



## Póster

# PO409. ACTIVIDAD FÍSICA PREGESTACIONAL Y DURANTE EL EMBARAZO EN MUJERES DEL ÁREA METROPOLITANA DE CARACAS. ESTUDIO PILOTO 'VIVA VENEZUELA'

*Vanessa Castro, Marianella Herrera<sup>2</sup>, Karina Mangia<sup>3</sup>, Rodmar Rodríguez<sup>4</sup>, Rania Kawan<sup>5</sup>, Jorge Hernández-Rojas, Matthew W. Gillman<sup>6</sup>*

<sup>1</sup> Universidad Central de Venezuela, Escuela de Antropología. <sup>2</sup> Universidad Central de Venezuela, Centro de Estudios del Desarrollo (CENDES). <sup>3</sup> Departamento de Nutrición, Dirección de Salud, Alcaldía de Sucre, Venezuela. <sup>4</sup> Alcaldía de Municipio Sucre, Venezuela. <sup>5</sup> Departamento de Nutrición, Dirección de Salud, Alcaldía de Sucre, Venezuela. <sup>6</sup> Harvard Medical School.

La actividad física es un elemento protector de la salud y durante el embarazo no es una excepción. Se plantea explorar los hábitos de actividad física en la mujer, antes y durante el embarazo. Se realizó un estudio retrospectivo, descriptivo y observacional durante los años 2013 y 2014, en el Municipio Sucre, Caracas, Venezuela. La muestra fue de 173 embarazadas, de éstas en 114 se registró la actividad física. Se aplicó la versión corta del cuestionario internacional de actividad física (IPAQ), se tomó el peso y la talla y se obtuvo la estratificación socioeconómica por el método Graffar-Méndez Castellano. La distribución por estrato socioeconómico fue la siguiente: 66,5% pertenecían al estrato medio bajo (ESE IV); 28,9% a los estratos medio y medio alto (ESE II y III) y 2,9% al estrato bajo (ESE V). Se reportó alto nivel de sedentarismo antes y durante el embarazo (64,04% y 78,95% respectivamente) y una asociación significativa entre la actividad física de intensidad vigorosa y el nivel educativo de la madre, ( $p < 0.05$ ,  $R = -.185$ ), seguido de un gradiente acorde entre niveles educativos y mayor intensidad de la actividad física; la actividad realizada con mayor frecuencia fue caminar. También se reportó asociación significativa entre el IMC pre-gestacional y la actividad física vigorosa pregestacional ( $p = 0.015$ ,  $R = -.198$ ). El nivel educativo en este grupo de embarazadas es determinante en la intensidad de la actividad física, por lo que en las políticas públicas orientadas a la promoción de la actividad física debería incorporarse el componente educativo como estrategia para alcanzar una mejor salud y bienestar.



Archivos Latinoamericanos de Nutrición  
Revista de la Sociedad Latinoamericana de Nutrición  
ISSN: 0004-0622 - Depósito Legal: pp199602DF83

Centro Seguros La Paz, piso 4, Oficina E-41C, sector La California,  
Avenida Francisco de Miranda, Municipio Sucre, Caracas, Venezuela.

Desarrollado por

