

**IDENTIFICACIÓN DE FACTORES DE RIESGO RELACIONADOS CON ENFERMEDADES CRÓNICAS NO TRANSMISIBLES SEGÚN MÉTODO STEPS EN LOS TRABAJADORES DE PROFAMILIA, NEIVA, AÑO- 2014**

**IDENTIFICATION OF RISK FACTORS ASSOCIATED WITH CHRONIC DISEASES NO TRANSMITTED BY METHOD STEPS IN WORKERS PROFAMILIA, NEIVA, YEAR-2014**

**AUTOR.** Jessica Andrea Peña Mejía

Estudiante de Fisioterapia. Fundación Universitaria María Cano, Extensión Neiva, Facultad Ciencias de la Salud, Programa de Fisioterapia.

**RESUMEN**

En este trabajo se plantea la identificación de Factores de Riesgo relacionados con enfermedades crónicas no transmisibles en los trabajadores de PROFAMILIA Neiva, para lo cual se emplea como instrumento de recolección de información el método de STEPS de la OMS. Lo anterior permitió identificar los factores de riesgo más prevalentes de la muestra seleccionada, encontrando la inactividad física como factor de mayor incidencia según los resultados arrojados y posteriormente analizados. Por lo tanto el presente trabajo contiene desde las características generales de la empresa, hasta las características de cómo funciona el sistema de seguridad y salud en el trabajo dentro de la entidad, permitiendo a través de esto, hacer un análisis para el establecimiento de acciones correctivas y preventivas.

**PALABRAS CLAVES.** Enfermedades crónicas no transmisibles, factores de riesgo, Seguridad y Salud en el trabajo, método Steps, condiciones de salud.

**ABSTRACT**

In this paper the identification of risk factors related to chronic no communicable diseases in workers PROFAMILIA Neiva, for which is used as a tool for information gathering method WHO STEPS arises. This identified the most prevalent risk factors of the sample, finding physical inactivity as a factor in increased incidence according to the results thrown and subsequently analyzed. Therefore this paper contains from the general characteristics of the company, to the characteristics of

how the system of safety and health at work within the entity operates, enabling Through this, an analysis for the establishment of corrective actions and preventive.

**KEYWORDS.** Chronic Noncommunicable Diseases, Risk Factors, Health and Safety at Work, Steps method, health conditions.

## INTRODUCCIÓN

La salud y seguridad en el trabajo está definida como aquella disciplina que trata la prevención de las lesiones y enfermedades causadas por las condiciones de trabajo y de la protección y promoción de la salud de los trabajadores<sup>1</sup>.

Velar por el bienestar físico, mental y social de una persona en su ámbito laboral se puede decir que es el principal objetivo de un sistema de gestión de la seguridad y salud en el trabajo en una entidad, el cual debe contar con la participación constante tanto del empleador como del empleado, para lograr fines conjuntos que contribuyan al mejoramiento de los servicios que brinda la empresa, considerándose una decisión de gestión que debe prevalecer en cualquier actividad de la cultura de la organización.

Actividades de promoción de la salud y prevención de la enfermedad hacen parte fundamental de un sistema de gestión de la seguridad y salud en el trabajo, en el cual se capacitará a los empleados para lograr concientización en los factores que pueden generar un riesgo para su vida.

Imagen 1 Edificio de PROFAMILIA



Fuente: Propia

---

<sup>1</sup> MINISTERIO DE SALUD Y PROTECCIÓN SOCIAL. Ley 1562 de 2012.

En el caso de PROFAMILIA, por ser una institución prestadora de servicios de salud, conformada por profesionales de la salud como médicos, enfermeras, psicólogos entre otros profesionales y personal de servicio de la institución, es mayor la exigencia para el conocimiento y comprensión de los hábitos de vida saludables que permitan un auto cuidado de la salud y que sean agentes de promoción de la salud, evitando la presencia de factores de riesgo que agilicen la aparición de posibles enfermedades de tipo crónico no transmisibles.

