



Enfermería Clínica



524/265 - Relación de la alimentación y turnos del personal sanitario

María Valeriano Sánchez y Elisa Reina Delgado

Enfermera. Hospital de la Cruz Roja. Córdoba.

Resumen

Objetivos: Determinar la relación entre los turnos de los profesionales sanitarios y sus patrones alimentarios.

Metodología: *Diseño del estudio:* observacional descriptivo *Población de estudio:* obtuvimos una participación de 215 trabajadores de los centros seleccionados (HURS, Cruz Roja, centros de salud, San Juan de Dios y DCCU/SCCU). *Fuentes de recogida de información/Instrumentos:* los datos se han recogido a través de una encuesta ad hoc, diseñada para tal fin. *Análisis de datos:* las variables cuantitativas se mostraron a través de medidas de tendencia central, mientras que, con las variables cualitativas, se tabularon los datos y se calcularon con frecuencias absolutas y porcentajes. Se asume la normalidad de los datos por $n > 30$, se comprobaron las posibles diferencias de las variables de estudio, aplicando test de comparación de medias, utilizando la prueba t de Student (para muestras independientes), y para el resto de variables χ^2 . *Consideraciones éticas:* el estudio fue aprobado por el Comité de Ética de la Universidad de Córdoba y autorizado por los responsables de los diferentes centros y en su desarrollo se respetaron los principios establecidos en la Declaración de Helsinki, en el convenio del Consejo de Europa relativo a los derechos humanos y la biomedicina; además se ajustó a la protección de datos personales (LOPD 15/1999). En el desarrollo de la investigación se tuvo en cuenta la Ley de Investigación biomédica 14/007.

Resultados: Obtuvimos una participación de 38,1% hombres y 61,9% mujeres. No se encontraron diferencias entre alimentación y turnos de trabajo ni tampoco entre profesión e higiene del sueño ($p > 0,05$). Pero si se encontraron entre profesión y hábito tabáquico; profesión y ejercicio y profesión y sobrepeso/obesidad. Además, existían diferencias entre sobrepeso/obesidad según el tipo de contrato, si intentaban-conseguían llevar dieta equilibrada y con comer entre horas y el tipo de comida que se ingería. También se encontraron diferencias entre IMC y centro de trabajo y practica de deporte e IMC.

Discusión/Conclusiones: El sobrepeso y obesidad refleja el gran problema de salud pública que existe a nivel mundial. En esta muestra un 50,7% presentaban sobrepeso/obesidad, llegando incluso a existir casos de obesidad grado II y grado III (2,8%). La relación entre los turnos del personal sanitario y su alimentación, no se han encontrado diferencias significativas. A pesar de conocer el personal sanitario la importancia de una adecuada alimentación, concluimos diciendo que no existe un alto porcentaje de conseguir una dieta equilibrada (58,60%). Con respecto a los estilos de vida el hábito tabáquico sigue siendo uno de los grandes retos de la sociedad, ya que sigue fumando un 25,6% de la muestra. También la higiene del sueño sigue estando en un segundo plano para la

población, no dándole la importancia que tiene pues tan solo un 66% de los profesionales sanitarios duermen más de 7 horas al día. La profesión se ha visto estrechamente relacionada con padecer sobrepeso/obesidad, siendo 109 personas las que tenían IMC > 25 con mayor porcentaje en el grupo profesional de los TES/celador que el 76% lo presentaban. Un contrato de interinidad supone un factor de riesgo en el IMC, ya que se asocia a mayor probabilidad de tener sobrepeso/obesidad, representando un 64,4% de su grupo. Además, dentro de las condiciones laborales los centros privados presentan un IMC más bajo que los públicos.

Palabras clave: Alimentación. Estilos de vida. Sanitario. turnos.