

Revista Latinoamericana de la Salud en el Trabajo

Volumen 3
Volume

Número 1
Number

Enero-Junio 2003
January-June

Artículo:

Conocimientos generales de los profesionales de salud en el trabajo sobre el estilo de vida de sus trabajadores: estudio piloto (segunda parte).

Derechos reservados, Copyright © 2003:
Consejo Mexicano de la Medicina del Trabajo

Otras secciones de
este sitio:

- 👉 [Índice de este número](#)
- 👉 [Más revistas](#)
- 👉 [Búsqueda](#)



[Medigraphic.com](http://www.Medigraphic.com)

Conocimientos generales de los profesionales de salud en el trabajo sobre el estilo de vida de sus trabajadores: estudio piloto (segunda parte).

Lilia Macedo de la Concha,* Rodolfo Nava Hernández,** Blanca Valdés Sánchez***

Resumen

Para determinar la causalidad de cualquier problema de salud de los trabajadores, así como para prevenirlo, es tan importante el estudio de los factores que integran el estilo de vida como el de los factores de riesgo de tipo laboral. Uno de los retos que enfrenta la salud en el trabajo es la prevención de los problemas de salud de los trabajadores. En general, la prevención se ha orientado hacia la disminución de la exposición de los trabajadores a los factores de riesgo de tipo laboral, por lo que el estudio de las causas que generan los problemas de salud se ha limitado a la medi-

ción de dichos factores. Con ello, se ha descuidado el enfoque epidemiológico del campo de la salud, que establece cuatro dimensiones que participan en su definición, una de las cuales es el estilo de vida. Esta dimensión tiene la misma importancia que las otras tres y poco se ha estudiado en la población trabajadora, lo cual ha dificultado el establecimiento de la causalidad de los problemas de salud y, por ende, su solución.

Palabras clave: Estilo de vida, conocimientos, salud en el trabajo, factores de riesgo, dieta y alimentación, ejercicio, sueño y descanso, adicciones, prevención, causalidad.

Introducción

Como hemos mencionado en otros artículos,^{1,2} una inquietud que tenemos como responsables de la formación de recursos humanos en el área de la salud ocupacional, es que quienes se dedican a la atención de la salud de la población trabajadora, ubiquen la importancia que tiene el estilo de vida de los trabajadores en la generación de los accidentes y las enfermedades tanto de tipo laboral como de tipo general que padecen, lo mismo que en su prevención, solución y control.

Como docentes e investigadores de la salud en el trabajo, hemos adoptado el concepto de “campo de la salud” de Lalonde y Dever,³ el cual está integrado por cuatro dimensiones: medio ambiente, estilo de vida, biología humana y sistema organizativo de la atención de la salud, los cuales deben mantenerse en equilibrio. Todos son igualmente importantes, por lo que es necesario conocer cómo opera cada uno de ellos tanto en caso de enfermedad como en estado de salud.

Hemos mencionado que con relativa frecuencia se observa que, en el estudio y la atención de los

problemas de salud de los trabajadores, se le da mayor importancia al medio ambiente laboral y a la biología humana, y en algunos casos a la organización de los servicios de salud, quedando ausente el estudio del estilo de vida entendido éste como “patrón de conducta de la vida diaria”.⁴

Por otra parte, se observa también que en los programas de atención colectiva de la salud de los trabajadores, poco se atiende la modificación del estilo de vida de éstos.

Ante la situación descrita, nos hemos dedicado a investigar diversos aspectos sobre estilo de vida y salud en el trabajo.

El motivo de esta publicación es difundir algunos de los resultados sobre el conocimiento que tienen los profesionales, acerca del estilo de vida de la población trabajadora que atienden.

Problema

Para este estudio nos planteamos como problema de investigación, ¿qué conocimientos tenía un grupo de profesionales de la salud en el trabajo sobre el estilo de vida de sus trabajadores?

* Profesora-Investigadora del Departamento de Salud Pública, Facultad de Medicina, UNAM.

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

*** Técnica Académica del Departamento de Salud Pública, Facultad de Medicina, UNAM.

Objetivo

Medir los conocimientos que tenía una muestra de profesionales dedicados a la salud en el trabajo, sobre estilo de vida de sus trabajadores.

