

Presentaciones en cartel: Promoción de la salud en sitios de trabajo

Food orientation program to prevent obesity and systemic arterial hypertension and reduce job inability in drivers of a trucking company in Mexico City.

Programa de orientación alimentaria para prevenir la obesidad e hipertensión arterial sistémica y disminuir no aptitud laboral en conductores de una empresa de autotransporte de la Ciudad de México.

Omar Gómez ¹, Horacio Tovalín Ahumada ¹, María Martha Méndez Vargas ¹.

¹ Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Estudios Superiores Zaragoza, Especialización en Salud en el Trabajo.

Laplaz_88@live.com.mx

Palabras clave: Nutrición, Obesidad, Hipertensión, No apto.

Fecha de envío: 13 de junio del 2023.

Fecha de aprobación:

Introducción.

Dado su alcance, tasa de crecimiento e impacto perjudicial en la salud de las poblaciones a las que afectan, el sobrepeso y la obesidad se reconocen actualmente como uno de los desafíos de salud pública más importantes del mundo. La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha denominado a esta enfermedad la “epidemia del siglo XXI” porque ha adquirido escala epidémica en todo el mundo.

Los métodos de trabajo (movilidad) utilizados por los empleados en las empresas de transporte de autobuses están en constante evolución. Estos tienen una amplia gama de riesgos laborales con efectos negativos para la salud a corto, mediano y largo plazo.

Los empleados que presentan mayor riesgo cardiovascular son el personal que se dedica a la conducción de autobuses, debido al estrés laboral, a las

largas jornadas en que permanecen sentados, los cambios constantes de rutas y horarios, un consumo de alimentos hipercalóricos y en consecuencia problemas con la salud.

Existen programas de orientación alimentaria para la población en general, sin embargo, un programa de orientación alimentario adaptado a las necesidades de esta población podría causar un efecto favorable en su salud.

Método.

- 1) Tipo de estudio: Longitudinal de intervención.
- 2) Población de estudios: Conductores de una empresa de autotransporte.
- 3) Selección de muestra: Conductores con algún grado de obesidad y tensión arterial elevada.

Se tomará una muestra significativa de 55 conductores de 80 conductores en total, esta muestra tiene un intervalo de

Presentaciones en cartel: Promoción de la salud en sitios de trabajo

confianza del 80%. La muestra fue obtenida por medio de la fórmula de la NOM 035-STPS-2018.

El tipo de muestro fue a conveniencia, a base de historias clínica laboral, y mediciones antropométricas.

Criterios de inclusión: conductores con dieta alta en carbohidratos simples y grasas saturadas, conductores con jornadas laborales de más 8 horas, conductores con nula o baja actividad física.

Criterios de exclusión: conductores con índice de masa corporal normal, dieta baja en carbohidratos simples y alta en carbohidratos complejos, conductores con conductores con jornadas laborales menores de 8 horas, conductores con alta actividad física.

Criterios de eliminación: no ser conductor de Grupo de Herradura de Occidente.

4) Instrumentos a utilizar.

- Historia clínica laboral.
- Cuestionario sobre alimentación saludable. (con base a dieta rutinaria del conductor y comida de alrededores de la zona de trabajo)
- Baumanómetro de mercurio.
- Estetoscopio.
- Báscula con Estadímetro.
- Fórmula para cálculo de IMC / Clasificación de la Hipertensión Arterial (NOM-030-SSA2-2009).
- NOM-043-SSA2-2012. Promoción y educación para la salud en materia alimentaria.

5) Procedimiento.

Se tomarán registros de las tensiones arteriales, la altura, el peso de los conductores de la muestra seleccionada, y se categorizarán con la fórmula de IMC y clasificación de HTA.

Mientras se toman los registros, se realizará un cuestionario vía oral, sobre hábitos alimenticios en su jornada laboral.

Se realizarán registros del peso y las tensiones arteriales de los conductores seleccionados cada mes, aplicando los lineamientos de prevención a su proceso de trabajo.

Se sacarán tendencias de los resultados obtenidos, y así mismo, se graficarán los cambios de las tensiones arteriales.

Resultados.

Se cuenta con un grado de avance del 30% con toma de parámetros de interés (tensión arterial, peso, talla, índice de masa corporal, y encuestas sobre alimentación saludable).

Se espera que con la metodología propuesta sugerida la no aptitud laboral disminuya de un 15 a 20%.

Discusión de resultados y conclusiones.

Aún no se obtienen resultados ni conclusiones, el proyecto está en desarrollo.

Referencias.

- Manzano, E. A. y López-Hernández, E. (2016). Relación del sobrepeso y obesidad con el rendimiento laboral en trabajadores de una empresa metalmeccánica en México. *Revista Colombiana de Salud ocupacional*, 6(4),103-108.
- Godoy, M. G., Samaniego, G. L., Rodríguez, G. A. y Romero-Urréa, H. (2017). La obesidad como riesgo laboral en las empresas de transporte público en Ecuador: estudio en cantón milagro. *Revista inclusiones*, 5, 79-88.
- Capodaglio, P., Castelnuevo, G., Brunani, A., Vismara, L., Villa, V. y Capodaglio, E. M. (2010). Functional limitations and occupational issues in obesity: a

Presentaciones en cartel: Promoción de la salud en sitios de trabajo

review. International Journal of Occupational Safety and Ergonomics, 16(4), 507–523.

Schulte, P. A., Wagner, G. R., Ostry, A., Blanciforti, L. A., Cutlip, R. G., Krajnak, K. M., ... y Miller, D. B (2011). Work, Obesity, and Occupational Safety and Health. American Journal of Public Health, 97(3), 428-436.

Kouvonen, A., Kivimäki, M., Pentti, J., Aalto, V., Oksanen, T., Virtanen, M. y Vahtera, J. (2017). Diabetes and risk of occupational injury: a cohort study. Diabetic medicine, 34(11), 1629-1636.

Declaración de conflicto de intereses.

Los autores de este artículo expresan que no tuvieron ningún conflicto de intereses durante la preparación de este documento ni para su publicación.

Obra protegida con una licencia Creative Commons

