

Medio	EL MERCURIO CUERPO B
Fecha	21/11/2016
Mención	Costo laboral de un trabajador obeso es seis veces mayor que el de uno con peso normal. Mención a la UAH.

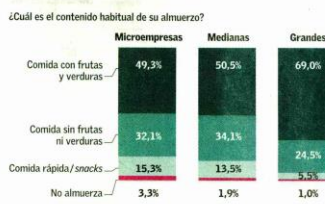
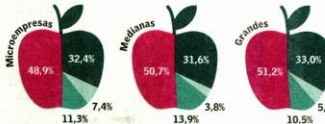
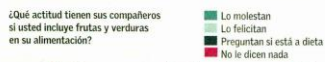
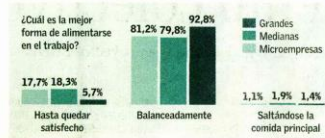
LAS MISMAS EMPRESAS SON EL RECINTO IDEAL PARA TOMAR MEDIDAS DESTINADAS A EDUCAR Y EVITAR ESTA CONDICIÓN:

Costo laboral de un trabajador obeso es seis veces mayor que el de uno con peso normal

Las personas con altos índices de masa corporal se ausentan en promedio 1,37 días al mes, mientras que quienes tienen una talla normal solo lo hacen 0,12 día.

Hábitos de alimentación durante la jornada laboral

Según tamaño de la empresa*



Fuente: Encuesta Nacional de Salud del Ministerio de Salud (2010). "Brecha en los costos laborales debido a la obesidad de los trabajadores", del docente de la Universidad de Talca, José Antonio Tello Avila (2015). OCDE (2010). Encuesta a 500 comercios de expendio de alimentos, Edeber (2014). *Encuesta OIT a 1.227 trabajadores en Chile (2012).

Muchos trabajadores asocian el comer frutas y verduras con estar haciendo dieta

"Entre los hábitos más comunes y con alto impacto en la prevalencia de la obesidad, destaca la ingesta de comida de alta densidad energética", señala Julieta Klaassen, médico del Centro de Tratamiento de la Obesidad de la red de salud UC Christus. Lo cierto es que la conducta alimentaria de los trabajadores en Chile dista de ser saludable, según lo recoge una encuesta de la OIT realizada hace cuatro años a 1.227 personas.

Entre los resultados se destaca que el 32,1%

los empleados en las microempresas almuerza habitualmente sin frutas y verduras, mientras el 15,3% ingiere un *snack* o comida rápida y un 3,3% simplemente no almuerza. En el caso de las grandes empresas, los indicadores se mueven a 24,5%, 5,5% y 1%, respectivamente.

Además, al incluir frutas y verduras en la dieta, prácticamente un tercio de los compañeros de trabajo pregunta si están haciendo algún tipo de régimen, independientemente del tamaño de la organización.

Mineros requieren hoy menor ingesta calórica con automatización

67% de la población adulta tiene un exceso de peso. Considerando la actual fuerza laboral, son más de 9.700 los trabajadores con sobrepeso u obesidad en el país.

1,37 días se ausentan, en promedio, las personas obesas a su trabajo, mientras quienes tienen un peso normal lo hacen solo 0,12 días.

76% de quienes tienen menos de 8 años de escolaridad presenta obesidad y sobrepeso. Mientras, la cifra se reduce al 6,1% entre quienes tienen más de 12 años de educación.

20% de pérdidas en productividad puede generar la alimentación no adecuada de los trabajadores.

4 de cada 10 trabajadores no consideran que tienen un almuerzo de calidad, ya que no incluye verduras y frutas en forma habitual, entre otras debilidades.

68% de los establecimientos que sirven almuerzo a trabajadores ofrece al menos una opción de menú saludable.

En el estudio de la OIT de 2012, se identificó al sector transporte y forestal como las industrias donde la alimentación de los trabajadores es más precaria. "En la minería, la ingesta calórica excedía el gasto energético requerido, como consecuencia de los avances en los sistemas productivos", agrega Carmen Bueno, especialista en seguridad y salud en el trabajo de la OIT para el Cono Sur de América Latina.



**MARÍA DE LOS ÁNGELES
PATTILLO**

El 67% de la población adulta en Chile tiene exceso de peso, según la última Encuesta Nacional de Salud realizada por el Ministerio de Salud en 2010. “Considerando los datos de fuerza laboral del INE del año 2016, que habla de 8.600 personas, se puede estimar que existen más de 5.700 trabajadores con potencial sobrepeso y obesidad en el país”, destaca Patricio Castro, asesor del departamento de salud ocupacional del Ministerio de Salud y director nacional del Colegio de Nutricionistas Universitarios de Chile.

