

OBESIDAD: CONOZCA LOS HECHOS...

La obesidad es un concepto ampliamente mal entendido. Para que los empleadores apoyen al personal de manera eficaz, deben comprender qué es la obesidad, qué factores la impulsan y cómo hablar de ella. También es posible que desee incluir un módulo de comprensión de la obesidad en cualquier capacitación de salud y recursos humanos (RH) que realice para el personal o la gerencia.

LA OBESIDAD ES UNA ENFERMEDAD...



La Organización Mundial de la Salud (OMS) define a la obesidad como "la acumulación no normal o excesiva de grasa que presenta un riesgo para la salud". Es una enfermedad crónica impulsada por factores complejos, muchos de los cuales están fuera del control individual.

Las raíces de la obesidad son profundas. La dieta y el ejercicio contribuyen, pero una variedad de factores biológicos y genéticos pueden predisponer a las personas a un mayor riesgo de obesidad. Nuestro entorno físico y social también puede exponernos a alimentos no saludables diseñados para hacernos comer más.

Los empleadores deben reconocer la obesidad como una enfermedad y tener esto en cuenta al desarrollar políticas de recursos humanos e iniciativas de salud.

LA OBESIDAD NO ES UNA CUESTIÓN DE ESTILO DE VIDA...

Se hacen muchas suposiciones estigmatizantes sobre las personas que viven con obesidad. A menudo se presenta como una elección de estilo de vida o una falta de fuerza de voluntad.

El mantra de "comer menos, moverse más" no reconoce que la obesidad es una enfermedad y que hay muchos otros factores que pueden afectar la salud.

No se debe culpar a las personas por su enfermedad.

SEA CONSCIENTE DEL SESGO Y EL ESTIGMA DEL PESO...

El sesgo de peso describe actitudes y suposiciones negativas basadas en el peso de una persona. Esto a menudo puede conducir al estigma del peso cuando las personas actúan según ese sesgo. En muchos países, las personas que viven con obesidad y sobrepeso sufren del estigma de prejuicios sobre el peso y discriminación. Esto puede afectar el bienestar físico y mental y puede impedir que las personas busquen la atención médica necesaria.

En un entorno laboral, es importante ser consciente de las posibles áreas de sesgo de peso, incluidos los procesos de contratación, los ascensos, las acciones disciplinarias y las tasas de terminación de contratos. En algunos casos, a las personas obesas se les paga menos que a las personas con peso saludable por el mismo trabajo. Esto es más pronunciado en el caso de las mujeres, que pueden recibir hasta un 6% menos por el mismo trabajo, mientras que los hombres con obesidad pueden tender a buscar empleos peor remunerados. Los empleadores pueden abordar el estigma en el trabajo manteniendo procesos de RH rigurosos y creando una cultura de apoyo, educación e inclusión.

El contexto social y cultural de un país impactará la percepción del sobrepeso y la obesidad. Si bien las reacciones externas de las personas hacia las personas que viven con obesidad pueden diferir, los problemas de salud y los riesgos asociados con la obesidad son consistentes. Por lo tanto, es importante garantizar que los mensajes sobre la obesidad se adapten al contexto local y nacional.

