LA TERCERA

Fecha: 01/04/2024 Audiencia: 271.020 Sección: ACTUALIDAD
Vpe: $8.521 Tirada: 76.017 Frecuencia: DIARIO
Vpe pág: $9.949 Difusión: 76.017
Vpe portada: $9.949 Ocupación: 85,64%

► El informe, que a nivel local lideró por la U. de la Frontera, arrojó que cerca del 80% de los adolescentes chilenos hacen una hora de actividad física moderada a la semana.

Estudio en 146 países ubica a los adolescentes chilenos entre los más inactivos del mundo

Análisis publicado en Journal of Sport and Health Science, que consideró a casi 1 millón de jóvenes, reveló las preocupantes cifras de actividad física en la población más joven del país y el mundo.

SIGUE ►►

LA TERCERA
Fecha: 01/04/2024 Audiencia: 271.020 Sección: ACTUALIDAD
Vpe: $8.369 Tirada: 76.017 Frecuencia: DIARIO
Vpe pág: $9.949 Difusión: 76.017
Vpe portada: $9.949 Ocupación: 84,12%

► Chile tiene datos comparables a los de Uruguay, Argentina, Perú y Colombia.

SIGUE ►►

Cristina Pérez

Un reciente análisis enfocado en la actividad física juvenil y publicado en el Journal of Sport and Health Science - una de las más importantes revistas mundiales sobre investigaciones de salud y del deporte - situó a los adolescentes chilenos entre los más inactivos a nivel global.

En específico, el informe que incluyó la participación de 146 países y evaluó a 707.616 adolescentes de entre 13 y 17 años - y que a nivel local fue liderado por la Universidad de la Frontera - arrojó que, en general, alrededor del 80% de los adolescentes chilenos realizan una hora o más de actividad física moderada a vigorosa a la semana.

Estudio en 146 países ubica a los adolescentes chilenos entre los más inactivos del mundo

Sin embargo, se destacan diferencias notables entre continentes. En Europa, Asia Central y América del Norte, por ejemplo, la prevalencia supera el 94%, mientras que, en otras regiones, queda por debajo del 77%. Chile en particular se situó en la parte más baja con un 82,6%, ubicándose entre los países más rezagados a nivel global.

A su vez, a nivel sudamericano, Chile tiene datos comparables a los de Uruguay, Argentina, Perú y Colombia, superando a países como Bolivia, Ecuador, Paraguay, Venezuela y Brasil.

"Es preocupante porque vemos que 1 de cada 5 adolescentes chilenos no realiza siquiera una hora de actividad física a la semana. Aunque se han realizado algunos esfuerzos en la última década en términos de políticas, vemos que estos no se han reflejado aún en la actividad física y comportamientos relacionados en niños, adolescentes y jóvenes. Los resultados subrayan que mantener la situación actual es insuficiente para abordar el extendido problema de la inactividad física entre los jóvenes en Chile, enfatizando la urgencia de cambios sustanciales y un enfoque integral para combatir efectivamente esta crisis", sostiene el doctor Nicolás Aguilar de la Universidad de La Frontera, quien lideró esta investigación en Chile.

Aguilar es kinesiólogo, y director del Grupo de Investigación UFRO Actívate y quien además forma parte de la South American Physical Activity and Sedentary Behavior Network (SAPASEN), que se enfoca en analizar patrones de actividad física y comportamiento sedentario en Sudamérica.

"La promoción de la actividad física entre los jóvenes emerge como un imperativo de salud pública, y los resultados de esta investigación proporcionan una base valiosa para futuras intervenciones y políticas en Chile", agrega por su parte el vicerrector de Investigación y Postgrado de UFRO, Rodrigo Navia.

Brechas de género

Otra de las revelaciones del estudio es la persistencia de desigualdades de género en la actividad física juvenil.

En Chile, el 85.5% de los hombres mayores de 14 años alcanzan o superan los 60 minutos de actividad física moderada a vigorosa al menos un día por semana,

Mientras que, en las mujeres adolescentes este número desciende al 77.6%.

A nivel global en tanto, la cifra es de 82.0% en hombres y 75.0% en mujeres. Cifras que subrayan la importancia de implementar intervenciones efectivas para abordar las desigualdades de género en la actividad física juvenil.

"Estas desigualdades en la actividad física pueden tener implicaciones a largo plazo para la salud de las adolescentes. Es esencial abordar las barreras específicas que enfrentan las mujeres y fomentar un entorno propicio para su participación activa", concluye el investigador UFRO. ●