



*Factores de riesgo psicosocial en los trabajadores operativos en el área de producción de una importadora industrial y su relación con el desarrollo de enfermedades metabólicas*

*Psychosocial risk factors in operative workers in the production area of an industrial importer and their relationship with the development of metabolic diseases*

*Factores de risco psicossocial nos trabalhadores operatórios na área de produção de um importador industrial e a sua relação com o desenvolvimento de doenças metabólicas*

Elsa Verónica Solorzano Camino<sup>I</sup>

[e.solorzanoc96@gmail.com](mailto:e.solorzanoc96@gmail.com)

<https://orcid.org/0009-0008-0241-3868>

Anggie Stephany Bazurto Jordán<sup>II</sup>

[abazurto153@gmail.com](mailto:abazurto153@gmail.com)

<https://orcid.org/0009-0009-9187-8428>

**Correspondencia:** [e.solorzanoc96@gmail.com](mailto:e.solorzanoc96@gmail.com)

Ciencias Médicas  
Artículo de Investigación

\* **Recibido:** 24 de julio de 2024 \* **Aceptado:** 28 de julio de 2024 \* **Publicado:** 25 de septiembre de 2024

- I. Estudiante de la Maestría en Salud y Seguridad Ocupacional, Universidad Iberoamericana del Ecuador.
- II. Estudiante de la Maestría en Salud y Seguridad Ocupacional, Universidad Iberoamericana del Ecuador.

## Resumen

En el presente artículo científico, se procede a abordar factores de riesgo de enfermedades metabólicas y las implicaciones psicosociales de los trabajadores, así como el impacto negativo para el sector productivo, donde se procede a hacer un análisis minucioso de este padecimiento y cómo el mismo afecta la salud integral del empleado u obrero. Asimismo, se estudian las implicaciones para las organizaciones producto de reposos o accidentes que pueden llegar a producirse, afectando de manera directa en la capacidad productiva, en la competitividad, en los márgenes de ganancias y generando pérdidas debido a que se incrementan costos de producción, pudiendo afectar su participación en los mercados nacionales e internacionales. En cuanto a la metodología para el presente estudio se consideró el paradigma de la modernidad, con una abordaje cuantitativo, cuya investigación es de campo, debido que se realizó en la “Importadora A” donde se tomó una población de 51 trabajadores. Finalmente, se pudo concluir que las enfermedades metabólicas afectan la vida del trabajador en el ámbito laboral y familiar, debido a que merma su salud física y psicológica, estando expuesto a sufrir accidentes en su puesto de trabajo y a estar en periodos de reposo, incidiendo en su capacidad productiva y afectando a la organización.

**Palabras Clave:** Enfermedades metabólicas, trabajadores y sector productivo.

## Abstract

In this scientific article, we proceed to address the risk factors of metabolic diseases and the psychosocial implications of workers, as well as the negative impact on the productive sector, where a thorough analysis of this condition is made and how it affects the comprehensive health of the employee or worker. Likewise, the implications for organizations resulting from rest or accidents that may occur are studied, directly affecting productive capacity, competitiveness, profit margins and generating losses due to increased production costs, which may affect their participation in national and international markets. Regarding the methodology for the present study, the paradigm of modernity was considered, with a quantitative approach, whose research is field, since it was carried out in "Importadora A" where a population of 51 workers was taken. Finally, it was concluded that metabolic diseases affect the life of the worker in the work and family environment, because they undermine their physical and psychological health, being

exposed to accidents in their workplace and to being in periods of rest, influencing their productive capacity and affecting the organization.

**Keywords:** Metabolic diseases, workers and productive sector.

## Resumo

Neste artigo científico, procedemos a abordar os factores de risco das doenças metabólicas e as implicações psicossociais dos trabalhadores, bem como o impacto negativo no sector produtivo, onde é feita uma análise aprofundada desta condição e como afeta a saúde abrangente da o funcionário ou o trabalhador. Da mesma forma, as implicações para as organizações resultantes de descanso ou acidentes que podem ocorrer são estudadas, afetando diretamente a capacidade produtiva, a competitividade, as margens de lucro e a geração de perdas devido ao aumento dos custos de produção, que podem afetar a sua participação nos mercados nacionais e internacionais. Em relação à metodologia para o presente estudo, foi considerado o paradigma da modernidade, com uma abordagem quantitativa, cuja investigação é um campo, uma vez que foi realizada em "Importadora A" onde foi tomada uma população de 51 trabalhadores. Finalmente, concluiu-se que as doenças metabólicas afetam a vida do trabalhador no ambiente de trabalho e familiar, porque prejudicam a sua saúde física e psicológica, estando expostos a acidentes no seu local de trabalho e a estar em períodos de descanso, influenciando a sua capacidade produtiva e afetando a organização.

**Palavras-chave:** Doenças metabólicas, trabalhadores e setor produtivo.

## Introducción

En la actualidad, las organizaciones se ocupan de la salud de sus trabajadores, debido a que las mismas pueden verse afectadas en su nivel de productividad y su margen de ganancias, producto de qué gastos médicos, trabajadores que están de reposo, accidentes laborales, daños a las maquinarias y equipos, paralización de los procesos de trabajo, perdidas de horas hombre afectan sustancialmente la competitividad en los mercados mundiales, generando pérdidas e incrementando los gastos operativos y minimizando los márgenes de ganancias, llevándolos a sí a menor participación en el mercado nacional e internacional. En relación a este punto, es importante observar algunos datos estadísticos reflejados por el Ministerio de Salud Pública de

Ecuador. (2019) que cita a la Organización Panamericana de la Salud (2019) donde indica lo siguiente:

Los problemas de salud relacionados con el trabajo ocasionan pérdidas entre el 4% al 6% del PIB. Sin embargo, las investigaciones han manifestado que las iniciativas en el lugar de trabajo pueden reducir el ausentismo por enfermedad en un 27% y los costos de atención en salud para las empresas un 26%. “Los servicios sanitarios básicos para prevenir enfermedades ocupacionales y relacionadas con el trabajo cuestan una media de entre US\$18 y US\$60 por trabajador. (1,p.1).

Hay que destacar que la enfermedades de tipo metabólico se gestan en gran medida por los hábitos poco saludables, incluso en algunas organizaciones se brindan alimentos con mucho carbohidrato que ayudan al desarrollo de estas enfermedades. Lo que es cierto que el consumo de alimentos y prácticas de vida poco saludables, son agentes multifactoriales que ayudan al desarrollo, aparición de padecimientos que merman la calidad de vida, su capacidad productiva en el entorno laboral e incluso afectan su vida social generándose en el tiempo afecciones crónicas tales como: diabetes tipo II, obesidad, hipertensión, problemas cardiacos. En este sentido Centro Médico Teknon (2023) indica lo siguiente: “Las enfermedades metabólicas más frecuentes son la obesidad, la diabetes mellitus, las dislipemias (cifras elevadas de colesterol y/o triglicéridos) y la hipertensión arterial. (2, p.1)

Todo lo antes señalado hace denotar cómo la enfermedad metabólica afecta no solo la salud integral del trabajador, sino al sistema de salud y a las organizaciones en sus distintos modos de producción. Por esta razón, se procede a desarrollar un artículo científico donde se analiza de forma minuciosa esta problemática, donde se plasmarán aspectos relacionados con la enfermedad metabólica, cómo incide en su desarrollo biológico y a su vez las implicaciones para los sistemas de producción fabril específicamente en el caso de estudio de la Importadora “A”.

## **Metodología**

Para la construcción del presente artículo científico se procedió abordar el tema a través del paradigma de modernidad, donde se empleó 51 trabajadores de la Importadora “A” que fueron

encuestados y esto permitió la construcción del trabajo científico. No obstante, por las características del estudio se ubico en el paradigma positivista que es descrito por el Fondo editorial de la UBA (2021) que cita a Damiani (2009) como:

La denominación de ciencia a la lógica y a la matemática, que si consideran lenguajes rigurosos al servicio de las ciencias empíricas, donde las variables son símbolos matemáticos y las relaciones estructurales entre las variables consisten en una ecuación. La ciencia usa el método científico como forma de verificar sus hipótesis y la investigación es metódica, así como planeada. (3; p.7)

En cuanto al tipo de investigación se consideró la investigación de campo Según los investigadores Santa Palella y Feliberto Martins, (2017) se hace la recolección de datos directo de la realidad, sin manipular o controlar las variables. Estudia los fenómenos sociales en su ambiente natural. El investigador no manipula variables debido a que se pierde el entorno de naturalidad en el cual se manifiesta. (4; p.20) por lo que se procedió obtener información del personal que labora en la importadora “A”

Asimismo, se empleó como método el método descriptivo, el cual ayudó a profundizar todo lo concerniente a las enfermedades metabólicas que afectan la vida del trabajador y sus actividades cotidianas en el ámbito social y laboral, repercutiendo negativamente en la organización. Este es definido por Fondo editorial de la UBA (2021) que cita a Palella y Martins (2006) como: “descripción, registro, análisis e interpretación de la naturaleza actual” de los fenómenos. Las variables se enuncian en los objetivos de la investigación que se desarrolla, hace énfasis en conclusiones dominantes o como un fenómeno funciona en el momento. (3; p.18) Por lo que se expone los resultados de la investigación tal cual como se observa en la realidad, donde el procesamiento de la información a través de encuestas realizadas a los trabajadores, donde se procedió a tabular la información y presentar tablas y gráficos para la exposición de los resultados.

## Resultados

Es oportuno resaltar que las enfermedades metabólicas afectan a los trabajadores de las organizaciones, debido que esta es unas afecciones que crecen en la población, productos a distintos agentes adversos como la genéticas y otros agentes causales como malos hábitos que inciden negativamente en los trabajadores. De allí la vigilancia que debe tener las organizaciones con sus trabajadores, debido que esto afecta la salud del trabajador y incide en el rendimiento laboral de sus colaboradores, estas anomalías metabólicas son factores de riesgo que conducen al desarrollo de enfermedades metabólicas. Dichas enfermedades han venido aumentando su prevalencia en todas las naciones, viéndose afectada una gran parte de la población mundial, la cual está incidiendo de manera directa en la población económicamente activa, mermando su capacidad productiva de las empresas e incluso generando un incremento en costo al sistema de salud pública para así atender a los pacientes con este tipo de afecciones metabólicas. En relación a este punto Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) (2024): "La morbilidad y la mortalidad prematuras debidas a la diabetes y a enfermedades cardiovasculares sobrepasan la capacidad de los presupuestos sanitarios de muchos países." (5;p.21)

Por tal razón, las compañías deben involucrarse y tomar acciones a través de su departamento de seguridad industrial, donde deberá hacer evaluaciones médicas de manera periódica, así como exámenes médicos pre-empleo que constante la salud de sus trabajadores, así como elaborar charlas informativas que permitan brindar información relevante de las consecuencias en el desarrollo de las enfermedades metabólicas y cómo contrarrestar la aparición de las mismas, debido a que merman la salud física y psicológica del trabajador afectado, obtención y mantenimiento de capital humano idóneo para los distintos puestos de trabajo que ofrece la organización. En este sentido Organización Mundial de la Salud (2022) indica lo siguiente:

La protección de la salud y la seguridad de los trabajadores de la salud contribuyen a mejorar la productividad, la satisfacción con el empleo y la retención de los propios trabajadores de la salud. También facilita el cumplimiento normativo de los establecimientos de salud con relación a las leyes y reglamentos nacionales en materia de salud y seguridad ocupacional... A escala mundial, la mejora de la salud, la seguridad y el bienestar de los trabajadores de la salud reduce los costos de los daños ocupacionales (que se calcula alcanzan hasta el 2% del gasto en salud) y contribuye

a minimizar el daño a los pacientes (cuyas estimaciones se aproximan al 12% del gasto en salud. (6, p.1)

Estos datos estadísticos emitidos por Organización Mundial de la Salud así como la realidad que vive Bolivia y resto de los países de la región. En relación a este aspecto Sucre (2021) que cita a la OMS (2020) hace el siguiente señalamiento: “Bolivia en el 2019 la diabetes causo 48,3 defunciones por 100.000 habitantes, lo que la ubica en el quintil 4 (60 y 80% de todos los países) La diabetes mal controlada aumenta las posibilidades de complicaciones y por los datos anteriores, puede causar mortalidad prematura”. (7; p.1) Por tal razón se procedió a efectuar dicha Importadora “A” donde se observo que el servicio médico reportaba algunos problemas que inciden en la salud de sus trabajadores por lo que se procedió a identificar las enfermedades metabólicas predominantes y los factores que influyen en su desarrollo. En dichas encuestas se procedió a evaluaron variables como la edad, el sexo, la autonomía en el trabajo, la antigüedad en la empresa, la carga laboral, el estrés laboral, el apoyo de los supervisores, las relaciones interpersonales, el equilibrio entre trabajo y vida personal, el estado de salud general, los diagnósticos de enfermedades laborales, la actividad física, los hábitos alimenticios y las horas de sueño.

