

Del total de trabajadores estudiados, el 27,9% presentó un Índice de Masa Corporal (IMC) normal, mientras que sólo un 18,2% declaró practicar alguna actividad física regularmente.

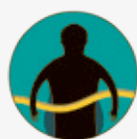
Un 46,3% de los trabajadores que fueron parte de la investigación afirmó ser sedentario, mientras que cerca de un tercio declaró ser fumador.

Cómo influye el estado de salud de los trabajadores en la ocurrencia de accidentes y enfermedades laborales

¿Los hábitos poco saludables aumentan la probabilidad de que un trabajador padezca una enfermedad laboral? ¿Existe relación entre el estado de salud y los accidentes laborales? Los resultados del Estudio de Salud Laboral elaborado por la ACHS y la Escuela de Salud Pública de la Universidad Mayor, resuelven estas interrogantes y determinan cuáles son los riesgos que pueden incidir en este tipo de eventos.

ACCIDENTES LABORALES

En este tipo de eventos influyen considerablemente **los hábitos y el estado de salud** de los trabajadores:



Tener una circunferencia de cintura mayor a la recomendada. Esto aumenta en un 31% las probabilidades de sufrir un accidente de trabajo.



Ser sedentario. Lo que aumenta en un 23% la probabilidad de sufrir un accidente respecto a quienes realizan una actividad física 3 o más veces a la semana.



Presión arterial elevada. Aumenta en un 17% más la probabilidad de sufrir un accidente en comparación a quienes tienen una presión arterial normal.

ACCIDENTES DE TRAYECTO

De acuerdo al estudio, en estos casos el género es determinante, ya que **las mujeres poseen el doble del riesgo de sufrir un accidente de trayecto en comparación a los hombres.**



Tener una circunferencia de cintura mayor a la recomendada. Esto aumenta en un 29% las probabilidades de sufrir un accidente.

ENFERMEDADES PROFESIONALES

En el análisis de enfermedades laborales **la falta de actividad física regular es un factor que explica el aumento de estos eventos.**



Ser sedentario. Quienes no practican actividad física, tienen un 75% más de probabilidades de sufrir una patología en comparación a quienes lo hacen 3 o más veces a la semana.

PROMEDIO DÍAS DE AUSENTISMO

Los sectores con mayores días de ausentismo son los de **actividades inmobiliarias, construcción y explotación de minas y canteras.** En este caso, la edad también es determinante, ya que a medida que aumenta, se incrementan los días de ausentismo.

Enfermedades profesionales **11 días**

Accidentes de trayecto **11 días**

Accidentes laborales **7 días**



Más frecuente en trabajadores de más de 31 años. Los días de ausentismo aumentan de acuerdo a la edad. Los trabajadores de más de 60 años presentan 2,7 días más en comparación a los menores de 30 años.

EL DESAFÍO DE FORJAR ENTORNOS LABORALES MÁS SALUDABLES

Si el estado de salud de los trabajadores influye en la ocurrencia de accidentes y enfermedades laborales ¿Pueden las empresas mediar para controlar esto? Efectivamente, a partir de esta investigación surge una oportunidad para que las organizaciones puedan crear espacios que permitan estimular y apoyar los estilos de vida saludables a través de actividades que fomenten y faciliten la vida sana. Para lograrlo, aquí proponemos algunas iniciativas:

- Fomentar la alimentación saludable:** estableciendo horarios fijos de colación, ofreciendo alternativas de comida balanceada en el menú y mayor acceso a frutas y verduras.
- Promover la actividad física:** mediante convenios con gimnasios o instalaciones propias, dando facilidades de horarios para poder asistir a las sesiones y otorgando incentivos por horas de actividad física realizadas.
- Aplicar sistemas de evaluación de las condiciones de empleo:** como la medición de los factores psicosociales, SUSESO - ISTAS 21 y de la Dirección del Trabajo, que determina la existencia y/o magnitud de estos factores.
- Generar espacios de participación:** en los que se puedan recoger las propuestas de los trabajadores con respecto a estas temáticas.
- Destinar fondos anuales para mejorar estas condiciones:** para lograr que se generen reales cambios de hábitos.
- Poner foco en el análisis e intervención de los accidentes del trayecto:** sobre todo diferenciando entre hombres y mujeres.
- Realizar evaluaciones pre ocupacionales y ocupacionales:** para conocer y controlar el estado de salud de los trabajadores.

ESTUDIO INÉDITO EN CHILE

Hasta el momento, no existía en nuestro país una investigación que estimara y analizara la relación que pudiese existir entre factores de riesgo y situación de salud de un trabajador, y la ocurrencia de accidentes, enfermedades y ausentismo laboral. La principal razón es porque este tipo de estudios no son de fácil realización, ya que implican un seguimiento por un período extenso a un gran número de trabajadores, o requieren registrar datos de morbilidad (IMC, circunferencia de cintura, tabaquismo, etc.) en las bases de datos de accidentes del trabajo, trayecto o enfermedades profesionales. Ambos elementos no estaban disponibles, por lo cual se debió cruzar registros de evaluaciones de salud con los registros de accidentes para indagar si personas con factores de riesgo aparecían en las bases de accidentes y enfermedades laborales, y si la probabilidad era diferente en comparación a estados normales de salud.