

# Revista LatinoAmericana de la Salud en el Trabajo

Volumen  
*Volume* 1

Número  
*Number* 2

Mayo-Agosto  
*May-August* 2001

*Artículo:*

## El estilo de vida, factor de riesgo en la causalidad de las enfermedades y accidentes de trabajo

Derechos reservados, Copyright © 2001:  
Consejo Mexicano de la Medicina del Trabajo

### Otras secciones de este sitio:

- ☞ Índice de este número
- ☞ Más revistas
- ☞ Búsqueda



## *El estilo de vida, factor de riesgo en la causalidad de las enfermedades y accidentes de trabajo*

Dra. Lilia Macedo de la Concha,\* Dr. Rodolfo Nava Hernández,\*\* Lic. En Psic. Blanca Valdés Sánchez\*\*\*

### **Resumen**

El artículo señala que los accidentes y las enfermedades de trabajo, no tienen como únicos responsables a los factores de riesgo directamente relacionados con el proceso de trabajo, sino que el estilo de vida tiene también peso importante en la causalidad de los mismos. El artículo pretende llamar la atención de los profesionales de la salud en el trabajo, a la relación estilo de vida-salud de los trabajadores, así como la importancia de considerar dicha relación en la promoción de la salud y la prevención de los daños.

**Palabras clave:** Estilo de vida, causalidad, campo de la salud en el trabajo, prevención de riesgos de trabajo.

### **Introducción**

**E**l paso por las diferentes explicaciones de cómo se generan los daños, ha repercutido en la construcción de diferentes modelos de causalidad, los cuales establecen la relación causa-efecto con diferentes enfoques de acuerdo con el momento histórico en que se desarrollaron; el primero establece la relación, causa simple/efecto simple; el segundo, causa múltiple/efecto simple, y el tercero, causa múltiple/efecto múltiple.<sup>1</sup> Una escuela de pensamiento a la que nos adherimos, considera que este último es el más adecuado para comprender la causalidad de los problemas de salud en el trabajo, pues permite un análisis integral de las asociaciones que pueden existir entre los estados de salud y de enfermedad de una población y los factores asociados a dichos estados.

Sin embargo, en la práctica, el estudio de los problemas de salud en el trabajo asocia fundamentalmente los factores derivados de la actividad laboral, y las acciones que se realizan para prevenir y controlar los riesgos de trabajo, se dirigen a la

modificación de las condiciones laborales que son desfavorables para la salud de los trabajadores.

Esto repercuten en una atención parcializada ya que se consideran en muy poca medida el resto de los factores condicionantes y determinantes de accidentes y enfermedades de trabajo a los que está expuesta la población trabajadora, resultado de su estilo de vida.

Una de las grandes críticas que han tenido las especialidades médicas, es que la atención a la salud que éstas ofrecen, ha perdido el estudio integral de los individuos y se reducen a atender la parte afectada, objetivo de la especialidad, por lo que la solución a los problemas de salud es poco efectiva.

Esta situación se observa en la salud en el trabajo y aunque -al definirse como “una actividad multidisciplinaria dirigida a proteger y promover la salud de los trabajadores mediante la prevención de enfermedades y accidentes, así como la eliminación de los factores o condiciones que ponen en peligro la salud y seguridad en el trabajo”<sup>2</sup>, que favorece la visión integral de la causalidad de los riesgos de trabajo, las acciones se restringen a la modificación de las condiciones de trabajo, y no considera el estilo de vida que también interactúa con el trabajo.

Lo anterior permite ubicar, que el estudio y la solución de los problemas de salud del trabajo son más complejos de lo que ya tradicionalmente se ha pensado, pues en una población trabajadora su salud y la pérdida de ésta se deben a la relación que existe entre sus características biológicas y las que le generarán los diversos contextos en que los individuos se desenvuelven, además del laboral, por lo que el modelo de causa múltiple/efecto múltiple se adapta muy bien a su análisis.

### **El campo de la salud en el trabajo**

Para poder comprender la relación entre los factores y el estado de salud y enfermedad, y poste-

\* Profesor-Investigador, Departamento de Salud Pública Facultad de Medicina, UNAM.

\*\* Profesor-Investigador, Coordinador de Salud en el Trabajo. Departamento de Salud Pública Facultad de Medicina, UNAM.

