

NIVEL DE ACTIVIDAD FÍSICA PRE Y POST PANDEMIA EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS - UNR

Mussio, V; Boschetti, L; Labourdette, V; Leiva, R; Nascimento, S; Nasier, E; Tourn, N; Zapata, J

Cátedra de Biología. Facultad de Ciencias Médicas UNR.
veronicalabourdette@gmail.com

INTRODUCCIÓN

En 2020 la OMS declaró la pandemia por COVID-19. Para mitigar los efectos de la misma, los gobiernos de todo el mundo implementaron una variedad de acciones para cortar la vía de transmisión y disminuir la posibilidad de propagación. En diversos trabajos, se observan modificaciones en las prevalencias de los factores de riesgo cardiovascular, entre ellas el sedentarismo.

OBJETIVO

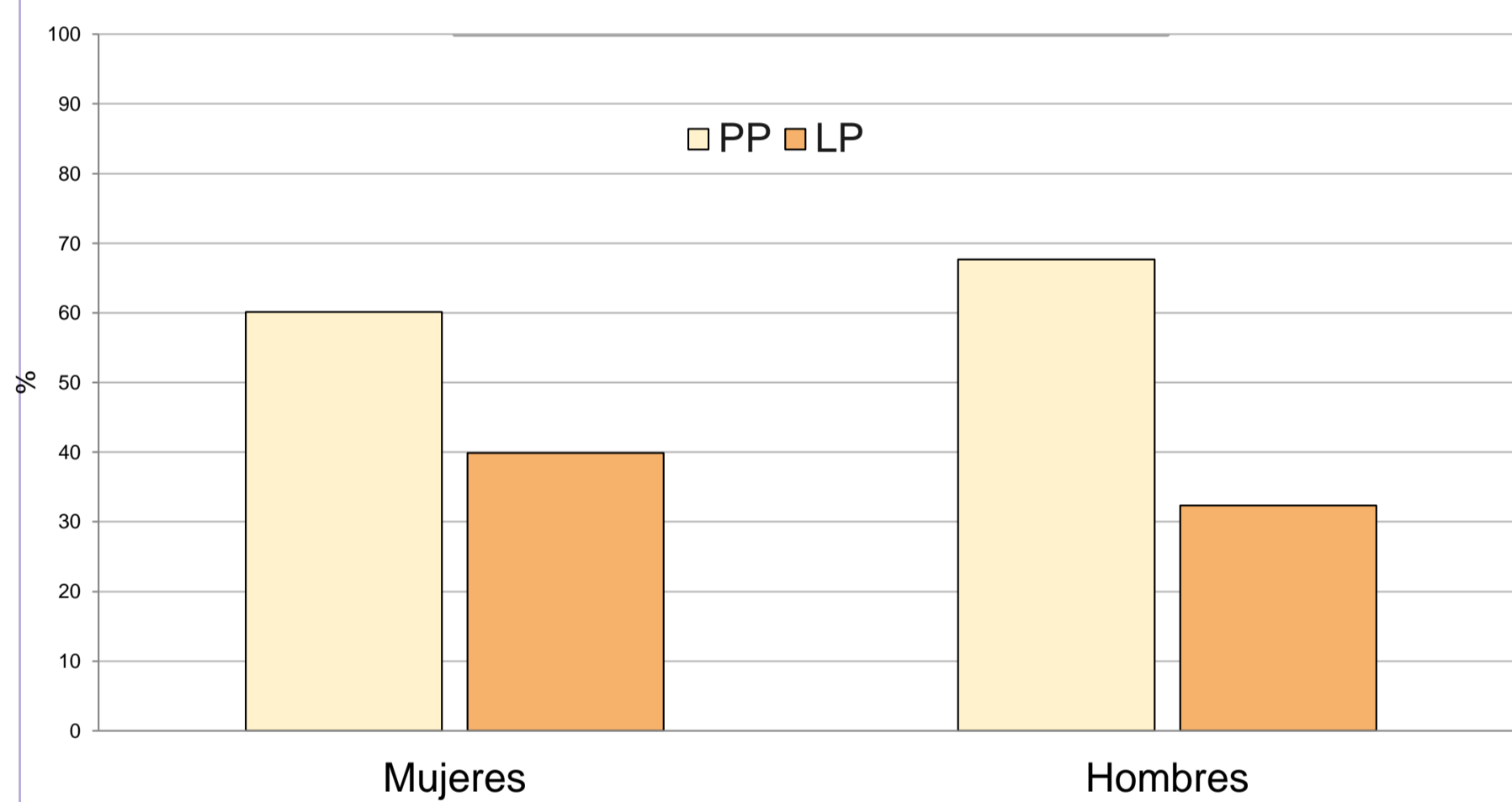
Comparar el nivel de actividad física pre y post pandemia en estudiantes de la Facultad de Ciencias Médicas, UNR.

