

III Expo: Estadística en el Entorno

Encuesta OBAFUV: Actividad Física en la Comunidad de la Universidad Veracruzana

Participantes:

*Sergio Blásquez Sánchez, **Rafael Molina Guerra, ** Lourdes Viridiana Galindo Lucas, ** Seanny Paola Moreno Santiago, ** Alondra Itzel Bernal Vicente y ** Lorena López Lozada
* Observatorio de Actividad Física de la Universidad Veracruzana (OBAFUV) ** Facultad de Estadística e Informática

Introducción

La actividad física y el sedentarismo son comportamientos del movimiento estrechamente relacionados con la salud. En el ámbito universitario, tanto estudiantes como trabajadores se encuentran expuestos a factores que limitan la práctica de AF y predisponen hábitos sedentarios.

El Observatorio de Actividad Física de la Universidad Veracruzana (OBAFUV) surge de la necesidad de analizar los diversos fenómenos relacionados con la actividad física presentes en la comunidad universitaria. El conocimiento obtenido por el OBAFUV busca beneficiar a la comunidad universitaria al funcionar como base para la construcción de estrategias, políticas y propuestas que den solución y logren atender los aspectos que limitan la realización de actividad física y que por ende impactan en la salud de la población.

<https://www.uv.mx/obafuv/>.



Objetivo

Identificar la actividad física suficiente e insuficiente, el sedentarismo y la práctica de ejercicio físico y deporte en estudiantes y trabajadores de la Universidad Veracruzana.



Metodología

El cuestionario está estructurado en seis apartados:

- Datos sociodemográficos e institucionales.** Información sobre edad, género y rol universitario.
- Ejercicio físico.** Frecuencia e intensidad de actividades planificadas.
- Deporte.** Frecuencia e intensidad de actividades planificadas.
- Actividad física.** Caminata y actividades moderadas y vigorosas.
- Factores facilitadores en la actividad física.** Infraestructura, apoyo institucional y motivación.
- Sedentarismo y limitantes de la actividad física.** Barreras como falta de tiempo o recursos.

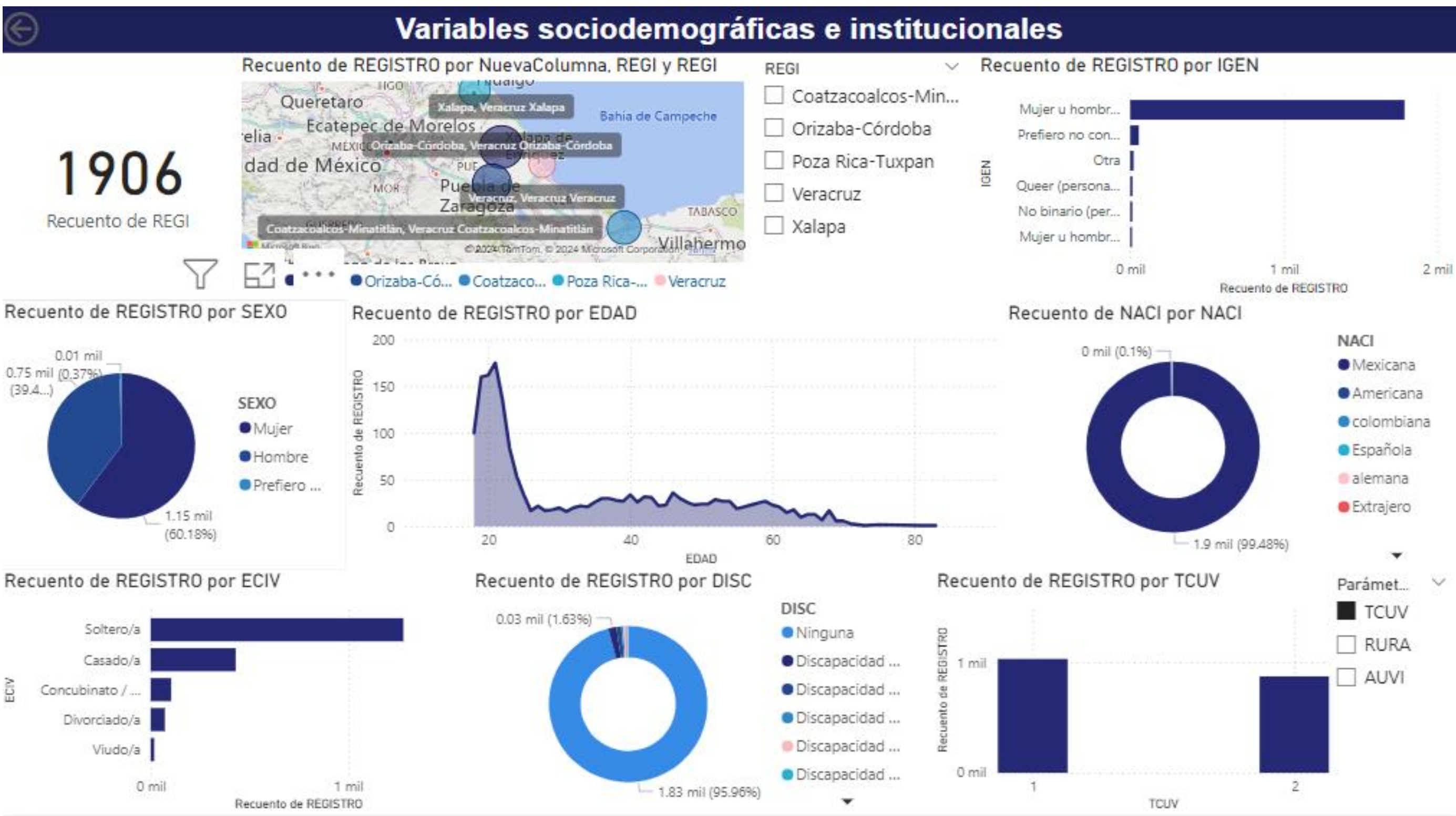
La muestra quedó conformada por 1,906 encuestados de las cinco regiones: Xalapa (605), Veracruz-Boca del Río (196), Orizaba-Córdoba (467), Coatzacoalcos-Minatitlán (352) y Poza Rica-Tuxpan (286).

