

[Inicio](#)[Reglamento](#)[Reglamento para premio](#)[Programa](#)[Reporte de resúmenes](#)[Distribución de Pósters](#)[Mi cuenta](#)[Cerrar sesión](#)

Administración

[Panel de Control](#)[Asignar coordinadores](#)[En revisión](#)[Enviados a corregir](#)[Aprobados por coordinador](#)[Aprobados por revisor](#)[En traducción](#)[Listo para publicar](#) 117[Rechazados](#) 7[Resúmenes Corrección](#)

[Inicio](#) » Actividad física y calidad de vida en estudiantes de la Universidad Nacional de Córdoba, Argentina

[Vista](#)[Diferencias](#)[Editar](#)[Revisiones](#)

Resumen #1592

Actividad física y calidad de vida en estudiantes de la Universidad Nacional de Córdoba, Argentina

¹Siemsen SG, ¹Mondino F, ¹Lerch N, ¹Kleisinger A, ²Aparicio L, ¹Pepe G, ¹Allende GE, ¹Gobbi CA
¹Cátedra de Clínica Médica I - Hospital Córdoba - FCM, UNC; ²Escuela de Nutrición, FCM, UNC.

Persona que presenta: Siemsen SG, sofiasiemsen@gmail.com

Área: Epidemiológica / Salud Pública

Disciplina: Psicosocial

Resumen:

La actividad física realizada regularmente resulta ser sumamente eficaz en prevención de numerosas enfermedades. Sin embargo, en nuestro país, existe un nivel bajo de actividad física en estudiantes; con escasos datos sobre la Universidad Nacional de Córdoba (UNC). Es por eso, que es de interés analizar el nivel y frecuencia de actividad física, el sedentarismo y hábitos tóxicos durante 2022 estudiantes de la UNC, en relación con la calidad de vida auto percibida.

Se realizó un estudio de corte transversal, observacional, descriptivo y analítico en una población de estudiantes de la UNC, con datos obtenidos mediante una encuesta GoogleForms distribuida por sistema Guaraní en todas las Facultades y todos los años en agosto 2022. Se obtuvieron datos sociodemográficos, facultad de origen, año de cursado, Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ), Escala de Satisfacción con la Vida de Diener, hábitos tóxicos y consumo de alimentos ultraprocesados. Se realizó estadística descriptiva. Se realizaron análisis de Chi cuadrado y correlación de Spearman, $p < 0,05$ se consideró significativa. El estudio fue aprobado por el CIEIS del Adulto. No existen conflictos de interés para los autores.

Se incluyeron 734 estudiantes, se descartaron 13 encuestas por datos inconsistentes o incompletos, la edad media de 22,11 años (18-26), 71% fueron mujeres. El 82,43% cumplía con al menos los 600 METS-minutos/semana recomendados por la OMS de actividad saludable,

promedio 3731,93 (DE: 3063,92); los que no cumplen 195,35 (DE: 197,8). Los varones sumaron más METS que las mujeres ($p=0,0316$), y no hubo diferencias en edad y año de cursado. Con respecto a los hábitos tóxicos y alimenticios, 67,71% reportó consumir alcohol, 11,85% tabaco, 20,57% marihuana, con mayor consumo en estudiantes luego del tercer año $p<0.002$ y 84,88% alimentos ultraprocesados. Se observó una relación significativa entre la mayor cantidad de días de consumo de comida ultraprocesada con una menor cantidad de METS ($p=0,0038$). El 74,5% estuvo satisfecho con la calidad de vida que presentaba. Estudiantes con mejor calidad de vida autopercibida presentaron mayor cantidad de METS min/semana ($p<0,0001$; Rho de Spearman: 0,18).

A partir de estos resultados, se observa una correlación positiva entre el hecho de realizar actividad física y el tener mayor calidad de vida autopercibida.

Palabras Clave: actividad física, GPAQ, METS, sedentarismo, CALIDAD DE VIDA

 [Versión para impresión](#) |  [PDF version](#)

Abstract #1592

Physical activity and life quality in students of the National University of Córdoba, Argentina

¹Siemsen SG, ¹Mondino F, ¹Lerch N, ¹Kleisinger A, ²Aparicio L, ¹Pepe G, ¹Allende GE, ¹Gobbi CA
¹Cátedra de Clínica Médica I - Hospital Córdoba - FCM, UNC; ²Escuela de Nutrición, FCM, UNC.

Persona que presenta: Siemsen SG, sofiasiemsen@gmail.com

Abstract:

Regular physical activity is highly effective in preventing many diseases. However, in our country, there is a low level of physical activity in students, with few data on the "Universidad Nacional de Córdoba (UNC)". We analyzed the level and frequency of physical activity, sedentary lifestyle and toxic habits during 2022 in UNC students, and its relationship to self-perceived quality of life.

A cross-sectional, observational, descriptive and analytical study was performed in a population of UNC students, with information obtained through a GoogleForms survey distributed by Guarani system on all Faculties and on every years of study in August 2022. Sociodemographic data were obtained, Faculty of origin, year of study, Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ), Diener's Life Satisfaction Scale, toxic habits and consumption of ultra-processed foods. Descriptive statistics were performed. Chi-square analysis and Spearman's correlation were performed, $p<0.05$ was considered significant. The study was approved by the CIEIS for Adults. There were no conflicts of interest for the authors.

734 students were included, 13 surveys were discarded due to inconsistent or incomplete data. The average age was 22.11 years (18-26), and 71% were women. 82.43% achieved at least the 600 METS-minutes/week recommended by the WHO for healthy activity, average 3731.93 (SD: 3063.92); those who do not achieved 195.35 (SD: 197.8). The men added more METS than the women ($p=0.0316$), and there were no differences on age nor year of study. Regarding toxic and eating habits, 67.71% reported consuming alcohol, 11.85% tobacco, 20.57% marijuana, with higher consumption in students after the third-year $p<0.002$, and 84.88% ultra-processed foods. A significant relationship was observed between the highest number of days of consumption of ultra-processed food with the lowest amount of METS ($p=0.0038$). 74.5% were satisfied with the life quality they presented. Students with a better self-perceived quality of life had a higher number of METS min/week ($p<0.0001$; Spearman's Rho: 0.18).

Based on these results, a positive correlation is observed between doing physical activity and

having a higher self-perceived quality of life.

Keywords: physical activity, GPAQ, METS, sedentary lifestyle, life quality
