

TIPO DE ACTIVIDAD FÍSICA ESCOLAR Y EXCESO DE PESO EN NIÑOS DE 4º, 5º Y 6º GRADO DE ESCUELAS MUNICIPALES DE LA CIUDAD DE CÓRDOBA EN EL AÑO 2011

Gonzalez E^{1,2}, Bruzzone F^{1,2}, Mamondi V^{1,2}, Berra S^{2,3}

1-Escuela de Nutrición, Univ. Nac. de Córdoba, Argentina.

2-Centro de Investigación Epidemiológica y en Servicios Sanitarios (CIESS), Esc. de Salud Pública, Univ. Nac. de Córdoba, Argentina.

3-Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET).

INTRODUCCIÓN: La actividad física moderada-vigorosa tiene beneficios para la salud de los niños y contribuye al mantenimiento del peso ideal. Las recomendaciones internacionales refieren que se debe ocupar el 50% del tiempo de la clase de educación física en actividades moderadas y vigorosas para garantizar una parte importante de lo recomendado para niños.

OBJETIVOS: Describir tipo y duración de la actividad realizada en la clase de educación física del nivel primario; relacionar el porcentaje de actividad física moderada-vigorosa con las recomendaciones internacionales y con el porcentaje de exceso de peso del grupo de clase.

RESULTADOS: Se observaron 30 clases de educación física. La duración promedio de la clase fue de 38.9 min. DE=5,9 min.; En promedio, en el 42,7% del tiempo se realizaron actividades moderadas-vigorosas. El tiempo ocupado en actividades moderadas-vigorosas fue mayor o igual al 50% en 1 de cada 3 clases. La prevalencia de exceso de peso en los grados seleccionados fue de 32,05% pero no se asoció a la actividad física escolar de los niños (gráfico 1).

CONCLUSIÓN: La mayoría de las clases de educación física no cumplieron con las recomendaciones. Se debería promover la actividad física moderada-vigorosa en escolares con el fin de contribuir a la promoción de su salud.

MÉTODOS: Estudio descriptivo correlacional en 35 grados entre 4º y 6º de 18 escuelas municipales de la ciudad de Córdoba. Se evaluó la clase de educación física usando el System for Observing Fitness and Instruction Time (SOFIT). Se midió peso y talla con balanza digital y tallímetro portátil; se calculó el IMC clasificándolo según criterios IOFT.

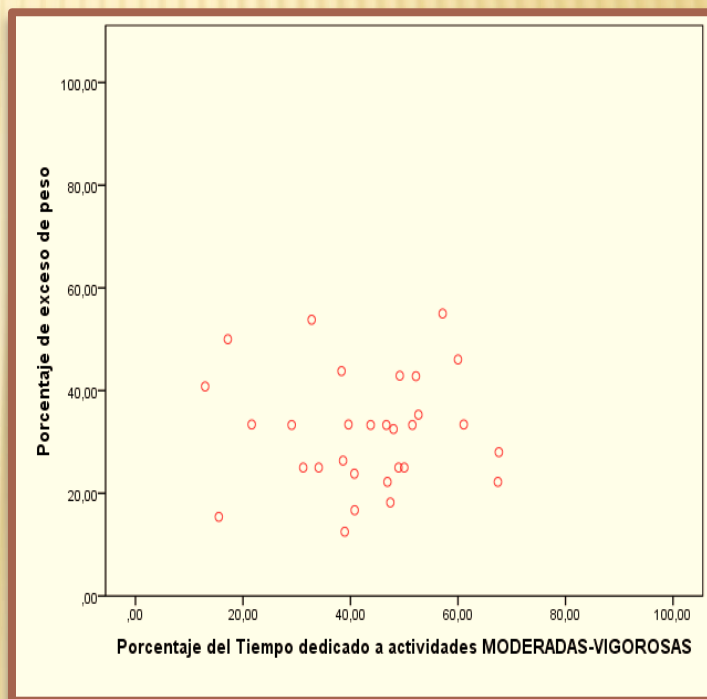


Gráfico 1: Nivel de correlación entre el porcentaje de exceso de peso en el grupo de clase y el porcentaje de tiempo dedicado a actividades moderadas vigorosas en las clases de educación física.