



ENFERMERÍA DEL TRABAJO

360°


II CONGRESO INTERNACIONAL DE
LA ASOCIACIÓN DE ESPECIALISTAS
EN ENFERMERÍA DEL TRABAJO

13 JORNADA DE LA AET
8ª JORNADA DE ACITSL

DEL 15 AL 17 DE FEBRERO DE 2024

 Col·legi Oficial d'Infermeres i
Infermers de Barcelona

“Estudio del sobrepeso y la obesidad en los trabajadores del Hospital Universitario de Ceuta”

Irene Perea Perea, Hospital Universitario de Ceuta

Marta García Pérez, Hospital Universitario de Ceuta

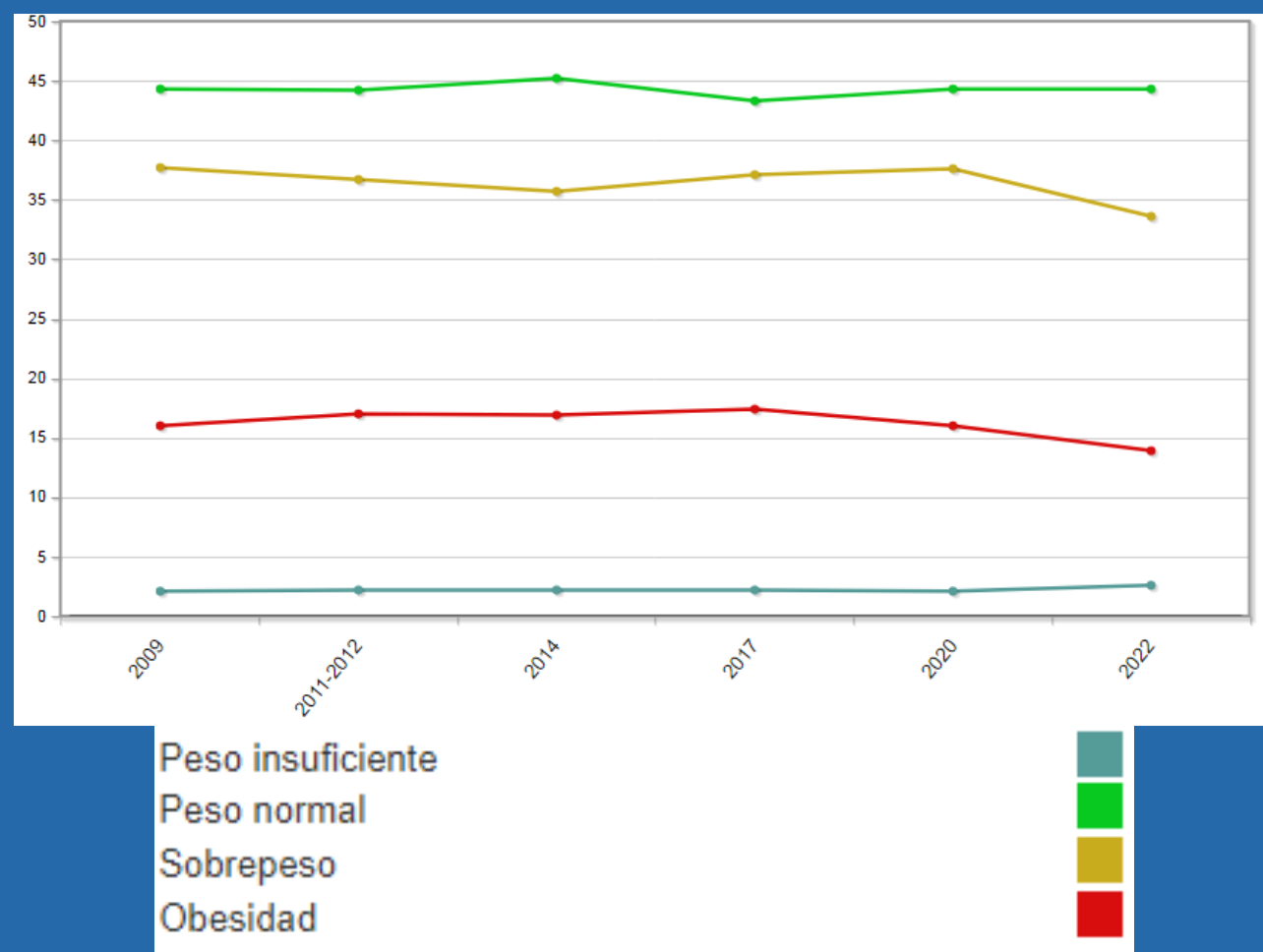
Almudena Montes Galán, Hospital Universitario de Ceuta

Amal Mohamed Choukri, Hospital Universitario de Ceuta

Irene.perea10@gmail.com

INTRODUCCIÓN

“Acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud” ⁽¹⁾.