\*\*\* Técnico-Académico, Coordinación de Salud en el Trabajo, Departamento de Salud Pública, Facultad de Medicina UNAM.

riormente definir las características de la atención, es necesario contar con un concepto de la salud. El concepto que se adopta para este fin es el "campo de salud", de Alan Dever,<sup>3</sup> (*Figura 1*) el cual establece, "... que la salud está determinada por una variedad de factores que se pueden agrupar en cuatro divisiones primarias: medioambiente, estilo de vida, biología humana y organización del sistema de salud". Dever sostiene que las cuatro divisiones son igualmente importantes, de modo que el equilibrio entre éstas es fundamental para lograr un estado de salud adecuado.

Este concepto favorece el estudio integral de lo que es el proceso de salud-enfermedad en donde se refleja el modelo de causa múltiple y efecto múltiple (*Figura 2*), el cual trasciende a un enfoque más equilibrado del estudio y la solución de los problemas de salud, y jerarquiza la salud sobre la enfermedad.

Con base en lo anterior, el concepto que se propone para el estudio y solución de los riesgos de trabajo es el que considera diferentes dimensiones de la salud -estilo de vida, medio ambiente, biología y organización de los servicios para la salud-, para que éstas se apliquen en los programas de salud en el trabajo, bajo la óptica de dirigir sus acciones fundamentalmente a la prevención de los riesgos de trabajo y a la promoción de la salud integral de los trabajadores.

### El estilo de vida en la causalidad de los riesgos de trabajo

De las cuatro divisiones primarias, el área biológica, el medio ambiente -en particular el laboral- y la organización de los servicios de salud en el trabajo, son los más consideradas en el estudio y la tensión de los riesgos laborales.

El estilo de vida en el área laboral es la dimensión menos estudiada. Es cierto que el trabajo es uno de sus componentes; sin embargo no se considera el resto de los elementos que lo integran e interactúan con él, pues su estudio se restringe en el mejor de los casos a la medición aislada de

algunos aspectos, como el tipo de alimentos que consumen los trabajadores y la presencia de algunas adicciones como tabaquismo y alcoholismo, pero no existe una evaluación integral del estilo de vida.

Por estilo de vida, se entiende el patrón de conducta que tienen los trabajadores, el cual se define por las características de su trabajo, la alimentación, el ejercicio que realiza, las adicciones que tiene, el tiempo que descansan y duermen, el tipo de recreación que eligen y su actitud ante la prevención y la atención de su salud,<sup>4</sup> factores que están presentes de manera permanente en los trabajadores cuyas características repercuten necesariamente en beneficio de su salud o en perjuicio de ésta.

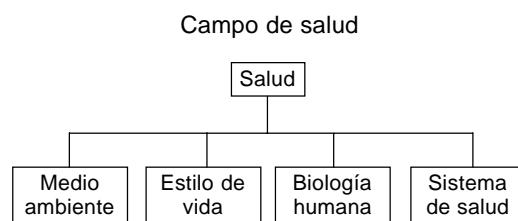
Cómo se puede observar, las actitudes y conductas que se tienen ante estos aspectos definen los saludable o nocivo que puede ser el estilo de vida. El conocimiento y la valoración en forma integral de todos sus factores, permiten establecer los patrones de conducta de los trabajadores que están interactuando en forma constante con los factores de riesgo laborales.

En las enfermedades y accidentes de trabajo se puede considerar la causalidad como el acontecimiento, circunstancia, o combinación de factores que desempeñan un papel importante en los riesgos de trabajo.

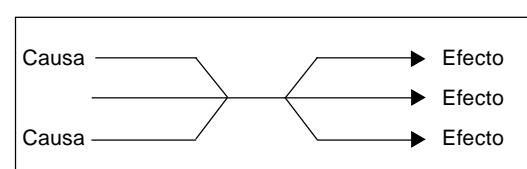
Existen dos tipos de causas: suficiente y necesaria. La causa suficiente es aquella que inevitablemente produce o inicia una enfermedad, y ésta no suele ser un factor, sino un conjunto de varios componentes. La necesaria se define como aquella causa que no puede estar ausente en el desarrollo de un daño.<sup>5</sup>

En la prevención de los problemas de salud, identificar los componentes de la causa suficiente es muy importante, pues aunque esté presente una causa necesaria, si no existe una suficiente el daño no se desencadena.

El estilo de vida forma parte de la causa suficiente, y la modificación de algunos de sus componentes puede inferir con la acción de los demás y por lo tanto evitar el problema de salud.



