

EVALUACION DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y ESTADO NUTRICIONAL DE FUNCIONARIOS DEL HOSPITAL HERMINDA MARTIN DE CHILLÁN, CHILE, AÑO 2007

***Ximena Díaz M; **M^a Angélica Mardones H; ***Carmen Mena B; *Luis Alberto Linzmayer y Marcelo Castillo R. Universidad del Bío-Bío**

En Chile existe un 91% de sedentarismo en la población mayor de 14 años, según Encuesta Nacional de Calidad de Vida año 2000. El Ministerio de Salud está impulsando la promoción como estrategia para cambiar los estilos de vida de la población y disminuir así las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT). El presente estudio descriptivo de corte transversal, tiene por objetivo evaluar la actividad física y estado nutricional de los funcionarios del Hospital Herminda Martin de Chillán. La muestra está constituida por 155 funcionarios correspondiendo al 12 % del universo. El 84% son mujeres y el 16% hombres, el promedio de edad es de 38 años, su peso 68 kg., y la talla promedio de 161 cm. Para determinar el estado nutricional, se midió peso y talla y se evaluó mediante el índice de masa corporal (IMC). El nivel de actividad Física se midió mediante la aplicación del cuestionario internacional de actividad física (IPAQ) formato corto. La composición corporal se obtuvo utilizando la TANITA. Se construyó la base de datos en el programa Excel 2007. y analizó a través del software STATA 8.0. El nivel de significación usado en este estudio fue de $p < 0.05$. Los resultados nos arroja un 52.6 % de problemas nutricionales por exceso, 39% sobrepeso y 13.6% de obesidad. La composición corporal señala que el 90% de los funcionarios tiene un exceso de materia grasa. El nivel de actividad física muestra que el 52% presenta bajo nivel de actividad física, 32% moderada y 16% alta. No existen diferencias significativas entre el nivel de actividad física con respecto al sexo y la edad. Por lo anterior se justifica plenamente una pronta intervención de actividad física acompañada de otras acciones tales como promoción de una alimentación saludable.

- Profesores de Educación Física. Departamento de Ciencias de la Educación
- Educación.
- ** Nutricionistas, Departamento de Nutrición y Salud Pública
- *** Profesora de Educación Parvularia. Departamento de Ciencias de la Educación

