

al nivel de actividad física en adultos mayores de la obra social universitaria de Córdoba

¹Espeche R, ²Urriche V, ²Valerga A, ³López A

¹FCM - UNC; ²Instituto Provincial de Educación Física; ³Dirección de Asistencia Social del Personal Universitario Córdoba

Espeche R, raquel.espeche@unc.edu.ar **Área:** Epidemiológica / Salud Pública **Disciplina:** Salud Pública

En el marco de la proporción de personas mayores, el envejecimiento saludable considera a la actividad física (AF) como un factor determinante al analizar factores asociados al cumplimiento de AF de adultos mayores de obra social universitaria.

Estudio transversal, de asociación (Anova o chi cuadrado según corresponda). Universo: 8335 adultos mayores de edad ≥ 60 años, muestreo por conveniencia abril-mayo 2019. Se analizaron variables sociodemográficas, nivel de actividad física (IPAQ), percepción ambiental según estado de calles y oportunidad de realizar AF. La AF se categorizó en tres niveles: activa, suficiente y sedentarismo.

Resultados: 58,6% mujeres, casadas 55,6%, estudios universitarios 55,3%, jubiladas/os 82,8%. Factores de riesgo cardiovascular: hipertensión 52,6%, obesidad 20,4 %, sobrepeso 40,6%, peso normal 35,15%, dislipemia 7,1%. Enfermedades más frecuentes: enfermedades cardiovasculares 26,4%, diabetes mellitus 21,5%, enfermedades respiratorias 8,2%, accidente cerebrovascular (ACV) 1,6%. Resultados de salud: 37,3% suficiente, insuficiente 41,7%, sedentarismo 20,9 %. Percepción ambiental considerada favorable en relación a calles, iluminadas, perciben una dificultad en el cruce peatonal, el tránsito y clima. Las personas de menor edad ($p < 0,026$), el mayor nivel de educación se asoció a más actividad física respecto de personas de menor edad ($p < 0,005$), el sedentarismo se asoció con menor cantidad de recursos económicos ($p < 0,0005$). Personas con mayor nivel de actividad física, aunque solo alcanzó diferencias significativas en obesidad ($p < 0,027$), ACV ($p < 0,013$), y sedentarismo ($p < 0,03979$).

Con respecto a los factores asociados el nivel de actividad física, y el entorno ambiental favorable el nivel de AF saludable es bajo y en las condiciones ambientales fundamentalmente en aquellas condiciones donde está más recomendada. La AF debería ser un hábito incentivado en toda la población, en adultos mayores deberían implementarse estrategias concretas que permitan su acceso y uso de servicios especializados.

Envejecimiento; actividad física; medio ambiente  Versión para impresión |  PDF version

Factores asociados al nivel de actividad física en adultos mayores de la obra social universitaria de Córdoba

¹Espeche R, ²Urriche V, ²Valerga A, ³López A

¹FCM - UNC; ²Instituto Provincial de Educación Física; ³Dirección de Asistencia Social del Personal Universitario Córdoba

Espeche R, raquel.espeche@unc.edu.ar **Abstract:**

El envejecimiento saludable es un fenómeno que está creciendo mundialmente. En este estado de cosas, el envejecimiento saludable considera la Actividad Física (AF) como un factor determinante al analizar factores asociados con el cumplimiento de AF en adultos mayores de la obra social universitaria de Córdoba.

Estudio transversal, de asociación (ANOVA o chi-cuadrado, según corresponda). Universo: 8335 adultos mayores de edad. Muestra: 8335 personas mayores de edad, muestreo por conveniencia abril-mayo 2019. Se analizaron variables sociodemográficas, nivel de actividad física (IPAQ), percepción ambiental según estado de calles y oportunidad de realizar AF. La AF se categorizó en tres niveles: activa, suficiente y sedentarismo.

Resultados: 58,6% mujeres; 55,6% mujeres casadas; 55,3% con educación universitaria completada; 82,8% jubiladas/os. Se identificaron los siguientes factores de riesgo (RF): 52,6% HBP; 20,4 % obesidad; 40,6% sobrepeso; 35,15% peso normal; 7,1% dislipidemia. Enfermedades más frecuentes: 26,4% enfermedad osteoarticular; 26,4% enfermedad cardiovascular; 21,5% diabetes mellitus; 8,2% enfermedad respiratoria; 1,6% accidente cerebrovascular. Resultados de salud: 37,3% saludable; 41,7% insuficiente; 20,9% sedentarismo. La percepción ambiental fue considerada favorable en relación con calles, aceras, espacios verdes, y iluminación. Se percibieron dificultades en relación con el cruce peatonal, el tránsito y el clima.

d the weather. Younger individuals performed more PA than those over 73 years old ($p < 0.026$). Higher education d physical activity compared to individuals with complete primary education ($p < 0.005$). Sedentarism was ($p < 0.0005$). People with CVR and other diseases were more sedentary, although significant differences were only ity ($p < 0.027$), stroke ($p < 0.013$), and respiratory diseases ($p < 0.03979$).

enefits of PA and the favorable environment, the level of healthy PA is low, especially in the elderly and in those ounded. PA should be encouraged as a habit from an early age for all individuals. In the case of the elderly, concrete rted to ensure access to PA and supervision from specialized professionals.
aging, physical activity, environment.

Administración

Panel de Control

Asignar coordinadores

En revisión

Enviados a corregir

Aprobados por coordinador

Aprobados por revisor

En traducción

Listo para publicar 169

Rechazados 5

Resúmenes Corrección