Para identificar estos factores de riesgo se aplicó un instrumento de la OMS denominado STEPS, del cual se tuvieron en cuenta cinco secciones; Sección A: aspectos generales, Sección B: Aspectos relacionados con el tabaco, Sección C: Aspectos relacionados con el alcohol, Sección D: Aspectos relacionados con la actividad física y por último la Sección E: Aspectos relacionados con antecedentes personales. En conclusión, se encontró una alta prevalencia de factores de riesgo para las enfermedades crónicas no transmisibles en los trabajadores de PROFAMILIA Neiva, siendo la Inactividad física la más presente seguida del consumo de alcohol.

## **OBJETIVO GENERAL**

Identificar los factores de riesgo relacionados con las enfermedades crónicas no transmisibles en los trabajadores de PROFAMILIA, sede Neiva.

## **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

Caracterizar la población trabajadora según género, edad, estado civil y nivel de educación.

Conocer los factores de riesgo de la salud entorno al tabaco, alcohol, actividad física y antecedentes personales, presentes en los trabajadores de PROFAMILIA Neiva.

Presentar un Plan de Trabajo que incluya actividades de promoción de la salud y prevención de la enfermedad, que minimicen los hallazgos encontrados en los trabajadores de PROFAMILIA Neiva.

## **PROPUESTA METODOLÓGICA**

El enfoque investigativo del presente trabajo es cuantitativo y el tipo de investigación es descriptivo, la cual consistió en describir de modo sistemático las características de una población de acuerdo a las variables establecidas donde se

utilizó como muestra a 17 trabajadores de PROFAMILIA Neiva, que cumplieron con los criterios de inclusión.

Imagen 2 Oficinas del primer piso



Fuente: propia

Se aplicó instrumento de medición de los factores de riesgo de las enfermedades crónicas no transmisibles y mediante trabajo de recolección de información permitieron a la autora a partir de lo encontrado hacer un análisis de los resultados.

Imagen 3 Funcionaria laborando en su puesto de trabajo



Fuente: propia

## RESULTADOS

En cuanto a los factores de riesgo que se evaluaron como el tabaco, el alcohol, la inactividad física y los antecedentes personales, se evidenció con un muy bajo porcentaje que solo el 18% fuma actualmente algún producto de tabaco y de ellos

solo el 12% usa productos de tabaco diariamente, encontrándose que el 100% de los trabajadores fumadores consumen el cigarrillo.

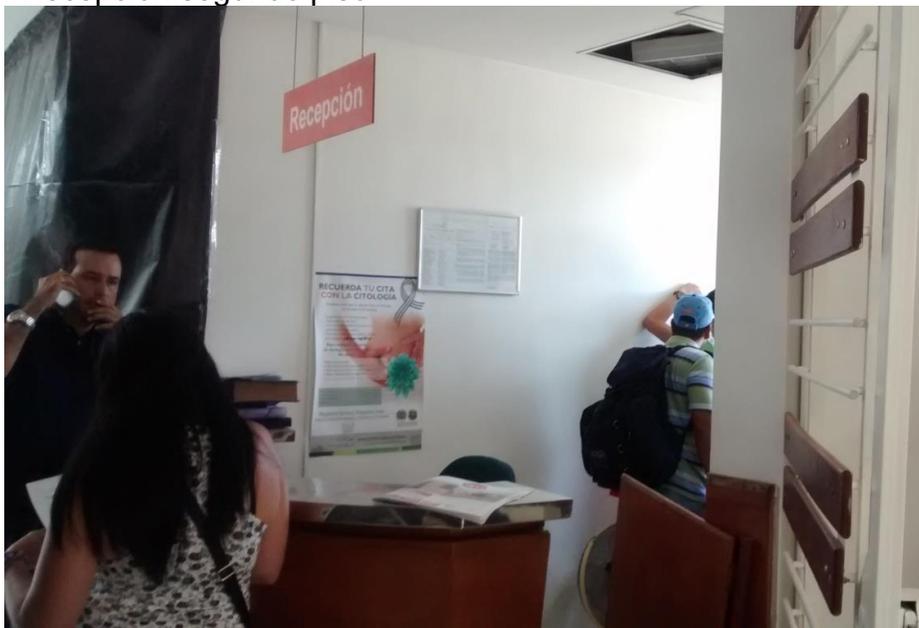
Con respecto al alcohol, el 100% de los trabajadores dice haber consumido bebida alcohólica alguna vez, de los cuales el 82% la ha consumido en los últimos 12 meses y solo el 50% de estos ha bebido alcohol en los últimos 30 días.

