

TÍTULO: CARACTERIZACIÓN DE VARIABLES DEL DESEMPEÑO FÍSICO DE UN GRUPO DE ANCIANOS EN UN ÁREA DE SALUD MUNICIPAL.

AUTOR:

A. Montalvo Pimentel.

Instituto de Medicina del Deporte. Cuba

Presentación: Póster

RESUMEN

La "salud" de un adulto mayor se mide preferentemente en términos de función y no de patología. El objetivo fue caracterizar variables del desempeño físico en las personas de 65 años y más del municipio Boyeros. Es un estudio descriptivo de corte transversal, en el período de diciembre 2011 a junio 2012. El Universo estuvo constituido por la totalidad de las personas del grupo antes mencionado del área de salud Presidente Salvador Allende. La muestra quedó conformada por 214 personas de la tercera edad que realizan actividad física. Dentro de las principales variables estudiadas estuvieron la velocidad de la marcha y la fuerza de agarre. Se calcularon frecuencias absolutas y porcentajes para los datos cualitativos, la media y la desviación estándar para las variables cuantitativas. Para comparar las medias de la edad por sexo se utilizó el estadígrafo t de Student y para la comparación de medias entre grupos se utilizó el ANOVA de una vía efecto fijo. En todos los casos se utilizó un nivel de significación del 5 %.

La velocidad de la marcha mostró valores promedios de 1.06 m/s para el grupo de 65-69 años y de 0,84 m/s para el de 80 años y más, la fuerza de agarre mostró cifras superiores de 34.08 para la mano derecha y 33.19 para la izquierda en los hombres en contraste con valores inferiores en las mujeres.

Los ancianos mostraron valores en ambas variables del desempeño físico considerados buenos según los estándares establecidos.

Palabras claves: desempeño físico, tercera edad, velocidad, fuerza

TÍTULO: LA ACTIVIDAD FÍSICA: UNA OPCIÓN PARA EL TRATAMIENTO LOS SÍNTOMAS DURANTE EL CLIMATERIO

AUTORES:

P.P., Quintero Paredes. Policlínico Universitario "Pedro Borrás Astorga", calle Máximo Gómez No 68. Pinar del Río, Cuba, especialista de I y II Grado en Ginecología y Obstetricia. Master en Atención Integral a la Mujer, Doctor en Ciencias Pedagógicas, Profesor Titular. Investigador Auxiliar. Correo electrónico: quinte@princesa.pri.sld.cu

² B.C., Roba Lazo. Facultad de Cultura Física "Nancy Uranga Romagoza", Pinar del Río, Cuba, Licenciada en Educación, Master en Ciencias de la Educación, Doctor en Ciencias Pedagógicas, Profesora Titular. Correo electrónico: barbara@pnr.uccfd.cu

³, J.A., Quintero Roba Estudiante de Licenciatura en Matemática, facultad de Matemática y Computación, Cuarto año, Universidad de La Habana. Cuba, Correo electrónico: j.quintero@lab.matcom.uh.cu

Modalidad: Póster

RESUMEN

Se realizó un estudio descriptivo y longitudinal de todas las pacientes en el período del Climaterio que asistieron a la consulta de Ginecología del Policlínico Universitario "Pedro Borrás Astorga" del municipio Pinar del Río, del 1ro de enero al 31 de diciembre del 2013. La muestra la constituyeron el total de mujeres en el período del Climaterio que asistieron a esta consulta (200) a las cuales se les confeccionó la historia clínica y le ofreció seguimiento en consulta. Los datos se procesaron mediante análisis porcentual. Las pacientes que asistieron con más frecuencia a la consulta de climaterio fueron las que tuvieron una menopausia espontánea seguida de las de causa artificial. Los síntomas que aquejan estas pacientes son los agrupados a corto plazo. Las mujeres en este periodo no reciben un adecuado apoyo familiar y la terapia más usada es la combinada, con un uso insuficiente de la actividad física, el deporte y la recreación. Un gran número de mujeres no reciben ayuda de un profesional de la Cultura Física y tienen gran interés en pertenecer a grupos especializados de mujeres en este período.

Palabras claves: Climaterio, actividad física, profesional de Cultura Física.

TITULO: HIPERTENSIÓN ARTERIAL, UN RETO ACTUAL

Autores:

L. Téllez Pérez. Lic. en Enfermería. Especialista en Procederes Quirúrgicos, I. Rodríguez Pérez. Lic. en Enfermería, M: M: Reguera García. Dra. Especialista en Cirugía General. J. Ríos Garit. Lic. En Psicología, profesor instructor.

Centro Provincial de Medicina Deportiva de Villa Clara, CP: 50200, Santa Clara, Cuba cepromede@capiro.vcl.sld.cu

Modalidad: Poster

Resumen:

La hipertensión arterial es probablemente el problema de salud pública más importante en países desarrollados y subdesarrollados. La relevancia de la hipertensión en la actualidad reside en el incremento del riesgo de padecer enfermedades altamente letales; por lo tanto, controlarla significa disminuir la morbimortalidad, por lo cual esta investigación tiene como objetivo establecer los factores que inciden en las consecuencias de una la hipertensión arterial mal controlada. En función de lograr este objetivo se realiza primeramente un análisis teórico del tema sobre la base de la literatura clásica, actual. Seguidamente se determina en qué edades y sexo hay mayor incidencia de pacientes hipertensos, se demuestra la influencia de los malos hábitos en los estilos de vida, en el padecimiento de la hipertensión arterial y se define el número de paciente que se adhieren al tratamiento farmacológico. Durante el desarrollo de la investigación se utilizan como técnica la observación directa en consulta a los pacientes, así como la realización de encuestas basada en los estilos de vida de dichos pacientes. Como resultado del trabajo se demuestra que los malos hábitos influyen negativamente, en la salud de los pacientes que padecen hipertensión arterial. Este estudio puede ser generalizado a otros grupos de pacientes.

Palabras claves: adherencia, estilos de vida, hipertensión arterial, morbimortalidad, tratamiento farmacológico

Título: “La fuerza de agarre como indicador de funcionabilidad en adultos mayores que realizan actividad física sistemática en Habana del Este”

AUTOR:

I. Pérez Montero

Instituto de Medicina del Deporte. Cuba

MODALIDAD: Póster

RESUMEN

La funcionabilidad del adulto mayor está determinada por el desempeño en las diferentes actividades cotidianas, es por ello que el ejercicio físico constituye uno de los pilares fundamentales en el mantenimiento de la misma. El objetivo consistió en evaluar la fuerza de agarre, con ambas manos en adultos mayores practicantes de actividad física como indicador de funcionabilidad. Se escogió de manera intencional una muestra de 34 adultos mayores pertenecientes al Círculo de Abuelos “Camilo Cienfuegos” de Habana del Este. Con el dinamómetro digital se determinó la fuerza de agarre, el evaluado en posición de pie con los brazos al lado del cuerpo, realizaba una flexión de los dedos con la mayor fuerza posible, 2 intentos con cada mano y se escogía el mejor resultado. Otras variables fueron: edad, sexo, Índice de Masa Corporal, Antecedentes Personales, Tiempo realizando actividad física, cantidad de tabletas que consume. EL procesamiento estadístico fueron medidas de tendencia central: media y desviación estándar. A medida que fue aumentando la edad disminuyó el IMC se corresponde con similares estudios como la Encuesta Nacional de Factores de Riesgo, la incidencia de ECNT teniendo la HTA (n=23) 67%, continuando la Diabetes Mellitus (n=8) 23.5% y la Osteoartrosis (n=7) 20.5%, los valores de fuerza de agarre con ambas manos no tuvieron diferencias significativas 16.2 Kgf con la Izquierda y 16.6 Kgf con la derecha (DS 5.9 y 5.3). A medida que se mantiene con valores aceptables la fuerza de agarre, estas personas no acusan dependencia para sus tareas diarias.

