

Sobrepeso y obesidad en el personal de enfermería del Instituto de Cardiología de Corrientes. Año 2017.

Overweight and obesity in nursing staff of the Institute of Cardiology of Corrientes. 2017 year.

Sobrepeso e obesidade na equipe de enfermagem do Instituto de Cardiologia de Corrientes. 2017 ano.

Resumen: sobrepeso y obesidad son problemáticas mundiales por su impacto en la salud humana; en enfermería se detecta con más frecuencia en comparación al resto del equipo de salud. Este estudio buscó caracterizar la presencia de sobrepeso y obesidad en personal de enfermería del Instituto de Cardiología de Corrientes durante 2017. El diseño fue cuantitativo, descriptivo y transversal. De 100 encuestados, según IMC 40% eran eutróficos, 35% estaba con sobrepeso y 25% obesos. En cuanto a sexo, 43% de mujeres mostraba sobrepeso y 48% obesidad; en varones 57% tenían sobrepeso y 52% obesidad. Ordenados grupos etarios, en los de 25 a 34 años 51% tenía sobrepeso y 28% obesidad; en los 35 a 44 años 23% estaba en sobrepeso y 20% obeso; mientras que en los de 45 a 55 años 26% mostraba sobrepeso y 52% obesidad. Se observó que 91% consumía alimentos durante la jornada laboral, con un promedio de cuatro comidas. En toda la muestra el 53% no practicaba actividad física; en los eutróficos 40% no refería ejercicios físicos rutinarios; en aquellos con sobrepeso esto ascendía a 54%; y en los obesos al 72%. Al analizar el estado nutricional según turnos de trabajo, en los nocturnos 33% evidenciaba sobrepeso y 50% obesidad y en los rotatorios 43% sobrepeso y 26% obesidad. En conclusión, los resultados señalan que el personal de enfermería es un grupo vulnerable con frecuencias de sobrepeso y obesidad que se incrementan en los que no realizan actividad física, en los que consumen frecuentes comidas en el trabajo y en aquellos con horarios nocturnos o rotativos.

Palabras clave: eutrófico, sobrepeso, obesidad, enfermería, actividad física.

Abstract: overweight and obesity are global problems due to their impact on human health; in nursing it is detected more frequently compared to the rest of the health team. This study sought to characterize the presence of overweight and obesity in nursing staff at the Corrientes Institute of Cardiology during 2017. The design was quantitative, descriptive, and cross-sectional. Of 100 respondents, according to BMI 40% were eutrophic, 35% were overweight and 25% obese. Regarding sex, 43% of women were overweight and 48% obese; in men 57% were overweight and 52% obese. Ordered age groups, in those aged 25 to 34, 51% were overweight and 28% obese; in the 35 to 44 years, 23% were overweight and 20% obese; while in those aged 45 to 55, 26% were overweight and 52% obese. It was observed that 91% consumed food during the working day, with an average of four meals. In the entire sample, 53% did not practice physical activity; in eutrophic patients 40% did not refer to routine physical exercises; in those

Autores

Argentina María I. Verón¹

Mónica C. Auchter²

¹Enfermera asistencial. Hospital San Francisco de Asís. Corrientes.

²Médica Pediatra. Magister en Desarrollo Social. Universidad Nacional del Nordeste.

with overweight this amounted to 54%; and in the obese 72%. When analyzing the nutritional status according to work shifts, 33% showed overweight and 50% obesity in night shifts and 43% overweight and 26% obesity in rotary ones. In conclusion, the results indicate that nursing personnel are a vulnerable group with frequencies of overweight and obesity that increase in those who do not engage in physical activity, in those who consume frequent meals at work and in those with night or rotating hours. **Keywords:** eutrophic, overweight, obesity, nursing, physical activity.