	Peso Insuficiente	Peso normal	Sobrepeso	Obesidad
De 18 a 24 años	2,6	39,6	32,7	17,3
De 25 a 34 años	2,6	40,7	34,1	15,9
De 35 a 49 años	2,3	43,3	34,6	14,2
De 50 a 64 años	2,6	45,8	34,5	12,6
De 65 y más años	2,7	51,5	32,2	9,7

En España, en 2022, el 50% de la población sufrió obesidad o sobrepeso. En hombres más que en mujeres.

El grupo de edad entre 35-49 años son quienes más sufren **sobrepeso** y, los jóvenes, de 18 a 24 años son los que más **obesidad** padecen⁽²⁾.



INTRODUCCIÓN

% obesidad, por sexo según comunidad autónoma, 2020

	18 y más años		
	Ambos sexos	Mujeres	Hombres
España	16.0	15.5	16.5
Andalucía	19.7	19.8	19.5
Aragón	15.7	15.1	16.4
Asturias, Principado	19.1	17.6	20.8
Balears, Illes	16.3	14.2	18.4
Canarias	17.5	17.9	17.1
Cantabria	13.7	11.9	15.5
Castilla y León	16.8	16.9	16.7
Castilla-La Mancha	14.4	11.3	17.4
Cataluña	14.2	15.2	13.2
Comunitat Valenciana	16.7	14.2	19.2
Extremadura	12.8	11.4	14.3
Galicia	16.5	16.2	16.8
Madrid, Comunidad de	13.4	13.0	13.9
Murcia, Región de	19.1	18.6	19.5
Navarra, C. Foral de	13.2	13.0	13.5
País Vasco	13.5	13.5	13.5
Rioja, La	15.8	14.3	17.3
Ceuta	13.5	13.9	13.1
Melilla	6.8	8.5	5.1

% población > 15 años que dice no hacer ejercicio, por sexo según comunidad autónoma, 2020

	Ambos sexos	Mujeres	Hombres
España	36.4	40.3	32.3
Andalucía	40.1	45.5	34.4
Aragón	30.3	30.0	30.6
Asturias, Principado	20.9	21.0	20.7
Balears, Illes	49.7	50.9	48.6
Canarias	43.5	46.0	41.0
Cantabria	60.4	68.2	52.1
Castilla y León	33.0	33.6	32.4
Castilla-La Mancha	39.5	44.0	35.0
Cataluña	38.1	42.1	34.0
Comunitat Valenciana	24.9	28.0	21.8
Extremadura	22.1	22.1	22.1
Galicia	41.3	43.7	38.7
Madrid, Comunidad de	39.2	46.9	30.6
Murcia, Región de	39.7	43.8	35.5
Navarra, C. Foral de	23.3	27.4	19.2
País Vasco	28.4	29.7	27.1
Rioja, La	24.9	27.1	22.5
Ceuta	61.5	74.6	48.5
Melilla	41.9	51.0	32.7

En Ceuta, el 14% de la población es obesa y un 62% sedentaria⁽³⁾.

OBJETIVO: conocer la situación del sobrepeso y la obesidad en los trabajadores del Hospital Universitario de Ceuta, así como su actividad física y proponer mejoras.



