

LIBRO DE ARTÍCULOS CIENTÍFICOS EN SALUD

**EDICION 2021
RECOPIADO 2020**

Libro de Artículos Científicos en Salud : edición 2021 / Mónica Auchter ... [et al.] ; compilación de Mónica Cristina Auchter ; Gerardo Omar Larroza ; coordinación general de Gerardo Omar Larroza ; Mónica Cristina Auchter. - 1a ed revisada. - Corrientes : Universidad Nacional del Nordeste. Facultad de Medicina, 2021.

Libro digital, PDF

Archivo Digital: descarga y online

ISBN 978-987-3619-64-9



1. Cirugía. 2. Medicina Clínica. 3. Educación Universitaria. I. Auchter, Mónica. II. Auchter, Mónica Cristina, comp. III. Larroza, Gerardo Omar, comp. CDD 610.72

Editorial

Secretaría de Ciencia y Tecnología de la Facultad de Medicina

Universidad Nacional del Nordeste

Diseño del Libro: Mónica Auchter.

Impreso en Argentina. Septiembre 2020

Hecho el depósito que establece la ley 11.723

Contacto: secretariacyt@med.unne.edu.ar

Facultad de Medicina de la Universidad Nacional del Nordeste - UNNE

Sede Centro:

Mariano Moreno 1240 - C.P 3400 – Ciudad de Corrientes – Corrientes – Argentina

Teléfonos: +54 379 442 2290 / 442 3155

Sede Campus Sargento Cabral:

Sargento Cabral 2001 - C.P 3400 – Ciudad de Corrientes – Corrientes – Argentina

Teléfonos: +54 379 443 9624 int. 34 - +54 379 442 5508

Web: <http://www.med.unne.edu.ar>

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su almacenamiento en un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o cualquier medio, electrónico, mecánico, fotocopia u otros métodos, sin el permiso previo del editor.

IMPACTO DEL AISLAMIENTO SOCIAL PREVENTIVO Y OBLIGATORIO EN EL PERFIL DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN ESTUDIANTES DE CIENCIAS DE LA SALUD

Jorge Alberto Chiapello, Nicolás Fantuzzi, Silvia Gorban de Lapertosa, Patricia Beatriz Said Rücker.
Lugar de trabajo: Cátedra Nutrición y Educación para la Salud de la Carrera de Licenciatura en Kinesiología y Fisiatría, Facultad de Medicina, Universidad Nacional del Nordeste, Corrientes, Argentina.
Correo electrónico de contacto: jchiapello@hotmail.com

RESUMEN

Durante el 2020 surgió la pandemia de enfermedad por coronavirus, impactando en la vida de la población mundial debido al aislamiento social preventivo obligatorio (ASPO). En Argentina prolongó por más de medio año, pudiendo afectar los perfiles de actividad física (AF). Objetivo: determinar el perfil de AF de estudiantes de la Facultad de Medicina durante 2019 y 2020, el último año en ASPO. Se evaluaron 87 estudiantes del 2019 y 101 del 2020 que cursaban la Licenciatura en Kinesiología y Fisiatría. Se recolectaron los datos mediante el cuestionario IPAQ para nivel de AF, durante clases dictadas presencialmente en 2019, y digitalizado online en 2020. Se explicaron las características y metodología del estudio. La participación de los estudiantes fue voluntaria. No hubo diferencias por sexo ni edad entre ambas cohortes de estudiantes. En el grupo total se consignó AF Leve en 19,3%, AF Moderada en 50,3% y AF Intensa en 30,4%. Los perfiles de AF por cohorte mostraron AF Moderada comparable entre los estudiantes del 2019 y 2020, pero AF Intensa disminuyó a un tercio, mientras se quintuplicó AF Leve, con diferencia significativa ($p < 0,000002$). Los estudiantes pasaron sentados 335,06 minutos/día en 2019, elevándose a 454,30 minutos/día durante el ASPO ($p < 0,00008$). La ASPO tuvo impacto en el perfil de AF de los estudiantes, pudiéndose vehicular estrategias racionalizadas de práctica de AF adaptadas al nuevo contexto que permite ubicuidad y asincronía. Siendo la AF un factor promotor de la salud, los estudiantes de Ciencias de la Salud se constituyen en actores proactivos de dicha promoción.

