

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CUYO  
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS  
ESCUELA DE ENFERMERÍA  
LICENCIATURA EN ENFERMERÍA**

**Enfermeros con Sobrepeso**

---

**Autores:**

**Moya, Emelina M.P. 347**

**Giagnoni, Stella Maris M.P. 319**

**Mendoza, 05/07/2002**

**Trabajo final para optar al grado de Licenciatura en Enfermería**

Esta investigación es propiedad de la Escuela de Enfermería, dependiente de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Nacional de Cuyo y del Ministerio de Desarrollo Social y Salud y la misma no podrá ser publicada en toda o en parte o resumirse, sin el consentimiento escrito de la Dirección de la Escuela y/o Autor/es del Trabajo.

Investigación Aprobada :

Integrantes del Tribunal Examinador :

-----  
-----  
-----

Fecha: -----

## **Prólogo**

El sobrepeso en el ser humano trae como consecuencia trastornos físicos y psíquicos que influyen en el rendimiento laboral, motivo por el cual se ha comenzado el análisis de ésta variable (sobrepeso) para medir la magnitud de la misma en el personal de enfermería del Hospital Alfredo Italo Perrupato. Gral. San Martín Mendoza.

## Índice

Introducción.....	1
Planteamiento del Problema.....	2
Tema de Investigación.....	5
Definición del problema:.....	5
Fundamentación del problema:.....	5
Propósito:.....	6
Objetivo específico:.....	6
Marco Teórico:.....	7
Detallamos a continuación la dieta equilibrada para un adulto normal.....	12
Hipótesis.....	13
Definición de las variables.....	13
Variables.....	13
Operacionalización de las variables.....	13
Determinar las variables.....	13
Diseño metodológico.....	14
Tipo de estudio.....	14
Población.....	14
Muestra.....	14
Fuente – Técnica – Instrumento.....	14
Procesamiento de los datos.....	15
Presentación de los datos.....	16
Plan de análisis.....	16
Presentación de los datos.....	17
Análisis univariado.....	17
Análisis Bivariado.....	19
Conclusiones y Recomendaciones.....	37
ANEXO I.....	41
ANEXO II.....	42
ANEXO III.....	43
ANEXO IV.....	44
ANEXO V.....	46

## Índice de tablas y figuras

Tabla N°1: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por peso.....	20
Tabla N°2: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por talla.....	21
Tabla N°3: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por edad.....	22
Tabla N°4: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por sexo.....	23
Tabla N°5: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por Índice de Masa Corporal.....	24
Tabla N°6: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por horas de trabajo.....	25
Tabla N°7: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por área de desempeño.....	26

### Análisis Bivariado

Tabla N°1: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por I.M.C. según edad.....	27
Tabla N° 2: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por I.M.C. según edad.....	28
Tabla N° 3: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por I.M.C. según edad.....	28
Tabla N° 4: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: sexo según I.M.C.....	29
Tabla N° 5: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: sexo según I.M.C.....	30
Tabla N° 6: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: sexo según I.M.C.....	30
Tabla N° 7: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por horas de trabajo según I.M.C.....	31
Tabla N° 8: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por horas de trabajo según I.M.C.....	32
Tabla N° 9: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por horas de trabajo según I.M.C.....	33
Tabla N° 10: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: área de desempeño según I.M.C.....	33
Tabla N° 11: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: área de desempeño según I.M.C.....	34
Tabla N° 12: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: área de desempeño según I.M.C.....	34
Tabla N° 13: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: área de desempeño y horas de trabajo según I.M.C.....	35
Tabla N° 14: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: área de desempeño y horas de trabajo según I.M.C.....	36
Tabla N° 15: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: área de desempeño y horas de trabajo según I.M.C.....	37
Tabla N° 16: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: área de desempeño y horas de trabajo según I.M.C.....	38
Tabla N° 17: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: área de desempeño y horas de trabajo según I.M.C.....	38
Tabla N° 18: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: área de desempeño y horas de trabajo según I.M.C.....	38

### Gráficos

Gráfico I: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por peso.....	20
Gráfico II: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por talla.....	21
Gráfico III: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por edad.....	22
Gráfico IV: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por sexo.....	23
Gráfico V: Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por Índice de Masa Corporal.....	24

<b>Gráfico VI:</b> Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por horas de trabajo.....	25
<b>Gráfico VII:</b> Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por área de desempeño.....	26

**Gráficos de Análisis Bivariado**

<b>Gráfico I:</b> Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por I.M.C. según edad.....	27
<b>Gráfico II:</b> Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: sexo según I.M.C.....	29
<b>Gráfico III:</b> Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por horas de trabajo según I.M.C.....	31
<b>Gráfico IV:</b> Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: área de desempeño según I.M.C.....	33
<b>Gráfico V:</b> Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: área de desempeño y horas de trabajo según I.M.C.....	35
<b>Gráfico VI:</b> Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: área de desempeño y horas de trabajo según I.M.C.....	36
<b>Gráfico VII:</b> Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: área de desempeño y horas de trabajo según I.M.C.....	37

## **Introducción**

La complejidad del mundo en que vivimos nos ha llevado a realizar esta investigación a través de un estudio descriptivo transversal que intenta determinar la cantidad de enfermeros con sobrepeso en el Hospital Alfredo Italo Perrupato y la relación que existe del mismo, con la doble jornada laboral y el área de desempeño.

La definición del problema y determinación de objetivos ha permitido realizar observación específica de las manifestaciones humanas dentro del campo por nosotros investigado.

La teoría ha orientado la observación, llegando a reflexionar sobre los datos obtenidos de los estudios realizados mientras dura nuestra investigación.

La constitución de un modelo teórico permitió enmarcar el problema y sus objetivos, se revisaron antecedentes, estudios realizados con anterioridad, se establecieron las relaciones entre los hechos, características de los aspectos estudiados a través de variables.

El establecimiento de hipótesis permitió elaborar un esquema de relaciones formando un contexto teórico.

El registro de datos se presenta en cuadros y gráficos necesarios para su adecuada interpretación.

Se han elaborado conclusiones basadas en los resultados obtenidos.

El informe final contribuye a incrementar el conocimiento existente sobre el tema investigado, dando respuesta a la hipótesis planteada.

## Planteamiento del Problema

El Hospital Alfredo Italo Perrupato, del departamento de Gral. San Martín, Provincia de Mendoza, (ver Anexo I) distante a 50 km. Al este de la ciudad Capital de Mendoza, cuenta con un nivel de complejidad II, con una disponibilidad de 200 camas para internación de pacientes clínicos, quirúrgicos, pediátricos y ginecoobstétricos. (ver Anexo II)

Brinda una cobertura de salud a toda la zona este de la provincia de Mendoza (Dptos. de San Martín, Junín, Rivadavia, Santa Rosa y La Paz).

El recurso humano total que se desempeña en la institución es de 420 personas, siendo el de enfermería de 140, distribuidos en las distintas áreas de atención.

Existen sectores de internación en pediatría con una capacidad de 26 camas, clínica médica I y II con 55 camas, cirugía 35 camas, traumatología 20 camas, ginecología con 49 camas, Unidad de Cuidados Post-operatorios 4 camas y neonatología con 12 unidades.

Durante las semanas del 15 al 30 de abril de 2001, en recorrido por los servicios de internación de adultos del hospital y consultorios externos, en los 3 turnos (mañana-tarde-noche) se observó:

- Enfermeros con aparente sobrepeso.
- Enfermeros con aparente disminución de peso.
- Enfermeros muy dinámicos.
- Enfermeros con movimientos lentos.
- Ingesta de alimentos en diferentes horarios en un mismo turno.
- Se observa poco desplazamiento físico, mucho tiempo de pie en poco espacio y sentados.
- Utilizan como medio de transporte, ciclomotores, colectivos y en menor grado bicicletas y caminando.
- En horarios de almuerzo y cena de pacientes, se dejan dietas sobrantes para enfermería.
- Consumo de diferentes alimentos en un mismo turno: fiambres, golosinas, infusiones, dulces, gaseosas, jugos, frutas, lácteos, pizza, empanadas, etc.

En base a la observación empírica realizada, nos planteamos los siguientes interrogantes:

- Existe relación entre los regímenes horarios y los enfermeros con aparente sobrepeso?
- Qué motiva el consumo de harinas y fiambres durante la jornada de trabajo?

- El horario de alimentación tiene relación con la hiper o hipo actividad física de los enfermeros?
- Cómo se relacionan las rutinas de tareas de enfermería con los horarios de alimentación?
- Qué motiva al personal de enfermería a preocuparse por conseguir dietas sobrantes de la distribución de los pacientes?
- Existe relación entre el número de enfermeros en un determinado horario y la cantidad de ingestas de los mismos?
- Existe relación entre los enfermeros con sobrepeso y el área donde desempeña su labor.

En la intención de tratar de dar respuestas a los interrogantes planteados, se recurre a la consulta de expertos (Nutricionista-Psiquiatra-Informantes claves-Bibliografía) encontrando la siguiente situación:

Hay una cantidad considerable de enfermeros con sobrepeso.

Por su característica horaria y a veces doble empleo, existe en ellos hábitos alimenticios rico en cantidad y pobre en calidad, con predilección de comidas rápidas, sin mucha preparación.

Hay una tendencia directamente proporcional entre el número de enfermeros y el número frecuente de ingestas, el hecho de compartir, dialogar en compañía es motivo de ingesta alimenticia.

Existe una relación indirecta entre los turnos mañana (mucha actividad), tarde (mediana actividad), noche (actividad de base) con respecto al aumento del número de frecuencias de ingestas.

Encontramos en general que en agradecimiento por los servicios de enfermería prestados, muchos pacientes y familiares sienten la necesidad de hacerles un presente a los enfermeros, siendo en general algo comestible (tortas, facturas, pizzas, bombones, sándwich, gaseosas, etc.), generalmente con previa consulta a los enfermeros.

La rutina de enfermería tiene una relación con la ingesta de alimentos, reflejándose que al analizar cada uno de ellas, se recurre a una ingesta, aparentemente el hecho angustiante, stress, presencia ante el dolor de los pacientes, representa un motivo de infelicidad (compensación).

El medio de transporte elegido por los enfermeros son el colectivo, auto, ciclomotor, bicicleta y muy pocas caminatas. En este sentido resaltamos que gran parte de los enfermeros tienen sus domicilios cerca del hospital, siendo quienes utilizan con mayor frecuencia el autobús, auto y ciclomotores, sólo algunos caminan por indicación médica.

Se considera el acto de ingerir como un hecho gratificante, teniendo en cuenta las características de las actividades de enfermería, por las continuas horas de permanencia frente al enfermo, el constante stress, la vida y muerte, busca canalizar la angustia en la búsqueda de espacios para ingerir algo en compañía de sus compañeros como acto gratificante luego de la tarea, relacionado esto con un aspecto afectivo y no por un requerimiento fisiológico.

