

Condições de trabalho, saúde e segurança dos colaboradores das unidades de alimentação e nutrição

Jaqueline Cristina Velasco^{1*}, Viviane Bressane Claus Molina²

¹Graduanda do curso de Nutrição pelo Centro Universitário Padre Anchieta, UniAnchieta.

²Professora, Centro Universitário Padre Anchieta, UniAnchieta, Jundiaí, São Paulo, Brasil.

*Autora para correspondência: Jaqueline Cristina Velasco. E-mail: jaq.velasco@hotmail.com, Jundiaí, São Paulo, Brasil.

Artigo de revisão – Nutrição

Resumo

As Unidades de Alimentação e Nutrição (UANs) abrangem as empresas fornecedoras de serviços de alimentação coletiva as quais consistem em serviços organizados, destinados a fornecer refeições balanceadas dentro dos padrões dietéticos e higiênicos, visando atender às necessidades nutricionais de seus clientes e colaboradores. Entretanto, as cozinhas são caracterizadas por trabalho intenso, onde é exigido alta produtividade em um curto período, com atividades intensas manuais e automatizadas, aliadas, muitas vezes, às infraestruturas impróprias. Condições inadequadas de trabalho, com problemas no ambiente, nos equipamentos e máquinas acabam levando a insatisfações, cansaço excessivo, quedas de produtividade, problemas de saúde e acidentes de trabalho. Este estudo objetivou analisar a relação entre as condições de trabalho, de saúde e segurança do trabalhador. Trata-se de uma revisão da literatura sobre o tema em que foram selecionados artigos científicos acadêmicos em bases de dados como Scielo e Google Acadêmico, além de um livro específico e clássico da área. Foram priorizados artigos publicados no período de 2007 a 2020 que reportam estudos aplicados sobre o tema Unidade de Alimentação e Nutrição. Os resultados permitem concluir que as Unidades de Alimentação e Nutrição são ambientes que representam riscos à saúde e acidentes relacionados ao trabalho, são locais que, de modo frequente, se apresentam inadequados. Realizar melhorias no ambiente de trabalho é de fundamental importância, visto que elimina ou reduz os riscos ocupacionais sob os quais os colaboradores estão expostos. Aplicar treinamentos, elaborar mapas de riscos, bem como exigir o uso de equipamentos de proteção ajudam prevenir doenças e acidentes, assegurando saúde e qualidade de trabalho. A preocupação com saúde do colaborador do setor de alimentação coletiva deve estar vinculada com as melhorias das condições de trabalho e, conseqüentemente, da performance e produtividade.

Palavras-chave: Alimentação coletiva, Saúde do trabalhador, Riscos ocupacionais, Mapa de risco.

Working conditions, health and safety for employees and nutrition units

Abstract

The Food and Nutrition Units (UANs) include companies that supply collective food services, which consist of organized services, designed to provide balanced meals within the dietary and hygienic standards, aiming to meet the nutritional needs of their customers and employees. However, kitchens are characterized by intense work, where high productivity is required in a short period, with intense manual and automated activities, often combined with inappropriate infrastructure. Inadequate working conditions, with problems in the environment, in equipment and machinery, end up leading to dissatisfaction, excessive tiredness, decline in productivity, health problems and accidents at work. This study aimed to analyze the relationship between work conditions, health and safety of workers. It is a review of the literature on the topic, where academic scientific articles were selected from databases, such as Scielo and Google Scholar and a specific and classic book in the area. Priority was given to articles published in the period from 2007 to 2020, which report applied studies on the theme of Food and Nutrition Unit. The results allow us to conclude that the Food and Nutrition Units are environments that represent health risks and work-related accidents and are often inadequate. Making improvements in the work environment has a fundamental importance, since it eliminates or reduces the occupational risks to which employees are exposed. Applying training, preparing risk maps, as well as requiring the use of protective equipment, help prevent illnesses and accidents, ensuring health and quality of work. The concern for the health of employees in the collective food sector must be linked to improvements in working conditions and, consequently, performance and productivity.

Keywords: Collective feeding, Worker's health, Occupational risks, Risk map.

Introdução

O desenvolvimento industrial no Brasil iniciou efetivamente a partir da segunda metade do século XX, momento em que a sociedade brasileira entrou em intenso processo de transformação. Tal condição ocasionou mudanças, novos hábitos sociais e a mudança no padrão de consumo alimentar. Com a industrialização, a população passou a

realizar cada vez mais as refeições fora de casa, principalmente por fatores como a atuação da mulher no mercado de trabalho e a intensificação populacional nos grandes centros, estimulando um aumento expressivo em estabelecimentos de comercialização e produção de alimentos^{1,2}.