Metodología

El estudio realizado fue observacional, transversal descriptivo, y midió la frecuencia con que los profesionales contaban con conocimientos sobre estilo de vida de sus trabajadores. En el estudio se incluyó a una muestra de 54 alumnos de tres diplomados de Salud en el Trabajo, impartidos por el Departamento de Salud Pública, de la Facultad de Medicina de la UNAM, durante el año 2001.

Debido a que fue un estudio piloto, y que no se trató de una muestra representativa de profesionales de la salud en el trabajo, los resultados no pueden extrapolarse a todos los profesionales del área. Para tener una mayor representatividad, otro estudio se está realizando a nivel nacional.

Para el procedimiento de recolección, se diseñó la encuesta de “conocimientos generales sobre el estilo de vida”, la cual se apoyó en un cuestionario integrado por cuatro capítulos de preguntas abiertas y cerradas. Las preguntas abiertas tenían la finalidad de corroborar los conocimientos que afirmaban tener los profesionales en las preguntas cerradas.

En el primer y segundo capítulo, se midieron las características generales de la población estudiada en cuanto a edad, sexo, profesión, antigüedad en el área y en la empresa en que laboraban cuando se realizó el estudio, y los conocimientos que tenían de algunos aspectos relacionados con estilo de vida como: dieta y alimentación, ejercicio, adicciones, sueño y descanso, cuyos resultados se publicaron en el número anterior de esta revista.⁵

En el tercer capítulo, se estudiaron los conocimientos de los profesionales de la salud en el trabajo sobre el estilo de vida de sus trabajadores, en los

mismos aspectos mencionados anteriormente, por medio de quince preguntas cerradas y once abiertas. Los resultados de este capítulo se presentan en este trabajo.

El cuarto y último capítulo se estructuró para que los profesionales autoevaluaran su estilo de vida y sus conocimientos generales sobre estilo de vida y el estilo de vida de sus trabajadores, cuyos resultados se difundirán en la tercera parte de este trabajo.

Para la descripción de la información cualitativa se calcularon razones y proporciones; y para las variables cuantitativas, medidas de tendencia central y de dispersión.

Resultados

Características de la población

Con respecto a la edad, 50% de la población tenía 41 años o más; 25% tenía 32 años o menos, y 25%, 45 años o más. La distribución por sexo fue la siguiente: 63% del sexo masculino y 37% del femenino. Tres cuartas partes eran médicos, 18%, ingenieros y 7% tenía profesiones afines al área de la salud.

En cuanto a la experiencia profesional, la mitad de la población tenía dos años o menos; 25% tenía un año o menos y la cuarta parte tenía diez años o más. Respecto de la antigüedad en la empresa, 50% tenía seis años o menos; 25%, dos años o menos, y 25%, 15 años o más.

Conocimientos generales sobre el estilo de vida de sus trabajadores

De los profesionales, 56% contestó tener conocimientos sobre el estilo de vida de sus trabajadores (*Figura 1*). Con respecto al grado de conocimientos que tenían, sólo la décima parte, refirió conocer en forma completa el estilo de vida de sus trabajadores y la mayoría (80%), conocerlo medianamente (*Cuadro 1*).

Dieta y alimentación

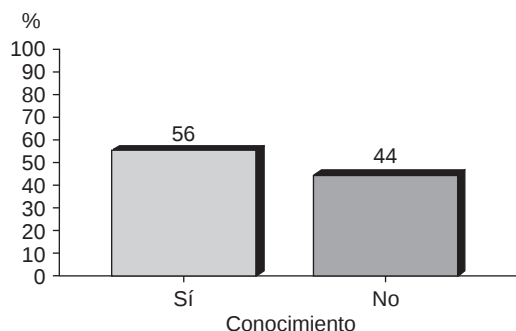
Poco menos de la tercera parte (31%) respondió que conocía la proporción de trabajadores que tenían un estado nutricional adecuado (*Figura 2*), y más de la mitad (54%) respondió que conocía el número de trabajadores que eran obesos (*Figura 3*). En relación con el conocimiento de la proporción de trabajadores que tenía un tipo de alimentación nociva para su salud, uno de cada cuatro profesionales, afirmó tener el conocimiento.

