

Inactividad física en el tiempo libre y auto percepción del estado de salud de colombianos entre los 18 y 64 años

Dario Mendoza Romero¹, Adriana Urbina²

¹Universidad Santo Tomás de Aquino, Bogotá, Colombia. ² Escuela de Medicina y Ciencias de la Salud, GI en Salud Pública, Universidad del Rosario, Bogotá, Colombia.

Recibido: 07.12.2016

Aceptado: 01.02.2017

Resumen

Objetivo: Explorar la relación entre la inactividad física en el tiempo libre y la auto percepción del estado de salud en la población colombiana entre 18 y 64 años de edad reportados en la Encuesta Nacional de la Situación Nutricional (ENSIN) y Encuesta Nacional de Demografía y Salud (ENDS) año 2010.

Metodología: El diseño del estudio es analítico de corte transversal y pretende con los datos de la Encuesta Nacional de Situación Nutricional en Colombia (ENSIN) y la Encuesta Nacional de Demografía y Salud (ENDS) 2010, explorar la asociación entre inactividad física en el tiempo libre y auto percepción del estado de salud de los colombianos entre 18 y 64 años.

Resultados: Para el 2010, en mujeres, la inactividad física explica una regular y mala auto percepción de la salud (OR=1,37; IC95% 1,10–1,70) después de haber ajustado por factores de confusión. Variables como edad, nivel escolar, afiliación al sistema de salud, estado civil, vivir en determinadas regiones como la oriental y Bogotá en mujeres también influyen en la auto percepción de la salud. En el grupo de los hombres no se observó que la inactividad física esté asociada con auto percepción regular o mala del estado de salud (OR=1,04; IC95% 0,85 – 1,29), pero sí la edad y la baja escolaridad.

Conclusión: Niveles bajos de actividad física en el tiempo libre se asocian con regulares y pobres auto percepciones de salud en mujeres, mientras que en hombres no se observó esta relación, lo que hace necesario tener en cuenta otro tipo de variables que pueden modificar esta percepción.

Palabras clave:

Actividad física. Estado de salud. Salud subjetiva.

Leisure time physical inactivity and self-perception of health status in colombian adults from 18 to 64 years old

Summary

Objective: To explore the relationship between leisure time physical inactivity (PI) and self-perceived health status in the Colombian population between 18 and 64 years of age reported in the National Nutrition Situation Survey (ENSIN) and National Demography and Health Survey (ENDS) 2010.

Methods: Cross-sectional analytical study to explore the association between physical inactivity and self-perception of the health status of Colombians between 18 and 64 from the National Survey of Nutrition Situation in Colombia (ENSIN) and the National Demographic and Health Survey (ENDS) 2010.

Results: PI explains a regular and poor self-perception of health (OR= 1.37; IC95% 1.10-1.70) in women after adjusting for confounding factors. Other associated variables included: age, educational level, affiliation to the health system, marital status, living in eastern region and Bogota. PI was not associated with self-perception of health status in men (OR=1.04; IC95% 0.85 – 1.29), but age and low educational level did show association.

Conclusion: Low levels of leisure time physical activity were associated with regular and poor self-perceived health status in women, whereas in men this relationship was not observed.

Key words:

Physical activity.
Health status.
Subjective health.

Correspondencia: Dario Mendoza Romero
E-mail: dariomendoza@usantotomas.edu.co