

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

INVESTIGACIÓN EN ENFERMERÍA TRABAJO FINAL

TEMA:

**FACTORES LABORALES Y SU RELACIÓN CON
HÁBITOS ALIMENTARIOS
DEL PERSONAL DE ENFERMERÍA**




AUTORAS:
FUGAZZOTTO MARIANA
URZAGASTI NÉLIDA AGUSTINA

MENDOZA, MARZO 2008

Esta investigación es propiedad de la Escuela de Enfermería de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Nacional de Cuyo y del Ministerio de Salud y la misma no podrá ser publicada en todo, en parte, resumirse, sin el consentimiento escrito de la Escuela y/o autor-ras del trabajo.

Investigación Aprobada:

Integrantes del Tribunal Examinador:

Lic. Mario R. Reyes 
Lic. Franco Cesabren 
Lic. Jorge Michel 

Fecha: 6/3/08

PROLOGO

El presente trabajo tiene como objetivo determinar cuáles son los factores que inciden en los hábitos alimentarios del personal de enfermería .

Pretendemos que el resultado de este trabajo llegué a todos nuestros colegas y que sea el principio de cambio, fortaleciendo los hábitos alimentarios.

Queremos agradecer a nuestros docentes que nos han apoyado en esta difícil tarea, para producir este trabajo de investigación.

A nuestra familia que nos han acompañado en este desafío personal para terminar la carrera de Licenciatura en Enfermería.

A los Enfermeros del Hospital Luís Lagomaggiore que nos brindaron su tiempo e información para hacer posible esta investigación y aquellas personas que de una u otra forma cooperaron para llegar a esta producción.

ÍNDICE GENERAL

	Páginas
CARÁTULA .	I
ADVERTENCIA	II
APROBACIÓN	III
PROLOGO	IV
ÍNDICE GENERAL	V
INTRODUCCIÓN.	1
PROBLEMA	2
JUSTIFICACIÓN DEL PROBLEMA	2
OBJETIVOS	3
MARCO TEÓRICO	4
DISEÑO METODOLÓGICO	12
Tipo de Estudio	12
Área de estudio	12
Universo	12
Muestra	12
Unidad de Análisis	12
Diseño de técnicas e instrumento de recolección de datos	12
Instrumento	12
Fuente de recolección de datos	13
Procesamiento y tabulación de los datos	13
Recolección, procesamiento, tabulación y análisis	13
PROCESAMIENTO DE VARIABLES	14
TABLAS Y GRAFICOS	17
CONCLUSÓN	36
PROPUESTAS	38
BIBLIOGRAFIA GENERAL	39
ANEXOS	
ENCUESTA	40
MATRIZ DE DATOS	42

INDICE DE GRÁFICOS Y TABLAS

HABITOS ALIMENTARIOS EN ENFERMERIA DEL HOSPITAL LUIS LAGOMAGGIORE EN EL PERIODO 2007

	Página
ENFERMEROS POR SERVICIO SEGÚN TURNOS	
Tabla y Grafico N° 1	17
CARACTERISTICAS PERSONALES	
Tabla y Grafico N° 2	18
Tabla y Grafico N° 3	19
Tabla y Grafico N° 4	20
Tabla y Grafico N° 5	21
Tabla y Grafico N° 6	22
FACTORES LABORALES	
Tabla y Grafico N° 7	23
Tabla y Grafico N° 8	24
Tabla y Grafico N° 9	25
Tabla y Grafico N° 10	26
Tabla y Grafico N° 11	27
HABITOS ALIMENTARIOS	
Tabla y Gráfico N° 12	28
Grafico N° 13	29
Tabla y Grafico N° 14	30
Tabla y Grafico N° 15	31
Tabla y Grafico N° 16	32
Tabla y Grafico N° 17	33
Tabla N° 18	34
Grafico N° 18	35

INTRODUCCION

En el sector salud en la Republica Argentina, los profesionales de enfermería en general tienen dos trabajos de jornadas de ocho horas cada una o se ven recargados de éste, por falta de personal en las instituciones por sueldo bajo, en donde se ven obligados a poner en riesgo su propia salud, llevándolos a obtener malos hábitos alimentarios, trayendo como consecuencia diversas alteraciones en el organismo.

Por este motivo que hemos observado, realizamos esta investigación; a través de la obtención de información y análisis.

Aquí refleja los aspectos fundamentales a tener en cuenta en una buena alimentación habitual, que deben tener los profesionales de enfermería. En este caso los profesionales de enfermería de los servicios en estudio, Clínica Médica este, Cardiovascular y Gastroenterología, del Hospital Luis Lagomaggiore en el período 2007.

La base de una alimentación saludable es comer en forma equilibrada todos los nutrientes disponibles. Para ello proponemos diferentes propuestas para hacer una correcta selección y un adecuado consumo de los mismos.

En general este trabajo tiene como objetivo

“CUIDAR AL CUIDADOR “

TEMA

TEMA

Factores laborales y su relación con hábitos alimentarios del personal de enfermería.

PROBLEMA

¿Qué factores de índole laboral inciden en la incorporación de hábitos alimentarios perjudiciales para la salud del personal de enfermería del segundo piso de internación de adultos del Hospital Luis Lagomaggiore, durante el segundo semestre del año 2007?

JUSTIFICACIÓN

Se observa que el tipo de alimentación que consumen los Enfermeros es rica en grasas (tortitas, sándwiches de fiambre, comidas frías, etc.).

Muchos de los enfermeros dada su situación social y laboral pasan muchas horas fuera de su hogar por lo que creemos que no tienen una alimentación adecuada, situación que consideramos podría influir en su salud psicofísico.

Es por ello la razón de nuestra investigación que pretendemos conocer cuales son los hábitos alimentarios y que causa los lleva a adq y que consecuencias a producida en su organismo.

Y por último es nuestro deseo que podamos a través de esta investigación contribuir con aportes útiles a los enfermeros como dar a conocer que la salud y el trabajo van unidos y se influyen mutuamente, ya que la alimentación es uno de los factores que afectan a nuestra salud, es por ello muy importante adaptarla a la actividad laboral para mejorar el rendimiento y reducir la fatiga, lo que contribuirá a mantener un cuerpo más sano y un mayor nivel de bienestar.

OBJETIVO GENERAL

Determinar los factores que inciden en la incorporación de hábitos alimentarios perjudiciales para la salud en el personal de enfermería del Hospital Luis Lagomaggiore, con la finalidad de proponer una conducta de auto cuidado.

OBJETIVOS ESPÉCIFICOS

- 1- Identificar hábitos alimentarios del personal de enfermería.
- 2- Conocer la organización del trabajo de enfermería del servicio de estudio.
- 3- Identificar otros factores relacionados con el trabajo que puede incidir en la alimentación del personal.

MARCO TEÓRICO

El acto de comer resulta una fuente de gratificación y placer que combinada con una buena nutrición forma un componente vital para la salud y la calidad de vida, en donde una buena alimentación influye en el crecimiento, desarrollo y rendimiento tanto físico como intelectual del hombre; entonces una persona bien alimentada tiene más oportunidades de desarrollarse plenamente, de vivir con salud, de aprender y trabajar mejor, también de protegerse de enfermedades.

Alimentarse bien significa comer a lo largo del día con, moderación; nuestro cuerpo gasta energía en forma permanente, aun al dormir, por ello cada persona de acuerdo a la edad, sexo, forma de vida, actividad, etc, necesita diariamente cantidades suficientes de cada tipo de alimentos. Pero es importante asociar a la moderación la idea de distribución, es decir, empezar el día con un buen desayuno y comer a lo largo del día repartiendo los alimentos en varias raciones ó comidas, que por lo general son 4 comidas las recomendables, para favorecer la digestión sin perder la vitalidad. La variedad es otro factor importante dado que no todos los alimentos tienen igual valor nutritivo, ya que todos nos ofrecen energía y sustancias nutritivas pero en cantidades diferentes, de aquí se puede concluir que no hay ningún alimento completo en sí mismo. Por este motivo es bueno que en una buena dieta estén presentes varios alimentos diariamente.

En general ambos conceptos significan incluir distintos alimentos de cada uno de los grupos, en cantidades adecuadas a lo largo del día y prepararlos de diversas formas.

Para adquirir buenos hábito alimentario es necesario:

- 1- Comer con moderación e incluir alimentos variados en cada comida
- 2- Consumir todos los días lácteos en general en todas las edades
- 3- Comer diariamente frutas y verduras de todo tipo y color
- 4- Comer una amplia variedad de carnes rojas y blancas retirando las grasas visibles.
- 5- Preparar las comidas con aceite preferentemente crudo y evitar la grasa para cocinar.
- 6- Disminuir el consumo de azúcar y sal
- 7- Consumir variedad de panes, cereales, pastas, harinas, féculas y legumbres.

- 8- Disminuir el consumo de bebidas alcohólicas
- 9- Tomar abundante cantidades de agua durante todo el día
- 10- Aprovechar el momento de las comidas para el encuentro y diálogo con otras personas.¹

Para una alimentación completa, variada y equilibrada se recomienda tener en cuenta los 6 grupos de alimentos, los cuales se dividen según los nutrientes que contienen.

Cada uno de estos grupos de alimentos aportan sólo algunos de los nutrientes que toda persona necesita. Los alimentos de un grupo no pueden sustituir a los otros.

En general ningún grupo es más importante que otro, para estar saludable una persona necesita de todos los grupos de alimentos.

Grupo 1: Leche y sus derivados

Grupo 2: Carnes y huevos

Grupo 3: Frutas y verduras

Grupo 4: Harinas, cereales y legumbres

Grupo 5: Grasas y aceites

Grupo 6: Azúcares

¹ Lic. Nancy Aimé .alimentación normal (apuntes de la carrera de Lic. En Enfermería de 2º año, Facultad de Ciencias Médica, UNC) Año 2005 Fundación Instituto Argentino de Nutrición, DR. Alberto Cornillot. Primera Edición – 1996. Pagina

ALIMENTOS QUE LO APORTAN

Nutriente	Valor energético	Cantidades recomendadas	fuentes
Carbohidratos	4 Kcal/gr	55 a 58 %	Leche, granos, frutas y hortalizas, azúcares, postres, mermeladas, golosinas
Fibra	-	20 a 30 gr/día	Fibra no soluble: salvados, productos de trigo integral, avena y arroz, nueces, plátanos, manzanas, coliflor, papa, brócoli, zanahoria. Fibra soluble: productos de avena, cebada, manzana, papa, cítricos, brócoli, zanahoria.
Proteínas	4 cal/gr	12 % (0,8 gr/kg de peso corporal)	Carnes: pollo, cerdo, pescado. Leche, queso, huevos, nueces, pan, productos de cereales.
Grasas	9 cal/gr	30 % ó menos	Saturadas: cordero, embutidos, cerdo, quesos, crema, manteca, aceites, margarinas. Mono insaturadas: pato, ganso, huevo, pollo, pavo, aceite de oliva, Poli insaturadas: pescado, salmón, atún, aceite de maíz, soja y girasol

Para poder adquirir buenos hábitos alimentarios es necesario, que la persona tenga conciencia de que el mantenimiento de su cuerpo es fundamental para poder rendir eficazmente en su trabajo, es necesario que respete:

1- Las cuatro comidas: desayuno- almuerzo- merienda- cena y en lo posible hacer colaciones a media mañana y tarde. Muchas personas creen que para mantener la línea ó bajar de peso lo mejor es dejar de comer en algunos de los momentos del día ó evitar la cena ó el desayuno, lo cierto es que dejando de ingerir algunas comidas, no se logran los resultados esperados, ya que, es muy frecuente que a la siguiente comida comamos de más y ese sobrante nuestro organismo lo almacena y se deposita como grasa, es decir nuestro cuerpo, si todos los días a una cierta hora nota que falta energía, economiza, gasta menos y almacena el sobrante; y esos resultados se ven alrededor del abdomen. Por lo tanto cuando necesitemos bajar de peso es mucho mejor disminuir la cantidad de alimentos que se comen que evitar algunas comidas.