O setor de alimentação é representado por todas instituições

envolvidas com produção, distribuição de alimentos, ingredientes e refeições para coletividades. As refeições realizadas fora de casa, servidas nas empresas, restaurantes, escolas, hospitais, asilos, prisões, entre outras, denominam-se alimentação coletiva e alimentação comercial. A diferença entre ambas é o grau de autonomia quanto às alternativas de escolha do alimento ofertado. Além disso, variados tipos de atividades incluem-se neste ramo de serviço, gerando grande importância econômica e social^{3,4}.

As Unidades de Alimentação e Nutrição (UANs) historicamente surgiram no Brasil na década de 20. Contudo, somente no final da década de 30 o setor começou a ter sua importância reconhecida⁵, sendo caracterizada como um conjunto de áreas de um serviço organizado, contendo uma extensa série de atos destinados a fornecer refeições balanceadas dentro dos padrões dietéticos e higiênicos, visando atender às necessidades nutricionais de seus clientes e colaboradores^{6,7}.

Atualmente, o longo expediente a ser cumprido e a distância entre o trabalho e a residência impedem que grande parte da população realize suas refeições regulares em casa. Neste sentido, apresentaram-se como alternativas as UANs favorecendo a

expansão do setor de refeição coletiva⁸. Estima-se, no Brasil, que em cinco refeições diárias pelo menos uma é realizada fora da residência. Na Europa considera-se que, a cada seis refeições, duas são feitas fora de casa. Já nos EUA, em duas refeições, uma é fora¹.

Com as refeições oferecidas dentro da própria empresa, os empregadores tentaram reduzir custos com alimentação e transporte dos funcionários, além de eliminar perda de tempo com deslocamento para fora da empresa, atrasos no retorno ao trabalho e os riscos de acidentes. Houve também a preocupação em promover uma alimentação nutricional adequada aos colaboradores, potencializando qualidade de vida e, conseqüentemente, aumento da produtividade².

A UAN pode ser apontada como um subsistema que executa atividades fins ou meios. Em relação a atividades fins podemos mencionar serviços pertinentes a hospitais e centros de saúde os quais contribuem com objetivo da entidade, uma vez que representam um conjunto de bens e serviços destinados a prevenir, melhorar e/ou recuperar a população a que atendem. Já por atividades meios podem ser referidos aos serviços associados a indústria, instituições escolares, entre outras as quais se reúnem pessoas por um período

de tempo Nesse contexto, apresentam-se atividades que procuram reduzir índices de acidentes, taxas de absenteísmo, melhorar aprendizagem, prevenir e manter a saúde daqueles a que atendem^{3,9}.

Conforme o gerenciamento, os estabelecimentos de alimentação coletiva podem ser classificados em: autogestão, sistema que a própria empresa possui e gerencia a UAN, produzindo refeições que serve a seus funcionários; concessão, a empresa cede seu espaço de produção e distribuição a uma empresa especializada em administração de restaurantes, livrando-se dos encargos da gestão da UAN; refeição transportada, a UAN está instituída em uma empresa especializada na produção de refeições, transportando e distribuindo para um local conveniado que não dispõe de cozinha, somente de refeitório⁹.

No Brasil, o segmento de refeições coletivas tem sido um mercado crescente. O setor representa grande importância na economia nacional, provendo ao governo bilhões de reais entre impostos e contribuições. De acordo com dados da Associação Brasileira das Empresas de Refeições Coletivas (ABERC,2020), a estimativa para o ano de 2020 é fornecer 14,7 milhões de refeições/dia, movimentar

uma cifra de 23,1 bilhões de reais e empregar 250 mil colaboradores¹⁰.

Apesar da expansão na área de alimentação, condições impróprias de trabalho muitas vezes são observadas em UANs, como problemas ambientais, na ergonomia das áreas ocupacionais ou até mesmo na execução das tarefas que constantemente exige maior desempenho em um curto período. Situações essas levam à insatisfação, cansaço excessivo aos funcionários e, com isso, queda na produtividade e problemas ligados à saúde e acidentes funcionais^{11,12,13}.

Com propósito de reduzir danos à saúde dos trabalhadores, os estabelecimentos destinados à produção de alimentos devem considerar critérios de segurança previstos nas Normas Regulamentadoras (NRs), do Ministério do Trabalho e Emprego (MTE). As NRs são disposições complementares ao capítulo V da Consolidação das Leis do Trabalho (CLT) que consistem em obrigações, direitos e deveres com objetivo de garantir trabalho seguro e sadio, prevenindo à ocorrência de doenças e acidentes de trabalho¹⁴.