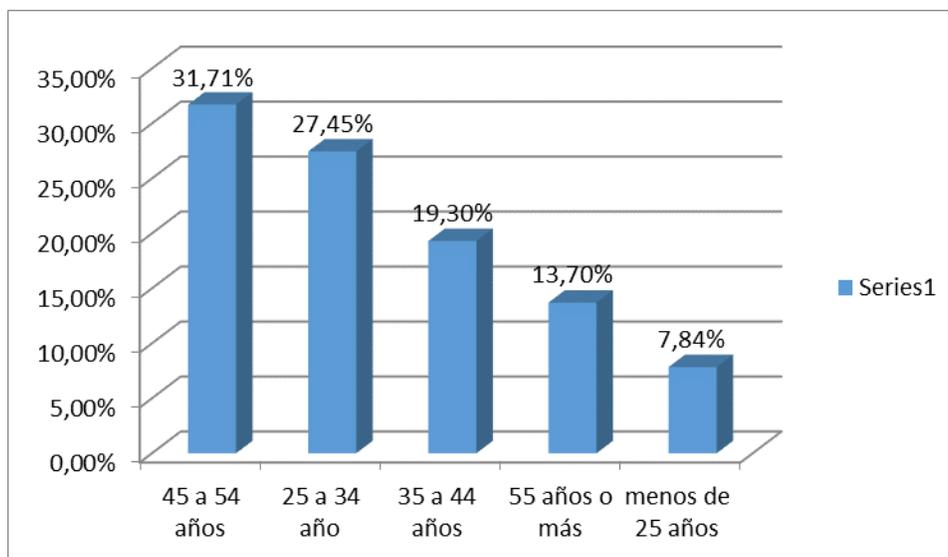
Es oportuno indicar que se realizó una investigación con 51 trabajadores de la “Importadora A” para desarrollar a fin de desarrollar el presente cuerpo de investigación, donde se estudio datos demográficos Factores de riesgo psicosociales, carga laboral, estrés, relaciones interpersonales, familiares, problemas de sueño y el desglose de enfermedades metabólicas más predominantes en los trabajadores de esta compañía. Para el desarrollo del trabajo de investigación se procedió a efectuar encuestas, las cuales se aplicaron en formato físico durante la jornada laboral en distintos días y horarios y estas fueron aplicados a los trabajadores de esta empresa a fin de obtener datos fiables y de primar mano.

En la sección primera sección de encuestas se procedió a preguntar por lo de datos demográficos, se analizó la edad de los trabajadores, encontrándose que el rango predominante es de 45 a 54 años, con 16 trabajadores. En segundo lugar, se ubicó el rango de 25 a 34 años con 14

trabajadores, seguido por el rango de 35 a 44 años con 10 trabajadores, el rango de 55 años o más con 7 trabajadores, y finalmente, el grupo de menos de 25 años con 4 trabajadores.

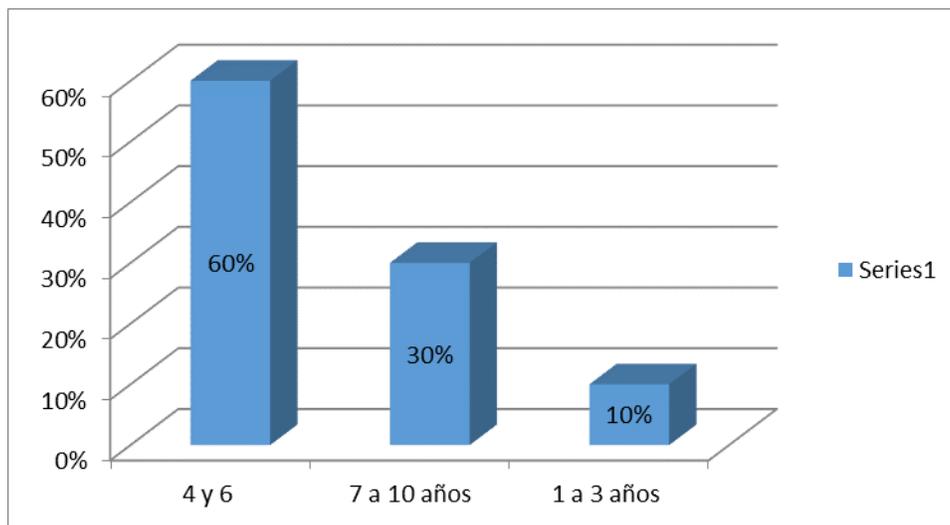
En esta parte de la encuesta se pudo observar de manera clara que el sexo predominante era el masculino, debido a que se tomó aéreas de trabajo consideradas fueron el departamento producción e inventario, ya que estas son zonas de actividades laborales donde físicamente son más exigentes y contratan principalmente hombres por la naturaleza de sus actividades. A continuación, se observa la gráfica1, donde se puede detallar las edades comprendidas del presente estudio

**Gráfico 1.** Datos demográficos



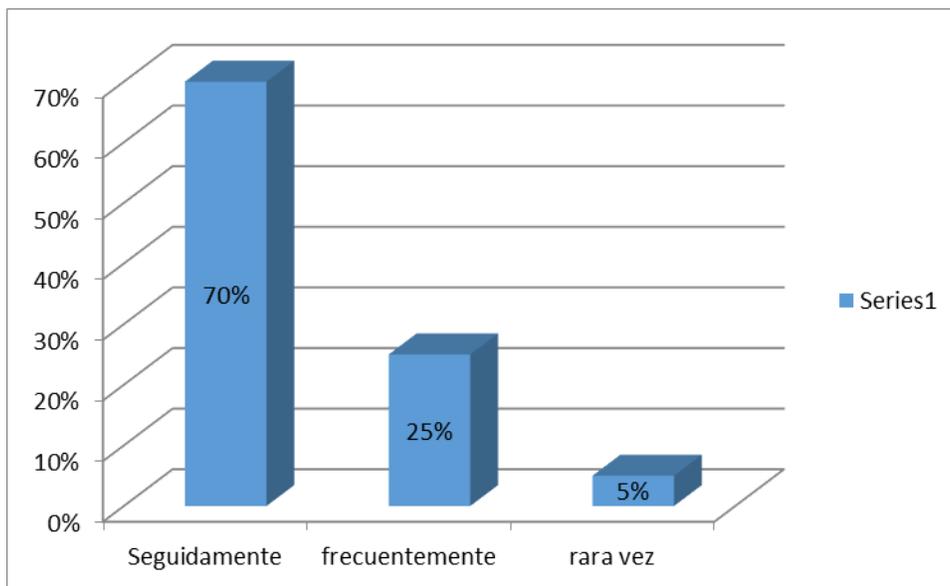
En cuanto a la antigüedad en la empresa, la mayoría de los trabajadores lleva entre 4 y 6 años, seguidos por aquellos con 7 a 10 años, y finalmente, aquellos con 1 a 3 años en la empresa. Esto sugiere que el personal de estas áreas tiende a permanecer en sus puestos durante largos períodos. En lo que respecta al turno de trabajo, predominó el turno de mañana y tarde, ya que las encuestas se realizaron en esos horarios y los trabajadores fueron seleccionados según sus turnos.

