

“EVALUACIÓN CARDIOVASCULAR PARA ACTIVIDAD DE ALTO IMPACTO”

Autores: D’Alessandro, Silvana Giselle (sildalessa26@gmail.com); Greatti, Eliana Ethel (elianagreatti@uncaus.edu.ar).

Universidad Nacional del Chaco Austral - Comandante Fernández 755 – CP 3700 –
Tel:(54)364- 44420137 - Presidencia Roque Sáenz Peña, Chaco – Argentina.

INTRODUCCION

El ejercicio físico desarrollado en los gimnasios es un factor determinante en los niveles de salud, que afecta directa e indirectamente al bienestar físico, psíquico y social de quienes lo practican regularmente; en la mayoría de los casos no es estructurado específicamente para cada individuo, hecho limitante dado que no existe un único tipo de ejercicio físico que responda universalmente a todas las circunstancias. Los gimnasios se han convertido en una gran alternativa para realizar ejercicio físico, además de un hábito saludable es una salida positiva a la minimización de la motricidad que arrojan los avances tecnológicos. Y aunque el ejercicio físico posea gran popularidad al ser orientado en un alto porcentaje a la estética, convirtiéndose en una panacea cosmética, se excluyen dentro de los gimnasios una valoración apropiada para su realización, su adecuada prescripción, control y variabilidad permanente.

Objetivo: Generar conciencia del riesgo cardiovascular de las personas que concurren a gimnasios que practican crossfit en Pcia. Roque Sáenz Peña.

MATERIALES Y METODOS

En el mes de mayo se llevó a cabo la recolección de datos y el contacto directo con el gimnasio de crossfit Cross Power – Box, ubicado la calle Superiora Palmira N° 660 en Pcia. Roque Sáenz Peña en donde se lleva a cabo el proyecto de extensión. Se envía a través de recursos tecnológicos la implementación de una encuesta orientada al deporte y riesgo cardiovascular para obtener diversos parámetros.

RESULTADOS

Se cierran los gimnasios debido a las medidas de seguridad del Covid – 19. Por lo tanto el proyecto se encuentra con el inconveniente de poder realizar las encuestas semiestructuradas de forma presencial.

No se logra obtener datos específicos debido a que los alumnos que participan en el proyecto viven en otras localidades. No tenemos acceso a presenciar las clases de crossfit para sus respectivas evaluaciones.

Nos encontramos con limitaciones prácticas para llevar adelante el proyecto. No admiten el aglomerado de personas en los gimnasios.

CONCLUSIONES

Los resultados no fueron obtenidos debido a las limitaciones que presenta la situación actual