En síntesis a los interrogantes planteados, creemos encontrar en la mayoría de ellos una connotación psicológica, manifestando que estas actitudes se deben en parte a un derecho adquirido, además de ser una situación o un hecho gratificante para enfermería el momento de la ingesta durante horas de trabajo, por el cual se contrarrestaría de ésta manera una situación angustiosa del enfermero por su actividad.

Aparentemente existe una relación entre la profesión y el sobrepeso de los enfermeros.

Por lo expuesto se define el problema en los siguientes términos.

## ***Tema de Investigación***

### ***Definición del problema:***

Cuántos enfermeros con sobrepeso e influencia de la doble jornada laboral y área de desempeño con el mismo en Octubre de 2001, en el Hospital Alfredo Italo Perrupato.

### ***Fundamentación del problema:***

Las motivaciones que nos llevan a realizar este estudio son:

- Porque encontramos un número importante de enfermeros con sobrepeso.
- Porque presentan trastornos físicos propios del sobrepeso, como cansancio, agotamiento y dolor de miembros inferiores, dolores de columna, sobre esfuerzo para realizar sus actividades normales, disnea ante los esfuerzos, etc.. En síntesis observamos que el sobrepeso de los enfermeros producto de los factores que influyen sobre su alimentación, producen serios trastornos físicos a mediano y largo plazo que repercuten en el ejercicio de la profesión.
- Porque no hay estudios al respecto.
- Porque la doble jornada laboral puede ocasionar un hábito de alimentación no adecuada.
- Porque el área donde desempeña su trabajo puede influir en la cantidad y calidad de las ingestas.

### ***Propósito:***

Para que a través del estudio se llegue a conocer la influencia de sobrepeso y si éste es de importancia, se pueda proporcionar un plan educativo para el personal de enfermería.

La obesidad es un problema sanitario y no solamente estético, debido a esto es indispensable hacer hincapié en diferentes aspectos:

- a- **Reeducación alimentaria:** es necesario lograr cambios graduales, inocuos y prudentes en los hábitos para que sean estables y aceptar que esta nueva forma de comer es parte de un nuevo estilo de vida.
- b- **Aumento de la actividad física:** el ejercicio físico tiene su implicancia a nivel psicosocial ya que mejora el humor, la autoestima, la sensación de bienestar y contribuye a reducir el estrés, la ansiedad y la depresión. También produce efectos clínicos favorables a nivel circulatorio, respiratorio, metabólico, óseo, etcétera.
- c- **Prevención de complicaciones futuras:** es imprescindible que el personal de enfermería tome conciencia que hay un considerable aumento de enfermedades relacionadas con el sobrepeso y la obesidad, que pueden afectar su actividad laboral y su vida personal. La prevención mejorará sin dudas la calidad de vida.
- d- **Estimulación de la autoestima:** el perjuicio y la discriminación contra las personas gordas puede aparecer muy precozmente y se observa en todas las áreas, incluso la laboral.

### ***Objetivo general:***

Conocer la cantidad de enfermeros con sobrepeso y su relación con la doble jornada laboral y el área donde desempeña su labor, en Octubre de 2001, en el Hospital Alfredo Italo Perrupato.

### ***Objetivos específicos:***

- Determinar la cantidad de enfermeros con sobrepeso.
- Establecer si hay relación entre los enfermeros con sobrepeso y la doble jornada laboral.
- Saber si hay relación del sobrepeso con el área de desempeño.

### **Marco Teórico:**

Considerándose que una dieta balanceada es la integrada por alimentos adecuados en cantidad y calidad a las necesidades de una persona de acuerdo con su peso, talla, edad, situación biológica y actividad.

Para lograrla es preciso ingerir diariamente alimentos que contengan proteínas, hidratos de carbono, grasas, minerales, vitaminas.

El cumplimiento de una dieta balanceada a lo largo de la vida, proporciona un correcto estado de nutrición, que se traduce en un adecuado crecimiento y desarrollo, energía suficiente, buen funcionamiento orgánico y capacidad intelectual.

Al ingerir todos los días alimentos variados, nos aseguramos las fuerzas necesarias para realizar nuestras actividades. Por ello es importante distribuir los alimentos en cuatro comidas diarias: desayuno, almuerzo, merienda y cena.

No es lo mismo comer un solo tipo de alimento, aunque sea muy nutritivo, que la cantidad y variedad necesaria en cada uno de ellos.

El buen estado nutricional de una persona, la protege aportando mayor defensas, estando menos expuesta al riesgo de contraer enfermedades.

Cuando no se cumple con una dieta adecuada durante un tiempo considerable, aparecen enfermedades, ya sea por déficit o por exceso en el consumo de una o varias sustancias nutritivas.

Algunas de las enfermedades producidas por déficit alimenticio son: desnutrición, bocio, anemias, raquitismo. La desnutrición facilita la evolución desfavorable de muchas enfermedades, en especial de las originadas por microbios (diarreas, sarampión, neumonías, etc.).

Algunas de las enfermedades producidas por excesos en la alimentación son la obesidad, arteriosclerosis, gota.

Los principios nutritivos son los elementos que favorecen el crecimiento, desarrollo y reparación de las células y los tejidos (especialmente las proteínas), producen energía (hidratos de carbono y grasas), que se incorporan a los líquidos y tejidos del cuerpo (mineral) y ejercen una cantidad reguladora de las funciones orgánicas (vitaminas).

Por ello un buen estado nutricional es el aprovechamiento por el ser vivo a nivel de sus células, tejidos y órganos de los principios nutritivos contenidos en los alimentos. Los elementos nutritivos son:

- 1) **Proteínas:** se encuentran en los alimentos derivados de animales y plantas, de fuente animal (leche, yogurt, huevos, todo tipo de carnes y vísceras), de fuente vegetal (legumbres y cereales integrales).
- 2) **Las vitaminas:** actúan como reguladora del normal funcionamiento, se los encuentra en casi todos los alimentos y se los denominan con las letras del alfabeto (A,B,C,D,K). Aquí como la cocción destruye las vitaminas, es necesario que en la variedad se incorporen alimentos que se ingieran crudos.
- 3) **Los hidratos de carbono:** se encuentran preferentemente en alimentos de origen vegetal, en forma de azúcares y almidones. En el organismo ayudan a mantener la temperatura del cuerpo, produciendo actividades (laborales, deportivas, recreativas, intelectual), y acumulan reservas para cuando el organismo lo necesita.
- 4) **Las grasas:** se encuentran en los animales y vegetales, todas tienen la propiedad de no disolverse en agua. Proporcionan mayor energía y acumulan más reservas que las producidas por los H. C.. Las grasas de origen animal son (manteca, crema de leche, carnes, grasas), los vegetales (aceites vegetales y de frutas secas, nueces, almendras).
- 5) **Los minerales:** forman parte de los tejidos, líquidos, hormonas, colaboran en la formación de uñas, pelo, dientes, hueso, actúan en la coagulación de la sangre.  
Los minerales más necesarios además del agua, son el Ca, Na, Cl, K, Fe, Yodo, Mg. Se los encuentran en la leche, carnes rojas y blancas, verduras, frutas, legumbres y cereales integrales.

Para saber que alimentos contienen estos cinco principios nutritivos, se los ha agrupado de acuerdo a la función:

<b>GRUPO 1</b> <b>(Formadores de Tejido)</b>	<b>GRUPO 2</b> <b>(Alimentos reguladores)</b>	<b>GRUPO 3</b> <b>(Alimentos energéticos)</b>
<p>Leche, yogurt, queso, carnes de pescado, aves, bovinos, porcinos, vísceras. Huevos de gallina, pato, legumbres secas (soja, lentejas, porotos).</p>	<p><b>Frutos:</b> uva, melón, sandía, durazno, higos, naranja. <b>Verduras verdes:</b> lechuga, acelga, achicoria. <b>Rojas:</b> remolacha, tomate. <b>Amarillas:</b> zapallo, zanahoria, batata. <b>Blancos:</b> papa, choclo.</p>	<p><b>Cereales v derivados:</b> arroz, trigo, harinas. <b>Tubérculos:</b> papas, batata, azúcares y dulces. Manteca y margarina.</p>
<p><b>Función:</b> Permite un crecimiento normal. Forman y reparan tejidos. Permiten tener dientes sanos. Huesos bien formados. Favorecen la formación de glóbulos rojos.</p>	<p><b>Función:</b> Mantienen la salud de la piel Mantienen la salud de los dientes. Mantienen la salud de los ojos. Regulan la función intelectual.</p>	<p><b>Función:</b> Brindan energía y fuerzas necesarias para trabajar activos. Mantener la temperatura corporal.</p>

Entre los factores relacionados con la manera de alimentarse están: las tradiciones familiares, las de la sociedad, la influencia de los medios de comunicación, las posibilidades económicas.

Muchas veces se cometen errores en la selección de alimentos a partir de propaganda por los Medios de Difusión, que muestran como valiosos o atractivos a productos contraindicados o perjudiciales para la salud, que además encarecen el presupuesto familiar.

Cuando la alimentación no alcanza a satisfacer las necesidades, aparece la desnutrición.

Una persona desnutrida debe hacer mayor esfuerzo para estudiar y trabajar, su organismo está más expuesto a las enfermedades, se fatiga con facilidad, y su rendimiento físico y psicológico disminuyen.

La obesidad se define como una acumulación excesiva de energía en forma de grasa que tiene efectos adversos sobre la salud, y sobre la duración de la vida. La mayor parte de las obesidades tienen su causa en hábitos alimenticios y de actividad física inadecuada (se come más de lo que se gasta) y esto hace que poco a poco se aumente de peso.

La obesidad es un mal individual, pero también social, con sus incidencias sobre la vida común, el trabajo y la economía.

El sobrepeso se determina a través del Índice de Masa Corporal (IMC), cuyo cálculo es peso sobre talla al cuadrado. Si el resultado oscila entre 25 y 30 se encuentra con sobrepeso, más de 30 indica obesidad.

Asimismo el exceso de peso es un problema complejo que necesita una visión de equipo. La dieta por sí sola no puede convertirse en el único tratamiento, ya que la pérdida de peso, para que pueda ser eficaz y mantenerse en el tiempo, requiere una serie de cambios en los hábitos y conductas frente a los alimentos y la actividad física.

La actividad física es útil para mantener, mejorar y promover la salud y la actitud física y puede reducir el nivel de mortalidad precoz en las personas con sobrepeso y /o obesidad.

El sobrepeso y la obesidad también influye a nivel psicológico produciendo una disminución de la autoestima. Los problemas psicológicos de los obesos son vistos más como consecuencia del perjuicio y la discriminación de los otros y del choque con su propia internalización de la delgadez como ideal de belleza y no como una causa de obesidad.