**Gráfico 2.** Factores de riesgo psicosociales



En la sección 2, dedicada a la evaluación de los factores de riesgo psicosociales, se analizó la carga de trabajo, determinando la frecuencia con la que los trabajadores enfrentan cargas laborales durante su jornada. Los resultados mostraron que la opción más seleccionada fue "presentan carga laboral", seguida de "frecuentemente" y, en tercer lugar, "rara vez". Ningún trabajador seleccionó las opciones "nunca" ni "siempre".

**Gráfico 3.** Presentan carga laboral

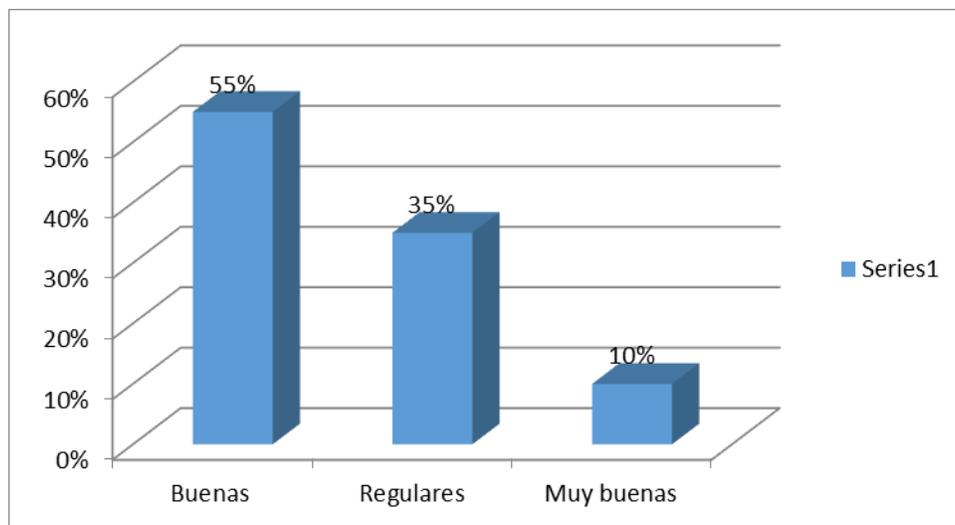


Otros datos que fueron suministrado en la investigación están relacionados a la autonomía en el trabajo, donde se evaluó si los empleados tienen la libertad de elegir qué tareas realizar por parte

del trabajador. La opción predominante fue "rara vez", seguida de "a veces". Otro aspecto que se preguntó en la encuesta es con respecto al apoyo de los supervisores, se analizó si los trabajadores reciben suficiente apoyo en el trabajo, con "frecuentemente" como la opción más seleccionada, seguida de "a veces", y en tercer lugar, "siempre".

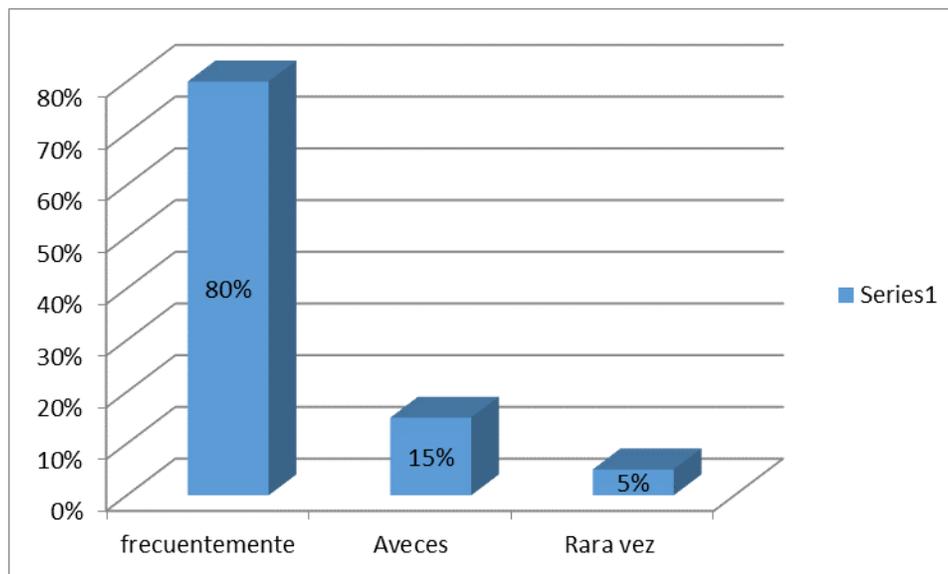
Asimismo, se les preguntó a los trabajadores en relación a sus relaciones interpersonales, se valoró la calidad de las relaciones entre compañeros de trabajo, donde la mayoría calificó estas relaciones como "buenas", seguido por "regulares" y, en tercer lugar, "muy buenas". Este aspecto es un punto positivo, debido a que se observa que existe un clima laboral que ayuda a que el trabajador se sienta a gusto en su puesto de trabajo y a su vez hace que no se produzca rotación en la organización, minimizando los gastos por este concepto.

**Gráfico 4.** Relaciones interpersonales



Respecto al equilibrio entre trabajo y vida personal, se analizó con qué frecuencia los trabajadores sienten que su trabajo interfiere con su vida familiar y personal. La opción más seleccionada fue "a veces", seguida de "rara vez" y "frecuentemente".

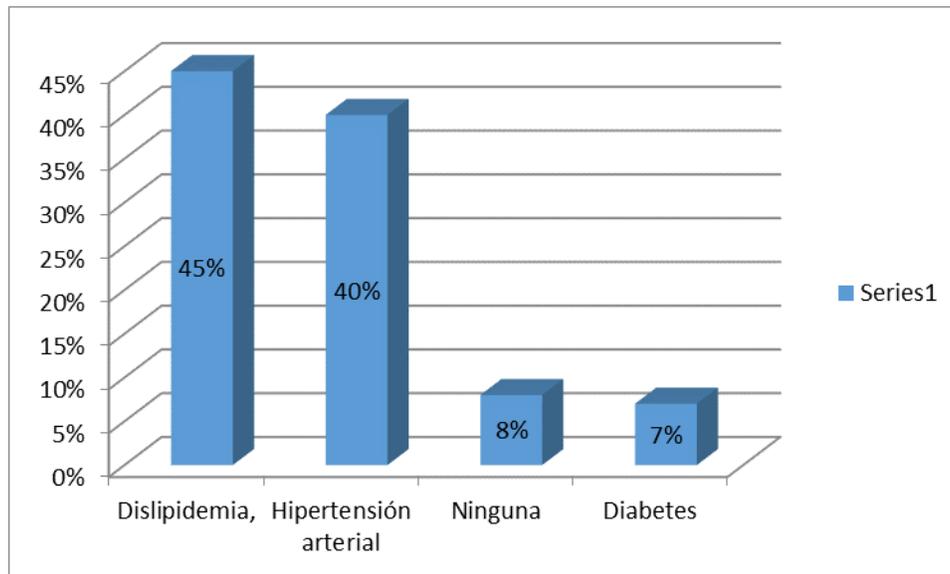
Finalmente, en lo referente al estrés laboral, se evaluó la frecuencia con la que los trabajadores experimentan estrés debido a la carga laboral. La opción predominante fue "frecuentemente", seguida de "a veces" y, en tercer lugar, "rara vez".

