

Evaluación del efecto del programa "Vivo Sano 2024" en los trabajadores de Estrella Azul Sede Industrias Lácteas S, A. Periodo 2024.

 No compartido



Consentimiento informado

Título de la Investigación: Evaluación del efecto del programa "Vivo Sano 2024" en los trabajadores de Estrella Azul Sede Industrias Lácteas S,A periodo 2024.

Investigadores:

- Sayaris Guerra
- Paola Reyes

Resumen de la Investigación:

Este estudio busca evaluar el impacto del programa "Vivo Sano 2024", diseñado para mejorar los hábitos de vida de los trabajadores de Estrella Azul Sede Industrias Lácteas, mediante intervenciones educativas en nutrición y actividad física. Se pretende analizar cómo estas intervenciones afectan el conocimiento nutricional, los hábitos alimentarios y la condición física de los empleados, así como su efecto en la productividad y satisfacción laboral.

Usted ha sido invitado a participar de manera voluntaria en este estudio dirigido a Analizar el efecto del programa "Vivo Sano 2024" en los trabajadores de Estrella Azul Sede Industrias Lácteas, 2024.

Procedimiento:

Hacemos de su conocimiento que es nuestra responsabilidad informarle acerca de la investigación y aclarar las dudas que la misma le genere, los datos serán recolectados a través de un cuestionario digital sobre conocimientos nutricionales, hábitos alimentarios y estado físico y se estima que le tomará aproximadamente 6 minutos responder lo solicitado.

Su participación es voluntaria, tiene derecho a negarse, puede decidir no participar o luego de haber aceptado, puede retirarse de la investigación, aun así, tendrá la oportunidad de ser incluido (a) en cualquier programa de atención o prevención que redunde en beneficio del resto de los participantes.

Riesgos y Beneficios:

Los riesgos asociados son mínimos y se limitan a posibles incomodidades al responder preguntas sobre la salud y hábitos alimenticios. La participación en la encuesta es voluntaria, no ofrece beneficios económicos ni materiales, y no afectará la participación en actividades futuras. Además, quienes hayan participado en el programa no están obligados a completar la encuesta.

Confidencialidad y Ética:

El protocolo será sometido previamente por el Comité de Bioética de la Universidad Santander para su aprobación. Los resultados obtenidos de las encuestas realizadas serán tratados con estricta confidencialidad, los datos serán manejados por los investigadores sin ofrecer la posibilidad de identificación de los participantes.

La investigación cumple con los lineamientos de confidencialidad establecidos en la Ley 68/2003 de deberes y derechos de los pacientes, la Ley 84/2019 de investigación en salud y en la Ley 81/2019 de protección de datos personales.

Ante todo, se considerará el respeto y el cuidado de los participantes y su integridad social y personal. Las actividades estarán dirigidas a velar por el bienestar de los sujetos, evitando cualquier acción que pueda resultar en un perjuicio o daño.

Conservación de Datos y Metodología de Custodia:

Los datos recolectados durante la investigación serán conservados durante un período de 5 años a partir de la fecha de finalización del estudio. Durante este tiempo, los datos estarán almacenados en una base de datos electrónica segura con acceso restringido solo a los investigadores principales del estudio. Una vez que se descargue la información de la plataforma Google Forms serán eliminados de la nube y resguardados en un USB encriptado.

Después de este período, los datos serán destruidos de manera segura mediante la eliminación digital completa de los archivos y la destrucción física de cualquier soporte de almacenamiento utilizado.

Toda la información será manejada en cumplimiento con las regulaciones establecidas en la Ley 81/2019 de Protección de Datos Personales y en conformidad con las políticas de privacidad de la empresa Estrella Azul. La privacidad y confidencialidad de los participantes serán rigurosamente protegidas durante todo el proceso de investigación y posterior manejo de datos.

Consultas y Dudas:

Las personas responsables de esta investigación son Sayaris Guerra y Paola Reyes. Si tiene dudas o necesita más información, puede contactar al correo:

sayarisguerra2802@gmail.com y paolajuliette15@gmail.com

También puede consultar al Comité de Bioética de la Universidad al correo:

bioetica@universidad.com.

