

RESUMEN

El objetivo principal de este estudio es entregar un programa para el mejoramiento de la gestión de la salud ocupacional en EP PETROECUADOR, que modifique los determinantes de la salud de sus colaboradores y su entorno familiar. El programa de salud ocupacional en su conjunto no es la finalidad del estudio, sino que está enfocado a la promoción de la salud a partir de los datos relevantes identificados de fuentes primarias y secundarias, cuyas variables analizadas son: actividad física y deportes, hábitos de alimentación, sustancias psicoactivas y sueño. La muestra del estudio son 72 participantes a nivel nacional de áreas administrativas y operativas. El tipo de investigación utilizado fue la descriptiva, documental teórica y de campo; como método se utilizó el empírico del conocimiento y como técnica la encuesta. Los resultados más relevantes son los desembolsos significativos por gastos médicos, ausentismo laboral, problemas Osteomusculares con un 14,98%; Digestivos con el 12,62% y Cardiovasculares con el 7,14%. Además, aproximadamente el 39% no realiza ningún tipo de actividad física y de los que realizan el 89% no cumple con el tiempo mínimo recomendado por la OMS; más del 50% no almuerza regularmente; el 22% de los encuestados fuma cigarrillos y aproximadamente el 7% son adictos; la prevalencia de dormir menos de 7 horas durante el tiempo de su jornada laboral es del 57%; por lo que implementar el programa de promoción de salud, basado en gimnasia laboral y consejos prácticos para una nutrición saludable sería un acierto, considerando una aceptación aproximada del 90%.

PALABRAS CLAVE: PROMOCIÓN DE SALUD, ESTILOS DE VIDA, ENFERMEDADES NO TRANSMISIBLES, PREVENCIÓN PRIMARIA, AUSENTISMO LABORAL.