

ÍNDICE DE MASA CORPORAL Y HáBITOS DE VIDA EN POBLACIÓN VERATA DE PRIMER CICLO DE SECUNDARIA.

María Victoria Béjar, Ángel Ismael Pérez, Diana Ramos (Estudiantes de 2ºESO) y César Andrade (Profesor Coordinador).
Departamento de Educación Física del I.E.S.Jaranda de Jarandilla de la Vera (Cáceres)

INTRODUCCIÓN: El objetivo del presente estudio es describir, de forma simple, algunos de los hábitos de vida de la población de primer ciclo de secundaria del IES.Jaranda de Jarandilla de la Vera así como analizar la relación existente entre el Índice de Masa Corporal de los sujetos estudiados y la percepción que tienen de su propio físico.



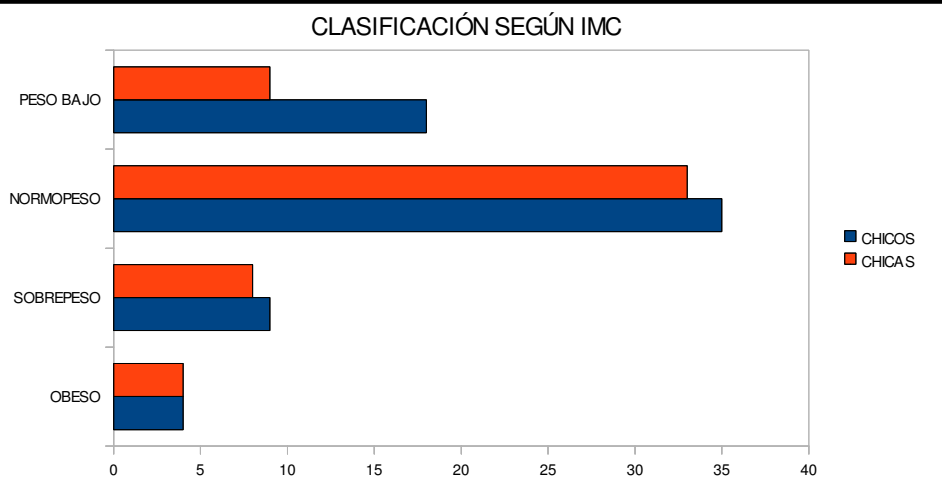
MÉTODO Y MATERIALES: Para la recogida de datos cualitativos se emplean encuestas pasadas durante las clases de Educación Física mientras que para la toma de datos cuantitativos se ha utilizado una báscula electrónica debidamente calibrada y una cinta métrica de fibra de vidrio. Se considera que la precisión del instrumental empleado es adecuado para este estudio. Se emplea el paquete estadístico SPSS 15.0 para procesar los datos recopilados.



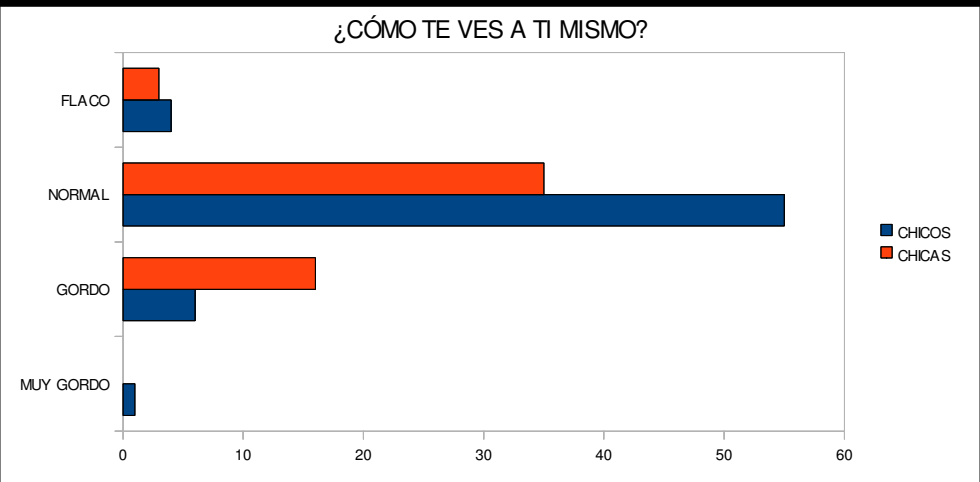
DESCRIPCIÓN DE LA MUESTRA: El estudio se ha realizado con una población de 120 sujetos de los cuales 59 cursan 1ºESO y 61 2ºESO. En cuanto al género un 55% son chicos y un 45% son chicas. Las edades van de los 12 a los 15 años.

