

## UN ENFOQUE INTEGRAL PARA MEJORAR LA NUTRICIÓN EN EL LUGAR DE TRABAJO EN CHILE

La alimentación saludable para los empleados no debería ser considerada un gasto sino una inversión que reduce costos tanto para el trabajador como para la empresa. Aunque Chile tiene una población relativamente joven –con una media de 32 años de edad– padece una alta incidencia de enfermedades crónicas vinculadas a la dieta y el estilo de vida (como enfermedades cardiovasculares, obesidad, diabetes e

hipercolesterolemia). A medida que aumenta la población y la edad de los trabajadores, también lo hace la incidencia de estas enfermedades crónicas en la mano de obra de Chile de más de 8 millones de personas. Los cambios ahora pueden evitar futuros impactos negativos en términos de una carga en el sistema de salud y menor productividad de los trabajadores.

### DATOS Y CIFRAS

**Colaboradores:**  
Sodexo y Edenred

**País beneficiario:**  
Chile

**Plazo de ejecución:**  
Proyectos anuales:  
2011 – 2012

**Presupuesto:**  
109,677 dólares  
EE.UU.

### LA RESPUESTA

Los programas de promoción de la salud en el lugar de trabajo, especialmente los referidos a la nutrición, son parte de una política integral de seguridad y salud en el trabajo. En 2005, la OIT publicó los resultados de un estudio mundial sobre las buenas prácticas en el suministro de alimentación en el trabajo. Lleva el título de: La alimentación en el trabajo: *Soluciones en el lugar de trabajo para la malnutrición, la obesidad y las enfermedades crónicas*. El estudio reveló que los programas de comidas en el lugar de trabajo, que ofrecían un acceso asequible a alimentos saludables, podían ayudar a prevenir las deficiencias de micronutrientes y las enfermedades crónicas, incluidas la obesidad y la diabetes.

En 2011, Sodexo, Edenred y la OIT formaron una alianza para evaluar las necesidades nacionales de Chile con relación a programas de nutrición en el lugar de trabajo y tomaron muestras de una serie de empresas en diversos sectores económicos. Los objetivos generales eran contribuir a un estilo de vida saludable, mejorar la nutrición y reducir las enfermedades no contagiosas vinculadas a la nutrición entre los trabajadores de Chile. A fin de lograr este objetivo, el proyecto aumentó la cantidad de empresas que conocían las buenas prácticas en materia de implementación de programas

de nutrición en el lugar de trabajo. Esto fue diseñado para animar a las empresas a adoptar programas de nutrición adecuados y ajustados a sus necesidades, y en última instancia para aumentar la cantidad de empresas que establecen este tipo de políticas.

El proyecto emprendió una investigación utilizando herramientas cuantitativas y cualitativas, incluidas 30 entrevistas en profundidad y grupos de discusión con informantes nacionales clave, representantes del gobierno, sindicatos, académicos, y encuestas de empleadores y trabajadores a nivel de las empresas (995 trabajadores de 16 lugares de trabajo en diferentes regiones y sectores). La investigación evaluó los conocimientos, las actitudes y los comportamientos de los grupos objetivo, y comparó los resultados de los programas de nutrición en el lugar de trabajo existentes en las diversas empresas a fin de identificar opciones para mejorar las prácticas y costumbres actuales.

El proyecto también investigó las políticas y las culturas con relación a los programas de nutrición en el lugar de trabajo a nivel del país y de las empresas, y formuló recomendaciones para la promoción e implementación de programas más integrales.



«La investigación de 'La alimentación en el trabajo' fue especialmente innovadora porque realizó un análisis más práctico que teórico de la situación. El resultado fue exitoso gracias a nuestra estrecha colaboración y nos permitió compartir conocimientos, experiencia y redes para alcanzar objetivos comunes.»

Edenred

## RESULTADOS

El proyecto ha producido:

- Una evaluación de las necesidades de los trabajadores y los empleadores con relación a la nutrición en el lugar de trabajo en Chile;
- Un análisis comparativo de cuatro programas de nutrición diferentes que existen en el país, que abarcan a más de 250,000 trabajadores;
- Una publicación sobre los desafíos y los beneficios de los buenos programas de nutrición en el lugar de trabajo diseñados específicamente para Chile. En el XX Congreso Internacional de Nutrición en Granada (España) –el evento internacional más prestigioso en el sector de la nutrición, que reúne a más de 5,000 especialistas– se convocó una mesa redonda para debatir sobre el encuesta en la que se basó esta publicación;
- Recomendaciones y sugerencias adaptadas a los programas modelo para abordar los requisitos de los diferentes tipos de empresas. Las recomendaciones están especialmente dirigidas a los empleadores, los trabajadores y los sindicatos, el Gobierno, y los académicos.

Tras la conclusión del proyecto, y en función de sus resultados, en noviembre de 2013 se estableció la Junta Asesora sobre Políticas Públicas para la Nutrición en el Trabajo. Está compuesta por la *Central Unitaria de Trabajadores*, la *Mutual de Seguridad*, empresas del sector alimentario y la Universidad Alberto Hurtado. Su objetivo es promover el derecho de los trabajadores a recibir alimentación adecuada en el trabajo.

En la actualidad, la legislación chilena sobre alimentación en el trabajo se limita a dos áreas principales: la necesidad de que los trabajadores tengan un lugar cómodo y limpio para alimentarse; y el requisito de que dispongan de un tiempo mínimo para hacerlo. La ampliación de estos requisitos para que incluyan la consideración de conceptos como una dieta saludable sería un verdadero avance. Esta investigación, unida a la posterior Junta Asesora, apoyarán los pasos en esta dirección.

Para acceder a la publicación, visite: [http://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---americas/---ro-lima/---sro-santiago/documents/publication/wcms\\_201138.pdf](http://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---americas/---ro-lima/---sro-santiago/documents/publication/wcms_201138.pdf).

[www.ilo.org](http://www.ilo.org) – A comprehensive approach to improving nutrition at the workplace: A survey of Chilean companies and tailored recommendations (seulement en anglais)



**Departamento de Alianzas y Apoyo a los Programas Exteriores (PARDEV)**

Oficina Internacional del Trabajo  
4, Route des Morillons  
CH-1211 Ginebra  
Suiza

Tel. +41 22 799 7309  
Fax +41 22 799 6668  
E-mail: [ppp@ilo.org](mailto:ppp@ilo.org)  
[www.ilo.org/ppp](http://www.ilo.org/ppp)

## LOS BENEFICIOS DE LA ALIANZA

Los empleadores se benefician de un mayor conocimiento de los diversos programas de nutrición en el lugar de trabajo, lo que los anima a desarrollar el propio. Una vez que se hayan establecido los planes de nutrición en el lugar de trabajo, tanto los empleados como los empleadores percibirán las ventajas. Los trabajadores tendrán un riesgo menor de enfermedades crónicas vinculadas a la dieta y, en consecuencia, los empleadores se beneficiarán de una fuerza laboral más saludable y más productiva.

Los planes de gran escala establecidos en muchos lugares de trabajo darán lugar a beneficios a nivel nacional, en términos de una mejor salud de la población.