

A nutricionista Rosicler Rodriguez é a convidada do episódio de hoje (19/05), do IESSCast. Ela conversa com o professor Alberto Ogata sobre seu artigo no livro [Saúde nas empresas: a Promoção de uma Ideia Sustentável](#), lançado no final do ano passado pelo IESS.

Neste quarto episódio da nova temporada do podcast oficial do Instituto, ela aborda os cuidados alimentares e o trabalho. Além disso debate sobre como é possível não sucumbir aos apelos e marketing da indústria alimentícia, que ofertam refeições ricas em calorias e pouco nutritivas, mas de consumo prático, especialmente, em uma rotina de trabalho cada vez mais extenuante.

Rosicler lembra que, de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), as Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs) matam cerca de 41 milhões de pessoas a cada ano e são responsáveis por cerca de 71% de todas as mortes no mundo. A autora ressalta que as DCNTs poderiam ser evitadas por meio de alimentação adequada, prática de atividade física, controle do tabagismo e do uso abusivo do álcool.

Rosicler deu dicas, ainda, sobre como as empresas podem implementar programas de bem-estar e qualidade de vida junto aos funcionários, mesmo em um novo momento de formato híbrido de trabalho no pós-pandemia.

O IESSCast tem novos episódios todas as terças e sextas-feiras e pode ser acompanhado pelas plataformas de áudio e ainda pelo canal do Youtube do IESS. [Clique aqui](#) para conferir agora esse novo episódio. Já o [download do livro](#) Saúde nas Empresas: a Promoção de uma Ideia Sustentável pode ser feito gratuitamente aqui no site, e também na Biblioteca Nacional, no Google e na Amazon.

Fonte: [IESS](#), em 19.05.2023.