MATERIAL Y MÉTODOS

- Estudio descriptivo transversal
- Base de datos con el programa Medtra



- Población y muestra: trabajadores que acudieron a los exámenes de salud entre enero de 2021 y octubre de 2023.

enero de 2021						
	lu	ma	mi	ju	vi	sá do
1	28	29	30	31	1	2 3
2	4	5	6	7	8	9 10
3	11	12	13	14	15	16 17
4	18	19	20	21	22	23 24
5	25	26	27	28	29	30 31
6	1	2	3	4	5	6 7

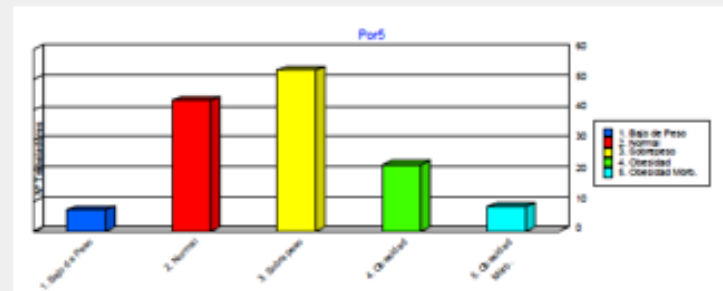
octubre de 2023						
	lu	ma	mi	ju	vi	sá do
40	25	26	27	28	29	30 1
41	2	3	4	5	6	7 8
42	9	10	11	12	13	14 15
43	16	17	18	19	20	21 22
44	23	24	25	26	27	28 29
45	30	31	1	2	3	4 5



RESULTADOS

En los 179 reconocimientos realizados en 2021, el 63% de los trabajadores estaba por encima del peso idóneo. En 2022, de los 316 reconocimientos, el 56% de los trabajadores tenía sobrepeso u obesidad y, en 2023, de 433 los reconocimientos, el 58% de los trabajadores se encontraba en la situación mencionada anteriormente

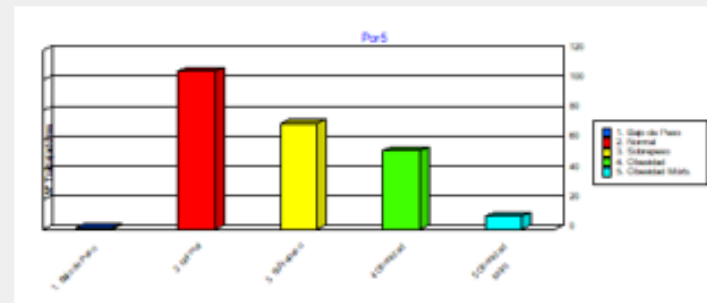
2021 179 Reconocimientos



INDICE DE MASA CORPORAL			
	CASOS (133)	%(*)	%
Bajo peso (<18.5)	7	4	5
Normal (≥18,5< 25)	43	24	32
Sobrepeso (≥ 25< 30)	53	30	40
Obesidad (≥ 30< 40)	22	12	17
Obesidad Mórbita (≥ 40)	8	4	6

63%

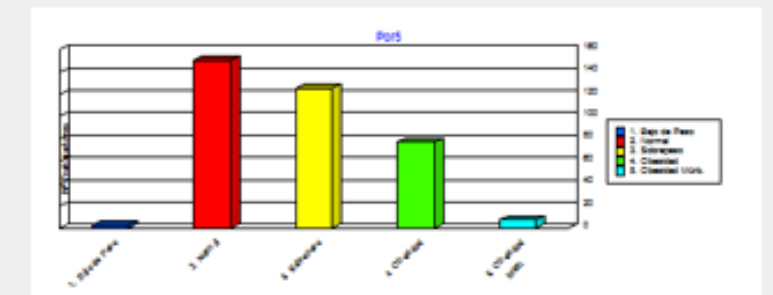
2022 316 Reconocimientos



INDICE DE MASA CORPORAL			
	CASOS (240)	%(*)	%
Bajo peso (<18.5)	1	0	0
Normal (≥18,5< 25)	108	34	44
Sobrepeso (≥ 25< 30)	71	22	30
Obesidad (≥ 30< 40)	53	17	22
Obesidad Mórbita (≥ 40)	9	3	4

56%

...2023 433 Reconocimientos



INDICE DE MASA CORPORAL			
	CASOS (363)	%(*)	%
Bajo peso (<18.5)	1	1	0
Normal (≥18,5< 25)	150	37	42
Sobrepeso (≥ 25< 30)	125	31	35
Obesidad (≥ 30< 40)	77	19	21
Obesidad Mórbita (≥ 40)	8	2	2