2- Comer gran variedad de alimentos: el consumo de alimentos variados asegura la correcta incorporación de vitaminas y minerales.

3- Mantener el peso ideal: teniendo en cuenta detalles como la contextura del cuerpo y la estatura.

4- Evitar los excesos de grasa saturada: la hipercolesterolemia se va adquiriendo en la mayoría de los casos a temprana edad. Escoger carnes magras; comer pescado y aves; moderar el consumo de huevos y vísceras (hígado, riñones, sesos etc); cocinar a la plancha, brasa ó hervir los alimentos en lugar de freírlos; se puede consumir aceites vegetales (oliva, maíz, girasol); limitar el consumo de manteca ó margarina; consumir lácteos descremados; procurar consumir diariamente alguna porción de pescado aunque sea enlatado; consumir en lo posible diariamente salvado de avena.

5- Comer alimentos con suficiente fibra vegetal: elegir alimentos que sean fuente de fibra vegetal y ricos en hidratos de carbono complejos como: pan, verduras, ensaladas, cereales y legumbres, frutas.

6-Evitar el exceso de azúcar: no quiere decir suprimir, pero el aporte principal de carbohidratos se aconseja que sea en base a frutas, cereales, arroz, pan, galletas, pastas alimenticias.

7-Si tiene costumbre de consumir bebidas alcohólicas: recordar que no es correcto beber diariamente, más de tres consumiciones de alcohol, esto equivale a 300 cc de alcohol.

8-Evitar el exceso de sal: debido a que el sodio produce retención de líquido, produciendo complicaciones en el organismo como hipertensión.

9-No sobrepasar el 20 % de proteínas: con relación al total de calorías diarias, a su vez el contenido de proteínas animales no deben sobrepasar la tercera parte del total proteico diario.

10-Realizar actividad física acorde a su físico, edad, y preferencias: dependiendo de su trabajo, su disponibilidad de horario, manteniendo algún tipo de actividad física.

11-Tener en cuenta los requerimientos diarios de vitaminas y minerales: no exceda ni suprima categorías de alimentos, respete los requerimientos de vitaminas y minerales que su cuerpo necesita.²

El sector enfermería como cualquier empleado asalariado en relación de dependencia no a podido eludir a las grandes transformaciones de los últimos años en el país y por ende a los enfermeros del Mendoza y del hospital Luis Lagomaggiore..

Su situación socio económica, bajos salarios, inestabilidad laboral, escasez de personal en las instituciones, a llevado a que el profesional de enfermería realicen una multiplicidad de empleos, efectúen jornadas de 48 a 72 horas ininterrumpidas, cuestión de alto riesgo tanto para el trabajador/a como para el paciente, se decir, el hecho que perdure la situación de pluriempleo redunda directamente sobre la calidad del empleo y de la atención.³

Dicha sobrecarga laboral los lleva a un estrés propio de la actividad que se agudiza teniendo en cuenta las malas condiciones de vida y de trabajo de enfermería, debido principalmente a la baja remuneración que las obliga a tener 2 ó 3 trabajos, turnos nocturnos, trabajos en fin de semana y especialmente descuidar su vida privada.

A ello se le agrega que es un trabajo rutinario, fragmentado y estereotipado, muchas veces organizado en tareas individuales, turnos que por lo general cambian cada semana, por lo tanto para el trabajador es muy difícil adaptarse a cada uno de ellos.

²-www.google.consejo. Consejos para una buena alimentación, Lic. Marcela Licata. 1996- 2006 Zonadiet.com. todos los derechos son reservados.

Esto hace que sea común la aparición de una serie de problemas que afectan a la salud del trabajador.

Situaciones que han llevado al enfermero/a a la aparición de enfermedades físicas, emocionales y de tipo social, con repercusiones en lo laboral, manifestándose en bajo rendimiento, y compromete la misión y objetivos institucionales.

Muchos trabajadores pueden tener comprometida su integridad vascular periférica y reumatológica, la presencia de estas alteraciones y el aumento de obesidad, diabetes, hipertensión, etc., repercuten seriamente su integridad física.

El frecuente abuso de los platos precocinados, de la comida rápida y el picoteo entre horas con llevan a obtener problemas de exceso de peso, hipertensión y dislipemias. Estos malos hábitos en la alimentación, acompañados de los cambios continuos en los horarios de sueño provocan cambios de humor, irritabilidad, cansancio, y además favorecen la aparición de malestares digestivos, es decir, la mala adaptación del reparto de las comidas al ritmo del trabajo pueden 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.³

Son frecuentes los trastornos digestivos como: Dispepsia y Flatulencia; con frecuencia el exceso de gases va unido a comer de prisa, tragar demasiado aire mientras se come (a veces en relación con situaciones de estrés y ansiedad), una indigestión un cambio brusco de la alimentación en cuanto al contenido de fibra, exceso en el consumo de alimentos ricos en hidratos de carbono (arroz, pastas, patatas, pan etc), ingesta de alimentos flatulentos (gaseosas).

Sin embargo en otras ocasiones es un síntoma más de ciertas dolencias entre las que destacamos el estreñimiento, la intolerancia a la lactosa, gastritis y úlcera gástrica.

- 1) Ansiedad y nerviosismo: ambos pueden llegar a producir taquicardia, dolor estomacal, alternancia entre estreñimiento y diarrea. Todos los tóxicos como tabaco, alcohol, café, té u otras bebidas estimulantes actúan sobre el sistema nervioso y agravan dichos trastornos.

³-www.google.com ¿un mercado en retracción? El empleo en el sector salud en Argentina desde la perspectiva de género. Laura Pautáis y María Nuevas Rico. Pagina 10. Seminario VIII - Diciembre 2003.

- 2) La obesidad: es una enfermedad crónica que se caracteriza por un aumento de grasa y en consecuencia un aumento de peso, como resultado de un desequilibrio entre el consumo y el gasto energético por un periodo prolongado de tiempo. Es un problema de salud pública asociado no solamente con la esperanza de vida, sino con el riesgo de contraer una serie de enfermedades que además de trastornos físicos conllevan a alteraciones funcionales, emocionales y sociales. Es un fenómeno muy complejo que tiene relación con el nivel socioeconómico de las personas, requiriendo para su manejo todo un abordaje interdisciplinario.
- 3) El estrés: es un conjunto de reacciones fisiológicas y psicológicas que experimenta el organismo cuando se le somete a fuertes demandas.⁴

Complicaciones que están en estrecha relación con los hábitos alimentarios que tienen los trabajadores de la salud.

Todo momento de descanso ó de cansancio es un buen motivo para tomarse un cafecito, de esta manera el consumo de café a lo largo del día se hace muy importante. El consumo de cafeína estimula la producción de insulina, hormona que almacena los azúcares ó carbohidratos que se encuentran en la sangre en forma de grasa. Cuando abusamos del consumo de este tipo de productos, disminuyen los niveles de azúcar en sangre lo que nos provoca deseos de volver a comer. La cafeína nos incita el consumo de alimentos ricos en carbohidratos que terminan por almacenarse en forma de grasa.

La cafeína puede contribuir al desarrollo de osteoporosis a través de un mecanismo de sustracción excesiva de calcio de los huesos.

La alimentación saludable contribuye a la creación de un ambiente laboral moderno, considerando que un trabajador “tipo” pasa casi 1/3 del día fuera del hogar, por ende consumen en su trabajo no menos de dos comidas diarias, además de las colaciones.

⁴www.google.com trabajoalimentacion@consumer.es Esta guía practica es un web de consumer- fundación Eroski

La elección de los alimentos que consume el trabajador está sujeta en la mayoría de los casos al criterio individual (según hábitos, costumbres, así como presupuesto y disponibilidad).⁵

En el caso del Hospital Luís Lagomaggiore, dado que el personal cumple, por lo general una jornada de ocho horas, por lo que reciben una colación que consiste en té, yerba mate, tostada y dulce.

El personal de enfermería debería contar con un espacio físico adecuado según establece la Ley N° 6836 Ejercicio de la profesión de enfermería Art. N° 9, “Los profesionales deberán contar con material suficiente para el cumplimiento de las normas establecidas, con un medio ambiente apto para el desarrollo de las tareas laborales, espacios físicos que reúnan las condiciones de seguridad y salubridad...”⁶

El personal de enfermería que trabaja en el turno mañana es aconsejable que ingiera un fuerte desayuno, ya que hasta la hora del almuerzo no va a ingerir ningún alimento por la cantidad de tareas que se realizan en el servicio, a raíz de esto sería ideal que consuman una colación a media mañana. (un lácteo). En caso del personal que tenga ó haga recargos el almuerzo debería ser rico en hidratos de carbono, fibras y proteínas. En el turno tarde tendrá lugar la merienda que debería ser igual al desayuno pero en menor cantidad. En el caso del turno noche la cena debería ser similar al almuerzo con una colación a media noche, ya que el personal de enfermería va estar 8 horas en ayuno, algo que altera al organismo de forma importante.

Por lo expuesto es que consideramos, que contar con conocimientos en hábitos alimentarios y a demás de las condiciones de trabajo en que se encuentran los enfermeros del servicio en estudio, los resultados obtenidos no solo va ha ser la base de nuestro trabajo de investigación, sino que permitirá a nuestros futuros colegas, a brindarles información beneficiosa sobre este tema.

⁵: www.google.com “alimentación laboral”. Por Mariano Winograd y Rodrigo Clacheo

www.nutricionlaboral.com.ar/alimentacionlaboral.htm-78k

⁶ Ley 6836., Ejercicio Profesional de Enfermería, Gobierno de Mendoza, 2001

DISEÑO METODOLOGICO

TIPO DE ESTUDIO

Descriptivo: Porque intenta medir y describir las situaciones de los enfermeros que trabajan en el segundo piso de internación de adulto del Hospital Luis Lagomaggiore..