Resumo: sobrepeso e obesidade são problemas globais devido ao seu impacto na saúde humana; na enfermagem, é detectada com mais frequência em comparação com o restante da equipe de saúde. Este estudo procurou caracterizar a presença de sobrepeso e obesidade na equipe de enfermagem do Instituto de Cardiologia Corrientes em 2017. O delineamento foi quantitativo, descritivo e transversal. Dos 100 entrevistados, segundo o IMC, 40% eram eutróficos, 35% estavam acima do peso e 25% obesos. Em relação ao sexo, 43% das mulheres estavam com sobrepeso e 48% com obesidade; nos homens, 57% apresentavam sobrepeso e 52% eram obesos. Grupos etários ordenados, entre 25 e 34 anos, 51% apresentavam sobrepeso e 28% obesidade; nos 35 a 44 anos, 23% estavam com sobrepeso e 20% com obesidade; enquanto entre 45 e 55 anos, 26% apresentavam sobrepeso e 52% obesidade. Observou-se que 91% consumiam alimentos durante o dia útil, com média de quatro refeições. Em toda a amostra, 53% não praticavam atividade física; em pacientes eutróficos, 40% não referiram exercícios físicos de rotina; naqueles com excesso de peso, esse valor era de 54%; e nos obesos 72%. Ao analisar o estado nutricional de acordo com os turnos de trabalho, 33% evidenciaram sobrepeso e 50% de obesidade no turno da noite e 43% sobrepeso e 26% de obesidade no turno rotativo. Concluindo, os resultados indicam que o pessoal de enfermagem é um grupo vulnerável, com frequências de sobrepeso e obesidade, que aumentam naqueles que não praticam atividade física, naqueles que consomem refeições frequentes no trabalho e naqueles com horas noturnas ou rotativas.

Palavras-chave: eutrófica, sobrepeso, obesidade, enfermagem, atividade física.

Introducción

La obesidad es una patología que está afectando a una población cada vez mayor, la prevalencia de obesidad a nivel mundial ha experimentado un aumento generalizado en las últimas décadas. La Organización Mundial de la Salud (OMS) define al sobrepeso y obesidad como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud y son considerados factores predisponentes de enfermedades no transmisibles como ser cardiovasculares, diabetes, trastornos del aparato locomotor entre otros.¹

La OMS clasifica el sobrepeso y la obesidad utilizando el índice de

masa corporal (IMC), para realizar este cálculo se utiliza la fórmula de *Lambert Adolphe Quetelet* ($IMC = \text{peso} / (\text{talla} \times \text{talla})$), indicador simple de la relación entre el peso y la talla. Este lo clasifica como normal, sobrepeso, obesidad moderada, severa y mórbida. El IMC normal oscila entre 18.5 a 24.9 y mayor a 25 indica sobrepeso, mientras que un valor superior a 30 señala obesidad, que incluye obesidad moderada 30 a 34.9, obesidad severa 35 a 39.9 y mórbida igual o mayor a 40.²

La prevalencia de sobrepeso y obesidad en el personal de enfermeras es más alta en comparación al resto del equipo de salud. En forma general las actividades del personal de salud son sedentarias, por lo que es probable que la alta prevalencia de obesidad se deba a la falta de actividad física necesaria para permitir o mantener el equilibrio con el gasto calórico energético asociado a los tipos de alimentación que se consumen en las unidades.³

Según la OMS la inactividad física es el cuarto factor de riesgo en lo que respecta a la mortalidad mundial ubicándose en el 6% de las muertes registradas en todo el mundo. La actividad física regular en los adultos reduce los riesgos de hipertensión, cardiopatía coronaria, accidente cerebrovascular, diabetes, cáncer de mama y de colon, depresión y caídas; mejora la salud ósea y funcional, es un determinante clave del gasto energético y por tanto fundamental para el equilibrio calórico y el control del peso.⁴

Con respecto a la edad y el sexo distintos estudios muestran que el sobrepeso y la obesidad se presentan con gran frecuencia en el sexo masculino y en relación con la edad en ambos sexo se da después de los 40 años.

