

PERCEPCIÓN DE LAS BARRERAS PARA LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA EN ESTUDIANTES DE PREGRADO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS PARA LA SALUD

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Grupo ejecutor



La actividad física se entiende como una conducta que resulta en gasto energético, la cual refleja la intensidad en que se realiza dicha actividad. Estudios recientes en Colombia presentan que bajos niveles de actividad física en los estudiantes de Universidades y Facultades de Ciencias de la Salud, se encuentran asociados al sexo, al uso del computador como una actividad en la vida diaria.

Las barreras para la práctica de la actividad física son un fuerte predictor de un estilo de vida saludable, en ese sentido la participación de la actividad física disminuye conforme aumenta la edad, y la participación de las mujeres es menor en actividades moderadas y vigorosas. Mientras que la falta de tiempo y la falta de energía son las principales barreras auto-percibidas.

En síntesis, pocos estudios a nivel local han investigado en jóvenes universitarios sobre las barreras auto-percibidas que afectan la práctica de actividad física en estudiantes de pregrado de la Facultad de Ciencias para la Salud de la Universidad de Caldas.

En síntesis, pocos estudios a nivel local han investigado en jóvenes universitarios sobre las barreras auto-percibidas que afectan la práctica de actividad física en estudiantes de pregrado de la Facultad de Ciencias para la Salud de la Universidad de Caldas.

PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿Cuáles son las barreras auto-percibidas que afectan la práctica de actividad física en los estudiantes de pregrado de la Facultad de Ciencias para la Salud de la Universidad de Caldas?

OBJETIVO GENERAL

Determinar las barreras auto-percibidas que afectan la práctica de actividad física en los estudiantes de pregrado de la Facultad de Ciencias para la Salud de la Universidad de Caldas.

METODOLOGÍA

Estudio de tipo observacional, prospectivo, transversal y descriptivo.

Población: estudiantes de los pregrados: Medicina, Enfermería y Educación física, recreación y deporte de la Facultad de Ciencias para la Salud de la Universidad de Caldas.

Criterios de inclusión: Tener una edad entre 18 años y mas, estar matriculado como estudiante de un pregrado adscrito a la Facultad de Ciencias para la Salud en el segundo semestre de 2017, Aceptar y firmar el consentimiento informado. Aprobado CBCS-042 Fecha 26 de Septiembre de 2017.

Técnica: auto-reporte con preguntas cerradas y con alternativas de respuesta ordinal. Cuestionario Barriers to Being Active Quiz (BBAQ-21).



RESULTADOS

Tabla 1 Aspectos demográficos estudiantes de pregrados Facultad Ciencias para la Salud

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
PREGRADO		
Medicina	173	36,7
Enfermería	151	32,1
Educación Física, Recreación y Deporte	147	31,2
TOTAL	471	100
SEXO		
Masculino	242	51,4
Femenino	229	48,6
TOTAL	471	100
ESTADO CIVIL		
Soltero	450	95,5
Casado/Unión libre	20	4,2
Viudo(a)	1	0,2
TOTAL	471	100
PROCEDENCIA INGRESOS		
Ayuda familiar	268	56,9
Trabajo actual	102	21,7
Subsidios gobierno	18	3,8
Rentas	1	0,2
No recibe ingresos	49	10,4
No responde	33	7
TOTAL	471	100
INGRESO SMLV		
Ninguno	112	23,8
Menos 1 SMLV	241	51,3
1 SMLV	84	17,9
De 2 a 3 SMLV	27	5,7
De 4 a 5 SMLV	4	0,9
Mas de 5 SMLV	3	0,4
TOTAL	471	100
ESTRATO DE RESIDENCIA		
1	67	14,2
2	116	24,6
3	178	37,8
4	61	13
5	38	8,1
6	11	2,3
TOTAL	471	100

Tabla 2 Barreras auto percibidas por estudiantes de pregrado de la Facultad de Ciencias para la Salud

VARIABLE	Si es una barrera		No es una barrera	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Falta de tiempo	258	54,8%	213	45,2%
Influencia social	80	17%	391	83%
Falta de energía	80	17%	391	83%
Falta de voluntad	190	40,3%	281	59,7%
Miedo a lastimarse	13	28%	458	97,2%
Falta de habilidades	31	15%	440	93,4%
Falta de recursos	71	15%	400	84,9%

Tabla 3 Barreras auto percibidas por pregrado de Medicina, Enfermería y Educación física, recreación y deporte.

PREGRADO MEDICINA				
Variable	Si es una barrera		No es una barrera	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Falta de tiempo	127	73,4%	46	26,6%
Falta energía	113	65%	60	35%
Falta de voluntad	90	52%	83	48%
PREGRADO ENFERMERÍA				
Variable	Si es una barrera		No es una barrera	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Falta de tiempo	97	64,2%	54	35,8%
Falta energía	81	54%	70	46%
Falta de voluntad	86	57%	65	43%
PREGRADO EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE				
Variable	Si es una barrera		No es una barrera	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Falta de habilidades	2	0,4%	145	98,6%
Miedo a lastimarse	3	2%	144	98%
Influencia social	4	3%	143	97%

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Rubio-Henao R. F, Correa J. E, Ramírez-Vélez R. Propiedades psicométricas de la versión al español del cuestionario "Barriers to Being Active Quiz", entre estudiantes universitarios de Colombia. Nutr Hosp. 2015;31(4):1708-1716.
- Craig C. L et al. International physical activity questionnaire: 12 country reliability and validity. Medicine Science Sports Exercise. 2003; 1381 – 1395.