AREA DE ESTUDIO

El presente estudio de investigación se llevará a cabo en el segundo piso de internación de adulto del Hospital Lagomaggiore, que consta de los siguientes servicios:

- 1) Clínica médica este
- 2) Cardiología
- 3) Gastroenterología.

POBLACIÓN

Todo el personal de enfermería que trabajan en el segundo piso de internación de adulto un total de 28 enfermeros en los tres turnos.

MUESTRA: No se trabajará con muestra, sino con el total de la población los 28 enfermeros de los tres turnos del servicio de clínica este de adulto del mencionado hospital.

UNIDAD DE ANALISIS

El enfermero que trabaja en el segundo piso de internación de adultos.

DISEÑO DE TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE

DATOS

TÉCNICA: La más adecuada a utilizar para obtener la información de las variables en estudio es la **ENTREVISTA PERSONAL**, con preguntas semi-estructuradas a cada enfermero en estudio.

INSTRUMENTO

Una encuesta semi-estructurada con preguntas múltiples opción tendiente a buscar los datos de las variables en estudio.

FUENTE DE RECOLECCIÓN DE DATOS

PRIMARIA: se obtiene la información de los enfermeros que están afectados por la problemática.

PROCESAMIENTO Y TABULACIÓN DE LOS DATOS

Se solicita la autorización a los jefes de los servicios para realizar la investigación.

Se solicita autorización a los enfermeros para ser entrevistados.

Los recursos humanos y materiales, estarán a cargo por los investigadores.

RECOLECCIÓN, PROCESAMIENTO, TABULACIÓN Y ANÁLISIS

Una vez realizada la recolección de datos se ordena la información en una Matriz de datos, para luego procesarlos y presentar la información en tablas de doble entrada con frecuencia absoluta y relativa, con gráficos de torta y barra, de manera de visualizar como juegan las variables en estudio y poder ver la realidad, para tener realizar un diagnóstico de situación, para poder aplicar correctivas.

OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES
<u>CARACTERÍSTICAS DEL PERSONAL DE ENFERMERÍA</u>	Sexo	Masculino Femenino
	Edad	21-25 26-30 31-35 36-40 41-45 46 -50 + 50
	Estado civil	Casado, Soltero Separado Otro
	Hijos a cargo	Ninguno 1 2 3 + 4 hijos

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES
<u>CARACTERISTICAS LABORALES</u>	Nivel de formación	Auxiliar de Enfermería Enfermero Profesional Lic en Enfermería
	Antigüedad en el servicio	1 a 2 años 3 a 5 años 6 a 10 años +11 años
	Condición laboral	Planta Permanente Planta Temporaria Contratado
	Organización del trabajo	1 2 +3 trabajos
	Turnos	Mañana Tarde Noche
	Nº de pacientes a cargos	4 8 10 +10 pctes
	Nº de recargo	Sin recargos 1, día 2 o 3 días +de 4 días

<u>VARIABLE</u>	<u>DIMENSIÓN</u>	<u>INDICADORES</u>	
<u>HABITOS</u> <u>ALIMENTARIOS</u>	Consumo semanal de Nutrientes	Proteínas Fibras Carbohidratos Grasas	1 vez por semana 2 a 3 veces por semana 4 a 5 veces por semana
	Consumo diario de Nutrientes	Hidratos de Carbono Fibras Infusiones	1 vez por día 2 a 3 veces al día 4 a 5 veces al día 1 vez por semana
	Lugar de consumo habitual		Corredor del servicio Office de enfermería Comedor de la Inst. Buffet
	Hora en que consumen la mayor cantidad de los alimentos		Mañana Media mañana Tarde Noche Cualquier hora
	En el trabajo: Desayuna Almuerza Merienda Cena.		SI NO

RESULTADOS EN TABLAS Y GRAFICOS

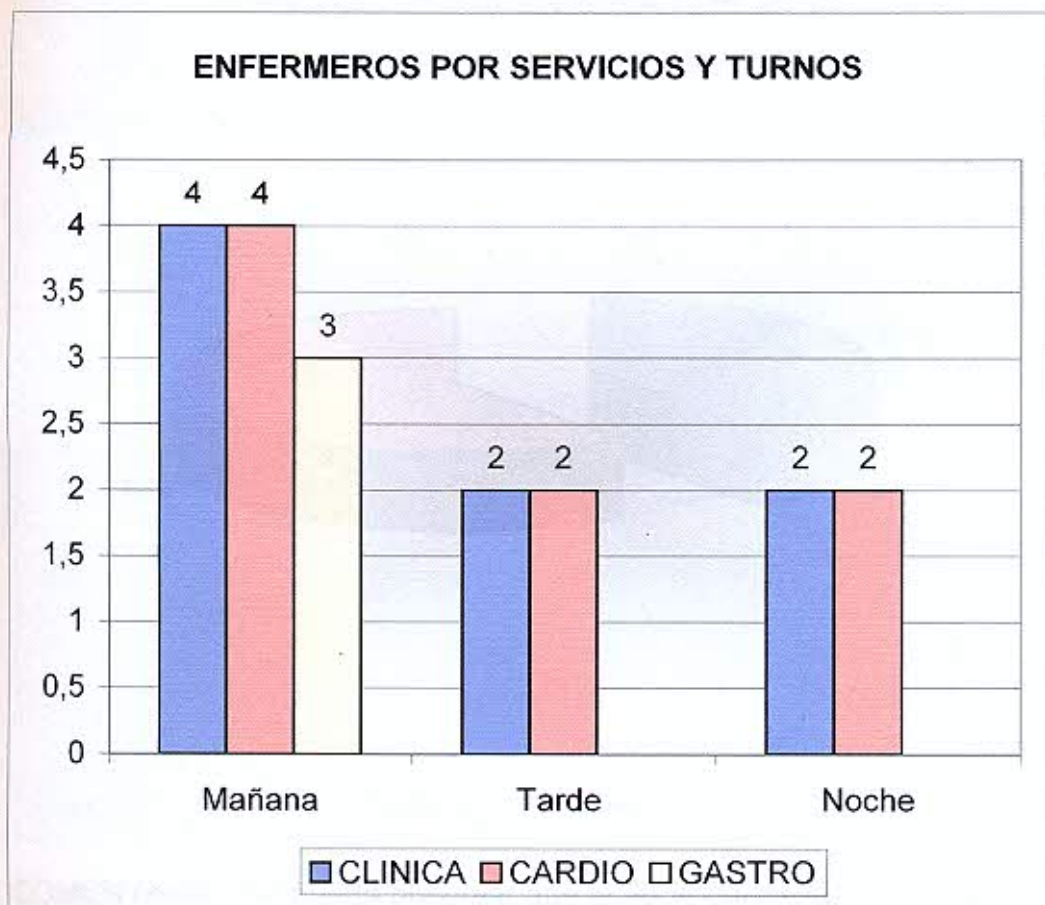
HABITOS ALIMENTARIOS EN ENFERMERÍA HOSPITAL LUIS LAGOMAGGIORE-2007-

TABLA N° 1: Enfermeros de los servicios por turno

	Mañana	Tarde	Noche	TOTAL
CLINICA	4	2	2	8
CARDIO	4	2	2	8
GASTRO	3			3
TOTAL	11	4	4	25

FUENTE : PROPIA ENTREVISTAS REALIZADAS A LOS ENFERMEROS EN ESTUDIO DEL HOSPITAL LUIS LAGOMAGGIORE EN EL PERIODO 2007.

GRAFICO N° I



COMENATRIO: Se puede observar la distribución de los enfermeros en estudio por turno, centrando el mayor número en la mañana

CARACTERÍSTICAS PERSONALES

TABLA N°2: Enfermeros de los servicios en estudio del Hospital Luis Lagomaggiore por sexo

SEXO	F ABSOLUTA	FR %
Masculino	10	40%
Femenino	15	60%
Total	25	100%

FUENTE : PROPIA ENTREVISTAS REALIZADAS A LOS ENFERMEROS EN ESTUDIO DEL HOSPITAL LUIS LAGOMAGGIORE EN EL PERIODO 2007,

GRAFICO N° 2



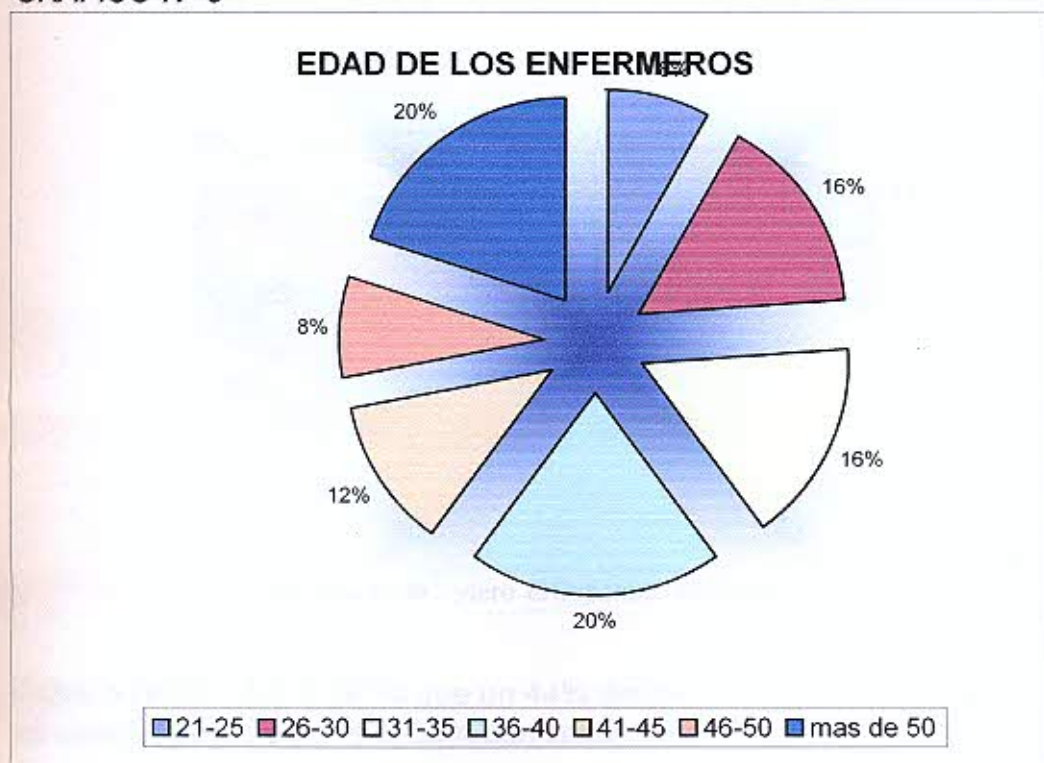
COMENTARIO: Se puede observar que el 60 % del personal de los servicios en estudio es de sexo femenino

