

A young woman with brown hair and bangs, wearing pink scrubs and a blue stethoscope, is smiling warmly at the camera. She is holding a tablet computer in her hands. The background is a blurred clinical setting with various notices and charts on the wall.

**CREANDO
CULTURA DE
PREVENCIÓN**

D

Desde 2009, Liverpool se comprometió con sus empleados a crear conciencia sobre la importancia de tener una cultura preventiva, y a ampliar los beneficios en el tema de salud. Es por eso que, dando continuidad a este compromiso, durante 2012 implementó nuevos programas para fomentar la prevención y detección oportuna de enfermedades; también realizó la vigilancia y seguimiento de los ya establecidos, como el convenio acordado con el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) y sus *Programas Integrados de Salud*.

En dichas actividades se encuentra la aplicación del programa *API* (Atención Preventiva Integrada), que contempla el fomento a la prevención y control de enfermedades crónico-degenerativas e infecto-contagiosas, así como orientación alimentaria, en ésta se valoró la cantidad y calidad de alimentación de los pacientes y se les dieron recomendaciones higiénico-dietéticas a través de consultas con un nutriólogo. Dicho proyecto inició en el Corporativo de Liverpool, y posteriormente en tiendas del área metropolitana.

También se abordó el control de adicciones, mediante pláticas informativas sobre consumo de drogas y alcoholismo para los empleados de las

bodegas. Estas acciones se han realizado con sus respectivos seguimientos a nivel de corporativo y de tiendas.

Con el apoyo de los laboratorios farmacéuticos que se han unido a nuestros esfuerzos, hemos realizado campañas para la detección y clasificación de la Insuficiencia Venosa Aguda, así como de la estaficación de la fase crónica de dicha enfermedad. Al mismo tiempo se impartió información acerca de las medidas higiénicas y los tipos de ejercicio que evitan que la enfermedad avance o se desarrolle. La campaña fue muy importante para nuestros colaboradores, debido a que es un padecimiento recurrente.

Otra de las campañas que se realizó fue la detección del riesgo cardio-metabólico y determinación de niveles de colesterol total, HDL, LDL y triglicéridos, esto aportó información a los empleados sobre el estado actual de sus sistema cardiovascular y endocrino, la campaña también tuvo un proyecto *Ambicioso*, la *Cruzada contra el Sobrepeso y la Obesidad*, que realizaron los empleados del corporativo y de tiendas del Distrito Federal, mensualmente, y continua en el interior de la República.

