



En SUTEBA definimos como estrategia sindical realizar investigaciones cuyos datos epidemiológicos sirvan como disparadores para la discusión en relación al estado de salud y condiciones de trabajo que aportan elementos tanto en lo diagnóstico como en lo estratégico.

El programa " SUTEBA va a la escuela" desde hace años abarca un sinfín de actividades de promoción de la salud y rastreo de enfermedades en las escuelas. Es decir está inspirado en uno de los pilares más importantes de la Atención Primaria de la Salud que es llevar la temática de salud al lugar de trabajo.

En el 2006 el tema elegido para la campaña fue la concientización sobre riesgo cardiovascular. Con esta campaña, en 4 meses, se llevó información de salud a 12.031 trabajadores de la educación de 18 distritos visitando un total de 733 escuelas.(MAPA)

Los distritos que participaron en esta primera etapa fueron Florencio Varela, Avellaneda , Lanús , Berazategui , Almirante Brown , Quilmes , Lomas de Zamora , La Matanza, Morón , Moreno , Merlo , Tres de Febrero , Malvinas Argentinas , José C Paz , Vicente López , San Fernando y San Isidro .

Posteriormente se sumaron los distritos de Tigre con 63 escuelas visitadas y 967 trabajadores encuestados y de Mar del Plata con 7 escuelas visitadas con 300 encuestados.

En nuestro país, la enfermedad cardiovascular se ha transformado en la primera causa de muerte. Por esta razón, cada año mueren 48.500 mujeres , mientras que 1 de cada 25 muere de cáncer de mama, aproximadamente 1 de cada 2 lo hace por afecciones cardiovasculares.



Si bien algunos de los principales factores de riesgo para la enfermedad cardiovascular son, entre otros, una alimentación inadecuada, escasa actividad física e hipertensión arterial, factores que tienen relación con los estilos de vida, es indudable que las buenas o malas condiciones de trabajo tienen marcada influencia en dichos estilos.

Cómo visitamos las escuelas: Se formaron equipos de promoción de la salud compuestos por un médico, un enfermero y un representante del sindicato capacitado en temas de salud.

A quiénes llegamos: La población objetivo de esta campaña fue todo trabajador de un establecimiento educativo, fuese docente o no, afiliados y no afiliados, ya que la salud y el acceso a la misma es para nosotros un derecho básico universal.

En qué consistió el examen: A todos los interesados en participar se les entregó una encuesta que era anónima y que completaba antes del examen antropométrico. La misma tenía como fin delinear el perfil de riesgo cardiovascular y determinar hábitos de controles preventivos en los docentes. El enfermero realizaba determinación de peso y talla con cálculo del índice de masa corporal (IMC), toma de tensión arterial (TA) y medición de la circunferencia abdominal. Finalmente el médico evaluaba la encuesta y los hallazgos del examen físico y le brindaba información al trabajador sobre los factores de riesgo cardiovascular y cómo corregirlos para prevenir las enfermedades del corazón y las arterias.



Los principales resultados observados por medio de la encuesta y el examen físico fueron:

Tensión arterial: si bien debe tenerse en cuenta que una medición aislada no hace diagnóstico de hipertensión arterial, son necesarias a veces hasta 3 mediciones, cabe señalar, que **el 29 %** de los evaluados tenía un valor por encima de lo normal (sistólica de 140 o más o diastólica de 90 o más). Lo que indicaría la necesidad de control preventivo.

Actividad Física

La actividad física regular reduce la incidencia de enfermedad cardiovascular, diabetes, hipertensión, obesidad y mejora la evolución de diversas enfermedades.

Se preguntó si se realizaban caminatas, bicicleta u otra actividad aeróbica al menos 3 veces por semana (actividad física moderada) y el 57 % respondió que no.

Evaluación Antropométrica

La medición del peso y talla y cálculo de índice de masa corporal sirve para evaluar el estado nutricional y poder diagnosticar si hay peso normal (IMC < 25), sobrepeso (IMC 25- 29) u obesidad (IMC = o > 30). Sobre los 12031 trabajadores evaluados, 6613 (p = 55 %) tenía un IMC > de 25, es decir un peso por encima de lo normal para su talla, el 33 % tenía sobrepeso y el 22 % tenía obesidad. Surge como una necesidad trabajar sobre el tema alimentación y hábitos saludables con los docentes.

Perímetro Abdominal:

El perímetro de cintura tiene relación con el depósito de la grasa en el abdomen. La obesidad central u obesidad abdominal se define cuando el perímetro de cintura es superior a 88 cm en mujeres y a 102 cm en hombres.

La obesidad central se asocia a los principales factores de riesgo vascular como dislipemia, alteración del metabolismo de los hidratos de carbono y la enfermedad cardiovascular.

El informe revela que el 32 % de los varones presentó un perímetro abdominal > de 102 cm y el 49 % de las mujeres presentó un perímetro abdominal > de 88.

Controles preventivos anuales:

El 55% de los encuestados respondió que se realiza controles preventivos. Se observó

mayor hábito en las mujeres que en los hombres y sobretodo en las mayores de 40 años.

Con respecto a los controles ginecológicos el 83% de las mujeres respondió que los realiza, entre las que no los realiza se observa un menor control en las menores de 40 y en las que trabajan en EPB.

Colesterol elevado:

El colesterol elevado explica el 18% de la enfermedad cerebrovascular (derrames o isquemias cerebrales) y 59% de la enfermedad coronaria (infartos).

El porcentaje de trabajadores con colesterol elevado fue del 12% con mayor prevalencia en las mujeres mayores de 40 años(17%). Hay que tener en cuenta que en la mujer la hipercolesterolemia comienza a tener peso como factor de riesgo cardiovascular en la peri y postmenopausia.

Tabaquismo:

El 25% de los trabajadores encuestados son fumadores, con mayor prevalencia en las escuelas técnicas y de ESB.

Diabetes: si bien es bajo el porcentaje de docentes que refieren padecer DBT(2,4%) el 23% tiene antecedentes familiares u otros factores de riesgo como sobrepeso y sedentarismo.

Para quienes quieran acceder al informe completo pueden dirigirse a www.suteba.org.ar en el área de Salud. En virtud de los resultados de la campaña cardiovascular, se esbozaron diversas líneas de trabajo para este año, con el objetivo de reducir estos riesgos, y haciendo especial hincapié en el monitoreo entre estos factores y las condiciones de trabajo.

Una de estas actividades comprendió una campaña de detección de diabetes en las escuelas cuyo objetivo fue detectar glucemias elevadas en pacientes que no tienen diagnóstico de diabetes. Esto surge por la observación que la prevalencia informada de diabetes por auto referencia en nuestra campaña fue muy bajo en comparación con las cifras nacionales y que además esto no se correlacionaba con la alta prevalencia de sobrepeso hallado entre los docentes.

Tras analizar los resultados de la campaña y siendo concientes de la importancia que tiene que los factores de riesgo sean tratados a tiempo para evitar que progresen a enfermedad , se brindaron Talleres de nutrición y de Prevención y cuidado de la Voz durante el 2007.

"La salud es la libertad de darle al cuerpo de comer cuando tiene hambre, de hacerlo dormir cuando tiene sueño, de darle azúcar cuando baja la glucemia. No es anormal estar cansado o con sueño, no es anormal tener una gripe(...) Puede que sea normal tener algunas enfermedades. Lo que no es normal es no poder cuidar de esa enfermedad, no poder ir a la cama, dejarse llevar por la enfermedad, dejar que las cosas sean hechas por otros por algún tiempo, parar de trabajar durante la gripe y poder volver"(Dejours,1986,pag.11).

Por medio de inversiones y de acción, la promoción de la salud actúa sobre los factores determinantes de la salud con vistas a obtener el mayor beneficio posible para la población, enfatiza la reducción de la inequidad en salud, garantiza el respeto hacia los derechos humanos y acumula capital social. La meta final es prolongar las expectativas de salud y reducir las diferencias entre países y grupos.(Brasil 2002):49.

Vilma Alvarado
Secretaria de Acción Social
SUTEBA