Una investigación mostró que el peso, la talla, el IMC, la circunferencia de la cintura y la relación cintura/altura son superiores en los varones que en las mujeres. Se observó que en las mujeres la prevalencia de sobrepeso fue menor en los rangos de 18-29 años que en el resto, alcanzando las mayores cifras en los 50-60 años; mientras que la obesidad fue menor en los grupos de 18-29 y 30-39 años. Para los varones, la prevalencia de sobrepeso fue menor en los rangos de 18-29 y 30-39 años, mientras que la de obesidad fue menor en los 18-29 años.⁵

Los trabajadores del sector salud están siempre expuestos a largas jornadas laborales que implican el trabajo a toda hora, incluyendo el trabajo nocturno. Existe evidencia científica desde hace mucho tiempo acerca de que el trabajo nocturno tiene fuertes implicaciones negativas sobre la salud de las personas que laboran de noche, independientemente de lo que realicen.

Trabajar de noche o comer en horarios irregulares presenta peligros reales para la salud que incluyen entre otras alteraciones como la obesidad, los trastornos metabólicos y la diabetes.⁶

Estas implicaciones se deben principalmente a la alteración en el ritmo circadiano, la modificación de las horas de sueño y alteración en el ciclo de luz-oscuridad que tienen las personas que trabajan turnos nocturnos. El trabajo nocturno se asocia a mayor prevalencia e incidencia de algunas enfermedades crónicas, además figura como factor de riesgo para trastornos

eventualmente mortales e incluso predispone a una mayor ineficiencia en el trabajo.⁶

El sobrepeso y la obesidad son una problemática a nivel mundial por las grandes consecuencias que provoca en la salud de la persona y evitarlas con medidas sencillas como cambios en la alimentación cotidiana y la adopción de hábitos de actividad física llega a ser un desafío para la sociedad.

Con este estudio se buscó indagar lo relativo al sobrepeso y obesidad del personal de enfermería y los factores que están presentes en aquellos que evidencian la problemática.

Objetivo

Caracterizar la problemática del sobrepeso y obesidad en el personal de enfermería del Instituto de Cardiología de Corrientes Juana Francisca Cabral durante el año 2017.

Material y Método

Entre enero a diciembre de 2017 se llevó a cabo un estudio cuantitativo, descriptivo y transversal en el Instituto de Cardiología Juana Francisca Cabral, incluyendo a licenciados en enfermería, enfermeros y auxiliares de los turnos mañana, tarde y noche.

Para la selección de la muestra se empleó el muestreo consecutivo luego de aplicar a la población en estudio los criterios de inclusión definidos.

Para la identificación de sobrepeso y obesidad se utilizó la fórmula de *Lambert Adolphe Quetelet* ($IMC = \text{peso} / (\text{talla} \times \text{talla})$) que lo clasifica como normal (IMC de 18.5 a 24.9), sobrepeso (IMC de 25 a 26.9), obesidad (IMC de 27 y más). Para medir estatura y peso se utilizó una báscula con estadiómetro calibrada, se cuantificó el peso en kilogramos, con el trabajador de pie, sin calzado, con ropa interior y bata institucional. La estatura se midió en metros, con el individuo de pie, lo más erguido posible, sin zapatos, talones juntos, los brazos a los lados del cuerpo.

El instrumento de recolección de datos también indagó edad, sexo, servicio en el que se desempeña, antigüedad laboral, nivel de formación, esquema laboral, turno laboral, carga horaria semanal, frecuencia de comidas al día, consumo de alimentos en horario de trabajo, y actividad física.

Los datos obtenidos se volcaron en una matriz y los análisis estadísticos realizados fueron porcentajes y promedios.

Para realizar el estudio se contó con aval del Comité de Bioética en Ciencias de la Salud Facultad de Medicina, Universidad Nacional del Nordeste, y con la autorización de la institución hospitalaria.

