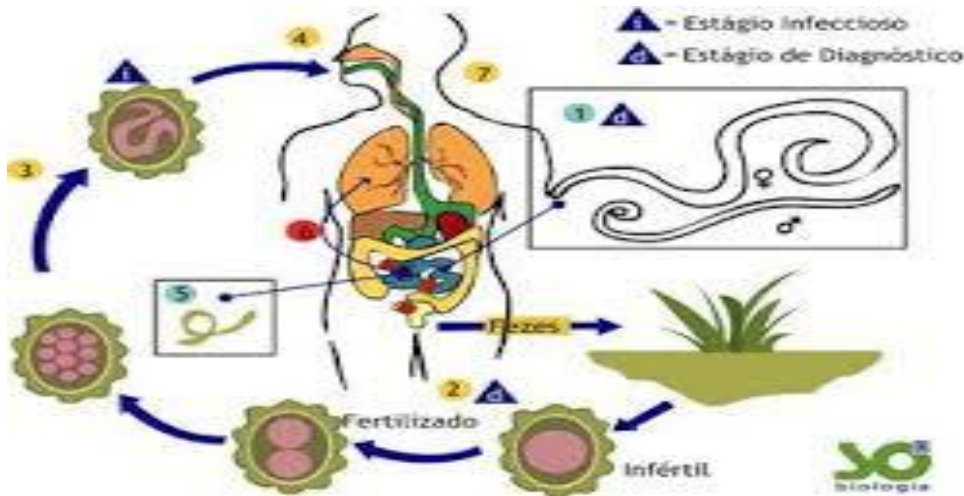
Do ponto de vista higiênico-sanitário

- Risco aumentado de deterioração microbiológica da refeição, proveniente de contaminação no preparo, acondicionamento, transporte, aquecimento e armazenamento das refeições
- Utilização de alimentos previamente preparados para “toda a semana”
- Perda total da refeição disponível, sem possibilidades de substituição adequada, levando a longos períodos sem se alimentar



<https://www.la.nch.com/contaminaccedilatildeo-de-cozinhas-industriais/contaminacao-de-cozinhas-industriais>

- Higienização precária dos utensílios (marmitas, talheres, copos individuais, garrafas de água ou café)
- Risco elevado de toxinfecções alimentares, com real risco de adoecimento grave, internações e até mesmo óbitos
- Riscos de doenças parasitárias



<https://repositorio.ufpb.br/>



<https://clubedamarmita.com.br/higienizar-potes-termicos-cotretamente/>

Do ponto de vista físico-químico

- Alteração da qualidade organoléptica/sensorial do alimento (sabor, odor, cor, aparência, textura, consistência)
- Alterações da temperatura
- Excesso de cocção durante aquecimento
- Contaminação por produtos químicos
- Corpos estranhos



Do ponto de vista psíquico

- Constrangimentos perante os colegas de trabalho em relação aos conteúdos da refeição
- Tensão domiciliar devido à insuficiência de alimentos (“o que fazer”?)
- Indisponibilidade de tempo para o preparo das refeições (fazer “para a semana”)



<https://oglobo.globo.com/economia/fome-volta-assombrar-familias-brasileiras-21569940>

Para os empregadores

Para além da questão do custo, o fornecimento da alimentação preparada e/ou fornecida para consumo no local de trabalho apresenta vantagens para os empregadores:

- Trabalhadores mais saudáveis, motivados e produtivos
- Redução dos acidentes e doenças relacionadas ao trabalho
- Redução de absenteísmo/afastamentos
- Imagem da empresa perante os trabalhadores e a sociedade
- Maior disponibilidade da renda do trabalhador para uso em outras necessidades essenciais
- Contribuição para a promoção da SAN e do DHAA



https://pt.pikbest.com/photo/group-of-happy-construction-workers-in-hardhats-looking-at-camera_10045130.html

V - Alguns aspectos a serem observados até que a demanda dos trabalhadores seja atendida

- Normas regulamentadoras, convenções coletivas e toda a legislação vigente
- Disponibilização de refrigeradores para acondicionamento das refeições até o momento do aquecimento para consumo
- Acesso a conhecimento sobre a produção domiciliar segura de refeições (Educação em Saúde e Educação Alimentar e Nutricional)
- Melhoria das condições de produção, acondicionamento, transporte, estocagem, aquecimento, consumo e disposição de rejeitos nos ambientes de trabalho

- Melhoria das condições higiênico-sanitárias dos ambientes e mobiliários destinados às refeições
- Garantia da segurança hídrica, com fornecimento adequado e suficiente de água e, se necessário e indicado, de isotônicos para reidratação oral e manutenção do equilíbrio hidroeletrólítico.



VI - Referências bibliográficas

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Saúde do Trabalhador. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/svsa/saude-do-trabalhador>.

BRASIL. MINISTÉRIO DO DESENVOLVIMENTO SOCIAL. O direito humano à alimentação adequada e o sistema nacional de segurança alimentar e nutricional / organizadora, Marília Leão. – Brasília: ABRANDH, 2013. Disponível em: https://www.mds.gov.br/webarquivos/publicacao/seguranca_alimentar/DHAA_SAN.pdf

BRASIL. MINISTÉRIO DO TRABALHO E EMPREGO. Norma Regulamentadora No. 18 (NR-18). Disponível em: <https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/acesso-a-informacao/participacao-social/conselhos-e-orgaos-colegiados>

BRASIL. MINISTÉRIO DO TRABALHO E EMPREGO. Norma Regulamentadora No. 24 (NR-24). Disponível em: <https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/acesso-a-informacao/participacao-social/conselhos-e-orgaos-colegiados>

BRASIL. PRESIDÊNCIA DA REPÚBLICA. Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2006/lei/l11346.htm

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS. Risco de fome generalizada aumenta pelo quinto ano consecutivo. Disponível em: <https://news.un.org/pt/story/2024/04/1830741>

SINDICATO DOS TRABALHADORES NAS INDÚSTRIAS E EDIFICAÇÕES DA CONSTRUÇÃO DE BELO HORIZONTE. STIC-BH assina Convenções Coletivas de Trabalho 2025/2026 para os setores de Cimento, Cal e Gesso. Disponível em: <https://sticbh.org.br/cesta-basica>

The background image shows a construction site at sunset. Silhouettes of several construction workers wearing hard hats are visible against a warm, orange and purple sky. A concrete bucket is being lowered by a crane in the center. The workers are positioned around a structure with many vertical rebar rods.

***Alimentar bem o trabalhador não se resume a custos: é investimento
em saúde, qualidade de vida, produtividade, dignidade e garantia do
DHAA!***

**Profa. Dra. Olivia Maria de Paula Alves Bezerra
Professora Titular Aposentada e Voluntária
Escola de Medicina – Universidade Federal de Ouro Preto**

ompab@yahoo.com.br