LOS AUTORES

Alejandro Mora Gaytán

Director Corporativo de Recursos Humanos

Luis Alejandro Ramírez Tapia

Gerente Corporativo de Recursos Humanos

Jorge Robles Lanche

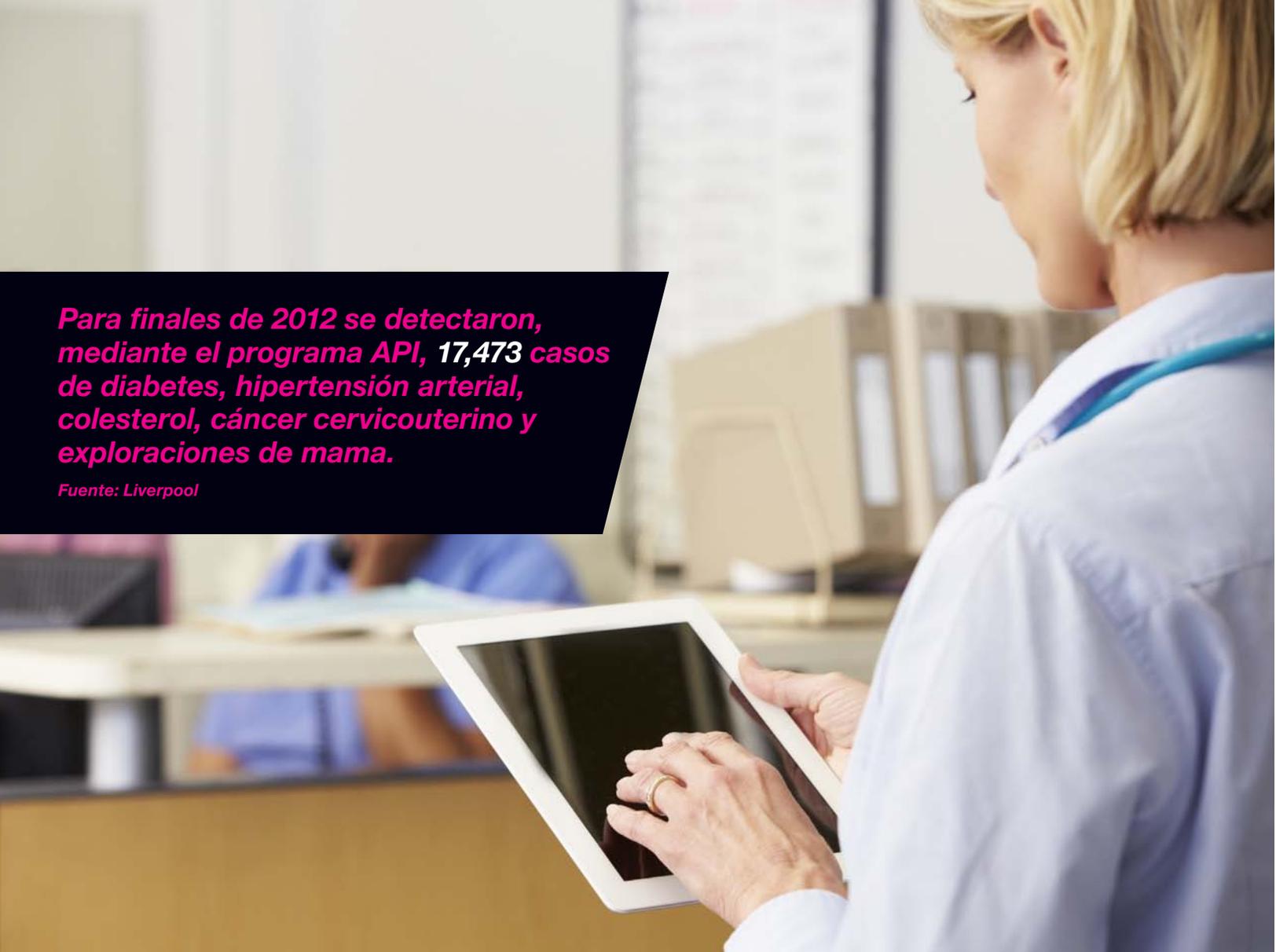
Coordinador de Servicios al Personal

Lilian Cabrera Rojo

Médico del Corporativo

Liverpool fue fundada por Jean-Baptiste Ebrard, en 1847, en la Ciudad de México. Su área de especialidad es el retail. Actualmente, cuenta con 99 almacenes y 45 bodegas, y un aproximado de 55,000 empleados. Ocupa el tercer lugar en "Las Mejores Empresas para Trabajar en México en 2013" de Great Place to Work y el primer lugar dentro de "Empresas de Comercio".





Para finales de 2012 se detectaron, mediante el programa API, 17,473 casos de diabetes, hipertensión arterial, colesterol, cáncer cervicouterino y exploraciones de mama.

Fuente: Liverpool

En esta cruzada se detecta a los pacientes con sobrepeso y obesidad y se les brinda medidas higiénico-dietéticas y valoraciones mensuales para evaluar que pierdan peso de manera adecuada. Además, se realizan ultrasonidos abdominales para detectar hígado graso y brindar el tratamiento correspondiente, así como un seguimiento periódico adecuado.

Consideramos importante la educación y concientización de nuestros colaboradores, por lo que también se programaron pláticas informativas sobre los temas relacionados con la enfermedad por reflujo gastroesofágico asociado a la obesidad, hábitos alimenticios y estrés laboral.

Otras actividades que se realizaron en apoyo a la

cultura preventiva fueron:

Somatometría: medición de peso y talla, así como de circunferencia abdominal para determinar la distribución de grasa corporal, e índice de masa corporal.

Toma de tensión arterial sistémica: registro de la tensión arterial sistólica y diastólica. Se detectó a quienes presentaron cifras por encima del promedio.

Monitoreo de signos vitales: énfasis en la toma del pulso cardiaco para detección alteraciones como taquicardia, bradicardia y arritmias.

Asesorías nutricionales: se establecieron dietas hipocalóricas para quienes requerían perder peso,

y dietas especiales para disminuir los niveles de colesterol, triglicéridos y glucosa.

Detección de niveles de glucosa: pruebas tipo dextrostix para la medición de glucosa (ayuno) y glucosa postprandial, útil en la detección de pacientes con síndrome metabólico, intolerancia a la insulina y diabetes.

Medición de hemoglobina glucosilada en mayores de 40 años: para evaluar el comportamiento de los niveles de glucosa de pacientes con factores riesgo de padecer diabetes.

Perfil lipídico: se tomaron muestras capilares para determinar el nivel de colesterol total, lipoproteínas de alta y baja densidad y triglicéridos para la detección de pacientes con dislipidemias.

Ultrasonido abdominal: se realizó el rastreo abdominal en los pacientes con posibilidad de desarrollar hígado graso.

Ultrasonido Doppler: para medir la intensidad del flujo sanguíneo de las venas safenas y determinar el grado de insuficiencia venosa,

Inmunizaciones: para toxoide tetánico, toxoide diftérico, influenza A y B y hepatitis B.

