Facultad de Ciencias de la Salud

UNCA

NIVELES DE ACTIVIDAD FÍSICA EN DOCENTES Y NO DOCENTES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CATAMARCA

Brizuela del Moral FD; Arcuri CR; Cuello FJ; Soria LR; Soria PR; Tello GA; Baigorrí, LJ. – Facultad de Ciencias de la Salud – UNCA – fbdelm@yahoo.com.ar

INTRODUCCIÓN

El presente proyecto de investigación se sitúa en la problemática del sedentarismo como flagelo, lo que lleva a la población mundial a ingresar en una condición de riesgo para su salud, siendo vulnerables de contraer anticipadamente alguna “Enfermedad crónica no transmisible” (ECNT) por la inactividad física, influyendo de una manera significativa en la calidad de vida.

OBJETIVOS

Categorizar los niveles de actividad física del personal docente y no docente universitario, a los efectos de promover políticas activas y participativas, necesarias para lidiar con el flagelo del sedentarismo.

MATERIALES Y METODOS

Como Técnica e Instrumentos de medición y recolección de datos; se aplicará un cuestionario global de actividad física (GPAQ) que permitirá determinar el nivel (bajo, moderado o alto) de actividad física en el trabajo, al desplazarse, y en el tiempo libre.

La investigación en cuanto a su finalidad es Aplicada; el diseño de estudio es no experimental, descriptivo y transversal.

La Población y Muestra: docentes y no docentes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Catamarca (UNCA). El método de selección de la muestra será probabilístico estratificado.

RESULTADOS

•Como resultados esperados, es proporcionar indicadores cuantitativos que permitan percibir la realidad del riesgo de salud por la falta de actividad física, con el objeto de contribuir a la promoción de estilos de vida más activos.