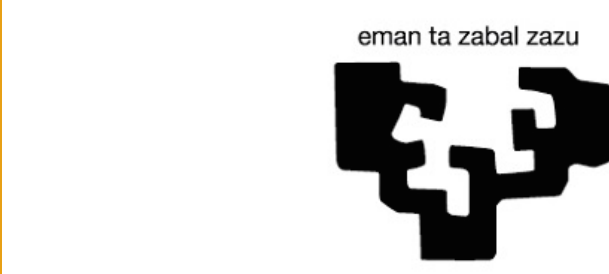
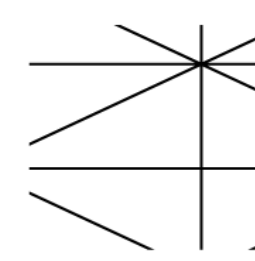


UPV/EHUko I. Doktorego Jardunaldiak I Jornadas Doctorales de la UPV/EHU

Elkarrekin ikertuz
Investigando en comunidad

2016ko uztailaren 11n eta 12an
Bizkaia Aretoa - Bilbao
11 y 12 de Julio de 2016



Universidad
del País Vasco

Euskal Herriko
Unibertsitatea

MDe

Master eta Doktorego Eskola
Escuela de Máster y Doctorado
Master and Doctoral School



GORPUTZAREKIKO ATSEKABE, JARDUERA FISIKO, PORTAERA SEDENTARIO ETA ANTROPOMETRIAKO ADIERAZLEEN ARTEKO ASOZIAZIOA EUSKAL HERRIKO UNIBERTSITATEKO IKASLEENGAN

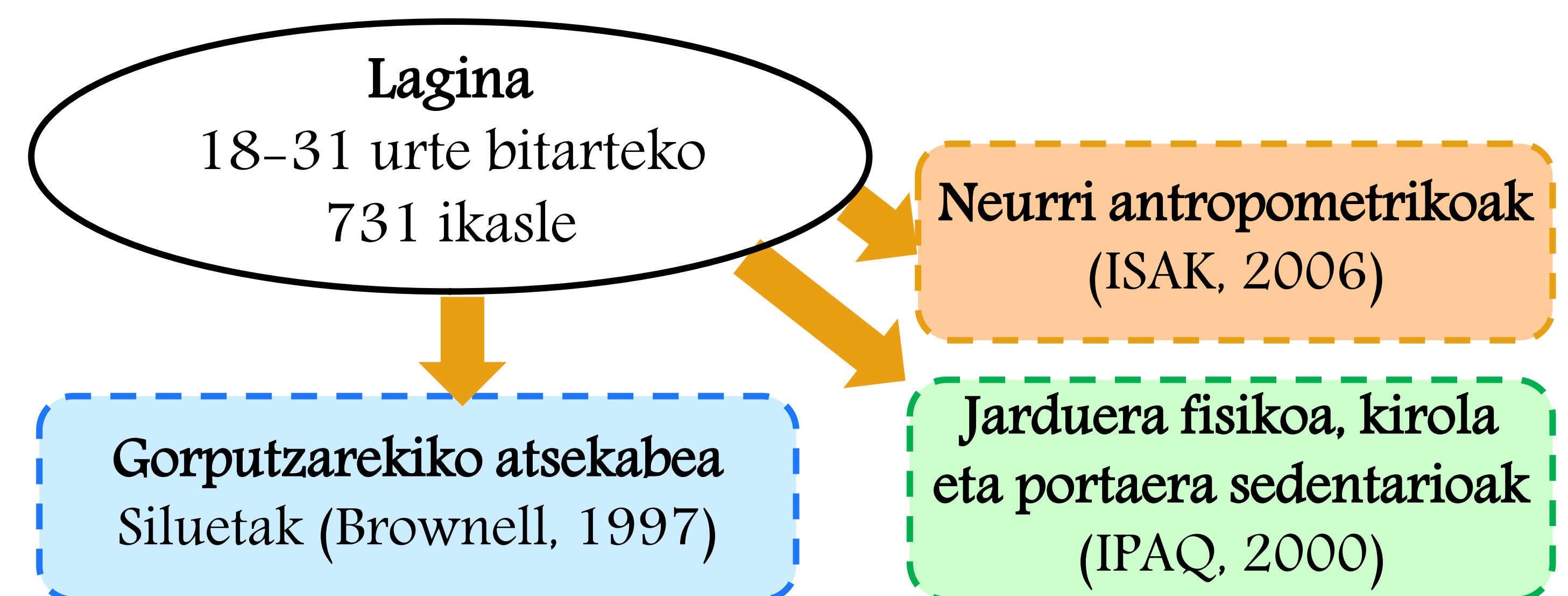
Telleria-Aramburu N¹, Garaizabal M¹, Rebato-Ochoa E², Rocandio A¹, Arroyo-Izaga M¹