Los datos fueron recopilados por el OBAFUV y fueron procesados para su visualización mediante dashboards interactivos en Power BI.

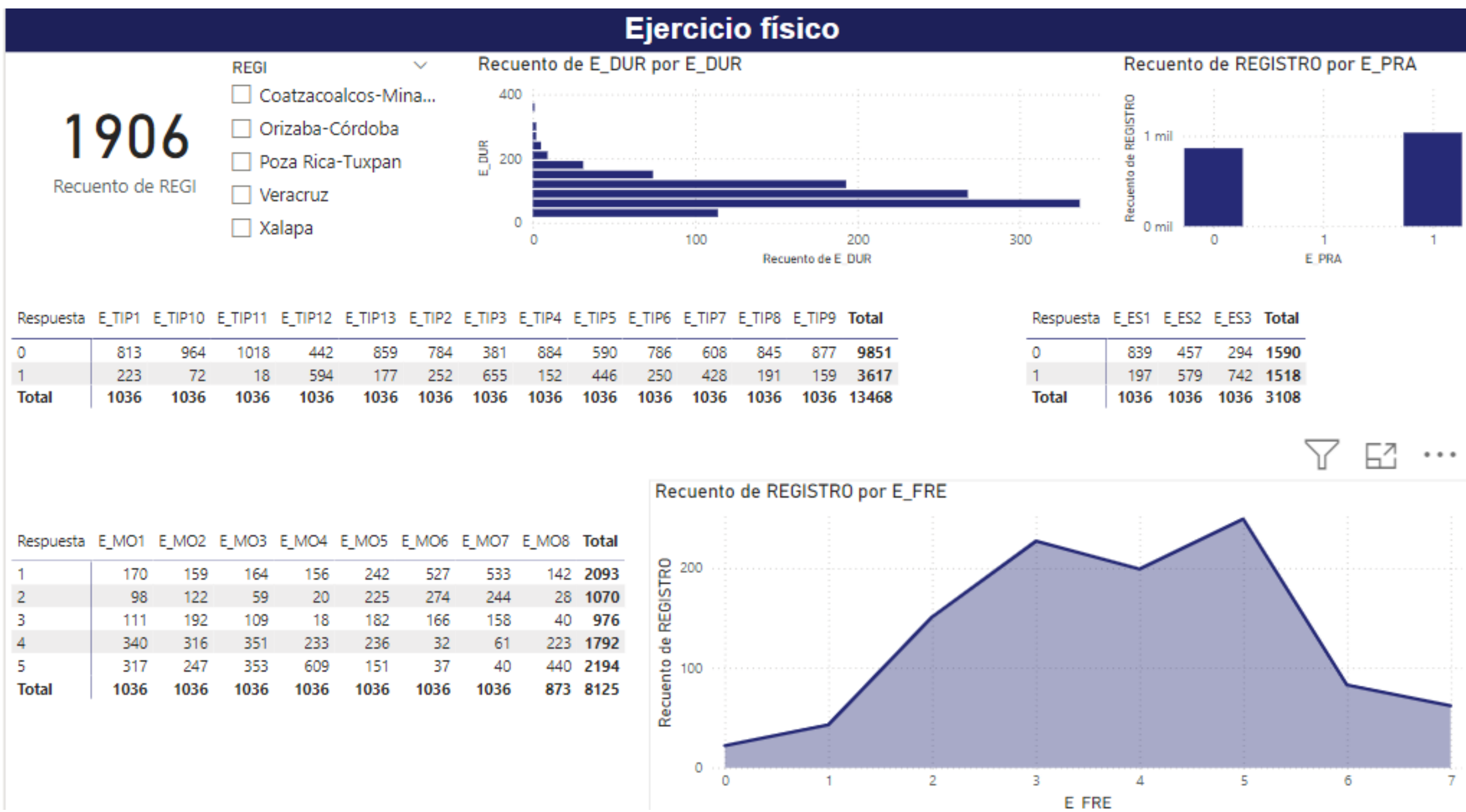


Resultados

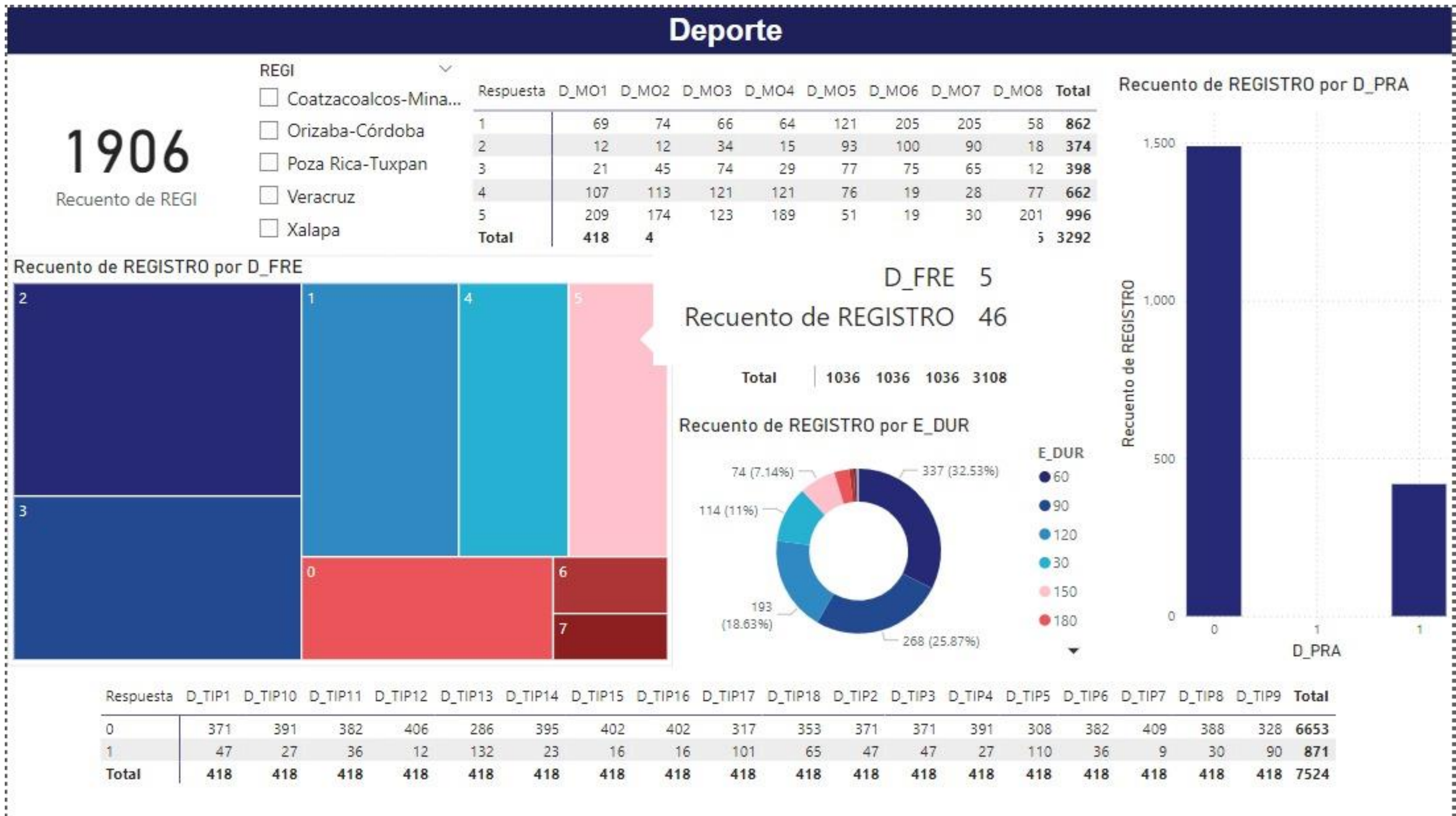
Visualizaciones de cada apartado del cuestionario:



Dashboard 1. Variables sociodemográficas e institucionales



Dashboard 2. Ejercicio físico



Dashboard 3. Deporte

III Expo: Estadística en el Entorno

Encuesta OBAFUV: Actividad Física en la Comunidad de la Universidad Veracruzana

Participantes:

Sergio Blásquez Sánchez, Rafael Molina Guerra, Lourdes Viridiana Galindo Lucas, Seanny Paola Moreno Santiago, Alondra Itzel Bernal Vicente y Lorena López Lozada

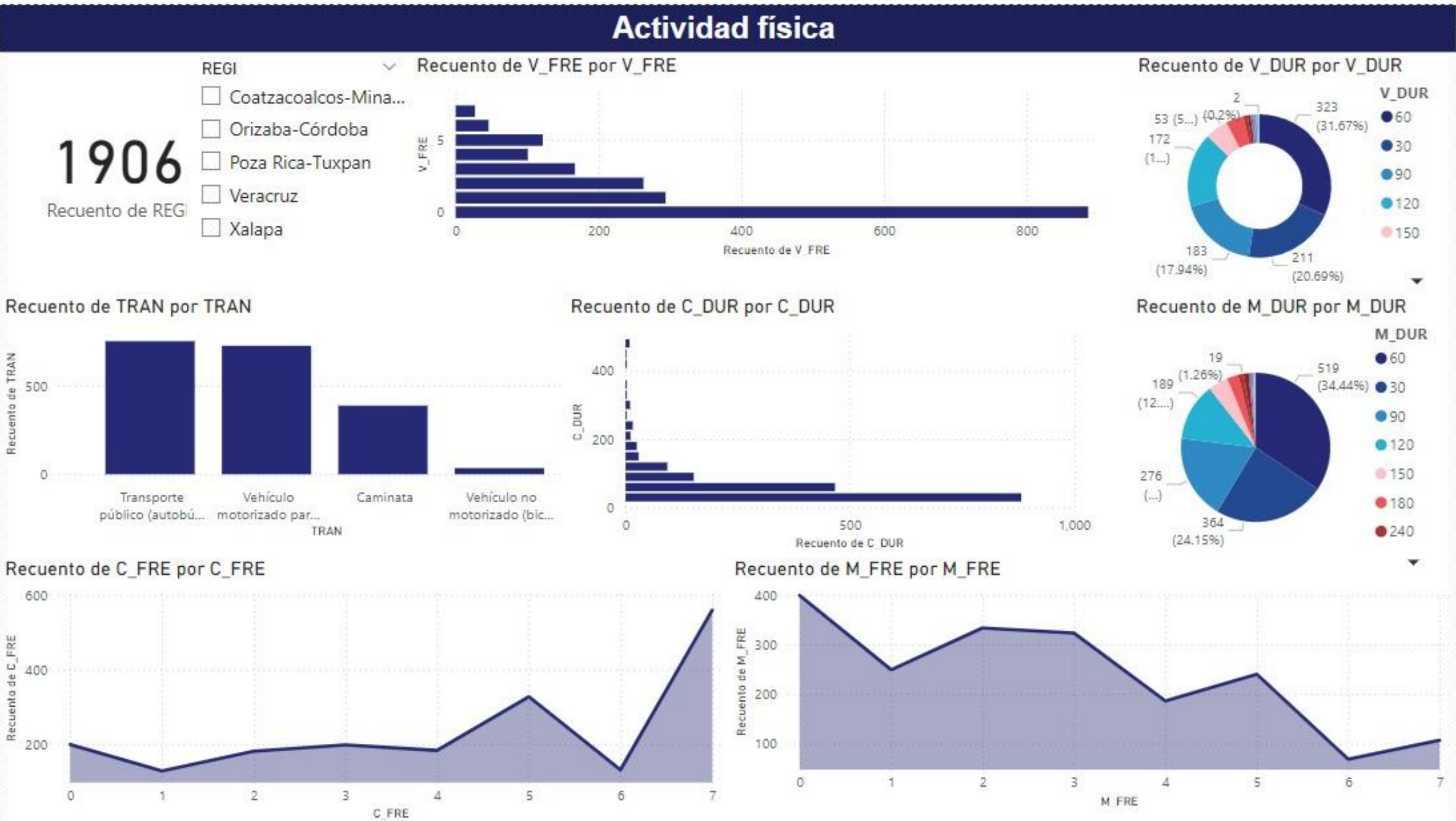
Conclusión

Los resultados de la encuesta revelan una gran diversidad en términos sociodemográficos, académicos y de participación en actividades físicas. La mayoría de los encuestados son mujeres (1,147) y, en su mayoría, jóvenes, especialmente en el rango de 21 años. La comunidad es mayoritariamente mexicana (99%), y está compuesta principalmente por estudiantes, aunque también incluye personal académico y administrativo. Este perfil es clave para diseñar estrategias que se adapten a las características de la comunidad, como el género, la edad y el nivel académico.