Palabras claves: fuerza de agarre, Índice Masa Corporal, Factores de riesgo, adultos mayores, actividad física

Título: Aspectos Psicológicos de la Actividad Física y la Promoción de Salud.

Autor:

J. Ríos Garit. Lic. En Psicología, profesor instructor.

Coautores: M. Requera García. Dra. Especialista en Cirugía General, profesor auxiliar. Saimar López Cintra. Dra. Especialista en Medicina del Deporte, profesor instructor.

Centro Provincial de Medicina Deportiva de Villa Clara, CP: 50200, Santa Clara, Cuba
cepromede@capiro.vcl.sld.cu

Modalidad: Poster

Resumen:

Este trabajo expone el diseño de un proyecto que agrupa una serie de líneas de investigación para modificar las conductas de riesgo, los factores y la incidencia y prevalencia de los principales problemas de salud presentes en la población deportiva de la EIDE provincial de Villa Clara, partiendo del análisis de la Situación de Salud desde perspectivas cognitivas, afectivas, motivacionales, conativas, y biológicas más allá de la somera descripción de los elementos estructurales y físicos del ambiente, que aún cuando no se les resta connotación si escapan de la acción directa de los profesionales de la salud. Los principales problemas de salud estudiados en el marco de tres años y que están relacionados fuertemente con el rendimiento deportivo y el bienestar físico y psicológico de los atletas según los datos estadísticos recopilados y la connotación de los mismos, están relacionados con patologías, desajustes o fenómenos potencialmente patogénicos como la Conducta Suicida, los Trastornos de los hábitos de alimentación y del sueño, el Bulling, el Desentrenamiento y las Lesiones Deportivas. Además la intervención contempla el Embarazo en la Adolescencia, las Adicciones y las ITS, VIH –SIDA que aun cuando no exhiben un comportamiento estadísticamente significativo, poseen una marcada connotación para estos grupos etarios. Este trabajo permite identificar, registrar, controlar y modificar los factores de riesgo que vulneran a la población que se inicia en la práctica del deporte de alto rendimiento y su diseño flexible permite ser adaptada a disimiles contextos semejantes con la finalidad de hacer patente la máxima de que el “Deporte es Salud”.

Palabras Claves: Rendimiento Deportivo, Promoción de Salud, Adolescencia, Juventud.

Summary:

This work exposes the design of a project that it contains a series of investigation lines to modify the behaviors of risk, the factors and the incidence of the main present problems of health in the sport population of the provincial EIDE of Villa Clara, leaving of the analysis of the Situation of Health from psychological and biological perspectives beyond the shallow description of the structural and physical elements of the atmosphere that still when they are not subtracted connotation if they escape from the direct action of the professionals of the health. The main problems of health studied in the three year-old mark and that they are related strongly with the sport yield and the physical and psychological well-being of the athletes according to the gathered statistical data and the connotation of the same ones, they are potentially related with pathologies, desajustes or phenomena patogénicos like the Suicidal Behavior, the Dysfunctions of the feeding habits and of the dream, the Bulling and the Sport Lesions. The intervention also contemplates the Pregnancy in the Adolescence, the Addictions and the ITS, HIV - AIDS that even when they don't exhibit a behavior statistically significant, they possess a marked connotation for these ages. This work allows to identify, to register, to control and to modify the factors of risk that harm the population that begins in the practice of the sport of high yield and its flexible design allows to be adapted to dissimilar contexts similar with the purpose of making patent the maxim that the "it Deports it is Health."

Key words: Sport yield, Promotion of Health, Adolescence, Youth.

TITULO: EL DESEMPEÑO FÍSICO Y LA SARCOPENIA EN ADULTOS MAYORES QUE REALIZAN ACTIVIDAD FÍSICA SISTEMÁTICA EN EL MUNICIPIO 10 DE OCTUBRE.