Nombre *

Tu respuesta

Cédula *

Tu respuesta

¿Le gustaría participar de la encuesta? *

Sí

No

Siguiente

Borrar formulario

Sección 1

Esta sección busca recopilar información básica sobre las características sociodemográficas de los participantes.

Indicaciones

Complete la encuesta digital seleccionando las opciones que considere pertinentes. Dedique el tiempo que considere necesario; la duración estimada para completarla es de aproximadamente 6 minutos.

Edad *

Tu respuesta _____

Sexo *

Masculino

Femenino

Área de trabajo *

Administración

Manufactura

Logística general

¿Tiempo aproximado que tarda en llegar de la casa al trabajo? *

0 hora a 1 hora

1 hora a 2 horas

2 horas a 3 horas

Máximo nivel educativo *

- Educación primaria
- Educación secundaria
- Técnico
- Licenciatura
- Postgrado
- Maestría
- Doctorado
- Ninguno

Atrás

Siguiente

Borrar formulario

Sección 2

Se evaluarán los conocimientos básicos de los participantes sobre temas de nutrición.

¿Qué tipo de alimento considera usted que es una buena fuente de proteína? *

- Carnes, huevos y legumbres
- Pan, frutas y pasteles
- Gaseosas, jugos y café.

¿Qué alimentos es conocido por ser una buena fuente de vitamina C? *

- Leche
- Naranja
- Arroz

¿Cuál es el beneficio principal de consumir frutas y vegetales? *

- Proporcionan vitaminas y minerales
- Aumentan el apetito
- Hacen que la comida sea más cara

¿Cuál es una buena fuente de grasa saludable? *

- Manteca de cerdo
- Aceite de oliva
- Margarina

¿Cuál de las siguientes opciones nos ayuda a mejorar el tránsito intestinal? *

- Fibra (avena, pan integral, frutas, etc.)
- Lácteos (queso, leche, yogurt)

¿Qué beneficios nos aporta mantener una alimentación saludable y equilibrada? *

- Nos permite comer alimentos ultraprocesados sin afectar nuestra salud
- Nos permite comer en exceso sin consecuencias
- Reduce el riesgo de enfermedades crónicas

Según la OMS cuantos litros de agua se recomienda tomar al día *

- 7 litros de agua al día
- de 1.5 a 2 litros de agua al día
- 1 litro de agua al día

¿Cómo mide su grado de deshidratación? *

- La frecuencia de las ganas de orinar
- Caída del cabello
- Color de la orina

Atrás

Siguiente

Borrar formulario

Sección 3

Conoceremos los patrones y comportamientos alimentarios de los trabajadores.

¿Cuántas porciones de frutas consume usted al día? *

- Menos de 3 porciones
- De 3 a 5 a porciones
- Ninguna

¿Qué tan seguido consume usted bebidas azucaradas o gaseosas? *

- 1 día a la semana
- 3 días a la semana
- 7 días a la semana
- Ninguna

¿Qué tipo de merienda prefiere usted entre las comidas? *

- frutas o nueces
- papas fritas o duces
- No suelo comer meriendas

¿Con que frecuencia realiza usted actividad física? *

- Menos de 3 días a la semana
- 3 a 5 días
- Ninguna

¿Qué tipo de grasas prefiere usted en su dieta? *

- Mantequilla y carnes grasas
- Aceite de oliva y aguacates
- No presto atención a las grasas que consumo

¿Como describe usted su patrón de desayuno? *

- Frutas, vegetales, alimentos asados, huevos, lácteos
- Hojaldre, chorizo, pollo frito y chicharrón
- Solo tomo café
- No suelo desayunar

¿Con que frecuencia lee usted las etiquetas nutricionales de los alimentos que compra? *

- Siempre
- A veces
- Nunca

¿De que manera prefiere usted sus alimentos a la hora de almorzar? *

- Traigo almuerzo de casa
- Compro en la cafetería
- Pido domicilio (mcdonal's, carls jr, kfc, pizza, etc)

¿Usted formó parte del programa vivo sano? *

- Sí
- No

¿Qué porcentaje participó usted en las actividades del programa vivo sano? *
(capacitaciones, pausas activas, rutinas de ejercicios)

- 0 al 30%
- 40% al 70%
- 80% al 100%

[Atrás](#)

[Enviar](#)

[Borrar formulario](#)