

20

LACIÓN ENTRE EL NIVEL DE ACTIVIDAD FÍSICA Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL PROGRAMA DE FISIOTERAPIA DE UNA INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA EN LA CIUDAD DE CALI DURANTE EL PERIODO 2020-01

Wilson Gonzalez Marmolejo¹, Julián David Cerón Bedoya²

PALABRAS CLAVES

Actividad física, Rendimiento académico, Estudiantes, Fisioterapia

»»» INTRODUCCIÓN

El rendimiento académico, se constituye en un factor imprescindible y fundamental en el abordaje de la calidad de la educación superior, pues es un indicador que permite una aproximación a la realidad educativa; este es la suma de diferentes y complejos factores que actúan en la persona que aprende, y ha sido definido como un valor atribuido al logro del estudiante en las tareas académicas (Vélez y Roa, 2005; Garbanzo, 2007). mental para la salud humana y se convierte en un predictor, independiente de la enfermedad. Además, las investigaciones sugieren que la actividad física regular mejora el estado de salud y la calidad de vida, disminuyendo el estrés y la ansiedad, facilitando el desarrollo y mejoramiento de funciones como la memoria en trabajo y el cambio de tareas (Burks, 2012).



OBJETIVO

Establecer la relación entre el nivel de actividad física y el rendimiento académico de los estudiantes del programa de fisioterapia de una institución universitaria de la ciudad de Cali durante el periodo 2020.

ESPECÍFICOS

- Caracterizar sociodemográficamente a la población estudiantil.
- Establecer el nivel de actividad física de los estudiantes de fisioterapia de una institución universitaria.
- Identificar el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de fisioterapia de una institución universitaria.
- Determinar el efecto del nivel de actividad física sobre el rendimiento académico de los estudiantes de fisioterapia de una institución universitaria de la ciudad de Cali.

MATERIALES Y MÉTODOS

El enfoque de la investigación fue cuantitativo de corte transversal, de tipo descriptivo y caracterizado por ser un estudio observacional. Se escogieron 190 estudiantes del programa de fisioterapia, de forma aleatoria, los instrumentos de recolección de datos, fueron cuestionario internacional de actividad física IPAQ versión corta y un cuestionario sociodemográfico, para medir el nivel de actividad física y los factores sociodemográficos

RESULTADOS

El (73.68 %) de los estudiantes que respondieron la encuesta fueron de sexo femenino. Además, el 82.63 % pertenece a los estratos socioeconómicos 2, 3 y 4 considerados nivel bajo y medio el 75% de los estudiantes presentan un promedio entre 3.5 y 3.8, lo que refleja la poca variabilidad existente en los promedios, representada con la

desviación estándar de solo 0.284, estableciendo que no existen diferencias entre los promedios de hombres y mujeres. La actividad física intensa, es realizada por la mayoría de los participantes (M=123.2), donde el 50% de los estudiantes dedican mínimo una hora a la semana para estas actividades. Del total de la muestra, solo el 25 % de los estudiantes encuestados consume más de 2638 METS por semana, los cuales se acercan a las recientes recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud, donde se establece que se deben consumir de 3000 a 4000 METS por semana para obtener beneficios en la prevención de enfermedades. 39.5 % de los estudiantes quedaron categorizados como inactivos o de actividad física baja, 33.7 % nivel de actividad física moderado, 26.8 % nivel de actividad física alto. Género 42.14 % de las mujeres tienen un nivel de actividad física bajo, hombres 32 %. Nivel de actividad física es independiente individualmente al sexo, estrato, al estado civil, a tener hijos y estar laborando. Respecto a la relación entre la actividad física y el rendimiento académico, no se evidencian diferencias relevantes entre las medidas, A su vez se analizó la relación entre el promedio de calificaciones y los minutos de actividad y METS consumidos por semana, donde no se observa una relación clara entre las variables. El coeficiente de correlación de Spearman fue de 0.1617 y 0.1306, respectivamente. Esto indica que existe una asociación positiva débil entre dichas variables.

IMPACTOS

Los resultados de esta investigación plantean la necesidad de promover la práctica de actividad física en los estudiantes del programa de fisioterapia.

Se considera pertinente ampliar esta investigación a las otras sedes y programas de la Fundación Universitaria María Cano.

CONCLUSIONES

En la conclusión de la principal hipótesis se confirma que aparentemente no existen diferencias entre los promedios de calificaciones (rendimiento académico) de los estudiantes en los diferentes grupos según el tipo de actividad física.