AUTOR:

Dr. L E. González Bernabé. Instituto de Medicina del Deporte. Cuba

MODALIDAD: Póster

RESUMEN:

La pérdida progresiva de funciones en el organismo puede provocar en los adultos mayores discapacidad y falta de independencia convirtiendo a los ancianos en personas susceptibles a sufrir diferentes procesos que condicionan situaciones de invalidez en algunas de sus formas. El objetivo consistió en determinar el desempeño físico en adultos mayores y el estado de Sarcopenia en practicantes de actividad física sistemática. La muestra estuvo constituida por 75 adultos mayores pertenecientes al Círculo de Abuelos "Ciro Frías". Se les realizaron varias pruebas para determinar el desempeño físico: fuerza de agarre con ambas manos con dinamómetro digital, equilibrio estático y dinámico, velocidad de la marcha, así como densimetría ósea, la determinación del índice de Quetelec. Se les realizó procesamiento estadístico de medidas de tendencia central: media y desviación estándar. Se utilizó el paquete estadístico SPSS v. 11.5 con $p > 0.05$. El grupo etario de mayor participación fue el de 70-74 años, predominando el sexo femenino 97%, los valores alcanzados en los diferentes test físicos se comportaron de una manera homogénea y en la mayoría de los practicantes se evidenció presencia de osteoporosis (94%) al realizar la correlación entre actividad física y Sarcopenia se obtuvo una valoración Alta de este parámetro. La actividad física sistemática retrasa los estados sarcopénicos en adultos mayores, el desempeño físico evaluado como parte de la funcionabilidad del anciano tuvo valores en correspondencia de la actividad que realizan, el Índice de masa corporal se encuentra parámetros de la población cubana en esos grupos etarios.

Palabras claves: sarcopenia, actividad física, desempeño físico, test físicos.

TÍTULO: LA REINCORPORACIÓN DEL ADULTO MAYOR CON INFARTO AGUDO DEL MIOCARDIO A LA SOCIEDAD A TRAVÉS DE ACTIVIDADES FÍSICO - RECREATIVAS.

AUTOR:

Osmel de la Cruz Mora^a,

a) Lic. en Cultura Física, Profesor Instructor en Educación Física y Atletismo,
Universidad de Ciencias Médicas Holguín, Cuba

Dirección Electrónica: ocruz@ucm.hlg.sld.cu

Modalidad : POSTER

RESUMEN:

Antecedentes: El Infarto Agudo del Miocardio (IMA) es la principal causa de muerte por enfermedad cardiaca en los adultos mayores. Considerando el carácter integral del hombre, la aplicación de la recreación en el proceso terapéutico es de vital importancia para su reincorporación a la sociedad, disminuir la morbi-mortalidad y mejorar la supervivencia libre de síntomas.

Objetivos: Aplicar un conjunto de actividades físico - recreativas para favorecer la reincorporación a la sociedad del adulto mayor con infarto agudo del miocardio.

Métodos: De una población de 20 pacientes de la tercera edad con infarto agudo del miocardio perteneciente al grupo de salud de rehabilitación cardiovascular en la sala de Rehabilitación "Pedro Díaz Coello" del municipio Holguín, fueron escogidos de forma intencional para la muestra el total de los sujetos de la población. Se les aplicó un conjunto de actividades recreativas desde febrero hasta mayo del 2014, para las cuales se tuvo en cuenta la siguiente estructura: título, características, tipo, materiales, organización, variantes, reglas.

Resultados: Se logró la participación de los pacientes objeto de la investigación en las actividades recreativas que se realizó. Asistieron solos al centro de rehabilitación. Manifestaron no sentir temor al incorporarse a las actividades. Participaron en las actividades que se desarrollan en su comunidad. Ocho de ellos se incorporaron al trabajo.

Conclusiones: Se favoreció la reincorporación a la sociedad del adulto mayor con infarto agudo del miocardio en pacientes de la Sala de Rehabilitación "Pedro Díaz Coello" del municipio Holguín.

Palabras Claves: infarto agudo del miocardio, actividades recreativas.

TÍTULO: LA REINCORPORACIÓN DEL ADULTO MAYOR CON INFARTO AGUDO DEL MIOCARDIO A LA SOCIEDAD A TRAVÉS DE ACTIVIDADES FÍSICO - RECREATIVAS.

