

ESTADO NUTRICIONAL, NIVEL DE ESTRÉS Y COMORBILIDADES DEL PERSONAL DE ENFERMERÍA DEL HOSPITAL J. B. ITURRASPE DE LA CIUDAD DE SANTA FE EN EL AÑO 2016

Kruger Ana Luz^A , Peteán Yanina^A

^A *Facultad de Bioquímica y Ciencias Biológicas, Universidad Nacional del Litoral*

ÁREA: Ciencias de la Salud

SUB-ÁREA: Nutrición

GRUPO: X

PALABRAS CLAVES: Enfermeros, Estado Nutricional, Estrés

INTRODUCCIÓN

El estrés laboral se presenta en todos los oficios, pero especialmente en los trabajos asistenciales como los llevados a cabo por el personal de enfermería, el cual -según investigaciones- experimenta mayor estrés ocupacional que otros tipos de trabajadores. La razón fundamental es que el personal de enfermería realiza su tarea administrando cuidados directos a personas con sufrimiento físico y psicológico, cuidando a enfermos críticos y terminales, y lidiando con la familia de los pacientes y con el equipo interdisciplinario. Es por ello que presentan frecuentemente pérdida de motivación, descenso del rendimiento, deterioro de la calidad del trato ofrecido, junto al desarrollo de sensaciones de cansancio emocional y fracaso personal y profesional, todos ellos síntomas de estrés laboral crónico (Alvarado, 2014).

El personal de enfermería se ve obligado a trabajar en un horario fuera del estándar, el cual generalmente incluye trabajo nocturno. Esta situación fuerza al organismo a modificar su ciclo normal de actividad-descanso, dando lugar a su vez a cambios en los ritmos circadianos, que tratan de adaptarse a dormir de día y trabajar de noche. Como la inversión total de los ritmos no llega a alcanzarse, el cuerpo se ve sometido a un estado de estrés continuo (Pérez Campos, 2015).

Por otro lado, se puede afirmar que la evaluación del estado nutricional resulta importante para identificar potenciales grupos de riesgo. Existe una prevalencia cada vez mayor de patologías relacionadas con el consumo excesivo de alimentos, tales como obesidad, diabetes, dislipemias, hipertensión arterial, cardiopatías, etc.. (Iglesias y Escudero, 2010).

Aunque tienen un amplio conocimiento en promoción de estilos de vida saludables y en prevención de las enfermedades, parece que los profesionales de enfermería no los interiorizan en su diario vivir, ya que sus hábitos alimentarios se ven afectados por las características de su profesión. (Quiroga, 2009).

Los malos hábitos en la alimentación, acompañados de los cambios continuos en los horarios de sueño provocan cambios de humor, irritabilidad y cansancio. Es decir, la mala adaptación del reparto de las comidas al ritmo de trabajo puede tener repercusiones negativas desde el punto de vista físico y psíquico, que inciden directamente en la salud de la persona y consecuentemente en la eficiencia laboral (Quiroga, 2009).

OBJETIVOS

Evaluar el estado nutricional de los enfermeros del Hospital J. B. Iturraspe e Identificar la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles de los mismos. Determinar el nivel de estrés de los enfermeros. Relacionar el estado nutricional con el estrés y las enfermedades crónicas no transmisibles.

METODOLOGÍA

Se realizó un estudio de tipo descriptivo, observacional, correlacional, de corte transversal. La población estuvo constituida por enfermeras y enfermeros que trabajaban en el Hospital J. B. Iturraspe en el año 2016 y que aceptaron participar del estudio.

Muestra: Estuvo constituida por 137 enfermeras y enfermeros que trabajaban en el Hospital J. B. Iturraspe y que cumplían con los criterios de inclusión y exclusión.

Criterios de inclusión de sujetos: Enfermeras y enfermeros que aceptaron participar del estudio a través de la firma del consentimiento informado, que se encontraban dentro del rango etario de 21 a 59 años (inclusive), que trabajaban con un mínimo de 6 horas diarias.

Criterios de exclusión de sujetos: Enfermeros y enfermeras que tenían una antigüedad menor a 6 meses en este trabajo, que hayan estado embarazadas, que se encontraban realizando pasantías o prácticas profesionales, que se encontraban de licencia en los meses en que transcurre el estudio.