De acordo com a Legislação, as UANs tem obrigação de respeitar as NRs que se relacionam à saúde e segurança do trabalhador, como a NR-6 Equipamentos de Proteção Individual

(EPIs), NR7- Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional (PCMSO), NR-9 Programa de Prevenção de Riscos Ambientais (PPRA), NR-15 Atividades e Operações Insalubres e NR-17 Ergonomia^{2,14}.

Compete ao administrador da UAN a responsabilidade de identificar as áreas de risco ocupacional e sua atuação frente às condições adversas, levando em consideração a importância do conhecimento e do controle dos riscos ocupacionais^{2,15}. Neste sentido, elaborar mapeamento dos riscos e capacitar colaboradores são imposições necessárias para o prosseguimento dos requisitos de segurança^{16,17,18}.

Condições seguras e saudáveis aos colaboradores no ambiente de trabalho são meios de promover e garantir qualidade de vida. Entretanto, essa preocupação com a saúde dos funcionários surge conforme há conscientização de que as condições de trabalho e saúde estão correlacionadas com a atividade e produtividade^{11,15,19}.

Atualmente no cenário mundial, a inovação é cada vez mais indispensável ao homem e seu meio, as empresas buscam ser altamente competitivas diante as outras em mercados cada vez mais globalizados. Para sucesso de todo e qualquer negócio é necessário que sua produtividade seja ao mesmo tempo

eficiente e satisfatório. Portanto, encontrar maneiras de motivar seus colaboradores e propiciar melhores condições de trabalho é fundamental para garantir tais feitos^{20,21}.

O presente artigo tem o objetivo de apresentar as estruturas das UANs e as condições ambientais que dificultam a execução das atividades no trabalho e desencadeiam possíveis enfermidades. Pretende-se, dessa forma, verificar a relação entre as condições de trabalho e de saúde nas UANs e segurança do trabalhador.

Métodos

Trata-se de uma a revisão da literatura sobre o tema e, para tanto, foram selecionados artigos científicos acadêmicos em bases de dados como Scielo e Google Acadêmico, além de um livro específico e clássico da área. Foram priorizados artigos publicados no período de 2007 a 2020, que reportam estudos aplicados sobre o tema Unidade de Alimentação e Nutrição. As palavras-chaves usadas para busca foram: Alimentação coletiva, Saúde do trabalhador, Riscos ocupacionais, Mapa de risco.

Resultados e Discussão

Com Revolução Industrial e o processo de transformação no cenário brasileiro, a forma em que o trabalhador passou a executar suas funções mudou, gerando longo expediente, locais inseguros, máquinas inadequadas e ambientes sem qualquer estrutura e planejamento. Por consequência, com a presença dos riscos ocupacionais, sistemas de gestão de saúde e segurança do trabalho passam a ser primordiais para as indústrias nos dias atuais²².

As UANs, apesar de realizar avanços tecnológicos nas suas unidades, manter condições adequadas de trabalho nestes locais ainda é um desafio que, em geral, apresentam temperaturas e umidade fora das recomendações, ruído excessivo, iluminação deficiente, espaços inadequados e instalações precárias^{23,24}. Também são associados outros fatores à organização do trabalho como desempenho e ritmo intenso, horários prolongados, sobrecarga de trabalho, postura inadequada e movimentos repetitivos, intervindo tanto na produtividade como na saúde dos colaboradores^{1,25,26}.

Para promover saúde e segurança no trabalho, vários órgãos responsáveis estimulam práticas de treinamentos, orientações de como agir de maneira

segura dentro da cozinha industrial e a elaboração de mapas de risco que contribuem na orientação quanto aos procedimentos necessários para garantia da integridade dos usuários nos espaços da empresa¹⁸. Na elaboração dos mapas deve-se levar em conta o conhecimento do processo do trabalho no local, identificação dos riscos existentes e identificação das medidas preventivas^{2,16}.

Os riscos ocupacionais são classificados em cinco categorias com cores diferentes: físicos, químicos, biológicos, ergonômicos e de acidentes. Também podem ser definidos conforme o diâmetro do círculo com sua respectiva cor de acordo com as recomendações propostas pela NR-05/MTE^{25,27}.

Quadro 1: Classificação dos principais riscos ocupacionais em grupos, de acordo com a sua natureza e a padronização das cores correspondentes.