RESULTADOS: En los gráficos y tablas que aparecen a continuación detallamos algunos de los datos más relevantes obtenidos en el estudio.

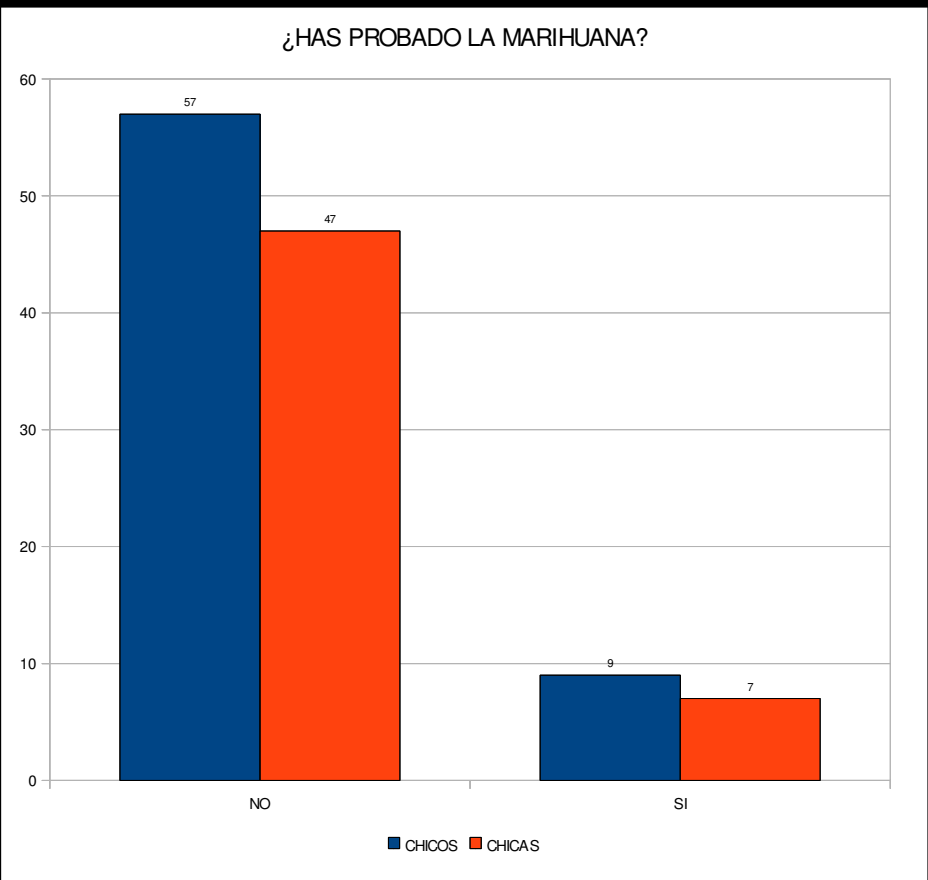
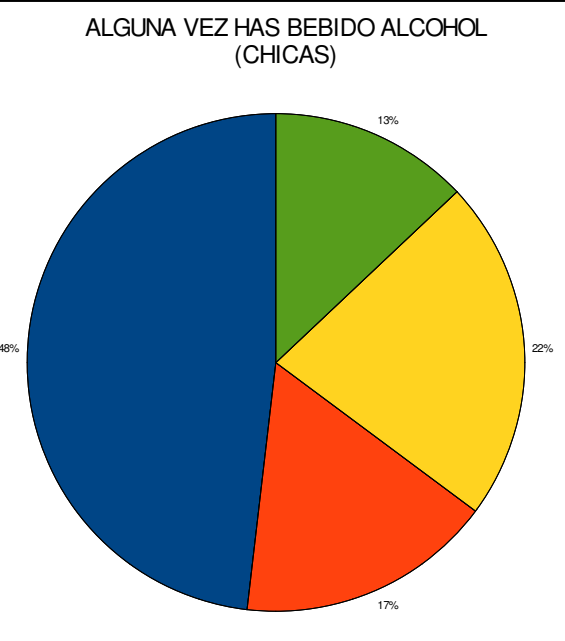
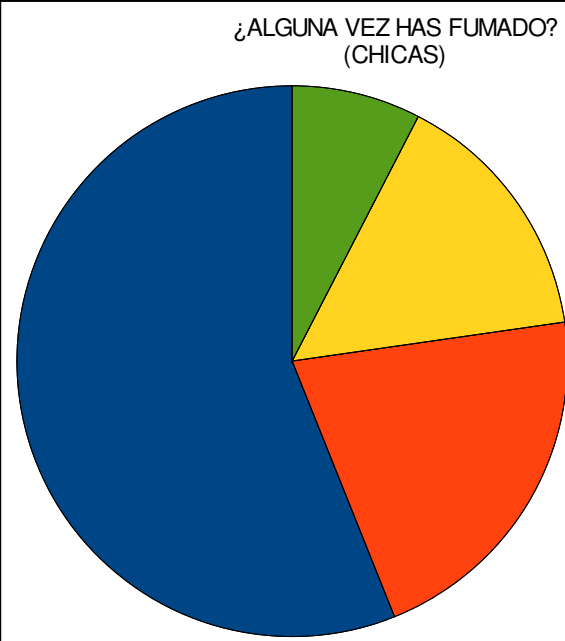
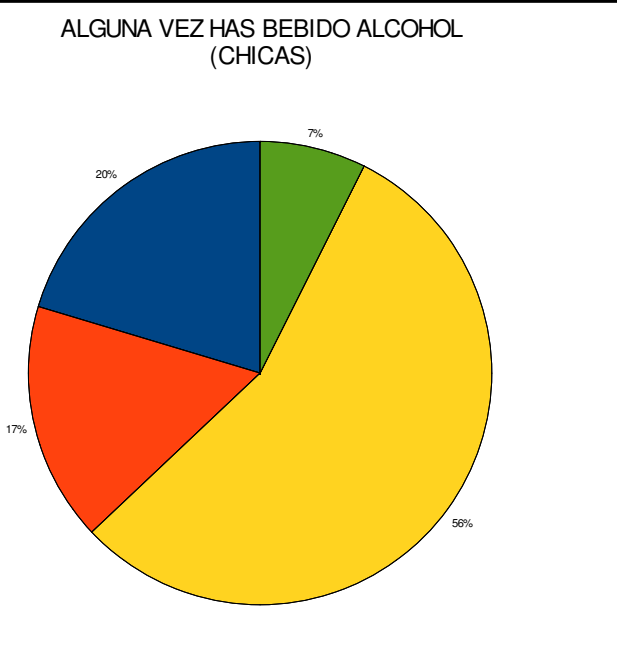
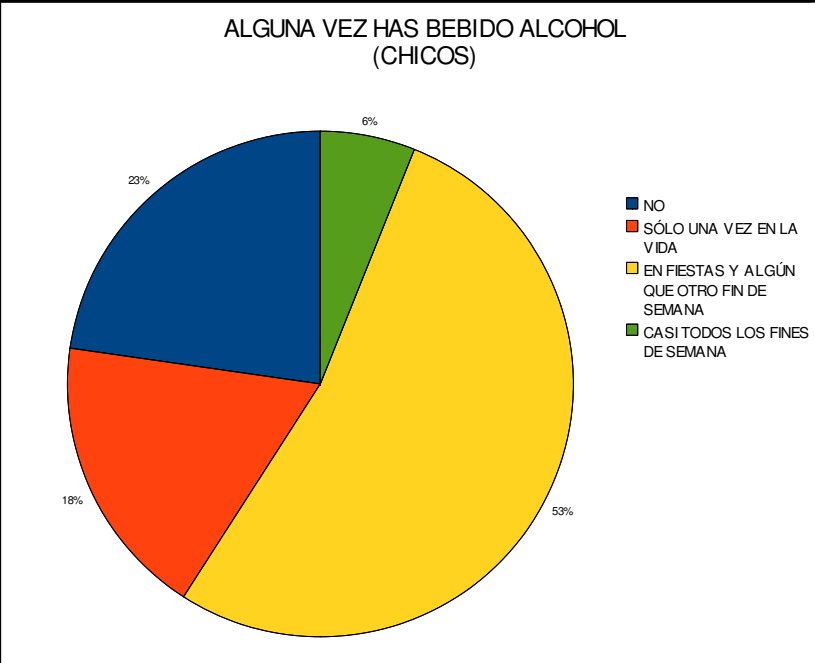
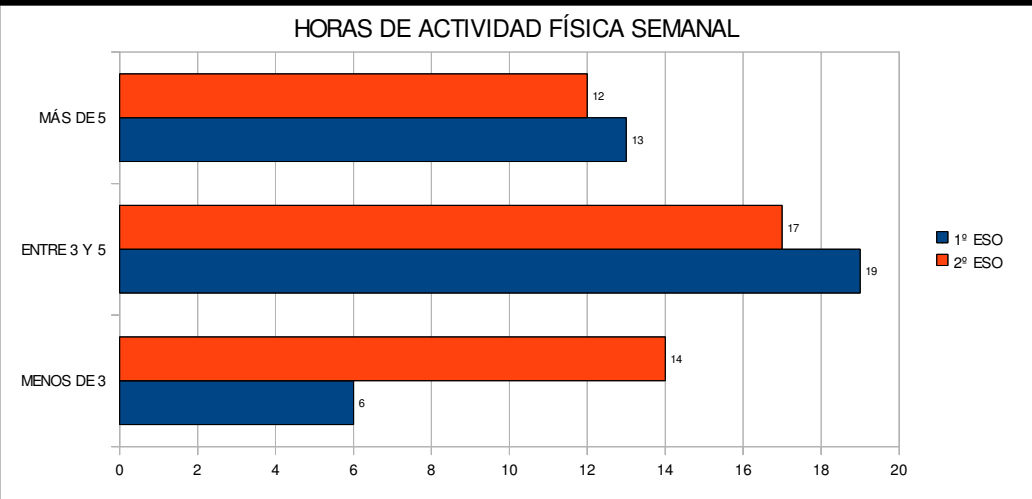
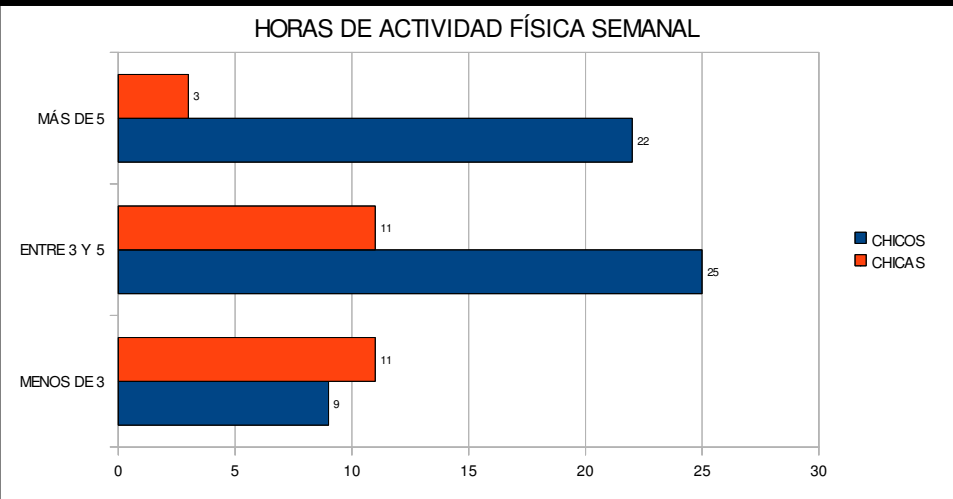