¹Farmazia eta Elikagaien Zientziak Saila, Farmazia Fakultatea; Euskal Herriko Unibertsitatea, UPV/EHU; Unibertsitateko Ibilbidea, 7, 01006, Vitoria-Gasteiz ²Genetika, Antropologia Fisikoa eta Animalia Fisiologia Saila, Zientzia eta Teknologia Fakultatea, Euskal Herriko Unibertsitatea, UPV/EHU; Sarriena auzoa, z/g 48940 Leioa – Bizkaia

SARRERA

- Jarduera fisikoaren eta portaera sedentarioen eraginak gorputzarekiko atsekabeen ez daude argi. Bestalde, erlazio hauetan antropometriako adierazleek bere eragina izan dezakete.
- Helburua:** Gorputzarekiko atsekabearen prebalentzia eta honek jarduera fisiko, portaera sedentario eta antropometriako adierazleekin daukan erlazioa ikertzea, Euskal Herriko Unibertsitateko (UPV/EHU) ikasle lagin adierazgarri batean.

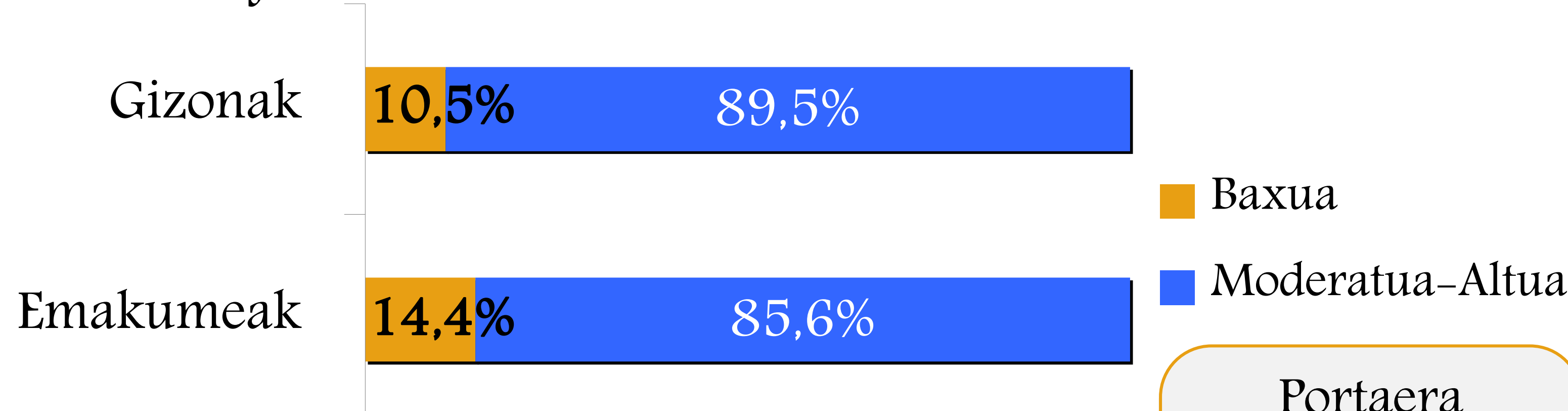
METODOLOGIA



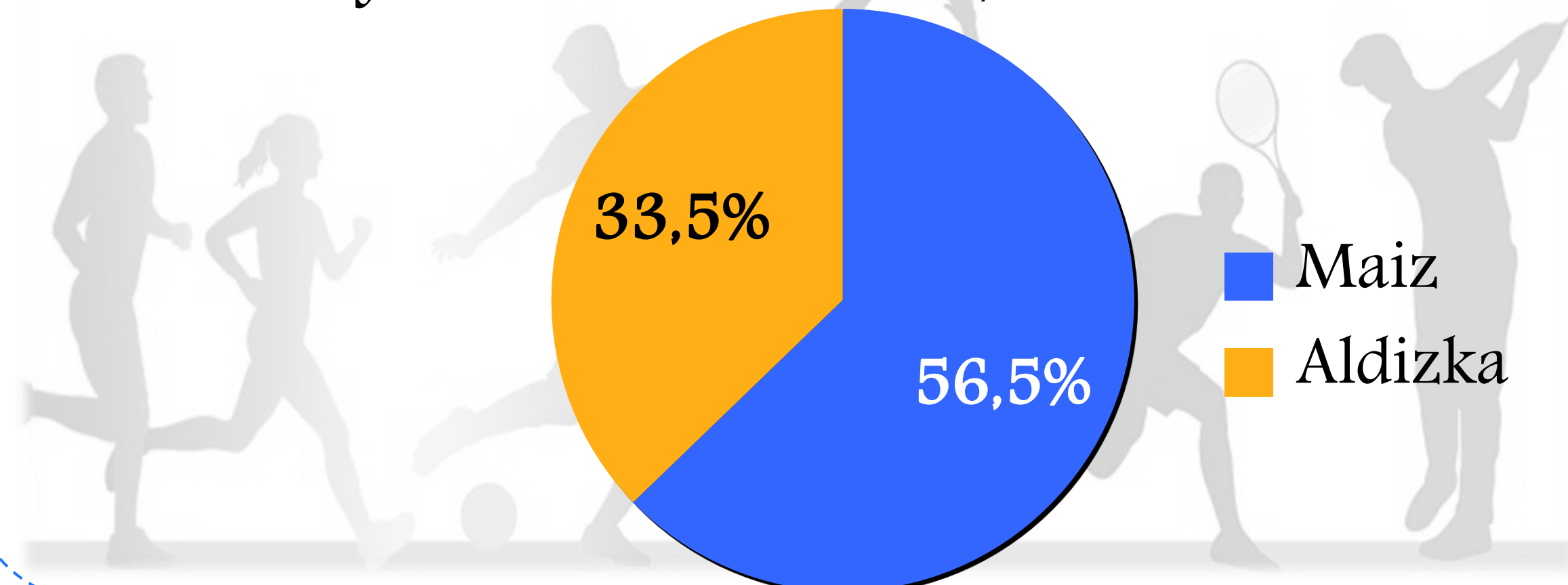
- Analisi estatistikoa: SPSS 22.0 bertsioa.

