

ECONOMÍA Y POLÍTICA

Bienestar alimentario y promoción de la salud en contextos laborales

Jhon Jairo Bejarano Roncancio*

Palabras clave:

Seguridad Alimentaria, políticas públicas, alimentación colectiva.

Varias teorías administrativas como las de Elton Mayo, Abraham Maslow y Frederick Herzberg han demostrado que un trabajador motivado puede lograr aumentar significativamente la productividad en su trabajo. Para garantizar las condiciones de bienestar, la Organización Internacional del Trabajo (OIT) a lo largo del tiempo ha elaborado recomendaciones (R) y convenios (C) que sugieren la aplicación de la seguridad, salud y bienestar del empleado en las empresas, entre ellas la alimentación.

Antecedentes

La administración de la gestión humana se ha basado en teorías para su implementación y por esto la OIT desde 1919 se ha encargado de analizar en el contexto laboral, los condicionantes que llevan a que el trabajador cuente con un buen grado de bienestar. En 1946 realizó un estudio sobre la nutrición en la industria y de los resultados sobre la escasa ingesta de nutrimentos de este grupo poblacional, se

formuló (R), basado en derechos fundamentales, como la R102-1956 donde reconoce la importancia de la alimentación en los centros de trabajo y recomienda la disposición de instalaciones como comedores, cantinas, cafeterías y cocinas. Otras como la R97-1953 propone condiciones atmosféricas y espacios adecuados para cambiarse, asearse y consumir alimentos; la R112-1959 plantea el establecimiento de comedores con adecuadas condiciones ambientales, de acuerdo a la demanda de empleados, la ergonomía, los espacios de recreación y la vigilancia de regímenes alimentarios para los trabajadores. La R156-1977 se acompaña de los C155 y C187 y establece la vigilancia del estado de salud de los trabajadores, las condiciones ambientales del trabajo y lo relacionado con la salud ocupacional.

Por su parte la R194-2002 organiza los procedimientos de salud y enfermedades profesionales. Otras como la R195-2004 fortalecen el contexto laboral que expresa lo fundamental de la educación para el crecimiento del tra-

*Nutricionista–Dietista. Especialista en Gerencia de Servicios de Salud. Especialista en Gerencia Estratégica de Alimentos y Bebidas. Magister en Educación. Profesor Titular. Departamento Nutrición Humana. Facultad de Medicina. Universidad Nacional de Colombia. Cra 30 No.45-03 Ciudad Universitaria. Edificio 471. Bogotá D.C. Colombia. Correo electrónico jjbejaranor@unal.edu.co Teléfono–fax: 3165000 Ext. 15115

Julieth Camila Torres Carvajal. Nutricionista – Dietista. Especialista en Promoción de la Salud desde la alimentación.

bajador. En 2005 la OIT publicó los resultados de la investigación *alimentación en el trabajo* donde manifiesta preocupación por la malnutrición y las enfermedades crónicas en los trabajadores, la poca inversión de las empresas en este aspecto y la desigualdad de género.

Por su parte, en 1997 la IV conferencia internacional de promoción de la salud, *Nueva era, nuevos actores: adaptar la promoción de la salud al siglo XXI*, realizada en Yakarta, hizo explícito que aquellos responsables de la toma de decisiones a todo nivel deberían estar firmemente comprometidos en establecer lineamientos y prácticas que protejan al ciudadano en el lugar de trabajo; uno de sus lineamientos fue *Guiando la promoción de la salud hacia el siglo XXI lugares de trabajo promotores de la salud*. Además, cabe recordar que de acuerdo a estudios de la Organización Internacional del Trabajo, la buena alimentación de los trabajadores constituye un buen negocio para las empresas, ya que contribuye a aumentar la productividad y la motivación del personal, prevenir los accidentes y los decesos prematuros así como reducir los gastos médicos.

Alimentación y bienestar en espacios laborales

Los principios organizacionales son las razones primarias por la que una empresa direcciona los valores para lograr los objetivos y metas. Por lo general, se organizan en la plataforma estratégica y direccionan el regla-

mento interno de trabajo. Los principios están hechos por y para las personas que laboran en la empresa para ofrecer bienestar y evitar condiciones laborales inadecuadas como ruidos, iluminación, temperatura interna y alta humedad, e infraestructura deficiente, entre otros, que intervienen directamente en la salud del trabajador produciendo estrés, fatiga, cansancio mental y físico, disminuyendo la productividad y consecuentemente pérdida de la calidad de vida. Cuando no se cuenta con buenas condiciones de bienestar lo más factible es que se tenga un trabajador con un historial de ausencias o incapacidades, incrementando costos operativos para la empresa; esto también está directamente relacionado con el estado nutricional porque si el trabajador recibe alimentación en su empresa y no se controlan o mejoran el peso ni sus hábitos alimentarios, resta su capacidad laboral a mediano plazo, por el riesgo que se tiene de sufrir enfermedades crónicas incapacitantes como la obesidad, de ahí la importancia de la promoción de la salud y las intervenciones sanitarias a tiempo.

Entonces, a fin de garantizar el bienestar del trabajador la Organización Internacional del Trabajo ha actualizado y mejorado algunas recomendaciones y convenios para que los espacios laborales sean amigables como tener a disposición asientos en su sitio de trabajo para cambiar la postura, evitando lesiones físicas por episodios prolongados durante su jornada, que muchas veces se incrementan por el sobrepeso. Cabe mencionar que para garantizar la salud, es importante mantener también las condiciones ambientales adecuadas y un entorno agradable.

Es generalmente bien reconocido que las personas en la mayor parte del mundo, especialmente en los países en desarrollo, se están volviendo menos activos físicamente y han disminuido la calidad de los alimentos que consumidos, incrementando así, su riesgo de desarrollar hipertensión, enfermedades cardiovasculares y diabetes. Y a medida en que la población envejece, esto se vuelve más prevalente impactando en la productividad en el espacio de trabajo. En cambio, el hecho de brindar una alimentación adecuada dentro de los espacios de trabajado puede incrementar la productividad hasta en un veinte por ciento. Por tanto, si se les suministra alimentación se debe evitar una enfermedad transmitida por alimentos y asegurar un equilibrio nutricional, y si fuera el caso ofrecer dietas terapéuticas. Con todo lo anterior la OIT estipula que las empresas deben contar con una política, sistema, programa y acciones para velar por la salud en el trabajo. Una oportunidad es integrar esta política con los objetivos de desarrollo sostenible como el trabajo decente y de forma transversal, la salud y bienestar, igualdad de género y ciudades sostenibles.

Para el sector de manufactura, como la industria gastronómica y las empresas de servicios de alimentación, el objetivo más importante es el diseño sanitario, pensando en la inocuidad de la producción, pero no se puede dejar a un lado los espacios vitales, inteligentes y saludables para el cumplimiento de las actividades laborales.

Consideraciones finales

Una estrategia de bienestar y promoción de la salud laboral traería una enorme ganancia a

la salud de los trabajadores y a las empresas porque generaría personas motivadas, más productivas y con un alto sentido de pertenencia, además encauzar diferentes acciones para mejorar su calidad de vida y fomentar estilos de vida saludables, como la alimentación. El control del tipo de alimentos y preparaciones con unas porciones de acuerdo a la edad, estado de salud y diagnóstico nutricional, para una formulación correcta de la alimentación bajo la asesoría de un profesional en nutrición junto a un programa de actividad física.

De forma adherente a las acciones de salud, seguridad, ambiente y calidad (HSEQ en inglés) de forma armónica debe agregarse a los sistemas de gestión de la calidad ISO como el OHSAS 18001, de seguridad.

REFERENCIAS

- Organización Internacional del trabajo. Convenio 187 sobre el marco promocional para la seguridad y la salud en el trabajo [Internet]. Ginebra: Organización Internacional del trabajo; 2006. Disponible en: <http://www.ilo.org/ilolex/cgi-lex/convds.pl?C187>. [Consultado el 4 de febrero de 2017].
- Cuarta conferencia internacional sobre promoción de la Salud. Declaración de Yakarta sobre la Promoción de la Salud en el siglo XXI [Internet]. Yakarta: Organización Mundial de la Salud; 1997. Disponible en: http://www.who.int/hpr/NPH/docs/jakarta_declaration_sp.pdf. [Consultado el 12 de marzo de 2012]. [Consultado el 1 de febrero de 2017].
- Organización internacional del trabajo. Convenio 155 Sobre seguridad y salud de los trabajadores y medio ambiente de trabajo [Internet]. Ginebra: Organización internacional del trabajo; 1981. Disponible en: <http://www.ilo.org/ilolex/cgi-lex/convds.pl?C155> [Consultado el 12 de enero de 2017]. ACTUALIZAR REFERENCIA
- Guerrero R. Administración de alimentos a colectividades y servicios de salud. Mexico: McGraw-Hill Interamericana editores, S.A.; 2001.