TABLA N° 3: Enfermeros de los servicios en estudio del Hospital Luis Lagomaggiore por Edad

EDAD	F ABSOLUTA	FR%
21-25	2	8%
26-30	4	16%
31-35	4	16%
36-40	5	20%
41-45	3	12%
46-50	2	8%
mas de 50	5	20%
TOTAL	25	100%

FUENTE : PROPIA ENTREVISTAS REALIZADAS A LOS ENFERMEROS EN ESTUDIO DEL HOSPITAL LUIS LAGOMAGGIORE EN EL PERIODO 2007,

GRAFICO N° 3



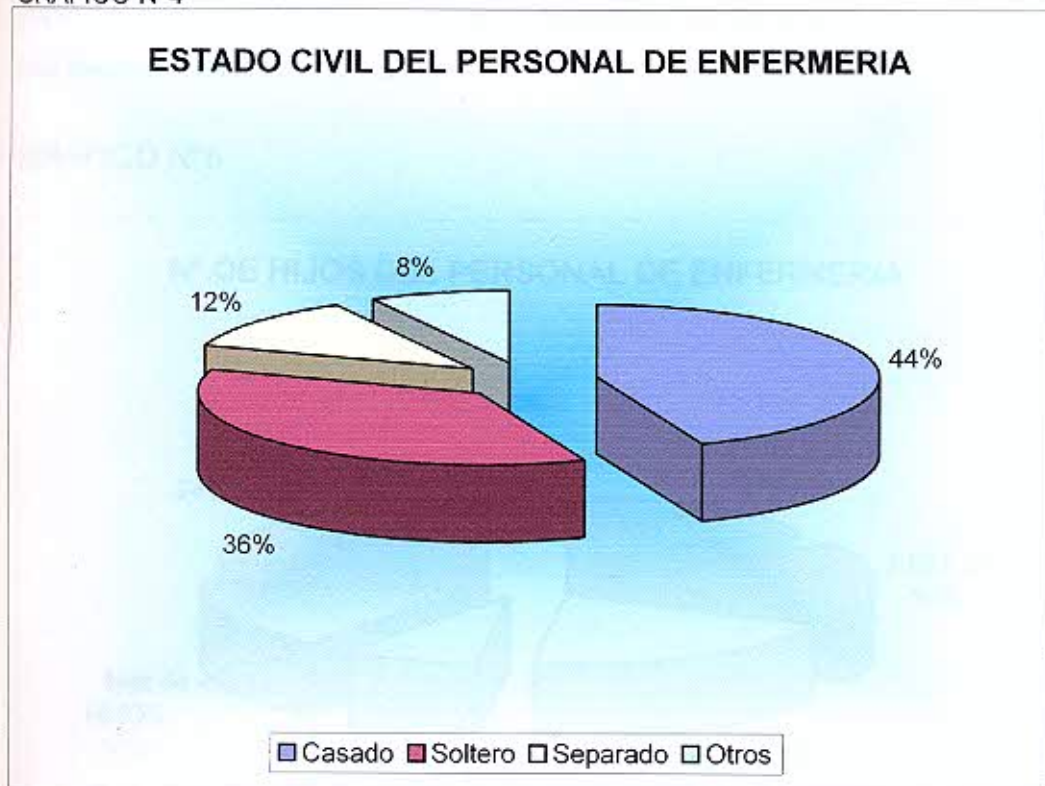
COMENTARIO: Se puede visualizar que el 40% de la población tienen más de 36 años, son de mediana edad, y un porcentaje relevante (20%) son mayores de 50 años..

TABLA N° 4: Enfermeros de los servicios en estudio del Hospital Luis Lagomaggiore por Estado Civil

ESTADO CIVIL	F ABSOLUTA	FR%
Casado	11	44%
Soltero	9	36%
Separado	3	12%
Otros	2	8%
TOTAL	25	100%

FUENTE : PROPIA ENTREVISTAS REALIZADAS A LOS ENFERMEROS EN ESTUDIO DEL HOSPITAL LUIS LAGOMAGGIORE EN EL PERIODO 2007,

GRAFICO N°4



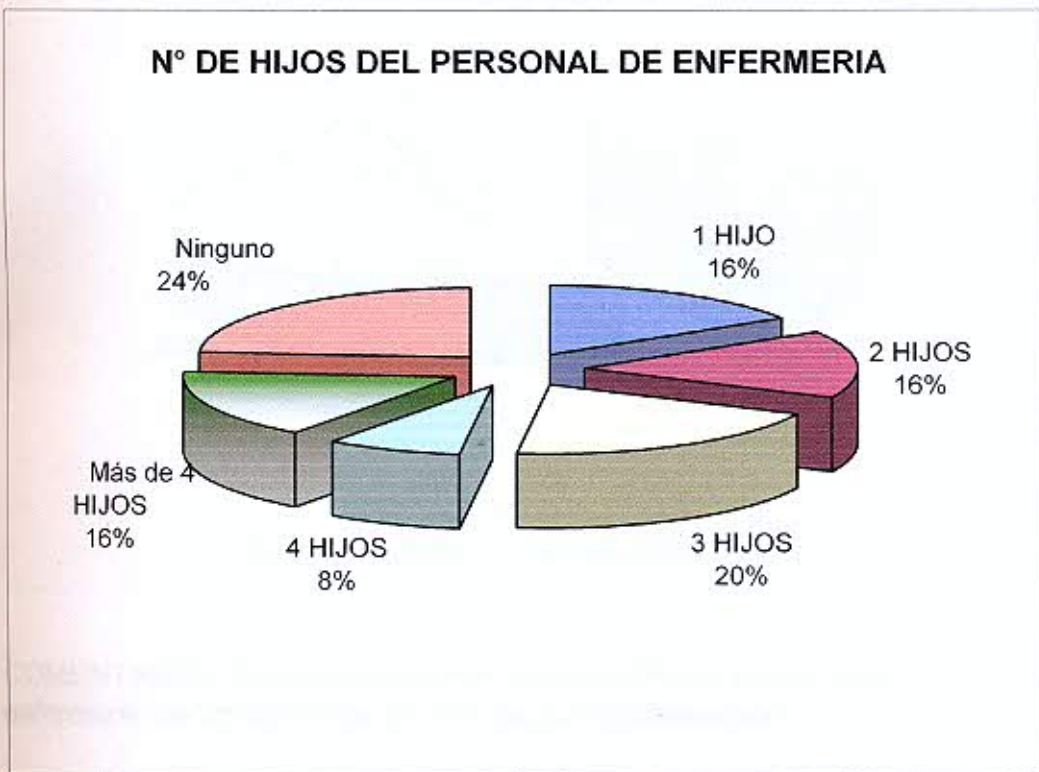
COMENTARIO: Se observa que un 44% del personal de enfermeria es casada, por otra parte el 36% son solteros/as

TABLA N° 5: Enfermeros de los servicios en estudio del Hospital Luis Lagomaggiore por Número de Hijos

N° DE HIJOS	F ABSOLUTA	FR%
1	4	16%
2	4	16%
3	5	20%
4	2	8%
Más de 4	4	16%
Ninguno	6	24%
TOTAL	25	100%

FUENTE : PROPIA ENTREVISTAS REALIZADAS A LOS ENFERMEROS EN ESTUDIO DEL HOSPITAL LUIS LAGOMAGGIORE EN EL PERIODO 2007.

GRAFICO N°5



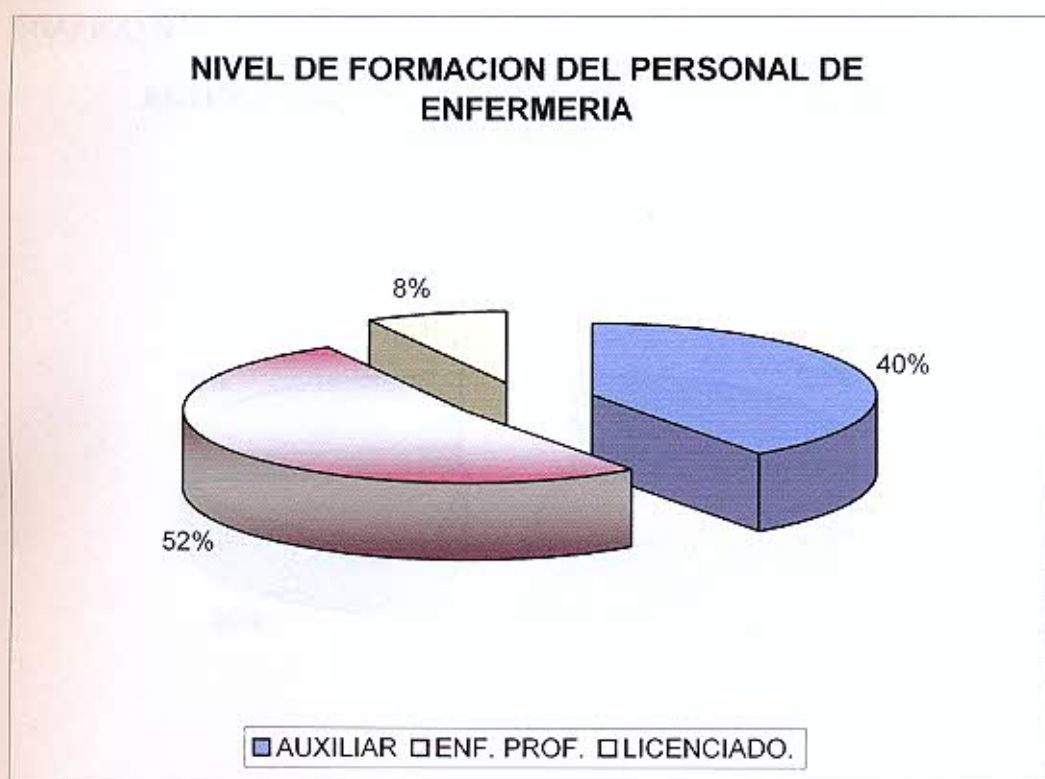
COMENTARIO: El 44% del personal de enfermería tiene una elevada carga familiar ya que tienen tres hijos y más

TABLA N° 6: Enfermeros de los servicios en estudio del Hospital Luis Lagomaggiore por Nivel de Formación

NIVEL DE FORMACIÓN	F ABSOLUTA	FR%
AUXILIAR	10	40%
ENF. PROF.	13	52%
LICENCIADO.	2	8%
TOTAL	25	100%

FUENTE : PROPIA ENTREVISTAS REALIZADAS A LOS ENFERMEROS EN ESTUDIO DEL HOSPITAL LUIS LAGOMAGGIORE EN EL PERIODO 2007,

GRAFICO N° 6



COMENTARIO: Se puede observar que el 60% del personal de enfermería de los servicios de estudio son profesionales.