**Gráfico 5. Estrés**

En el análisis del sueño, la opción más seleccionada fue dormir entre 5 a 6 horas, seguida por 7 a 8 horas, sin otras opciones elegidas. Además, se evaluó la percepción del estrés, donde la mayoría indicó un nivel de estrés "alto", seguido de "moderado" y, finalmente, "bajo".

En la sección 3, enfocada en la salud y enfermedades metabólicas, se evaluó el estado general de salud de los trabajadores, quienes calificaron su propia salud. La mayoría la describió como "buena", seguida por "regular" y, en tercer lugar, "muy buena". En cuanto a los diagnósticos de enfermedades metabólicas, se identificaron las siguientes condiciones: la obesidad fue la más predominante, seguida por dislipidemia, luego hipertensión arterial. La opción "ninguna" fue seleccionada por personas menores de 25 años, y finalmente se mencionó la diabetes.

**Gráfico 6.** Enfermedades metabólicas.



También se evaluaron los hábitos alimenticios, específicamente el consumo de alimentos saludables, como frutas, verduras y alimentos integrales. La opción más seleccionada fue "rara vez", seguida de "a veces" y, en último lugar, "frecuentemente". En cuanto a la actividad física, la mayoría de los participantes eligió "nunca", seguida de "rara vez", sin que se seleccionaran otras opciones.

### **Discusión de resultados**

Uno de los factores de riesgo que se estudio está relacionada a él aspectos psicosociales donde las relaciones de trabajo, el estrés en la “Importadora A” en el proceso de encuesta se evidencio que existe un clima laboral bueno, según la información emitida por los trabajadores. Sin embargo consideran que las actividades cotidianas en el ámbito de trabajo son muy demandantes, generando estrés que afecta la salud de los trabajadores, produciendo mucha ansiedad en los colaboradores. Al respecto Castillo (2023) señala: El hecho de vivir con una enfermedad influye en todos los aspectos de la vida de una persona y produce importantes cambios que se reflejan en las actividades diarias y la cotidianidad, tanto consigo mismo como con el resto de personas de su entorno, que se refleja en la salud y el bienestar de las personas. (8; p.1) El estrés, la ansiedad puede llegar a incidir en cambios hormonales aumentando los niveles de azúcar en sangre,

incrementando ritmo cardiaco y afectando presión sanguínea, producto de la ansiedad, estrés y depresión en su lugar de trabajo y esto afecta sus relaciones personales y de trabajo.

En cuanto a sus relaciones interpersonales de los trabajadores, estos indicaron no tener una buena relación de manera habitual con sus familiares, debido que no hay equilibrio en su vida familiar y de trabajo producto de las responsabilidades en el trabajo. Todo este tipo de afecciones adversas que puede llegar a menoscabar al trabajador que sufre este tipo de enfermedad metabólica, daña su vida de trabajo, afecta las relaciones de su entorno familiar y propicia situaciones de estrés, tristeza y depresión, por lo que merma en todo su contexto su capacidad productiva y su psiquis. En este punto Organización Mundial de la salud (2022) hace referencia a lo siguiente: En 2019 se estimó que el 15% de los adultos en edad de trabajar tenía un trastorno mental. A nivel mundial, se estima que cada año se pierden 12 000 millones de días de trabajo debido a la depresión y la ansiedad, a un costo de US\$ 1 billón por año en pérdida de productividad. (6; p.1) Otro aspecto que se constató es en cuanto a la carga de trabajo, donde los trabajadores de “Importadora A” señalaron que con frecuencia tienen que enfrentan durante su jornada, las cuales resultan ser muy exigentes. Esto hace ver la necesidad de efectuar una revisión por parte del departamento de personal de “Importadora A” para el proceso de evaluación de los puestos de trabajo, los cuales pueden llegar a afectar la salud de los trabajadores, cuando estos no son diseñados de forma idónea, debido a que algunos pueden ser muy repetitivos, monótonos e incluso pueden estar expuestos a sitios muy ruidosos con elevadas temperaturas, no respetando en algunas ocasiones el tiempo de exposición e incluso irrumpiendo medidas de seguridad, generando estrés, ansiedad, siendo estos agentes desencadenantes de problemas de salud de tipo ocupacional.

En relación a lo antes señalado Pérez, Pinzón, Hernández y otros (2023) indica que: La prevención de enfermedades y lesiones laborales es un proceso que debe involucrar a empleadores, empleados y otros actores clave, y que debe ser un enfoque integral que involucre no solo medidas de seguridad, sino también aspectos psicosociales y ergonómicos... La investigación muestra que el estrés laboral es un factor importante en el desarrollo de enfermedades mentales en los trabajadores. (9; p.5,7)

Asimismo, se pudo vislumbrar, que el estrés es muy frecuente en los trabajadores de la “Importadora A” los mismos indican que es producto de la carga laboral y excesos de responsabilidades en sus puestos de trabajo. Uno de los aspectos que puede afectar la salud del trabajador es el estrés, debido a que es una reacción a las responsabilidades, retos y situaciones adversas que ha de afrontar en el desarrollo profesional. En relación a este punto, es oportuno citar a Bonilla, F. (2020):

El estrés es uno de los principales factores de riesgo relacionados con importantes alteraciones de la salud, como enfermedades del corazón, accidentes cerebrovasculares y el cáncer. Además de su implicación directa en algunas de estas enfermedades, también influye indirectamente al favorecer otros factores de riesgo, como por ejemplo la obesidad, el consumo de tabaco y la hipertensión. Se puede decir que el estrés laboral puede llegar a ser un agente externo que promueva la aparición de enfermedades metabólicas, afectando la calidad de vida del trabajador. . (10; p.1)

Es preciso indicar que en la mayoría de las ocasiones, el estrés se produce por un clima laboral va relacionado con exceso de responsabilidades en los puestos de trabajo e incluso por el mal diseño de los puestos de trabajo. Otros agentes causales de la ansiedad y el estrés van relacionados con las exigencias de la organización o incluso situaciones donde se produce reducción de personal por problemas económicos de la organización, generando en el trabajador problemas emocionales como ansiedad, fatiga, aburrimiento o apatía, agentes desencadenantes de enfermedades que pueden llegar a alterar la salud del trabajador.