Grupo 1 Verde	Grupo 2 Vermelho	Grupo 3 Marrom	Grupo 4 Amarelo	Grupo 5 Azul
Riscos Físicos	Riscos Químicos	Riscos Biológicos	Riscos Ergonômicos	Riscos de Acidentes
Ruídos	Poeiras	Vírus	Esforço físico intenso	Arranjo físico inadequado
Vibrações	Fumos	Bactérias	Levantamento e transporte manual de peso	Máquinas e equipamentos sem proteção
Radiações ionizantes	Névoas	Protozoários	Exigência de postura inadequada	Ferramentas inadequadas ou defeituosas
Radiações não ionizantes	Neblinas	Fungos	Controle rígido de produtividade	Iluminação inadequada
Frio	Gases	Parasitas	Imposição de ritmos excessivos	Eletricidade
Calor	Vapores	Bacilos	Trabalho em turno noturno	Probabilidade de incêndio ou explosão
Pressões anormais	Substâncias, compostas ou produtos químicos em geral		Jornadas de trabalho prolongadas	Armazenamento inadequado
Umidade			Monotonia e repetitividade	Animais peçonhentos
			Outras situações de estresse físico e/ou psíquico	Outras situações de risco que poderão contribuir para a ocorrência de acidentes

Fonte: Ministério do Trabalho e Emprego, NR 5, 1994.

Fonte: Ministério do Trabalho e Emprego, NR-5, 1994¹⁴.

Considerando que as UANs são ambientes que representam riscos para doenças e acidentes, observou-se, a partir dos artigos selecionados, prevalência dos riscos físicos, ergonômicos e de acidentes, aliados, em geral, pela falta ou uso incorreto dos

EPIs, além de treinamentos ineficientes e ausência de supervisão^{17,18,19}.

Segundo os estudos, a temperatura é o risco físico mais mencionado em serviços de alimentação. Os níveis de temperatura influenciaram no desempenho e produtividade, além de

sujeitar os funcionários a condições desfavoráveis à sua saúde e segurança^{8,28}. A temperatura ideal para operações em UANs é entre 22°C a 26°C com umidade relativa do ar entre de 50 a 60%^{2,8}. O desconforto térmico ocasionado por condições desfavoráveis nas cozinhas causam desequilíbrio corporal, podendo levar a problemas como: sensação de confinamento, prostração, cefaleia, mal-estar, tontura, náuseas, vômitos, desidratação, lipotimias, câimbras; em ambientes frio: gripe, pneumonia, bronquite, comprometendo diretamente a produtividade e a qualidade do trabalho^{2,17,29,30}.

Temperaturas altas ou baixas têm efeitos adversos, sendo necessário o controle térmico no ambiente de trabalho para conforto do colaborador. Entretanto, o conceito de conforto térmico não é exato, visto que essa é a condição em que o indivíduo se encontra termicamente satisfeito levando em consideração as variáveis ambientais^{30,31}. Aponta-se três fatores que atuam no equilíbrio térmico do corpo humano: temperatura do ar, umidade relativa do ar e a ventilação no ambiente. Portanto, no ambiente de trabalho é essencial a avaliação do conforto térmico, uma vez que evita acidentes e doenças de trabalho causadas

pelo excesso de calor ou frio, além de melhorar as condições de trabalho e aumentar produtividade³².

Os níveis de ruídos também estão entre as maiores dificuldades em manter-se adequados em UANs, em virtude da natureza das operações e equipamentos necessários. O ruído é um risco físico reconhecido como agente otoagressor, alterando processos internos no organismo com efeitos em curto e médio prazo¹⁷. A NR-15 menciona que o limite de tolerância à exposição ao ruído em uma jornada de trabalho de oito horas por dia não deve-se ultrapassar um nível de 85 decibéis (dB)^{17,29}. Embora a capacidade auditiva do homem vai de 0 a 120(dB), ruídos entre 70 e 80 dB já são suficientes para afetar a saúde, quando acima de 80 dB leva a prejuízos ao aparelho auditivo^{8,29,33}.

A presença dos ruídos no ambiente de trabalho, além de prejudicar o desempenho das atividades, pode provocar: perda da acuidade auditiva, doenças psicológicas, aumento da pressão arterial, cefaleia, redução das secreções salivares e gástricas, neurose, estresse, irritabilidade, distração, enjoos, fadiga, redução da capacidade de coordenação motora, insônia, distúrbios do humor, do equilíbrio, do sistema cardiovascular e redução do poder de concentração, além de causar lesões nas

cordas vocais devido à dificuldade de comunicação^{1,2,9,20,29,33}. Desta forma, a utilização de EPIs, tais como os protetores auriculares, é imprescindível para segurança e saúde do trabalhador^{8,9,29,33}.

