

Original breve

Inactividad física en Galicia: tendencia e impacto de cambios en la definición



Mónica Pérez-Ríos^{a,b,c,*}, María I. Santiago-Pérez^a, Elena Rodríguez-Camacho^d, Alberto Malvar^a, Jorge Suanzes^e y Xurxo Hervada^a

^a Subdirección de Información sobre Saúde e Epidemioloxía, Dirección Xeral de Innovación e Xestión da Saúde Pública, Consellería de Sanidade, Xunta de Galicia, Santiago de Compostela (A Coruña), España

^b Departamento de Medicina Preventiva y Salud Pública, Universidad de Santiago de Compostela, Santiago de Compostela (A Coruña), España

^c CIBER de Epidemiología y Salud Pública (CIBERESP), España

^d Servicio de Medicina Preventiva y Salud Pública, Complejo Hospitalario Universitario de A Coruña (A Coruña), España

^e Subdirección de Programas de Fomento de Estilos de Vida Saudables, Dirección Xeral de Innovación e Xestión da Saúde Pública, Consellería de Sanidade, Xunta de Galicia, Santiago de Compostela (A Coruña), España

INFORMACIÓN DEL ARTÍCULO

Historia del artículo:

Recibido el 30 de mayo de 2014

Aceptado el 17 de septiembre de 2014

On-line el 22 de octubre de 2014

Palabras clave:

Estilo de vida sedentario

Actividad física

Estudios transversales

Prevalencia

Sistema de vigilancia de conductas de riesgo

R E S U M E N

Objetivo: El objetivo de este trabajo fue estimar la prevalencia de la inactividad física en Galicia en el tiempo libre en 2007-2011, así como el impacto que supone en ella el considerar otras actividades cotidianas.

Métodos: Estudios transversales en mayores de 15 años (n=19235). La actividad física se caracterizó mediante el cuestionario Minnesota. En el año 2011 se estimó la inactividad física considerando otras actividades cotidianas.

Resultados: Entre 2007 y 2011, la prevalencia de inactividad física en el tiempo libre en Galicia fue estable (p=0,249), próxima al 50%, y más alta en las mujeres y en la población que trabaja o estudia. La inactividad física disminuyó (47% a 16%) cuando se tuvieron en cuenta las actividades cotidianas.

Conclusiones: La prevalencia de inactividad física fue alta y estable en los años estudiados. Tener en cuenta otras actividades de la vida cotidiana hizo disminuir de forma importante esta prevalencia.

© 2014 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.

Physical inactivity in Galicia (Spain): trends and the impact of changes in the definition

A B S T R A C T

Objective: To estimate the prevalence of physical inactivity during leisure time in Galicia (Spain) between 2007 and 2011 and to assess the impact of including non-leisure time activities in the definition of physical inactivity.

Methods: A cross-sectional study was conducted in the population aged 16 years and older (n=19,235). Physical activity was assessed by the Minnesota Questionnaire. In 2011, inactivity was estimated by including daily activities.

Results: Between 2007 and 2011, the prevalence of inactivity in Galicia remained stable (p=0.249) and close to 50%. This prevalence was higher among women and those who worked or were in education. Inactivity decreased from 47% to 16% when non-leisure time activities were included in the definition.

Conclusions: Between 2007 and 2011 in Galicia, the prevalence of inactivity remained high and stable. This prevalence was significantly decreased when non-leisure time activities were included in the definition.

© 2014 SESPAS. Published by Elsevier España, S.L.U. All rights reserved.

Keywords:

Sedentary lifestyle

Motor activity

Cross-sectional studies

Prevalence

Behavioral risk factors

surveillance system

Introducción

Tanto la inactividad como la baja actividad física tienen un impacto negativo en la salud de la población. Estimaciones

recientes sitúan al sedentarismo como el quinto factor de riesgo, en cuanto a carga de mortalidad atribuida, en los países del oeste de Europa¹. Los resultados de la Encuesta Nacional de Salud del año 2011-2012² muestran que, en España, un 41,3% de los mayores de 15 años son sedentarios.