En cuanto a los diagnósticos de enfermedades metabólicas, se identificaron por el departamento de servicio médico de la “Importadora A” indican las siguientes afecciones: la obesidad fue la más predominante, seguida por dislipidemia, luego hipertensión arterial. La opción "ninguna" fue seleccionada por personas menores de 25 años, y finalmente se mencionó la diabetes.

En relación a este punto es necesario adentrarse a conocer los que son enfermedades metabólicas y hablar de los agentes desencadenantes, denominado como el síndrome metabólico, que no es una enfermedad propiamente dicha, si no es un grupo de factores de riesgo de enfermedades

cardíacas, diabetes y otras enfermedades. Una definición precisa es realizada por Ospina, Gómez, Restrepo, Galindo y Patiño (2022), donde explica lo siguiente:

El síndrome metabólico (SM) es la agrupación de alteraciones metabólicas que desencadenan una serie de factores de riesgo que contribuyen a la aparición de diabetes, enfermedades cardiovasculares y cáncer. Patologías catalogadas en el grupo de enfermedades no transmisibles (ENT), donde intervienen tanto factores genéticos como los estilos de vida, siendo estos últimos destacados como principal factor de riesgo. La disminución de la actividad física, el uso de medios de transporte que no requieren esfuerzo mayor para el desplazamiento, el aumento del tiempo que se pasa en pantallas, entre otros, hacen parte de los cambios en los estilos de vida experimentados por los adolescentes en su transición a adultos jóvenes, hábitos que de ser conservados en la edad adulta incrementan el riesgo a padecer enfermedades de tipo cardiovascular. (11;p.2)

En consecuencia los resultados obtenidos de la encuesta por parte de los trabajadores y servicio médico de la “Importadora A” hacen ver que esta afección afecta la salud de sus colaboradores en distintas áreas de trabajo, ya que estos van a desarrollar de forma progresiva una serie de afecciones que merma su calidad de vida. Al respecto la Organización Panamericana de la Salud (2024) donde indica los siguientes datos:

La diabetes es una de las principales causas de ceguera, insuficiencia renal, ataques cardíacos, derrames cerebrales y amputación de miembros inferiores. La diabetes mal controlada aumenta las posibilidades de estas complicaciones y la mortalidad prematura. Además, las personas con diabetes tienen mayor riesgo de presentar enfermedades cardiovasculares y tuberculosis, especialmente aquellas con mal control glucémico. (12; p.1)

Hay que destacar que los trabajadores de la “Importadora A” poseen obesidad, dislipidemia, luego hipertensión arterial en trabajadores en rangos de edad comprendidas entre 35 y 55 años siendo preocupante para la organización y sus colaboradores. Al respecto Criollo y Morales (2022) que citan a (Sherling et al., 2017) expresan lo siguiente: El aumento de casos a nivel mundial ha relación el síndrome metabólico con factores ambientes y el estilo de vida, entre ellos

el consumo excesivo de calorías y la inactividad física como principales factores (13; p.1778) A continuación se presenta los tipos de enfermedades metabólicas, así como sus características clínicas

**Tabla 1.** Tipos de Enfermedades Metabólicas.

– TIPOS	<b><i>CARACTERÍSTICAS CLÍNICAS</i></b>
– Sobrepeso y obesidad	Causadas por el almacenamiento anormal o excesivo de la grasa corporal. Se desarrollan por múltiples factores, como biológicos, psicosociales, económicos, y ambientales. La OMS refiere que un <a href="#">índice de masa corporal</a> (IMC) igual o superior a 25 (kg/m <sup>2</sup> ) es sobrepeso, y un IMC igual o superior a 30 (kg/m <sup>2</sup> ) es sinónimo de obesidad en los adultos (OMS, 2021). El <a href="#">sobrepeso y obesidad</a> , además, se asocian a un aumento significativo del riesgo de desarrollar algunos <a href="#">tipos de alergias</a> como el asma, dermatitis, entre otras.
– Diabetes mellitus	Es una de las <a href="#">enfermedades crónicas</a> más comunes, se caracteriza por <a href="#">niveles altos de azúcar en sangre</a> . Se puede presentar por deficiencia completa o parcial de la producción y/o efecto de la insulina
– Dislipidemia	También conocida como <a href="#">hiperlipidemia</a> , es la elevación de los lípidos en sangre. Ya sea el colesterol total mayor a 200 miligramos por decilitro de sangre (mg/dL), colesterol LDL mayor a 100 mg/dL, triglicéridos mayores a 150 mg/dL; o bien colesterol HDL (colesterol bueno) menor de 40 mg/dL
– Hipertensión arterial	La presión arterial es la fuerza que ejerce la sangre contra las paredes arteriales, para que estas la hagan llegar a todos los tejidos del cuerpo. <ul style="list-style-type: none"><li>– Presión máxima o sistólica. Cuando se contrae el corazón.</li></ul>

- Presión sistólica: menor a 120 mmHg
- Y presión mínima o diastólica, proporcionada por la relajación del corazón. presión diastólica: menor a 80 mmHg

**Hipertensión arterial:** cuando los siguientes valores están elevados de manera repetida, en varias visitas médicas.

- Presión sistólica mayor o igual a 130 mmHg y/o
- Y presión diastólica mayor o igual a 80 mmHg

**Fuente:** Genfar (2021: 14 p.1)

Asimismo, en el portal médico de Genfar (2021) hace mención al tratamiento para el manejo de las enfermedades metabólicas, indicando que hay tratamientos no farmacológicos, es decir que va depender de los hábitos de quien la padece y otros farmacológicas que van hacer considerados por el médico tratante una vez realizada las evaluaciones médicas que verifiquen la necesidad del uso de estos medicamentos este tipo de tratamiento deberá ser informado a los trabajadores de la “Importadora A” a fin que estos cuiden y estén consientes de las acciones para mantener su salud . Por lo que se presenta a continuación un cuadro que facilite su comprensión.

**Tabla 2.** Tratamientos para enfermedades metabólicas.

- TIPOS	- Función	- <b>CARACTERÍSTICAS CLÍNICAS</b>
<b>Tratamientos no farmacológicos</b>	Son tratamientos preventivos para evitar enfermedades metabólicas	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Implementar una dieta saludable.</li> <li>- Mantener el peso adecuado.</li> <li>- Realizar actividad física.</li> <li>- Moderar la ingesta de alcohol.</li> <li>- Evitar fumar.</li> <li>- Mantener una correcta higiene del sueño.</li> <li>- Aprender a manejar el estrés</li> </ul>
<b>Tratamientos farmacológicos</b>	Son tratamientos que se emplean una vez desarrollada	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Para la hipertensión algunos fármacos son:</b> Captopril, losartán, hidroclorotiazida, entre otros</li> </ul>

---

algún tipo (Healthline, 2020).  
enfermedad  
metabólica.

