

DEDICATORIA

Este trabajo es dedicado a mis padres, que durante el transcurso de este camino estuvieron apoyándome, y cuidando de mí en todo momento, además de todas aquellas oraciones para seguir en este hermoso camino. A mis hermanos que sin duda estuvieron para mí, para apoyarme incondicionalmente.

AGRADECIMIENTO

Agradezco primeramente a Dios por regalarme vida y salud para estar en este lugar, por darme sabiduría y entendimiento para aprender cosas nuevas en cada clase y práctica, por haberme dado de su gracia, favor y amor para atender a cada uno de los pacientes, por siempre estar en las pruebas y dificultades que se me presentaron en el transcurso del camino.

**FACTORES QUE INFLUYEN EN EL DESARROLLO DE
SOBRE PESO Y OBESIDAD EN EL PERSONAL DE
SALUD, HOSPITAL GENERAL, COMITÁN - CHIAPAS**

INDICE

CAPITULO I

1.1 ANTECEDENTES

El sobre peso y la obesidad dentro del personal de salud es muy común hoy en día, la pregunta es ¿cuáles son los factores que influyen en este personal para desarrollar dichas condiciones, si se tiene el conocimiento de cómo prevenirlas?

En el país de México, se encuentra una cultura en la cual existen contradicciones acerca del peso de las personas, debido a que desde el embarazo y en la infancia (etapas que son cruciales para determinar el estilo de vida) se crean hábitos alimenticios que interfieren en la familia, se resalta que hoy en día surgen teorías o sugerencias mal comprobadas como lo son en el embarazo “tener que comer doble por el bebé”, “entre más gordito es mejor”, “si esta delgado, esta desnutrido”, entre otros comentarios más.

Es por ello que desde una infancia los hábitos están ya determinados por la familia, debido a culturas, creencias, tradiciones y por ende crecemos con eso y de esa forma se van pasando los mismos hábitos a las generaciones venideras; es importante destacar que no todas las personas llegan a seguir con los mismos hábitos, ya que también la información comprobada va saliendo y quitan todas aquellas teorías que no están fundamentadas científicamente; es importante resaltar que cada persona es responsable de cómo lleva su vida diaria, incluyendo todo su estilo de vida y hábitos.

Según una definición de la OMS – “salud” es el “estado de completo bienestar, físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades” como personal de salud se debería buscar lograr este estado de salud en cada uno, o al menos usar como una guía y generar conciencia a cada una de las personas del alrededor, de esta manera se busca un bienestar propio y a la vez se lograría ser ejemplo para demás personas.

Ya que hoy en día en el personal de salud, el sobre peso y la obesidad tiende a ser algo contradictorio, por teniendo el conocimiento y las bases principales para poder prevenir dichas condiciones y prevenir complicaciones, no usan esas bases guías para prevenir, además de que cuando un trabajador tiene esta condición su rendimiento a la hora de atender pacientes tiende a ser baja o mal hecha.

Muchas veces no solo implica tener esta condición y bajar el rendimiento de trabajo, sino que también se habla de lo ético refiriéndose a la alimentación; ya que muchas veces se dan recomendaciones o indicaciones al paciente que se encuentra en el ámbito hospitalario para prevenir complicaciones por las enfermedades, y comúnmente se recomienda tener un peso adecuado o dejar tipos de comidas como lo son fritos o capeados; y muchas veces el trabajador que da este tipo de indicaciones cuenta con alguna condición mencionada anteriormente (sobre peso y obesidad) y el paciente se da cuenta y puede llegar a observar los comportamientos que el mismo personal de salud no cumple ni siquiera con lo que recomienda.

El sobre peso y la obesidad son temas delicados que la misma sociedad ha minimizado su efecto en las personas, la OMS menciona que la salud es; “el estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”, y esto es lo que se a buscado durante años en la población en general.

Sin embargo, en el país de México los primeros indicios de esta enfermedad o problema surgen en 1999, cuando la ENN (encuesta nacional de nutrición) observa una significativa prevalencia de sobre peso y obesidad mayormente en mujeres adultas de más de 20 años, además según la OPS “México es el país con más población infantil en el mundo, y el segundo lugar con adultos que padecen de esta condición – enfermedad crónica”.