Los objetivos de este trabajo son estimar la prevalencia de la inactividad física en Galicia en el período 2007-2011 en función de diferentes variables sociodemográficas. Se valora el impacto que

* Autora para correspondencia.

Correo electrónico: monica.perez.rios@usc.es (M. Pérez-Ríos).

Tabla 1
Prevalencia de inactividad física en población gallega mayor de 15 años

	Hombres		Mujeres		Hombres y mujeres	
	n	%(IC95%)	n	%(IC95%)	n	%(IC95%)
Año 2007						
Global	2962	42,2 (40,2-44,1)	3094	53,3 (51,4-55,2)	6056	48 (46,6-49,3)
Grupo de edad (años)		<0,001		<0,001		<0,001
16-24	749	35,8 (32,3-39,2)	903	61,6 (58,4-64,8)	1652	49,6 (47,3-52)
25-44	812	47,3 (43,9-50,7)	901	56,9 (53,7-60,2)	1713	52,3 (49,9-54,6)
45-64	802	44,5 (41,1-48)	757	47,8 (44,3-51,4)	1559	46,2 (43,7-48,6)
65+	599	29,6 (25,9-33,2)	533	48,6 (44,3-52,8)	1132	40,1 (37,3-43)
Nivel de estudios		0,013		0,087		0,150
Sin estudios	157	29,6 (22,3-36,9)	224	48,8 (42,2-55,4)	381	42,2 (37,1-47,2)
Nivel básico	1447	44,2 (41,5-47)	1330	51,7 (48,8-54,5)	2777	48 (46-49,9)
Nivel medio	981	41,7 (38,2-45,1)	1013	56,6 (53,2-60,1)	1994	49 (46,6-51,4)
Nivel superior	366	40,2 (34,9-45,4)	520	54,2 (49,6-58,7)	886	48,2 (44,8-51,7)
Situación laboral		<0,001		<0,001		<0,001
Trabaja/estudia	2083	46,8 (44,4-49,1)	1985	57,9 (55,5-60,4)	4068	52 (50,3-53,7)
Labores del hogar	4	21,3 (0-59,4)	469	43,4 (38,9-48)	473	43,2 (38,7-47,7)
Resto	874	30,2 (27-33,3)	639	48,9 (45-52,9)	1513	39 (36,5-41,6)
Vive en pareja		0,044		<0,001		0,016
Sí	1714	43,6 (41,2-46)	1540	49,9 (47,4-52,5)	3254	46,8 (45-48,5)
No	1242	39,5 (36,4-42,7)	1550	58,4 (55,7-61,2)	2792	50,1 (48-52,2)
Año 2010						
Global	3367	43,3 (41,5-45,1)	3274	57,7 (55,9-59,5)	6641	50,6 (49,3-51,9)
Grupo de edad (años)		<0,001		<0,001		<0,001
16-24	921	34 (30,9-37,1)	931	62,5 (59,4-65,6)	1852	48 (45,8-50,2)
25-44	935	47,1 (43,9-50,3)	937	62 (58,9-65,1)	1872	54,5 (52,3-56,7)
45-64	871	46,2 (42,8-49,5)	845	53,3 (49,9-56,6)	1716	49,8 (47,4-52,1)
65+	640	36,1 (32,4-39,8)	561	53,5 (49,3-57,6)	1201	45,6 (42,8-48,5)
Nivel de estudios		0,145		0,251		0,542
Sin estudios	140	44,2 (35,9-52,4)	189	52,3 (45,1-59,4)	329	49,4 (43,9-54,8)
Nivel básico	1716	44,9 (42,4-47,4)	1510	57,6 (54,9-60,3)	3226	51,2 (49,4-53)
Nivel medio	1053	42,9 (39,7-46,2)	1006	59,9 (56,5-63,3)	2059	51,1 (48,7-53,4)
Nivel superior	458	38,9 (34,3-43,5)	569	56,6 (52,4-60,9)	1027	48,7 (45,6-51,9)
Situación laboral		<0,001		<0,001		<0,001
Trabaja/estudia	2174	46,6 (44,3-48,9)	1919	62,7 (60,2-65,1)	4093	54 (52,3-55,6)
Labores del hogar	2	0 (0-0)	566	49,8 (45,6-53,9)	568	49,6 (45,5-53,8)
Resto	1191	37,4 (34,6-40,3)	789	54,1 (50,5-57,7)	1980	44,8 (42,5-47)
Vive en pareja		0,023		1		0,039
Sí	1819	44,9 (42,6-47,2)	1737	58,1 (55,8-60,5)	3556	51,6 (50-53,3)