En relación a la profesión de enfermería en la que la actividad diaria es estar de pie, caminar, realizar esfuerzos durante varias horas al día, el sobrepeso alteraría el rendimiento del personal, llegando a ocasionar enfermedades como: diabetes mellitus, enfermedades biliares arteroesclerosis, hipertensión, insuficiencia respiratoria, riesgos quirúrgicos, complicaciones del embarazo, problemas cardiocirculatorios, óseos, etcétera.

También podrían presentarse problemas a nivel psicosocial.

La imagen que tiene la sociedad de los enfermeros se ve alterado puesto que al ser ellos trabajadores de la salud, cuentan con la información y los conocimientos necesarios para enfrentar los riesgos de la obesidad por lo tanto deben saber y hacer conocer que ninguna prevención es eficaz, sino se tiene como herramienta una buena educación.

La crisis económica actual por la cual atraviesa nuestro país y los bajos sueldos percibidos en la profesión de enfermería determina que el personal deba aumentar su carga horaria de trabajo por día, muchas veces dentro de la misma institución o en otras entidades, lo que conlleva a ingerir alimentos no adecuados, poco nutritivos, ricos en hidratos de carbono, con escasa posibilidad de respetar los horarios y la cantidad de ingestas diarias, esto trae aparejado personal cansado, mal alimentado, con tendencia al sobrepeso y con poco rendimiento laboral.

Las diferentes áreas de trabajo pueden influir en la alimentación, ya que existen distintos niveles de ansiedad entre los trabajos de los diferentes servicios:

- **Consultorio:** La actividad que se realiza diariamente no presenta mayores sobresaltos, lo que les permite contar con más tiempo para interrelacionarse con colegas del área, posibilitando la organización de eventos destinados a la ingesta de comidas rápidas. La actividad física es menor que en otros sectores.
- **Área de Internación:** Sector que se diferencia por la continua tarea del personal de enfermería, esto hace que esté en movimiento permanente con escaso tiempo para la distensión.
- **Área Crítica:** Lugar que se caracteriza por un elevado nivel de ansiedad en el personal, lo que conlleva a la continua ingesta de alimentos con el fin de aliviar la tensión ocasionada por las situaciones que se viven constantemente.

***Detallamos a continuación la dieta equilibrada para un adulto normal.***

***DIETA TIPO: 2500 cal.***

***DESAYUNO:***

- ✓ 1 taza de leche descremada (250 cc.).
- ✓ 40 grs. de queso fresco.
- ✓ 1 tostada integral o ½ taza de cereales o 50 grs. De pan.
- ✓ 1 cucharada de mermelada.
- ✓ 1 jugo de frutas naturales (200 cc.).
- ✓ café descafeinado o té de té o mate cocido diluidos.
- ✓ 2 cucharaditas tipo café de azúcar.

***ALMUERZO:***

- ✓ 1 plato de verduras hervidas (250 grs.) o una papa mediana (150 grs.) o ensalada.
- ✓ 100 grs. de carne vacuna magra o pollo sin piel o 150 grs. De pescado a la plancha, al horno, hervido o al vapor.
- ✓ 1 unidad de fruta (125-150 grs.).
- ✓ 50 grs. de pan.

***MERIENDA:***

- ✓ 1 yogurt descremado.
- ✓ 1 rebanada mediana de pan.
- ✓ 1 cucharada pequeña de mermelada o dulce o jalea de frutas.
- ✓ Infusión.
- ✓ 2 cditas. Tipo café de azúcar.

***CENA:***

- ✓ 1 plato de ensalada (250 grs.).
- ✓ 150 grs. de pescado a la plancha, horno, vapor o hervido.
- ✓ 1 taza de fideos blancos sin salsa o 80 grs. de arroz integral (peso cocido).
- ✓ 1 fruta.
- ✓ 50 grs. de pan.

- Aceite total / día: 2 cdas. Soperas.
- Agua total / día: mínimo de 1,5 litros.
- Pan total / día: 160 grs.

### ***Hipótesis***

Existirá alguna relación entre los enfermeros con sobrepeso, la doble jornada laboral y el área donde desempeña su trabajo.

### ***Definición de las variables***

En la definición del problema encontramos como variable conceptual enfermeros con sobrepeso y como variable real subdimensión la doble jornada laboral y el área de trabajo, como indicadores el peso, la talla, el sexo, la edad, el índice de masa corporal, la cantidad de horas trabajadas por día y sobre el área de desempeño área consultorio, área crítica, área internación.

### ***Variables***

- 1) **Enfermeros con sobrepeso**: son aquellos que están con un peso superior al determinado según el índice de masa corporal.
- 2) **Doble jornada laboral**: se entiende como doble jornada laboral la que supera las 8 horas habituales.
- 3) **Área de desempeño**: es el lugar donde el enfermero cumple su función, esta puede ser en área crítica, área internación o consultorio.

### ***Operacionalización de las variables***

<b><u>Variable conceptual</u></b>	<b><u>Variable real subdimensión</u></b>	<b><u>Variable empírica indicadores</u></b>
Enfermeros con sobrepeso.	- Doble Jornada Laboral. - Área de desempeño.	IMC Peso Talla Sexo Edad Horas Trabajadas por día Lugar de trabajo Consultorios Área de internación Área crítica

### ***Determinar las variables***

- Enfermeros con sobrepeso es una variable dependiente.
- La doble jornada laboral es una variable independiente.
- Área de desempeño es una variable independiente

## ***Diseño metodológico***

### ***Tipo de estudio***

Este problema se investigará a través de un estudio descriptivo transversal. El grupo considera que es el tipo de estudio más apropiado para poder detallar la realidad observada y describir las causas en forma abarcativa de la cantidad del personal de enfermería con sobrepeso en un momento determinado.

### ***Población***

El proyecto tiene como población a los 140 integrantes del plantel de enfermería del Hospital Alfredo Italo Perrupato, los cuales están distribuidos en las áreas de internación, área crítica y consultorios.

Se han agrupado en:

- a)- Enfermeros con doble jornada laboral ( $N_1$ ).
- b)- Enfermeros con simple jornada laboral ( $N_2$ ).

### ***Muestra***

Considerando el objetivo y el propósito del estudio se estima conveniente encuestar al 50% de la población, que constituirá un total de 70 personas.

La muestra de cada grupo poblacional ( $N_1$ - $N_2$ ) se seleccionará a través del método aleatorio simple. Ésta la confeccionaron las autoras del Trabajo.

### ***Fuente – Técnica – Instrumento***

**Fuente:** para la recolección de datos se utilizará una fuente primaria.

**Técnica:** encuesta, en la modalidad de cuestionario estructurado.

**Instrumento:** para recolectar los datos se utilizará un formulario que se elaboró con 7 (siete) preguntas donde se busca información acerca del peso, talla, edad, sexo, cantidad de horas trabajadas y área donde se desempeña su función, para luego identificar el índice masa corporal.

**Prueba Piloto:** El instrumento fue probado en aproximadamente 10 personas, las cuales no estaban incluidas en la muestra. Posteriormente se efectuaron las modificaciones necesarias, para recabar los datos adecuados para este estudio.

***Cantidad de personal de Enfermería con sobrepeso en el  
Hospital Alfredo I. Perrupato.***

La presente encuesta realizada por estudiantes de la Licenciatura de Enfermería 4<sup>to</sup> año como parte de su trabajo de investigación, tiene como objetivo efectuar un relevamiento de datos acerca de la relación peso, talla, índice de masa corporal según edad y sexo, jornada laboral y área donde desempeña su función.

N° de Identificación \_\_\_\_\_.

1) Peso \_\_\_\_\_

2) Talla \_\_\_\_\_

3) Edad \_\_\_\_\_

4) Sexo    F     M

5) Índice de Masa Corporal \_\_\_\_\_

6) Cuantas horas Trabaja por día:

8 horas:

16 horas:

Más de 16:

7) Área de desempeño

Área de Consultorios

Área de Internación

Área Crítica

Fecha \_\_/\_\_/\_\_

***Procesamiento de los datos***

Realizada la encuesta se procederá a la codificación de los datos de la misma, para luego ser volcados en una tabla maestra (Anexo III y IV).

La información volcada en la tabla presenta un orden y sentido de los datos a simple vista que nos llevará para cada rubro o codificación.

### ***Presentación de los datos***

La presentación de los datos se realizará a través de la confección de tablas de distribución de frecuencias con sus correspondientes gráficos, siendo para el tipo de datos del proyecto, gráficos de barras, circulares e histogramas.

### ***Plan de análisis***

El análisis será descriptivo y analítico, utilizándose la distribución de frecuencia y los porcentajes.

## Presentación de los datos

### Análisis univariado

**Tabla N° 1:**

Enfermeros del Hospital Alfredo I.  
Perrupato por peso. Gral. San Martín  
Mza. Octubre 2001.

Peso	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Acumulada
50-59,99			
60-69,99			
70-79,99			
89-89,99			
90-99,99			
100-109,99			
110-119,99			
120 o más			
TOTAL			

**Fuente:** Elaboración propia sobre la Base de instrumento propio, encuesta.

**Tabla N° 2:**

Enfermeros del Hospital Alfredo I.  
Perrupato por talla. Gral. San Martín  
Mza. Octubre 2001.

Talla	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Acumulada
1,40-1,49			
1,50-1,59			
1,60-1,69			
1,70-1,79			
1,80 o más			
TOTAL			

**Fuente:** Elaboración propia sobre la Base de instrumento propio, encuesta.

**Tabla N° 3:**

Enfermeros del Hospital Alfredo I.  
Perrupato por edad. Gral. San Martín  
Mza. Octubre 2001.

Edad	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Acumulada
25-29			
30-34			
35-39			
40-44			
45-49			
50-54			
55-59			
60 o más			
TOTAL			

**Fuente:** Elaboración propia sobre la Base de instrumento propio, encuesta.

**Tabla N° 4:**

Enfermeros del Hospital Alfredo I.  
Perrupato por sexo. Gral. San Martín  
Mza. Octubre 2001.

Sexo	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa
Masculino		
Femenino		
TOTAL		

**Fuente:** Elaboración propia sobre la Base de instrumento propio, encuesta.

**Tabla N° 5:**

Enfermeros del Hospital Alfredo I.  
Perrupato por Índice e Masa Corporal  
(IMC).  
Gral. San Martín Mza. Octubre 2001.

IMC	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Acumulada
15-19,99			
20-24,99			
25-29,99			
30-34,99			
35-39,99			
40 o más			
<b>TOTAL</b>			

**Fuente:** Elaboración propia sobre la Base de instrumento propio, encuesta.

**Tabla N° 6:**

Enfermeros del Hospital Alfredo I.  
Perrupato por Horas Trabajadas por día.  
Gral. San Martín Mza. Octubre 2001.