En comparación con la ENN de 1998 a 1999 en 2010 la secretaria de salud, propuso un acuerdo nacional para que existiera una estrategia contra el sobre peso y la obesidad conocida como ANSA – (Rivera, Hernández et al. 2012, 293)

A lo largo del tiempo se han definido tres grandes periodos o transiciones socioculturales que coinciden con ciclos de hasta 40 años, siendo la primera transición desde 1900 a 1940, la segunda transición desde 1941 a 1980, y la tercera transición desde 1981 a 2020. En esos tiempos se van cambiando ideologías, la modernidad avanza, las tradiciones y culturas van cambiando y progresando, cambios socio- económicos, cambios políticos, tanto como en el mundo, en el país, en la sociedad, en la familia y en lo personal, existen transiciones que son flexibles y factibles de modificarse, cabe resaltar que todos

estos cambios o transiciones no suelen ocurrir de un día a otro, sino que van siendo simultáneamente, y van avanzando poco a poco, y de un momento a otro las cosas cambian, suele ser una gran transición sin mucho que notar, ya que son sutiles para el cambio, de esta manera muchas veces ocurren cambios.

En la tercera transición ocurrió una transición ideológica-cultural que exacerbó en la población mexicana, las prácticas sedentarias y el consumo excesivo de productos industrializados, formulados que pretender ser alimentos naturales cuando la realidad es otra, y al igual que muchas personas comenzaron a ingerir todo este tipo de productos y propició el inicio de obesidad, diabetes, hipertensión, enfermedades cardiovasculares, dislipidemias, y otros trastornos del metabolismo.

En México en Marzo, 2024, la incidencia de obesidad es el doble en comparación con los años 80's, el aumento pone en riesgo el cumplimiento de los objetivos de desarrollo sostenible que la ONU predijo para el 2030; el senado de la Republica ya ha advertido que la población con obesidad se encuentra en riesgo, sin embargo aún no se ha reconocido como enfermedad dentro de México, si no como una condición, aun cuando la CIE sí la clasifica como una enfermedad, es importante destacar desde un inicio que si esta condición no se aborda con la seriedad necesaria para el año 2035 habrá cuatro mil millones de personas con este problema. – Simón Barquera –

En este contexto se conmemora el 04 de marzo el Día Nacional y Mundial de la Obesidad, para aumentar la concientización sobre el problema y fomentar la abogacía y compartir experiencias.

1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El sobre peso y la obesidad son problemas que hoy en día son muy comunes, tanto como en el país de México; según estadísticas México se considera el primer lugar en donde existen más casos de sobre peso y obesidad.

"La prevalencia de obesidad en personas adultas mexicanas es de 37.1%, mostrando un mayor porcentaje en mujeres (41.0%) en comparación con los hombres (33.0%) reporta el artículo "Obesidad en Adultos" de Simón Barquera y colaboradores, que analiza datos de la **"Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT)"**

En mujeres, que llegan a padecer de enfermedades o cambios hormonales que hace que se altere su metabolismo y su peso, como por ejemplo; pacientes femeninas que sufren de hipertiroidismo, (enfermedad en la cual existe un exceso de producción de una hormona de la glándula conocida como tiroides), donde uno de los principales síntomas es el aumento de peso de una forma rápida, además de que producen más hormonas, éstas hacen que el metabolismo se acelere, además de que si agregamos otros factores como lo es el estrés, el impacto a la salud que tendrá de la persona, será muy significativo, debido a que hay un descontrol/desbalance en su metabolismo.

En otro caso como lo es con los hombres, tienden a sufrir altos niveles de estrés que desencadenen este padecimiento, también influyen los hábitos alimenticios

que tienen, como lo es el consumir alcohol en exceso, incluyendo, la frecuencia en que beben alcohol y cuanto beben.

Se consideran estos tipos de factores (estrés, enfermedades, consumo de alcohol) como factores generales, que pueden llegar a desencadenar el sobrepeso y la obesidad, como lo es tanto en hombres, como en mujeres.

Para poder tener el conocimiento, del grado nutricional donde se encuentra la persona, se ha llegado el IMC que es un indicador del índice de Masa Corporal, aunque hoy en día ya no se toma en cuenta el IMC como tal para medir a una persona, debido a que el peso como tal no es un indicador de sobrepeso.

Ya que en personas deportistas el peso solo es un número si no que lo que de verdad hay que tomar en cuenta es la composición del cuerpo, para eso encontramos formulas o antropometria que mide el porcentaje de grasa, porcentaje de musculo, porcentaje de agua total, entre otros.

