

Valoración de componentes de la salud física

Proyecto de Acción Social ED-3160 / Escuela de Educación Física y Deportes

EDUFI Escuela de
Educación Física y Deportes

CIMOHU
Centro de Investigación en
Ciencias del Movimiento Humano

Unidad Académica: Centro de Investigación en Ciencias del Movimiento Humano (CIMOHU), Escuela de Educación Física y Deportes.

Investigadora:
Dra. Yamileth Chacón
Araya
yamileth.chacon@ucr.ac.cr



Este proyecto de Extensión Docente de la Escuela de Educación Física y Deportes (EDUFI) de la Facultad de Educación brinda a la comunidad los **servicios de medición y evaluación de componentes de la salud física asociados a factores de riesgo para enfermedades cardiovasculares** presentes en la población costarricense con o sin hábitos de actividad física.

Las mediciones se realizan en el laboratorio

del Centro de Investigación en Ciencias del Movimiento Humano (CIMOHU), con equipo de alta tecnología.

Se ofrecen pruebas de Densitometría Osea, con tres exámenes específicos, a un costo accesible:

- Cuerpo total
- Columna apendicular
- Fémur dual

Beneficios

Este proyecto beneficia a población adulta y joven, deportista, físicamente activa o sedentaria, al brindarles datos médicos que les permite conocer cuánta grasa y músculo tiene su cuerpo y la densidad de sus huesos, toda esta información es fundamental para medidas preventivas o tratamientos médicos relacionados con la salud cardiovascular.

Se destaca en particular el impacto en la salud femenina, ya que conocer el estado de salud de los huesos es necesario principalmente después de la menopausia.

Al mismo tiempo, este proyecto favorece los procesos de enseñanza aprendizaje en la docencia, investigación y acción social al permitir a la comunidad universitaria acceso a tecnología e investigación multidisciplinaria única en la región.

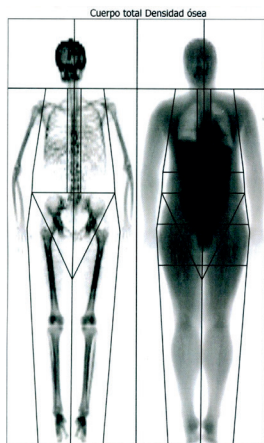


Imagen ilustrativa

Aportes e impacto

Se distingue puntualmente los siguientes aportes:

1. La población puede realizarse pruebas especializadas a un costo accesible; dirigido a la población con o sin hábitos de actividad física, e incluso en deportistas.
2. Tiene un impacto en la salud pública, al ofrecer pruebas que permiten registrar los valores de una serie de componentes de la salud física relacionados con los riesgos de padecer enfermedades cardiovasculares (ECV) en una población adulta heterogénea, útil para su manejo cuantitativo y cualitativo posterior.
3. Estos exámenes facilitan el monitoreo individual de interés del público que acude al servicio de las pruebas ofrecidas. Los datos obtenidos impactan en la detección de condiciones de salud como Osteopenia y condiciones más severas como Osteoporosis.
4. Complementa los procesos investigativos del CIMOHU y EDUFI, mediante las pruebas con Técnica DXA; las pruebas ofrecen información del porcentaje de grasa y la densidad mineral ósea aspectos fundamentales para la salud y rendimiento físico en diferentes poblaciones.



Fotografía de sitio web UCR: Dispositivo del CIMOHU con el cual puede realizarse la prueba de densitometría ósea. Pocos establecimientos médicos cuentan con este equipo en el país. Cristian Araya Badilla

Impacto Social

Mediante este proyecto, la Universidad de Costa Rica y la Escuela de Educación Física y Deportes de la Facultad de Educación, brindan opciones accesibles e inciden en la CALIDAD DE VIDA de la población y por ende el desarrollo de la sociedad costarricense al ofrecer exámenes de alta calidad que pueden facilitar un abordaje preventivo o médico de ciertas condiciones de salud, según sea necesario.

Créditos:

Dirección: Dra. Guiselle M. Garbanzo Vargas, Decana Facultad de Educación

Producción y diagramación: M.T.E. Karol Ríos Cortés, Comunicadora Facultad de Educación