Hs. Trabajadas Por día	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Acumulada
8 horas			
16 horas			
+ 16			
<b>TOTAL</b>			

**Fuente:** Elaboración propia sobre la Base de instrumento propio, encuesta.

**Tabla N° 7:**

Enfermeros del Hospital Alfredo I.  
Perrupato por Área de Desempeño.  
Gral. San Martín Mza. Octubre 2001.

Área de desempeño	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa
Consultorio		
Internación		
Crítica		
<b>TOTAL</b>		

**Fuente:** Elaboración propia sobre la Base de instrumento propio, encuesta.

## *Análisis Bivariado*

**Tabla N° 1:**

Enfermeros del Hospital Alfredo I.

Perrupato por horas de trabajo según índice de masa corporal.

Gral. San Martín Mza. Octubre 2001.

I.M.C.	HORAS DE TRABAJO			TOTAL
	8 HORAS	16 HORAS	MAS DE 16 HORAS	
-25				
25-30				
Más de 30				
<b>TOTAL</b>				

**Fuente:** Elaboración propia sobre la Base de instrumento propio, encuesta.

**Tabla N° 2:**

Enfermeros del Hospital Alfredo I.

Perrupato por área de desempeño según índice de masa corporal.

Gral. San Martín Mza. Octubre 2001.

I.M.C.	AREA DE DESEMPEÑO			TOTAL
	CONSULTORIO	INTERNACIÓN	CRÍTICA	
-25				
25-30				
Más de 30				
<b>TOTAL</b>				

**Fuente:** Elaboración propia sobre la Base de instrumento propio, encuesta.

## Presentación, Análisis e interpretación de los datos

Después de revisar la información necesaria para dar respuesta a esta investigación, se confecciona la Tabla Madre (ver Anexo V), y las tablas correspondientes para realizar el análisis univariado, bivariado y multivariado acompañado de los gráficos adecuados.

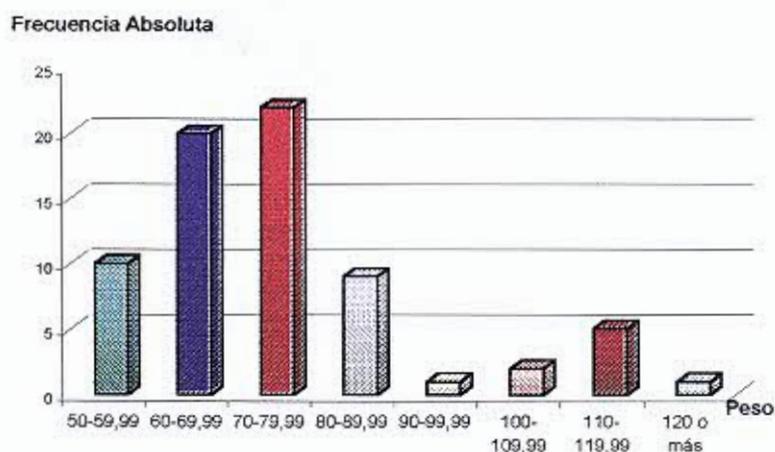
Al elaborar el análisis de las tablas se han tomado en cuenta los datos más relevantes.

**Tabla N°1:** Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: peso. Gral. San Martín Mendoza. Octubre de 2001.

Peso	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Acumulada
50-59,99	10	14,29 %	10
60-69,99	20	28,57 %	30
70-79,99	22	31,42 %	52
80-89,99	9	12,86 %	61
90-99,99	1	1,43 %	62
100-109,99	2	2,86 %	64
110-119,99	5	7,14 %	69
120 o más	1	1,43 %	70
<b>TOTAL</b>	<b>70</b>	<b>100,00%</b>	

Fuente: Elaboración propia, sobre la base de instrumento propio, encuesta.

### Gráfico I:



Al realizar el análisis de los datos el 31,42% del personal de enfermería se encuentra con un promedio entre 70-79,99 kg; un 28,57% entre 60-69,99 kg y 14,29% entre 50-59,99 kg.

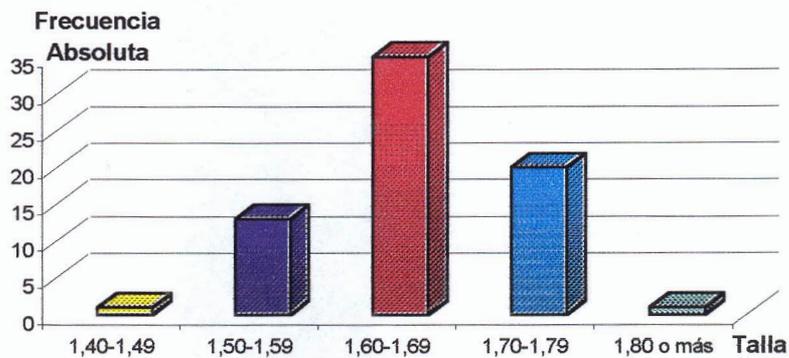
Se encuentra una media de 75,29% y una Desviación Standard de 60,05.

**Tabla N°2:** Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: talla. Gral. San Martín Mendoza. Octubre de 2001.

Talla	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Acumulada
1,40-1,49	1	1,43 %	1
1,50-1,59	13	18,57 %	14
1,60-1,69	35	50,00 %	49
1,70-1,79	20	28,57 %	69
1,80 o más	1	1,43 %	70
<b>TOTAL</b>	<b>70</b>	<b>100,00 %</b>	

Fuente: Elaboración propia, sobre la base de instrumento propio, encuesta.

**Gráfico II:**



El 50% del personal encuestado mide entre 1,60 – 1,69 mts., un 28,57% entre 1,70 y 1,79 mts. y un 18,57% entre 1,50 – 1,59 mts.

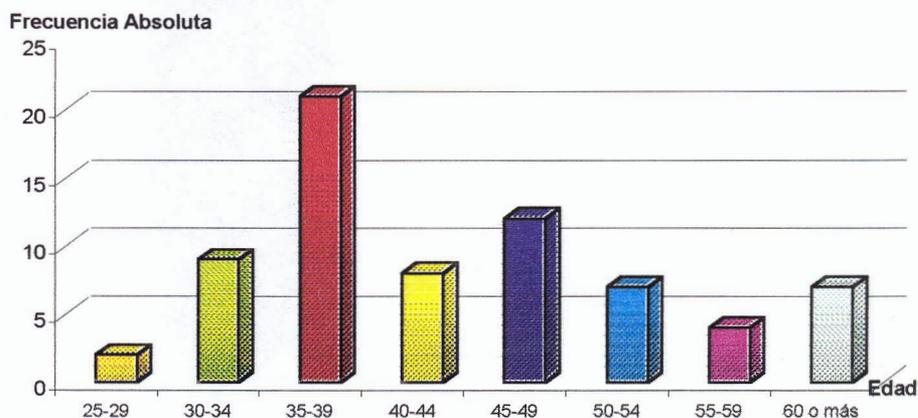
Se encuentra una media de 1,66 y una Desviación Standard de 25,99.

**Tabla N°3:** Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: edad. Gral. San Martín Mendoza. Octubre de 2001.

Edad	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Acumulada
25-29	2	2,86 %	2
30-34	9	12,86 %	11
35-39	21	30,00 %	32
40-44	8	11,43 %	40
45-49	12	17,14 %	52
50-54	7	10,00 %	59
55-59	4	5,71 %	63
60 o más	7	10,00 %	70
<b>TOTAL</b>	<b>70</b>	<b>100,00 %</b>	

Fuente: Elaboración propia, sobre la base de instrumento propio, encuesta.

**Gráfico III:**



El 30% del personal se encuentra comprendido entre 35 – 39 años de edad, un 17,14% entre 45 – 49 y un 12,86% entre 30 y 34 años.

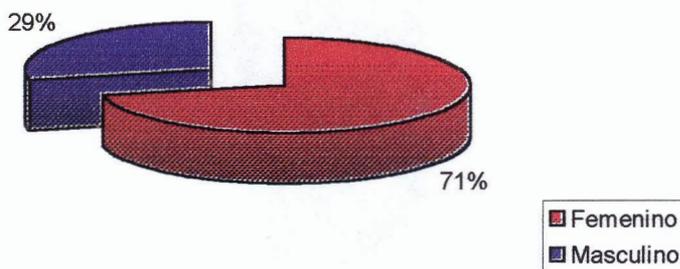
Se identifica una media de 43,50 y una desviación Standard de 11,89.

**Tabla N°4:** Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: sexo. Gral. San Martín Mendoza. Octubre de 2001.

Sexo	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa
Femenino	50	71,43 %
Masculino	20	28,57 %
<b>TOTAL</b>	<b>70</b>	<b>100,00 %</b>

Fuente: Elaboración propia, sobre la base de instrumento propio, encuesta.

**Gráfico IV:**



Se observa un alto porcentaje, 71,43% de personal de sexo femenino, siendo el sexo masculino el 28,57%.

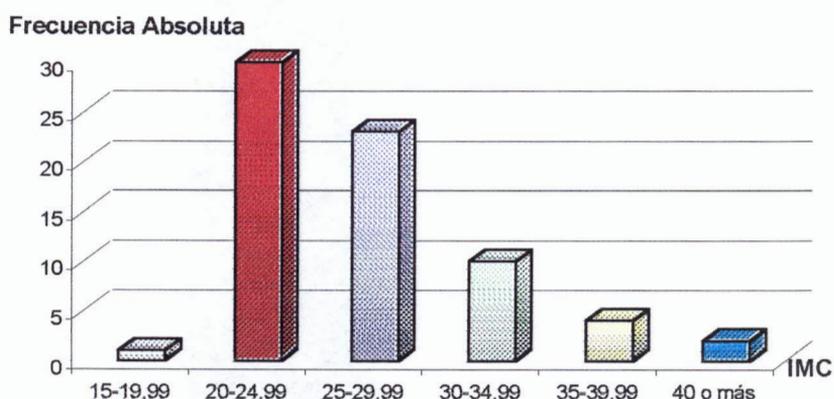
Se encuentra un modo Femenino y un coeficiente de variación de 28,57%.

**Tabla N°5:** Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: Índice de Masa Corporal. Gral. San Martín Mendoza. Octubre de 2001.

IMC	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Acumulada
15-19,99	1	1,43 %	1
20-24,99	30	42,86 %	31
25-29,99	23	32,86 %	54
30-34,99	10	14,29 %	64
35-39,99	4	5,71 %	68
40 o más	2	2,85 %	70
<b>TOTAL</b>	<b>70</b>	<b>100,00 %</b>	

Fuente: Elaboración propia, sobre la base de instrumento propio, encuesta.

**Gráfico V:**



El 42,83% de los enfermeros se encuentran con un IMC entre 20 – 24,99; 32,86% entre 25 – 29 y 14,29% entre 30 – 34,99.

