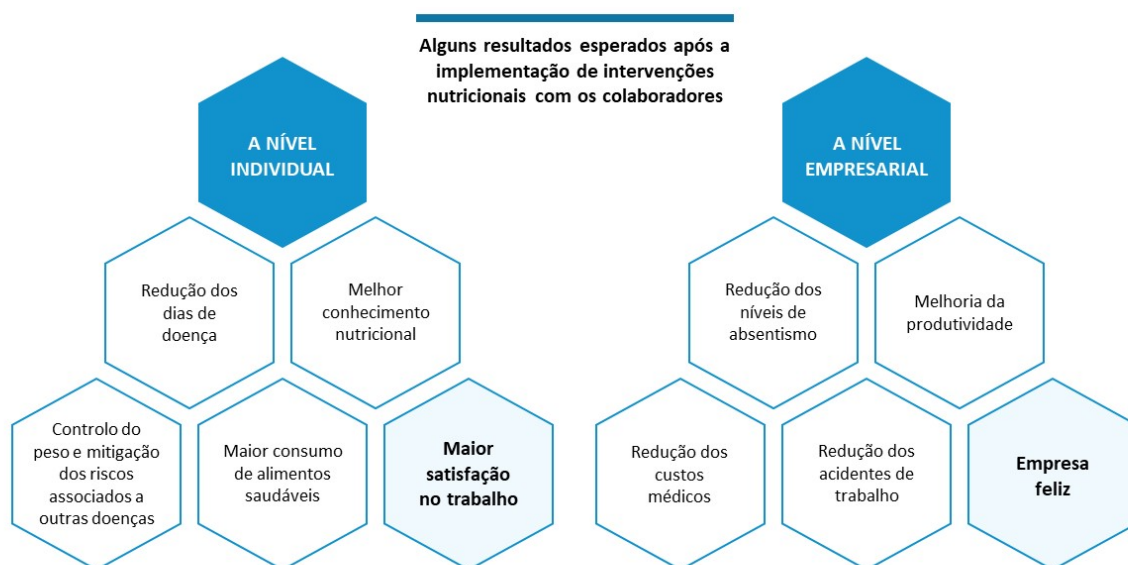


# Porquê uma Intervenção Nutricional na Minha Empresa?



Baseado em "The evidence for workforce nutrition programmes" – Global Alliance for Improved Nutrition

As empresas podem desempenhar um papel importante na redução da mal nutrição que se assiste a nível global. Paralelamente, podem ser diferenciadoras ao contribuir para que os seus colaboradores tenham uma vida mais saudável.

Como se sabe, os trabalhadores passam uma grande parte das suas vidas em contexto de trabalho - seja num escritório, fábrica, restaurante ou mesmo no campo - e esse contexto pode ser quer um facilitador quer uma barreira à adoção de comportamentos positivos em relação à nutrição e saúde.

Os programas de intervenção na área da nutrição são, por isso, uma ferramenta chave para facilitar os empregadores nesta tarefa de promover a melhoria nutricional e de saúde dos seus trabalhadores, sendo consideradas estratégias win-win para ambos.

É importante lembrar que os locais de trabalho são espaços únicos para intervenções nutricionais: fornecem a possibilidade de interação repetida com o público, num ambiente contido que pode ser modificado, gerando um potencial de retorno significativo do investimento e a sua sustentabilidade.

Os programas de intervenção nutricional da **Nutrialma** atuam em 3 campos complementares:

- Promoção do equilíbrio nutricional das ementas nos refeitórios e cantinas;
- Educação alimentar através de formações e workshops;
- Avaliação e aconselhamento nutricional personalizado, nas consultas de nutrição.

Estes programas de intervenção podem ser integrados em programas de bem-estar e saúde já existentes na empresa.

Segundo a Gain (Global Alliance for Improved Nutrition), no seu documento "The evidence for workforce nutrition programmes", existem alguns resultados esperados após a implementação deste tipo de intervenções nutricionais.