Os riscos ergonômicos foram frequentemente apontados nos estudos, e o ritmo de trabalho desenvolvido nas UANs acarreta em esforços físicos intensos, movimentos repetitivos, posturas inadequadas, levantamento e transporte manual de peso^{2,4}. Ergonomia pode ser definida como a adaptação do trabalho ao homem, visando adequação nas tarefas, instrumentos, máquinas e dos sistemas de produção, evitando desgaste e tendo como objetivo otimização do trabalho^{34,35,36}.

Com as inadequações das ferramentas de trabalho e a forma de executar as tarefas podem surgir: lesões por esforços repetitivos (LER) ou distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (DORT). Estes afetam músculos, tendões, ligamentos, articulações, nervos periféricos, incluindo, inflamações em tendões (tendinites), tenossinovites, bursites, compressões nervosas, além de atingir, a lombar, ombros, antebraço, punhos/mãos, coluna, joelhos, causar varizes e edemas no tornozelo^{23,26,33,37}.

Com base nos conceitos ergonômicos, um local de trabalho deve ser sadio e agradável, a fim de prevenir acidentes e doenças ocupacionais, logo, é essencial adequação do ambiente de trabalho, treinamentos periódicos sobre maneiras e procedimentos corretos, além da utilização, caso possível, de dispositivos para ajuda do transporte de materiais^{8,20,33,34}.

Os riscos de acidentes aos quais os trabalhadores de alimentação coletiva estão sujeitos são: quedas, exposição a eletricidade, equipamentos sem proteção, ferramentas inadequadas, contato com equipamentos perfuro cortantes, vapor, superfícies quentes e iluminação imprópria, entre outros^{3,4}. Nos artigos estudados, os acidentes mais citados foram os relacionados à iluminação inadequada, equipamentos defeituosos, objetos cortantes e quedas^{2,3,4}.

A iluminação interfere diretamente na produção das refeições, podendo exercer forte influência no comportamento dos colaboradores de UANs. A adequação da iluminação evita doenças visuais, aumenta a eficiência do trabalho e diminui acidentes. Ademais, inadequação caracteriza sintomas de fadiga visual, lacrimejamento, irritação, cefaleia, diminuição da produtividade^{1,2,3,29}. Recomenda-se para

uma melhor iluminação limpezas periódicas das lâmpadas e substituí-las quando queimadas. As lâmpadas ainda devem possuir um sistema de segurança contra explosões e quedas acidentais^{2,3,29}.

Cabe destacar que na maioria das cozinhas os pisos apresentam-se impróprios. Comumente, observa-se inclinação insuficiente, irregularidades, danificações, além de pisos escorregadios^{2,3,4}. Condições inadequadas levam a quedas tendo como consequências: hematomas, luxação, torção, fraturas, entre outros. A adequação, manutenção, limpeza e secagem periódica do piso são estratégias de prevenção de acidentes, bem como o uso de EPIs e placas de sinalização para área úmida⁴.

Procedimentos operacionais no ambiente de trabalho com utilização de equipamentos defeituosos submete os trabalhadores à exposição de ruídos e choques elétricos^{2,4}. Medidas de proteção como uso de EPIs, treinamentos de integração, manter equipamentos em perfeitas condições e realizar trocas quando necessário garante saúde e integridade física do trabalhador^{3,4}.

Os acidentes de riscos mecânicos mais frequentes nas UANs envolvem objetos cortantes, acarretando aos

colaboradores lesões leves e graves⁴. Entre as causas mais comuns estão: circular e conversar com facas nas mãos, armazená-las de forma incorreta, colocar facas em cubas de molho, além de abrir latas, garrafa e embalagens com as facas³. No entanto são condutas que poderiam ser evitadas com uso do utensílio correto de acordo com atividade, utilização de EPIs, capacitação e Diálogo Diário de segurança (DDS)^{2,3,4}.

Para que ocorra acidente de trabalho, parte da organização do trabalho não seguiu os padrões planejado ou adequado, isto é, alguma alteração ocorreu no ambiente de trabalho. Essas alterações podem ser causadas por inúmeros fatores, sujeitando os trabalhadores a riscos de acidentes. Define-se acidente de trabalho qualquer disfunção que pode ocasionar lesão corporal ou perturbação funcional, que cause a morte, perda ou redução, permanente ou temporária, da capacidade para o trabalho³⁸.