Resultados

Se seleccionó una muestra de 100 trabajadores de enfermería. El rango de edad fue de 25 a 55 años, observando un promedio de 38 años. Para los análisis de los datos se los agrupó en las siguientes categorías de edades: 25 a 34 años (n 46), 35 a 44 años (n 21) y 45 a 55 años (n 33).

En cuanto al peso corporal oscilaba entre 48kg y 132kg de peso con

promedio de 76kg; el rango de talla fue de 1.50cm a 1.80cm.

En la población estudiada se pudo observar que el 40% estaba eutrófico, el 35% con sobrepeso y el 25% obeso (Gráfico 1).

Entre las personas que presentaron obesidad se observó que el 80% mostraba obesidad moderada, el 8% obesidad severa y el 12% obesidad mórbida.

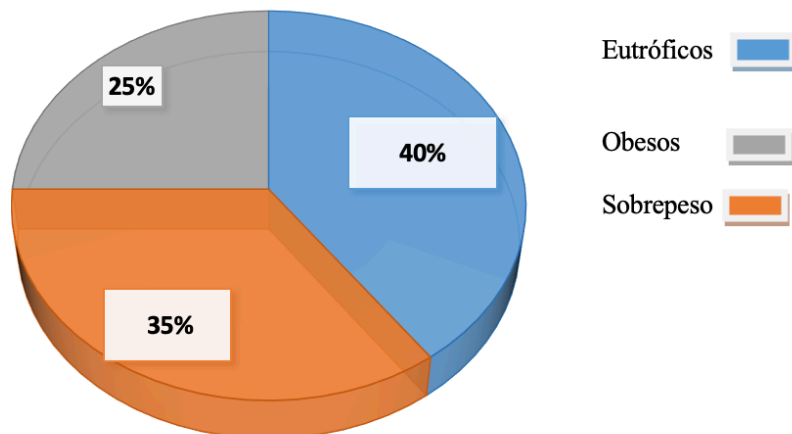


Gráfico N° 1

Distribución porcentual del personal de enfermería según el IMC.

Fuente: elaboración propia con información extraída de la encuesta realizada en el Instituto de Cardiología Juana Francisca Cabral en el año 2017.

Al analizar estos datos según sexo, entre los eutróficos el 72% eran mujeres y el 28% hombres. Con respecto a los que tenían sobrepeso el 43% eran mujeres y el 57% varones y los que estaban con obesidad el 48% eran de sexo femenino y el 52% del masculino (Gráfico 2).

Al comparar el IMC y los grupos etarios, en los eutróficos el 53% tenía de 25 a 34 años, el 20% se encontraba entre los 35 y 44 años y el 27% entre 45 a 55 años. En los que presentaban sobrepeso el 51%

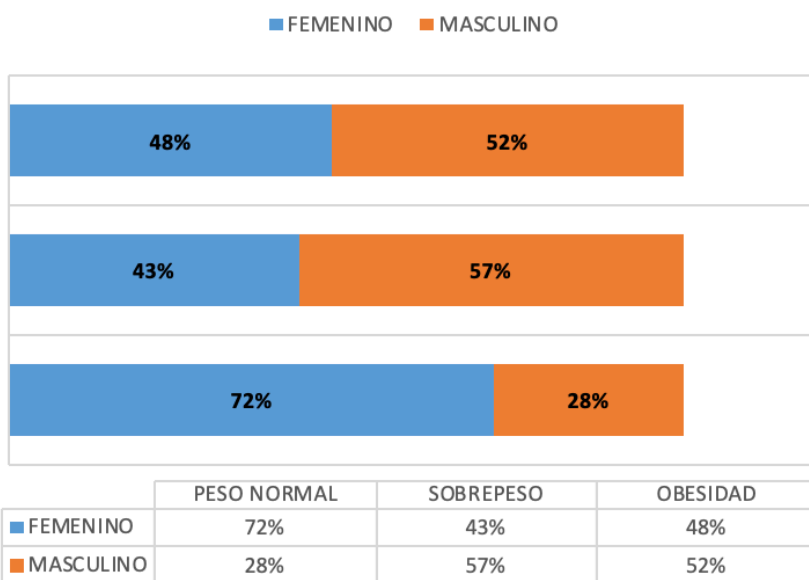


Gráfico N° 2

Distribución porcentual del IMC según sexo

Fuente: elaboración propia con información extraída de la encuesta realizada en el Instituto de Cardiología Juana Francisca Cabral en el año 2017.

