

Impacto de la intervención nutricional del Programa de Atención Interdisciplinar a la Salud en la población trabajadora de una empresa de autopartes en Cortázar, Gto.

Álvarez-Ávila María Beatriz¹, Tolentino-Ferrel María del Rosario, Padilla-Raygoza Nicolás y Delgado-Sandoval Silvia del Carmen²

RESUMEN

El Programa de Atención Interdisciplinar a la Salud promueve hábitos y estilos de vida saludables en la población, proporcionándoles herramientas y estrategias que permitan mejorar el estado nutricional. El tener acceso a una alimentación adecuada en la jornada laboral es un problema y también lo es la calidad nutricional de la misma, factor importante en las condiciones de salud de los trabajadores; se acudió a una empresa de autopartes en Cortázar, para medir el impacto de la orientación nutricional individualizada en los trabajadores. Se valoró a 207 trabajadores durante el periodo de Febrero-Marzo 2014. La intervención nutricional se realizó con el 55% de la población total diagnosticada, inclinándose hacia los diferentes grados de obesidad y al sobrepeso.

PALABRAS CLAVE

Alimentación, Orientación nutricional, Sobrepeso, Obesidad.

1 Licenciatura en Nutrición, Universidad de Guanajuato, Campus Celaya Salvatierra, División de Ciencias de la Salud e Ingenierías. Mutualismo 303, Col. Residencial Celaya, C.P: 38060, Celaya, Gto.

2 Universidad de Guanajuato, División de Ciencias de la Salud e Ingenierías, Departamento de Enfermería y Obstetricia, Mutualismo 303, Col. Residencial Celaya, C.P: 38060, Celaya, Gto; sdelgado@ugto.mx

INTRODUCCIÓN

El Programa de Atención Interdisciplinar a la Salud (PAIS), es un modelo de atención para la promoción de hábitos y estilos de vida saludables en la población, proporcionando herramientas y estrategias que permiten mejorar la alimentación y por ende el estado nutricional. Una alimentación saludable contribuye a prevenir enfermedades crónicas, como obesidad, diabetes y cardiovasculares. Está demostrado que las inversiones en alimentación se recuperan por una reducción de los días de enfermedad, de los accidentes laborales y por un aumento de la productividad (Organización Internacional del Trabajo, 2012). Wanjek (2005) postula que el lugar de trabajo es un espacio fundamental para influir en el comportamiento alimentario de los trabajadores.

Diversos estudios muestran que las intervenciones alimentarias en el trabajo suelen ser eficaces, especialmente para incentivar un mayor consumo de frutas y verduras, pero esto no asegura la reducción de peso (Maes *et al.*, 2012; Quintiliani, 2010). De acuerdo al estudio de Dejgard (2011) sobre el costo beneficio y la tasa de retorno de la inversión, los programas de promoción de la salud orientados a mejorar la alimentación y/o aumentar la actividad física en los sitios de trabajo generan ahorros financieros en términos de reducción del ausentismo, costos médicos o ambos.

El tener acceso a una alimentación adecuada en la jornada laboral debiera ser un derecho, lo que no siempre se cumple. Sin embargo el problema no es solo el acceso a esa alimentación sino, la calidad nutricional de la misma, factor importante en las condiciones de salud de los trabajadores (Organización Internacional del Trabajo, 2012); por tales motivos se acudió a una empresa de autopartes en Cortázar, Gto., hacer un diagnóstico nutricional e implementar un programa de orientaciones nutricionales individualizadas y evaluar el efecto sobre los indicadores antropométricos y estado de nutrición haciendo un seguimiento mensual.

MÉTODOS Y MATERIALES

Estudio longitudinal, prospectivo. Se inició la intervención en febrero de 2014 y se hizo un corte en marzo del 2014, aunque la intervención y las orientaciones han continuado hasta la fecha. Se evaluó de inicio a 207 personas (54 hombres y 154 mujeres). Para el diagnóstico nutricional se usaron los parámetros del Índice de Masa Corporal (IMC) establecidos por la Organización Mundial de la Salud (Tabla 1). Para la evaluación antropométrica se utilizó una báscula Tanita UM028, una cinta métrica Seca 206 y un estadímetro portátil Seca modelo 203. Se hizo un diagnóstico inicial y se continuó trabajando con el 55% de la población (36 hombres y 78 mujeres) que presentaron obesidad y sobrepeso, previa firma del consentimiento informado para la participación en el programa.