EMAITZAK

1. Irudia Jarduera fisikoaren maila

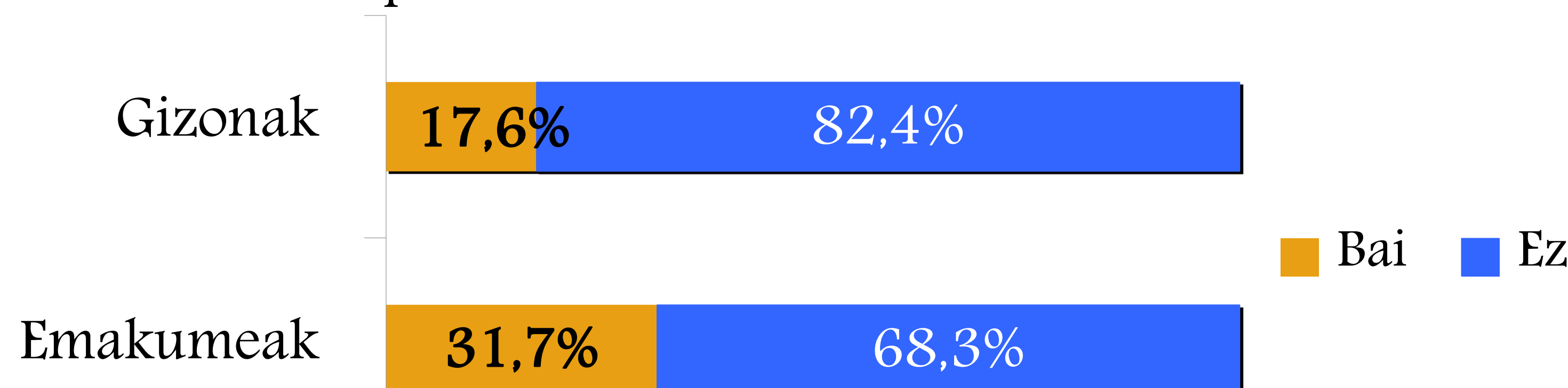


2. Irudia Jarduera fisikoa edo/eta kirola



Portaera
sedentarioetan
batez bestekoa:
6,9 ordu

3. Irudia Gorputzarekiko atsekabea



4. Irudia Erregresio analisiak

Gorputz gantza	OR(KT %95) 1,04(1,01-1,08) <6 ordu (erref.)	Portaera sedentarioak (>6 ordu)
Gorputz masaren indizea	0,90(0,83-0,99) Ez (erref.)	Jarduera fisikoa edo/eta kirola (Bai)
Gantzik gabeko gorputz masaren indizea	1,34(1,13-1,58) Maila baxua (erref.)	Jarduera fisikoaren maila (Maila altua)
Gorputzarekiko atsekabea	2,08(1,12-3,87) Ez arrisku (erref.)	Portaera sedentarioak (>6,6 ordu)
	OR,odd ratio; KT, konfiantza-tartea	Gerria/aldaka indizea (Arrisku baloreak)
	5,95(3,60-9,83) Gizonak (erref.)	Sexua (Emakumeak)

KONKLUSIOAK

- Jarduera fisikoa eta portaera sedentarioak erlazionatuta daude antropometriako adierazleekin, eta hauek, aldi berean, gorputzarekiko atsekabeen eragina daukate.
- Jarduera fisikoak gorputzarekiko gogobetetzearekin erlaziozirik ez daukala dirudien arren, portaera sedentarioek badaukate bere eragina atsekabe honetan. Hori dela eta, jarduera fisikoa areagotzea eta portaera sedentarioak murriztea helburu izango lukeen estrategiak hainbat onura izango lituzke unibertsitateko ikasleen osasunean.

Erreferentziak: Marfell-Jones et al. International Standards for Anthropometric Assessment. ISAK, International Society for the Advancement of Kinanthropometry, 2006; International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) – Short Form. IPAQ group, 2000; Brownell. Weight Cycling questionnaire. In: Sachiko T, ed. Obesity assessment: tools, methods, interpretations (a reference case: the RENO diet-heart study). New York: Chapman & Hall; 1997.

Kontaktua.
marta.arroyo@ehu.es
www.biomics.es

Eskerrak. Ikerketa hau UPV/EHU-ko EHU12/24 eta UPV 00101.125-15283/2003 babestutako ikerketa-proiektuen barnean kokatzen da, eta UPV/EHU Euskara eta Eleaniztasuneko Errektoreordetzaren diru-laguntza bati esker gauzatu da (Tesia Euskaraz egiteko Doktorego aurreko Ikertzaileak prestatzeko kontratazioa, 2015eko deialdia).