



325 - OBESIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO: IMPLEMENTACIÓN DE UN MODELO INTEGRAL EN EL HOSPITAL. PROGRAMA PILOTO. "CUIDA EL TEU PES"

L. Alonso¹, M. Doménech², G. Salmerón², V. Olivé², M. Caballero¹, J. Vidal¹ y A. de Hollanda¹

¹Servicio de Endocrinología y Nutrición, Hospital Clínic de Barcelona. ²Servicio de Salud Laboral, Hospital Clínic de Barcelona.

Resumen

Introducción y objetivos: El entorno laboral es clave para promover la salud. El sedentarismo, los turnos nocturnos, el estrés y la oferta alimentaria poco saludable contribuyen al desarrollo de obesidad. El objetivo de este estudio fue evaluar la eficacia de una intervención multidisciplinar enfocada en el tratamiento global de la obesidad en el ámbito laboral hospitalario.

Métodos: Se diseñó un programa piloto multidisciplinar de 1 año para trabajadores del hospital con obesidad que incluyó visitas individuales médicas, nutricionales y de actividad física y 10 sesiones grupales de educación nutricional, evaluando a los participantes mediante análisis clínicos, bioimpedancia y cuestionarios.

Resultados: Se presentan resultados preliminares basales y a los 3 y 6 meses de seguimiento. Participaron 65 trabajadores (90% mujeres), con una edad media de 47,8 años e IMC inicial de 33,7 kg/m². Las principales categorías laborales fueron TCAI (27,7%), enfermería (24,6%) y personal administrativo (20%). El 9,2% trabajaba en turnos nocturnos. El 67% presentaba complicaciones mecánicas, 29% hipertensión arterial, 24% dislipemia y 26% trastorno adaptativo. El 71% inició tratamiento farmacológico (liraglutida 44%, semaglutida 49%, tirzepatida 6,7%). A los 3 meses, la pérdida de peso (PP) fue de 2,2 kg (1,30%) sin medicación y 4,3 kg (5%) con medicación ($p = 0,006$). A los 6 meses la PP fue de 2,4 kg sin medicación (0,78%) y 7,2 kg con medicación (9%) ($p = 0,011$). La pérdida de masa grasa fue mayor en el grupo con medicación. Se observaron mejoras en parámetros analíticos en ambos grupos tanto a nivel de metabolismo de glucosa como de lípidos. La adherencia al programa fue del 76,9% y la satisfacción global 8,7/10.

Conclusiones: Los resultados preliminares sugieren que una intervención multidisciplinar para el abordaje de la obesidad en el ámbito laboral hospitalario es factible, bien valorada y efectiva.

Financiación: Este proyecto contó con una beca no condicionada de Novo Nordisk.