Embora os riscos ocupacionais químico e biológico não terem sido abordados com frequência nos artigos escolhidos, são riscos ambientais que causam danos a saúde e segurança. Portanto, citá-los se faz necessário para evidenciar os riscos aos quais os

colaboradores estão expostos e propor medidas preventivas.

Os riscos químicos apresentam perigos aos trabalhadores de cozinha industrial, visto que, neste ambiente, produtos químicos são utilizados para limpeza. Tais produtos são aplicados para uso da higiene pessoal, ambiental, em utensílios e equipamentos. Além disso, podem conter soda cáustica, detergentes, desinfetantes e requerem cuidados específicos ao serem administrados^{3,4,17}. Os produtos devem ser regularizados pelo ministério da saúde, porém a NR-09 determina que o nível de ação para agentes químicos é a metade do limite de tolerância estabelecido na NR-15^{4,39}.

A exposição a produtos químicos podem causar: dermatose, alergias, irritação nos olhos e nas vias respiratórias, cefaleia, tontura, intoxicação e queimadura química. Quando absorvidos em doses elevadas pelo organismo podem ocasionar doenças crônicas respiratórias, doenças do sistema nervoso, doenças nos rins e fígado, e até mesmo alguns tipos de câncer^{4,17,39}. Medidas de prevenções como utilização de EPIs, treinamentos e DDS contribuem para saúde dos colaboradores nas UANs^{3,4,8}.

Nas UANs os riscos biológicos surgem por meio de microrganismos

que, em contato com os colaboradores, podem provocar doenças. Algumas atividades favorecem à exposição ao risco, podendo ser decorrente da higienização das instalações sanitárias e área de armazenamento dos resíduos, tal como manejo dos resíduos e o contato com outros colaboradores⁴.

De acordo com a exposição aos riscos biológicos, podem resultar em doenças infectocontagiosas como: gripe, tuberculose, malária, febre amarela, hepatite entre outras. São necessárias ações preventivas como treinamentos sobre higienização correta, orientação do manuseio adequado do lixo e utilização dos EPIs^{3,4}.

A organização do trabalho com ritmo acelerado, pressão, sobrecarga e outras condições provenientes da forma como tal organização é coordenada pode provocar mudanças mentais e nos relacionamentos pessoais, contribuindo para angústia e até mesmo para o adoecimento do trabalhador⁴⁰. Para evitar doenças profissionais e acidentes de trabalho é fundamental um conjunto de medidas técnicas, educativas, médicas e psicológicas, para prevenir, eliminar condições inseguras do ambiente, instruir e conscientizar os trabalhadores sobre práticas preventivas¹¹.

Conclusão

Conclui-se, portanto, que as UANs são ambientes que representam riscos à saúde e acidentes relacionados ao trabalho, sendo locais que, frequentemente, apresentam infraestrutura inadequada sob o ponto de vista da legislação, associado à falta de treinamento pessoal, excesso de atividades e problemas de manutenção dos equipamentos.

Desta forma, é fundamental realização de melhorias no ambiente de trabalho a fim de reduzir ou eliminar os riscos ocupacionais aos quais os trabalhadores estão expostos,

assegurando, à visto disso, saúde e qualidade de trabalho.

Para prevenir doenças e acidentes de trabalho é importante aplicar treinamentos regulares, elaborar mapa de risco, fazer supervisão contínua, exigir o uso dos equipamentos de proteção, criar formas de conscientização de prevenção.

Garantir condições adequadas de trabalho proporciona bem estar na saúde física e mental, leva ao aumento da satisfação dos colaboradores, melhora seu desempenho e gera resultados positivos.

Referências

1. Monteiro MAM. Importância da ergonomia na saúde dos funcionários de unidades de alimentação e nutrição. *Rev Baiana de Saúde Pública*. 2012; 33(3): 416-427.
2. Silveira AS. Análise das condições ambientais, ergonômicos e dos riscos ocupacionais em um restaurante universitário de expansão. Cuité. Monografia [Graduação em Nutrição] - Universidade Federal de Campina Grande; 2018.
3. Paula CMD. Riscos ocupacionais e condições de trabalho em cozinhas industriais. Porto Alegre. Monografia [Especialização em Engenharia de segurança do trabalho] - Universidade Federal do Rio Grande do Sul; 2011.
4. Buchmann N. Perigos e riscos em uma cozinha industrial. São Leopoldo. Monografia [Especialização em Engenharia de segurança do trabalho] - Universidade do Vale do Rio dos Sinos; 2018.
5. Rocha NS, Quintão DF, Silva DCG. Perfil antropométrico e influência do ambiente de trabalho nos hábitos alimentares de trabalhadores de UANs de uma cidade de pequeno porte. *Rev Científica da Faminas*. 2017; 12(2): 5-14.