Cuadro 1. Grado de conocimiento que afirmaron tener los profesionales de la salud en el trabajo*, sobre el estilo de vida de sus trabajadores. Facultad de Medicina, UNAM, 2001.

Grado	Frecuencia	%
Escasamente	3	10
Medianamente	24	80
Completamente	10	3
Total	30	100

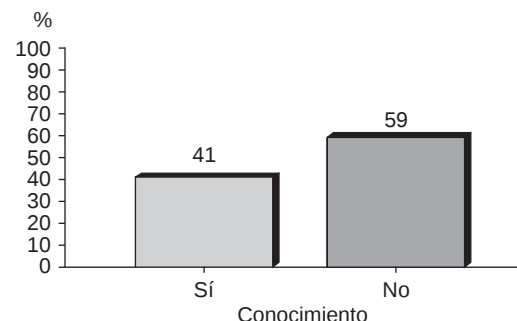
* Alumnos de los Diplomados de Salud en el Trabajo.
Fuente: encuesta directa.

Figura 1. Profesionales de la salud en el trabajo* que afirmaron conocer el estilo de vida de sus trabajadores. Facultad de Medicina, UNAM, 2001.



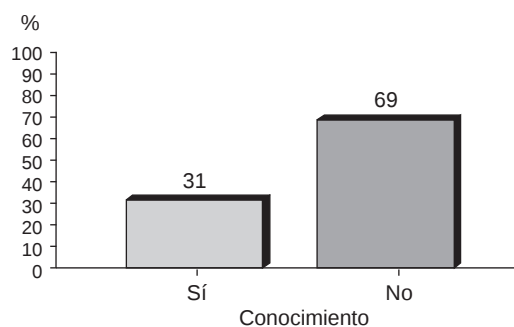
* Alumnos de los diplomados de salud en el trabajo.
Fuente: encuesta directa.

Figura 4. Profesionales de la salud en el trabajo* que afirmaron conocer la proporción de trabajadores que hacían ejercicio. Facultad de Medicina, UNAM, 2001.



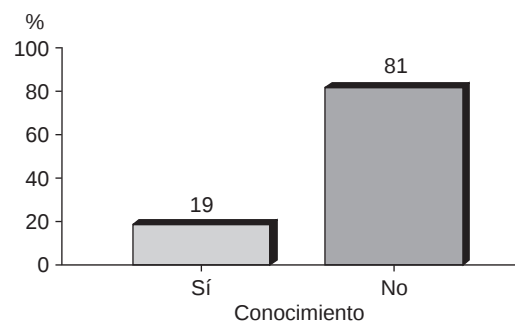
* Alumnos de los diplomados de salud en el trabajo.
Fuente: encuesta directa.

Figura 2. Profesionales de la salud en el trabajo* que afirmaron conocer la proporción de trabajadores que tenían un estado nutricional adecuado. Facultad de Medicina, UNAM, 2001.



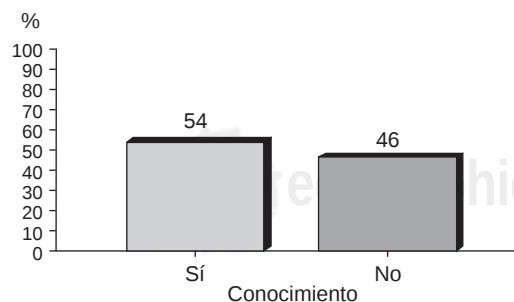
* Alumnos de los diplomados de salud en el trabajo.
Fuente: encuesta directa.

Figura 5. Profesionales de la salud en el trabajo* que afirmaron conocer la proporción de trabajadores que dormían el tiempo adecuado. Facultad de Medicina, UNAM, 2001.



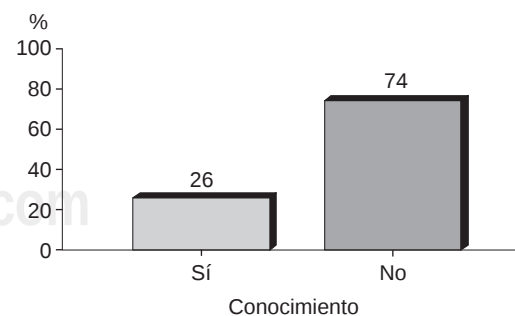
* Alumnos de los diplomados de salud en el trabajo.
Fuente: encuesta directa.