AUTOR:

Osmel de la Cruz Mora^a,

a) Lic. en Cultura Física, Profesor Instructor en Educación Física y Atletismo,
Universidad de Ciencias Médicas Holguín, Cuba

Dirección Electrónica: ocruz@ucm.hlg.sld.cu

Modalidad : POSTER

RESUMEN:

Antecedentes: El Infarto Agudo del Miocardio (IMA) es la principal causa de muerte por enfermedad cardiaca en los adultos mayores. Considerando el carácter integral del hombre, la aplicación de la recreación en el proceso terapéutico es de vital importancia para su reincorporación a la sociedad, disminuir la morbi-mortalidad y mejorar la supervivencia libre de síntomas.

Objetivos: Aplicar un conjunto de actividades físico - recreativas para favorecer la reincorporación a la sociedad del adulto mayor con infarto agudo del miocardio.

Métodos: De una población de 20 pacientes de la tercera edad con infarto agudo del miocardio perteneciente al grupo de salud de rehabilitación cardiovascular en la sala de Rehabilitación "Pedro Díaz Coello" del municipio Holguín, fueron escogidos de forma intencional para la muestra el total de los sujetos de la población. Se les aplicó un conjunto de actividades recreativas desde febrero hasta mayo del 2014, para las cuales se tuvo en cuenta la siguiente estructura: título, características, tipo, materiales, organización, variantes, reglas.

Resultados: Se logró la participación de los pacientes objeto de la investigación en las actividades recreativas que se realizó. Asistieron solos al centro de rehabilitación. Manifestaron no sentir temor al incorporarse a las actividades. Participaron en las actividades que se desarrollan en su comunidad. Ocho de ellos se incorporaron al trabajo.

Conclusiones: Se favoreció la reincorporación a la sociedad del adulto mayor con infarto agudo del miocardio en pacientes de la Sala de Rehabilitación "Pedro Díaz Coello" del municipio Holguín.

Palabras Claves: infarto agudo del miocardio, actividades recreativas.

TÍTULO: EVALUACIÓN DE LA CAPACIDAD FUNCIONAL EN ADULTO MAYOR PORTADOR DE HIPERTENSION ARTERIAL EN EL CONSULTORIO “BABINEY”.

Autores:

Dr. Juan Pablo Castillo Pérez
Doctor en Medicina General
Especialista de primer Grado en Medicina del Deporte
Master en Control Médico del Entrenamiento Deportivo
Investigador Agregado

DrC. Víctor M Cabrera Oliva
Investigador Titular

Modalidad: Poster

RESUMEN

La capacidad funcional es un parámetro importante en la evaluación del estado de salud y de la calidad de vida en el adulto mayor portador de hipertensión arterial. El objetivo es determinar la capacidad física de trabajo en adultos mayores portadores de hipertensión arterial esencial que pertenecen al consultorio médico de comunidad de Babiney.

La hipertensión arterial (HTA) es una enfermedad crónica con alta prevalencia mundial. El adulto mayor aun cuando tenga alguna enfermedad crónica, si es un ser social, funcional e intelectualmente activo, puede considerarse sano; muchos de estos pacientes logran reducciones significativas de su presión arterial con la actividad física sistemática.

En esta investigación se realizó la prueba de la marcha de seis minutos para evaluar la capacidad funcional, en la misma se determinó la distancia recorrida que permita identificar la respuesta cardiocirculatoria de los pacientes portadores de hipertensión arterial esencial en la comunidad. Estudio prospectivo, descriptivo de corte longitudinal, en el periodo de noviembre 2013 a abril 2015. El Universo estuvo integrado por 37 adultos mayores hipertensos. Las principales variables estudiadas fueron Frecuencia cardíaca, frecuencia respiratoria, Tensión arterial (en reposo y terminado la prueba), escala de Borg, la distancia recorrida y Consumo de Oxígeno. Se determina el valor promedio y desviación estándar para cada variable empleada. Conclusión: Los adultos mayores presentan una marcada disminución en la capacidad funcional en ambos sexos, el mismo pudiera utilizarse como un indicador de la calidad de vida.