6. Estevam E, Guimarães M. Caracterização do perfil nutricional e dos aspectos ergonômicos relacionados ao trabalho de colaboradores de uma unidade de alimentação e nutrição. *Rev científica da Faminas*. 2016; 9(2).
7. Silva KF, Drumond NB, Quintão DF. Avaliação do perfil nutricional e condições de trabalho de colaboradores de unidades de alimentação e nutrição de Eugenópolis (MG). *Rev Científica da Faminas*. 2016; 11(2).
8. Teixeira SA, Luz NS, Oliveira ES, Almondes RS, Monte CAM, Lucena JD. Investigação dos riscos ambientais e ergonômicos em restaurantes privados de um município do Piauí-Brasil. *Rev Inter* 2015; 8(1): 113-130.
9. Silva MF. Análise de ruídos presentes em unidades de alimentação e nutrição na praça de alimentação de shopping center no município de Vitória de Santo Antão. Vitória de Santo Antão. Monografia [Graduação em Nutrição] – Universidade Federal de Pernambuco; 2018.
10. Associação Brasileira das Empresas de Refeições – ABERC. [página da internet]. Mercado Real. São Paulo, SP [Acesso em 07 abr 2020] Disponível em: <http://www.aberc.com.br/mercadoreal.asp?IDMenu=21>
11. Abreu ES, Spinelli MGN, Pinto AMS. Gestão de unidades de alimentação e nutrição: um modo de fazer. 7ed. São Paulo: Metha; 2019.
12. Medeiros SCF, Silva MC. Planejamento físico funcional de duas unidades de alimentação e nutrição: aspectos de segurança do trabalho. Brasília. Universidade de Brasília-UniCEUB; 2019.
13. Araújo EMG, Alevato HMR. Abordagem ergológica da organização e das condições de trabalho em uma unidade de alimentação e nutrição. *INGEPRO - Inovação, Gestão e Produção*. 2011; 3(1): 10-22.
14. Brasil. Ministério do Trabalho. [página da internet]. Segurança e Saúde no Trabalho [acesso em 13 abr 2020] Disponível em: <https://enit.trabalho.gov.br/portal/index.php/seguranca-e-saude-no-trabalho/sst-menu/sst-normatizacao?view=default>
15. Picchi AV, Matias ACG, Spinelli MGN. Uso e conservação de equipamentos de proteção individual (EPIS) em uma unidade de alimentação e nutrição hospitalar. *Rev Univap*. 2019; 25(49): 130-138.
16. Barbosa LN, Almeida FQA. Relato de experiência sobre a avaliação dos riscos ambientais e mapeamento em uma unidade de alimentação e nutrição (UAN) para a promoção da segurança no trabalho. *Rev Simbio-Logias*. 2008; 1(2): 1-10.