1.3 OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL:

- Conocer cuales con los factores que influyen en el personal de salud; porque se ha incrementado el índice; idear un método de prevención para mejorar su estilo de vida.

OBJETIVO ESPECIFICO:

- Identificar cuáles son los factores que influyen en el personal de salud del Hospital General "María Ignacia Gandulfo" que desencadena el sobre peso y la obesidad.
- Dar consejos/educación nutricional para lidiar con los factores que se involucran en el sobre peso y la obesidad.

1.4 JUSTIFICACIÓN

En relación con los factores que afecta al personal de salud en el ámbito hospitalario el sobre peso y obesidad son condiciones que no favorecen al estado de completo bienestar físico, mental y social, dando un impacto generando y provocando enfermedades crónicas degenerativas que pueden llegar a causar la muerte en diferentes rangos de edades.

Esto se ve afectado debido a que el personal de salud no cuenta con una adecuada alimentación, factores de estrés, hipertiroidismo, sedentarismo, trastornos de sueño, ansiedad, entre otros. Estos principales factores que conducen a complicaciones como; síndrome metabólico, enfermedades renales, enfermedades gastrointestinales, como también cardiovasculares.

El personal de salud debe de estar capacitado en el discernimiento de la NOM-174-SSA1-1998, esta norma es una herramienta de gran importancia para los criterios de ejecución de intervenciones de gran impacto que permiten un gran abordaje en cuestión de los lineamientos sanitarios para el manejo integral de obesidad y sobre peso.

Esta investigación tiene con finalidad conocer la letalidad de los principales factores y a la vez instruir a base de normas y guías de práctica clínica implementando promoción a base de conocimientos y prevención de los principales problemas identificados al personal de salud.

1.5 ESCENARIO

El Hospital General María Ignacia Gandulfo, se encuentra ubicado en Comitán de Domínguez, Chiapas, México. En la Novena Calle Sur Oriente 11, Barrio, San Sebastián, 30029.

Cuenta con personal de salud que más de uno ha llegado a sufrir de alguna de estas condiciones, desde agosto 2024 – mayo 2025.

1.6 HIPÓTESIS

1. El personal de salud llega a sufrir varios factores que desencadenan el sobre peso y la obesidad, incluyendo patologías adquiridas o congénitas, el sedentarismo, tipo de alimentación, y/o el estrés.
2. El personal de salud desde (médicos, enfermeros, especialistas, nutriólogos) pueden llegar a bajar su desempeño a la hora de realizar las actividades correspondientes.
3. No existe mucho interés acerca del tema del sobrepeso y la obesidad y tampoco se han buscado alternativas para tratarse.
4. El personal inicia subiendo de peso hasta llegar al sobre peso, va en aumento hasta llegar a la obesidad (proceso lento pero que puede afectar de manera significativa la vida del personal e interferir en su trabajo).

1.7 VARIABLES

* El entorno en el que el personal de salud se encuentra, las tradiciones, culturas, y hábitos que tienen ya determinadas.

* La condición socio-económica que tiene el personal de salud, no siempre es solo para un uso en específico, y eso hace que tampoco puedan poner como prioridad su alimentación.

* La disponibilidad del tiempo, muchas veces el personal de salud se puede poner a pensar en su familia como prioridad y dejan a un lado su propio cuidado.

* El lado psico-social, dependerá de su crecimiento y de sus propias raíces.

1.8 DISEÑO METODOLÓGICO

ENCUESTA

Delimitación de encuesta al personal de Salud del turno vespertino del área de Medicina Interna en el Hospital General Maria Ignacia Gandulfo.

Personal de salud de 30-55 años

Objetivo: Identificar cuales son los factores que influyen en el sobre peso y obesidad más comunes.

PREGUNTAS:

1. ¿Cuántas horas duerme al día?
2. ¿Cuántas comidas realiza al día?
3. ¿Su estado de animo influye en su alimentación?
4. ¿Consume frutas y verduras en la semana?
5. ¿Cuánta agua consume en el día?
6. Al estar en el trabajo, ¿consume más alimentos? ¿cuáles?
7. ¿Realiza alguna actividad física? ¿Cuánto tiempo? ¿Qué tipo?
8. ¿Considera que su área de trabajo le genera estrés?
9. ¿Sabe trabajar bajo presión?
10. ¿Su trabajo le gusta?