

# El nivel de sedentarismo en nueve ciudades colombianas: análisis de clúster

José A. Vidarte Claros<sup>1</sup>, Consuelo Vélez Álvarez<sup>1</sup>, José H. Parra Sánchez<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universidad Autónoma de Manizales, Colombia. <sup>2</sup>Universidad Nacional de Colombia sede Manizales.

**Recibido:** 11.06.2015

**Aceptado:** 16.11.2015

## Resumen

**Objetivo:** Establecer el nivel de Sedentarismo en la población, de 18 y 60 años de edad, de nueve ciudades de Colombia. **Materiales y métodos:** Estudio descriptivo – correlacional con análisis multivariado. Muestra 4.383 personas de 18 a 60 años de las ciudades de Manizales, Pereira, Montería, Armenia, Sincelejo, Medellín, Bogotá, Neiva y Tunja. Técnica de Selección de la Muestra: Probabilística, K sistemática. Se aplicó el test de sedentarismo de Perez- Rojas. Variables analizadas: Género, edad, estado civil, escolaridad, IMC y Actividad Física.

**Resultados:** El 53,4% fueron hombres, con una media de edad de  $35,5 \pm 12,9$  años, estudios secundarios y/o universitarios en un 57,2% y un IMC cuya media fue de  $24,5 \text{ Kg/m}^2 \pm 3,9 \text{ Kg/m}^2$ . El dendograma mostró 2 grupos, activos y sedentarios; El grupo de activos residían en un 73% en Popayán, Bogotá, Medellín, Sincelejo y Armenia., entre los 18 y 24 años de edad, predominan los hombres, con IMC normal, realizaban ejercicio, con tiempo de práctica entre 30 y 60 minutos y tres veces a la semana. Los sedentarios eran el 27%, de las ciudades de Pereira, Neiva y Manizales. mayores de 35 años, predominantemente mujeres, solteras, no practican ningún nivel de actividad física, y presentan sobrepeso.

**Conclusiones:** El sedentarismo es un problema generalizado en las nueve ciudades estudiadas, se establecieron dos clases, en la clase sedentaria se destaca ser mujer, mayor de 35 años, tener sobrepeso y no realizar actividad física.

## Palabras clave:

Movimiento. Adulto.  
Índice de masa corporal.  
Estilo de vida sedentario.

## Sedentary lifestyle level in nine cities of Colombia: cluster analysis

### Summary

**Objective:** To set the level of sedentary lifestyle in the population between 18 and 60 years of age in nine cities of Colombia. **Materials and methods:** Descriptive correlational study with multivariate analysis. The sample was collected with 4,383 people between 18 and 60 years of age in the cities of Manizales, Pereira, Montería, Armenia, Sincelejo, Medellín, Bogotá, Neiva and Tunja. Sample selection technique: Probabilistic and K systematic. The sedentary lifestyle test by Perez-Rojas was applied. Variables analyzed: genre, age, marital status, schooling, BMI and physical activity.

**Results:** From the total sample, 53.4% were men with an average age of  $35.5 \pm 12.9$ , 57.2% with High School and/or university studies and their average BMI was  $24.5 \text{ Kg/m}^2 \pm 3.9 \text{ Kg/m}^2$ . The dendrogram showed two groups: active and sedentary. From the active group, 73% lived in Popayan, Bogotá, Medellín, Sincelejo and Armenia, they were between 18 and 24 years of age, men were predominant with normal BMI who exercised between 30 and 60 minutes three times per week. The sedentary groups was 27% of the population from the cities of Pereira, Neiva and Manizales, 35 years and older, predominantly women, single who did not practice any physical activity and were overweight.

**Conclusions:** A sedentary lifestyle is a widespread problem in the nine cities studied. Two groups were established and in the sedentary group female over 35, overweight and not being physically active stand.

## Key words:

Motion. Adult.  
Body mass index.  
Sedentary lifestyle.

**Correspondencia:** Consuelo Vélez Álvarez

E-mail: cva@autonoma.edu.co