

NIVEL DE ACTIVIDAD FÍSICA Y RIESGOS CARDIOVASCULARES EN EMPLEADOS DEL POLITÉCNICO COLOMBIANO JIC

Elkin Eduardo Roldán Aguilar. Investigador Principal. Médico especialista en Medicina Aplicada a la Actividad Física y el deporte. Docente de la Facultad de Educación Física Recreación y Deporte del Politécnico Colombiano Jaime Isaza Cadavid.

Santiago Alberto Zapata Vidales. Estudiante de X semestre de Profesional en Deporte del Politécnico Colombiano Jaime Isaza Cadavid.

Juan David Fernández Villada. Profesional en Deporte. Docente de la Facultad de Educación Física Recreación y Deporte del Politécnico Colombiano Jaime Isaza Cadavid.

María Helena Lopera Zapata. Estadística. Docente del Politécnico Colombiano Jaime Isaza Cadavid.

Correspondencia:

Dr. Elkin Roldán Aguilar.

Transversal 38 N° 73ª 27 Apto 206. Bloque 3. Medellín, Colombia.

Teléfono: 250 96 93 Fax: 3197900 Extensión: 133

E-mail: eeroldan@elpoli.edu.co

Politécnico Colombiano Jaime Isaza Cadavid. Carrera 48 N° 7-151 Medellín-Colombia-SA. Fax (574) 2680067.

INSTITUCIÓN DONDE SE REALIZÓ LA INVESTIGACIÓN: Politécnico Colombiano Jaime Isaza Cadavid.

ENTIDADES PATROCINADORAS: Politécnico Colombiano Jaime Isaza Cadavid, COLMENA Riesgos Profesionales.

Resumen

Objetivo: Determinar porcentualmente la población sedentaria, la activa y la vigorosamente activa comparándolas con los riesgos cardiovasculares encontrados.

Método: Se seleccionó una muestra representativa al azar de 131 personas conformada por empleados y docentes del Politécnico Colombiano Jaime Isaza Cadavid. A cada uno se le realizó los exámenes de laboratorio para detectar diabetes y dislipidemias, además de una evaluación médica y antropométrica, complementándose con el Cuestionario Internacional de Actividad física (IPAQ-corto).

Resultados: De la muestra de 131, solo 86 empleados contestaron el IPAQ-corto completamente. De acuerdo con los resultados del IPAQ (escala de actividad física) se encontró que el 20.9% de las personas muestreadas son muy activas, 33.7% activas y 45.3% son sedentarias. Se encontró además que el 40,5% de los evaluados presentaban depresión leve a moderada por el test de Hamilton, 10.5% tenían un consumo de bebidas alcohólicas igual o superior a 22 gramos semanales, 7% son hipertensos, el 75.6% tienen dislipidemia, el 3.5% son diabéticos, el 18.6% son obesos, 19.8% fuman, el 79.1% están en el límite o en el riesgo alto según la calificación de la lipoproteína de baja densidad (LDL), el 75.6% tienen alto riesgo o moderado según la calificación la lipoproteína de alta densidad (HDL), el 43% tienen alto riesgo según la calificación del índice arterial y el 31.4% presentan riesgo medio, moderado y alto de padecer infarto en 10 años según las tablas de Framingan.

Al cruzar la variable de IPAQ con las otras variables se encuentra asociación estadística ($p < 0.05$) con la escala de clasificación de depresión de Hamilton y con los niveles de lipoproteína de baja densidad (LDL).

Conclusión: Un nivel más bajo de actividad física se asocia con niveles más altos de depresión y de LDL.

Palabras clave: IPAQ, Nivel de actividad física, Riesgo cardiovascular.

RESUMEN DE HOJA DE VIDA DEL EXPOSITOR

ELKIN EDUARDO ROLDÁN AGUILAR

TÍTULOS UNIVERSITARIOS: Médico y Cirujano Universidad Pontificia Bolivariana. 1990 Especialista en Medicina Aplicada a la Actividad Física y el Deporte. En la Universidad de Antioquia en 1998.

TELÉFONO: 319 79 00 Extensión: 333

DIRECCIÓN ELECTRÓNICA: eeroldan@elpoli.edu.co

DEPENDENCIA: Facultad de Educación física recreación y deportes del Politécnico Colombiano Jaime Isaza Cadavid.

VINCULACIÓN: Docente asociado de tiempo completo, coordinador del grupo de Investigación de Actividad Física y Salud (SIAFYS). Politécnico Colombiano Jaime Isaza Cadavid

FUNCIONES:

- Investigador principal.
- Realización de evaluaciones médicas.
- Análisis de la información.
- Coordinación de las actividades de campo.

TÍTULO Y PUBLICACIÓN DE LOS ÚLTIMOS PROYECTOS QUE PARTICIPÓ:

1. ROLDÁN A, Elkin. Y otros. Cambios con el acondicionamiento físico en la PO₂, PCO₂ y el grado de disnea , en pacientes con EPOC del H.U. S. V. P. revista Indexada Salud UIS. Vol 35. Diciembre 2003
2. MUÑOZ, D. Byron; SERNA G, Carlos. ROLDÁN A, Elkin. Cambios en pacientes con Enfermedad Pulmonar Obstructiva crónica, sometidos a un Programa de Rehabilitación Pulmonar en el Hospital Universitario San Vicente de Paul. Noticia. Año 3. Edición Nº 4. Diciembre 2004. Pág 18-27.
3. ROLDÁN A, Elkin. Y otros. La influencia del acondicionamiento aeróbico en medio acuático en la calidad de vida de un grupo de niños asmáticos. APUNTS MEDICINA L'ESPORT. volumen 41. número 150. 45-50.
4. ROLDÁN A, Elkin. Y otros. Detección de factores de riesgo cardiovascular, en población de empleados y docentes del

- Politécnico Colombiano Jaime Isaza Cadavid, Medellín 2006. En libro virtual: IV encuentro de investigadores del Politecnico Colombiano JIC. ISBN 978-958-9090-07-7. 2006. Pág 350-375.
5. ROLDÁN A, Elkin. Tres años en Busca del conocimiento. Documentos de apoyo al área biomédica. SIAFYS (semillero de investigación de actividad física y salud). Ed. Politecnico Colombiano JIC. ISBN: 978-958-9090-09-1. 2007. Páginas 217.
 6. ROLDÁN AGUILAR, Elkin Eduardo. Test fisiológicos útiles en la planeación del entrenamiento en fútbol según fuentes metabólicas. <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital ISSN 1514-3465- En: <http://www.efdeportes.com/efd110/test-fisiologicos-utiles-en-la-planeacion-del-entrenamiento-en-futbol.htm>. Buenos Aires - Año 12 - N° 110 - Julio de 2007.