Se pudo evidenciar que los encuestados no realizan a menudo actividad física y su índice de masa corporal no es muy adecuado de acuerdo a las cifras encontradas, conociendo que en su tiempo libre los encuestados que sí practican algún tipo de actividad física corresponden solo al 30% aspecto relevante para este estudio.

En relación a la obesidad y sobrepeso, se encontró que casi la mitad de los trabajadores 47%, se encuentra en peso normal, el 29% está en sobrepeso y el 24% en obesidad tipo1; además de esto tan solo el 36% camina al menos 10 minutos consecutivos en sus desplazamientos diarios.

En cuanto a los antecedentes personales como la hipertensión solo al 12% de los encuestados se le han diagnosticado esta patología alguna vez y al 5% le han diagnosticado alto nivel de glucosa en sangre, sin recibir tratamiento para los altos niveles de glucosa en la sangre.

Imagen 4 Recepción segundo piso



Fuente: propia

## DISCUSIÓN

En cuanto a la obtención de la información se encontraron estudios que también lo hicieron con encuestas que contenían categorías iguales a las evaluadas en este estudio como el tabaco, alcohol, actividad física y antecedentes personales; pero además de estas categorías incluían una llamada dislipidemias, como es el caso de un proyecto realizado en Chile a funcionarios de una empresa de servicios financieros realizado por María del Pilar Fagalde y José Antonio del Solar quienes además de la encuesta incluyeron una muestra de sangre de cada funcionario realizada por una enfermera en cada puesto de trabajo.

En cuanto a la población seleccionada, se encontró también un estudio que quiso investigar sobre patologías crónicas no transmisibles en profesionales del área de la salud en este caso en los trabajadores del Hospital de la Anexión en Costa Rica realizado por Sara María Villarreal Ramírez en donde se empleó también un cuestionario que incluyeron además de las categorías del presente estudio, factores de riesgo como el estrés y hábitos alimentarios.

El instrumento utilizado para la identificación de los factores de riesgo del presente estudio fue el denominado STEPS de la OMS al igual que el instrumento utilizado en Uruguay en la “Primera Encuesta Nacional de Factores de Riesgo de Enfermedades Crónicas No Transmisibles” en Medellín-Colombia, al igual que el proyecto realizado por Lopera Velázquez y Santacruz Eduardo en el año 2011, en las cuales fue aplicado el instrumento de forma completa que consta de 106 preguntas, a diferencia del presente estudio en el cual solo se tuvieron en cuenta 27 preguntas consideradas de mayor utilidad para la investigadora.

En el presente estudio la población encontrada en sobrepeso u obesidad fue del 53%, aspecto que también fue evidenciado en la investigación realizada por María Julia Muñoz en la ¡Primera Encuesta Nacional de Factores de Riesgo de Enfermedades Crónicas No Transmisibles! Del país de Uruguay cuyo resultado fue de 56.7%; y en el estudio realizado por Verónica Lopera y Eduardo Santacruz en Medellín – Colombia, la cifra para esta misma categoría fue de 46,7 %; factores que se presentan de forma similar en los tres estudios.