Según explica la nutrióloga y diabetóloga del Centro de Tratamiento de la Obesidad de la Red de Salud UC Christus, Julieta Klaassen, un adulto debiera tener un índice de masa corporal de entre 20 y 25 kilos/m². Se considera sobrepeso hasta 30 kilos/m² y obesidad, sobre dicho límite.

Los trabajadores obesos significan en promedio un costo 6,34 veces más alto para su empleador respecto de quienes no cuentan con dichas características, según un estudio realizado en la Facultad de Economía y Negocios de la Universidad de Talca el año pasado, considerando a 199 personas.

“Las patologías crónicas vinculadas a la mala alimentación van inevitablemente asociadas al ausentismo, lo que perjudica la productividad empresarial”, explica Carmen Bueno, especialista en seguridad y salud en el trabajo de la OIT para el Cono Sur de América Latina. Según se detalla en la investigación de la Universidad de Talca, quienes son obesos se ausentan en promedio 1,37 días al mes, mientras que aquellos que tienen peso normal solo lo hacen 0,12 día.

Para Daniela Godoy, consultora de la FAO y fundadora del movimiento Desarrollo Saludable, la contratación de trabajadores efectivamente se ve afectada por dicha condición. “Las empresas prefieren candidatos de peso normal, debido a las expectativas de mayor eficiencia”, dice la ejecutiva.

Según datos de la OIT, una alimentación no adecuada puede generar pérdidas en la productividad de 20%. En 2012, en tanto, la OCDE publicó un reporte donde se destacaba que quienes sufren de obesidad pueden ganar hasta 18% menos que el resto de sus compañeros.

El impacto del lugar

Las empresas son el recinto ideal donde se pueden tomar medidas para disminuir la prevalencia de esta condición. Así lo cree Godoy: “Tal como las escuelas, los lugares de trabajo son ambientes de desarrollo. Estos espacios facilitan

la implementación de políticas, ya que implican la intervención del ambiente completo y no solo de una persona”, dice.

Sin embargo, en un estudio de este año del área social comunitaria de la Universidad Alberto Hurtado —que consideró discusiones grupales sobre este tema— se da cuenta de los problemas que se generan en las organizaciones. “Sobre todo los participantes adultos mencionan el ambiente laboral como un lugar de discriminación, identificando prácticas bastante ex-

plícitas como, por ejemplo, solicitar a esas personas restarse de la fotografía institucional”, cuenta una de las investigadoras y académicas de la universidad, Alejandra Energici.

Asimismo, en un sondeo de 2012 de la OIT a 1.227 trabajadores en Chile, casi el 40% dijo no recibir ningún tipo de beneficio de alimentación, y el 22% ni siquiera disponía de un lugar para comer. “Cuando existe, muchas veces no reúne las condiciones higiénicas adecuadas o el empleado no cuenta con el tiempo necesario para almorzar tranquilo”, agrega Bueno.

Castro coincide y señala que “las personas terminan siendo víctimas de entornos que les impiden la alimentación saludable, variada y adecuada”.

Según la encuesta de la OIT, el 18,7% de quienes están en una microempresa perciben que en su firma siempre o casi siempre es bien visto trabajar en horario de almuerzo, cifra que sube a 24,6% en las grandes compañías. Sin embargo, en el otro extremo, casi el 40% en ambos casos cree que nunca es bien visto.

A juicio de Iván Silva, jefe de proyectos de salud de la Mutual de Seguridad, cada vez hay mayor noción de los problemas de salud relacionados con la obesidad y el sobrepeso en las compañías. “Existe la creencia de que las

grandes corporaciones le dan más importancia al tema, pero hemos visto organizaciones más pequeñas con líderes muy comprometidos con nuestro programa de empresa segura y saludable. No importa tanto el tamaño, sino la visión de los ejecutivos”, dice Silva.

Entre los expertos, las recomendaciones para las organizaciones se repiten, como hacer controles de adulto sano dentro del horario laboral y realizar campañas educativas sobre la alimentación balanceada. “Deberían ser más proactivos en respetar horarios adecuados de almuerzo y mejorar la disponibilidad de comidas más saludables”, agrega Klaassen.

El comercio ya ha dado los primeros pasos. Según un informe de Edenred a 500 establecimientos que sirven almuerzo en 25 comunas del país, el 68% de los locales de comida ofrece la alternativa de menú saludable, la que no se limita al sector oriente. En zonas como Pudahuel, Quilicura y Estación Central se puede encontrar en todos los lugares sondeados alternativas sanas dentro de la propuesta gastronómica.

FAVORECER BUENAS PRÁCTICAS

Entre los expertos, las recomendaciones para las organizaciones se repiten, como hacer controles de adulto sano dentro del horario laboral y realizar campañas educativas sobre alimentación balanceada.