

XV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXX Jornadas de Investigación. XIX Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. V Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional V Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2023.

# La evaluación de la actividad física: reflexiones desde la experiencia de investigación con adolescentes.

Leonardelli, Eduardo, Murawski, Brenda María, Lopez, Julieta y Salaberry, Paula.

Cita:

Leonardelli, Eduardo, Murawski, Brenda María, Lopez, Julieta y Salaberry, Paula (2023). *La evaluación de la actividad física: reflexiones desde la experiencia de investigación con adolescentes*. XV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXX Jornadas de Investigación. XIX Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. V Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional V Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-009/640>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/ebes/AfC>

*Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.*

# LA EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA: REFLEXIONES DESDE LA EXPERIENCIA DE INVESTIGACIÓN CON ADOLESCENTES

Leonardelli, Eduardo; Murawski, Brenda María; Lopez, Julieta; Salaberry, Paula  
Universidad de Buenos Aires. Facultad de Psicología. Buenos Aires, Argentina.

## RESUMEN

La actividad física (AF) es todo movimiento que realiza el ser humano que genera un gasto de energía (Organización Mundial de la Salud, 2022). La AF es objeto de múltiples investigaciones dada su asociación empírica con el bienestar y la calidad de vida. También ha probado ser un factor de prevención y de gestión positiva de enfermedades no transmisibles. Dada su importancia, se han diseñado múltiples instrumentos para medirla, desde enfoques subjetivos y objetivos. El estado del arte señala limitaciones en la medición subjetiva de la AF. Consistentemente, los autores, en diversos proyectos UBACYT y PICT, registran inconvenientes empíricos al evaluar la AF en adolescentes escolarizados mediante cuestionarios de auto-informe: omisiones y valores extremos o inverosímiles. Ellos nacerían de la dificultad para identificar el tipo de AF realizada y para calcular su duración en las unidades de tiempo propuestas (horas/minutos, diarios/semanales). Por otra parte, también se sugiere la posibilidad de sesgos de auto-presentación y la falla de comprensión de las consignas. Se ha intentado mejorar la validez de los cuestionarios incluyendo imágenes para aumentar la comprensión. La alternativa de métodos objetivos (podometría y acelerometría) también ha enfrentado limitaciones (costo y aplicabilidad) que en la actualidad podrían superar las tecnologías inteligentes.

### Palabras clave

Actividad física - Ejercicio físico - Sedentarismo - Técnicas objetivas

## ABSTRACT

PHYSICAL ACTIVITY ASSESSMENT: REFLECTIONS FROM RESEARCHING EXPERIENCE WITH ADOLESCENTS

Physical activity (PA) is any movement made by the human being that generates an expenditure of energy (Organización Mundial de la Salud, 2022). PA has been a subject of multiple investigations given its association with well-being and quality of life. PA has also been proved as a prevention and positive management factor for non-transmissible diseases. Consequently, multiple instruments have been designed to measure it with subjective and objective techniques. The experience reported by the literature shows certain limitations in the subjective measurement of PA. Consistently, the authors participating in several UBACYT and PICT projects have empirical drawbacks when evaluating PA in schooled adolescents through self-report questionnaires: omissions and extreme or implausible values. The limitations were due to the difficulty to identify the PA's type and to calculate its duration in different amounts of time (hours or minutes, day or per week). On the other hand, it also suggests the possibility of biases and failures of understanding of the slogans. Different research teams tried to improve the validity of the questionnaires including pictures to increase understanding. Also there are objective methods (podometry and accelerometry) they show limitations to (cost and applicability). Actually, breaks through a more accessible alternative: digital solutions.

### Keywords

Physical activity - Physical exercise - Sedentary lifestyle - Objective techniques

## BIBLIOGRAFÍA

Organización Mundial de la Salud - OMS (2022). *Actividad física*. <https://bit.ly/3PLX4aM>