MATERIAL Y MÉTODO

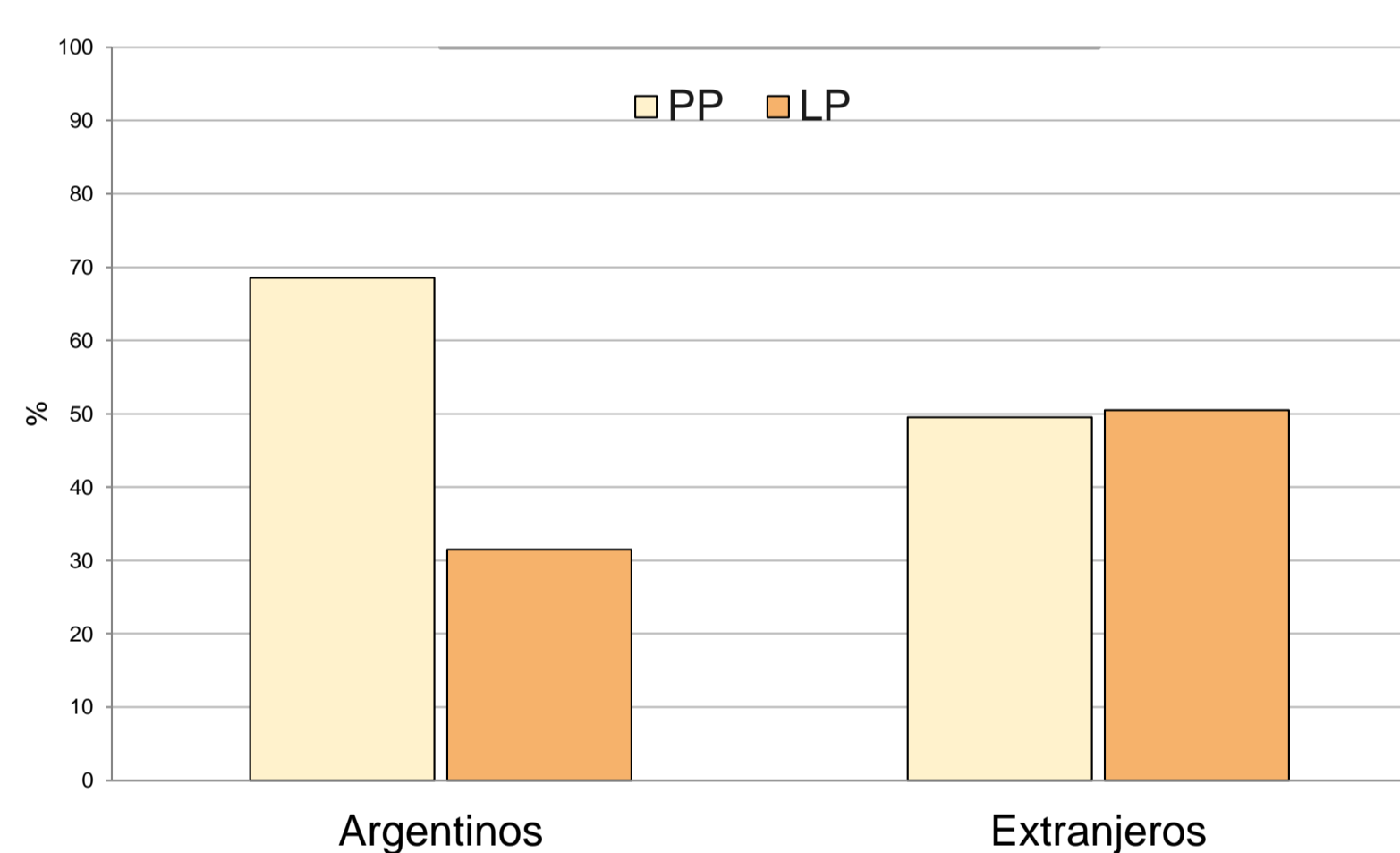
En el año 2018 (prepandemia - PP) y en el año 2024 (postpandemia - LP) se evaluó el nivel de actividad física (AF) a través de la versión corta del Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ-SF®), herramienta válida y fiable para las poblaciones estudiadas, transformando el tiempo invertido en la actividad, en unidades metabólicas (MET) por semana. Luego se clasificaron según los niveles de AF identificados por la Organización Mundial de la Salud (OMS) para los adultos de 18 a 64 años: Actividad Baja (B) ≤ 600 MET, Moderada (M): de 600-1500 MET y Alta (A): >1500 MET.