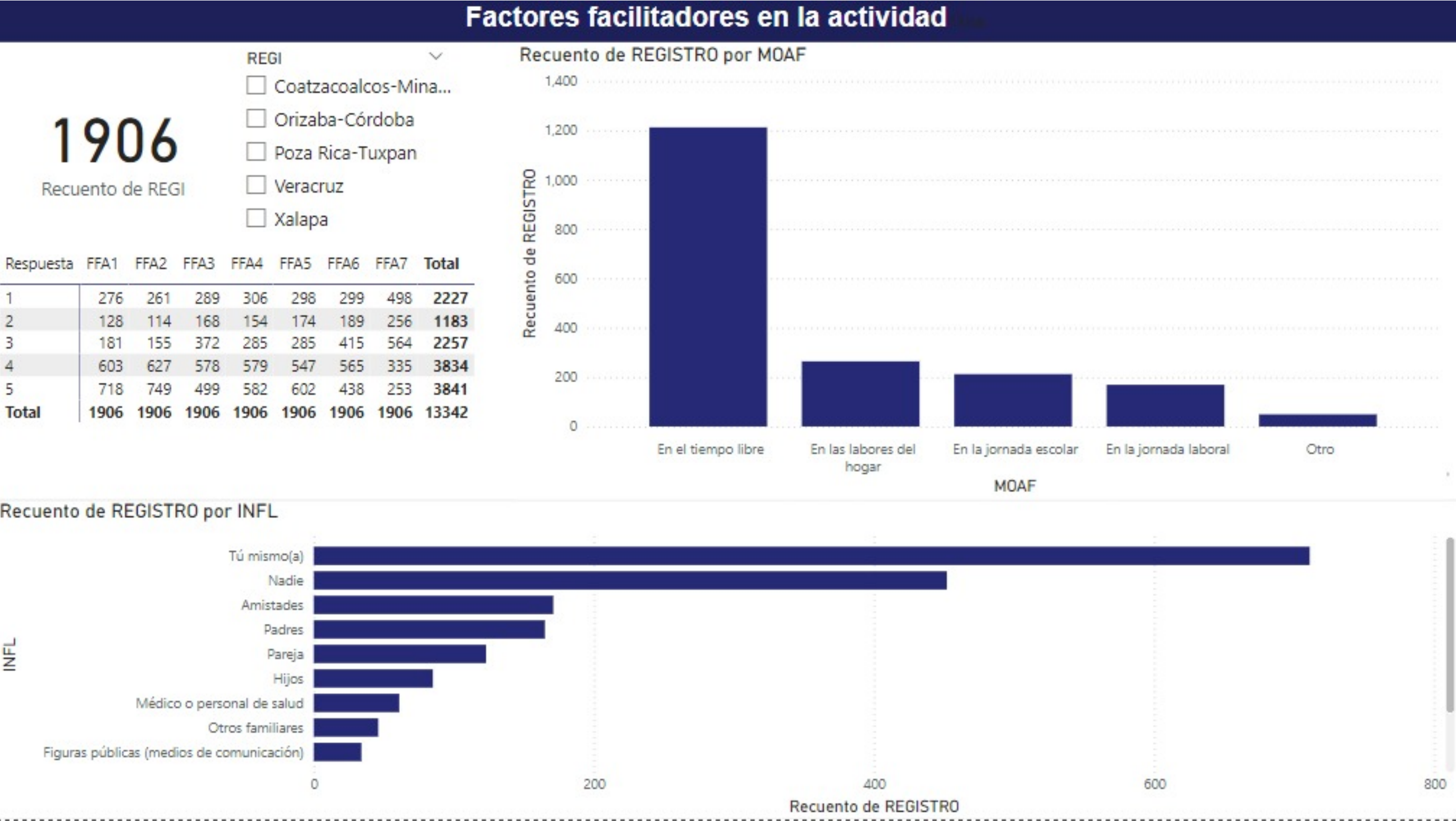
Respecto a la actividad física, una parte significativa de la comunidad realiza ejercicio regularmente, siendo la actividad física de moderada intensidad la más común, seguida de la caminata, una forma accesible de mantenerse activo. La participación en deportes organizados, aunque presente, muestra una menor prevalencia, lo cual sugiere que se prefieren actividades recreativas de menor exigencia física. Las principales barreras para hacer ejercicio incluyen la falta de tiempo (debido a las exigencias académicas y laborales), la falta de recursos económicos, y la motivación insuficiente. También se destacan las condiciones climáticas adversas y la limitada accesibilidad a instalaciones adecuadas.

Respecto a los factores facilitadores, se identificaron las instalaciones adecuadas, las estrategias de promoción institucional y el acompañamiento de profesionales como factores clave para aumentar la participación en actividades físicas. Sin embargo, la disponibilidad de programas educativos y experiencias en actividad física y deporte, aunque valorada, aún se perciben áreas de oportunidad.