FACTORES LABORALES

TABLA N° 7: Enfermeros de los servicios en estudio del Hospital Luis Lagomaggiore por Nivel de Formación

AÑOS	F ABSOLUTA	FR%
1 a 2	7	28%
3 a 5	6	24%
6 a 10	5	20%
Más de 11	7	28%
TOTAL	25	100%

FUENTE : PROPIA ENTREVISTAS REALIZADAS A LOS ENFERMEROS EN ESTUDIO DEL HOSPITAL LUIS LAGOMAGGIORE EN EL PERIODO 2007.

GRAFICO N° 7



COMENTARIO: Los datos nos revelan que los porcentajes más relevantes se encuentran en el primer y último intervalos siendo los de más reciente ingreso y los que cuentan con más de 10 años de antigüedad.

TABLA N° 8: Enfermeros de los servicios en estudio del Hospital Luis Lagomaggiore por condición laboral

Cond. Lab.	F ABSOLUTA	FR%
P. Permanente.	20	80%
P Temporal	0	
Contratado.	5	20%
TOTAL	25	100%

FUENTE : PROPIA ENTREVISTAS REALIZADAS A LOS ENFERMEROS EN ESTUDIO DEL HOSPITAL LUIS LAGOMAGGIORE EN EL PERIODO 2007,

GRAFICO N° 8



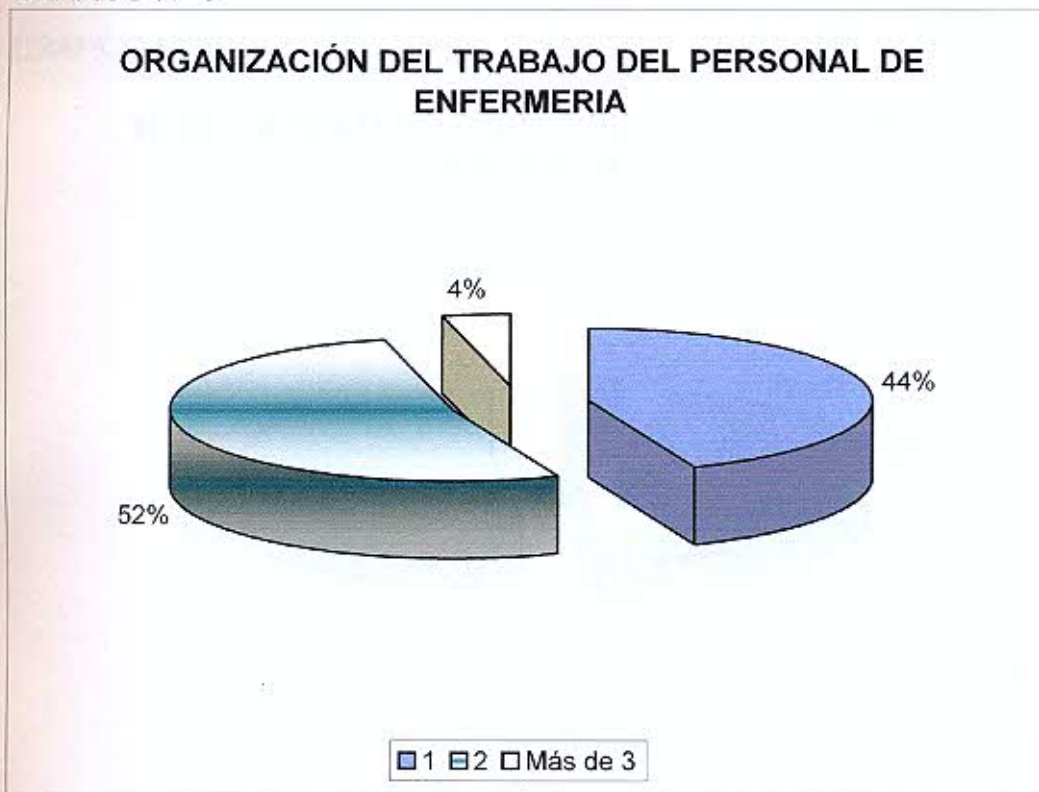
COMENTARIO: Se observa que el 80% del personal de enfermería trabaja en planta permanente.

TABLA N° 9: Enfermeros de los servicios en estudio del Hospital Luis Lagomaggiore por Organización de Trabajo

Org.del Trab	F ABSOLUTA	FR%
1	11	44%
2	13	52%
Más de 3	1	4%
TOTAL	25	100%

FUENTE : PROPIA ENTREVISTAS REALIZADAS A LOS ENFERMEROS EN ESTUDIO DEL HOSPITAL LUIS LAGOMAGGIORE EN EL PERIODO 2007,

GRAFICO N° 9



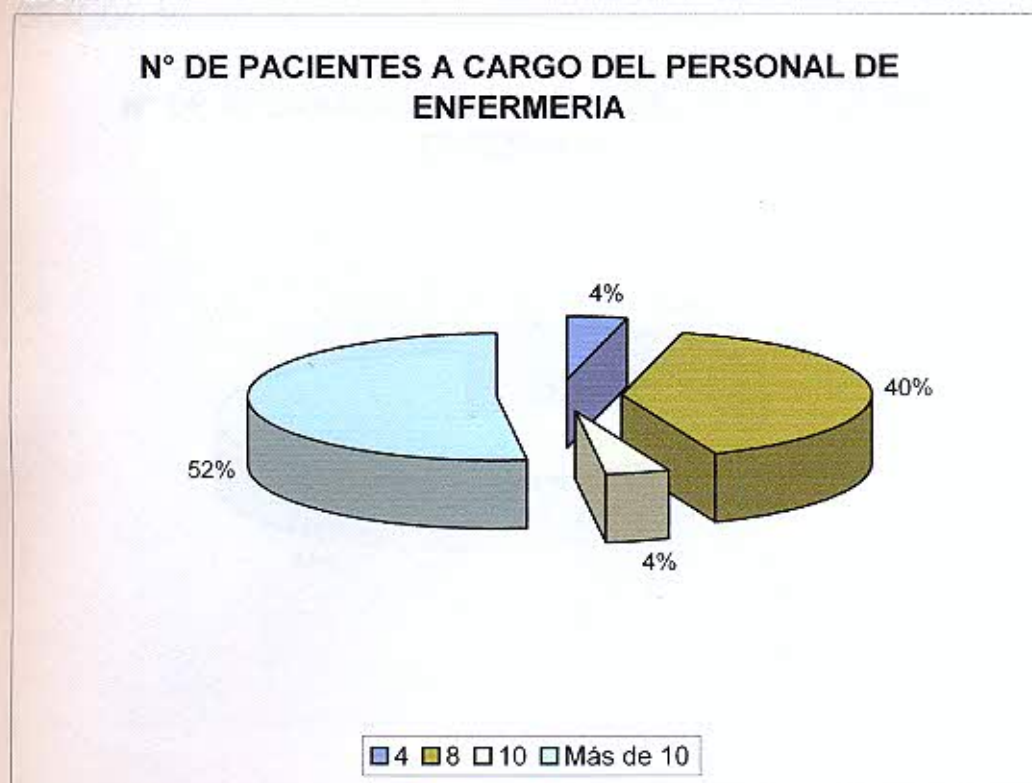
COMENTARIO: los datos nos revelan que el 56% tienen dos o más trabajos, factor que incide notablemente en los hábitos alimentarios

TABLA N° 10: Enfermeros de los servicios en estudio del Hospital Luis Lagomaggiore por número de pacientes a cargo

N° de PCTES	F ABSOLUTA	FR%
4	1	4%
8	10	40%
10	1	4%
Más de 10	13	52%
TOTAL	25	100%

FUENTE : PROPIA ENTREVISTAS REALIZADAS A LOS ENFERMEROS EN ESTUDIO DEL HOSPITAL LUIS LAGOMAGGIORE EN EL PERIODO 2007.

GRAFICO N° 10



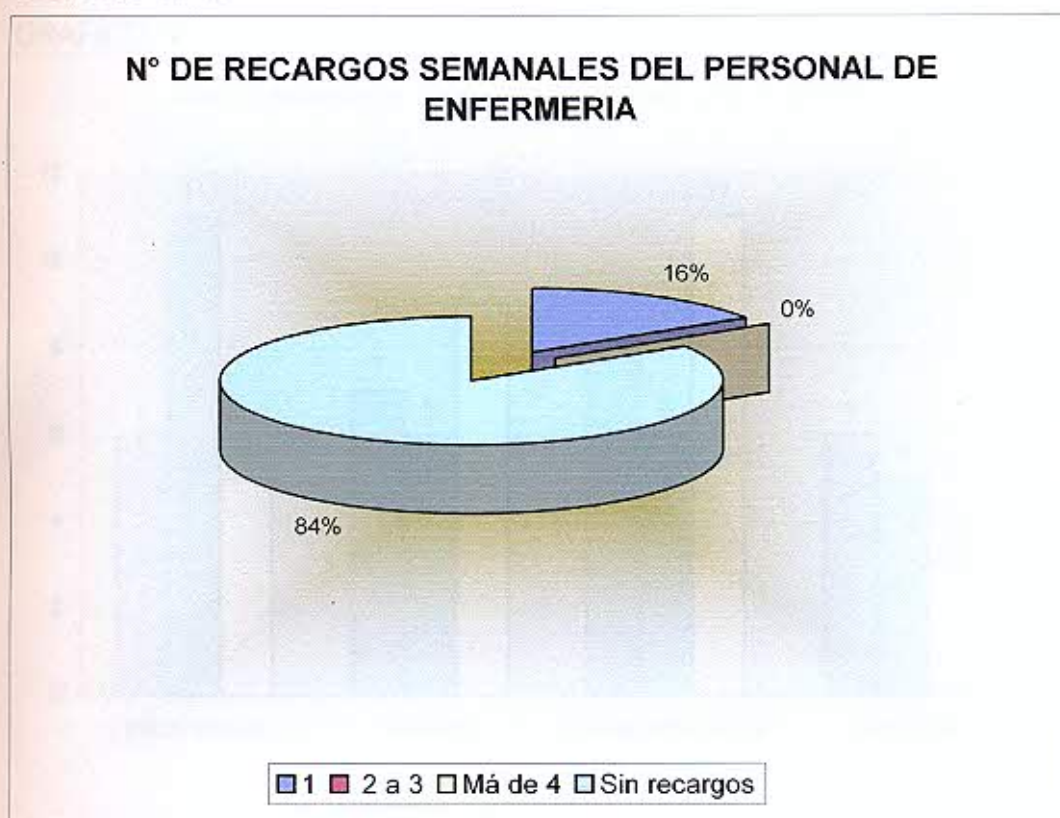
COMENTARIO: Personal de enfermería en un alto porcentaje, tienen más de 10 pacientes a cargo por lo que no cuentan con un tiempo libre para descanso, razón por lo que en muchas ocasiones no pueden ingerir alimentos en un periodo de ocho horas.