Palabras clave: actividad física, estudiantes, ciencias de la salud.

SUMMARY

During 2020 the coronavirus disease pandemic emerged, impacting the lives of the world population due to the lockdown. In Argentina it has lasted for more than half a year, and may have affected physical activity profiles. Objective: to determine the physical activity (PA) profile in students of the Faculty of Medicine during the years 2019 and 2020, the last under lockdown. Students of the Bachelor's Degree in Kinesiology and Physiatry were evaluated, 87 from 2019 and 101 from 2020. Data were collected using the IPAQ questionnaire for PA level, during class attendance in 2019, and digitized online in 2020. The characteristics and methodology of the study were explained. Student participation was voluntary. There were no differences by sex or age between the two cohorts of students. In the total group, Mild PA was recorded in 19.3%, Moderate PA in 50.3% and Intense PA in 30.4%. The PA profiles by cohort showed comparable Moderate PA between the 2019 and 2020 students, but Intense PA decreased to one third, while Mild PA increased fivefold, with a significant difference ($p < 0.000002$). Students spent 335.06 minutes/day sitting in 2019, which rose to 454.30 minutes/day during the lockdown ($p < 0.00008$). The lockdown had impact on the student's PA profile, thus rationalized strategies for the practice of PA could be carried out adapted to the new context that allows ubiquity and asynchrony. As PA is a health promoting factor, students of Health Sciences become proactive actors in such promotion.

Keywords: physical activity, students, health sciences.

INTRODUCCIÓN

La Actividad Física (AF) se constituye en uno de los instrumentos en la lucha contra patologías prevalentes y en la promoción de la salud a nivel poblacional. Según informes oficiales en la Argentina la actividad física baja se verificó en 54,9% de la población en 2009, siendo similar en 2013, pero incrementándose a 64,9% en 2018, mostrando un aumento progresivo.¹⁻³

Durante el presente año 2020 surgió la pandemia por la enfermedad por coronavirus (COVID-19) impactando en la vida de la población mundial debido a que en muchos lugares se decretaron periodos de aislamiento obligatorio de tipo preventivo a modo de evitar los contagios, y permitir la preparación y equipamiento de los sistemas de salud. En Argentina el aislamiento social preventivo obligatorio (ASPO) se ha prolongado por más de medio año, pudiendo afectar aspectos de la calidad de vida y hábitos de las personas, como los perfiles de actividad física. Por ello, resultó relevante abordar esta problemática en estudiantes de la Facultad de Medicina.

El **objeto de presente trabajo** es determinar el perfil de AF de estudiantes de la Facultad de Medicina durante los años 2019 y 2020, éste último en situación de ASPO.

MATERIAL Y MÉTODOS

El estudio se realizó durante los años 2019 y 2020 en el contexto de la Facultad de Medicina de la UNNE de la ciudad de Corrientes, provincia de Corrientes. Fue de tipo observacional, descriptivo-correlacional y de corte transversal. Se evaluaron 188 estudiantes (110 mujeres, 75 hombres y 3 decidieron no aclararlo) siendo 87 del año lectivo 2019 y 101 del año 2020. La edad de los participantes fue entre 18 años y 34 años, los cuales se encontraban cursando la asignatura "Nutrición y Educación para la Salud" de la Licenciatura en Kinesiología y Fisiatría. La recolección de datos se realizó en el marco de las clases dictadas en dicha asignatura, explicando las características y metodología del estudio. La participación de los estudiantes fue voluntaria, mediante consentimiento informado y la entrega o envío del instrumento de recolección de datos. Durante el año 2019 se llevó a cabo en forma presencial en el ámbito áulico con el cuestionario en soporte papel. Dado el ASPO, en el presente año 2020 los estudiantes llenaron el cuestionario online, en formato digitalizado ad hoc en Google Forms.