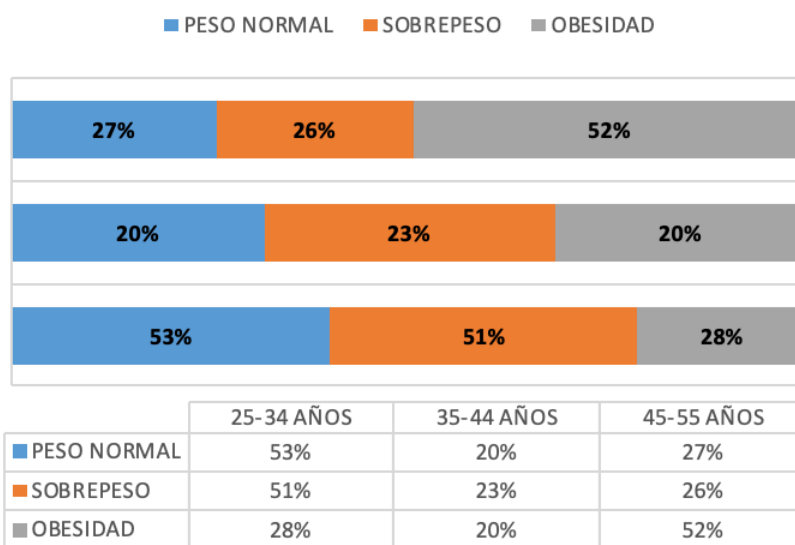
pertenecía al grupo de 25 a 34 años, el 23% al de 35 a 44 años y el 26% al de 45 a 55 años. En los obesos el 28% correspondía al grupo de 25 a 35 años, el 20% al de 35 a 44 años y el 52% al de 45 a 55 años. Esto mostró que si bien los valores de sobrepeso eran similares entre los grupos de 35 a 44 años y de 45 a 55 años, la frecuencia de la obesidad se duplicaba en esta última franja etaria (Gráfico 3).

El 91% del personal de enfermería consumía alimentos en horario laboral, observando un rango que oscilaba entre 2 a 7 comidas diarias, con una media de 3,8 y un desvío estándar de 1,2. Por otra

Gráfico N° 3

Distribución del personal de enfermería en relación al IMC y grupo etario

Fuente: elaboración propia con información extraída de la encuesta realizada en el Instituto de Cardiología Juana Francisca Cabral el año 2017.



parte, al valorar la realización de actividad física se determinó que el 53% del personal no practicaba ningún tipo de ejercicios, mientras que el 47% sí lo hacía.

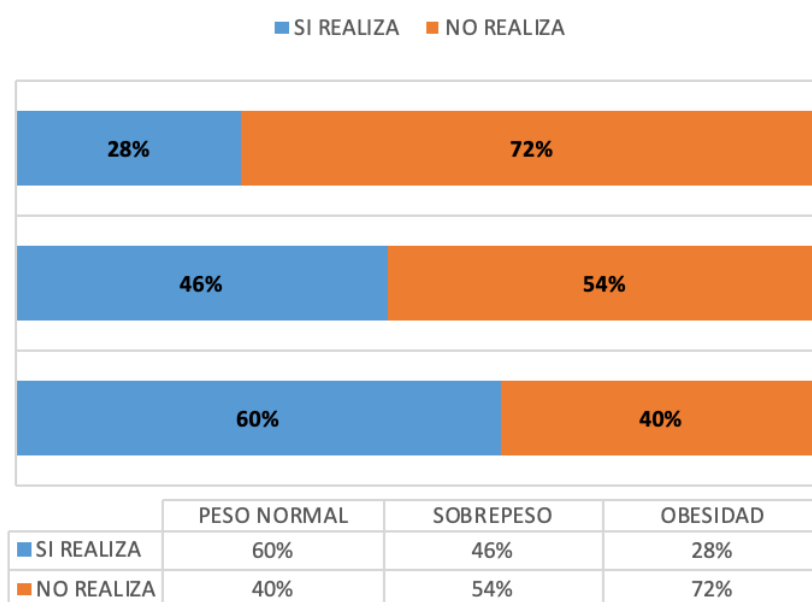
Entre los que no realizaban actividad física se observó que el 40% eran eutróficos; mientras que en aquellos que tenían sobrepeso el 54% no refería práctica de ejercicios y en los que presentaban obesidad esto ascendía al 72% (Gráfico 4).