TABLA N° 11: Enfermeros de los servicios en estudio del Hospital Luis Lagomaggiore por número recargos semanales

N°de Rec. Sem	F ABSOLUTA	FR%
1	4	16%
2 a 3	0	0%
Má de 4	0	0%
Sin recargos	21	84%
TOTAL	25	100%

FUENTE : PROPIA ENTREVISTAS REALIZADAS A LOS ENFERMEROS EN ESTUDIO DEL HOSPITAL LUIS LAGOMAGGIORE EN EL PERIODO 2007,

GRAFICO N° 11



COMENTARIO: El 16% de los que manifiestan hacen recargo, es porque lo hacen en la misma institución y tienen un trabajo.

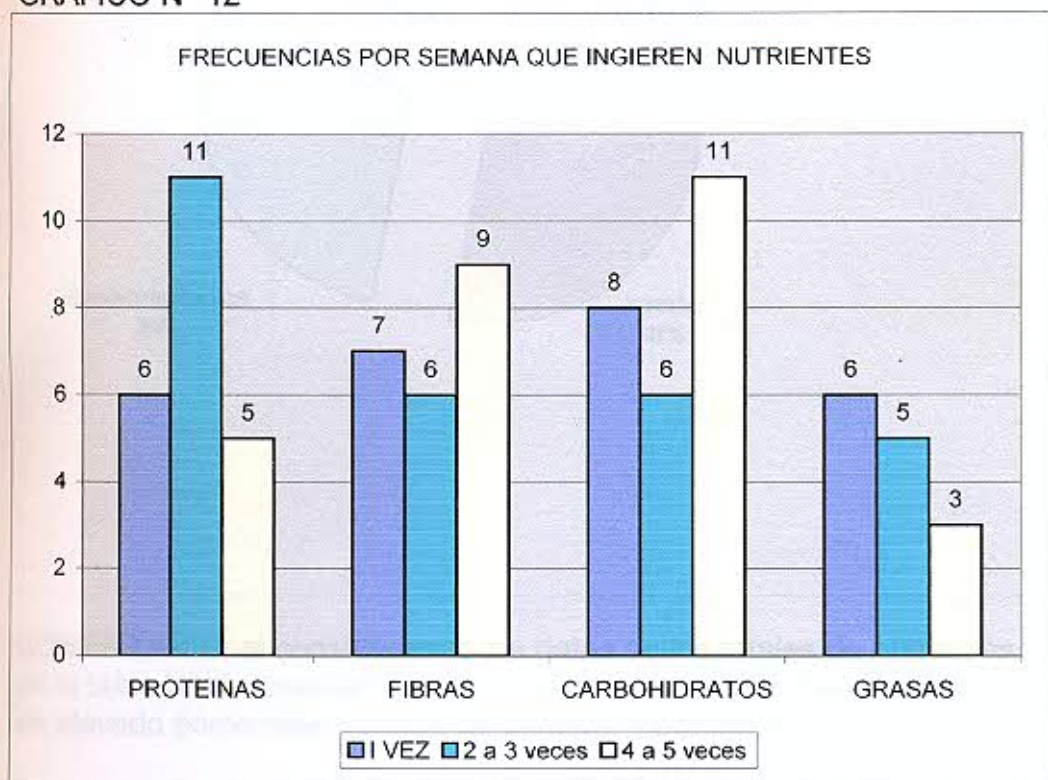
HABITOS ALIMENTARIOS

TABLA N° 12: Enfermeros de los servicios en estudio del Hospital Luis Lagomaggiore por Frecuencia semanal en que consumen nutrientes

NUTRIENTES	1 Vez	2 a 3	4 a 5	TOTAL
PROTEINAS	6	11	5	22
FIBRAS	7	6	9	22
CARBOHIDRATOS	8	6	11	25
GRASAS	6	5	3	14
TOTAL	27	28	28	83

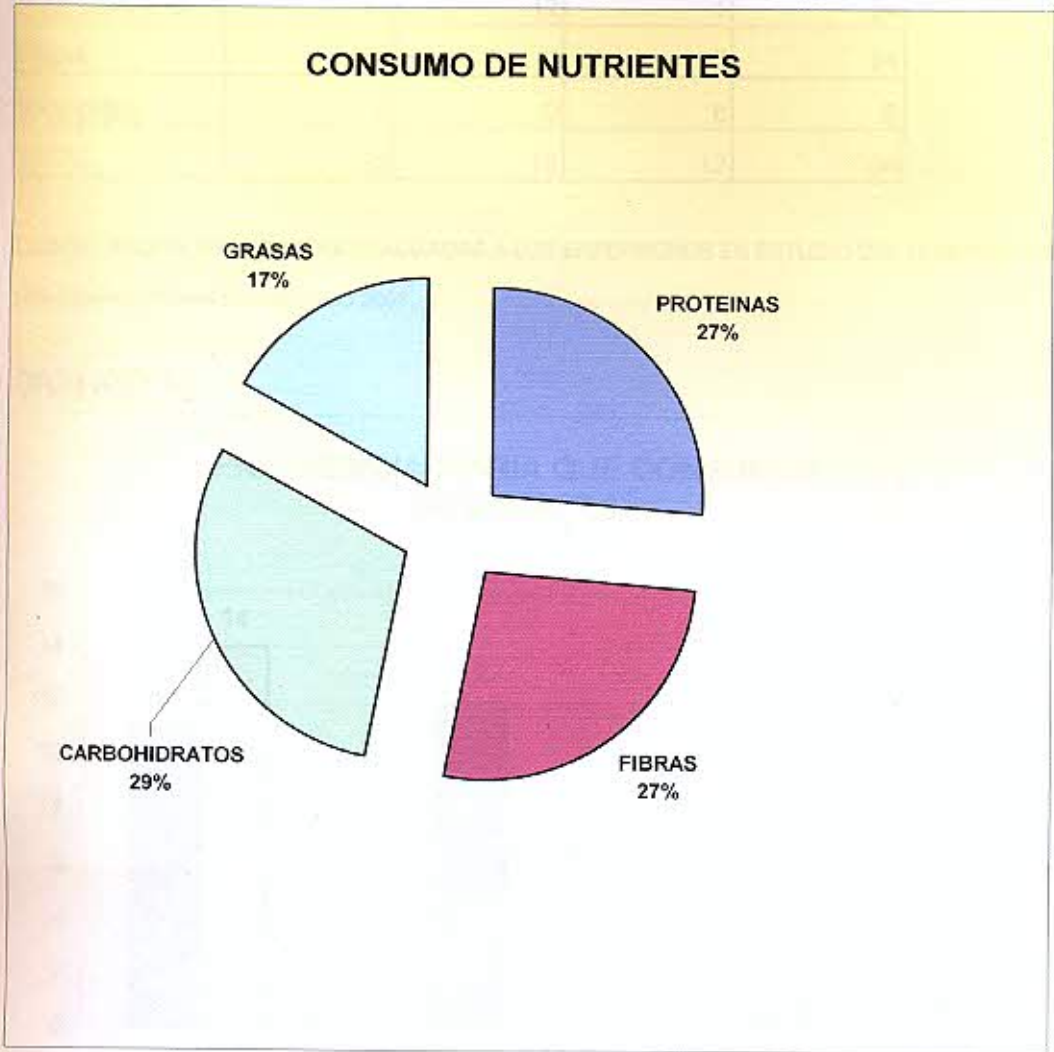
FUENTE : PROPIA ENTREVISTAS REALIZADAS A LOS ENFERMEROS EN ESTUDIO DEL HOSPITAL LUIS LAGOMAGGIORE EN EL PERIODO 2007,

GRAFICO N° 12



COMENTARIOS: en cuanto la frecuencia de consumo los enfermeros, ingieren en igual proporción los cuatros nutrientes, ya que lo van compensando según la frecuencia.

GRAFICO N° 13: Enfermeros de los servicios en estudio del Hospital Luis Lagomaggiore por consumo de nutrientes.



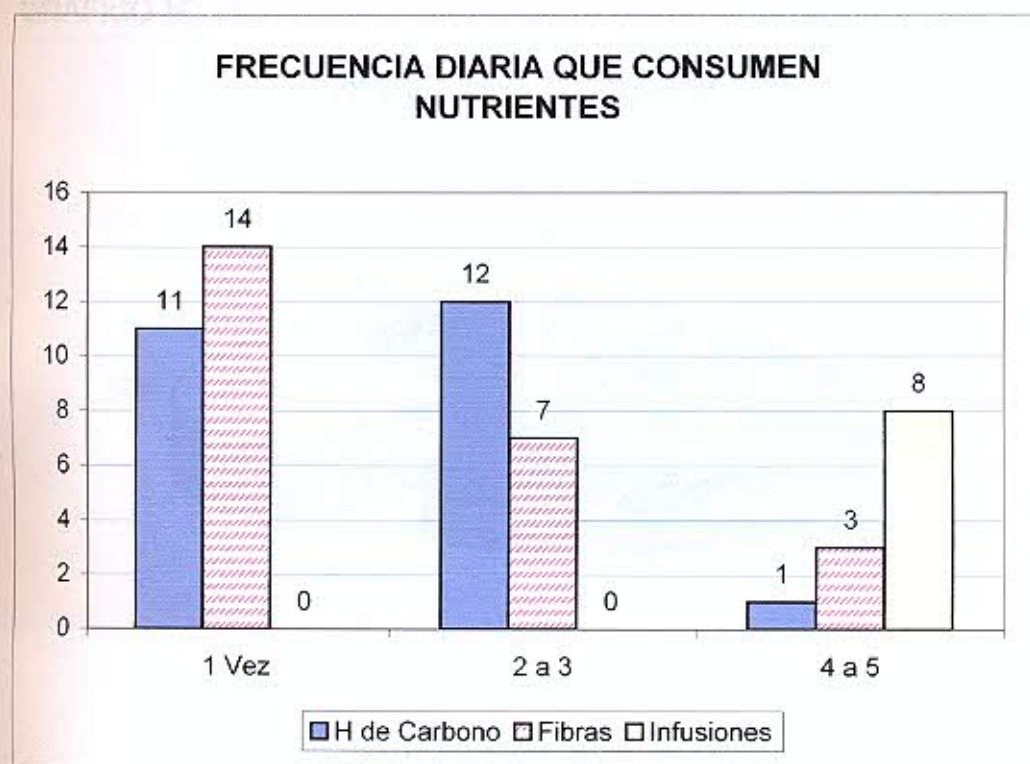
COMENTARIO: si consideramos los datos de los totales de nutrientes en la tabla N°11 observamos; que el personal de enfermería consumen en elevado porcentaje hidratos de carbono y proteínas.