Palabras Claves

Hipertensión arterial, Actividad física, Capacidad funcional, Adulto mayor

TÍTULO: INCIDENCIA DE LESIONES EN MUCOSA ORAL POR USO DE PRÓTESIS ESTOMATOLÓGICA EN EXATLETAS DE LA HABANA.

Autoras:

Dra. O Borrego Ayes, Lic. N Chaviano Suárez,

1- Dra. Odalys Borrego Ayes, Especialista de I grado en Prótesis Estomatológica:
Instituto de Medicina del Deporte: Calle 10 e/. 100 y Perla, Rpto. Embil,
Boyeros. La Habana, Cuba. e-mail: oayes@infomed.sld.cu

2- Lic. Nayamir Chaviano Suárez, Licenciada en Prótesis Estomatológica.
Instituto de Medicina del Deporte: Calle 10 e/. 100 y Perla, Rpto. Embil,
Boyeros. La Habana, Cuba. e-mail: njulian@infomed.sld.cu

Modalidad: Poster.

Resumen

La atención al adulto mayor es una prioridad y un reto para el sistema de salud cubano, por ello el Instituto de Medicina Deportiva brinda atención especializada a los atletas retirados y glorias del deporte de todo el país, dentro de esta se encuentra el servicio de estomatología. Con el objetivo de determinar la incidencia de las lesiones que afectan la mucosa oral de los portadores de prótesis estomatológica, se realizó un estudio descriptivo longitudinal a 512 ex atletas de 60 años y más que acudieron a la consulta de prótesis estomatológica del IMD de La Habana, durante los meses de enero del 2014 a enero del 2015. Se les confeccionó su historia clínica, de las que se tomaron, con previo consentimiento de los pacientes para ser estudiados, las variables en estudio: sexo, edades, incidencia de lesiones en la mucosa oral, tiempo de uso, ajuste e higiene de la prótesis. Estas fueron analizadas y se procesaron utilizando el porcentaje como medida resumen. Se determinó que más de la mitad de los examinados (70,51%) presentaban algún tipo de lesión en la mucosa oral, la zona más afectada fue el paladar y los rebordes alveolares. El sexo más afectado fue el masculino y el grupo de 60 a 69 años. La lesión más frecuente fue la estomatitis subprótesis específicamente en los pacientes con más de 21 años de uso de la prótesis y en las que se encontraron desajustadas o no estaban bien adaptadas a la mucosa base.

Palabras claves: adulto mayor, prótesis estomatológica, deporte, lesiones de la mucosa oral.

TITULO: “EJERCICIOS FÍSICOS PARA EL CONTROL DE LA TENSIÓN ARTERIAL EN ANCIANOS DE UN CÍRCULO DE ABUELOS EN SAN NICOLÁS”

AUTOR:

M. Rodríguez Fuentes.

CEPROMEDE Mayabeque

Presentación: Póster

La actividad física es esencial para la salud de las personas ancianas. El objetivo de la investigación fue determinar la influencia y efectividad de las variantes al programa de ejercicios de hipertensión arterial los cuales están encaminados a propiciar un mejoramiento de la salud de los adultos mayores, obteniéndose como resultado una disminución significativa en las cifras de presión arterial, en el consumo de drogas antihipertensivas, así como mejoría en sus patologías asociadas, teniendo en cuenta la edad, el sexo y otros factores asociados.

Se realizó un estudio de intervención con 40 ancianos hipertensos que se encuentran vinculados al Círculo de Abuelos Alegría de Vivir del Municipio San Nicolás, con un régimen de ejercicios físicos sistemáticos, planificados y controlados, además se analizaron los cambios que ocurrieron en ellos con enfermedad de base hipertensión arterial y con otras patologías asociadas como la obesidad, diabetes, artrosis y cardiopatías. De ellos 30 son del sexo femenino que representa un 75 % y 10 son masculinos para un 25 %.

