Gac Sanit. 2025;39(S2):523

Gaceta Sanitaria

https://www.gacetasanitaria.org

828 - ESTILOS DE VIDA EN TRABAJADORES DE UN HOSPITAL. INFLUENCIA DE LOS DETERMINANTES SOCIALES DE LA SALUD

N. Cuenca, G. Vega, C. Ferrer, A. Palmar, S. Gómez, C. Ruiz, C. Ruiz-Huerta

Hospital Central Cruz Roja; D.G. Humanización, Consejería Sanidad, Madrid; AMAS; Universidad Autónoma.

Resumen

Antecedentes/Objetivos: Quienes trabajan en un hospital no tienen mejores hábitos de salud que la población general aunque cuenten con formación sanitaria. En 2022, el Hospital Central de la Cruz Roja de Madrid realizó un estudio para conocer los hábitos de salud de sus trabajadores. Se vio la necesidad de profundizar para diseñar una intervención enmarcada en el Plan de Humanización de la Comunidad de Madrid. Este estudio tiene como objetivo analizar los hábitos de salud de los trabajadores de un hospital, identificar los factores que influyen en su autocuidado y las necesidades relacionadas con el mismo.

Métodos: Estudio transversal de metodología mixta de los trabajadores de un hospital de Madrid. Se diseñó un cuestionario sobre hábitos de salud basado en la Encuesta Nacional de Salud-2017. Se realizó un análisis descriptivo y de clúster para identificar perfiles de riesgo, y se aplicó regresión logística para explorar su relación con los determinantes sociales de la salud. Además, se realizaron cuatro grupos focales con profesionales de distintos colectivos y cuatro entrevistas semiestructuradas a informantes clave, analizadas según el modelo de análisis sociológico del discurso.

Resultados: Respondió el cuestionario el 47,2% (n = 402), edad media 47 años, 75% mujeres. 32% enfermeras, 21% TCAES y 17% facultativos. El 42% tenía enfermedad crónica. El 18% consumió ansiolíticos/analgésicos en las últimas semanas. El 20% fumaba, el 28% consumía alcohol #1 2 días/semana y el 32% hacía actividad física #1 3 días/semana. El perfil de mayor riesgo de hábitos poco saludables se asoció con ser mujer (35 vs. 24%; OR: 1,6), mayor edad (40%, 33%, 17%; OR: 1, 1,3, 3,2) y no tener

0213-9111 © 2025 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados

enfermedad crónica (34 vs. 23%; OR: 1,7). Se observó que a mayor poder adquisitivo, mejores hábitos; a mayor edad, más enfermedad crónica; y peor salud mental en mujeres. Del análisis cualitativo surgieron tres categorías: hábitos de salud, salud mental y dificultades para el autocuidado. Los hábitos eran similares a los de la población general. Tener conocimientos no garantizaba buenos hábitos. Las barreras para el autocuidado incluían falta de motivación, escasez de tiempo y problemas relacionales en el entorno laboral. Las propuestas más aceptadas para fomentar hábitos saludables fueron las incluidas en el horario laboral.

Conclusiones/Recomendaciones: Los hábitos de salud de los trabajadores del hospital son similares a los de la población general. Su distribución no depende del conocimiento sanitario, sino de los determinantes sociales de la salud. Una buena salud mental es clave para el autocuidado. El ambiente laboral, el liderazgo positivo y los espacios de encuentro favorecen la motivación y el mantenimiento de la salud.

0213-9111 © 2025 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados