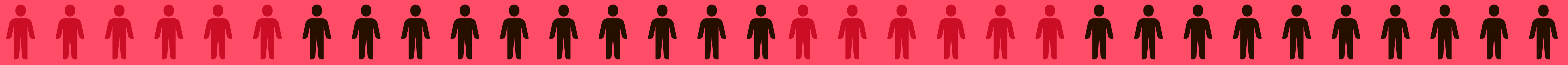


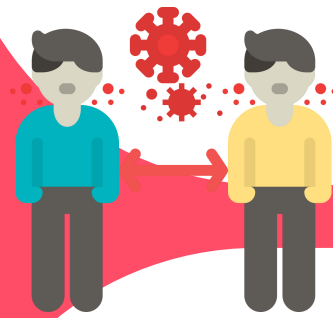
# RELACIÓN ENTRE EL TELETRABAJO, LA ALIMENTACIÓN Y EL PESO CORPORAL DE FUNCIONARIOS DOCENTES Y NO DOCENTES DE LA UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA EN EL MARCO DE LA PANDEMIA POR COVID-19



Victoria Britos, Micaela Carballo, Sofia Moreno, Luis Rodríguez, Soledad Taveira  
Tutora: Prof. Estela Skapino<sup>1\*</sup> Cotutora: Asist. Verónica Delgado<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Departamento de Nutrición Clínica; Escuela de Nutrición, Universidad de la República, Montevideo, Uruguay

\*E-mail: Eskapino@nutricion.edu.uy



## Introducción

En Uruguay el 13 marzo del año 2020 fue declarado el estado de emergencia sanitaria debido al Covid-19. Para evitar los contagios se apeló a la realización de actividades laborales desde el domicilio. La Universidad de la República no se encontró ajena a dicha medida, la cual debió comenzar a implementar el teletrabajo.

La permanencia en el hogar produjo cambios en los hábitos de las personas, entre ellos los relacionados con la alimentación, pudiendo verse afectado el peso corporal.

## Objetivo general

Conocer la relación entre el teletrabajo, la alimentación y el peso corporal de funcionarios docentes y no docentes de la Universidad de la República en el marco de la pandemia por Covid-19.

## Objetivos específicos

- Determinar los cambios en la alimentación.
- Identificar los cambios en el peso corporal.
- Analizar el vínculo del teletrabajo con los cambios en la alimentación y el peso corporal.

## Metodología

Estudio descriptivo de corte transversal (datos obtenidos del estudio "Afectación de la pandemia por COVID 19 en el estilo de vida de los/as trabajadores de la UdelaR, en relación a la alimentación, el descanso y la actividad física").

Datos relevados: modalidad de trabajo, talla, peso corporal al inicio y final de la pandemia y variación en el consumo de algunos grupos de alimentos (comidas caseras, frutas, verduras (excepto papa y boniato), refrescos azucarados-aguas saborizadas, bebidas alcohólicas, snacks (papitas, chizitos, etc) y chocolates-golosinas).

Los datos se analizaron con el software libre PSPP, donde se realizaron pruebas estadísticas Chi-cuadrado ( $\chi^2$ ), con un nivel de significancia: valor  $p < 0,05$ .

## Resultados

Características de la población de estudio

| Variables  |           | N (%)      |
|--|-----------|------------|
| Sexo   | Femenino  | 544 (62)   |
|  | Masculino | 332 (38)   |
| IMC promedio al inicio de la pandemia (Kg/m <sup>2</sup> ) |           | 26,2       |
| IMC promedio al contestar la encuesta (Kg/m <sup>2</sup> ) |           | 26,7       |
| Teletrabajo  |           | 703 (80,3) |
| Presencial   |           | 173 (19,7) |