RESULTADOS

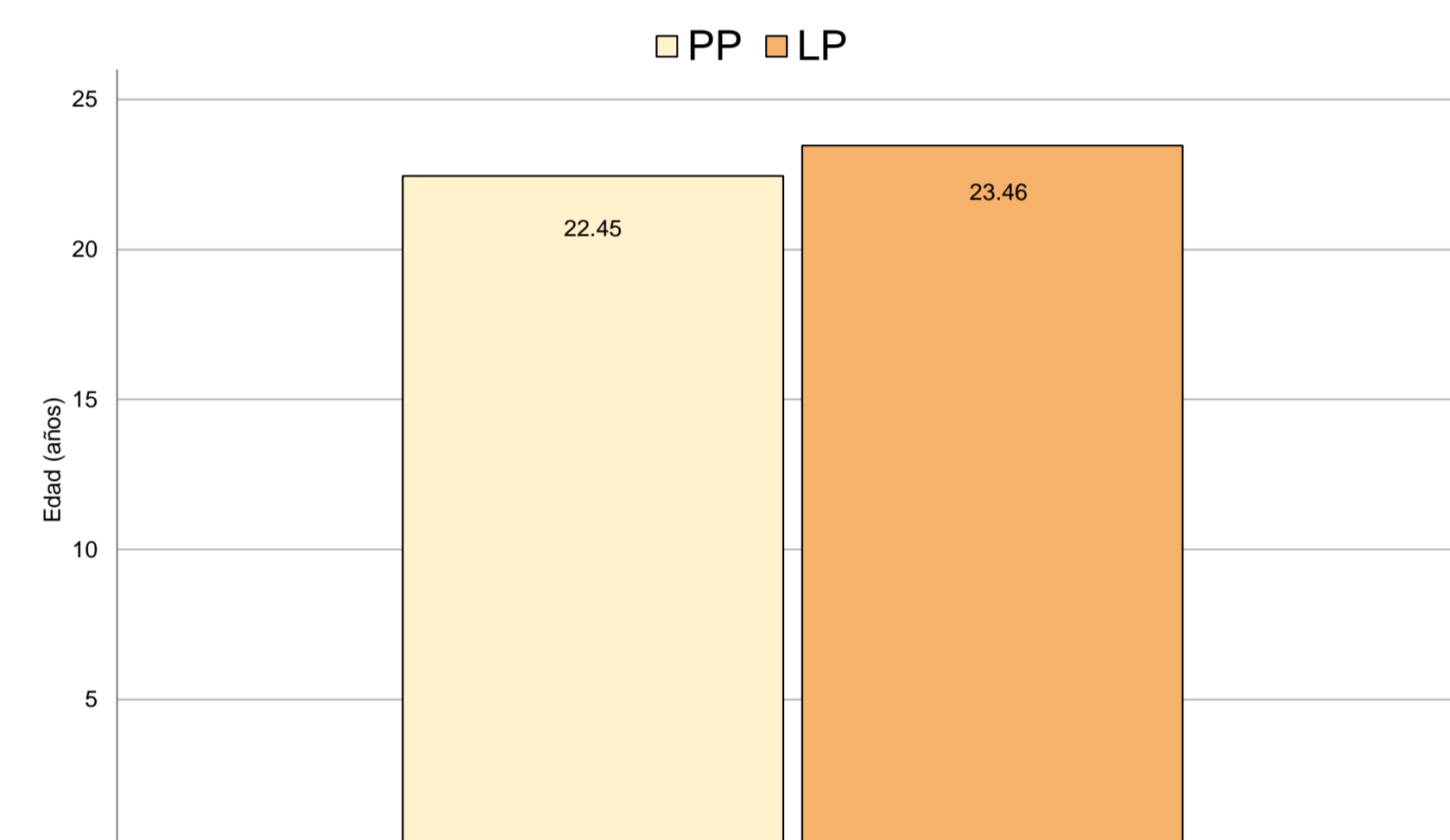
Distribución por sexo y momento de los participantes



