

Prevalencia de obesidad y ansiedad en el personal de enfermería

Obesity and anxiety prevalence on nursery employment

Fernández Razo Silvia Yaneli, Rodríguez Mendoza Bryan Jair, Castañón Chávez Fabiola Monserrat
Departamento de Enfermería y Obstetricia, División Ciencias de la Vida, Campus Irapuato - Salamanca, Universidad de Guanajuato
sy.fernandezrazo@ugto.mx, bj.rodriguezmandoza@ugto.mx

Resumen

Las enfermeras enfrentan una variedad de desafíos en su trabajo, desde largas jornadas laborales hasta la exposición a situaciones emocionalmente desgarradoras. El objetivo de la presente investigación fue evaluar la prevalencia de ansiedad y obesidad en el personal de enfermería. Estudio descriptivo de tipo transversal y retrospectivo. Se utilizó una muestra de 30 participantes a conveniencia, hombres y mujeres de edades variadas, licenciados, con carrera técnica o con alguna especialidad en enfermería. Se aplicó la prueba de ansiedad de Beck junto con preguntas del artículo "Desarrollo de un cuestionario para la valoración y cuantificación de los hábitos de vida relacionados con el sobrepeso y la obesidad". Se demostró que existe una prevalencia al alta de ansiedad y obesidad en el personal de enfermería a causa del sedentarismo y a la sobrecarga de trabajo. Estos resultados sugieren que las actividades laborales pueden favorecer la presencia de ansiedad y obesidad en el personal de enfermería.

Palabras clave: Salud física, enfermería, enfermera, obesidad, ansiedad, prevalencia, México

Abstract

Nurses face a variety of challenges in their work, from long work hours to exposure to emotionally harrowing situations. The objective of this research was to evaluate the prevalence of anxiety and obesity in nursing staff. Cross-sectional and retrospective descriptive study. A sample of 30 participants was used at convenience, men and women of various ages, graduates, with a technical degree or with a specialty in nursing. The Beck anxiety test was applied along with questions from the article "Development of a questionnaire for the assessment and quantification of lifestyle habits related to overweight and obesity." It was shown that there is a prevalence of anxiety and obesity in nursing staff upon discharge due to sedentary lifestyle and work overload. These results suggest that work activities can promote the presence of anxiety and obesity in nursing staff.

Key words: Physical health, nursery, nurse, obesity, anxiety, prevalence, Mexico.

Introducción

La obesidad, un desafío global de salud pública, se caracteriza por el exceso de grasa corporal y su asociación con enfermedades crónicas. El ejercicio físico emerge como un pilar en la prevención y tratamiento de la obesidad, con efectos en la salud física y mental. En el campo de la atención médica, las enfermeras desempeñan un papel esencial en la promoción y el mantenimiento de la salud de los pacientes. Sin embargo, en su dedicación incansable al cuidado de otros, a menudo descuidan su propia salud física y mental. Este fenómeno, que ha sido ampliamente observado y documentado, plantea preocupaciones significativas tanto para las propias enfermeras como para la calidad de la atención que pueden brindar a sus pacientes (Bordignon & Monteiro, 2018).

Las enfermeras enfrentan una variedad de desafíos en su trabajo, desde largas jornadas laborales hasta la exposición a situaciones emocionalmente desgarradoras. A medida que se esfuerzan por satisfacer las necesidades de los pacientes, a menudo dejan de lado sus propias necesidades de bienestar. En última instancia, es de suma importancia reconocer y abordar que el descuido de la salud de las enfermeras es esencial para mantener una fuerza laboral de enfermería saludable y comprometida, capaz de proporcionar atención de alta calidad en el sistema de atención médica (Bordignon & Monteiro, 2018). En este sentido, el objetivo del presente trabajo fue demostrar la prevalencia de la obesidad y ansiedad en el personal de enfermería.



Materiales y métodos

Estudio descriptivo, transversal, retrospectivo. Se aplicó el cuestionario del test de ansiedad de Beck (Aaron T. Beck, 1988) y del artículo *Desarrollo de un cuestionario para la valoración y cuantificación de los hábitos de vida relacionados con el sobrepeso y la obesidad* (Pardo, A 2004) a una muestra a conveniencia de un total de 30 profesionales en el área de enfermería (enfermería general, auxiliares, técnicos y licenciados) que laboran activamente en un área hospitalaria clínica durante los meses de octubre-noviembre 2023 previo a la firma del consentimiento informado.

Análisis estadístico

Los resultados se muestran mediante porcentajes que se pueden visualizar mediante tablas y gráficas, utilizando la creación automática de la plataforma Formularios de Google.

Resultados

En su mayoría, son mujeres jóvenes entre 20 – 25 años (60.5%), licenciadas en enfermería (41.9%), donde 14 de los encuestados experimentan síntomas leves de ansiedad (46 %) y el 37.2% tienen sobrepeso, 14% obesidad y un 46.5% se encuentran en su peso ideal según su IMC.

