

## **N.º 7**

### **Hábitos saludables en tres generaciones laborales**

*Jorge Garau Carmen (ponente). Médico de Ford España S. L.*

*Francisco R. Iñiguez Alabort. Médico de Ford España S. L.*

*José Miguel Cruz Gisbert. Médico de Ford España S. L.*

*Manuel Puchades Buendía. Médico de Ford España S. L.*

Se realiza un estudio de tres generaciones de trabajadores de Ford España S. L. con objeto de conocer sus hábitos saludables mediante el tratamiento de los parámetros de salud siguientes: ejercicio físico, tabaquismo, ingesta de alcohol, índice de masa corporal, perímetro abdominal, tensión arterial y valores de glucemia, y colesterol total en sangre.

Las generaciones laborales se han agrupados en tres intervalos: generación 1, los nacidos con anterioridad a 31/12/1959; generación 2, los nacidos entre el 01/01/60 y 31/12/1973; y generación 3, posteriores a 01/01/74.

Cada una de estas generaciones tuvo su entrada en el ámbito laboral de Ford España con una edad comprendida entre los 20 y 25 años.

Estos resultados nos llevarán al diseño de una estrategia para realizar cambios de hábitos alimenticios y de comportamiento social que inciden plenamente en una mejora de la salud de los trabajadores.

Como instrumentos de esta mejora, citamos el consejo médico en el diseño de menús saludables que se sirvan en los distintos comedores de la factoría, la entrevista individual durante los reconocimientos médicos para la realización de pautas de prevención de enfermedades cardiovasculares y enfermedades metabólicas (diabetes, hiperlipemia), el desarrollo de campañas y charlas de promoción de la salud, etc.