El análisis del turno laboral y el IMC del personal de enfermería permitió observar que entre los que cumplían turno matutino el 52% eran eutróficos; en el turno tarde este valor era ligeramente

Gráfico N° 4

Distribución del personal de enfermería en relación al IMC y actividad física

Fuente: elaboración propia con información extraída de la encuesta realizada en el Instituto de Cardiología Juana Francisca Cabral en el año 2017.



superior con el 58%; en el turno noche los eutróficos disminuían a 17% y en aquellos con horarios rotatorios eran eutróficos el 31%. En relación a la presencia de sobrepeso, esto afectaba al 33% de los que trabajaban en el turno mañana; al 27% de los que pertenecían

al turno tarde; al 33% de los trabajadores nocturnos y al 43% de aquellos que hacían horarios rotatorios.

Con respecto al personal que presentó obesidad, el 15% cumplía sus labores en el turno mañana; otro 15% eran trabajadores del turno tarde; pero se observó que los valores aumentaron al 50% en aquellos con turno nocturno y al 26% en los de turnos rotativos. O sea que el personal de los turnos diurnos tendía a mantener con mayor frecuencia un peso normal, mientras que los de los horarios nocturno y rotatorio más desarrollo de sobrepeso y obesidad (Gráfico 5).

Discusión

El estudio realizado en el Instituto de Cardiología Juana Francisca Cabral de la ciudad de Corrientes reveló que de los 100

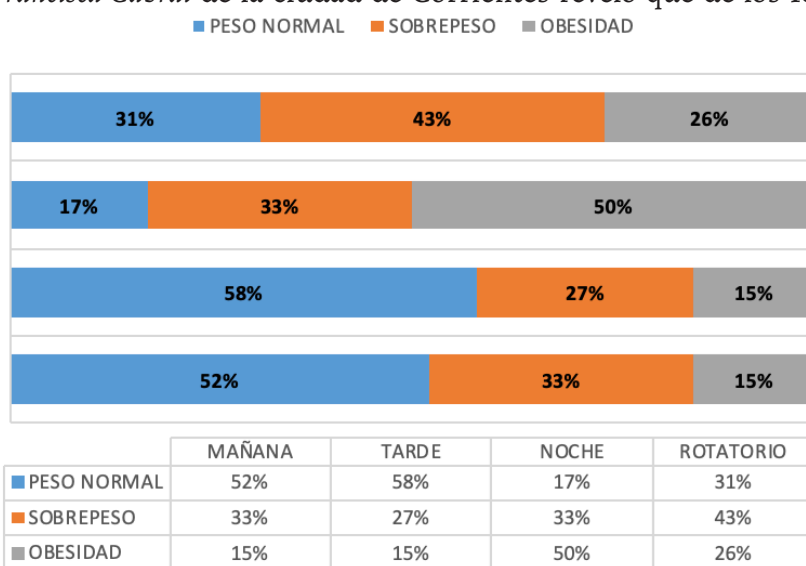


Gráfico N° 5

Distribución porcentual del personal de enfermería en relación al IMC y el turno laboral
Fuente: elaboración propia con información extraída de la encuesta realizada en el Instituto de Cardiología Juana Francisca Cabral en el año el año 2017.