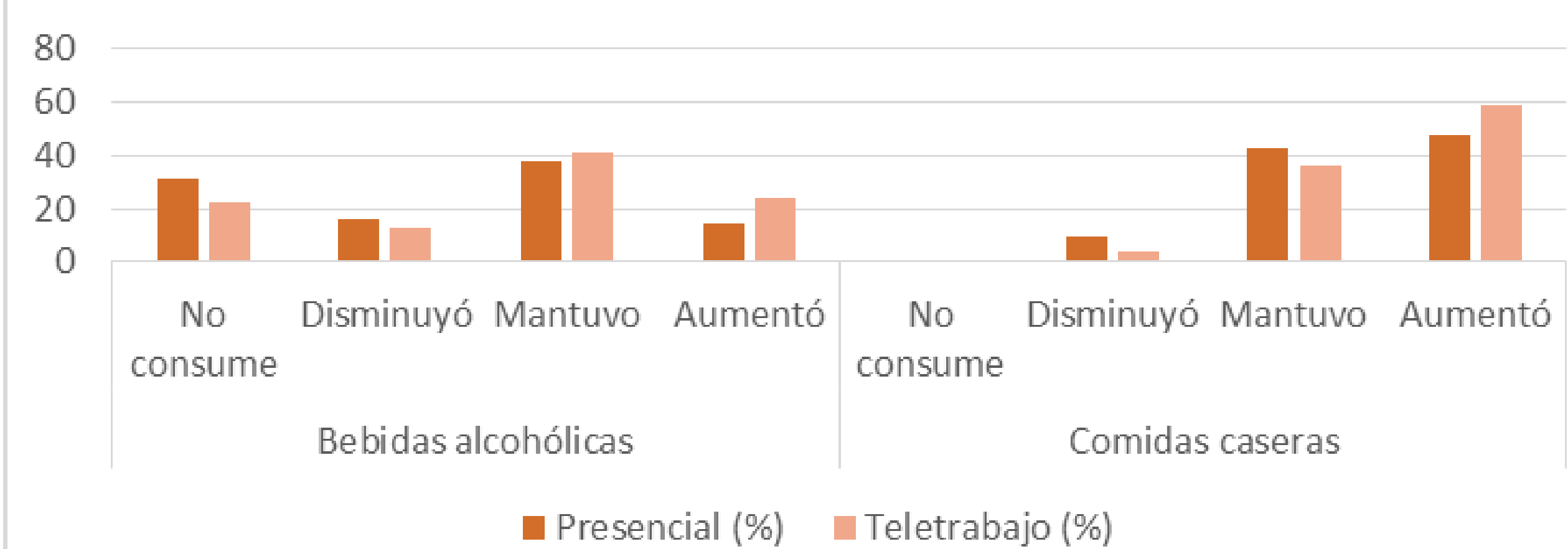
Cambios en el peso corporal respecto modalidad de trabajo

| Peso corporal | Presencial (N-%) | Teletrabajo (N-%) |
|---------------|------------------|-------------------|
| Disminuyó     | 54 (31,6)        | 156 (23,1)        |
| Mantuvo       | 32 (18,7)        | 137 (20,3)        |
| Aumentó       | 85 (49,58)       | 380 (56,54)       |
| Totales       | 171 (100)        | 673 (100)         |

Consumo de alimentos: mayoritariamente durante la pandemia se mantuvo el consumo en todos los grupos de alimentos.

Analizado por modalidad de trabajo se observó una disminución en el consumo de frutas, verduras, snacks, refrescos/aguas saborizadas y chocolates y/o golosinas, en los trabajadores de modalidad presencial. En contraparte se observó un aumento del consumo de estos mismos grupos en los trabajadores en modalidad teletrabajo.

## Variaciones en el consumo de bebidas alcohólicas y comidas caseras según modalidad de trabajo



El consumo de bebidas alcohólicas y de comidas caseras fue mayor en el grupo de teletrabajo ( $p < 0,05$ )

## Conclusiones

Aproximadamente la mitad de la población estudiada aumentó el peso corporal.

No se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre el aumento de peso y la modalidad de trabajo.

El aumento en el consumo de bebidas alcohólicas y de comidas caseras fue mayor en el grupo de teletrabajo (diferencia estadísticamente significativa).