El cuestionario fue el International Physical Activity Questionnaire (IPAQ-Short form).⁴ Los campos consignados dentro del IPAQ recababan información acerca de datos personales (sexo, edad) y los días y minutos que dedicaban a AF de tipo intensa, moderada, leve, y el tiempo que pasaban sentados en promedio por día dentro de los últimos 7 días. Según la información recabada se calcularon los MET's/minuto/semana en base a los registros de intensidades combinadas que surgieron del IPAQ. La categorización de la AF fue informada a la población de la siguiente manera:

- Sedentario: era todo ese tiempo que ellos permaneciesen sentados o acostados y estén despiertos durante el día, incluyéndose toda actividad que estuviese dentro de su estilo de vida (movilizarse al baño, desplazarse dentro del hogar, etc.).
- Leve: toda aquella actividad que les significase moverse a mayores distancias, pero sin que se evidencien cambios significativos en el patrón cardiorespiratorio que ellos pudiesen percibir (movilizarse relajadamente a lugares relativamente cercanos de su residencia).
- Moderada: toda actividad la cual les signifique un esfuerzo mayor y que genere alteraciones mínimas en su patrón cardiorespiratorio, que van de pequeñas palpitaciones (umbrales de hasta 140 Lpm), junto con la necesidad de elevar levemente su frecuencia o profundidad respiratoria (se les asociaba el hecho de que realicen suspiros profundos a fin de renovar el aire durante la actividad era indicativo de este rango de intensidad).
- Intensa: toda actividad que llevase a fuertes palpitaciones acompañadas de un marcado jadeo asociado a la fatiga.

Se confeccionó la base de datos en Microsoft Excel y se analizó estadísticamente mediante el paquete SPSS.

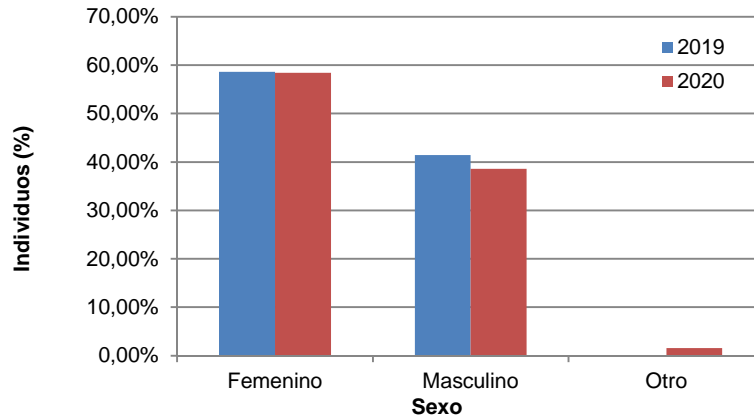
RESULTADOS

El sexo de los estudiantes fue 39,9% varones, 58,5% femenino y 1,6% sin aclarar. Los estudiantes de ambas cohortes no presentaron diferencias por sexo, ver Gráfico 1. La edad media fue 20,97 años, sin diferencia por año lectivo.

De los 188 estudiantes hubo 27 que no se pudo determinar su nivel de AF por no responder adecuadamente las consignas. En base a los METs minuto/semana correspondientes a cada nivel de AF se obtuvieron los diferentes perfiles de AF de los estudiantes durante al año 2019 y en condiciones de ASPO del 2020. En el grupo total de estudiantes se consignó AF Leve en 19,3%, AF Moderada en 50,3% y AF Intensa en 30,4%.

Sin embargo, realizando el análisis por el año lectivo de los estudiantes se hallaron diferencias en los perfiles de AF. Por un lado, la AF Moderada se mantuvo en niveles comparables, siendo 49,4% en los alumnos del 2019 y 51,4% en los del 2020. Por otro lado, mientras la AF Leve fue de 6,9% en los estudiantes del año 2019, se incrementó a 33,8% en aquellos del 2020, la AF Intensa se verificó en 43,7% de los estudiantes de 2019 pero disminuyó a 14,9% en aquellos del 2020. La diferencia en el perfil de AF de los estudiantes de ambas cohortes fue significativa ($p < 0,000002$) como se aprecia en el Gráfico 2.