encuestados el 35% presentaba sobrepeso y el 25% obesidad; en ambas situaciones el mayor peso fue en los varones con respecto a las mujeres, datos que coinciden con el estudio realizado sobre la prevalencia de obesidad en los adultos españoles.⁷

En lo que respecta al IMC, los valores hallados en este trabajo son similares a los datos publicados por Mata y colaboradores quienes mostraron que el sobrepeso y la obesidad se daban con elevada frecuencia en el personal de enfermería.⁸

Al analizar las edades del personal de enfermería y su IMC, se observó que en aquellos que presentaban sobrepeso predominaba la franja etaria entre 25 y 34 años en una frecuencia del 51%; mientras que los que se encontraban con obesidad el 52% se ubicaba entre los 45 a 55 años. Esto es similar a otros estudios realizados sobre la prevalencia de sobrepeso y obesidad, que muestran que esta problemática tiene su inicio en los más jóvenes y se agrava en los de mayor edad.⁹

Según el turno laboral se apreció una mayor frecuencia de sobrepeso en los enfermeros de turnos rotatorios con el 43%; mientras que la obesidad fue del 50% en los trabajadores nocturnos. Esto muestra que los trabajos nocturnos y rotatorios del personal de enfermería pueden afectar el estado nutricional del personal de enfermería. Estudios publicados por otros autores

destacan las consecuencias que acarrea trabajar particularmente en horarios nocturnos, señalando que el sobrepeso y la obesidad son algunas de ellas.¹⁰

Con respecto a la realización de actividad física, programada en los tiempos libres del personal de enfermería, cerca de la mitad no la ejecutaba. Por otra parte, se observó menor frecuencia de sobrepeso y obesidad en aquellas personas que si las efectuaban regularmente. El sedentarismo es uno de los principales factores de riesgo que predisponen al aumento de peso que consigna la literatura y según la OMS es un problema de salud pública mundial que acarrea consecuencias en la salud de las personas.¹¹

Se ha podido comprobar que el consumo desmedido de alimentos y fuera de los horarios recomendados influye en la ganancia de peso en el trabajo, situación observada con alta frecuencia en el grupo estudiado. Esto permite coincidir con documentos que afirman que una nutrición adecuada es la base de la productividad, la seguridad y la estabilidad laboral en los lugares de trabajo.¹²

Como ya se ha mencionado en la introducción, la presencia de sobrepeso y obesidad en el personal de enfermería son situaciones que aumentan su morbilidad y mortalidad. Hay estudios que señalan que la obesidad afecta todos los órganos y sistemas del organismo, con un factor patogénico común: *la inflamación crónica de bajo grado*, cuyas causas se deben a un gasto energético bajo en relación con las necesidades de calorías y donde se implican tanto factores genéticos como ambientales.¹³

Son tantas las consecuencias clínicas que la convierten en una de las causas prevenibles de morbilidad y muerte precoz que sólo un control moderado de ella sería capaz de salvar miles de vidas anualmente en todo el mundo.¹⁴

La obesidad ha alcanzado proporciones epidémicas a nivel mundial, y cada año mueren, como mínimo, 2,8 millones de personas a causa de la obesidad o sobrepeso. Para frenar esta epidemia es necesaria una estrategia poblacional, multisectorial, multidisciplinaria y adaptada al entorno cultural.¹⁵

Conclusión

Tanto el sobrepeso como la obesidad son problemáticas mundiales estudiadas por muchos. Este trabajo detecta que el personal de enfermería no está exento y es un grupo vulnerable con una frecuencia que se incrementa en los que no realizan actividad física, en los que aumentan el consumo de comidas en horarios laborales y en aquellos que cumplen horarios nocturnos o rotativos.