En el presente estudio el factor de riesgo más importante según los resultados de la Encuesta aplicada fue la inactividad física encontrándose que el 70% de la población no realiza ningún tipo de actividad física en su tiempo libre, al igual que en un estudio realizado en Bogotá – Colombia donde el factor de riesgo fundamental en el género femenino también lo fue la falta de actividad física mientras que en el género masculino lo fue el consumo de alcohol.

Un proyecto realizado en Chile a funcionarios de una empresa de servicios financieros realizado por María del Pilar Fagalde y José Antonio del Solar, propuso luego de hacer la identificación de los factores de riesgo, una serie de actividades

que incluían informar a los funcionarios de los resultados obtenidos; actividades educativas para promover estilos de vida saludables a través de un programa de control de enfermedades crónicas no transmisibles y estimular la actividad física en la vida cotidiana. Para el caso de este trabajo aplicativo, se presentará a PROFAMILIA, una propuesta denominada PLAN DE TRABAJO, que contiene temáticas que fueron seleccionadas teniendo en cuenta el riesgo latente en la población trabajadora de dicha empresa, que permita seguidamente establecer evaluaciones periódicas que identifiquen y permitan la modificación de los estilos de vida que se encontraron con mayor grado de vulnerabilidad en los empleados.

Imagen 5 sala de espera segundo piso



Fuente: propia

## CONCLUSIONES

Se estudió una población adulta donde prevaleció el sexo femenino con un 95% dentro del grupo de edad de 18 a 60 años para identificar factores de riesgo de las Enfermedades Crónicas No Transmisibles. El 18% de la población es fumador y el 12% consume cigarrillo diariamente. El 100% refiere haber consumido alguna bebida alcohólica alguna vez, de los cuales el 82% la ha consumido en los últimos 12 meses y son bebedores actuales el 50% (aquellos que han consumido bebidas alcohólicas en los últimos 30 días). El 70% de la población no realiza actividad física en su tiempo libre y tan solo el 36% de los trabajadores que la realizan,

camina al menos 10 minutos consecutivos en sus desplazamientos diarios según la metodología de STEPS para evaluación de actividad física. El 53% de la población está en sobrepeso u obesidad tipo1 según su Índice de Masa Corporal. Se elaboró un plan de trabajo, el cual será socializado con los directivos de PROFAMILIA, en el momento en que el presente trabajo aplicativo sea aprobado; cuyo objeto es ser tenido en cuenta con el fin de minimizar los hallazgos encontrados, dicha herramienta producto de esta investigación contiene temáticas que fueron seleccionadas teniendo en cuenta el riesgo latente en la población trabajadora. En conclusión, se encontró una alta prevalencia de factores de riesgo para las enfermedades crónicas no transmisibles en los trabajadores de PROFAMILIA Neiva siendo la Inactividad física la más presente.

## **RECOMENDACIONES**

Es importante realizar a través del médico laboral un perfil epidemiológico que demuestre la morbilidad presente y que permita identificar los riesgos en la salud de los trabajadores. De esta forma se implementen dentro de la empresa programas de promoción y prevención de la seguridad y salud en el trabajo que mitiguen el riesgo de adquirir una enfermedad crónica no transmisible.

Igualmente se sugiere incluir dentro del personal de PROFAMILIA, profesionales o especialistas en salud ocupacional que cuenten con licencia para este tipo de trabajos, que se encargue de liderar las actividades dentro de la empresa en coordinación con la ARL, que tenga como única función el desarrollo del programa de la Seguridad y la Salud en el trabajo y de cumplimiento a las disposiciones establecidas por la legislación actual.

Así mismo se sugiere realizar más trabajos de aplicación que generen beneficios conjuntos tanto para el empleador como para el empleado y en el caso de continuar con el tema de enfermedades crónicas transmisibles; incluir la categoría de alimentación y estrés.

Es necesario ejecutar las acciones sugeridas en el Plan de Trabajo propuesto, como resultado final del presente trabajo aplicativo, con el objetivo de obtener grandes beneficios para la salud de los trabajadores y de la imagen institucional.