Acciones de salud bucal: se les enseña la técnica de cepillado adecuado a los pacientes, a través del uso de tabletas reveladoras de placa dentobacteriana.

Acciones de salud reproductiva: orientación sobre enfermedades de transmisión sexual y prevención de embarazos no deseados.

En estas acciones se tuvo una participación aproximada de 1,055 empleados, que equivale al 62% de la población del corporativo. Destacamos que, posterior a estas actividades, se ha realizado el seguimiento y tratamiento personalizado a cada empleado que mostró alteraciones, ya sea por parte del servicio médico o de quienes realizan la campaña. Así mismo, estamos enfocados en llevarlas a las tiendas, comenzamos con las que se encuentran en el Distrito Federal y, posteriormente, en el resto de la República, con el fin de seguir fomentando la educación de los empleados para generar una cultura preventiva.

13,852

empleados de Liverpool, a nivel nacional, fueron atendidos durante 2011.

Fuente: Liverpool

Durante 2010, con el programa *PREVENIMSS*, se llevaron las acciones a 7,769 trabajadores de Liverpool, cifra que durante 2011 casi se duplicó, pues logramos atender a 13,852 empleados a nivel nacional. Para finales de 2012 se detectaron, mediante el programa API, 17,473 casos de diabetes, hipertensión arterial, colesterol, cáncer cervicouterino y exploraciones de mama. Se aplicaron 5,331 dosis de vacunas para tétanos y difteria, sarampión, rubéola, influenza y hepatitis B. También contamos con una participación de 23,213 empleados en cuando a acciones odontológicas, que incluyeron asesoría dental, entrega de pastillas reveladoras de placa dentobacteriana y de cepillos dentales.

Otro proyecto que ha cobrado vital importancia para nuestros colaboradores es *Ciudad Salud*. Éste se creó a partir de la colaboración entre Liverpool y la aseguradora Metlife, y fomenta las acciones preventivas mediante el detección de ciertas enfermedades. Dicho proyecto nos permite conocer los hábitos de vida de los empleados; la herramienta consta de un portal de vida que, con la ayuda de un formato de historia clínica y un cuestionario sobre hábitos, detecta cuáles son las fortalezas y debilidades de salud y qué podría llevar a los empleados a desarrollar alguna enfermedad. Este programa tiene cuatro ejes principales de acción: nutrición, hábitos, manejo de estrés y cuidado de salud. A través de la información que arrojan dichos ejes podemos sa-



ber si el paciente es propenso a desarrollar alguna enfermedad crónico-degenerativa, así como obesidad, sobrepeso, ansiedad o depresión.

Además, se proponen diversas medidas personalizadas que ayudan a mejorar las áreas alteradas; por ejemplo, si el paciente tiene malos hábitos alimenticios puede encontrar dietas o consejos sobre que alimentos comer y las porciones adecuadas de las mismas, dentro de la página. El portal también muestra información sobre primeros auxilios en caso de una emergencia, características de algunos padecimientos para que los empleados puedan identificar los signos de alarma; cuenta con videos sobre diversos temas, mismos que pueden consultar desde cualquier lugar y en varios equipos, como tabletas y teléfonos inteligentes.

Es importante mencionar que toda la información que se encuentra en la página está avalada por la Clínica Mayo (Mayo Foundation For Medical Education and Research).

Liverpool también se preocupa por fomentar actividades deportivas, en junio de 2012 se organizaron carreras deportivas de cinco y 10 kilómetros para

los empleados de las tiendas a nivel nacional; en ellas se otorgaron incentivos a los primeros lugares de cada categoría. Las carreras se llevaron a cabo en el Distrito Federal, Guadalajara y Veracruz con una participación aproximada de entre 700 y 1,000 empleados por plaza.

En cuanto a los beneficios adicionales que se han otorgado a nuestros colaboradores, en el caso del Seguro de Gastos Médicos Mayores, se ha incrementado el número de asegurados año con año, concientizándolos de la importancia de contar con este producto. La población beneficiada se incrementó de 50,865, en el 2010, a 68,420, en el cierre de 2012.

A finales de 2011 se otorgó otro beneficio para 55,000 colaboradores del Grupo Liverpool a nivel nacional: *Liverpool Contigo*. Se trata de una línea telefónica de apoyo psicológico que asesora a los empleados, con terapias breves, sobre su estado emocional; esto incluye problemáticas personales, familiares y laborales. Se recibieron 237 llamadas; los temas de las consultas atendidas fueron depresión, ansiedad, duelo, estrés, adicciones, violencia familiar, etc. Para 2012 éstas incrementaron a 2,443.



 Liverpool[®]