**Enfermedad metabólica** se considera factor de riesgo cardiovascular. Además, incrementan el riesgo de sufrir otras enfermedades, e incluso, pueden presentarse simultáneamente

– **Para la dislipidemia:**  
Los principales son las estatinas, como simvastatina, y fibratos, como gemfibrozilo (Medigraphic, 2013).

– **Para la diabetes:**  
Uso de insulina y antidiabéticos orales como la metformina, glibenclamida, entre otros.

---

**Fuente:** Genfar (2021: 14 p.1)

Lo que es cierto es que las enfermedades metabólicas afectan la calidad de vida y pueden llevar a quien la padece a la muerte a una edad temprana, sin contar los costos que sobrelleva este tipo de enfermedades para el paciente, el sistema de salud y las empresas donde desarrolla sus actividades productivas. Por tal razón, la Organización Mundial de la Salud (2022) diseñó un plan de acción de seguridad del paciente 2021-2030, que indica una serie de medidas de protección por parte de las organizaciones y así poder abordar las distintas problemáticas de salud de los trabajadores.

- Elaboración de normas y estándares para la prevención de los riesgos ocupacionales.
- La creación de redes para reforzar la protección de la salud, la seguridad y el bienestar de los trabajadores.
- Establecer una relación de colaboración con las organizaciones de empleadores y trabajadores para mejorar las condiciones laborales. (6; p.1)

En este orden de ideas Pérez, Pinzón, Hernández y otros (2023) que cita a Organización Internacional del Trabajo (OIT) (2020) señala lo siguiente: La prevención de enfermedades laborales no solo es importante para la protección de los trabajadores, sino también para el bienestar económico y social del país. La Organización Internacional del Trabajo (OIT) estima que los costos de los accidentes y enfermedades laborales representan aproximadamente el 4% al 6 del PIB mundial, lo que equivale a unos 2,8 billones de dólares al año. En este sentido, es fundamental que se tomen medidas efectivas para prevenir y reducir los riesgos laborales. (9; p.3) Todo este tipo de afecciones adversas que puede llegar a menoscabar al trabajador que sufre este tipo de enfermedad metabólica, daña su vida de trabajo, afecta las relaciones de su entorno familiar y propicia situaciones de estrés, tristeza y depresión, por lo que merma en todo su contexto su capacidad productiva y su psiquis. En este punto Organización Mundial de la salud habla de la salud mental en el trabajo (2022) hace referencia a lo siguiente: En 2019 se estimó que el 15% de los adultos en edad de trabajar tenía un trastorno mental. A nivel mundial, se estima que cada año se pierden 12 000 millones de días de trabajo debido a la depresión y la ansiedad, a un costo de US\$ 1 billón por año en pérdida de productividad. (6; p.1)

En cuanto a los hábitos alimenticios de los trabajadores de la “Importadora A” se pudo ver que no consumen de alimentos saludables, como frutas, verduras y alimentos integrales, siendo esto el agente causal de la obesidad y otro tipo de afecciones de enfermedades metabólicas que experimentan estos colaboradores. Es importante señalar que Las enfermedades metabólicas van relacionadas directamente con la forma como el organismo almacena la grasa corporal, donde el mismo se caracteriza porque se hace de forma anormal debido a hábitos alimenticios que afectan la salud.

Otra de las debilidades observada en los trabajadores de la “Importadora A” está relacionada a la actividad física, la mayoría de los participantes del estudio eligió las opciones "nunca" o “rara vez” hacían una actividad física. Este tipo de enfermedades puede ser causado por hábitos poco saludables, que puede originarse producto de la ansiedad puede llegar a generar el deseo de comer de forma desmedida, siendo esto un agente causal para que se produzca la obesidad y el aumento de los niveles de colesterol y triglicéridos en sangre, produciendo procesos de

hipertensión arterial. En este sentido Criollo y Morales (2022) indican lo siguiente: “El estilo de vida sedentario traduce estar en tiempo de inactividad por mucho tiempo sea sentado en el trabajo o tiempo libre sin gastar energías, esto provoca que haya un aumento de la obesidad y un aumento de otros componentes del síndrome metabólico que hoy en día afectan a la población.”(13;p.1)

Esto hace que se genere un espiral de afecciones que dañan y merman la salud del trabajador, e incide de manera negativa en el desempeño de actividades cotidianas en su puesto de trabajo y en el desarrollo psicosocial. Esto sin contar, lo que afecta a la familia, Estado y la organización, debido que incide en su productividad, en sus relaciones interpersonales convirtiéndose en un gasto para la nación y las organizaciones, siendo necesario el desarrollo de estrategias conjuntas a fin de disminuir estas afecciones metabólicas en los trabajadores.

### **Conclusiones**

En la sección primera sección de encuestas se procedió a preguntar por lo de datos demográficos, donde se concluyó que casi la totalidad de los encuestados son hombres en la “importadora A” en edades predominantes entre los 35 a 45 años de edad. Estos colaboradores trabajan en los departamento producción e inventario, siendo zonas de trabajo donde se realizan actividades que se caracterizan por ser físicamente exigentes con altos niveles de responsabilidades, las cuales generen estrés laboral, ansiedad.

En cuanto a los factores de riesgo se pudo concluir que hay un buen clima de trabajo, pero debido al exceso de responsabilidades no han podido equilibrar la vida laboral con su vida personal afectando sus relaciones más cercanas, debido que la carga de trabajo en la “Importadora A” se caracteriza por enfrentar arduas horas de trabajo que resultan ser muy exigentes, desencadenando episodios de estrés y ansiedad.

Asimismo se pudo ver que los trabajadores “importadora A” han desarrollado enfermedades metabólicas, siendo las más predominante la obesidad dislipidemia e hipertensión arterial, por la falta de actividad física y consumo de alimentos ultra procesados, siendo una debilidad que deberá atacar la empresa en el tiempo a fin de mantener la salud de sus colaboradores.

Hay que destacar que enfermedades metabólicas afectan la calidad de vida de quien la padece e inciden notablemente en el desempeño de sus funciones en el campo laboral, debido a que puede ausentarse por largos periodos de su puesto de trabajo. Esto se da cuando las afecciones físicas producidas por problemas metabólicos no son atendidas de manera oportuna y de forma regular, en ocasiones el paciente omitiendo todas las recomendaciones de su médico tratante... De igual forma, es importante que el individuo adopte hábitos más saludables, relacionados a la ingesta de alimentos con alto valor nutritivo de forma balanceada, evitando consumo de alimentos ultra procesados, alejándose de bebidas azucaradas, alcohol y tabaquismo.

