



□ INACTIVIDAD FÍSICA COMO FACTOR DE RIESGO PARA DESARROLLAR DIABETES MELLITUS TIPO 2 EN TRABAJADORES □

MARÍA GUADALUPE LÓPEZ SANDOVAL¹, Guadalupe Ramírez García¹, Isamar Correa Caballero¹ y Marlen Rosas Vargas¹

¹ Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM. mglopez_01@hotmail.com

La actividad física y el ejercicio son pilares fundamentales para el mantenimiento de la salud. La diabetes tipo 2 (DMT2) se debe en gran medida al sobrepeso y a la inactividad física, esto afecta el rendimiento laboral de la sociedad, situación que aumenta el riesgo de desarrollar enfermedades crónico-degenerativas.

Identificar la inactividad física en trabajadores de una industria alimenticia como factor de riesgo para desarrollar DMT2.

Estudio cuantitativo, descriptivo, analítico, transversal, prospectivo, de carácter epidemiológico. Muestra probabilística conformada por 100 trabajadores de ambos sexos, del área administrativa, de una industria alimenticia. Previo consentimiento informado, se aplicó el cuestionario "FANTASTIC" diseñado para valorar estilos de vida; y "¿Tiene diabetes y no lo sabe?" para identificar factores de riesgo en los trabajadores.

De acuerdo al dominio de actividad física el 46% de la población no la realiza, en contraste con un 32% del cuestionario "¿Tiene diabetes y no lo sabe?". El 58% de la población presenta hipertrigliceridemia y un 24% tiene hipercolesterolemia.

De acuerdo al estudio "Sedentarismo y su relación con el perfil de riesgo cardiovascular" realizado por Montserrat León-Latre en el 2014, demostró que un perfil lipídico alto tiene relación directa en sujetos sedentarios, encontrando similitud con los resultados del presente estudio; sin embargo no se encontró una mayor significancia entre ésta actividad y la DMT2.

La inactividad física no representa un factor de riesgo directo para desarrollar DMT2 en los trabajadores de ésta empresa alimenticia, más sin embargo el sedentarismo aunado con otros factores encontrados (hipertrigliceridemia, y hipercolesterolemia) en el presente estudio, representan un riesgo potencial para desarrollar DMT2. Los programas de promoción de la actividad física en el ámbito laboral se plantean como una opción estratégica en salud ocupacional.