

---

## EFFECTOS DE UN PROGRAMA DE INTERVENCIÓN DEPORTIVA, SOBRE EL NIVEL DE ACTIVIDAD FÍSICA EN LA JORNADA ESCOLAR: ESTUDIO EDI

Effects of a sports intervention program, on the level of physical activity at the school day: edi study

---

### RESUMEN DE PONENCIA

Fernando Rodríguez-Rodríguez, Carlos Cristi-Montero; José Castro-Piñero<sup>1</sup>(fernando.rodriguez@pucv.cl)  
<sup>1</sup>Escuela de Educación Física, Pontificia Universidad Católica de Valparaíso.

#### Resumen

**Objetivo:** comparar el nivel de AF diario de un grupo de niños participantes del programa de intervención escolar “escuelas deportivas integrales” (EDI), vs. un grupo sin intervención.

**Metodología:** muestra aleatorizada de 154 escolares de un total de 2.531 participantes de las EDI., de este grupo se obtuvo un muestreo probabilístico estratificado proporcionado, por cada una de las 8 regiones del país elegidas (Antofagasta, Coquimbo, Valparaíso, Metropolitana, O’higgins, BioBio, Araucanía y Los Lagos), obteniendo un total de 70 participantes aleatorizados (51 niños y 19 niñas) entre 7 y 11 años. Sumado a esto, se incorporó una muestra control de 84 participantes por conveniencia (49 niños y 35 niñas), ambos grupos de escuelas públicas vulnerables. Para el registro del peso corporal se usó una balanza digital marca *Tanita HD314*. Para la estatura se utilizó un tallímetro portátil marca *Seca 213*. Se evaluó el nivel de actividad física (NAF) mediante acelerómetros triaxiales de *Actigraph modelo wGTX3BT*. El uso del acelerómetro fue en el lado derecho entre la cadera y la cintura, debiendo ser portado durante al menos 8 h/día, de manera continuada en la jornada escolar, con rango horario de entre las 8:00 h a 16:00 h. **Resultados:** el 50% de los niños del grupo intervenido cumple con las recomendaciones de (Actividad Física Moderada/Vigorosa) AFMV y solo el 22.7% de los niños del grupo no intervenido. En el primer recreo, el tiempo de AFMV es el doble en el grupo no intervendo ( $p<0.001$ ). Durante la sesión de intervención, el tiempo sedentario es mayor en el grupo no intervenido y el nivel de actividad física es mayor en el grupo intervenido ( $p<0.001$ ). La hora del almuerzo se identificó con un mayor nivel de AF sin diferencia entre grupos. Los pasos/h del grupo intervenido en el horario de las 10 h son más altos, donde comienza la sesión de intervención, la cual es más del doble ( $p<0.001$ ). **Conclusiones:** el programa de intervención EDI, permite cumplir las recomendaciones diarias de AF moderada/vigorosa, en un 50% en comparación al 34% que expone el Reporte de notas de Chile. **Palabras claves:** intervención deportiva, nivel de actividad física, jornada escolar.

## **Abstract**

**Objective:** to compare the level of daily AF of a group of children participating in the school intervention program "comprehensive sports schools" (EDI), vs. a group without intervention.

**Methodology:** randomized sample of 154 schoolchildren from a total of 2,531 EDI participants. From this group a stratified probability sampling was obtained, for each of the 8 regions of the country chosen (Antofagasta, Coquimbo, Valparaíso, Metropolitana, O`higgins, BioBio, Araucanía and Los Lagos), obtaining a total of 70 randomized participants (51 children and 19 girls) between 7 and 11 years old. Added to this, a control sample of 84 participants was incorporated for convenience (49 boys and 35 girls), both groups of vulnerable public schools. To register the body weight, a Tanita HD314 digital scale was used. A portable stadiometer, brand Seca 213, was used for the height. The physical activity level (NAF) was evaluated using Actigraph triaxial accelerometers model wGTX3BT. The use of the accelerometer was on the right side between the hip and the waist, having to be carried for at least 8 h / day, continuously during the school day, with a time schedule between 8:00 a.m. to 4:00 p.m. Results: 50% of the children in the intervention group comply with the recommendations of (Moderate / Vigorous Physical Activity) AFMV and only 22.7% of the children in the non-operated group. In the first recess, the AFMV time is double in the non-intervening group ( $p < 0.001$ ). During the intervention session, sedentary time is greater in the non-operated group and the level of physical activity is higher in the group operated ( $p < 0.001$ ). Lunchtime was identified with a higher level of FA without difference between groups. The steps / h of the group operated at 10 o'clock are higher, where the intervention session begins, which is more than double ( $p < 0.001$ ). **Conclusions:** the intervention program EDI, allows to meet the daily recommendations of moderate / vigorous AF, by 50% compared to 34% exposed by the Report of notes from Chile. **Key words:** sports intervention, physical activity level, school day.