El 55.8% de los participantes muestran una conciencia sobre la cantidad de calorías que consumen y tienden a optar por alimentos bajos en calorías y verduras con regularidad (51.2%), también hay indicadores de comportamientos relacionados con la ansiedad, como comer en exceso ante ella donde el 51.2% de los encuestados dice hacerlo en ocasiones, 25.6 siempre y un 23.3% nunca lo hacen.

Además, una parte considerable de los encuestados no practica ejercicio regularmente (32.6%) y algunos ayunan de manera prolongada en ocasiones durante la jornada laboral (48.8%), aunque también consumen colaciones en este período. Es relevante destacar que una proporción considerable (44.4%) consume comida rápida de manera frecuente (al menos una vez por semana) como se puede apreciar en la Figura 1.

¿Qué tipo de alimento consumes como colación o snack?

36 respuestas

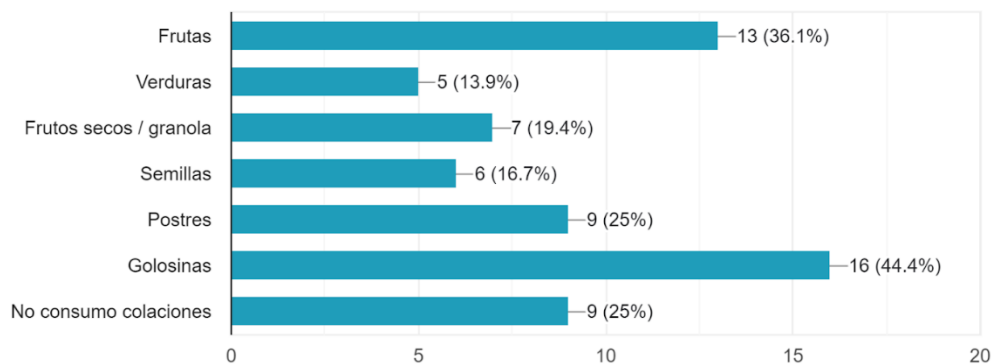


Figura 1. En la gráfica se muestra el porcentaje de variados alimentos que suelen comer los encuestados como parte de la colación que realizan en su trabajo.

Fuente: Elaboración propia.



El consumo de agua parece ser adecuado, con la mayoría de los encuestados (67.4%) consumiendo una cantidad suficiente diariamente (al menos litro y medio). Sin embargo, es preocupante que más de la mitad de los encuestados (53.5%) consideren que en ocasiones su trabajo afecta sus hábitos alimenticios.

Discusión

La presente investigación demostró que existe una prevalencia de ansiedad y obesidad en el personal de enfermería relacionado al sedentarismo y a la sobrecarga de trabajo que la misma profesión demanda. Los resultados obtenidos en esta investigación son semejantes a lo reportado en distintas investigaciones donde se informa sobre la vulnerabilidad que tiene el personal de enfermería a desarrollar patologías (Bordignon & Monteiro, 2018), estos resultados según nuestra investigación pueden deberse al sedentarismo, que una de sus consecuencias es el incremento de peso, además de que la excesiva carga de trabajo y las largas jornadas a las que el personal es sometido, es un condicionante a generar ansiedad y alterar el estado emocional en el mismo. Lo que sugiere la necesidad de intervenciones para promover un entorno laboral más saludable y apoyar la adopción de hábitos alimenticios y de estilo de vida más saludables (Jacox, 2023).

Conclusión

Estos resultados sugieren que existe una prevalencia al alta de ansiedad y obesidad en el personal de enfermería a causa del sedentarismo y la carga excesiva de trabajo en las diversas instituciones.

Referencias

- Beck AT, Brown G, Epstein N y Steer RA. An Inventory for Measuring Clinical Anxiety: Psychometric Properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 1.988; 56:893-7.
- Bordignon, M. y Monteiro, M.I. 2018. Problemas de salud entre profesionales de enfermería y factores relacionados. *Enfermería Global*. 17, 3 (jun. 2018), 435-469. DOI:<https://doi.org/10.6018/eglobal.17.3.302351>.
- Jacox, Ada. Un problema subestimado en enfermería: la influencia que ejerce sobre la atención al paciente el bienestar económico y social de la enfermera. *Revista Brasileira de Enfermagem* [online]. 1979, v. 32, n. 1 [Accedido 16 Noviembre 2023], pp. 8-19. Disponible en: <<https://doi.org/10.1590/0034-716719790001000003>>. ISSN 1984-0446. <https://doi.org/10.1590/0034-716719790001000003>.
- Pardo, A., Ruiz, M., Jódar, E., Garrido, J., De Rosendo, J. M., & Usán, L. A.. (2004). Desarrollo de un cuestionario para la valoración y cuantificación de los hábitos de vida relacionados con el sobrepeso y la obesidad. *Nutrición Hospitalaria*, 19(2), 099-109. Recuperado en 02 de mayo de 2024, de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112004000200008&lng=es&tling=es.