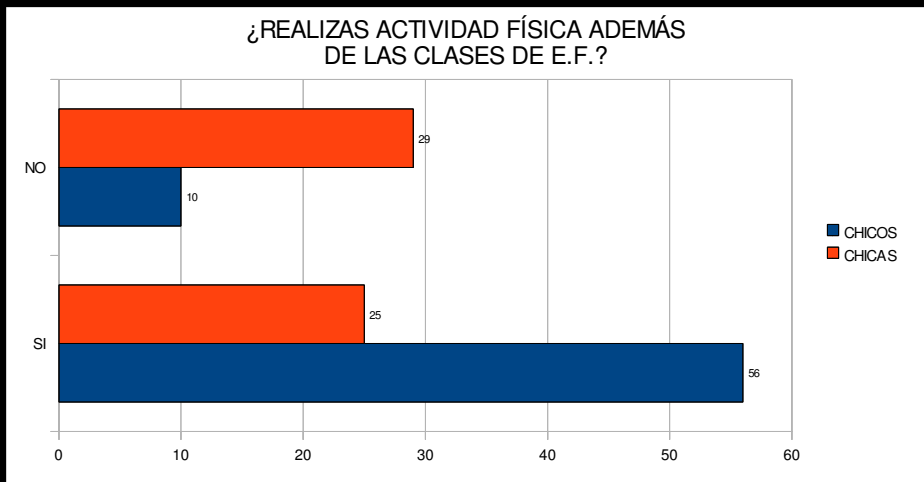
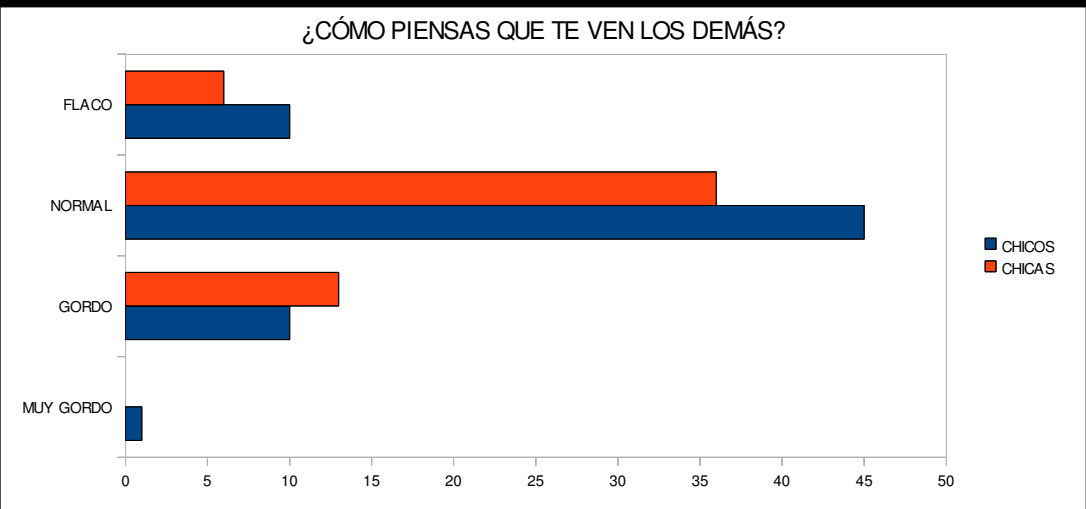
IMC	CHICOS	CHICAS
OBESO	4	4
SOBREPESO	9	8
NORMOPESO	35	33
PESO BAJO	18	9



AUTOPERCEPCIÓN	CHICOS	CHICAS
MUY GORDO	1	0
GORDO	6	16
NORMAL	55	35
FLACO	4	3



CÓMO ME VEN LOS DEMÁS	CHICOS	CHICAS
MUY GORDO	1	0
GORDO	10	13
NORMAL	45	36
FLACO	10	6



CONCLUSIONES: Según los datos presentados podríamos afirmar que la población verata de primer ciclo de secundaria no parece estar en riesgo de sufrir a corto plazo un sobrepeso preocupante. No obstante podemos decir que la imagen de normalidad que perciben algunos sujetos no se corresponde con la realidad ya que hay un porcentaje importante de encuestados tanto con sobrepeso como con Índice de Masa Corporal por debajo del recomendado por la Organización Mundial de la Salud. En cuanto a los hábitos de vida saludables podemos indicar que cabría esperar un mayor nivel de actividad física semanal. La falta de actividad física se incrementa en la población femenina y hay una reducción significativa a medida que los encuestados pasan de 1º a 2º de ESO. Finalmente, cabe destacar unos preocupantes hábitos de vida perjudiciales para la salud con un temprano acercamiento a drogas como el alcohol, tabaco y marihuana.