El seguimiento realizado de control de la presión arterial en el período de un año, se encontró que la frecuencia cardiaca disminuye en reposo y durante el esfuerzo, consiguiéndose que disminuyan los factores de riesgo. Se corroboran resultados positivos en encuestas realizadas a los practicantes, donde el 100 % respondió afirmativamente que las alternativas al programa de hipertensos son válidas para su mejoría en la calidad de vida.

Palabras claves: ancianos, tercera edad, ejercicios físicos, hipertensión arterial

TITULO: LA ACTIVIDAD FISICA EN LA PROMOCIÓN DE SALUD Y CALIDAD DE VIDA

Autor:

S. González Azziz

Dra. Deportóloga Prof. Asistente de Cátedra de Medicina del Deporte-UdelaR.

Médico Especialista en medicina del deporte. Profesora asistente (Grado 2). Ex Referente Consultante Regional en Promoción de Salud para el Programa de Prevención de enfermedades crónicas no transmisibles del Ministerio de Salud Pública de Uruguay, para la Región Centro del País.

e-mail: sofigazziz@hotmail.com

Institución: Cátedra de medicina del ejercicio y deporte, Hospital de Clínicas Dr. Manuel Quintela- Universidad de la República, Avenida Italia sin Número, código postal 11600, Montevideo, Uruguay. e-mail: meddeldeporte@hc.edu.uy

País: Uruguay

Modalidad: Tema libre

Resumen:

La promoción de la salud tiene la finalidad de crear y mantener ambientes sanos y promotores de la salud, garantizando factores de protección a nivel político y comunitario, educando sobre habilidades para la vida y desarrollando estilos y condiciones de vida saludables.

Entender que los hábitos de vida y el lugar donde vivimos son

los mayores determinantes de la salud, es fundamental para destinar esfuerzos que tiendan a mantener y mejorar la misma,

la calidad de vida de las personas, asegurar una longevidad satisfactoria y disminuir los costos en salud pública.

Así como la inactividad Física es uno de los factores de riesgo

más importantes en la determinación de la morbimortalidad por

enfermedades crónicas no transmisibles, la Actividad Física

es uno de los factores protectores más importantes de nuestra salud.

Produce efectos en todo el organismo, brindando protección

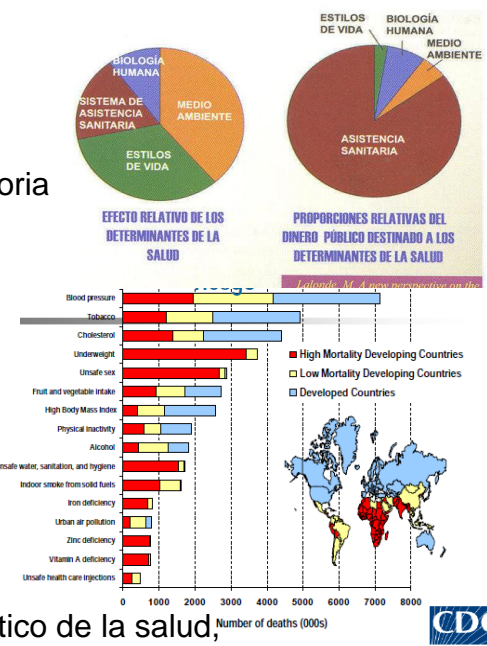
a nivel físico, psicológico y social. Es así que es uno de los pocos

determinantes que actúa en todas las dimensiones del concepto holístico de la salud,

entendida ésta, como el estado de completo bienestar, físico psicológico y social.

Mediante la exposición se busca que el público conozca cómo y dónde hacer promoción de salud, comprenda la importancia de la actividad física en la misma, destacando poblaciones y entornos fundamentales donde promoverla.