TABLA N° 14: Enfermeros de los servicios en estudio del Hospital Luis Lagomaggiore por Frecuencia diaria en que consumen nutrientes

NUTRIENTES	1 Vez	2 a 3	4 a 5	TOTAL
H de Carbono	11	12	1	24
Fibras	14	7	3	24
Infusiones	0	0	8	8
TOTAL	25	19	12	56

FUENTE : PROPIA ENTREVISTAS REALIZADAS A LOS ENFERMEROS EN ESTUDIO DEL HOSPITAL LUIS LAGOMAGGIORE EN EL PERIODO 2007,

GRAFICO 14



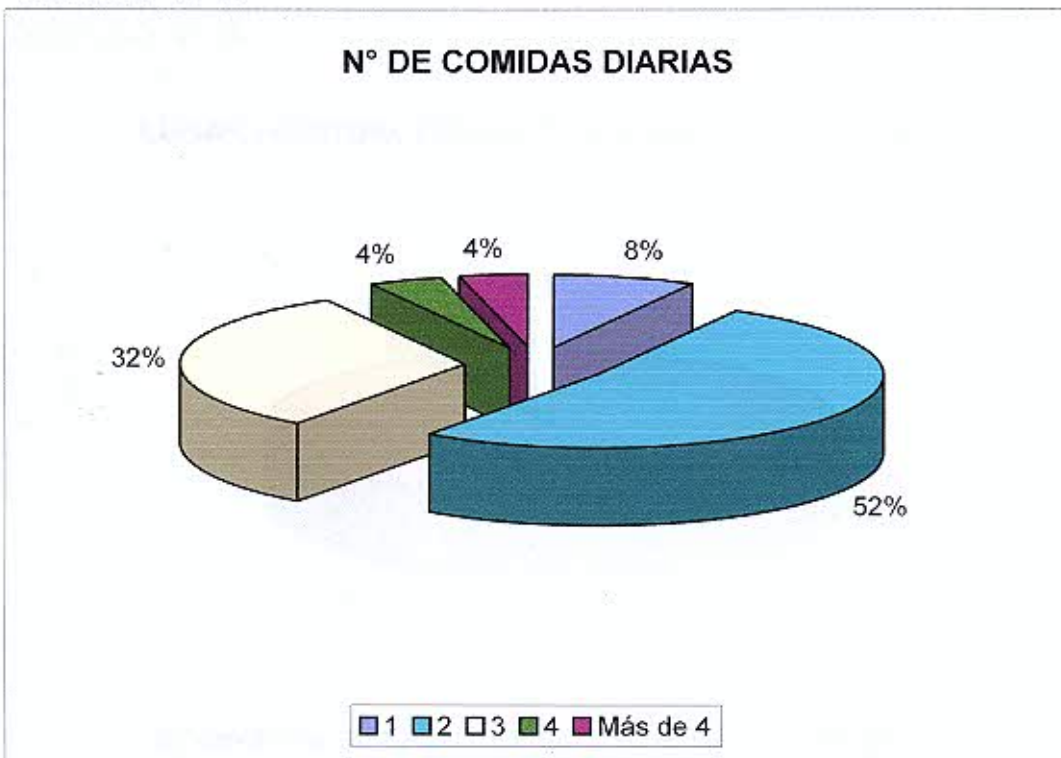
COMENTARIO: los hidratos de carbono son los de más alta frecuencia de consumo, y las infusiones que se ingiere de 4 a 5 veces al día

TABLA N° 15: Enfermeros de los servicios en estudio del Hospital Luis Lagomaggiore por Número de comidas diarias que ingieren.

N°de Com.Diar	F ABSOLUTA	FR%
1	2	8%
2	13	52%
3	8	32%
4	1	4%
Más de 4	1	4%
TOTAL	25	100%

FUENTE : PROPIA ENTREVISTAS REALIZADAS A LOS ENFERMEROS EN ESTUDIO DEL HOSPITAL LUIS LAGOMAGGIORE EN EL PERIODO 2007,

GRAFICO N° 15



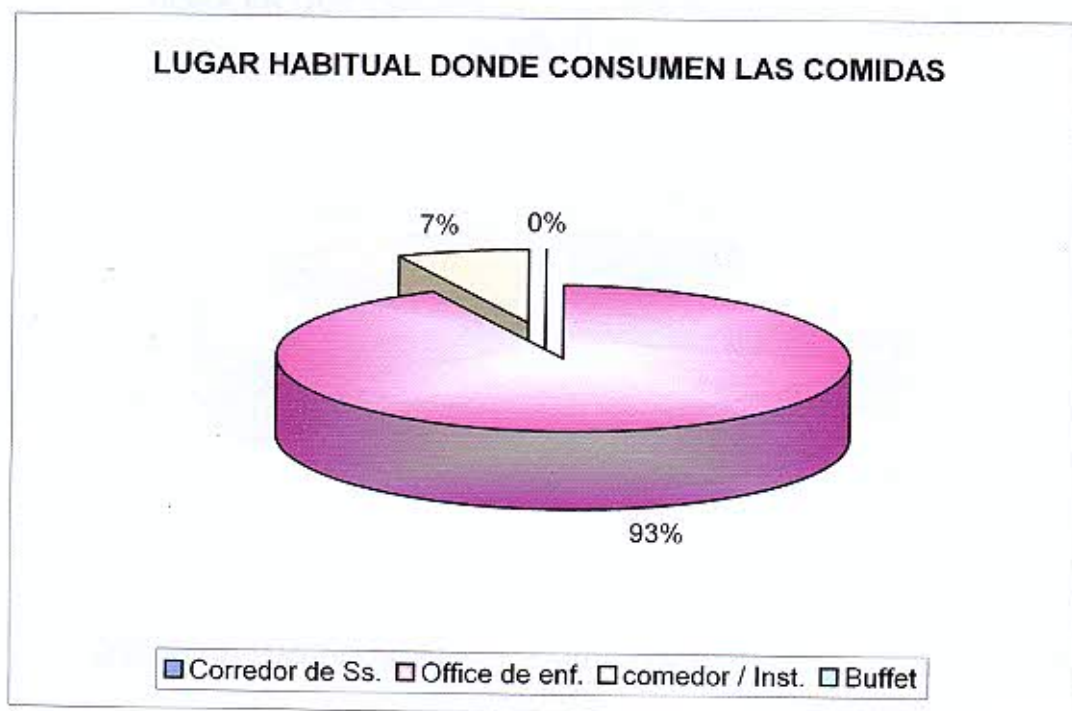
COMENTARIO: se constata que según lo que manifiestan los encuestados el 52% sólo consumen dos comidas diarias.

TABLA N° 16: Enfermeros de los servicios en estudio del Hospital Luis Lagomaggiore por Lugar donde consumen los alimentos.

LUGAR HAB.	F ABSOLUTA	FR%
Corredor de Ss.	0	0%
Office de enf.	25	100%
comedor / Inst.	2	8%
Buffet	0	0%
TOTAL	27	108%

FUENTE : PROPIA ENTREVISTAS REALIZADAS A LOS ENFERMEROS EN ESTUDIO DEL HOSPITAL LUIS LAGOMAGGIORE EN EL PERIODO 2007,

GRAFICO N° 16



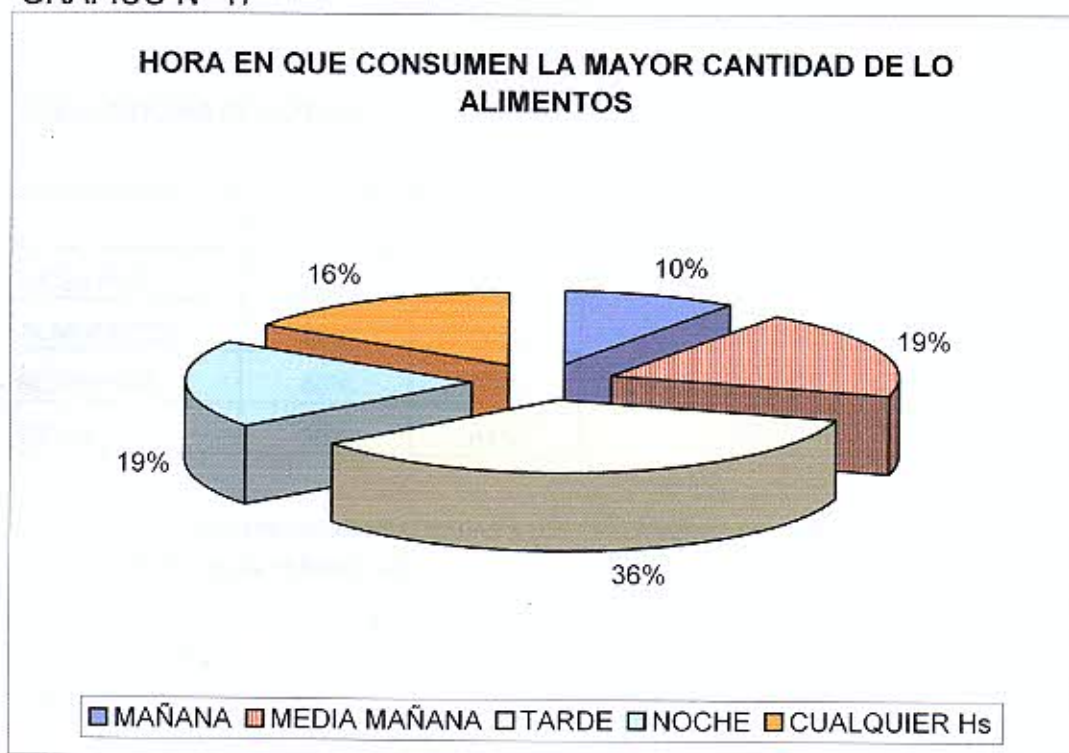
COMENTARIO: EL 100% de los enfermeros consumen los alimentos en el office de enfermería, lugar no adecuado y no saludable.

TABLA N° 17: Enfermeros de los servicios en estudio del Hospital Luis Lagomaggiore por Horario que consumen los alimentos

HORA	F ABSOLUTA	FR%
MAÑANA	3	12%
MEDIA MAÑANA	6	24%
TARDE	11	44%
NOCHE	6	24%
CUALQUIER Hs	5	20%
TOTAL	31	124%

FUENTE : PROPIA ENTREVISTAS REALIZADAS A LOS ENFERMEROS EN ESTUDIO DEL HOSPITAL LUIS LAGOMAGGIORE EN EL PERIODO 2007,

GRAFICO N° 17



COMENTARIO: Se puede observar que el 36 % del personal de enfermería consume la mayor cantidad de los alimentos en el horario tarde, y el 19 % en el horario de media mañana y noche.