. Encuesta según método STEPS



**Proyecto de investigación  
IDENTIFICACIÓN DE FACTORES DE RIESGO RELACIONADOS CON ENFERMEDADES CRÓNICAS NO  
TRANSMISIBLES SEGÚN MÉTODO STEPS EN LOS TRABAJADORES DE PROFAMILIA, NEIVA, AÑO- 2014**

La siguiente encuesta tiene como fin, recolectar información sobre los principales factores de riesgo de las enfermedades crónicas no transmisibles mediante el instrumento STEPS de la OMS, lo que permitirá posteriormente a PROFAMILIA, establecer acciones preventivas que minimicen el riesgo de enfermedades. La información aquí suministrada será de único uso de la investigación y los resultados serán dados a conocer mediante informe final a la entidad.

**Responda con una (X) según sea el caso.**

<b>SECCIÓN A- ASPECTOS GENERALES</b>	
Le han leído el consentimiento informado	SI___ NO___ Si no, Termine.
Cargo que ocupa dentro de la Institución	Sexo: F__ M__
	Peso: _____ Talla: _____ IMC: _____
	Edad: _____
¿Cuál es el nivel de educación más alto que ha alcanzado?	Termino la primaria__
	Termino la secundaria__
	Termino técnico o tecnólogo__
	Termino universidad__
¿Cuál es su estado civil?	Tiene postgrado__
	Casado__
	Soltero__
	Divorciado__
	Viudo__
	Unión libre__

Responda las siguientes preguntas sobre comportamientos relacionados con la salud:

<b>SECCIÓN B- ASPECTOS RELACIONADOS CON EL TABACO</b>	
1-¿Fuma usted actualmente algún producto de tabaco, como cigarrillos, puros o pipas?	SI___ NO___ Si su respuesta es NO salte a la pregunta 5
2-Actualmente usa productos de tabaco diariamente?	SI___ NO___
3-¿A qué edad comenzó usted a fumar a diario?	Edad en años: _____
4-En promedio, ¿cuáles de los siguientes productos fuma al día?	Cigarrillos _____
	Tabaco de liar _____
	Pipas _____
	Puros, puritos _____
	Otros _____
5-Durante los últimos 7 días, ¿cuantos días hubo alguien en su casa que fumó en su presencia?	0__1__2__3__4__5__6__7__

<b>SECCIÓN C-ASPECTOS RELACIONADOS CON EL ALCOHOL</b>	
6-¿Alguna vez ha consumido alguna bebida alcohólica?	SI___ NO___ si su respuesta es NO pase a la SECCION D
7-¿Ha consumido una bebida alcohólica dentro de los últimos 12 meses?	SI___ NO___
8-¿Ha consumido una bebida alcohólica dentro de los últimos 30 días?	SI___ NO___ si su respuesta es NO pasar a la SECCION D

9-¿Durante los últimos 30 días, en cuantas ocasiones tomo por los menos una bebida alcohólica?	Número de ocasiones: __

<b>SECCIÓN D- ASPECTOS RELACIONADOS CON LA ACTIVIDAD FÍSICA</b>	
10-¿Exige su trabajo una actividad física moderada que acelere su respiración o ritmo cardíaco, durante al menos 10 minutos consecutivos?	SI___ NO___ Si su respuesta es no saltar a la Pregunta 12
11-En una semana típica, ¿cuántos días realiza usted actividad física moderada en su trabajo?	Número de días___
12-En su diario vivir camina usted o utiliza una bicicleta al menos 10 minutos consecutivos en sus desplazamientos?	SI___ NO___
13-¿En su tiempo libre, realiza algún deporte como [correr, jugar al fútbol] durante al menos 10 minutos consecutivos?	SI___ NO___
14-¿Cuántos días practica usted deporte en su tiempo libre?	Número de días___
15-Cuando realiza deporte ¿cuánto tiempo suele dedicar a esas actividades?	Horas___ minutos___