Se puede concluir que se ha producido un aumento sustancial de enfermedades metabólicas producto del estilo de vida y hábitos poco saludables, generando un gran impacto a escala mundial, afectando el sistema de salud y la productividad en las organizaciones. Esto sin contar los daños que genera mermar la esperanza de vida de quien la padece y el costo farmacológico que afecta aspectos económicos y familiares de los pacientes que sufren este tipo de afecciones metabólicas.

Finalmente, las empresas deben estar conscientes de los costos económicos que generan trabajadores que desarrollen algún tipo de enfermedad. Esto hace que las organizaciones deben desarrollar programas de salud ocupacional que contribuyan a reducir el riesgo de afecciones que mermen la salud de su capital humano, considerando el tipo de alimentación que se le brinda dentro de los comedores industriales, la realización de evaluaciones médicas de forma periódica, programas de formación en la prevención para el manejo de este tipo de enfermedades y el diseño de puestos de trabajo, donde sus colaboradores no sean sometidos a cumplir un exceso de responsabilidades o laborar en condiciones poco idóneas que afecta la psiquis del trabajador y desencadena cuadros de ansiedad y estrés que ayuda a la aparición de enfermedades como la obesidad, la hipertensión, entre otras.

### **Recomendaciones**

Un aspecto que se debe puntualizar es en el abordaje de la enfermedad, donde todos los afectados deben estar involucrados, trabajando de manera conjunta. Debe existir el compromiso de aunar

esfuerzos por parte del sistema de salud, organizaciones internacionales y empresas en generar políticas y acciones concretas que brinden información para la prevención y control de las enfermedades metabólicas.

Las empresas deben generar estándares de prevención a través de las evaluaciones médicas durante y posterior al ingreso de sus trabajadores, esto con la finalidad de identificar personas que están propensas a desarrollar enfermedades metabólicas, debido a que tienen malos hábitos alimenticios, tabaquismo, consumo de alcohol, vida sedentaria; todos estos son agentes desencadenantes de la diabetes tipo II, problemas cardiacos y obesidad.

Es importante, considerar acciones preventivas en materia de la salud ocupacional que afecten la vida del trabajador, el desempeño en su área de trabajo, pero que a su vez repercutan en el crecimiento de la organización, siendo necesario desarrollar estrategias donde se les brinde información a los trabajadores en cuanto a los riesgos de enfermedades metabólicas a través de charlas y campañas que los concienticen a evitar este tipo de enfermedades crónicas no transmisibles, que se ha convertido en un problema en materia de salud a escala mundial.

## Referencias

- Ministerio de salud Pública de Ecuador. (2019) Política Nacional de Salud en el Trabajo 2019 – 2025. <https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2020/12/Politica-Nacional-de-Salud-en-el-Trabajo.pdf>
- Centro Médico Teknon (2023) Obesidad y Enfermedades Metabólicas. <https://www.teknon.es/es/especialidades/nogues-boqueras-raquel/obesidad-enfermedades-metabolicas>
- Fondo editorial de la UBA (2021). Paradigmas y métodos. Universidad Bicentenario de Aragua. Caracas, Venezuela.
- Santa Paella y Feliberto Martins, (2017) Metodología De La Investigación Cuantitativa. Editorial: Fedupel. Caracas, Venezuela.
- Consejo *Superior de Investigaciones Científicas (CSIC)* (2024) Enfermedades metabólicas: las epidemias del siglo XXI. Madrid, España <https://digital.csic.es/handle/10261/361216>

- Organización Mundial de la Salud (2022) Salud ocupacional: los trabajadores de la salud.  
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/occupational-health--health-workers>
- Sucre, A. (2021) Perfil de la mortalidad por diabetes mellitus en la pandemia por covid-19 de la población de Bolivia durante las gestiones 2020 al 2021. Bolivia, La Paz.  
<https://repositorio.umsa.bo/bitstream/handle/123456789/34250/TM-2239.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Castillo, L. (2023) Trabajo social sanitario en enfermedades con gran afectación en lo social y psicosocial. Universidad de Granada Volumen VI. Número 60. Marzo 2023.  
<https://www.npunto.es/revista/60/trabajo-social-sanitario-en-enfermedades-con-gran-afectacion-en-lo-social-y-psicosocial>
- Pérez, L. Pinzón, C. Hernández, N. y otros (2023) La importancia de prevención de enfermedades en Colombia. Revista+BOLETIN+Redipe+12-9+SEPTIEMBRE-313-330 (1).pdf
- Bonilla, F. (2020) Cómo afecta el estrés a nuestra salud y cómo la psicología puede ayudarnos. Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz.  
<https://www.quironsalud.com/blogs/es/psicologia-salud/afecta-estres-salud-psicologia-puede-ayudarnos>
- Ospina, Gómez, A. Restrepo, A. Galindo, M. y Patiño, F. Muños, A. (2022) Componentes del síndrome metabólico y factores de riesgo asociados en estudiantes de un programa de nutrición. Revista de nutrición Chilena . vol.49 no.2 Santiago abr. 2022.  
[https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-75182022000200209](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182022000200209)
- Organización Panamericana de la salud (OPS). (2024) La Diabetes.  
<https://www.paho.org/es/temas/diabetes>
- Criollo, K. Morales, J. (2022) Alteraciones metabólicas en el paciente sedentario durante la pandemia, una revisión bibliográfica.  
[https://www.google.com/search?q=Criollo%2C+K.+Morales%2C+J.+\(2022\)+Alteraciones+metab%3Blicas+en+el+paciente+sedentario+durante+la+pandemia%2C+una+revisi%3Bn+bibliogr%3BA1fica&rlz=1C1PASC\\_esVE973VE973&oq=Criollo%2C+K.+Morales%2C+J.+\(2022\)+Alteraciones+metab%3Blicas+en+el+](https://www.google.com/search?q=Criollo%2C+K.+Morales%2C+J.+(2022)+Alteraciones+metab%3Blicas+en+el+paciente+sedentario+durante+la+pandemia%2C+una+revisi%3Bn+bibliogr%3BA1fica&rlz=1C1PASC_esVE973VE973&oq=Criollo%2C+K.+Morales%2C+J.+(2022)+Alteraciones+metab%3Blicas+en+el+)

paciente+sedentario+durante+la+pandemia%2C+una+revisi%C3%B3n+bibliogr%C3%A1fica&aqs=chrome..69i57j0j15&sourceid=chrome&ie=UTF-8

Genfar (2021) Enfermedad metabólica: factores de riesgo para desarrollarla y diagnóstico.

<https://www.genfar.com/te-cuidamos/enfermedad-metabolica-factores-de-riesgo-para-desarrollarla-y-diagnostico/>

© 2024 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0)

(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).