**Figura 1.** Citado por Alan Dever, G.E: op. cit. p. 4



**Figura 2.** Citado por Alan Dever, G.E: op. cit. p. 23

Algunos ejemplos que ilustran lo anterior son los siguientes:

- El tabaquismo en los trabajadores expuestos a fibra de asbesto, aumenta 20 veces la probabilidad de cáncer broncogénico, y si a éste se asocia la inadecuada alimentación y la actitud poco favorable del trabajador hacia el uso del equipo preventivo, la probabilidad del desencadenamiento del daño es mayor.
- El riesgo de accidentes aumenta, cuando el trabajador tiene una actitud negativa hacia las medidas de seguridad establecidas, y si además es adicto a algún fármaco de abuso y al alcohol, éste se potencializa.
- Los malos hábitos higiénicos como no lavarse las manos antes de comer, y comer dentro del área de trabajo, aumentan la posibilidad de intoxicación por diversas sustancias químicas.
- La inadecuada alimentación, la falta de ciertos hábitos como el deporte, la ingesta de cafeína, el alcoholismo y el tabaquismo, incrementa la probabilidad de infarto al miocardio e hipertensión arterial en personas expuestas a factores estresantes en el trabajo.
- La obesidad, la falta de condición física por la ausencia de ejercicio, favorecen las lesiones en columna en trabajadores que realizan cargas pesadas.

### Conclusión

El estilo de vida como factor de riesgo para la salud cobra una importancia relevante; en los perfiles epidemiológicos de la población trabajadora, en casi todas las enfermedades y causas de muerte que ocurren con mayor frecuencia, se refleja la participación de éste en su desencadenamiento, y sin embargo es poco estudiado. Esto se ve además reforzado por el poco desarrollo que

se le ha dado a la formación de recursos humanos en los aspectos más importantes sobre el estilo de vida, que debe conocer un profesional que se dedica al área de la salud en el trabajo.

La modificación de los hábitos y costumbres en la población es uno de los aspectos más difíciles de lograr, aún así el fomento de un estilo de vida favorable resulta fundamental en la prevención y control de los riesgos de trabajo.

En esta época de creciente interés en lo que se refiere al cuidado de la propia persona y de menor dependencia respecto del cuidado institucional, es imprescindible que los responsables de la salud de los trabajadores, tengan conocimientos claros sobre la importancia del estilo de vida en la salud, y orientan a sus trabajadores en las diversas e ilimitadas acciones de promoción de la salud que deben realizar con respecto a esta dimensión.

### Discusión

Estudiar el estilo de vida de los trabajadores resulta ser fundamental para la prevención y control de sus daños, pues se considera una de las cuatro dimensiones que conforman el campo de la salud.

Un grupo de investigadores consideramos que existe la necesidad de concientizar y capacitar a los profesionales de la salud en el trabajo en esta dimensión. Por ello nos hemos dado a la tarea de medir los conocimientos generales que tienen una muestra de profesionales dedicados a la salud en el trabajo,\* sobre el estilo de vida y el de sus trabajadores, para después definir las necesidades de formación que tienen sobre el tema.

En los siguientes números de esta revista presentaremos algunos de sus resultados y el desarrollo de los temas que se detecten como necesarios para la capacitación de los responsables de la salud en el trabajo.

### Bibliografía

1. Alan Dever GE. Epidemiología y prevención en: *Epidemiología y servicios de salud. OPS/OMS, 1991*, p. 21-23.
2. 2da. Reunión de Centros Colaboradores de la OMS, citado en: Ramos GJ, Arias DR, Arias RJ, Nava HR. Situación actual de la salud en el trabajo en México. *Revista Latinoamericana de Salud en el Trabajo* 2001; 1:28-29.
3. Alan Dever GB. *Epidemiología y política sanitaria* en: *op cit.*, p. 28-32.
4. Departamento de Medicina Social, Medicina Preventiva y Salud Pública. Unidad de Educación para la Salud. *Tu estilo de vida y tu salud en temas de educación para la salud*, Facultad de Medicina UNAM, 1997, No. 2, p. 21-26.
5. Besglebole R, Bonita R, Kjellström T. Causalidad en epidemiología en: *Epidemiología básica*. OPS, 1994, p. 75.

\* Alumnos de tres diplomados de Salud en el Trabajo, impartidos por la Coordinación de Salud en el Trabajo del Departamento de Salud Pública de la Facultad de Medicina de la UNAM.