58%

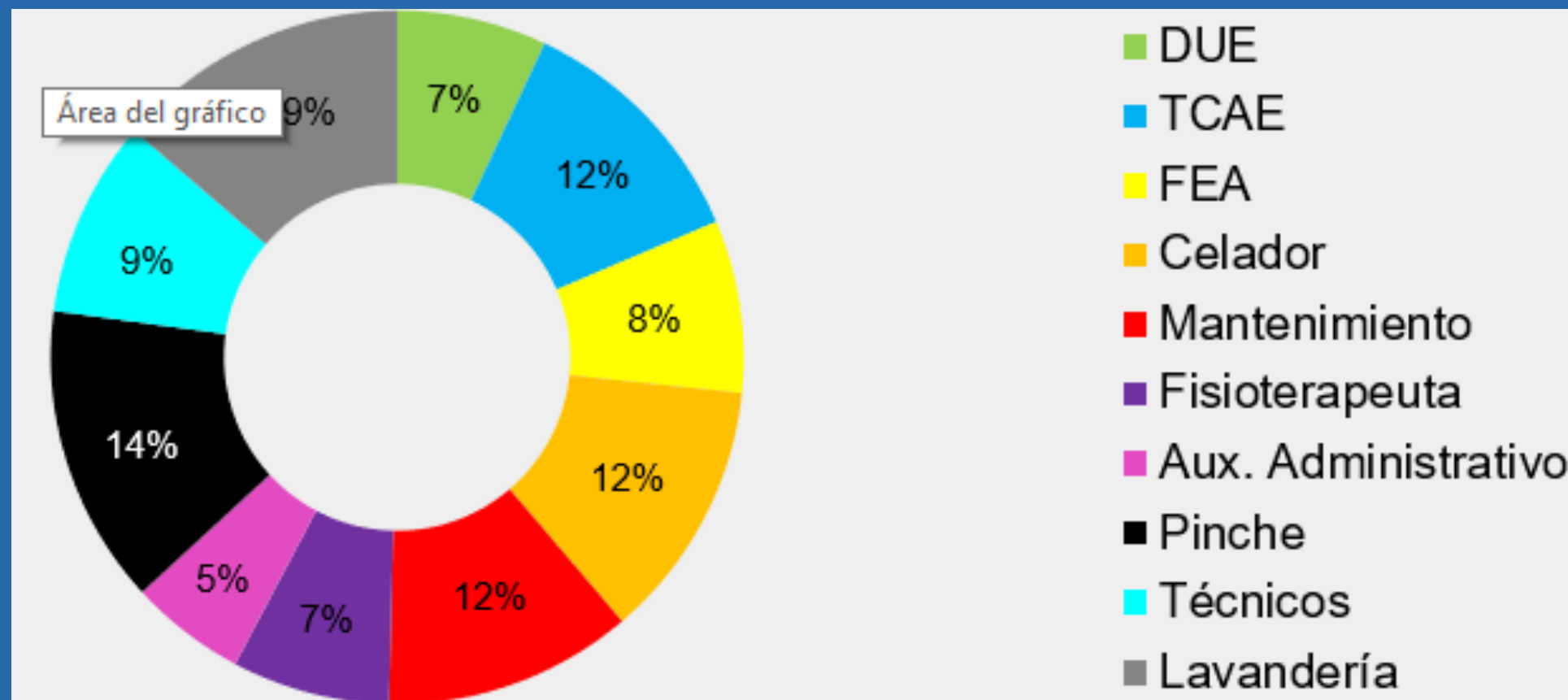
*Porcentaje respecto al total de reconocimientos