17. Carvalho EPL. Desenvolvimento do PPRA de uma cozinha industrial. Florianópolis. Monografia [Especialização em Engenharia de Segurança e Saúde do Trabalho] - Universidade do Sul de Santa Catarina; 2017.
18. Souza DAG, Buccioli PT. UAN e a segurança do trabalho. *Rev Fafibe*. 2016; 9(1): 1-15.
19. Ferreira ÁM, Simon KF, Tasca CG. Segurança no trabalho: O uso efetivo dos EPI'S pelos colaboradores em uma UAN de um Município do Sudoeste do Paraná. *Rev Simbio-Logias*. 2015; 8(11).
20. Rodrigues ACP, Tesser FJ, Strapazzon J, Cozer M. Saúde ocupacional e aspectos ergonômicos em uma unidade de alimentação e nutrição. *Nutrição Brasil*. 2017; 16(1): 13-18.
21. Pereira DC. Análise ergonômica e psicodinâmica do trabalho no setor operacional de uma empresa de manutenção em cozinha industrial. João Monlevade. Monografia [Graduação em Engenharia de Produção] - Universidade Federal de Ouro Preto; 2018.
22. Rosa VC. Uma revisão sobre o risco ocupacional relacionado ao estresse térmico. Ponta Grossa. Monografia [Especialização em Engenharia e Segurança do Trabalho] - Universidade Tecnológica Federal do Paraná; 2018.
23. Uff MSL, Uff LFM. Ergonomia e alimentação coletiva: Análise das condições de trabalho em uma unidade de alimentação e nutrição. IV Congresso Nacional de Excelência em Gestão 2008 jul/ago 31-02. Proceedings. Niterói, 2008.
24. Colares LGT, Freitas CM. Processo de trabalho e saúde de trabalhadores de uma unidade de alimentação e nutrição: entre a prescrição e o real do trabalho. *Cadernos de Saúde Pública*. 2007; 23(12): 3011-3020.
25. Vasconcelos, FM; Maia, LR; Neto JAA; Rodrigues, LB. Riscos no ambiente de trabalho no setor de panificação: um estudo de caso em duas indústrias de biscoitos. *Gestão & Produção*. 2015; 22(3): 565-589.
26. Zanetin PM, Fatel ECS. Avaliação da ergonomia e do uso de equipamentos de proteção individual em unidades produtoras de refeições. *Rev da Associação Brasileira de Nutrição-RASBRAN*. 2017; 8(1): 90-100.
27. Sant'anna B, Moreira B, Amaral R, Saraiva R, Resende M. Avaliação dos riscos ambientais de uma cozinha industrial. *Sinapse Múltipla*. 2018; 7(2): 95-99.
28. Filipe DJPM. Condições de trabalho em cozinhas profissionais. Coimbra. Dissertação [Mestrado em Engenharia Mecânica na Especialidade de Energia e Ambiente] - Universidade de Coimbra; 2015.

29. Albuquerque EN, Seabra LMJ, Rolim PM, Gomes LM. Riscos físicos em uma unidade de alimentação e nutrição: Implicações na saúde do trabalhador. Rev da Associação Brasileira de Nutrição-RASBRAN. 2012; 4 (5): 40-47.
30. Eduarda M, Batista R, Santos GN, Neto João, Filipe P. Análise do ambiente térmico na cozinha do Restaurante Universitário de uma Instituição Federal de Ensino Superior. IX Congresso Brasileiro de Engenharia de Produção 2019 dez 04-06. Proceedings. Ponta Grossa, 2019.
31. Fonseca RAP. Ambiente térmico e índice de satisfação nos locais de trabalho. Coimbra. Tese [Doutorado em Segurança e Saúde do Trabalho] - Instituto politécnico de Coimbra; 2015.
32. Souza DM. Análise do ambiente de trabalho de um restaurante no litoral paranaense: estudo de caso. Curitiba. Monografia [Especialização em Engenharia de Segurança do Trabalho] - Universidade Tecnológica Federal do Paraná; 2017.
33. Dias GN, Aires IO, Sousa FRO, Araújo MC, Moura ACC, Lima SMT, et al. A importância da ergonomia em unidades de alimentação e nutrição: Uma revisão integrativa. Rev Eletrônica Acervo Saúde. 2020; (38): 1680-e1680.
34. Sandoval LCN, Spinell MGN. Condições ergonômicas de unidades de alimentação e nutrição escolares sob mesma gestão. Rev de Nutrição e Vigilância em Saúde. 2017; 3(3).
35. Gomes AB. Saúde e segurança do trabalho no serviço de alimentação. Anuário da Produção de Iniciação Científica Discente. 2010; 13(20): 289-295.
36. Sticca MG, Mandarinini MB, Silva FHM. Condições de Trabalho e Saúde de trabalhadores em um restaurante universitário. Estudos e Pesquisas em Psicologia. 2019; 19 (3): 583-603.
37. Alencar MCB, Almeida TC, Montezor JB. Condições de trabalho em uma cozinha industrial e distúrbios osteomusculares de trabalhadores. Cadernos de Terapia Ocupacional da UFSCar. 2013; 21(1): 155-162.
38. Júnior JFR, Borges FM, Lucas REC, Gadelha CAP, Moreira R. Análise dos riscos e o programa de prevenção de riscos ambientais em um restaurante universitário da região nordeste. Rev Produção Online. 2019; 19(2): 545-569.
39. Lima SHM, Cadete MMM. Ambiente e condições de saúde física e mental de trabalhadores de cozinhas profissionais: Revisão Teórica. Rev Caribenã de Ciências sociais; 2017.

40. Diniz ECS, Soares LC. O trabalho dos profissionais de cozinha: uma análise do prazer e sofrimento de profissionais de cozinha em restaurantes de Maringá-PR. Rev Formadores- Vivências e Estudos. 2017; 10(2): 33-49.