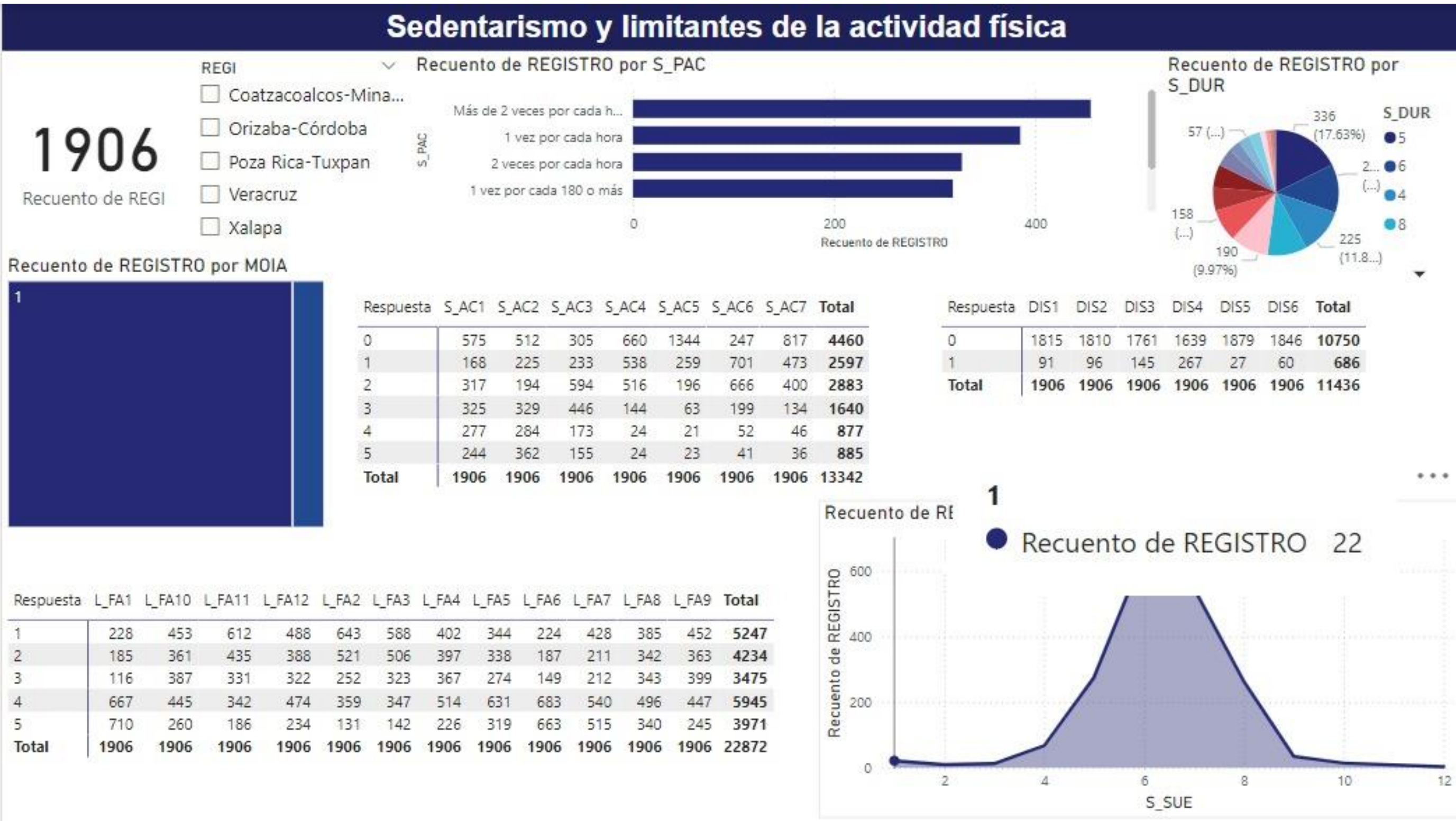
Finalmente, los resultados de la encuesta proporcionan una valiosa base para comprender las dinámicas de la actividad física en la comunidad universitaria. A pesar de las barreras significativas como la falta de tiempo, recursos y motivación, existen factores facilitadores, como la existencia de instalaciones adecuadas y la promoción institucional, que podrían aprovecharse para mejorar la participación en actividades físicas. Para avanzar, sería crucial implementar estrategias que aborden las barreras identificadas, como la creación de programas más accesibles y adaptados a las necesidades de la comunidad universitaria, especialmente en lo que respecta a horarios, disponibilidad de recursos y apoyo social. Promover una cultura de actividad física inclusiva y mejorar la información sobre los programas existentes serían herramientas efectivas para fomentar una mayor participación en actividades físicas y deportivas, contribuyendo así a la mejora del bienestar y la salud de toda la comunidad universitaria.



Dashboard 4. Actividad física



Dashboard 5. Factores facilitadores en la actividad



Dashboard 6. Sedentarismo y limitantes de la actividad física

Referencias

- OBAFUV. (2024). *Observatorio de Actividad Física de la Universidad Veracruzana* – Universidad Veracruzana. <https://www.uv.mx/obafuv/>.
- OBAFUV. (2024). *Cuestionario del Observatorio de Actividad Física de la Universidad Veracruzana (COAFUV)*. Recuperado de https://www.uv.mx/obafuv/files/2024/08/COAFUV_2024.pdf