Se advierte que el 55,71% del personal encuestado se encuentra comprendido entre un IMC 25-30 y más de 30 esto demuestra que poseen sobrepeso y obesidad.

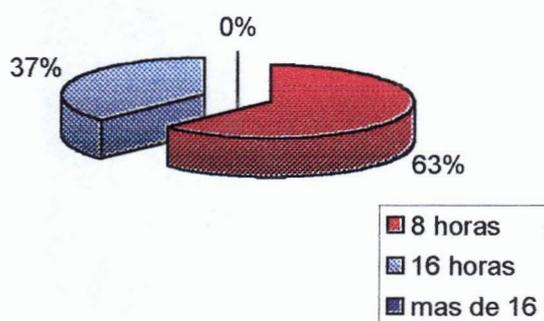
Se identifica una media de 26,93 y una Desviación Standard de 10,37.

**Tabla N°6:** Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: horas de trabajo. Gral. San Martín Mendoza. Octubre de 2001.

Horas de Trabajo	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Acumulada
8 horas	44	62,86 %	44
16 horas	26	37,14 %	70
+ 16	0	0 %	70
<b>TOTAL</b>	<b>70</b>	<b>100,00 %</b>	

Fuente: Elaboración propia, sobre la base de instrumento propio, encuesta.

**Gráfico VI:**



El mayor porcentaje se encuentra en los enfermeros que trabajan 8 hs. (jornada simple), 62,86% y 37,14% en doble jornada.

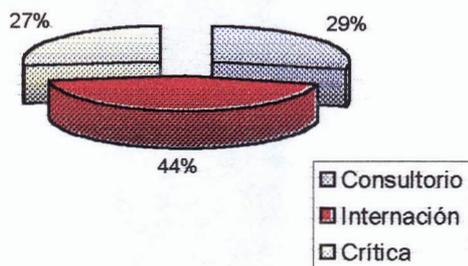
Se encuentra un modo de 8 horas de trabajo con un coeficiente de variación de 37,14%.

**Tabla N°7:** Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: área de desempeño. Gral. San Martín Mendoza. Octubre de 2001.

Área de desempeño	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa
Consultorio	20	28,57 %
Internación	31	44,28 %
Crítica	19	27,14 %
<b>TOTAL</b>	<b>70</b>	<b>100,00 %</b>

**Fuente:** Elaboración propia, sobre la base de instrumento propio, encuesta.

**Gráfico VII:**



El 44,29% del personal encuestado realiza su labor en el área de internación, mientras que el 28,57% en consultorio y el 27,14% en área crítica.

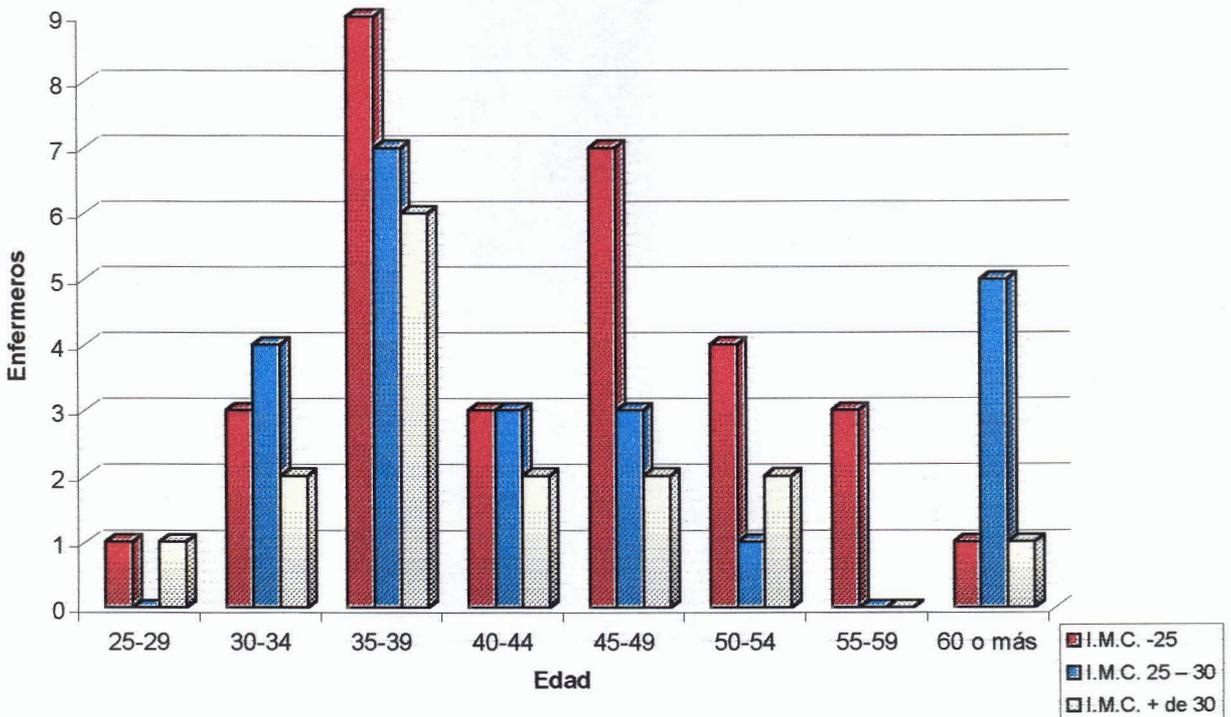
## Análisis Bivariado

**Tabla N°1:** Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: I.M.C. según edad. Gral. San Martín Mendoza. Octubre de 2001.

EDAD	I.M.C.			TOTAL
	- 25	25 – 30	+ de 30	
25-29	1	0	1	2
30-34	3	4	2	9
35-39	9	7	6	22
40-44	3	3	2	8
45-49	7	3	2	12
50-54	4	1	2	7
55-59	3	0	0	3
60 o más	1	5	1	7
<b>TOTAL</b>	<b>31</b>	<b>23</b>	<b>16</b>	<b>70</b>

Fuente: Elaboración propia, sobre la base de instrumento propio, encuesta.

**Gráfico I:**



**Tabla N° 2:** Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: I.M.C. según edad. Gral. San Martín Mendoza. Octubre de 2001.

EDAD	I.M.C.			TOTAL
	- 25	25 – 30	+ de 30	
25-29	3,23 %	0 %	6,25 %	<b>2,85 %</b>
30-34	9,68 %	17,39 %	12,50 %	<b>12,86 %</b>
35-39	29,03 %	30,44 %	37,50 %	<b>31,43 %</b>
40-44	9,68 %	13,04 %	12,50 %	<b>11,43 %</b>
45-49	22,58 %	13,04 %	12,50 %	<b>17,14 %</b>
50-54	12,90 %	4,35 %	12,50 %	<b>10,00 %</b>
55-59	9,68 %	0 %	0 %	<b>4,29 %</b>
60 o más	3,22 %	21,74 %	6,25 %	<b>10,00 %</b>
<b>TOTAL</b>	<b>100,00 %</b>	<b>100,00 %</b>	<b>100,00 %</b>	<b>100,00 %</b>

**Fuente:** Elaboración propia, sobre la base de instrumento propio, encuesta.

**Tabla N° 3:** Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: I.M.C. según edad. Gral. San Martín Mendoza. Octubre de 2001.

EDAD	I.M.C.			TOTAL
	- 25	25 – 30	+ de 30	
25-29	50,00 %	0 %	50,00 %	<b>100,00 %</b>
30-34	33,33 %	44,45 %	22,22 %	<b>100,00 %</b>
35-39	40,91 %	31,82 %	27,27 %	<b>100,00 %</b>
40-44	37,50 %	37,50 %	25,00 %	<b>100,00 %</b>
45-49	58,33 %	25,00 %	16,67 %	<b>100,00 %</b>
50-54	57,14 %	14,29 %	28,57 %	<b>100,00 %</b>
55-59	100,00 %	0 %	0 %	<b>100,00 %</b>
60 o más	14,29 %	71,42 %	14,29 %	<b>100,00 %</b>
<b>TOTAL</b>	<b>44,28 %</b>	<b>32,86 %</b>	<b>22,86 %</b>	<b>100,00 %</b>

**Fuente:** Elaboración propia, sobre la base de instrumento propio, encuesta.

Relacionando los datos de I.M.C con edad observamos que el 29,03 % entre los 35 y 39 años de edad se encuentra con un I.M.C –25, es decir un peso normal.

En tanto un 30,44 % se halla con I.M.C entre 25 – 30 (sobrepeso) y un 37,50 % con un I.M.C +30 (obesidad).

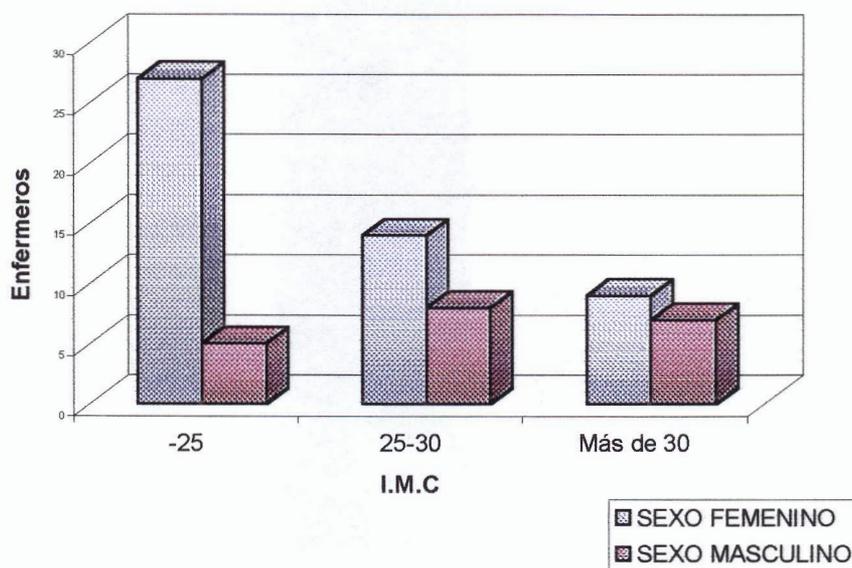
En el intervalo observado es donde se concentra el mayor número de personas encuestadas.

**Tabla N° 4:** Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: sexo según Índice de Masa Corporal. Gral. San Martín Mendoza. Octubre de 2001.

I.M.C.	SEXO		TOTAL
	FEMENINO	MASCULINO	
-25	27	5	32
25-30	14	8	22
Más de 30	9	7	16
<b>TOTAL</b>	<b>50</b>	<b>20</b>	<b>70</b>

**Fuente:** Elaboración propia, sobre la base de instrumento propio, encuesta.

**Gráfico II:**



**Tabla N° 5:** Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: sexo según Índice de Masa Corporal. Gral. San Martín Mendoza. Octubre de 2001.