Figura 3. Profesionales de la salud en el trabajo* que afirmaron conocer la proporción de trabajadores con obesidad. Facultad de Medicina, UNAM, 2001.



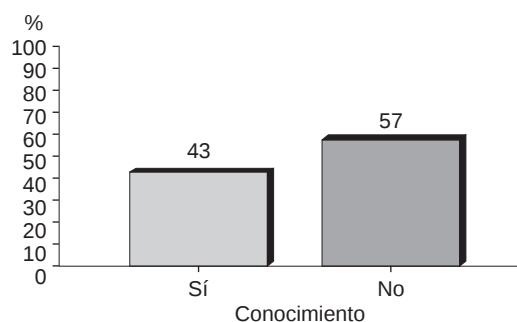
* Alumnos de los diplomados de salud en el trabajo.
Fuente: encuesta directa.

Figura 6. Profesionales de la salud en el trabajo* que afirmaron conocer el tiempo que descansaban sus trabajadores. Facultad de Medicina, UNAM, 2001.



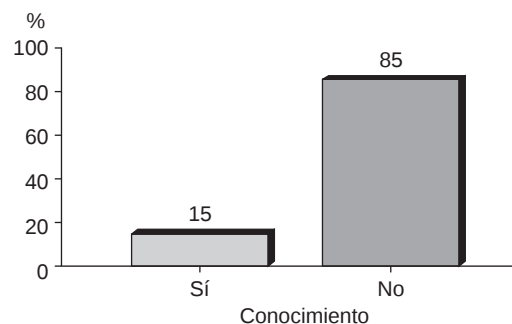
* Alumnos de los diplomados de salud en el trabajo.
Fuente: encuesta directa.

Figura 7. Profesionales de la salud en el trabajo* que afirmaron conocer la proporción de trabajadores que fumaban. Facultad de Medicina, UNAM, 2001.



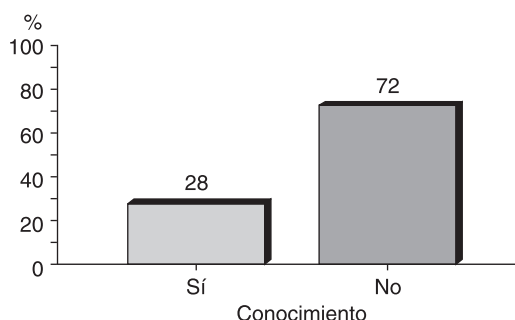
* Alumnos de los diplomados de salud en el trabajo.
Fuente: encuesta directa.

Figura 9. Profesionales de la salud en el trabajo* que conocían el número de trabajadores que consumían fármacos que generaban dependencia. Facultad de Medicina, UNAM, 2001.



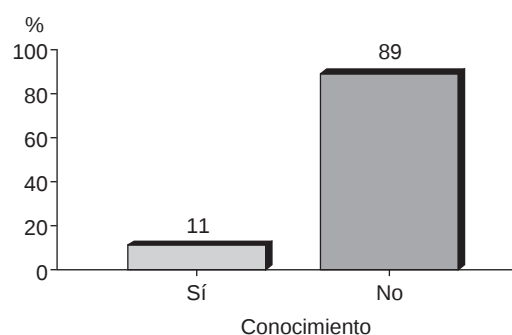
* Alumnos de los diplomados de salud en el trabajo.
Fuente: encuesta directa.

Figura 8. Profesionales de la salud en el trabajo* que afirmaron conocer la proporción de trabajadores que ingerían alcohol. Facultad de Medicina, UNAM, 2001.



* Alumnos de los diplomados de salud en el trabajo.
Fuente: encuesta directa.

Figura 10. Profesionales de la salud en el trabajo* que afirmaron conocer la proporción de trabajadores que consumían drogas ilegales. Facultad de Medicina, UNAM, 2001.



* Alumnos de los diplomados de salud en el trabajo.
Fuente: encuesta directa.

Ejercicio

Con respecto al conocimiento del número de trabajadores que hacían ejercicio, 41% refirió conocerlo (**Figura 4**). Sólo uno de cada tres profesionales conocía el número de días a la semana en que sus trabajadores realizaban ejercicio, y uno de cada cuatro sabía el tiempo que le dedicaban en cada sesión.

