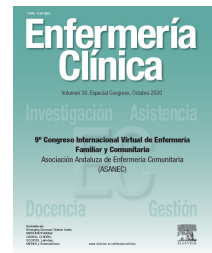




Enfermería Clínica



524/240 - Nivel de actividad física en adolescentes durante el recreo usando la herramienta Soplay

Gálvez Zambrano¹, Ana y Belén Núñez Claudel²

¹Enfermera. Hospital Universitario Virgen del Rocío. Sevilla. ²Enfermera. Centro de Salud Olivares. Olivares. Sevilla.

Resumen

Objetivos: Determinar el nivel de actividad física que tienen los adolescentes de entre 12 y 16 años pertenecientes a un Instituto de Educación Secundaria de la zona del Aljarafe sevillano durante el tiempo de “recreo”.

Metodología: *Diseño del estudio:* estudio transversal observacional. *Población de estudio:* esta institución cuenta con 510 alumnos/as aproximadamente de Educación Secundaria Obligatoria (ESO), repartidos en grupos de 30 alumnos/as por clase. La población de estudio corresponde a estos/as alumnos/as que comprenden edades entre los 12 y los 16 años. *Fuentes de recogida de información/Instrumentos:* se obtuvieron los datos mediante la realización de dos observaciones durante los “recreos” en dos días no consecutivos en el Instituto de Educación Secundaria de la Provincia de Sevilla. Durante las observaciones utilizamos el instrumento SOPLAY (System for Observing Play and Leisure Activity in Youth; Sistema para Observación del Juego y la Actividad de Ocio en Jóvenes); un instrumento diseñado para obtener datos sobre el número de niños/as o jóvenes y sus niveles de actividad física durante los descansos. El sistema está basado en muestreos momentáneos. Se hicieron escaneados sistemáticos de las áreas de observación (tres áreas). Durante los escaneos, la actividad física de los/as alumnos/as ha sido codificada como sedentaria (estar recostado, sentado, de pie), moderada (camina) o intensa (jugar al fútbol, pingpong). *Análisis de datos:* se escanearon 206 alumnos/as en la primera observación y 267 alumnos/as en la segunda observación. Los datos se analizaron por sexo, zona y nivel de actividad en cada uno de los días. En el primer día, 62 hombres fueron sedentarios frente a 80 mujeres, 21 hombres realizaron actividad moderada frente a 25 mujeres y 18 hombres actividad intensa frente a 0 mujeres. En el segundo día, 93 hombres fueron sedentarios frente a 141 mujeres, 16 hombres realizaron actividad moderada frente a 2 mujeres y 15 hombres actividad intensa frente a 0 mujeres. *Consideraciones éticas:* Para la realización del presente trabajo se solicitó permiso previo de forma escrita a los responsables del centro que firmaron y sellaron la autorización de acceso al centro.

Resultados: Se observaron un total de 473 alumnos/as, de los cuales 225 eran hombres y 248 mujeres. La gran mayoría de los adolescentes observados (79,49%) son sedentarios, de ellos el 89,11% son mujeres y el 68,89% son hombres. El 13,53% de los adolescentes realiza una actividad moderada, de los cuales el 10,89% son mujeres y el 16,44% son hombres. El 6,97% de los adolescentes observados realiza una actividad intensa, todos son hombres.

Discusión/Conclusiones: El nivel de actividad física de los alumnos del instituto durante el “recreo” es bajo. Si bien existen diferencias en función del sexo, los datos son semejantes. Solo un escaso porcentaje del sexo masculino realiza actividad física intensa. Los espacios para jugar al fútbol se respetan con más intensidad que para el resto de deportes, reduciendo las opciones para jugar a otros deportes que puedan interesar a otros grupos de estudiantes. La actividad más común entre la población de estudio era el uso del móvil. A pesar de los diferentes recursos existentes en el centro para realizar actividad física (pista de fútbol, pista de baloncesto, mesa de ping-pong, campo de voleibol), no se fomenta su uso por parte del centro. Aunque los/las alumnos/as del centro tengan recursos disponibles requieren de iniciativas activas propuestas por los docentes para hacer uso de los mismos.

Palabras clave: Adolescente. Actividad física. “recreo”.