**Club Revista**

**Luis Felipe González Gómez**

**Titulo:**

**Lifestyle, Type of Work, and Temporary Disability: An Incidence Study of the Working Population.**

**Estilo de vida, tipo de trabajo e incapacidad temporal: un estudio de incidencia en la población activa.**

**Buscador y base de datos: **

**Fecha de publicación: 13 Noviembre 2022**

**Autores:** [Rocío Jiménez-Mérida](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/?term=Jim%C3%A9nez-M%C3%A9rida+R&cauthor_id=36429652)[1](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36429652/#full-view-affiliation-1), [Manuel Romero-Saldaña](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/?term=Romero-Salda%C3%B1a+M&cauthor_id=36429652)[2](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36429652/#full-view-affiliation-2), [Domingo de-Pedro-Jiménez](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/?term=de-Pedro-Jim%C3%A9nez+D&cauthor_id=36429652)[3](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36429652/#full-view-affiliation-3), [José Manuel Alcaide-Leyva](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/?term=Alcaide-Leyva+JM&cauthor_id=36429652)[1](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36429652/#full-view-affiliation-1), [Vanesa Cantón-Habas](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/?term=Cant%C3%B3n-Habas+V&cauthor_id=36429652)[1](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36429652/#full-view-affiliation-1), [Carlos Álvarez-Fernández](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/?term=%C3%81lvarez-Fern%C3%A1ndez+C&cauthor_id=36429652)[4](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36429652/#full-view-affiliation-4), [Manuel Vaquero-Abellán](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/?term=Vaquero-Abell%C3%A1n+M&cauthor_id=36429652)

**Contenido:** Las enfermedades crónicas causadas por estilos de vida poco saludables representan una gran proporción de los costos sociales y sanitarios en todo el mundo. También se asocia con un alto ausentismo de los empleados y bajas laborales, así como con una productividad reducida y un peor desempeño laboral, por lo que las empresas invierten cada vez más en actividades de promoción de la salud en el lugar de trabajo para promover hábitos alimentarios saludables y aumentar la actividad física entre los empleados con el objetivo de mejorar su salud y bienestar, crear un mejor ambiente de trabajo y aumentar la productividad laboral.

**Conclusiones**:

Los principales problemas de salud están relacionados con mayores niveles de ausentismo de los empleados como lo son el sobrepeso, la obesidad y el sedentarismo junto con otros hábitos poco saludables como el consumo de alcohol y tabaco.

Las actividades de promoción de la salud en el lugar de trabajo son esenciales para las empresas que desean mejorar el bienestar de sus empleados.

Según el estudio se determinó que el tipo de trabajo esta asociado con una reducción en los días de discapacidad temporal , siendo los profesionales administrativos los que perdieron la menor cantidad de días en promedio, seguidos por los profesionales de seguridad y los profesionales del comercio.

**Opinión Personal**: Las políticas de salud ocupacional deberían implementar estrategias específicas para promover estilos de vida saludables en respuesta a las necesidades de los trabajadores. Con base en este estudio nos da a entender que mediante resultados ponen de relieve la necesidad de estudiar en profundidad aquellos aspectos que pueden influir en la salud de los trabajadores, especialmente las características personales, los estilos de vida, el tipo de trabajo y los aspectos socioeconómicos, que pueden determinar la adquisición o no de determinados hábitos saludables.