Al caracterizar la malnutrición por exceso en el personal de enfermería de la institución estudiada se constata que entre los de 25 a 34 años es más frecuente el sobrepeso, mientras que en los de 45 a 55 años es la obesidad. Además, el peso adecuado se ve con más frecuencia en las mujeres mientras que el sobrepeso y la obesidad en los varones.

Los resultados muestran la necesidad de recomendar estrategias orientadas a modificar la situación actual con compromisos de institución de salud y de las propias personas que trabajan en ella,

que incluya ajustes en el estilo de vida para disminuir el riesgo de enfermedades no transmisibles provocadas por el sobrepeso y la obesidad.

Bibliografía

1. Organización Mundial de la Salud. Disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/>
2. Lozano Hernán Yupanqui. Evaluación y Clasificación de la Obesidad, 2015. PP 26-31. https://www.endocrino.org.co/wpcontent/uploads/2015/12/Evaluacion_y_Clasificacion_de_la_Obesidad.pdf
3. Mata E. y otros. Prevalencia de sobrepeso y obesidad en el personal de enfermería. Revista Médica Digital Mediographic. 2006. 22. PP 81-84 [Citado el 11 de abril de 2016] Disponible en: <http://www.mediographic.com/pdfs/medintmex/mim-2006/mim062a.pdf>
4. Organización Mundial de la Salud. Programas y Proyectos. Estrategias Mundiales sobre Régimen Alimentario, Actividad Física y Salud. [Citado 19 de mayo de 2016]. Disponible en: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/es/>
5. Rodríguez-Rodríguez E., López-Plaza B., López-Sobaler A. M.^a, Ortega R. M.^a. Prevalencia de sobrepeso y obesidad en adultos españoles. Nutr. Hosp. [Internet]. 2011 Abr [citado 2019 Nov 24]; 26(2): 355-363. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=So212-16112011000200017&lng=es
6. Ravenna M. El trabajo nocturno provoca obesidad. [Internet] 2013 Feb [Citado 2013 Feb 23]. Disponible en: <https://www.eldiaonline.com/el-trabajo-nocturno-provoca-obesidad-n345>
7. Rodríguez-Rodríguez E., López-Plaza B., López-Sobaler A. M.^a, Ortega R. M.^a. Prevalencia de sobrepeso y obesidad en adultos españoles. Nutr. Hosp. [Internet]. 2011 Abr [citado 2019 Nov 24]; 26(2): 355-363. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=So212-16112011000200017&lng=es
8. Mata E. y otros. Prevalencia de sobrepeso y obesidad en el personal de enfermería. Revista Médica Digital Mediographic. 2006. 22. PP 81-84 [Citado el 11 de abril de 2016] Disponible en: <http://www.mediographic.com/pdfs/medintmex/mim-2006/mim062a.pdf>
9. Rodríguez-Rodríguez E., López-Plaza B., López-Sobaler A. M.^a, Ortega R. M.^a. Prevalencia de sobrepeso y obesidad en adultos españoles. Nutr. Hosp. [Internet]. 2011 Abr [citado 2019 Nov 24]; 26(2): 355-363. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=So212-16112011000200017&lng=es
10. Ravenna M. El trabajo nocturno provoca obesidad. [Internet] 2013 Feb [Citado 2013 Feb 23]. Disponible en: <https://www.eldiaonline.com/el-trabajo-nocturno-provoca-obesidad-n345>
11. Organización Mundial de la Salud. Programas y Proyectos. Estrategias Mundiales sobre Régimen Alimentario, Actividad Física y Salud. [Citado 19 de mayo de 2016]. Disponible en: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/es/>
12. IDEM. LOC.CIT
13. Soca M. y otros. Consecuencias de la obesidad. ACIMED [Internet]. 2009 Oct. [Citado el 31 Mayo]; 20(4): 84-92. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1024-9432009001000006&lng=es14. IDEM. LOC.CIT
15. Organización mundial de la salud. 10 datos sobre la obesidad. 2014. (Último acceso 11 de abril de 2016). Disponible en: <http://www.who.int/features/factfiles/obesity/es/>