

Estilos de vida y actividad física factores influyentes en la recuperación por Covid-19 en trabajadores de una universidad en Colombia

Mariana Alzate Soto⁽¹⁾, *Ivonne Sofía Salcedo Castro*⁽²⁾, *Nelson Rolando Campos Guzmán*⁽³⁾,
Nancy Yaneth Portela Escandon⁽⁴⁾

¹Enfermera, Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales. Bogotá. Colombia.

²Enfermera, Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales. Bogotá. Colombia.

³Enfermero MSc en epidemiología. Docente asociado. Facultad Ciencias de la salud Programa de Enfermería; Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales. Bogotá. Colombia.

⁴Enfermera, especialista en seguridad y salud en el trabajo. Docente Facultad Ciencias de la salud Programa de Enfermería; Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales. Bogotá. Colombia.

Correspondencia:

Nancy Yaneth Portela Escandon

Dirección: Calle 222 No 55-37, 111051, Bogotá, Colombia

Correo electrónico: nportela@udca.edu.co

La cita de este artículo es: Mariana Alzate Soto et al. Estilos de vida y actividad física factores influyentes en la recuperación por Covid-19 en trabajadores de una universidad en Colombia. Rev Asoc Esp Esp Med Trab 2023; 32(3): 220-230

RESUMEN.

Introducción: Diversos estudios se han desarrollado para determinar el tiempo de recuperación por COVID-19, encontrándose que es dependiente de ciertos factores.

Objetivo: Identificar la influencia que tiene el estilo de vida y la actividad física en la recuperación de los funcionarios de una institución universitaria infectados por COVID-19.

Materiales y Metodo: Estudio descriptivo, transversal, incluyo 63 funcionarios a los cuales se les realizó valoración física mediante la bioimpedancia con el cuestionario IPAQ, estilos de vida saludables apoyados del cuestionario FANTASTICO.

LIFESTYLES AND PHYSICAL ACTIVITY INFLUENTIAL FACTORS IN THE RECOVERY FROM COVID-19 IN WORKERS OF A UNIVERSITY IN COLOMBIA

ABSTRACT

Introduction: Various studies have been developed to determine the recovery time for COVID-19, finding that it is dependent on certain factors.

Objective: To identify the influence of lifestyle and physical activity on the recovery of employees of a university institution infected by COVID-19.

Resultados: Según el IPAQ el 15,87% de los funcionarios presentan actividad física alta; 76% de los funcionarios requirieron aislamiento en casa. De aquellos funcionarios que necesitaron manejo médico el 80% presentaron obesidad $p:(0.074)$.

Conclusión: La mayoría de la población que mantiene un peso saludable y un estilo de vida fantástico, lo cual se asocia a que llevar estilos de vida saludables disminuye el impacto de la infección por COVID-19.

Palabras Claves: COVID-19; recuperación; factores de riesgo; estilos de vida; actividad física.

Materials and Method: Descriptive, cross-sectional study, included 63 officials who underwent physical assessment using bioimpedance with the IPAQ questionnaire, healthy lifestyles supported by the FANTASTICO questionnaire.

Results: According to the IPAQ, 15.87% of the employees present high physical activity; 76% of the officials required isolation at home. Of those officials who required medical management, 80% presented obesity $p:(0.074)$.

Conclusion: The majority of the population that maintains a healthy weight and a fantastic lifestyle, which is associated with the fact that leading healthy lifestyles decreases the impact of the COVID-19 infection.

Keywords: COVID-19; Recovery; Risk Factors; Lifestyles; Physical Activity and Clinical Management.

Fecha de recepción: 17 de febrero de 2023

Fecha de aceptación: 12 de septiembre de 2023