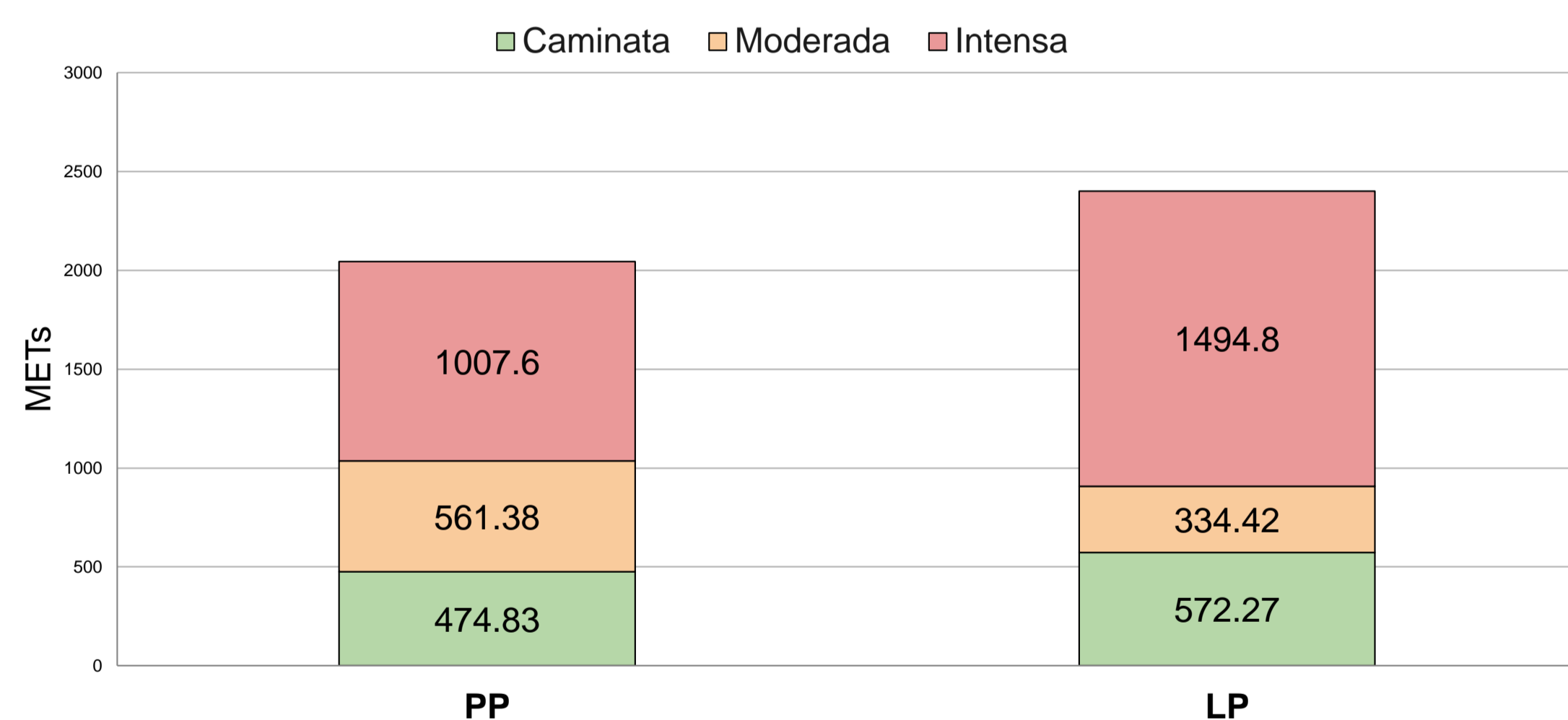
Distribución por nacionalidad y momento de los participantes



