

RED SOCIAL Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESTUDIANTES DE PREGRADO EN CIENCIAS DE LA SALUD - COLOMBIA



SITUACIÓN PROBLEMÁTICA

Las redes sociales influyen en la adquisición de comportamiento y en la promoción de la actividad física, hábitos y prácticas saludables. La exposición a pantallas del estudiante universitario incrementa el número de horas diarias del comportamiento sedentario, elevado estrés por la exigencia académica, hábitos de sueño irregulares, alimentación baja en consumo de frutas y verduras. Estos factores de riesgo pueden incidir en la adquisición de enfermedades crónicas no transmisibles, responsables de más de un tercio de las muertes mundiales anuales. Asimismo, se reconoce la importancia de la actividad física para promover la salud, prevenir la enfermedad y reducir la adquisición de conductas sedentarias.

PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿Cuál es la influencia de las redes sociales en la promoción de la actividad física en estudiantes de pregrado de Ciencias para Salud en la Universidad de Caldas en el año 2021?

OBJETIVO GENERAL

Determinar la influencia de las redes sociales en la promoción de la actividad física en estudiantes de pregrado de la Facultad de Ciencias para la Salud en la Universidad de Caldas en el año 2021

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

*Caracterizar el acceso y uso de las redes sociales en la población objeto de la investigación

* Evaluar la actividad física, según los parámetros intensidad, duración y frecuencia en los estudiantes de pregrado de la Facultad de Ciencias para la Salud.

*Establecer la relación entre aspectos sociodemográficos, el acceso/uso a las redes sociales y la promoción de la actividad física en los estudiantes de pregrado de la Facultad de Ciencias para la Salud.

METODOLOGÍA

Tipo de estudio: observacional, prospectivo, transversal y descriptivo y con un nivel descriptivo. Variables: actividad física, red social. Población: La población universo son 1600 estudiantes aproximadamente de 3 pregrados de la Facultad de Ciencias para Salud de la Universidad de Caldas. Muestreo: es probabilístico aleatorio estratificado. Muestra: La muestra probabilística, representativa y proporcional, aproximadamente 168 estudiantes.

ESTRATEGÍA VIRTUAL

sitio WEB

http://gaia.manizales.unal.edu.co/se millero_actividad_fisica/index

RESULTADOS

Los aspectos sociodemográficos de los estudiantes, el estado civil en una mayoría (95,4%) son solteros, el lugar de residencia en mayor proporción se ubican en la cabecera municipal. Las condiciones básicas de conectividad el 94.1% si tiene, en cuanto al navegador de mayor acceso es google Chrome (97,4%), principalmente acceden a la conexión a internet a través de cable. El dispositivo de acceso es el teléfono inteligente con 77,8%. Respecto a la frecuencia de acceso a internet en su mayoría (92,8%) es a diario. El tiempo de acceso es mayor a 8 horas diarias (83,7%) y su uso se da principalmente en actividades académicas (86,8%) y el tipo de comunicación mas usado es la red social 81,7%. WhatsApp es la red social mas usada. En cuanto al comportamiento sedentario la mayoría de los estudiantes pasa mas de 12 horas diaria en una posición sedente, se observa que el nivel de actividad física es bajo para la mayoría de los estudiantes 94,6%.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

E PEÑA. ML GARCIA. Cuestionario Tecnologías de la Información y la Comunicación. Maestría Actividad Física para la Salud. Universidad de Caldas. 2020.
Romaní JCC. El concepto de tecnologías de la información. Benchmarking sobre las definiciones de las TIC en la sociedad del conocimiento | Cobo Romaní | ZER: Revista de Estudios de Comunicación = Komunikazio Ikasketen Aldizkaria [Internet]. [cited 2021 Apr 22]. Available from: <https://ojs.ehu.eus/index.php/Zer/articloe/view/2636/2182>