



## 6053-690. HÁBITOS DIETÉTICOS E INCAPACIDAD TEMPORAL

Eva Calvo-Bonacho<sup>1</sup>, Carlos Fernández-Labandera Ramos<sup>1</sup>, Luis Quevedo-Aguado<sup>1</sup>, Carlos Catalina Romero<sup>1</sup>, Miguel Ángel Sánchez-Chaparro<sup>2</sup>, Pedro Valdivielso Felices<sup>2</sup>, Irene Moral<sup>3</sup>, Carlos Brotons Cuixart<sup>3</sup> y Luis Miguel Ruilope Urioste<sup>1</sup>, de <sup>1</sup>Ibermutuamur, Madrid, <sup>2</sup>Departamento de Medicina Interna, Hospital Clínico Universitario Virgen de la Victoria, Málaga y <sup>3</sup>Centro de Atención Primaria de la Salud-Instituto de Investigación Biomédica Sant Pau, Barcelona.

## Resumen

**Introducción y objetivos:** Se ha descrito una asociación entre condiciones de salud como la obesidad y otros factores de riesgo cardiovascular y la incapacidad temporal (IT). Sin embargo, el papel de los hábitos dietéticos en la incapacidad temporal permanece sin esclarecerse. El objetivo de este estudio fue analizar la asociación entre los hábitos dietéticos y el absentismo por incapacidad temporal.

**Métodos:** Estudio de cohorte prospectiva. Análisis de una muestra de 91,593 trabajadores sanos que respondieron a una encuesta de sus hábitos dietéticos entre los años 2004 y 2005 dentro de un Plan de Investigación Cardiovascular. Se realizó un seguimiento de un año de los casos para evaluar la incidencia de incapacidad temporal a través de los registros oficiales de su Mutua. Se utilizó el test  $\chi^2$  y la regresión de Poisson con error estándar corregido para valorar la asociación entre dieta e incapacidad temporal.

**Resultados:** La muestra la constituyeron en un 60,2% trabajadores de oficina y fueron 71,6% varones con edades comprendidas entre 30-79 años en un 88%. Los hábitos dietéticos de la población trabajadora se relacionaron con cambios en la incapacidad temporal durante el año sucesivo. La dieta con efecto protector parece caracterizarse por el consumo frecuente de verduras, ensaladas, pescado y fruta fresca, moderación en el consumo de embutidos y bajo consumo de grasas animales. Por el contrario, la alta frecuencia en el consumo de embutidos se asocia con un mayor riesgo de incapacidad temporal durante el periodo de seguimiento. En la tabla, se recoge el análisis de la asociación entre los hábitos dietéticos en la evaluación basal y la incidencia de IT, ajustando por sexo, edad y ocupación.

## Asociación entre hábitos dietéticos en la evaluación basal e incidencia de IT

	n	Diariamente	?3 veces/semana	1-2 veces/semana	1 vez/semana	Nunca
¿Con qué frecuencia consume leche, queso, yogur?	90.094	0,90 (0,77-1,05)	0,92 (0,78-1,08)	0,97 (0,82-1,14)	0,99 (0,83-1,14)	1,00

¿Con qué frecuencia consume verduras, ensaladas?	89.951	0,73 (0,64-0,81)	0,72 (0,64-0,81)	0,76 (0,67-0,85)	0,82 (0,72-0,93)	1,00
¿Con qué frecuencia consume pan, arroz y pasta?	89.764	0,79 (0,59-1,05)	0,82 (0,62-1,09)	0,83 (0,63-1,11)	0,89 (0,66-1,19)	1,00
¿Con qué frecuencia consume legumbres?	89.547	0,97 (0,84-1,11)	0,92 (0,82-1,04)	0,93 (0,83-1,05)	0,93 (0,82-1,05)	1,00
¿Con qué frecuencia consume patatas?	89.170	1,06 (0,87-1,30)	1,04 (0,86-1,26)	1,04 (0,86-1,26)	1,06 (0,88-1,29)	1,00
¿Con qué frecuencia consume pescado?	89.067	0,91 (0,79-1,04)	0,79 (0,72-0,87)	0,82 (0,80-0,89)	0,88 (0,80-0,96)	1,00
¿Con qué frecuencia consume carne?	89.314	1,01 (0,84-1,21)	0,92 (0,77-1,10)	0,90 (0,76-1,08)	0,91 (0,76-1,10)	1,00
¿Con qué frecuencia consume pollo?	89.177	0,97 (0,83-1,15)	0,98 (0,87-1,12)	0,93 (0,82-1,05)	0,89 (0,78,1,01)	1,00
¿Con qué frecuencia consume huevos?	89.252	0,98 (0,83-1,16)	0,87 (0,76-1,00)	0,88 (0,77-1,00)	0,87 (0,76-1,00)	1,00
¿Con qué frecuencia consume embutidos?	88.826	1,10 (1,01-1,21)	0,92 (0,85-1,01)	0,85 (0,78-0,93)	0,86 (0,79-0,94)	1,00
¿Con qué frecuencia consume fruta fresca?	89.295	0,84 (0,77-0,92)	0,84 (0,77-0,92)	0,89 (0,81-0,98)	0,95 (0,86-1,04)	1,00
¿Con qué frecuencia consume grasas animales?	88.412	1,05 (0,95-1,14)	1,00 (0,94-1,08)	0,97 (0,93-1,02)	0,95 (0,91-0,99)	1,00
¿Con qué frecuencia consume aceites vegetales?	88.132	0,94 (0,82-1,04)	0,91 (0,82-1,01)	0,90 (0,80-1,00)	0,94 (0,83-1,06)	1,00
¿Con qué frecuencia consume dulces?	89.072	0,91 (0,85-0,98)	0,83 (0,77-0,89)	0,84 (0,78-0,90)	0,87 (0,81-0,93)	1,00

Regresión de Poisson con error estándar corregido.

**Conclusiones:** Los resultados sugieren la necesidad de implementar intervenciones para lograr una alimentación cardiosaludable en el lugar del trabajo como parte de una estrategia global para la promoción de la salud y la gestión del absentismo en la empresa.