Gac Sanit. 2025;39(S2):508

Gaceta Sanitaria

https://www.gacetasanitaria.org

# 268 - GÉNERO, HOGAR Y SU RELACIÓN CON ACT FÍSICA/SEDENTARISMO EN ADULTOS EN CONFINAMIENTO POR COVID-19

*J. Vanegas-López, R. Guzmán-Vanegas, G. Marzuca-Nassr, C. Muñoz-Poblete, G. Quiroz-Sandoval, A. Orellana-Uribe, S. Dubó, I. Sepúlveda-Carra, J. Márquez, et al.*

*Universidad de Santiago, Facultad de Ciencias Médicas; Universidad de los Andes, Facultad de Medicina; Universidad de la Frontera, Facultad de Medicina; Universidad Arturo Prat, Facultad de Ciencias de la Salud; Universidad de las Américas, Escuela de Kinesiología; Universidad de Concepción, Facultad de Medicina; Universidad de Antofagasta.*

## Resumen

Antecedentes/Objetivos: La pandemia de COVID-19 provocó respuestas de salud pública sin precedentes en todo el mundo. Los confinamientos fueron la estrategia principal para contener la transmisión del virus. Si bien fue necesarias, estas medidas han tenido impacto influyendo en conductas, en particular la actividad física y los hábitos sedentarios. Dada la variada intensidades y duraciones de los confinamientos en diferentes regiones, evaluar estos impactos es esencial. La baja actividad no solo ha impactado físicamente sino también en salud mental como el estrés laboral, la ansiedad y la depresión. objetivo: La pandemia de COVID-19 provocó varios confinamientos de intensidad, lo que afectó a los estilos de vida a nivel mundial. Este estudio investiga el impacto del confinamiento parcial frente al total en la actividad física y el comportamiento sedentario de los adultos.

Métodos: Se realizó una encuesta transversal en línea de abril a octubre de 2020, con 493 participantes incluidos en el análisis.

Resultados: El análisis no reveló diferencias significativas en la actividad física total o el tiempo total sentado entre los escenarios de confinamiento parcial y total. Sin embargo, la actividad física moderada disminuyó significativamente durante los confinamientos totales, con reducciones más pronunciadas entre las mujeres que entre los hombres. En particular, se encontró una correlación positiva entre el área del hogar y la actividad física moderada, lo que sugiere que los espacios habitables más grandes pueden fomentar una mayor actividad física. Se observó una correlación negativa entre el tiempo sentado y la actividad física moderada durante ambos tipos de confinamiento.

Conclusiones/Recomendaciones: Las condiciones de confinamiento total se asociaron con una disminución significativa de la actividad física moderada, lo que pone de manifiesto las disparidades de género en las respuestas a la actividad física. El tamaño del espacio habitable surgió como un factor crucial para mantener los niveles de actividad física durante condiciones restringidas. Este estudio enfatiza la necesidad de considerar los factores ambientales y demográficos en las estrategias de salud pública durante períodos prolongados de movimiento restringido.

0213-9111 © 2025 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados