

Programa de intervención de gestión de edad y cambios de hábitos en un hospital terciario de Madrid

Jaime Villarreal⁽¹⁾, Anna Janipka⁽²⁾, Ignacio Mabillo⁽³⁾, Ma^a Teresa del Campo⁽⁴⁾

¹*Servicio de Salud Laboral y Prevención, Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz, Madrid.*

²*Departamento de Psicología, Ankara Formación, Madrid.*

³*Unidad de Epidemiología, Instituto de Investigación Fundación Jiménez Díaz, Madrid.*

⁴*Servicio de Salud Laboral y Prevención, Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz, Madrid.*

Correspondencia:

Jaime Villarreal

Dirección: Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz.

Avda. de los Reyes Católicos 2. 28040 Madrid.

Teléfono: +34 91 550 48 00 2176

Correo electrónico: Jaime.villarreal@quironsalud.es

La cita de este artículo es: Jaime Villarreal. Programa de intervención de gestión de edad y cambios de hábitos en un hospital terciario de Madrid. Rev Asoc Esp Espec Med Trab 2021; 30(1): 90-98.

RESUMEN.

Objetivos: La edad media de los trabajadores europeos sanitarios es cada vez mayor, con unas elevadas demandas físicas y psíquicas, lo que repercute en su calidad de vida. Parece necesario realizar intervenciones sobre la salud y bienestar. Valorar si se mejora la calidad de vida percibida de trabajadores sanitarios tras una intervención y si es más eficaz en función de variables como el puesto de trabajo. **Material y Métodos:** estudio de intervención prospectivo; población: trabajadores iguales ó mayores de 45 años que trabajan en un hospital terciario; métodos: programa "Gestión de la edad y cambio de hábitos", variables: cuestionario SF-12, CSF-12 Y CSM-12 y variables personales y laborales.

Resultados: tras la intervención sólo se observa un aumento significativo de CSM-12 en trabajadores administrativos en

PROGRAM OF AGE MANAGEMENT AND CHANGES OF HABITS IN A TERTIARY HOSPITAL IN MADRID

ABSTRACT

Objectives: The average age of European health workers is increasing, with high physical and mental demands, which affects their quality of life. Health and wellness interventions seem necessary. To assess whether the perceived quality of life of health workers is improved after an intervention and whether it is more effective depending on variables such as the job.

Material and Methods: prospective intervention study; population: workers equal to or older than 45 years who work in a tertiary hospital; methods: "Age management and change of habits" program, variables: SF-12 questionnaire, CSF-12 and CSM-12 and personal and work variables.

comparación con las categorías profesionales de tipo sanitario ($53,6 \pm 6,85$ vs $47,5 \pm 7,92$, $p=0,036$). Conclusiones: los programas de intervención sobre gestión de edad en los lugares de trabajo pueden ser de utilidad.

Palabras clave: envejecimiento activo; promoción de la salud en el lugar de trabajo; trabajadores sanitarios; calidad de vida; cuestionario SF-12; salud integral.

Results: after the intervention, a significant increase in CSM-12 was only observed in administrative workers compared to the professional categories of health type (53.6 ± 6.85 vs 47.5 ± 7.92 , $p = 0.036$).

Conclusions: intervention programs about age management at the workplaces could be useful.

Key-words: active aging; health promotion at workplace; healthcare workers; quality of life; SF-12 questionnaire; total health.

Fecha de recepción: 9 de febrero de 2021

Fecha de aceptación: 3 de abril de 2021
