



**Ciencias
aplicadas
Proyecto-Preprint**

Evaluación de los niveles de actividad física, en los estudiantes de la carrera de trabajo social e ingeniería civil, de la fundación universitaria Juan de Castellanos de la ciudad de Tunja – Boyacá

Evaluation of the levels of physical activity, in the students of the career of
social work and civil engineering, of the Juan de Castellanos university
foundation of the city of Tunja - Boyaca

Coronel Iguaran, Andres Guillermo; Rojas Mendoza, Cesar Arturo

Fundación Universitaria Juan de Castellanos (Tunja, Colombia).

*Email de correspondencia: mcuchango@gmail.com

Recibido: 25-1-2020

Aceptado: 30-2-2020

Cita sugerida (APA, sexta edición)

Coronel, A. y Rojas, C. (2020). Evaluación de los niveles de actividad física, en los estudiantes de la carrera de trabajo social e ingeniería civil, de la fundación universitaria Juan de Castellanos de la ciudad de Tunja – Boyacá. *Revista Con-Ciencias del Deporte*, 2(2), 217-219. Recuperado de <http://unellez.edu.ve/revistas/index.php/rccd/index>



Resumen

La Actividad física, Se considera cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía. Se ha observado que la inactividad física es el cuarto factor de riesgo en lo que respecta a la mortalidad mundial (6% de las muertes registradas en todo el mundo). La presente investigación nos conlleva a la problemática actual, resaltando el sedentarismo por parte de las universidades a nivel general, sin especificación alguna de las carreras impartidas por cada una de estas misma. Especificadamente, el estudio se realizó para evaluar los niveles de actividad física (AF) en determinada población de estudiantes, en las distintas carreras de trabajo social e ingeniería civil, obteniendo un estudio descriptivo, enfoque cuantitativo; utilizamos el Formato IPAQ versión corta (AFI), para medir los niveles de actividad física como instrumento de investigación. Para la recolección de datos y población, contamos con una población específica de 24 sujetos en total, 12 estudiantes de trabajo social, incluidos 5 hombres y 7 mujeres, y los otros 12 de ingeniera civil, incluidos 7 hombres y 5 mujeres, a los cuales compartimos virtualmente el formato IPAQ versión corta, obteniendo los niveles de actividad física intensa (AFI), moderada (AFM) Y ligera (AFL), para que fuera diligenciado individualmente y devuelto con exactitud y plena contextualización de sus respuestas. Entre los resultados, analizamos la información y encontramos que los estudiantes de Trabajo social realizan más AFI con media de 2,17 desviación estándar de 2,66, AFM con media de 1,58 desviación estándar de 2,35y AFL con media de 3,58 desviación estándar de 2,81 siendo esta carrera más activa que la de Ingeniería Civil donde predomina más la actividad física ligera (AFL) con una duración de 20 minutos a 1 hora a la semana. En conclusión, la actividad física la aplican más los estudiantes de Trabajo Social que los de Ingeniería Civil

Palabras clave: niveles de actividad física, sujetos, actividad física.



Abstract

Physical activity considers any body movement produced by the skeletal muscles that requires energy expenditure. Physical inactivity has been found to be the fourth risk factor with respect to global mortality (6% of registered deaths worldwide). The present investigation leads us to the current problem, highlighting the sedentary lifestyle of the universities at a general level, without any specification of the careers taught by each of these masses. Specifically, the study was carried out to evaluate the levels of physical activity (AF) in a certain population of students, in the different careers of social work and civil engineering, obtaining a descriptive study, quantitative approach; We use the IPAQ Short Version Format (AFI), to measure physical activity levels as a research instrument. For data and population collection, we have a specific population of 24 subjects in total, 12 social work students, including 5 men and 7 women, and the other 12 civil engineering students, including 7 men and 5 women, whom We virtually share the short version IPAQ format, obtaining the levels of intense physical activity (AFI), moderate (AFM) and light (AFL), so that it was completed individually and returned with precision and full contextualization of your answers. Among the results, we analyzed the information and found that Social Work students performed more AFI with means of 2.17 standard deviation of 2.66, AFM with means of 1.58 standard deviation of 2.35, and AFL with means of 3, 58 standard deviations of 2.81, being this race more active than Civil Engineering where light physical activity (AFL) predominates with a duration of 20 minutes to 1 hour. In conclusion the physical activity the conclusion more the students of Social Work than those of Civil Engineering.

Keywords: levels of physical activity, subjects, physical activity.