Sueño y descanso

Menos de la quinta parte de la población estudiada afirmó tener conocimiento sobre el número de trabajadores que dormían el tiempo adecuado (**Figura 5**), y sólo la cuarta parte conocía el número de horas que le dedicaban al descanso (**Figura 6**).

Adicciones

Tabaco, alcohol y fármacos

En relación con el tabaquismo, la mayoría (57%), de los responsables de la atención de la salud de los trabajadores, desconocían la proporción de trabajadores que fumaba (**Figura 7**), y uno de cada tres ignoraba si lo hacían en forma nociva.

Dos de cada cinco personas de la población estudiada desconocían si sus trabajadores ingerían alcohol (**Figura 8**), y uno de cada cinco ignoraba si lo hacían en forma nociva.

Sólo 15% refirió saber cuántos de sus trabajadores tomaban algún medicamento que les generara dependencia (**Figura 9**).

Drogas ilegales

Por lo que respecta a las drogas ilegales, 89% desconocía si sus trabajadores las consumían (*Figura 10*).

Conclusiones

Se puede observar una gran heterogeneidad en el conocimiento, por parte de los profesionales, de los factores más importantes que integran el estilo de vida.

La evaluación de sólo algunos de los factores que integran el estilo de vida, no permite a los encargados de la salud establecer el “patrón de conducta de la vida diaria” de sus trabajadores, y mucho menos en la causalidad de los problemas de salud de éstos.

Se pensaría que el consumo de tabaco y alcohol son aspectos que se miden en forma rutinaria en las personas; sin embargo, pudimos percatarnos de que no era así.

Algunos de los factores básicos para la protección de la salud son: la alimentación, el ejercicio, el sueño y el descanso; pero existía una deficiente evaluación de los mismos.

Tanto el consumo de fármacos como el de drogas ilegales eran de los factores que menos se medían por los profesionales.

Por los resultados encontrados acerca del conocimiento que tenían los profesionales de la salud en el trabajo, pudimos inferir que en los programas que se llevan a cabo para prevenir o controlar los problemas de salud de los trabajadores,

los factores del estilo de vida que interactúan con los factores de riesgo de tipo laboral se estaban considerando en forma mínima y, por lo tanto, poco se lograba la atención integral.

Con esta segunda parte del estudio volvimos a confirmar la necesidad de la formación de los responsables de la salud en el trabajo en el rubro estilo de vida.

Discusión

Para los profesionales de la salud en el trabajo, es fundamental identificar la interacción existente entre el estilo de vida como “patrón de conducta de la vida diaria” y los problemas de salud de los trabajadores.

En términos generales, suele reconocerse la importancia de la prevención en la salud en el trabajo. Sin embargo, se pudo observar que la promoción de la salud –que es el nivel básico de la prevención– estaba descuidada, lo que probablemente conducía a que el impacto de las medidas de prevención específica no fuera el esperado.

Consideramos importante enfatizar a los profesionales de la salud en el trabajo, la relevancia que tiene la evaluación del estilo de vida de sus trabajadores para el estudio y la atención integral de los problemas de salud de sus trabajadores.

Nota: Agradecemos a Ana María Carrillo la lectura y los comentarios realizados a este trabajo. Apoyo secretarial: María de Lourdes Morales G.

Bibliografía

1. Macedo de la CL, Nava HR, Valdés SB. El estilo de vida, factor de riesgo en la causalidad de las enfermedades y accidentes de trabajo. *Revista Latinoamericana de la Salud en el Trabajo* 2001; 2: 93-95.
2. Macedo de la C. L, Nava HR, Valdés SB. Conocimientos generales de los profesionales de la salud en el trabajo sobre estilo de vida: estudio piloto. *Revista Latinoamericana de la Salud en el Trabajo* 2002, 1:35-39.
3. Alan Dever GE., citado por *ibid*: 94.
4. Weber M. , citado por *ibid*: 38-39.
5. Macedo de la CL, Nava HR, Valdés SB. Conocimientos generales de los profesionales de la salud en el trabajo sobre estilo de vida: estudio piloto en: *op cit.*, p. 35-39.