Se espera que los asistentes tomen conciencia sobre el impacto que tiene la inactividad física en



TITULO: LA SALUD BUCAL Y LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN LA ADOLESCENCIA

AUTORES:

Liuba Díaz Valdés¹, Raúl Luis Valle Lizama²

Facultad de Ciencias Médicas Sancti Spíritus. Cuba. Email: liubad@infomed.sld.cu
Especialista de 2do grado en Estomatología General Integral. Máster en Urgencias Estomatológicas. Investigador Agregado. Profesor Auxiliar. ¹

Centro Provincial de Medicina Deportiva Sancti Spíritus. Cuba. Email: liubad@infomed.sld.cu
Especialista de 1er grado en Medicina General Integral. Especialista de 1er grado en Medicina del Deporte. Profesor Asistente. ²

Temática: Promoción de Salud

Modalidad: Poster

RESUMEN

La práctica deportiva es una de las causas más frecuentes de lesiones dentales en los adolescentes, del mismo modo que las afecciones bucodentales alteran la salud general y comprometen el rendimiento deportivo de los mismos. El propósito de este trabajo es evaluar un sistema de acciones educativas sobre salud bucodental en los adolescentes que practican deportes. Se realizó un estudio cuasiexperimental con diseño, antes y después, en un ambiente no controlado en el período comprendido de abril a junio del 2014. El universo estuvo constituido por los adolescentes de los deportes de combate de la EIDE Lino Salabarría Pupo de Sancti Spíritus, determinándose una muestra probabilística de 50 estudiantes; utilizándose la observación y la encuesta. El nivel de conocimientos sobre salud bucodental que predominó en los adolescentes que practican deportes, antes de realizar las acciones educativas, fue deficiente con un 56 %. Después de aplicar el sistema de acciones educativas y el plegable predominó el nivel de conocimientos bueno con un 64 %. La labor educativa realizada a través de un sistema de acciones educativas y la aplicación de un plegable fue efectiva ya que influyó positivamente en los adolescentes al elevar su nivel de conocimientos en cuanto a salud bucodental y la práctica deportiva.

Palabras claves: salud bucal, adolescencia, deporte, educación para la salud, conocimiento

TITULO: EVALUACIÓN DE UN PROGRAMA DE EJERCICIO FÍSICO EN PACIENTES SOBREPESOS Y OBESOS DEL CONSEJO POPULAR ALTAHABANA-CAPDEVILA.

Autor:

Y. Torres López.

Instituto de Medicina del Deporte. Cuba

MODALIDAD: Póster

RESUMEN

La obesidad es un problema público principal de salud, asociado a un número de riesgo crónico de enfermedad. El objetivo fue evaluar la influencia de un programa de ejercicios en las pacientes sobrepeso y obesas. Se realizó un estudio cuasi experimental con pacientes que asistieron al área terapéutica Cerro Pelado en el período diciembre 2011 a mayo 2012. El universo de estudio estuvo constituido por 45 pacientes, la muestra quedó conformada por 38 pacientes. Se determinó la composición corporal mediante el Índice de Masa Corporal y el porcentaje de grasa, se identificó la relación entre % de grasa e IMC, se evaluó la capacidad funcional mediante la adaptación cardiovascular al esfuerzo y el máximo consumo de oxígeno ($VO_2máx$) a través del Test de Rockport. Se calcularon medidas de resumen para datos cualitativos (las frecuencias absolutas y los porcentajes) y medidas de resumen para variables cuantitativas (media, la desviación estándar y Chi cuadrado de McNemar para encontrar la significación estadística del estudio). 11 pacientes para un 28.9% presentaron bajo el $VO_2máx$, en más de la mitad fueron evaluadas de promedio con 25 para un 65.8% y 2 pacientes para un 5.3% mejoraron este parámetro siendo bueno, por lo que se evidencia que el programa de ejercicio aplicado mejora la capacidad funcional de las pacientes. Con el programa aplicado mejoró significativamente la capacidad funcional de las pacientes en cuanto a la adaptación cardiovascular al esfuerzo y al $VO_2máx$, también mejoró significativamente la composición corporal y una reducción importante del peso corporal.

Palabras claves: ejercicios físicos, capacidad funcional, $VO_2máx$, obesidad.

la carga de morbi-mortalidad y los costos en salud y se motiven para generar propuestas que implementen la actividad física en la comunidad.

Palabras Claves: Promoción, Salud, Actividad Física, Comunidad.

.

.