Fuentes de información: La información sobre la edad y las enfermedades crónicas no transmisibles fue obtenida de fuente primaria por medio de cuestionarios auto-administrados previamente validados.

Se midió el peso y la talla. Se calculó el Índice de Masa Corporal (IMC): peso en kg/(talla en metros)². A partir de este índice, se clasificó el Estado Nutricional según los criterios de las OMS (2000) en las siguientes categorías: desnutrición (< 18,5), peso normal (18, 25 a 24,9), sobrepeso (25 a 29,9) y obesidad (>30).

El nivel de estrés fue medido a través del test Escala Bianchi de Estrés, que consta de 51 enunciados relacionados con el rendimiento básico de las actividades de los enfermeros, que involucran el cuidado y manejo de la atención a los pacientes; cada uno recibió una puntuación de 1 a 7. Se realizó la suma de dichos puntajes y se obtuvo la media. A partir de la misma, se clasificó el nivel de estrés en: bajo nivel de estrés (de 0,00 a 3,09), nivel medio de estrés (de 3,10 a 5,99) y alto nivel de estrés (mayor a 6,00) (Ferraz Bianchi, 2009).

Análisis de datos: Los datos fueron resumidos y organizados mediante tablas, gráficas y medidas de resumen estadísticas, de acuerdo a los tipos de variables. La medida de asociación utilizada fue Odds Ratio (OR) con un intervalo de confianza (IC) del 95% y chi cuadrado de asociación con un valor probabilístico (valor p) menor de 0,05.

Los datos fueron procesados y analizados mediante planilla del programa Excel Microsoft Office (2010) y EPIDAT 3.1.

RESULTADOS

Características de la muestra estudiada

Se evaluaron 137 individuos pertenecientes al servicio de enfermería del Hospital J. B. Iturraspe de la ciudad de Santa Fe, los cuales se desempeñaban en diferentes áreas.

La distribución de la muestra por edad estuvo comprendida entre 22 y 65 años, siendo 38,10 la edad promedio. Más de la mitad presentó más de 35 años, tal como se puede observar en la **Tabla Nº 1**. En cuanto al sexo, la mayoría (80,29%) estuvo constituida por mujeres, tal como se muestra en la **Tabla Nº 2**.

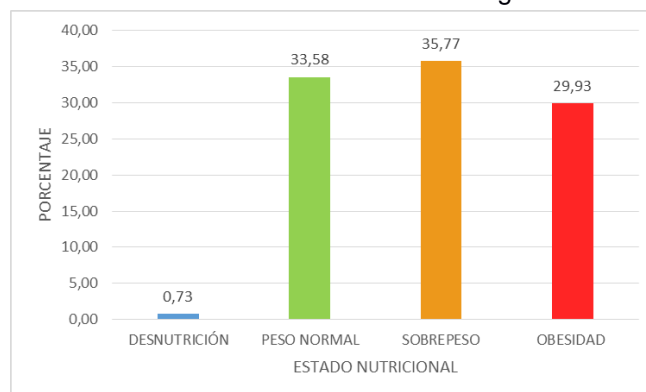
EDAD	n	%
< 35 años	58	42,34
≥ 35 años	79	57,66
TOTAL	137	100,00

Tabla Nº 1: Distribución de la muestra por edad

SEXO	n	%
Femenino	110	80,29
Masculino	27	19,71
TOTAL	137	100,00

Tabla Nº 2: Distribución de la muestra por sexo

Gráfico N° 1: Estado nutricional según IMC



Clasificación del estado nutricional según Índice de Masa Corporal (IMC)

La mediana del IMC fue de 27,22 kg/m², correspondiendo a sobrepeso.

Comparando los estados nutricionales, se observa en el **Gráfico N°1** que el porcentaje de personas con sobrepeso y obesidad (65,70% del total) es superior al del estado nutricional normal (33,58%). Se detectó un caso de desnutrición.

