

## Intervención en instituciones

---

### Opción 1: Obesidad, una enfermedad y no sólo un problema

IMAPROB es una institución de salud dedicada al tratamiento de personas con obesidad, sobrepeso y enfermedades metabólicas relacionadas. Dentro de sus objetivos está, además, la promoción de hábitos de vida saludable en la comunidad.

### ¿Cuál es el objetivo de la intervención?

**1-. Educar** a los miembros de la empresa respecto de las graves consecuencias de la obesidad y el alarmante aumento de esta enfermedad en Chile, así como entregar ideas clave sobre alimentación saludable y actividad física.

**2-. Motivar** a los colaboradores de la compañía a incorporar hábitos saludables de vida desde una mirada positiva, y no como una carga desagradable.

**3-. Evaluar** de forma individual el estado físico y nutricional de cada una de las personas intervenidas, con entrega de informe médico individual a cada funcionario y de un informe colectivo a la institución.

**4-. Promover** el trato serio y respetuoso hacia personas con esta enfermedad.

### ¿En qué consiste la intervención?

Tres profesionales de la salud (médico, nutricionista, enfermera) acuden a la institución y efectúan las siguientes actividades:

**1-. Charla educativa “Obesidad, una enfermedad y no sólo un problema”:** el médico y el nutricionista realizan una charla en lenguaje claro, cercano y motivacional donde se abordan los siguientes temas

- a) Qué es la obesidad y cuáles son sus consecuencias
- b) La gravedad de la obesidad en Chile y la Región de O'Higgins
- c) Cómo prevenir y manejar la obesidad (alimentación saludable y ejercicio)
- d) Comprender que vida saludable no significa vida restringida
- e) Aspectos psicológicos de la obesidad
- f) Desincentivando la discriminación contra personas con obesidad
- g) Conversación y preguntas con los asistentes

*\*Se requiere data show para proyección de presentación*

**2-. Evaluación individual:** la enfermera realiza entrevista, antropometría (peso/talla/perímetro de cintura) y bioimpedanciometría (examen de composición corporal de alta precisión) a cada una de las personas intervenidas. Con esta información IMAPROB emite un informe médico individual escrito con recomendaciones específicas para el funcionario. Además, se emite un informe colectivo dirigido a la empresa.

### **¿Cuánto dura la intervención?**

La charla-conversación con los asistentes tiene una duración de 45 minutos. La evaluación individual dura alrededor de 8 minutos por persona y se realiza en el transcurso de la misma mañana o tarde en que se efectúa la charla, en coordinación la institución.

IMAPROB entrega los informes colectivo e individualizados en un plazo máximo de 7 días post intervención.

### **¿A quiénes está dirigida la intervención?**

A los miembros de organizaciones que estén interesadas en promover una cultura de vida saludable, ya sea en grupos pequeños o más numerosos, dependiendo los intereses específicos de cada compañía.

**Esta actividad es una excelente oportunidad para hablar de vida saludable en el lugar de trabajo, motivar a los funcionarios y conocer la realidad individual y colectiva de los miembros de la empresa en nutrición y estado físico.**