I.M.C.	SEXO		TOTAL
	FEMENINO	MASCULINO	
-25	54,00 %	25,00 %	45,71 %
25-30	28,00 %	40,00 %	31,43 %
Más de 30	18,00 %	35,00 %	22,86 %
<b>TOTAL</b>	<b>100,00 %</b>	<b>100,00 %</b>	<b>100,00 %</b>

**Fuente:** Elaboración propia, sobre la base de instrumento propio, encuesta.

**Tabla N° 6:** Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: sexo según Índice de Masa Corporal. Gral. San Martín Mendoza. Octubre de 2001.

I.M.C.	SEXO		TOTAL
	FEMENINO	MASCULINO	
-25	84,37 %	15,63 %	100,00 %
25-30	63,64 %	36,36 %	100,00 %
Más de 30	56,25 %	43,75 %	100,00 %
<b>TOTAL</b>	<b>71,43 %</b>	<b>28,57 %</b>	<b>100,00 %</b>

**Fuente:** Elaboración propia, sobre la base de instrumento propio, encuesta.

Observando la relación de I.M.C y sexo el 54% se encuentra con I.M.C -25 y es de sexo femenino mientras que con un I.M.C entre 25-30 el 40% es de sexo masculino y con I.M.C + 30 (obesidad el 35% también es de sexo masculino.

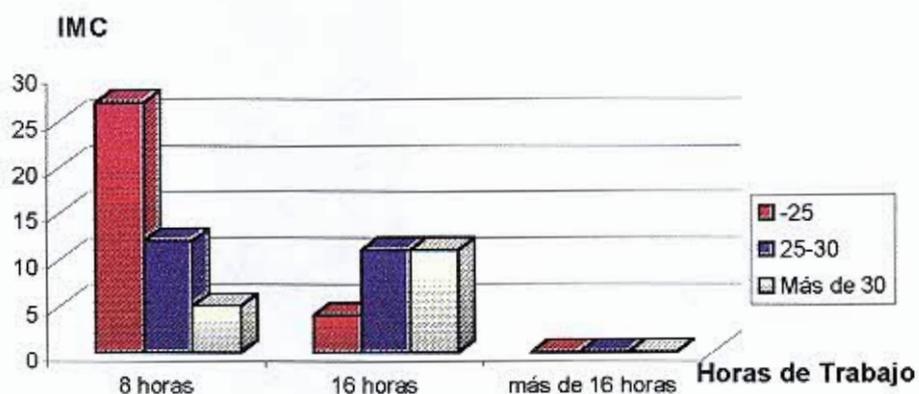
Es notable la cantidad de enfermeros de sexo masculino (75%) con sobrepeso y obesidad, esto podría relacionarse con las costumbres alimentarias ya que el hombre es más proclive a ingerir comidas rápidas y poco elaboradas.

**Tabla N° 7:** Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: horas de trabajo según Índice de Masa Corporal. Gral. San Martín Mendoza. Octubre de 2001.

I.M.C.	HORAS DE TRABAJO			TOTAL
	8 HORAS	16 HORAS	MÁS DE 16 HORAS	
-25	27	4	0	31
25-30	12	11	0	23
Más de 30	5	11	0	16
<b>TOTAL</b>	<b>44</b>	<b>26</b>	<b>0</b>	<b>70</b>

Fuente: Elaboración propia, sobre la base de instrumento propio, encuesta.

**Gráfico III:**



**Tabla N° 8:** Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: horas de trabajo según Índice de Masa Corporal. Gral. San Martín Mendoza. Octubre de 2001.

I.M.C.	HORAS DE TRABAJO			TOTAL
	8 HORAS	16 HORAS	MÁS DE 16 HORAS	
-25	61,36 %	15,38 %	0 %	44,29 %
25-30	27,27 %	42,31 %	0 %	32,86 %
Más de 30	11,37 %	42,31 %	0 %	22,85 %
<b>TOTAL</b>	<b>100,00 %</b>	<b>100,00 %</b>	<b>0 %</b>	<b>100,00%</b>

Fuente: Elaboración propia, sobre la base de instrumento propio, encuesta.

**Tabla N° 9:** Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: horas de trabajo según Índice de Masa Corporal. Gral. San Martín Mendoza. Octubre de 2001.

I.M.C.	HORAS DE TRABAJO			TOTAL
	8 HORAS	16 HORAS	MÁS DE 16 HORAS	
-25	87,10 %	12,90 %	0 %	100,00 %
25-30	52,17 %	47,83 %	0 %	100,00 %
Más de 30	31,25 %	68,75 %	0 %	100,00 %
<b>TOTAL</b>	<b>62,86 %</b>	<b>37,14 %</b>	<b>0 %</b>	<b>100,00 %</b>

Fuente: Elaboración propia, sobre la base de instrumento propio, encuesta.

Relacionando los datos de IMC con las horas de trabajo diario encontramos que dentro del IMC - 25, lo que nos indica una relación peso - talla normal, el mayor porcentaje 61,36% se encuentra entre el personal que trabaja 8 horas; frente a un 15,38% con doble jornada.

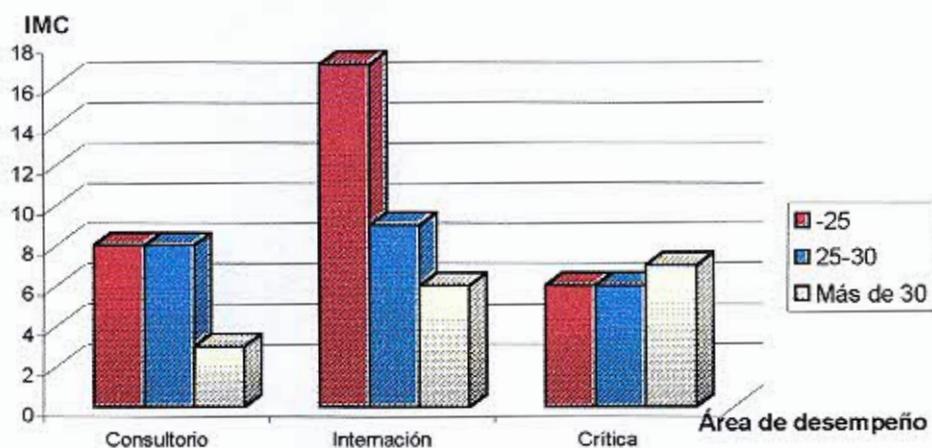
Existe un alto porcentaje de enfermeros con doble jornada laboral que presentan sobrepeso, 42,31% versus 27,27% con jornada simple lo mismo ocurre con el IMC + 30 (obesidad) el 42,31% es el personal con doble jornada laboral y el 11,37% con jornada simple.

**Tabla N° 10:** Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: área de desempeño según Índice de Masa Corporal. Gral. San Martín Mendoza, Octubre de 2001.

I.M.C.	ÁREA DE DESEMPEÑO			TOTAL
	Consultorio	Internación	Crítica	
-25	8	17	6	31
25-30	8	9	6	23
Más de 30	3	6	7	16
<b>TOTAL</b>	<b>19</b>	<b>32</b>	<b>19</b>	<b>70</b>

Fuente: Elaboración propia, sobre la base de instrumento propio, encuesta.

**Gráfico IV:**



**Tabla N° 11:** Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: área de desempeño según Índice de Masa Corporal. Gral. San Martín Mendoza. Octubre de 2001.

I.M.C.	ÁREA DE DESEMPEÑO			TOTAL
	Consultorio	Internación	Crítica	
-25	42,11 %	53,13 %	31,58 %	44,79 %
25-30	42,11 %	28,12 %	31,58 %	32,86 %
Más de 30	15,78 %	18,75 %	36,84 %	22,85 %
<b>TOTAL</b>	<b>100,00 %</b>	<b>100,00 %</b>	<b>100,00 %</b>	<b>100,00 %</b>

Fuente: Elaboración propia, sobre la base de instrumento propio, encuesta.

**Tabla N° 12:** Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: área de desempeño según Índice de Masa Corporal. Gral. San Martín Mendoza. Octubre de 2001.

I.M.C.	ÁREA DE DESEMPEÑO			TOTAL
	Consultorio	Internación	Crítica	
-25	25,81 %	54,84 %	19,35 %	100,00 %
25-30	34,78 %	39,13 %	26,09 %	100,00 %
Más de 30	18,75 %	37,50 %	43,75 %	100,00 %
<b>TOTAL</b>	<b>27,14 %</b>	<b>45,72 %</b>	<b>27,14 %</b>	<b>100,00 %</b>

Fuente: Elaboración propia, sobre la base de instrumento propio, encuesta.

Analizando la tabla de masa corporal relacionado con el área de desempeño, encontramos que el personal de enfermería comprendido dentro de un IMC – 25, lo que indica un peso normal, se encuentra distribuido en las áreas internación 53,13%, consultorio 42,11% y crítica 31,58%.

Mientras que el personal con IMC entre 25-30 (sobrepeso), se distribuye de la siguiente manera; 42,11% en consultorio, 31,58% en área crítica y 28,12% en internación.

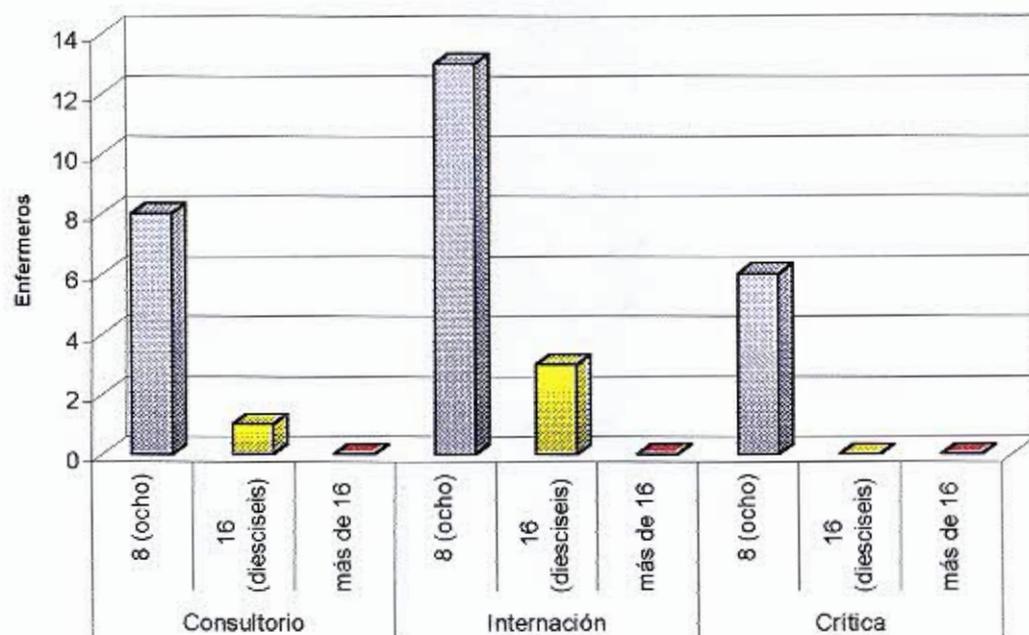
Con un IMC +30 (obesidad) existe predominio en el área crítica con un 36,84% del personal, en tanto en internación comprende el 18,75% y consultorio el 15,78%.