<b>SECCIÓN E- ASPECTOS RELACIONADOS CON SUS ANTECEDENTES PERSONALES</b>	
16-Alguna vez le han diagnosticado presión alta, o hipertensión?	SI___ NO___
17-Consumo algún medicamento actualmente para la hipertensión?	SI___ NO___ CUAL?_____
18-¿Alguna vez le han diagnosticado alto nivel de glucosa en la sangre?	SI___ NO___
19-Esta actualmente recibiendo tratamiento para el alto nivel de glucosa en la sangre? (insulina)	SI___ NO___

PLAN DE TRABAJO



Actividades De Promoción De La Salud Y Prevención De La Enfermedad Para Los Trabajadores De PROFAMILIA Neiva

OBJETIVO GENERAL	TAREA	TIEMPO
<p><b>Promover a participar de actividades encaminadas a los estilos de vida saludables</b></p>	<p>Capacitaciones teórico prácticas que abarquen los siguientes temas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Efectos nocivos del tabaco.</li> <li>• Efectos nocivos del alcohol.</li> <li>• Efectos nocivos del sedentarismo.</li> <li>• Obesidad y sus riesgos.</li> <li>• Enfermedades crónicas no transmisibles.</li> </ul>	<p>Realizarse una (1) vez al mes.</p>
<p><b>Promover actividades de recreación y deporte</b></p>	<p>Jornadas de actividad física que abarquen las siguientes actividades:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aeróbicos</li> <li>• Campeonatos deportivos</li> <li>• Rumba-terapia</li> <li>• Entrenamiento funcional</li> </ul>	<p>Realizarse cada dos (2) meses</p>
<p><b>Incentivar el desarrollo de periodos cortos de descanso en medio de la jornada laboral</b></p>	<p>Realizar las pausas activas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Estiramientos musculares de miembros superiores y miembros inferiores.</li> <li>• Ejercicios de gimnasia cerebral.</li> <li>• Realizar una actividad corta diferente a la de su labor habitual.</li> </ul>	<p>Dos (2) veces al día en medio de cada jornada laboral</p>
<p><b>Investigar y analizar las</b></p>	<p>Realizar perfil</p>	

<b>enfermedades ocurridas, determinar sus causas y establecer las medidas preventivas y correctivas necesarias.</b>	epidemiológico 2015 sobre la morbilidad de la entidad.	Una (1) vez al año
---	--	--------------------

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ASOCIACION MÉDICA MUNDIAL. Declaración de Helsinki. Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos. 2013. Disponible en internet: [http://www.wma.net/es/30publications/10policies/b3/17c\\_es.pdf](http://www.wma.net/es/30publications/10policies/b3/17c_es.pdf).

CERREJÓN MINERÍA RESPONSABLE. Definiciones. Disponible en internet: <http://www.cerrejon.com/site/nuestra-empresa/sistema-gestion-de-seguridad-y-salud-en-el-trabajo.aspx>.

FAGALDE María del pilar, DEL SOLAR José Antonio, GUERRERO Marcia, ATALAH Eduardo. Factores de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles en funcionarios de una empresa de servicios financieros de la Región Metropolitana. Revista Médica de Chile 2005; 133: 919-928.

GÓMEZ GUTIÉRREZ Luis Fernando, LUCUMÍ CUESTA Diego Iván, GIRON VARGAS Sandra Lorena. Conglomeración De Factores De Riesgo De Comportamiento Asociados A Enfermedades Crónicas En Adultos Jóvenes De Dos Localidades De Bogotá, Colombia: Importancia De Las Diferencias De Género. Revista Española de Salud Pública. Madrid 2014.

HERNÁNDEZ SAMPIERI Roberto. COLLADO Carlos Francisco. BAPTISTA LUCIO María del Pilar. Metodología De La Investigación. Quinta edición.