Presencia de patologías

Con respecto a las patologías (diabetes, hipertensión, hipercolesterolemia/hipertrigliceridemia, otras), se observó que la mayoría de los participantes no padecía ninguna de ellas (70,07%). Al 29,93% de la muestra que sí las presentaba, se lo discriminó por patologías y se obtuvieron los resultados que se muestran en el **Gráfico N° 2**.

Las patologías que tuvieron mayor prevalencia entre

los encuestados fueron la hipercolesterolemia y la hipertrigliceridemia (43,90%).

En cuanto a la distribución del estado nutricional según patologías –como se ve en el **Gráfico N° 3**–,

la hipertensión fue la patología que presentó mayor prevalencia de individuos con exceso de peso, debido a que el 100% de la población hipertensa lo

presentaba. Seguidamente se encuentran la hipercolesterolemia e hipertrigliceridemia, con el 94,44% de individuos con sobrepeso u obesidad.

La diabetes fue la que presentó un mayor porcentaje de personas con estado nutricional normal (20%). Ninguna persona con hipertensión presentaba dicho estado nutricional.

De las patologías abordadas, las que poseían mayor porcentaje de enfermeros con sobrepeso, fueron hipercolesterolemia e hipertrigliceridemia (33,33%). Los que presentaron menor proporción de este estado nutricional fueron los diabéticos, con un 20%.

La hipertensión y la hipercolesterolemia e hipertrigliceridemia fueron las patologías que presentaron mayores porcentajes de personas con obesidad (68,75% y 61,11%, respectivamente).

Nivel de estrés

La mayoría del personal presentó un nivel medio de estrés (n=89). Tal como se presenta en el **Gráfico N° 4**. El menor porcentaje estuvo dado por el alto nivel de estrés. El 68,61% de los enfermeros presentaban nivel medio y alto de estrés, superando al bajo nivel.