**Tabla N° 13:** Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: área de desempeño y horas de trabajo según Índice de Masa Corporal. Gral. San Martín Mendoza. Octubre de 2001.

I.M.C.	ÁREA DE DESEMPEÑO									TOTAL
	Consultorio			Internación			Crítica			
	8	16	+16	8	16	+16	8	16	+16	
-25	8	1	0	13	3	0	6	0	0	31
<b>TOTAL</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>13</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>31</b>

Fuente: Elaboración propia, sobre la base de instrumento propio, encuesta.

**Gráfico V:**

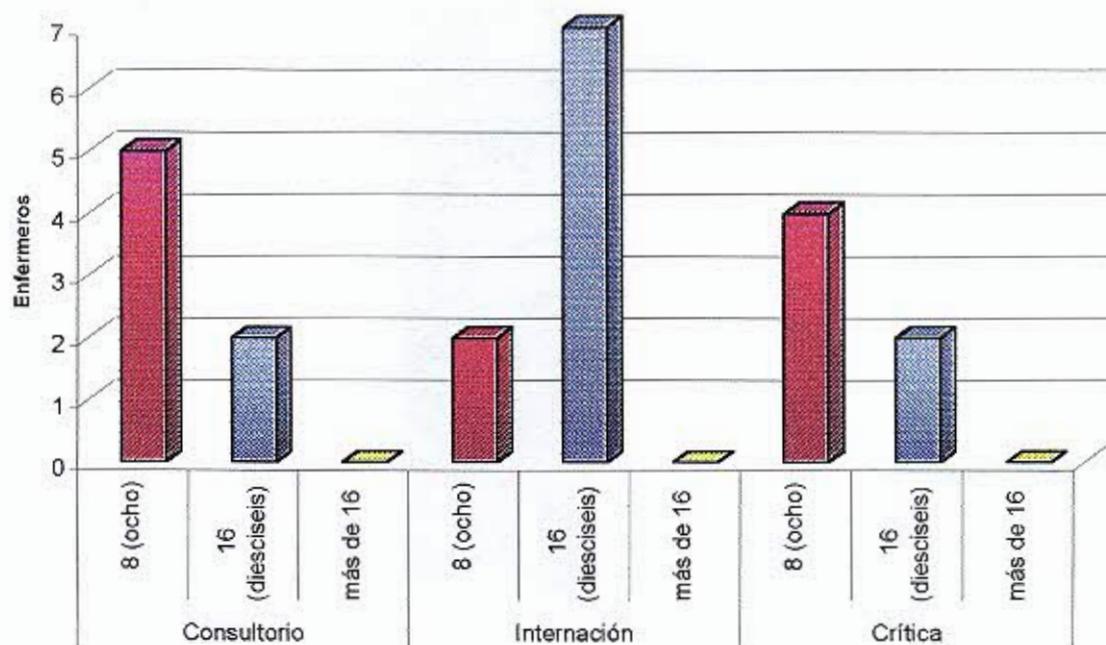


**Tabla N° 14:** Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: área de desempeño y horas de trabajo según Índice de Masa Corporal. Gral. San Martín Mendoza. Octubre de 2001.

I.M.C.	ÁREA DE DESEMPEÑO									TOTAL
	Consultorio			Internación			Crítica			
	8	16	+16	8	16	+16	8	16	+16	
25 - 30	5	2	0	2	7	0	4	2	0	22
<b>TOTAL</b>	5	2	0	2	7	0	4	2	0	22

Fuente: Elaboración propia, sobre la base de instrumento propio, encuesta.

**Gráfico VI:**

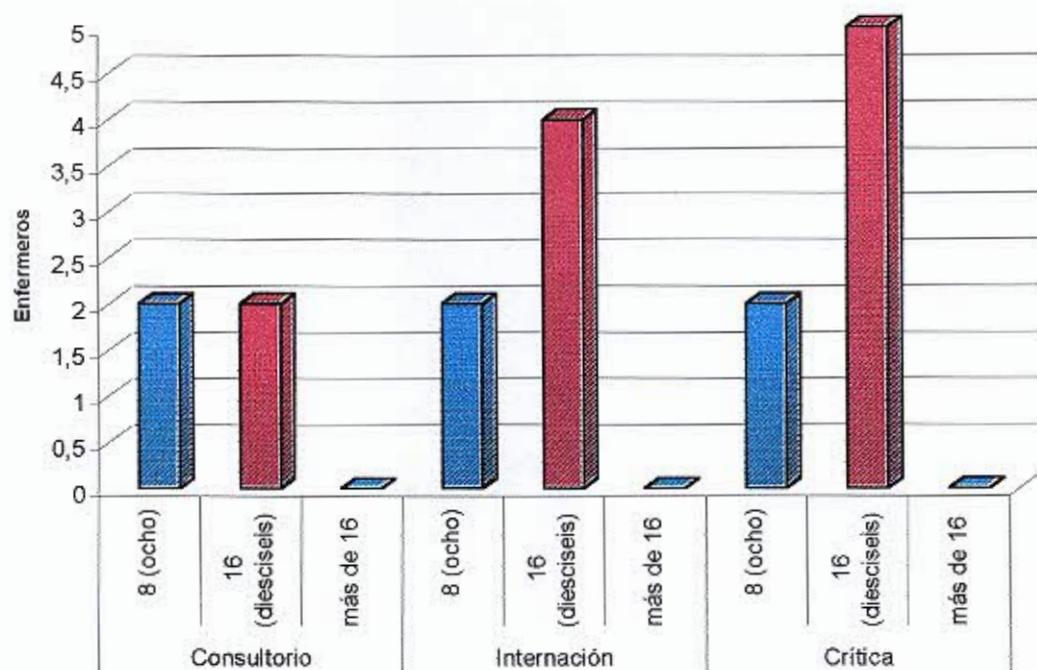


**Tabla N° 15:** Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: área de desempeño y horas de trabajo según Índice de Masa Corporal. Gral. San Martín Mendoza. Octubre de 2001.

I.M.C.	ÁREA DE DESEMPEÑO									TOTAL
	Consultorio			Internación			Crítica			
	8	16	+16	8	16	+16	8	16	+16	
+ 30	2	2	0	2	4	0	2	5	0	17
<b>TOTAL</b>	2	2	0	2	4	0	2	5	0	17

Fuente: Elaboración propia, sobre la base de instrumento propio, encuesta.

**Gráfico VII:**



**Tabla N° 16:** Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: área de desempeño y horas de trabajo según Índice de Masa Corporal. Gral. San Martín Mendoza. Octubre de 2001.

I.M.C.	ÁREA DE DESEMPEÑO									TOTAL
	Consultorio			Internación			Crítica			
	8	16	+16	8	16	+16	8	16	+16	
-25	25,81%	3,22%	0 %	41,94%	9,68%	19,35%	0 %	0 %	0 %	100,00%
<b>TOTAL</b>	<b>25,81%</b>	<b>3,22%</b>	<b>0 %</b>	<b>41,94%</b>	<b>9,68%</b>	<b>19,35%</b>	<b>0 %</b>	<b>0 %</b>	<b>0%</b>	<b>100,00%</b>

Fuente: Elaboración propia, sobre la base de instrumento propio, encuesta.

**Tabla N° 17:** Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: área de desempeño y horas de trabajo según Índice de Masa Corporal. Gral. San Martín Mendoza. Octubre de 2001.

I.M.C.	ÁREA DE DESEMPEÑO									TOTAL
	Consultorio			Internación			Crítica			
	8	16	+16	8	16	+16	8	16	+16	
25 – 30	22,73%	9,09%	0 %	9,09%	31,82	0 %	18,18%	9,09%	0 %	100,00%
<b>TOTAL</b>	<b>22,73%</b>	<b>9,09%</b>	<b>0 %</b>	<b>9,09%</b>	<b>31,82</b>	<b>0 %</b>	<b>18,18%</b>	<b>9,09%</b>	<b>0%</b>	<b>100,00%</b>

Fuente: Elaboración propia, sobre la base de instrumento propio, encuesta.

**Tabla N° 18:** Enfermeros del Hospital Alfredo Italo Perrupato por: área de desempeño y horas de trabajo según Índice de Masa Corporal. Gral. San Martín Mendoza. Octubre de 2001.

I.M.C.	ÁREA DE DESEMPEÑO									TOTAL
	Consultorio			Internación			Crítica			
	8	16	+16	8	16	+16	8	16	+16	
+ 30	11,77%	11,77%	0 %	11,77%	23,53%	0 %	11,77%	29,41%	0 %	100,00%
<b>TOTAL</b>	<b>11,77%</b>	<b>11,77%</b>	<b>0 %</b>	<b>11,77%</b>	<b>23,53%</b>	<b>0 %</b>	<b>11,77%</b>	<b>29,41%</b>	<b>0%</b>	<b>100,00%</b>

Fuente: Elaboración propia, sobre la base de instrumento propio, encuesta.

Con respecto al área de desempeño podemos confirmar que el 41,94% del personal que trabaja en el área de internación con 8 horas diarias poseen un I.M.C –25 (peso normal).

Las personas que se encuentran con un I.M.C entre 25-30 (sobrepeso) el que mayor porcentaje presenta es el área de internación con un 31,82 %, cumpliendo sus funciones 16 horas diarias.

El 29,41% de los enfermeros que se encuentran con un I.M.C + 30 (obesidad) trabajan 16 horas en el área crítica.

De lo expuesto podemos deducir que existe mayor probabilidad de obesidad a mayor cantidad de horas trabajadas por día, en áreas de mayor intensidad de cuidados de enfermería.

## Conclusiones y Recomendaciones

Esta investigación ha resultado ser para nosotros un desafío porque no sólo nos ha permitido detectar problemas, sino también determinar posibles soluciones, con el consiguiente compromiso de emprender tareas para buscar respuestas y poder de ésta forma satisfacer necesidades específicas del ser humano.

Como ya se ha explicado, el sobrepeso influye negativamente en el ser humano tanto física como psíquicamente, alterando también su desempeño laboral.

A través de este estudio comprobamos que el 71,43% del personal encuestado es de sexo femenino.

El mayor porcentaje de enfermeros encuestados 30% se encuentran en el intervalo entre 35 y 39 años de edad.

Al relacionar el peso y la talla se logró identificar el índice de masa corporal, observándose un mayor porcentaje de personal con sobrepeso y obesidad en comparación con los que poseen un peso normal.