No	1548	40,6 (37,8-43,5)	1537	56,9 (54,1-59,8)	3085	48,9 (46,9-50,9)
Año 2011						
Global	3319	40 (38,2-41,8)	3219	53,5 (51,6-55,3)	6538	46,9 (45,6-48,2)
Grupo de edad (años)		<0,001		<0,001		<0,001
16-24	874	31,9 (28,8-35)	898	60,4 (57,2-63,6)	1772	46 (43,8-48,2)
25-44	928	43,8 (40,6-47,1)	936	57,8 (54,6-61)	1864	50,8 (48,5-53,1)
45-64	803	45 (41,5-48,4)	779	49,3 (45,8-52,9)	1582	47,2 (44,7-49,6)
65+	714	29,2 (25,8-32,5)	606	48,2 (44,2-52,1)	1320	39,4 (36,8-42,1)
Nivel de estudios		0,386		0,043		0,105
Sin estudios	188	33,4 (26,5-40,3)	260	51,4 (45,3-57,5)	448	45,1 (40,4-49,7)
Nivel básico	1625	40,6 (38-43,2)	1308	50,7 (47,8-53,6)	2933	45,4 (43,4-47,3)
Nivel medio	1024	40,1 (36,8-43,4)	987	56,6 (53,1-60,1)	2011	48 (45,6-50,5)
Nivel superior	478	40,6 (35,9-45,2)	663	55,6 (51,6-59,7)	1141	49,2 (46,2-52,3)
Situación laboral		<0,001		<0,001		<0,001
Trabaja/estudia	2074	45,6 (43,2-48)	1926	60,8 (58,3-63,2)	4000	52,7 (51-54,4)
Labores del hogar	3	35,1 (0-89,8)	423	42,1 (37,4-46,9)	426	42,1 (37,4-46,8)
Resto	1242	30,6 (27,9-33,3)	870	46,3 (42,9-49,7)	2112	37,8 (35,6-39,9)
Vive en pareja		0,538		1		0,739
Sí	1745	40,5 (38,1-42,8)	1562	52,9 (50,5-55,4)	3307	46,7 (45-48,4)
No	1574	39,3 (36,5-42,1)	1657	54,2 (51,5-57)	3231	47,1 (45,2-49,1)

El valor p hace referencia a la prueba de asociación (ji al cuadrado ajustada por el diseño) entre cada variable incluida en la tabla y la inactividad física, en función del año.

tiene en la prevalencia de inactividad física el hecho de considerar, además de las actividades realizadas en el tiempo libre, otras que forman parte de la vida cotidiana del individuo.

Métodos

El Sistema de Información sobre Conductas de Riesgo en Galicia (SICRI) se fundamenta en la realización de encuestas telefónicas anuales independientes sobre distintos factores de riesgo. La información detallada del diseño ya ha sido publicada previamente³.

En los estudios realizados en 2007, 2010 y 2011 se valoró tanto la práctica de actividad física en el tiempo libre como fuera del tiempo libre (en la vida diaria) con el *Minnesota Leisure Time Physical Activity Questionnaire* (MLTPAQ) validado en población española^{4,5}.

Para cada una de las actividades realizadas la semana anterior a la encuesta se preguntó por el tiempo de realización al día y los días de práctica. A cada actividad se le asoció un número de equivalentes metabólicos⁶ y se calculó el gasto energético de cada individuo. Se define como inactivo al individuo con un gasto energético semanal ≤ 1000 kilocalorías en las actividades consideradas^{7,8}.

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/1073226>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/1073226>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)