Gráfico N° 2: Patologías que presentaban los enfermeros

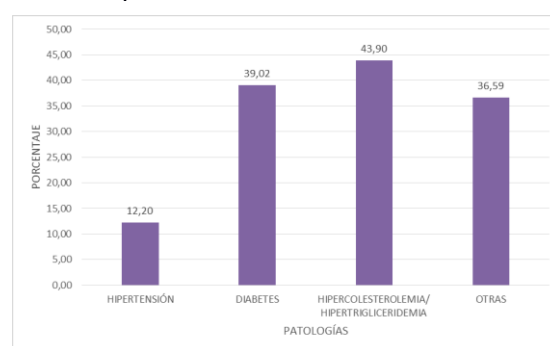


Gráfico N° 3: Distribución del estado nutricional según patologías

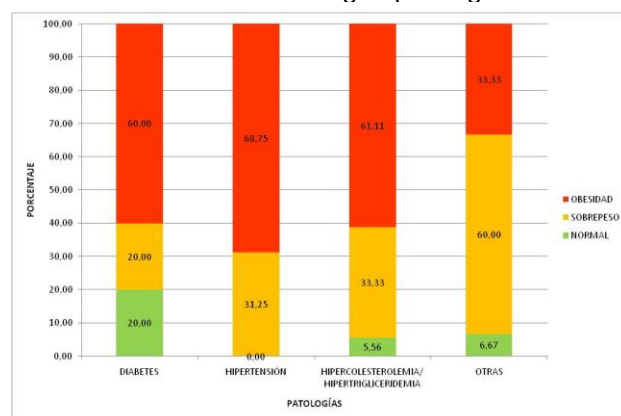


Gráfico N° 4: Distribución porcentual de la muestra según nivel de estrés

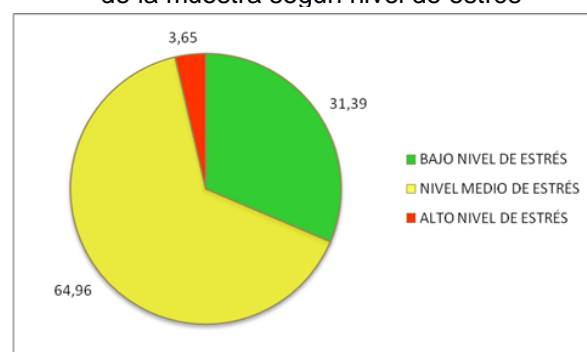
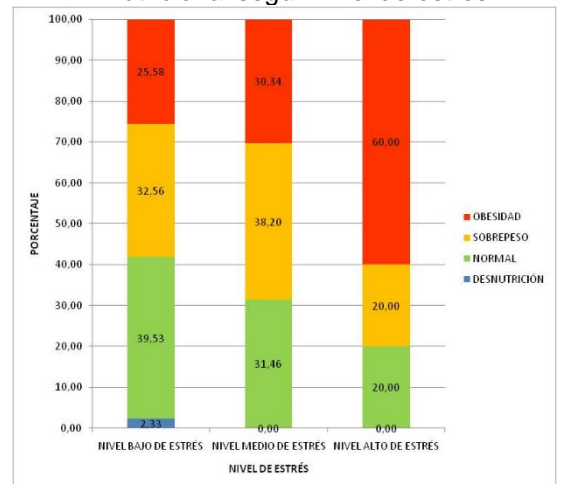


Gráfico N° 5: Distribución del estado nutricional según nivel de estrés



Como se observa en el **Gráfico N° 5**, fue mayor la proporción de individuos que presentaban estado nutricional normal con nivel bajo de estrés (39,53%) con respecto a los otros niveles de estrés. El mencionado nivel de estrés es el que posee menor proporción de voluntarios con obesidad (25,58%). El nivel medio de estrés es el que tiene mayor prevalencia de enfermeros con sobrepeso (38,20%). El nivel alto de estrés posee mayor porcentaje de voluntarios obesos (60%). En síntesis, se puede afirmar que a medida que aumenta el nivel de estrés, los porcentajes de obesidad aumentan y disminuyen los de personas con estado nutricional normal.

Asociaciones entre estrés, estado nutricional y patologías

La asociación entre hipertensión arterial y sobrepeso y obesidad fue estadísticamente significativa: OR: 21,04(1,23; 359,01) Valor p: 0,008. Asimismo, la asociación entre dislipemias (hipercolesterolemia e hipertrigliceridemia) y sobrepeso y obesidad, también lo fue: OR: 7,38(1,34; 40,7) Valor p: 0,02. Sin embargo, no se observó asociación estadísticamente significativa entre diabetes y sobrepeso y obesidad. Por otro lado, no se encontró asociación estadísticamente significativa entre altos niveles de estrés y sobrepeso y obesidad. Tampoco lo fue discriminando al estrés en nivel alto y medio, y separando sobrepeso y obesidad.

CONCLUSIÓN

La prevalencia de sobrepeso y obesidad fue muy alta en la población de enfermeros estudiados y la mayoría presentaba nivel medio de estrés. Aunque los mencionados estados nutricionales se asociaron a las patologías analizadas, se debe destacar que pocos individuos las presentaron, pudiendo ser esto debido a que fue una población joven la analizada.

Es importante realizar acciones de promoción de la salud de hábitos higiénicos y saludables para mejorar dicha situación y para que se generen políticas de salud laboral teniendo en cuenta las actividades que los enfermeros realizan.

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

- Alvarado Y.** Nivel de estrés laboral y su relación con las manifestaciones biológicas, del personal de enfermería de la unidad de cuidados intensivos del Centro Médico Valle de San Diego. [Trabajo final de grado]; (2014). Universidad de Carabobo. Valencia, Venezuela. 79p.
- Ferraz Bianchi ER** (2009). Escala Bianchi de estrés. Revista da Escola de Enfermagem da USP. Vol 43: 1055-1052.
- Iglesias MT, Escudero E** (2010). Evaluación nutricional en estudiantes de enfermería. Nutrición clínica y dietética hospitalaria. Vol. 30 (3): 21-26. Consulta: 16/05/2016.
- Perez Campos M.** El impacto del trabajo nocturno en la salud de los profesionales de enfermería. [Trabajo final de grado]; (2015). Universidad de Jaén. Jaén, España. 42p.
- Quiroga I. Estilos de vida y condiciones de salud de los enfermeros. [Tesis de grado]; (2009). Universidad del Aconcagua. Mendoza, Argentina. 66p.