

Punto de comprobación 25

Cuenta con un programa anual de las actividades de detección de diabetes, hipertensión, obesidad, entre otros, de acuerdo con los factores de riesgo de la población trabajadora

1. Referencia normativa

NOM-008-SSA3-2010, Para el tratamiento integral del sobrepeso y la obesidad.

NOM-015-SSA2-2010, Para la prevención, tratamiento y control de la diabetes mellitus.

NOM-030-SSA2-1999, Para la prevención, tratamiento y control de la hipertensión arterial.

NOM-037-SSA2-2012, Para la prevención, tratamiento y control de las dislipidemias.

2. ¿Qué es un Programa anual de actividades de detección de enfermedades en la población trabajadora?

Es un documento en el cual se planifican, de forma anual, las actividades a realizar por el médico y/o enfermera de la empresa, el cual debe contener una sección de acciones específicas para identificar, principalmente, las enfermedades crónico-degenerativas en los trabajadores de la empresa, como son:

- Diabetes mellitus
- Hipertensión arterial
- Sobrepeso
- Obesidad
- Dislipidemias
- Cáncer

Las secciones que puede incluir el Programa son las siguientes:

- Introducción
- Justificación
- Misión
- Visión
- Objetivos
- Metas
- Indicadores
- Organización
- Límites de tiempo
- Universo de trabajo
- Estrategias
- Líneas de acción
- Recursos
- Seguimiento
- Cronograma



3. ¿Cómo realizar el programa anual de las actividades de detección de diabetes, hipertensión, obesidad, entre otros, de acuerdo con los factores de riesgo de la población trabajadora?

Una vez que ya se identificó el estado de salud y las principales enfermedades que prevalecen en los trabajadores a través del [Diagnóstico de seguridad y salud en el trabajo y del Examen médico](#) (le invitamos a consultar el material de apoyo), se podrán determinar las acciones a realizar para dar seguimiento, control y prevención de las mismas.

El programa puede contener lo siguiente:

a) Objetivo:

Definir las principales enfermedades que se quieren detectar, mediante qué medios, cómo se llevarán a cabo, cuáles son las metas y en el tiempo límite para obtener resultados, entre otros.

Las metas son generales, mientras que los objetivos son específicos.

Para determinar los objetivos se puede utilizar el método SMART:

- Específico: bien detallado.
- Medible: cuantificable.
- Alcanzable: realista.
- Relevante: lo más importante





- Tiempo limitado: estipular fecha específica en el calendario.
- b) Introducción y antecedentes.
- c) Lista de recursos:
- Establecer con los que ya se cuenta y los que se necesitan para alcanzar los objetivos, materiales, reactivos, estuches de diagnóstico, baumanómetros, básculas tanita, entre otros.
- d) Definir las limitaciones y los obstáculos, y cómo se pueden solventar.
- e) Seleccionar a los responsables que se encargarán de cada una de las tareas.
- f) Plasmar las estrategias por escrito:
- Listado de actividades específicas, integrando todos los procesos, definiendo cómo se realizarán las detecciones, es decir, si se harán por áreas, por edades, por sexo, etcétera.
 - Construir indicadores para cada actividad.
 - Establecer fechas de cumplimiento en el calendario (cronograma),

Por ejemplo:

Factor de riesgo a vigilar y controlar: Diabetes mellitus (DM)

Objetivo: Identificar a trabajadores con glucemia mayor a 100 mg/dl a través de pruebas de glucemia capilar, con la finalidad de establecer el diagnóstico de DM para dar inicio a un tratamiento oportuno.

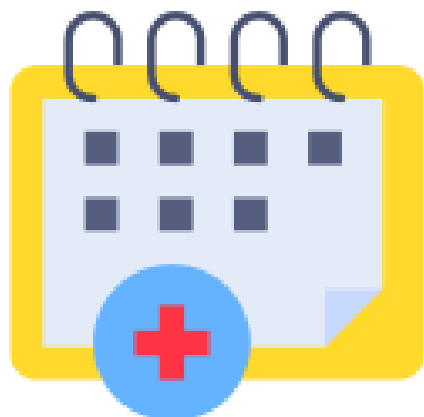
Meta: Realizar detecciones de glucemia capilar a 100% de la población trabajadora.