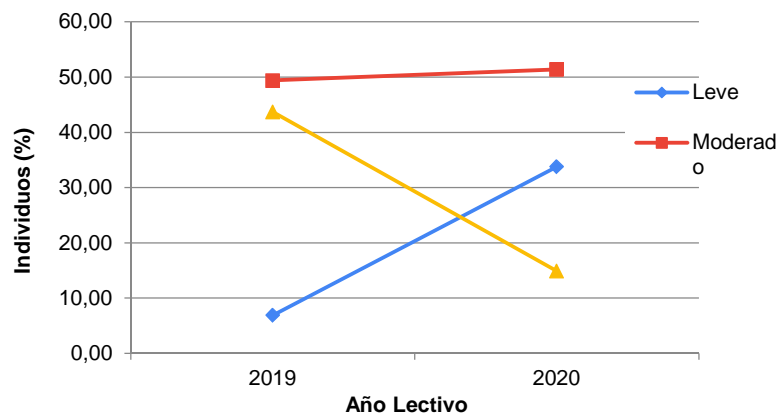
Gráfico 1. Sexo de los estudiantes según el ciclo lectivo.



Fuente: propia

Los alumnos manifestaron a través del IPAQ el tiempo que pasaron sentados por día durante la semana previa. Este tiempo en los estudiantes del año 2019 fue de 335,06 minutos/día mientras que en los estudiantes durante el ASPO del 2020 fue de 454,30 minutos/día. La diferencia resultó significativa ($p < 0,00008$).

Gráfico 2. Perfil de AF de los estudiantes según el ciclo lectivo.



Fuente: propia

DISCUSIÓN

El IPAQ permitió evidenciar el perfil de AF de los estudiantes, mostrando pocas alteraciones en relación a la AF Moderada en la mitad de los alumnos de ambas cohortes, en consonancia con estudios realizados por otros autores.⁵

Asimismo, se objetivaron cambios en el perfil de AF entre los estudiantes del 2019 respecto a aquellos del 2020, con un descenso de la AF Intensa a un tercio, mientras se quintuplicó la AF Leve. Cabe destacar que el tiempo promedio que pasaron sentados los estudiantes del 2020 se incrementó en 35% respecto a los del año anterior. También se ha observado disminución de los patrones de AF en estudiantes universitarios italianos durante el curso del aislamiento debido a la pandemia por COVID-19.⁶

CONCLUSIÓN

Se logró determinar el impacto del ASPO en el perfil de AF de los estudiantes de segundo año de la Licenciatura de Kiniesiología y Fisiatría durante el año 2020.

Dado que la virtualidad en relación a la enseñanza se ha impuesto en el marco del ASPO demostrando su potencial, es dable pensar que se podrían vehicular estrategias racionalizadas de práctica de actividad física en la población estudiada adaptadas al nuevo contexto que permite ubicuidad y asincronía.

Es importante destacar que la actividad física es un factor promotor de la salud, como así también los estudiantes de Ciencias de la Salud se constituyen en actores proactivos de dicha promoción.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Ministerio de Salud de la Nación. Segunda Encuesta Nacional de Factores de Riesgo para Enfermedades No Transmisibles. Buenos Aires. Ministerio de Salud de la Nación; 2011.
2. Ministerio de Salud de la Nación. Tercera Encuesta Nacional de Factores de Riesgo para Enfermedades No Transmisibles. Primera Edición. Buenos Aires. Ministerio de Salud de la Nación; 2015.
3. Ministerio de Salud de la Nación. Cuarta Encuesta Nacional de Factores de Riesgo. Dirección Nacional de Promoción de la Salud y Control de Enfermedades Crónicas No Transmisibles. Buenos Aires. Ministerio de Salud de la Nación; 2019.
4. The IPAQ group. Cuestionario Internacional de Actividad Física. IPAQ: formato corto autoadministrado de los últimos 7 días. The IPAQ group. [fecha de acceso 16 de septiembre de 2020]; URL disponible en: www.ipaq.ki.se
5. Mantilla-Tolosa SC, Gómez-Conesa A. El Cuestionario Internacional de Actividad Física. Un instrumento adecuado en el seguimiento de la actividad física poblacional. Rev Iberoam Fisioter Kinesol. 2007;10(1):48-52.
6. Gallè F, Sabella EA, Ferracuti S, De Giglio O, Caggiano G, Protano C, y cols. Sedentary Behaviors and Physical Activity of Italian Undergraduate Students during Lockdown at the Time of CoViD-19 Pandemic. Int J Environ Res Public Health. 2020 Aug 25;17(17):6171.