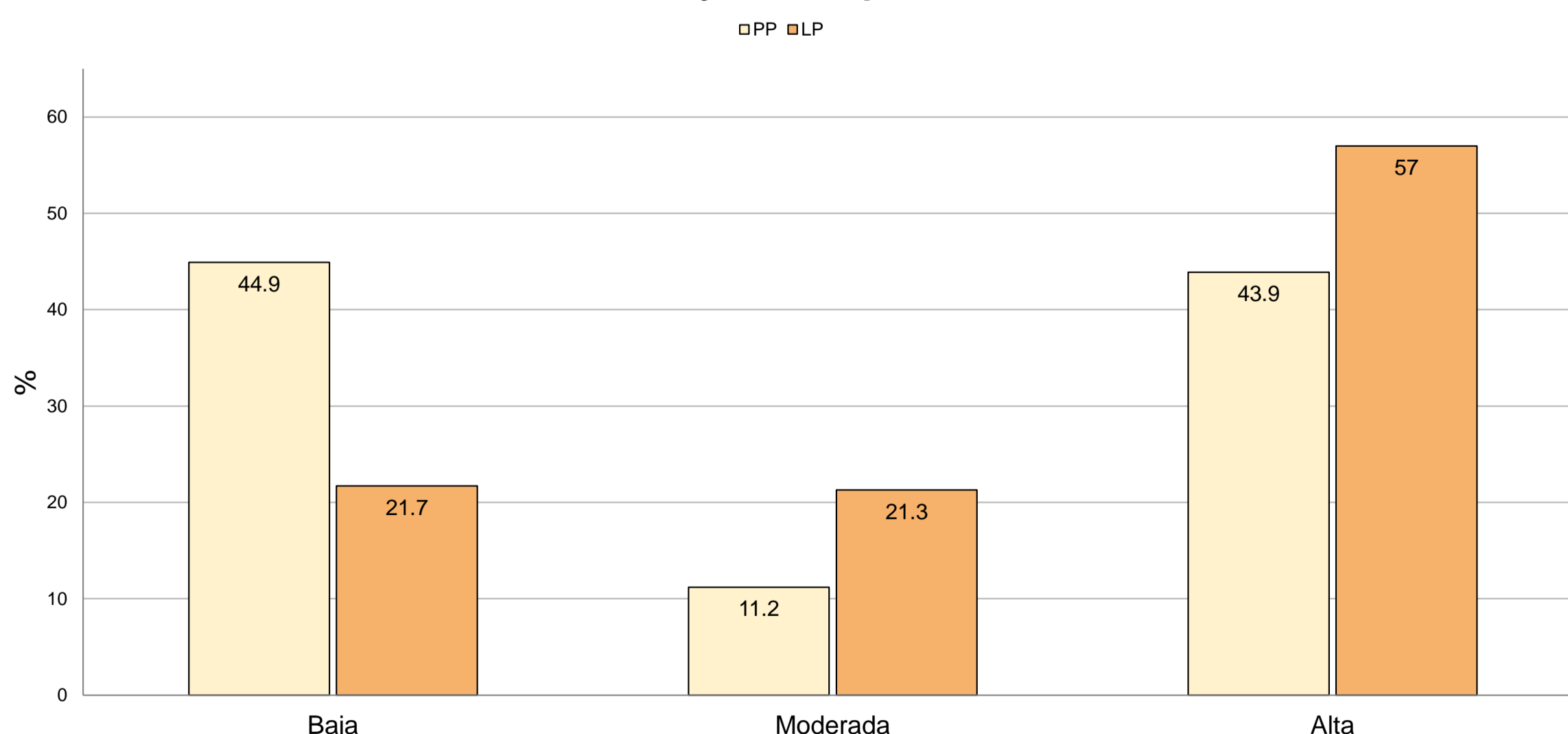
Edad de los participantes



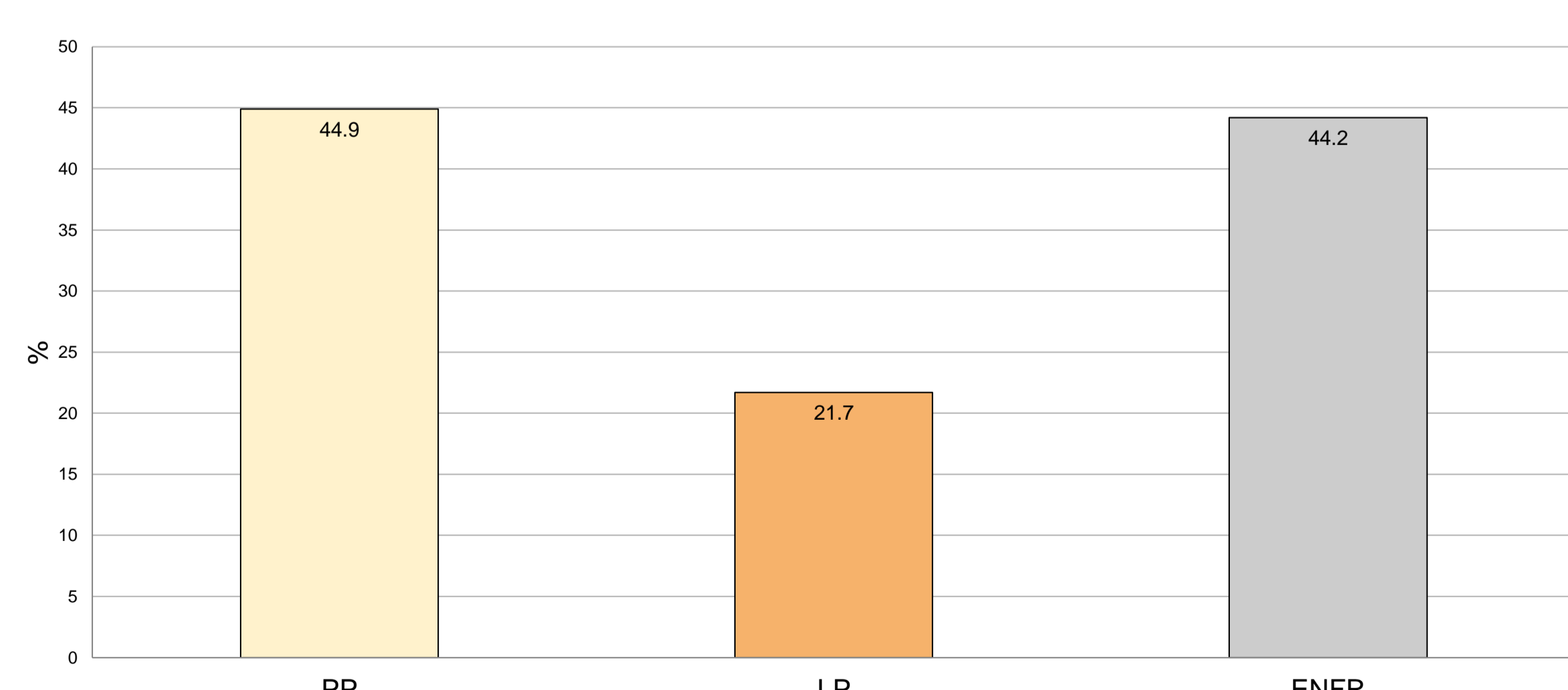
METs según tipo de actividad y momento de los participantes



Prevalencia de los diferentes niveles de actividad física Pre y Postpandemia



Prevalencia de sedentarismo



DISCUSIÓN Y CONCLUSIÓN

Podemos destacar que tras la pandemia los estudiantes universitarios fueron más activos que durante el período prepandemia, disminuyendo el sedentarismo. En la Encuesta Nacional de Factores de Riesgo (ENFR) del 2018 el sedentarismo registrado fue de 44.2% (43.1-45.2), comparando con nuestros resultados PP $p > 0.05$ y con LP $p < 0.05$. Es probable que la ENFR haya quedado desactualizada postpandemia considerando el tiempo transcurrido, así como los efectos de la pandemia a distintos niveles (individuales y colectivos). La universidad, como institución formativa en una etapa de la vida crítica para el desarrollo de los hábitos saludables, debería involucrarse en la promoción de políticas y estrategias que favorezcan la práctica de actividad física entre sus estudiantes.