INSTITUTO COLOMBIANO DE NORMAS TÉCNICAS. Documentación, presentación de tesis, trabajos de grado y otros trabajos de investigación. Sexta actualización. Santafé de Bogotá D.C.: INCONTEC 2008 NTC 1486.

LOPERA VELÁSQUEZ Verónica, SANTACRUZ SANMARTÍN Eduardo. Factores de riesgo asociados a enfermedades crónicas no transmisibles en Medellín en 2011. Evaluación con la metodología Encuesta stepwise. Revista salud Pública de Medellín 2012; 5(2):63-80.

LANDROVE RODRÍGUEZ Orlando. Transición epidemiológica y las Enfermedades Crónicas No Transmisibles en las Américas y en Cuba: el Programa de intervención cubano. Reporte Técnico de Vigilancia ISSN 1028-4338 Vol.10 No. 6 Noviembre-Diciembre 2005. Disponible en internet: <http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/vigilancia/landrove.pdf>.

MARCHIONNI Mariana, CAPORALE Joaquín. Enfermedades crónicas no transmisibles y sus factores de riesgo en Argentina: prevalencia y prevención. Universidad Nacional de La Plata. 2011.

MINISTERIO DE SALUD PÚBLICA, DIRECCIÓN GENERAL DE LA SALUD DIVISIÓN EPIDEMIOLOGÍA. 1ª Encuesta Nacional de Factores de Riesgo de

Enfermedades Crónicas No Transmisibles. Uruguay 2009. Disponible en internet: [http://www.who.int/chp/steps/2006\\_STEPS\\_Report\\_Uruguay.pdf](http://www.who.int/chp/steps/2006_STEPS_Report_Uruguay.pdf).

MINISTERIO DE SALUD Y PROTECCIÓN SOCIAL. Ley 1562 de 2012.

MINISTERIO DE SALUD Y PROTECCIÓN SOCIAL, Normatividad. Disponible en internet: <http://www.minsalud.gov.co>.

ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. Prevención De Las ENFERMEDADES CRÓNICAS: Una Inversión Vital. Disponible en internet: [http://www.who.int/chp/chronic\\_disease\\_report/overview\\_sp.pdf](http://www.who.int/chp/chronic_disease_report/overview_sp.pdf).

ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. Prevención de las enfermedades no transmisibles en el lugar de trabajo a través del régimen alimentario y la actividad física. Informe de la OMS y el Foro Económico Mundial sobre un evento conjunto. Disponible en internet: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/workplace-report-spanish.pdf>.

ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. Enfermedades no transmisibles. 2013. Disponible en internet: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs355/es/>.

OSORIO Laura Jimena. Módulo De Salud Ocupacional. El portal de la salud 06 de febrero de 2010. Disponible en internet: <http://www.cleaedu.com/pdf/diplomados/aulas/salud/mdt/principal/005-5-salud-ocupacional-e-book.pdf>.

PIEDRAHITA SALAZAR Luisa María, Programa De Salud Ocupacional. Corporación Educativa Minuto De Dios. Bogotá D.C, 2010.

RIESGO Y SEGURIDAD. Disponible en internet: <http://riesgoyseguridadsaludocupacional.blogspot.com/2013/01/teoria-de-la-triada-ecologica.html>.

UNIVERSIDAD DEL VALLE. Departamento de Salud Ocupacional Disponible en internet: <http://saludocupacional.univalle.edu.co/>.

VALLEJOS Andrea. Cuáles son las ventajas de una evaluación continua de riesgos y de gestión. 2011. Disponible en internet: <http://www.iprofesional.com/notas/124234-Cules-son-las-ventajas-de-una-evaluacin-continua-de-riesgos-y-de-gestin>.

VILLARREAL RAMÍREZ Sara María, Prevalencia de la obesidad, patologías crónicas no transmisibles asociadas y su relación con el estrés, hábitos alimentarios y actividad física en los trabajadores del Hospital de la Anexión.

Revistas de Ciencias Administrativas y Financieras de la Seguridad Social.  
vol.11 no.1 San José. 2003.