

## INDICE

	Página
<b>1. RESUMEN</b>	i
<b>ABREVIATURAS</b>	ii
<b>2. INTRODUCCION</b>	1
<b>3. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b>	3
3.1)    Pregunta de investigación	3
3.2)    Objetivos	3
3.3)    Hipótesis	4
3.4)    Variables	5
<b>4. REVISION BIBLIOGRAFICA</b>	7
4.1)    Características físicas	10
4.2)    Características funcionales	16
4.3)    Características nutricionales	22
4.4)    Factores de Riesgo Cardiovasculares	27
<b>5. MATERIALES Y METODOS</b>	30
5.1)    Diseño de la Investigación	30
5.2)    Población de estudio	30
5.3)    Muestra de estudio	30
5.4)    Tipo de Muestreo	31
5.5)    Sujetos	31
5.6)    Criterios de inclusión	31
5.7)    Criterios de exclusión	32

5.8)	Procedimientos	32
5.9)	Análisis Estadístico	33
<b>6.</b>	<b>RESULTADOS</b>	<b>34</b>
6.1)	Características Físicas de las Secretarias de la Universidad de Talca.	34
6.2)	Características Funcionales de las Secretarias de la Universidad de Talca.	39
6.3)	Características Nutricionales de las Secretarias de la Universidad de Talca.	45
<b>7.</b>	<b>DISCUSION</b>	<b>49</b>
<b>8.</b>	<b>CONCLUSIONES</b>	<b>54</b>
<b>9.</b>	<b>BIBLIOGRAFIA</b>	<b>55</b>
<b>10.</b>	<b>ANEXOS</b>	<b>62</b>
10.1)	Especificaciones técnicas de aplicación del TM6' (ATS., 2002).	62
10.2)	Consentimiento informado	64
10.3)	Cuestionario de antecedentes	65
10.4)	Encuesta alimentaria por recordatorio 24 hrs	66
10.5)	Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ).	68

## INDICE DE TABLAS

	Página
<b>11. Tabla 1</b>	35
<b>12. Tabla 2</b>	36
<b>13. Tabla 3</b>	38
<b>14. Tabla 4</b>	39
<b>15. Tabla 5 y 6</b>	40
<b>16. Tabla 7</b>	41
<b>17. Tabla 8 y 9</b>	43
<b>18. Tabla 10 y 11</b>	45
<b>19. Tabla 12</b>	46
<b>20. Tabla 13 y 14</b>	47
<b>21. Tabla 15</b>	48