

Juan José Crespo Salgado^{a,*}, Pablo Casal Nuñez^b y Alicia Blanco Moure^c

^aUnidad Médica del Área de Salud y Deporte, Servicio de Deportes de la Universidad de Vigo, Vigo, Pontevedra, España

^bLicenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, Responsable del "Programa de Actividad Física para personas mayores" del Ayuntamiento de Vigo, Vigo, Pontevedra, España

^cServicio de Medicina Interna, Hospital Nuestra Señora de Fátima, Vigo, Pontevedra, España

*Autor para correspondencia.

Correo electrónico: crespo_salgado@uvigo.es (J.J. Crespo Salgado).

doi:10.1016/j.regg.2009.05.006

Respuesta de los autores

Author's reply

Sr. Editor:

En relación con el artículo publicado en la Revista Española de Geriátrica y Gerontología (2009;44:42-6), que lleva por título "La condición física saludable del anciano. Evaluación mediante baterías validadas al idioma español", quisiéramos exponer lo siguiente. Este trabajo pretende hacer un análisis del estado de la cuestión referente a las diferentes baterías que evalúan la condición física saludable de forma global o parcial y que están traducidas al español y validadas en población hispana.

Los diferentes usos del término condición física (*fitness*) ha suscitado la discusión sobre su delimitación conceptual entre los investigadores. Bouchard et al¹ distinguen entre recomiendan una condición física vinculada al rendimiento y una condición física saludable. La condición física vinculada al rendimiento ya había sido definida por Anshell et al² como la "capacidad de un individuo para efectuar ejercicio a una intensidad y duración específica, la cual puede ser aeróbica, anaeróbica o muscular". La condición física saludable fue definida por Rodríguez³ como el "estado dinámico de energía y vitalidad que permite a las personas llevar a cabo las tareas diarias habituales, disfrutar del tiempo de ocio activo, afrontar las emergencias imprevistas sin una fatiga excesiva, a la vez que ayuda a evitar las enfermedades hipocinéticas, y a desarrollar el máximo de la capacidad intelectual, experimentando plenamente la alegría de vivir". Rikli y Jones⁴ concretar todavía más el concepto de condición física e identifican la condición física funcional, que definen como la "capacidad física para desarrollar las actividades normales de la vida diaria de forma segura e independiente y sin excesiva fatiga".

Sobre la base de estas dos dimensiones (condición física saludable y condición física funcional) se han desarrollado diferentes tipos de baterías para evaluarlas⁵, identificándose, incluso dentro de un mismo instrumento componentes de la condición física saludable y la condición física funcional.

En el artículo "La condición física saludable del anciano. Evaluación mediante baterías validadas al idioma español" se realiza un análisis de los diferentes test que han sido agrupados bajo una misma denominación y validados en poblaciones hispanas. Dichos test evalúan, como el título del artículo recoge, la condición física saludable, teniendo en cuenta también aquellas baterías que evalúan la condición física funcional, por tener entre sus objetivos la evaluación de componentes que definen la condición física saludable⁶.

Teniendo en cuenta los criterios expuestos y después de comprobar la validez de las baterías⁷⁻¹¹ no se ha encontrado ningún tipo de contraindicación que pueda acarrear la ejecución de dichas pruebas por el colectivo para el que fueron diseñadas y validadas.

Fruto del análisis minucioso de las pruebas, se propuso para evaluar la condición física saludable la batería "Evaluación de la condición física en los ancianos"⁸ como aquella que más se ajusta al colectivo de personas mayores, pues a través de ella se valora de forma global al individuo recabando información tanto de capacidades físicas como de habilidades motrices, elementos imprescindibles para determinar la condición física saludable.

Bibliografía

1. Bouchard C, Shepard RJ, Stephens TC. Physical activity, fitness and health. International Proceedings and Consensus Statement. Champaign, Illinois: Human Kinetics; 1994.
2. Anshel M, Freedson P, Hamill J, Haywood K, Horvat M, Plowman S. Dictionary of the sport and exercise sciences. Champaign, Illinois: Human Kinetics; 1991.
3. Rodríguez FA. Prescripción de ejercicio para la salud (I). Resistencia cardiorrespiratoria. Apuntes de Educación Física y Deportes. 1995;39:87-102.
4. Rikli RE, Jones CJ. Development and validation of a functional fitness test for community-residing older adults. J Aging Phys Act. 1999;7:127-59.
5. Varela S, Ayán C, Cancela JM. Batteries assessing health related fitness in the elderly: A brief review. Eur Rev Aging Phys Act. 2008;5:97-105.
6. Zaragoza Casterad J, Serrano Ostariz E, Generelo Lanaspá E. Dimensiones de la condición física saludable: evolución según edad y género. Rev Int Med Cienc Act Fis Deporte. 2004;4:204-21.
7. Rodríguez FA, Valenzuela A, Gusi N, Nácher S, Gallardo I. Valoración de la condición física saludable en adultos (I): antecedentes y protocolos de la batería FISAL-INEFC. Apuntes de Educación Física y Deportes. 1998;52:54-75.
8. Rodríguez FA, Valenzuela A, Gusi N, Nácher S, Gallardo I. Valoración de la condición física saludable en adultos (II): fiabilidad aplicabilidad y valores normativos de la batería FISAL-INEFC. Apuntes de Educación Física y Deportes. 1998;54:54-65.
9. Camiña Fernández F, Cancela Carral JM, Romo Pérez V. Pruebas para evaluar la condición física en ancianos (batería ECFA): su fiabilidad. Rev Esp Geriatr Gerontol. 2000;35:205-16.
10. Ávila Funes JA, Gray-Donald K, Payette H. Medición de las capacidades físicas de adultos mayores de Québec: un análisis secundario del estudio NuAge. Salud Pública de México. 2006;48:446-54.
11. Garatachea N, González-Gallego J, Márquez S, De Paz JA, Jiménez-Jiménez R. Manual de administración de la batería VACAFUN-ancianos. León: Secretariado de Publicaciones, Universidad de León; 2006.

José M^a Cancela Carral *, Carlos Ayán Pérez y
Silvia Varela Martínez

Facultad de Ciencias de la Educación y del Deporte,
Universidad de Vigo, Vigo, Pontevedra, España

*Autor para correspondencia.

Correo electrónico: chemacc@uvigo.es (J.M. Cancela Carral)

doi:10.1016/j.regg.2009.05.007