

**CARACTERIZACION FISICA, FUNCIONAL Y NUTRICIONAL DE LAS  
SECRETARIAS DE LA UNIVERSIDAD DE TALCA.**

**CLAUDIA MARABOLI VALENZUELA  
LICENCIADO EN KINESIOLOGÍA**

**RESUMEN**

Chile está inmerso en una dinámica cultural, social y económica que contribuye a la práctica de estilos de vida poco saludables, relacionados con la alimentación y la actividad física. Todos los estudios recientes demuestran que una alta proporción de la población chilena es sedentaria. A ello se suma que la mayoría los chilenos tienen un gasto energético leve al considerar su actividad laboral. Inversamente el consumo energético ha ido en aumento. La actividad física tiene un rol importante en la prevención, control y tratamiento de las enfermedades cardiovasculares, por su influencia sobre varios factores de riesgo coronario, lo que constituye una medida costo/beneficio muy positiva (Atalah., 2003). Este estudio tiene como objetivo determinar las características físicas, funcionales y nutricionales de las Secretarias de la Universidad de Talca y su asociación con factores de riesgo cardiovasculares relacionados con la actividad física, esto a través de la realización de encuestas, cuestionarios, evaluaciones y test de campo. Es un estudio no experimental descriptivo, de muestreo no probabilístico, de serie consecutiva de voluntarios que cumplieron con los criterios de selección. De acuerdo a los resultados obtenidos en este estudio y al análisis descriptivo, se encontró que en relación a las características físicas de las Secretarias de la Universidad de Talca, según el IMC, el 40% presenta sobrepeso y el 33,3% son obesas y un 66,7% presentan una CC aumentada. En las características funcionales, un 53,3 % presentan un nivel de actividad física moderada y un desempeño en el TM6' bueno en un 57,14%. En referencia a las características nutricionales, un 93% presenta una ingesta calórica superior a la estima. Finalmente, los principales factores riesgo cardiovasculares son con un 66,7% el sedentarismo, 40% tabaquismo y la obesidad con un 33,3%.