



Universidad Católica de la Santísima Concepción

Facultad de Medicina

Carrera de Kinesiología

NIVEL DE ACTIVIDAD FÍSICA, COMPOSICIÓN CORPORAL, CONSUMO DE TABACO Y SU RELACIÓN CON LA CAPACIDAD AERÓBICA EN MUJERES DE 18 A 25 AÑOS DE EDAD PERTENECIENTES A LA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE LA SANTÍSIMA CONCEPCIÓN: SERIE DE CASOS.

Tesis presentada a la Facultad de Medicina de la Universidad Católica de la Santísima Concepción para optar al grado académico de Licenciado en Kinesiología.

AUTORES: Srta. Fernández Toloza, Vanessa Jazmín

Srta. Sáez Zambrano, Tamara Soledad

Srta. Vergara González, Natalia Isabel

PROFESOR GUÍA: Sr. Valdebenito Valdebenito, Gabriel Esteban

CONCEPCIÓN, CHILE

DICIEMBRE 2017

RESUMEN

Introducción: Las enfermedades cardiovasculares se han asociado diversos factores como la capacidad aeróbica, composición corporal, consumo de tabaco y nivel de actividad física, los que pueden verse influenciados negativamente por la adquisición de estilos de vida poco saludables que va a favorecer la aparición de un evento cardiovascular si no se interviene de forma adecuada. **Objetivo:** Conocer la relación entre la capacidad aeróbica y el consumo de tabaco, nivel de actividad física y composición corporal en mujeres de 18 a 25 años de edad, perteneciente a la Universidad Católica de la Santísima Concepción (UCSC). **Material y métodos:** Investigación con enfoque cuantitativo, tipo correlacional y diseño serie de casos. Se utilizó un muestreo no probabilístico y se evaluaron a 30 estudiantes universitarias. El nivel de actividad física (AF) se valoró con el cuestionario GPAQ, consumo de tabaco (CT) con la ficha de datos, composición corporal (CC) con la medición del porcentaje de masa grasa (MG) y la capacidad aeróbica (CA) con el Protocolo de Bruce. **Resultados:** Al relacionar las variables se obtuvo una relación directa entre CA - AF ($r=0,1557$; $p=0,4114$) e inversa entre CA - CC ($r=-0,5533$; $p= 0,0015$) y CA - CT ($r=-0,0447$; $p=0,8146$) en las mujeres universitarias de la UCSC. **Conclusión:** En mujeres de 18 a 25 años de edad pertenecientes a UCSC, la CA presenta una relación directa con el nivel de AF e inversa con el porcentaje de MG y consumo de tabaco.

Palabras claves: Capacidad aeróbica, composición corporal, consumo de tabaco, nivel de actividad física, universitarias

ABSTRACT

Introduction: Cardiovascular diseases have associated various factors such as aerobic capacity, body composition, tobacco consumption and level of physical activity, which can be negatively influenced by the acquisition of unhealthy lifestyles that will favor the appearance of a cardiovascular event if not intervened properly. **Objective:** To know the relationship between aerobic capacity and tobacco consumption, level of physical activity and body composition of women from 18 to 25 years of age, belonging to the Catholic University of the Most Holy Conception (UCSC). **Material and methods:** Research with quantitative approach, correlation type and case series design. A non-probabilistic

sampling was used and 30 university students were evaluated. The level of physical activity (AF) was assessed through the GPAQ questionnaire, tobacco consumption (TC) with the data sheet, body composition (CC) with the measurement of fat mass percentage (MG) and aerobic capacity (CA) with the Bruce Protocol. **Results:** When the variables were related, a direct relationship was obtained between CA - AF ($r = 0.1557$, $p = 0.4114$) and inverse relationship between CA - CC ($r = -0.5533$, $p = 0.0015$) and CA - CT ($r = -0.0447$; $p = 0.8146$) in the university women of the UCSC. **Conclusion:** In women between 18 and 25 years of age belonging to the UCSC, CA presents a direct relationship with the level of AF and inverse with the percentage of MG and tobacco consumption. **Key words:** Aerobic capacity, body composition, tobacco consumption, level of physical activity, university student.