TABLA N° 18: Enfermeros de los servicios en estudio del Hospital Luis Lagomaggiore por Horario que consumen los alimentos

FRECUENCIA ABSOLUTA

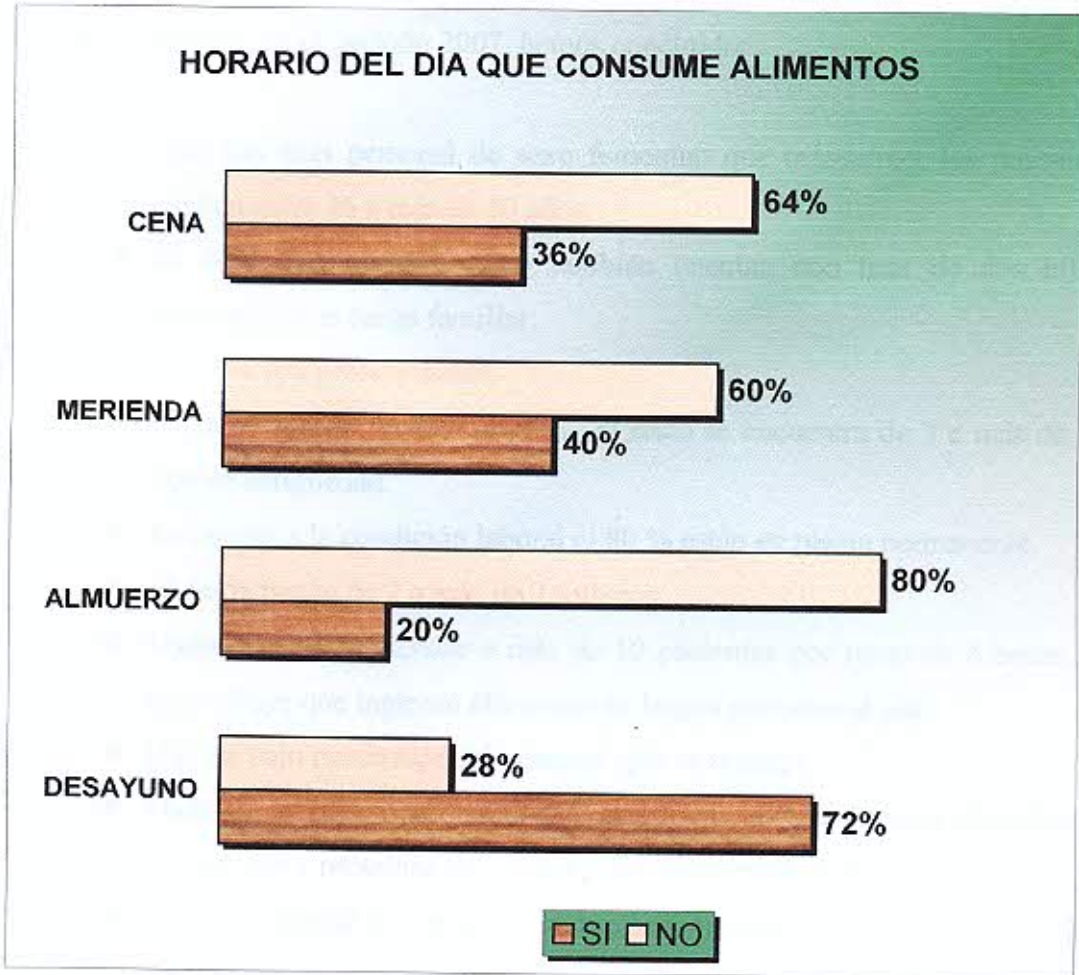
	SI	NO
DESAYUNO	18	7
ALMUERZO	5	20
MERIENDA	10	15
CENA	9	16
TOTAL	42	58

FRECUENCIAS RELATIVAS

	SI	NO
DESAYUNO	72%	28%
ALMUERZO	20%	80%
MERIENDA	40%	60%
CENA	36%	64%

FUENTE : PROPIA ENTREVISTAS REALIZADAS A LOS ENFERMEROS EN ESTUDIO DEL HOSPITAL LUIS LAGOMAGGIORE EN EL PERIODO 2007,

GRAFICO N° 18



COMENTARIO: El 72% desayuna en la institución y menor porcentaje el 40% de que meriendan en el hospital.

CONCLUSIÓN

Basándonos en los datos obtenidos de las entrevistas realizadas a los profesionales de enfermería de los servicios en estudio del Hospital Luís Lagomaggiore, en el período 2007, hemos concluido:

- * Que hay más personal de sexo femenino que masculino, los promedio oscilan entre 36 a más de 50 años.
- * El 44% son casados como también cuentan con más de dos hijos, aumentando la carga familiar.
- * El 58 % son profesionales.
- * El 28 % son de reciente ingreso, el resto se encuentra de 3 a más de 11 año de antigüedad.
- * En cuanto a la condición laboral el 80 % están en planta permanente.
- * El 56 % tienen de 2 a más de 2 trabajos.
- * Dado que deben atender a más de 10 pacientes por turno de 8 horas, lo que influye que ingieran alimentos en largos periodos al día.
- * Hay un bajo porcentaje del personal que se recarga.
- * Dado con el poco tiempo que disponen lo que más consumen son hidratos de carbono y proteínas en un alto porcentaje por semana.
- * En la frecuencia diaria de consumo de nutrientes, hay un alto porcentaje de hidratos de carbono, pero hay una elevada cantidad de frecuencia que consumen infusiones.
- * Hay un 52 % de la población encuestada que solo consume 2 comidas diarias, que pueden ser nutrientes o infusiones.
- * Dado al escaso tiempo con que cuentan los profesionales de enfermería, consumen sus alimentos en lugares no adecuados como el office de enfermería.

- * Los que más consumen alimentos son del turno tarde y noche, porque disminuye el nivel de trabajo.
- * El 72 % desayuna y un 40 % merienda en el trabajo.
- * Que si bien desayunan en la institución y meriendan en el mismo es importante resaltar que un alto índice de la población no lo hace en sus casas.
- * Dado que más del 50 % de la población tiene 2 trabajo o más, que es un factor que incide notablemente en la adquisición de malos hábitos alimentarios.

PROPUESTAS

- Solicitar al Departamento de enfermería y al Director del Hospital Luís Lagomaggiore que se respete la Ley N° 6836, Art.9, Ejercicio de la profesión de enfermería.
- Que el personal de enfermería, consulte la atención de un profesional en Nutrición, de manera de pueda conocer su situación nutricional.
- Que la Institución les brinde a todo el personal de enfermería de cada turno los alimentos indicados por el profesional en Nutrición.
- Que en cada servicio y turno del Hospital tenga como Normativa para todo el personal de enfermería a realizarse un control médico anual; brindándoles un día entero para realizarlo sin descuento remunerativo.
- Que todo el personal de enfermería prepare charlas educativas en cada servicio y turno, con diferentes temas relacionados con la salud y prevención de enfermedades.
- Que el encargado de cada servicio realice afiches con los temas más importantes dados en cada charla y que los publique.

BIBLIOGRAFIA CONSULTADA

- DR. ROQUE BENJAMÍN FERNÁNDEZ, ING. FÉLIX MANUEL CIRIO."Guía de alimentación para los Argentinos". Ministerio de Economía, Obras y Servicios Públicos. Primera Edición – 1996- Presidencia de la Nación.
- SUZANNE C. SMELTZER. Y BRENDA G. BARE /Brunner y suddarth-/enf. Médico- quirúrgico 9º edición/ Mcgraw-hill- Interamericana. Año 2002.
- CARRERA, GABRIELA. REASCOS, NANCY. LIC. ROSA CASTRO DE YÉPEZ. Y OTRAS. "Manual de la Enfermería". Edición MMV - Cultural SA – Madrid- España. www.grupocultural.com
- JOAN LUCKMANN, MA; Cuidados de Enfermería. Saunders. Volumen N° 1. Mc Graw – Hill Interamericana con derechos reservados Año 2000.
- PATRICIA A. POTTER. ANNE GRIFFIN PERRY. "Fundamentos de Enfermería - tercera Edición – España. 2001

ANEXOS

**FACTORES QUE INFLUYEN EN LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS
EN EL PERSONAL DE ENFERMERÍA, 2º PISO
HOSPITAL LAGOMMAGGIORE- AÑO 2007**

Unidad de análisis:.....

Servicio:.....

Turno M T N

A- CARACTERÍSTICAS DEL PERSONAL

1) SEXO: M F

2) EDAD:..... 3) ESTADO CIVIL:..... 4) N° DE HIJOS:.....

5) NIVEL DE FORMACIÓN AUX. EP L

B- FACTORES LABORALES

6) ANITGUEDAD EN EL SERVICIO:.....

7) CONDICIONES LABORALES: PP PT C

8) ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO 1 2 Más de 2

9) N° DE PACIENTES 4 8 10 Más de 10

10) N° RECARGOS POR SEMANA: 1
2 a 3
+ de 4
Ninguno

C-HÁBITOS ALIMENTARIOS

¿CADA CUANTO CONSUME LOS SIGUIENTES NUTRIENTES?

FRECUENCIA	Proteínas	Fibras	Hidratos carbonatos	Grasas
1 vez a la semana				
2 a 3 veces al semana				
4 a 5 veces a la semana				
1 vez por mes				

FRECUENCIA	CONSUMO POR DÍA		
	Hidratos carbonatos	Fibras	Infusiones
1 vez al día			
2 a 3 veces al día			
4 a 5 veces al día			
1 vez por semana			

¿CUANTAS COMIDAS DIARIAS REALIZA?

2 3 4 +

¿EN QUE LUGAR CONSUME LAS COMIDAS HABITUALES?

- * Corredor del servicio
- * Office de Enfermería
- * Cocina de la institución
- * Buffet fuera de la institución
- * Otro espacio en el servicio

¿EN QUE HORARIO INGIEREN LA MAYOR CANTIDAD DE LOS ALIMENTOS?

- ⊕ Mañana
- ⊕ Media mañana
- ⊕ Tarde
- ⊕ Noche
- ⊕ Cualquier hora del día
- ⊕ ¿Desayunas en el trabajo?
- ⊕ ¿Almuerzas en el trabajo?
- ⊕ ¿Merienda en el trabajo?
- ⊕ ¿Cenas en el trabajo?

MATRIZ DE DATOS

SERVICIOS	CARACTERISTICA DEL PERSONAL										FACTORES LABORES											
	UNICA	g	CARGO	CARGO	SEXO	Edad	ESTADO CIVIL	IF DE HIJOS	ANT. DE FORMACION	ANT. DE EDAD	CONDICION LABORAL	GRUPO DE TRABAJO	PRE DE PACIENTE	IF DE SERVICIOS SEMAN								
U	M	F	M	T	F	M	F	a	b	c	d	e	f	g	h	i	j	k	l	m	n	
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																						
35																						
36																						
37																						
38																						
39																						
40																						
41																						
42																						
43																						
44																						
45																						
46																						
47																						
48																						
49																						
50																						
51																						
52																						
53																						
54																						
55																						
56																						
57																						
58																						
59																						
60																						
61																						
62																						
63																						
64																						
65																						
66																						
67																						
68																						
69																						
70																						
71																						
72																						
73																						
74																						
75																						
76																						
77																						
78																						
79																						
80																						
81																						
82																						
83																						
84																						
85																						
86																						
87																						
88																						
89																						
90																						
91																						
92																						
93																						
94																						
95																						
96																						
97																						
98																						
99																						
100																						

