

Factores de riesgo a la salud en residentes del Sistema Público de Salud.

Juan Pablo von Arx, Agustina Vericat, Cristian Dorati, Micaela Balancici

Introducción: El programa de formación de residentes en el ámbito de la salud, tiene como uno de sus objetivos capacitar profesionales con conocimientos y aptitudes para ejercer su actividad de manera independiente. Este objetivo debe cumplirse en un ámbito laboral y de aprendizaje, donde el cuidado de la salud de cada profesional, ocupe un lugar preponderante. Sin embargo, suelen observarse con frecuencia, hábitos poco saludables que impactan negativamente en la calidad de vida de los residentes: el estrés, el aislamiento social, la despersonalización de la atención, las largas jornadas laborales, la privación del sueño y la falta de ejercicio; han sido reportadas en diferentes estudios de investigación.

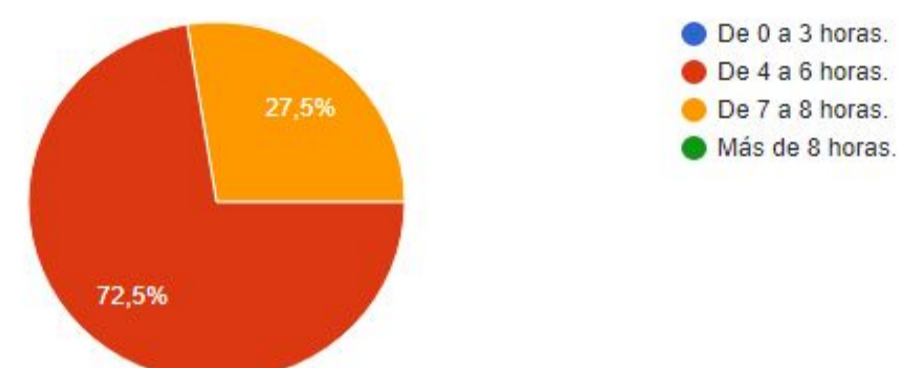
Objetivo: Indagar sobre factores de riesgo a la salud en un grupo de residentes del Sistema público de Salud.

Metodología: Se realizó un estudio observacional, transversal, analítico. Se utilizó como herramienta de recolección de datos una encuesta semiestructurada anónima, distribuida a través de un formulario web.

Resultados: Se analizaron 40 encuestas, pertenecientes a residentes de 21 especialidades. El 10% de los encuestados referían hábito tabáquico. Un 7,5% lo hacían en forma esporádica. Respecto del consumo de alcohol el 72,5% consumía entre 1 a 10 días al mes, mientras que un 15% lo hizo entre 11 a 25 días al mes. Un 30% manifestó consumo de sustancias, de estos más del 60% manifestó consumo de marihuana. El 25% no realiza actividad física y el 22% la realiza menos de 5 días al mes. El 72,5% manifestó dormir entre 4 a 6 horas diarias. El 72,5% realiza entre 3-4 comidas diarias mientras que el 12,5% entre 1-2 por día.

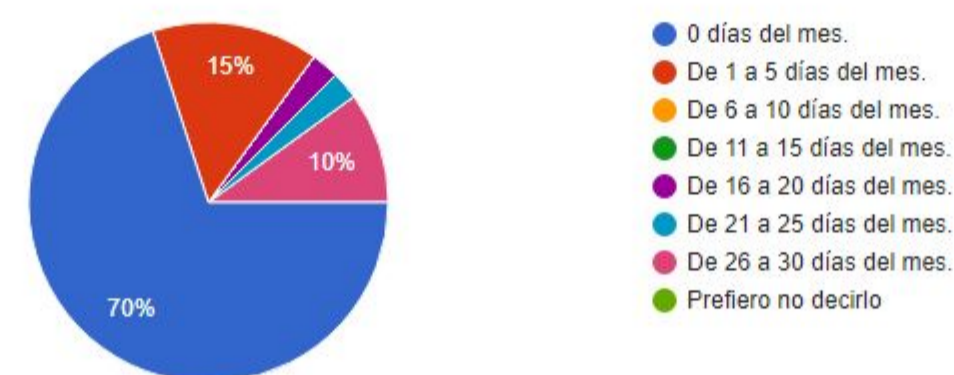
¿Cuántas horas de sueño cumplís diariamente?

40 respuestas



¿Cuántos días has consumido sustancias en los últimos 30 días? (Pueden ser los 30 días o menos)

40 respuestas



Conclusiones: Una amplia mayoría de los residentes encuestados presenta factores de riesgo a su salud, como la privación del sueño, la falta de ejercicio y el consumo de sustancias, que podrían afectar no solo a nivel individual sino que podrían contribuir a una atención subóptima de los pacientes.