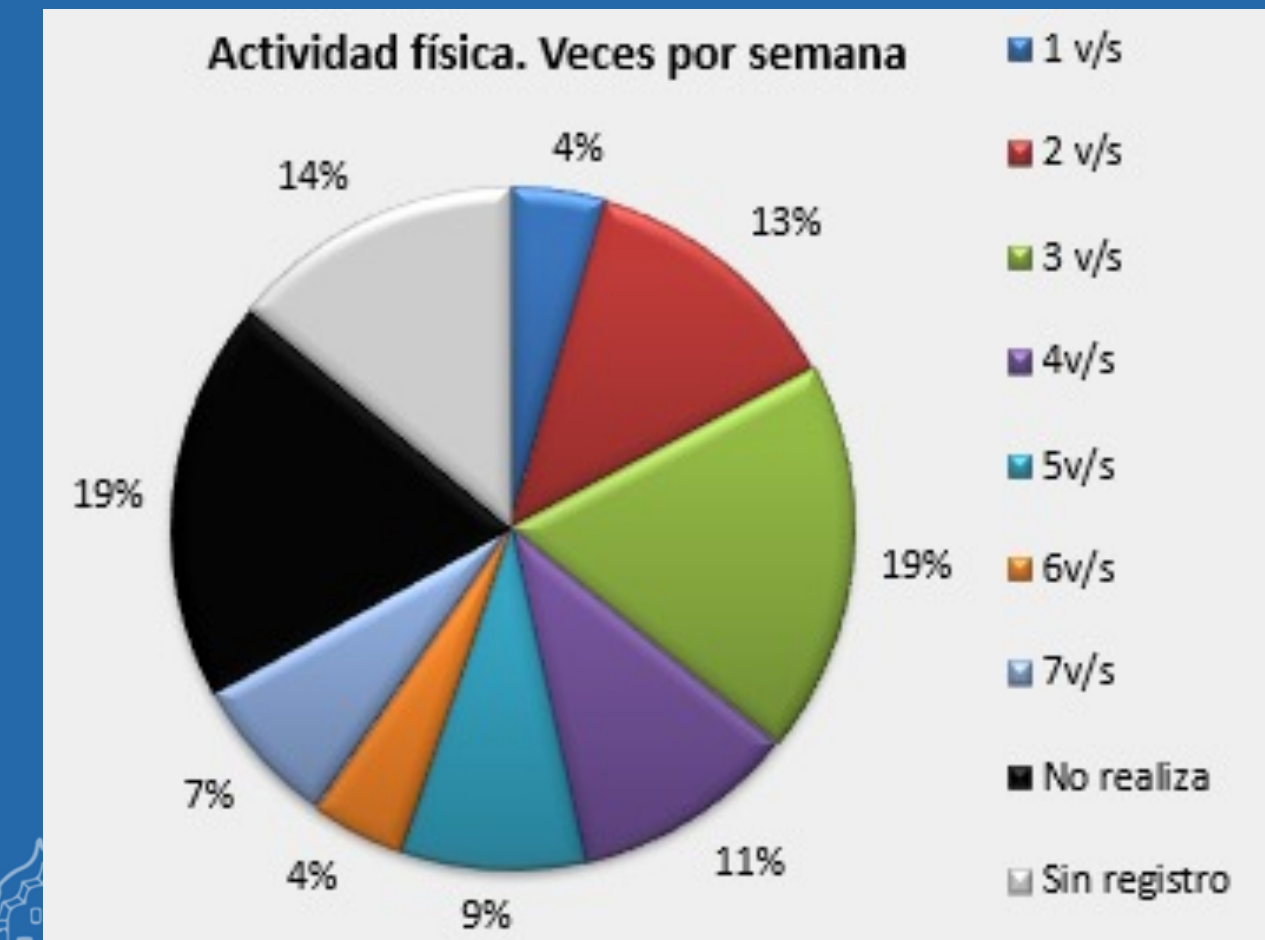
RESULTADOS

Las categorías profesionales más afectadas son: pinches de cocina, TCAE, celadores y personal de mantenimiento. En los exámenes de salud de 2022 y 2023 casi el 20% de los trabajadores señaló no realizar ejercicio físico.

Porcentaje de personal con sobrepeso y obesidad en relación a su categoría (2021-2023)



Veces por semana de actividad física que refieren realizar los trabajadores expuesto en los exámenes de salud realizados (2021 – 2023)



CONCLUSIONES

En este último año, de los exámenes de salud realizados, el 58% se encontraba por encima del peso considerado normal.

Hay una tendencia al alza de sobrepeso y obesidad en los trabajadores del que acuden al examen de salud en referencia al año pasado.

En proporción con sus categorías, el personal de cocina es el que más sobrepeso y obesidad padece.

Casi un 20% de los trabajadores asume no realizar ningún tipo de actividad física.

Es necesario aplicar soluciones específicas para personal sanitario para mejorar las cifras.



CONCLUSIONES

Intervenciones de mejora

Realizar consultas para manejo de nutrición y control de peso.

Contar con un especialista en nutrición en el centro de trabajo de fácil acceso a los trabajadores.

Favorecer convenios con gimnasios/ clubes deportivos para los trabajadores.

Promover el uso de escaleras frente al ascensor.

Mejorar las máquinas de *Vending* y hábitos de comida saludable.

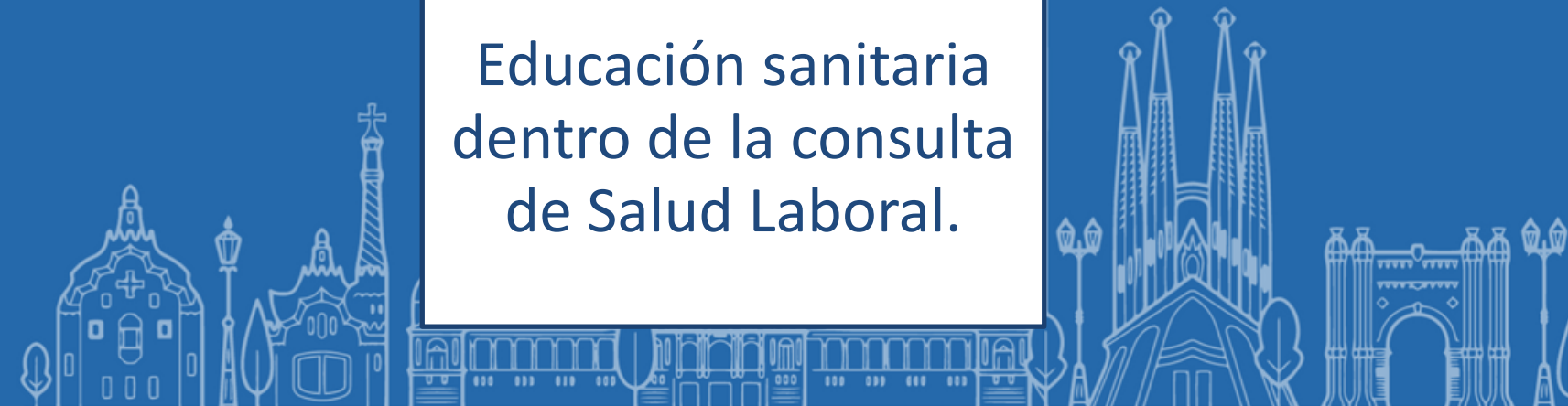
Disponer de un comedor que ofrezca comida saludable.

Posibilidad de incentivos por la realización de ejercicio físico.

Promover talleres de ejercicio dentro del centro de trabajo.

Promover mediante la Intranet dietas o recetas saludables de fácil elaboración.

Educación sanitaria dentro de la consulta de Salud Laboral.

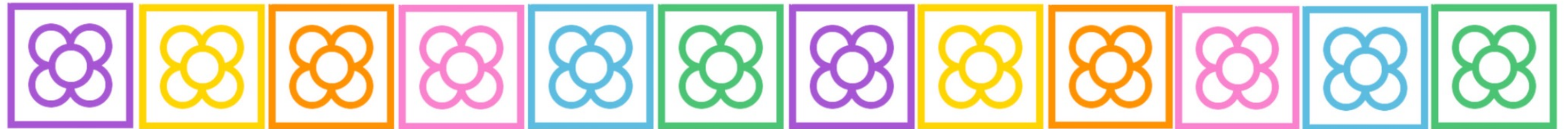


BIBLIOGRAFÍA

1. Prevención de la obesidad [Internet]. Paho.org. [citado el 15 de enero de 2024]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/prevencion-obesidad>
2. Buscador [Internet]. INE. [citado el 15 de enero de 2024]. Disponible en: https://www.ine.es/buscar/searchResults.do?searchString=obesidad&Menu_botonBuscador=&searchType=DEF_SEARCH&startat=0&L=0
3. Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social - Portal Estadístico del SNS - Sanidad en datos [Internet]. Gob.es. [citado el 15 de enero de 2024]. Disponible en: <https://www.sanidad.gob.es/estadEstudios/sanidadDatos/home.htm>



¡Muchas gracias!



II CONGRESO INTERNACIONAL
ENFERMERÍA DEL TRABAJO

BARCELONA 2024
15, 16 Y 17 DE FEBRERO