Tabla 1. Clasificación Internacional de Índice de Masa Corporal*	
Clasificación	Rangos del IMC
Desnutrición	< 18.50
Rango normal	18.50 – 24.99
Sobrepeso	25.00 – 29.99
Obesidad grado I	30.00 – 34.99
Obesidad grado II	35.00 – 39.99
Obesidad grado III	≥ 40.00

* World Health Organization. Management of severe malnutrition. 1999, pp 37-38 <http://www.who.int/bmi/index.jsp>

RESULTADOS

Se trabajó con el 55% de la población evaluada al inicio (78 mujeres y 36 hombres), que presentaron diagnóstico nutricional de sobrepeso y obesidad. Se brindó asesoría nutricional personalizada y una guía de orientación alimentaria, se ha brindado seguimiento mensual.

Del grupo de pacientes evaluados inicialmente (n=207) del género masculino un 36% presentaron sobrepeso, 36% obesidad grado I, 17% obesidad grado II, y un 11% con obesidad grado III. En cuanto al género femenino de acuerdo al diagnóstico se conformaba de un 11% en sobrepeso, 72% obesidad grado I, 14% obesidad II, y un 3% en obesidad grado III.

Se continuó trabajando con el 55% de la población que presentó sobrepeso y obesidad. En la evaluación de seguimiento del mes de marzo de la población atendida en el género masculino se logró que un 42% llegará al sobrepeso, el 33% en obesidad I, el 17% en obesidad II se mantuvo igual el porcentaje que en un inicio, y 8% en obesidad III teniendo una disminución de este porcentaje.

En el género femenino de las 78 mujeres un 2% logró llegar a un estado normo-nutricional, un 27% en sobrepeso, 54% en obesidad I, 14% en obesidad II, y un 3% en obesidad III; la cual al igual que en el género masculino se mantuvo sin cambios.

CONCLUSIONES

Actualmente vivimos en una sociedad en la cual tanto hombres como mujeres pertenecen a la clase obrera, lo cual ha causado un cambio importante en los hábitos alimentarios de las familias de hoy en día, esto nos lleva al incremento acelerado de enfermedades crónico degenerativas. La obesidad es la principal obesidad que afecta la producción dentro de una empresa, ya que los costos de atención de salud se ven incrementados a causa de esta y sus complicaciones, debido a las afecciones en la capacidad productiva las empresas practican políticas de responsabilidad social (Bejarano y Díaz, 2012). Debido a los importantes cambios que existen actualmente dentro del mundo del trabajo (Solé, 2004) es importante la adaptación y creación de programas de salud que ayuden a la promoción de la misma dentro de las empresas y brinden espacios que atiendan de forma integral al trabajador, dando así motivación e impulsando a los trabajadores para mejorar su estado nutricional, al igual que vigilando la calidad de la alimentación que se brinda a los trabajadores dentro de los comedores industriales de las empresas, en el cual también se vio mejoría durante el período del estudio en esta empresa.

REFERENCIAS

- Bejarano, J., y Díaz, M., 2012. Alimentación laboral una estrategia para la promoción de la salud del trabajador. Revista de la Facultad de Medicina. 1 (60): 87-96.
- Dejgård, J. (2011). Can worksite nutritional interventions improve productivity and firm profitability? A literatura review. Perspectives in Public Health, 131 (4): 184-192.
- Maes L., Van Cauwenberghe E., Van Lippevelde W., Spittaels H., De Pauw E., Oppert J.M., Van Leenthe F.J. et al. (2012). Effectiveness of workplace interventions in Europe promoting healthy eating: a systematic review. Eur J Public Health (2012) 22 (5): 677-683.
- Organización Internacional del Trabajo. (2012). Un enfoque integral para mejorar la alimentación y nutrición en el trabajo: estudio en empresas chilenas y recomendaciones adaptadas. 1ª edición. Santiago Chile.
- Quintiliani, L., (2010). Healthy eating strategies in the workplace. *International Journal of Workplace Health Management*, 3 (3): 182-196.
- Solé, M. (2004). La promoción de salud en el trabajo: ¿utopía o necesidad? Centro Nacional de Condiciones de Trabajo - INSHT. Buenos Aires: Estructplan. Consultada en: www.estrucplan.com.ar/articulos/verarticulo.asp?idarticulo=816 (23 de enero de 2014).
- Wanijek, C. (2005). La alimentación en el trabajo: soluciones laborales para la desnutrición, la obesidad y las enfermedades crónicas. Organización Internacional del Trabajo. Ginebra. 448p.