Objetivos Específicos	Indicadores	Actividades
Identificar a trabajadores con probable diabetes mellitus tipo 2 (DM2)	Glucemia en ayuno > 100 mg/dl o una glucemia casual > 140 mg/dl	Toma de prueba de glucemia capilar
Identificar casos sospechosos de DM2 en trabajadores con factores de riesgo	Más de 20 años de edad Antecedente heredofamiliar de DM2 Sobrepeso Obesidad Circunferencia abdominal mayor de 80-90 cm	Realizar o actualizar la Historia Clínica Toma de somatometría



En el cronograma anual de exámenes médicos, se pueden incluir las detecciones o realizar campañas específicas, como se muestra a continuación:

Programa Anual de Detecciones de Diabetes Mellitus, Hipertensión, Dislipidemia														
Área	Estadus	En e	Fe b	Ma r	Ab r	Ma y	Ju n	Ju l	Ag o	Se p	Oc t	No v	Di c	Responsable
Recursos Humanos	Prog.													Dr. Benavides/ Enf. Macías
	Real.													
Gerencia	Prog.													Dr. Benavides/ Enf. Macías
	Real.													
Choferes	Prog.													Dr. Benavides/ Enf. Macías
	Real.													
Almacén	Prog.													Dr. Benavides/ Enf. Macías
	Real.													
Mantenimiento	Prog.													Dr. Benavides/ Enf. Macías
	Real.													
Feria de la Salud	Prog.													Dr. Benavides/ Enf. Macías/ Lic. Sánchez
	Real.													



4. Puntos Relevantes/buenas prácticas

- Anualmente, el personal del Servicio Médico debe realizar un análisis de los objetivos planteados y sus resultados para determinar si se eliminan o implementan otros objetivos y metas, o si se mantienen los mismos con el fin de llegar a la mejora continua.
- En dicho análisis será importante lo siguiente:
 - ✓ Identificar a población trabajadora sana, enferma o con factores de riesgo.
 - ✓ Implementar tratamientos y/o envíos a la Unidad de Medicina Familiar que le corresponda.
 - ✓ Seguimiento del resultado de los indicadores y/o metas.
 - ✓ Establecer actividades encaminadas a la prevención y control de las enfermedades detectadas.
 - ✓ Reconocer los recursos disponibles.
 - ✓ Establecer la efectividad del programa de detecciones.
- Las conclusiones del análisis deben registrarse y, a su vez, transmitir las a la gerencia.

5. Referencias bibliográficas

CSO. (sin fecha). Guía para la elaboración del Programa de Salud Ocupacional. Recuperado en marzo 30, 2022, del Consejo de Salud Ocupacional. Sitio web: https://www.cso.go.cr/documentos_relevantes/manuales_guias/guias/Guia%20Programa%20Salud%20Ocupacional.pdf

INS. (Enero, 2019). Plan de trabajo anual en seguridad y salud en el trabajo. Recuperado en marzo 30, 2022, del Instituto Nacional de Salud Colombia. Sitio web: <https://www.ins.gov.co/Transparencia/SiteAssets/Paginas/planeacion/MIPG/PLAN%20SST.pdf>

OIT. (sin fecha). ¿Cómo gestionar la seguridad y salud en el trabajo? Recuperado en marzo 30, 2022, de la Organización Internacional del Trabajo. Sitio web: <https://www.ilo.org/global/topics/labour-administration-inspection/resources-library/publications/guide-for-labour-inspectors/how-can-osh-be-managed/lang-es/index.htm#ch3>

OPS. (2014). Plan de acción para la prevención y el control de las enfermedades no transmisibles en las Américas 2013-2019. Recuperado en abril 4, 2022, de la Organización Panamericana de la Salud. Sitio web: <https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2015/plan-accion-prevencion-control-ent-americas.pdf>



ELSSA
ENTORNOS LABORALES
SEGUROS Y SALUDABLES



SSa. (Noviembre 23, 2010). Norma Oficial Mexicana NOM-015-SSA2-2010, Para la prevención, tratamiento y control de la diabetes mellitus. Recuperado en abril 28, 2022, de la Secretaría de Salud. Sitio web: Disponible en: <https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/doc/Programas/VIH/Leyes%20y%20normas%20y%20reglamentos/Norma%20Oficial%20Mexicana/NOM-015-SSA2-2010.pdf>