

QUALIDADE DE VIDA ATRAVÉS DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Alzira Mozaquio Boiatti, Alexandre Domingos Faria, Maria de Lourdes Machado
UNICAMP/AFPU
e-mail: mmachado@reitoria.unicamp.br

RESUMO: A AFPU – Agência para a Formação Profissional da UNICAMP, prezando pelo bem estar e qualidade de vida de seus alunos e usuários, teve a iniciativa de promover uma melhoria na composição dos lanches oferecidos nos intervalos de seus cursos e em alguns casos, em suas cerimônias de encerramento. Esta iniciativa foi motivada por ações do Grupo Qualidade de Vida no Trabalho – QVT que é responsável pela área estratégica da Unicamp “Qualidade de Vida” e pelo objetivo estratégico da PRDU “Integrar ações que proporcionem qualidade de vida no trabalho”. A participação de funcionários da AFPU no curso “Alimente-se bem”, promovido pelo QVT e reuniões com especialistas da área de nutrição deram o embasamento teórico para esta melhoria. Como resultado dessas ações, a partir de junho de 2008 os alimentos menos saudáveis de nossos lanches, tais como biscoitos recheados e sucos artificiais foram substituídos por alimentos mais ricos em nutrientes como frutas, barras de cereais, sucos naturais e chás. Essas mudanças exigiram também adequações no processo de compras desses itens, gerando a necessidade de se buscar novos produtos e fornecedores que se encaixassem na nova proposta o que resultou numa redução do custo médio de nossos lanches. Ao promover a oferta de lanches com itens mais saudáveis e equilibrados, passamos a oferecer um cardápio mais variado e aumentamos a satisfação de nossos clientes.

PALAVRAS-CHAVE: Alimentação saudável, Nutrição, Qualidade de vida.