BIOGRAFÍA

- Almoajel, A., Al-Zahrani, A., & AL-Qtaibi, M. (2017). Health behaviours affecting academic performance among university students in riyadh, saudi arabia: KSU female students as an example. *Australasian Medical Journal* (Online), 10(10), 870-878. doi:<http://ezproxy.fumc.edu.co:2112/10.21767/AMJ.2017.3104>.
2. Alviarez, E., Morillo, J., B.Sc, Añez, R., MD, Rojas, Joselyn, M.D., M.Sc, & Bermúdez, Valmore, MD, MSc, MPH, PhD. (2012). Estimación del grado de actividad física en la población estudiantil de la unidad satelital de la universidad experimental sur del lago (UNESUR), casigua el cubo, estado zulía - Venezuela/Physical activity estimation in students from the universidad experimental sur del lago, casigua el cubo, zulía state, venezuela. *Síndrome Cardiometabólico*, 2(4), 86-92. Retrieved from <https://ezproxy.fumc.edu.co:2147/docview/1628684994?accountid=31201>
3. Anand V. A study of time management: The correlation between video game usage and academic performance markers. *Cyberpsychol Behav* 2007;10:552-9.
4. Ando S, Kokubu M, Yamada Y, Kimura M. Does cerebral oxygenation affect cognitive function during exercise? *Eur J Appl Physiol* 2011;111:1973-82.
5. Bellar, D., Judge, L., Petersen, J., Bellar, A., & Bryan, C. (2014). Exercise and academic performance among nursing and kinesiology students at US colleges. *Journal of Education and Health Promotion*, 3, 9. doi:<http://ezproxy.fumc.edu.co:2112/10.4103/2277-9531.127560>.
6. Brennan, M. (2006). Stress reduction as a link between aerobic activity and academic performance experienced by undergraduate women through the use of the student recreation center at texas A&M university (Order No. 3270711). Available from ProQuest Central. (304935380). Retrieved from <https://ezproxy.fumc.edu.co:2147/docview/304935380?accountid=31201>
7. Burger, M., & Doiny, D. (2002). The relationship among body mass index, body image, exercise habits and stage of change in college-aged females. *Women in Sport & Physical Activity Journal*, 11(2), 1. Retrieved from <https://ezproxy.fumc.edu.co:2147/docview/230661575?accountid=31201>
8. Burks, H. (2012). Physical activity and executive functioning in college students (Order No. 1509457). Available from ProQuest

- Central. (1013852305). Retrieved from <https://ezproxy.fumc.edu.co:2147/docview/1013852305?accountid=31201>
9. Caro-Freile, A., & Rebolledo-Cobos, R. (2017). Determinantes para la práctica de actividad física en estudiantes universitarios. *Duazary*, 14(2), 204-211. doi:<http://ezproxy.fumc.edu.co:2112/10.21676/2389783X.1969>
10. Dabrowska-Galas, M., Plinta, R., Dabrowska, J., & Skrzypulec-Plinta, V. (2013). Physical activity in students of the medical university of silesia in poland. *Physical Therapy*, 93(3), 384-92. Retrieved from <https://ezproxy.fumc.edu.co:2147/docview/1352823049?accountid=31201>
11. Demers, N. R. (2013). The relationship between exercise and mental health in college students (Order No. 3589277). Available from ProQuest Central. (1430541826). Retrieved from <https://ezproxy.fumc.edu.co:2147/docview/1430541826?accountid=31201>.
12. Dinger, M. K., Behrens, T. K., & Han, J. L. (2006). *Validity and reliability of the international physical activity questionnaire in college students. *American Journal of Health Education*, 37(6), 337-343. Retrieved from <https://ezproxy.fumc.edu.co:2147/docview/212709115?accountid=31201>
13. Earth, Human Center, f. R., Studies, Palestine, School of, P. H., & Al, Q. U. (2016). Association between life style and health behaviour with self-reported academic performance among university students in gaza strip, palestine. *International Journal of Food, Nutrition and Public Health*, 8(2). Retrieved from <https://ezproxy.fumc.edu.co:2147/docview/1798761720?Accountid=31201>
14. El ansari, w., khalil, k., crone, d., & stock, c. (2014). Physical activity and gender differences: correlates of compliance with recommended levels of five forms of physical activity among students at nine universities in libya. *Central European Journal of Public Health*, 22(2), 98-105. Retrieved from <https://ezproxy.fumc.edu.co:2147/docview/1549241640?Accountid=31201>
15. Gómez-Ramírez, E., García-Molina, J. L., Wagner-Lozano, L., Calvo-Soto, A., & Ordoñez-Mora, L. T. (2016). Etapas de cambio y actividad física regular en un grupo de universitarios cali, colombia. *Duazary*, 13(2), 111-118.

