

Título de la comunicación

ESTADO NUTRICIONAL Y EMPLEABILIDAD: RESULTADOS DE UNA INTERVENCIÓN EDUCATIVA EN ESCUELAS DE SEGUNDA OPORTUNIDAD

Autores

Sánchez-Álvarez M (1,2,3), López-Ejeda N (1,3,4), Tomás-Cardoso R (1,3,4), Marrodán MD (1,3,4)

Instituciones

- (1) Grupo de Investigación en Epidemiología Nutricional (EPINUT-UCM). <https://ucm.es/epinut>
 - (2) Facultad de Ciencias de la Salud y Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales. Universidad Internacional Isabel I de Burgos.
 - (3) Red Iberoamericana de Investigación: Estudios Sociales sobre Salud (RIESSAL)
 - (4) Facultad de Ciencias Biológicas, Universidad Complutense de Madrid.
-

Resumen

El empleo va más allá de lo económico, impactando en la salud física y mental, la identidad y el estatus social. El desempleo se ha asociado con un deterioro de salud física y mental (1). Mejorar el estado nutricional y adoptar hábitos saludables puede incrementar las posibilidades de inserción laboral (2), potenciando capacidades físicas y cognitivas. Existe evidencia de que mejorar la salud a menudo precede el paso del desempleo al empleo remunerado (3). El cuerpo, visto como capital biológico y social, requiere seguridad nutricional, que implica no solo acceso a alimentos, sino también la capacidad biológica de aprovecharlos, es decir, la capacidad fisiológica para asimilar y utilizar los nutrientes, algo que depende de un entorno saludable y servicios adecuados (4). Estudios muestran que malas condiciones nutricionales o el exceso de peso pueden ser barreras para conseguir o mantener empleo, influyendo en la percepción de productividad y el absentismo. En este sentido, se posiciona el manejo adecuado del estado nutricional a través de los hábitos y hábitos de alimentación como una herramienta para mejorar la empleabilidad (2, 3).

Para abordar esto último, se realizó un estudio en itinerarios de empleabilidad de Escuelas de Segunda Oportunidad (curso 2021-2022). El programa combinó formación para ayudantes de cocina con educación en salud y nutrición, incluyendo hábitos saludables y capacitación en proporciones de nutrientes. Se usó metodología etnográfica y la encuesta KIDMED (5) antes y después en 15 estudiantes para evaluar cambios en los hábitos. Los resultados mostraron una mejora promedio en el puntaje KIDMED, con casi la mitad de los participantes mejorando sus hábitos (46.66%). Sin embargo, ciertos comportamientos, como el consumo de verduras, legumbres y la reducción de bollería industrial, mostraron resistencia al cambio. Esto evidencia la eficacia de enfoques integrales, pero también la complejidad de modificar hábitos arraigados. El estudio resalta la necesidad de estrategias a largo plazo, culturalmente adaptadas, para lograr cambios duraderos que contribuyan a la inclusión social y equidad alimentaria.

1. Matilla-Santander N, Martín-Sánchez JC, González-Marrón A, Cartanyà-Hueso A, Lidón-Moyano C, Martínez-Sánchez JM. Precarious employment, unemployment and their association with health-related outcomes in 35 European countries: a cross-sectional study. *Crit Public Health*. 2020;30(3):305-10. doi:10.1080/09581596.2019.1701183.
2. López Ejeda N, Tomás-Cardoso R. Innovación social en la inserción laboral: promoción de hábitos de vida saludable y su impacto en el empleo. Technical Report. 2023
3. van de Ven DJG. Sustainable Employability among Vulnerable Groups: The role of health promotion and working conditions [Tesis Doctoral]. Rotterdam: Erasmus University Rotterdam; 2023.
4. López Ejeda N, Vargas A, Marrodán MD. Desempleo, precariedad, nutrición y salud en una España en crisis. *Rev Diecisiete Investig Interdiscip Objet Desarro Sostenible*. 2020;(3):305-10. doi:10.36852/2695-4427_2020_03.04.
5. Serra-Majem L, Ribas L, Ngo J, Ortega RM, García A, Pérez-Rodrigo C, Aranceta J. Food, youth and the Mediterranean diet in Spain. Development of KIDMED, Mediterranean Diet Quality Index in children and adolescents. *Public Health Nutr*. 2004;7(7):931-5.

Palabras clave

Nutrición, Empleabilidad, Vulnerabilidad