Al elaborar el análisis de los datos comprobamos que en la medida que el personal trabaja más cantidad de horas por día, esto influye directamente en el sobrepeso.

Con respecto al área de desempeño se observa que a mayor nivel de cuidados existe más probabilidad de obesidad, esto podría relacionarse con la ansiedad que vive el personal de enfermería constantemente en éstas áreas.

Al conocer que existe una marcada influencia de sobrepeso y obesidad en el personal que trabaja doble jornada, sería conveniente concientizar a los mismos de la importancia de llevar a cabo un régimen alimenticio adecuado a las necesidades corporales, a pesar de la escasa disponibilidad horaria y en estos momentos, económica.

Son pocas las personas obesas que podrán lograr su peso ideal desde el punto de vista estético. Se les puede decir que es probable que una disminución de peso leve les ayudará a vivir más y mejor.

Es de vital importancia que las personas conozcan cuales son los riesgos de mantener un sobrepeso en forma permanente. Es necesaria la aceptación de la situación para buscar la solución y lograr el éxito a largo plazo.

Se debe incentivar los cambios en el estilo de vida a través de la educación y la información y remarcar la necesidad de encarar un tratamiento con una participación

activa, debe sentirse dueño y responsable del mismo. Para esto deben tenerse en cuenta diferentes aspectos:

- Hay que replantear la forma de comunicarse y relacionarse con las personas que lo rodean, sobre todo prestando atención a aquellos puntos de la relación que puedan actuar como disparadores de un comer inadecuado.
- Limitar la exposición a los estímulos que favorecen un comer desordenado.
- Al establecer desde el comienzo, la búsqueda de un rango de peso y un descenso razonable, es importante para evitar frustraciones y en muchas ocasiones, desórdenes de la alimentación por intentar ir en contra de la biología, buscando descensos o realizarlos a un ritmo no adecuado.
- Consolidar los logros en que se van consiguiendo en cada etapa del proceso y fortalecer los recursos para la prevención de la recaída.
- Sugerir un aumento en el movimiento de su vida cotidiana, usar escaleras en lugar del ascensor, caminar una o dos paradas antes de tomar el colectivo.
- Lograr apoyo por parte de la familia, grupo de trabajo y amigos.
- Incentivar la incorporación de ejercicios de moderada intensidad y de corta duración.
- Estimular a sumar tiempo de movimiento a lo largo del día, en lugar de hacer toda la actividad de una vez.

Sería beneficioso dar a conocer los resultados de este estudio no tan sólo al personal afectado sino también al resto, para que tome conciencia y pueda adoptar medidas preventivas que van a mejorar su calidad de vida.

## *ANEXO I*



## *ANEXO II*







### ANEXO III

#### Referencia de la codificación de la tabla madre

<b>PESO</b>	<b>TALLA</b>
a- 45 – 54.99 b- 55 – 64.99 c- 65 – 74.99 d- 75 – 84.99 e- 85 – 94.99 f- 95 – 104.99 g- 105 o +	a- 1.50 – 1.54 b- 1.55 – 1.59 c- 1.60 – 1.64 d- 1.65 – 1.69 e- 1.70 – 1.74 f- 1.75 – 1.79 g- 1.80 – 1.79 h- 1.80 o +
<b>EDAD</b>	<b>SEXO</b>
a- 20 – 24.99 b- 25 – 29.99 c- 30 – 34.99 d- 35 – 39.99 e- 40 – 44.99 f- 45 – 49.99 g- 50 – 54.99 h- 55 – 59.99 i- 60 o +	a- Masculino b- Femenino
<b>ÍNDICE DE MASA CORPORAL</b>	
a- - 25 b- 25 – 30 c- + 30	
<b>HORAS DE TRABAJO</b>	<b>ÁREA DE DESEMPEÑO</b>
a- 8 horas. b- 16 horas. c- Más de 16 horas	a- Área Consultorio. b- Área de Internación. c- Área Crítica

## ANEXO IV

**Matriz de Datos:** Enfermeros del Hospital Alfredo I. Perrupato por peso, talla, edad, sexo e índice de masa corporal. Gral. San Martín Mza. - Octubre 2001

N° Encuesta	PESO 1			TALLA 2			EDAD 3			SEXO 4			IMC 5			Horas de Trabajo 6			Area de desempeño 7			
	a	b	c	a	b	c	a	b	c	a	b	c	a	b	c	a	b	c	a	b	c	
1																						
2																						
3																						
4																						
5																						
6																						
7																						
8																						
9																						
10																						
11																						
12																						
13																						
14																						
15																						
16																						
17																						
18																						
19																						
20																						
21																						
22																						
23																						
24																						
25																						
26																						
27																						
28																						
29																						
30																						
31																						
32																						
33																						
34																						



## ANEXO V

**Tabla Matriz:** Enfermeros del Hospital Alfredo I. Perrupato por peso, talla, edad, sexo, Masa Corporal (IMC), horas de trabajo y área de desempeño. Gral. San Martín Mendoza. Octubre de 2001.

Nº	Peso	Talla	Edad	Sexo		IMC	Horas de Trabajo			Área de Trabajo		
				F	M		8	16	+16	Cons.	Int.	Crít.
1	116	1,70	36		X	40,14		X		X		
2	68	1,55	37	X		28,33		X			X	
3	64	1,70	39	X		22,15		X			X	
4	117	1,72	34		X	39,52		X				X
5	100	1,80	28		X	30,86		X				X
6	90	1,73	46		X	30,10		X		X		
7	70	1,60	49	X		27,34		X			X	
8	110	1,79	39		X	34,37		X			X	
9	74	1,70	40		X	36,60		X				X
10	83	1,62	42	X		31,68		X				X
11	120	1,76	52		X	38,33		X			X	
12	67	1,54	32	X		28,27		X				X
13	78	1,60	41	X		30,74		X				X
14	69	1,63	31	X		25,99		X			X	
15	79	1,68	30		X	28,01		X		X		
16	100	1,66	37	X		36,36		X			X	
17	84	1,72	39		X	28,38		X			X	
18	89	1,74	39	X		29,40		X		X		
19	110	1,64	37	X		41,04		X			X	
20	58	1,61	34	X		22,39		X			X	
21	86	1,71	36		X	29,45		X			X	
22	110	1,74	32		X	36,30		X				X
23	65	1,60	39	X		25,39		X			X	
24	51	1,41	37	X		26,63		X			X	
25	62	1,60	39	X		24,60		X		X		
26	61	1,62	43	X		23,28		X			X	
27	65	1,62	48	X		24,81	X					X
28	75	1,60	36	X		29,29	X					X
29	70	1,73	54	X		23,46	X					X
30	60	1,59	55	X		23,71	X			X		
31	60	1,58	58		X	24,00	X			X		
32	72	1,73	50		X	24,08	X				X	
33	78	1,68	45		X	27,66	X					X
34	65	1,62	53	X		24,80	X				X	
35	75	1,68	43		X	26,60	X					X
36	50	1,60	37	X		22,22	X				X	
37	67	1,68	45	X		23,76	X					X
38	71	1,75	60		X	23,20	X					X
39	74	1,60	52	X		28,90	X			X		
40	59	1,60	32	X		23,05	X			X		
41	70	1,68	43	X		24,82	X				X	
42	70	1,62	32	X		26,72	X			X		
43	78	1,58	59	X		32,32	X				X	

N°	Peso	Talla	Edad	Sexo		IMC	Horas de Trabajo			Área de Trabajo		
				F	M		8	16	+16	Cons.	Int.	Crit.
44	62	1,58	59	X		24,80	X			X		
45	67	1,69	27		X	23,51	X				X	
46	60	1,64	37	X		22,38	X				X	
47	50	1,60	37	X		19,53	X				X	
48	67	1,76	38	X		21,68	X					X
49	50	1,52	39	X		21,65	X				X	
50	58	1,60	30	X		22,65	X				X	
51	55	1,58	38	X		22,00	X				X	
52	63	1,59	49	X		25,00	X			X		
53	80	1,65	64		X	29,41	X			X		
54	64	1,52	60	X		27,70	X					X
55	67	1,72	46	X		22,64	X					X
56	82	1,65	46	X		30,15	X					X
57	50	1,50	38	X		22,22	X				X	
58	70	1,75	42	X		22,88	X			X		
59	81	1,62	50	X		30,92	X				X	
60	75	1,62	60	X		28,62	X				X	
61	70	1,72	54	X		23,65	X			X		
62	78	1,78	45	X		24,60	X				X	
63	80	1,57	60	X		32,52	X			X		
64	72	1,70	45		X	24,91	X			X		
65	70	1,68	60		X	28,82	X				X	
66	72	1,68	60	X		25,53	X			X		
67	81	1,62	35	X		30,92	X					X
68	68	1,67	49	X		24,37	X				X	
69	78	1,65	42	X		28,68	X			X		
70	53	1,50	46	X		23,55	X			X		
<b>Total</b>				<b>50</b>	<b>20</b>		<b>44</b>	<b>26</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>31</b>	<b>19</b>

**Fuente:** Elaboración propia, sobre la base de instrumento propio, encuesta.

## **Bibliografía**

- Braguinsky, Jorge. Obesidad. 2<sup>da</sup> edición, Buenos Aires. El Ateneo, 1996. 394 páginas.
- Canales, F.H. de, Alvarado, E. L. De, Pineda, E. B., Metodología de la Investigación. OPS. OMS. 1986. 327 páginas.
- Demo, Pedro. Investigación participante, Mito y realidad, Buenos Aires, Kapeluz.
- Díaz, Gómez y otros, Hábitos alimentarios de una población obesa. Publicación de La Castellana, s.f., Madrid.
- García Manzanedo, H. Manual de Investigación Aplicada a Servicios Sociales y de Salud. Prensa médica Mexicana. México, 1985.
- La Fuente, Enciclopedia concisa ilustrado. España, R. Sopena S.A. 1974.
- Longo, Elsa N., Técnica Dietoterápica. Buenos Aires, El Ateneo, 1994.
- Polit – Hungler. Investigación Científica. 5<sup>ta</sup> edición, México, Interamericana, 1997. 701 páginas.
- Tamayo y Tamayo, M. El Proceso de Investigación Científica. Limusa, 1981.
- Apuntes del curso de Estadística. Escuela de Enfermería, Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Nacional de Cuyo. 2001.
- Apuntes de la cátedra de Investigación. Escuela de Enfermería, Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Nacional de Cuyo. 2001.
- Apuntes de la cátedra de Nutrición. Universidad Juan Agustín Maza. 2000.
- Apuntes de la cátedra de Psicología. Disfunciones de la Alimentación. Universidad Nacional de San Luis. 2000.
- Artículo de Internet: <http://www.bosleymc.com>.
- Artículo de Internet: <http://www.encolombia.com>.
- Artículo de Internet: <http://www.paidopsiquiatria.com>.