doi:<http://ezproxy.fumc.edu.co:2112/10.21676/2389783X.1716>

16. González, A. M., & Tamayo, O. E. (2012). Obstáculos cognitivo-emotivos para la realización de actividad física en estudiantes universitarios *. *Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 10(1), 379-396. Retrieved from <https://ezproxy.fumc.edu.co:2147/docview/2191287179?accountid=31201>

17. Griffin EW, Mullally S, Foley C, Warmington SA, O'Mara SM, Kelly AM. Aerobic exercise improves hippocampal function and increases BDNF in the serum of young adult males. *Physiol Behav* 2011;104:934-41.

18. Hagströmer, M., Oja, P., & Sjöström, M. (2006). The international physical activity questionnaire (IPAQ): A study of concurrent and construct validity. *Public Health Nutrition*, 9(6), 755-62. doi:<http://ezproxy.fumc.edu.co:2112/10.1079/PHN2005898>.

19. Health and medicine - physical activity and health; new findings in physical activity and health described from CAPES foundation (physical activity and sedentary time are positively associated with academic performance: A 3-year longitudinal study). (2019, Apr 12). *Health & Medicine Week*. Retrieved from <https://ezproxy.fumc.edu.co:2147/docview/2206408554?accountid=31201>

20. Herazo Beltrán Y, Hernandez Escobar J, Dominguez Anaya R. Etapas de cambio y niveles de actividad física en estudiantes universitarios de Cartagena (Colombia). *Salud*. 2012 Jun; 28(2):298-307.

21. Jin, H. (2018). The comprehensive evaluation of the quality of physical education in colleges and universities. *Kuram Ve Uygulamada Egitim Bilimleri*, 18(6), 3036-3042. doi:<http://ezproxy.fumc.edu.co:2112/10.12738/estp.2018.6.203>.

22. Kubey RW, Lavin MJ, Barrows JR. Internet use and collegiate academic performance decrements: Early findings. *Communication* 2001;51:366-82.

23. Lee, P. H., Macfarlane, D. J., Lam, T. H., & Stewart, S. M. (2011). Validity of the international physical activity questionnaire short form (IPAQ-SF): A systematic review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 8, 115. doi:<http://ezproxy.fumc.edu.co:2112/10.1186/1479-5868-8-115>

24. Moncayo Cabrera, M. (2016). Determinantes que influyen en el rendimiento académico: un estudio aplicado para Colombia a partir de las pruebas icfes - saber 11. Retrieved from <http://repository.lasalle.edu.co/bitstream/handle/10185/20691/100910>

33_2016.pdf

25. Montes, I., & Lerner, J. (2011). Rendimiento Académico de los estudiantes de pregrado de la universidad EAFIT. Retrieved from <http://www.eafit.edu.co/institucional/calidad-eafit/investigacion/Documents/Rendimiento%20Ac%C3%A1demico-Perspectiva%20cuantitativa.pdf>

26. Moulton, C. M. (2014). A comparison of aerobic exercise and relaxation techniques on depression, anxiety, and stress in college students (Order No. 1557262). Available from ProQuest Central. (1549546104). Retrieved from <https://ezproxy.fumc.edu.co:2147/docview/1549546104?accountid=31201>.

27. Prieto A, Agudelo CA. Enfoque multinivel para el diagnóstico de la actividad física en tres regiones de Colombia. Rev. Salud pública. 2006 Nov; 8(Suppl: 2): 57-68.

28. Qin, L., & Zhao, N. (2013). The influence of physical exercise on psychological health of college students. Psychology Research, (12), 3-6. Retrieved from <https://ezproxy.fumc.edu.co:2147/docview/1467836751?accountid=31201>.

29. Rettinger, V. W. (2011). The relationship between physical activity, stress, and academic performance (Order No. 3469168). Available from ProQuest Central. (892022132). Retrieved from <https://ezproxy.fumc.edu.co:2147/docview/892022132?accountid=31201>.