

VII Congreso Nacional de Enfermería Militar

“Valoración de la resistencia cardíaca al esfuerzo en militares de una Base Aérea Española con diferentes niveles de actividad física”

Base Aérea de Albacete

San Fernando, mayo de 2010





Autores:

Cap Antonio Gómez Molina

MPTM M^a Teresa Hernández Diana

Cap José V. Campos Calatayud

Cap Francisco Jiménez Quereda

TCol Julio A. Carbayo Herencia



INTRODUCCIÓN Y OBJETIVOS:

El personal de las Fuerzas Armadas debe tener una forma física adecuada, no obstante hay destinos que requieren una exigencia en la forma física más alta que otros.

Nos propusimos valorar si los destinos que requieren mayor exigencia física presentan una mejor resistencia cardíaca al esfuerzo que aquellos con menor exigencia.



DISEÑO

Estudio observacional, transversal y analítico.



MÉTODOS (1)

Se clasificó a los participantes, MPTM destinados en la Base Aérea de Albacete, en dos grupos: A) los destinados en la Policía Aérea y Contraincendios como destino de exigencia de actividad física alta y B) los destinados en Oficinas y Otros como actividad más sedentaria.



MÉTODOS (2)

La resistencia cardíaca al esfuerzo se valoró con la prueba de *Ruffier-Dickson*. Los resultados de la misma se obtuvieron midiendo la frecuencia cardíaca en reposo (F1), la frecuencia cardíaca tras concluir 30 flexiones de rodillas realizadas entre 30 y 45 segundos (F2) y la frecuencia cardíaca después de un minuto en reposo (F3).

Después se aplicó la fórmula:

$$RD = ((F1+F2+F3) - 200) / 10$$



MÉTODOS (3)

La valoración de los resultados es como sigue:

< 0:	Excelente.
0 - 5:	Muy Bueno.
5 - 10:	Bueno.
10 - 15:	Bajo.
> 15:	Insuficiente.



MÉTODOS ESTADÍSTICOS:

- Las variables cualitativas se expresan en porcentaje y las cuantitativas como media y desviación estándar (DE).
- En la comparación medias se utilizó la prueba *t de Student* para grupos independientes (previa comprobación de la homogeneidad de variancias con la prueba de *Levene*) o su equivalente no paramétrica (*U de Mann Withney*) si las condiciones de normalidad no se cumplían.
- El nivel máximo de error alfa se fijó en igual o menor del 5 %.

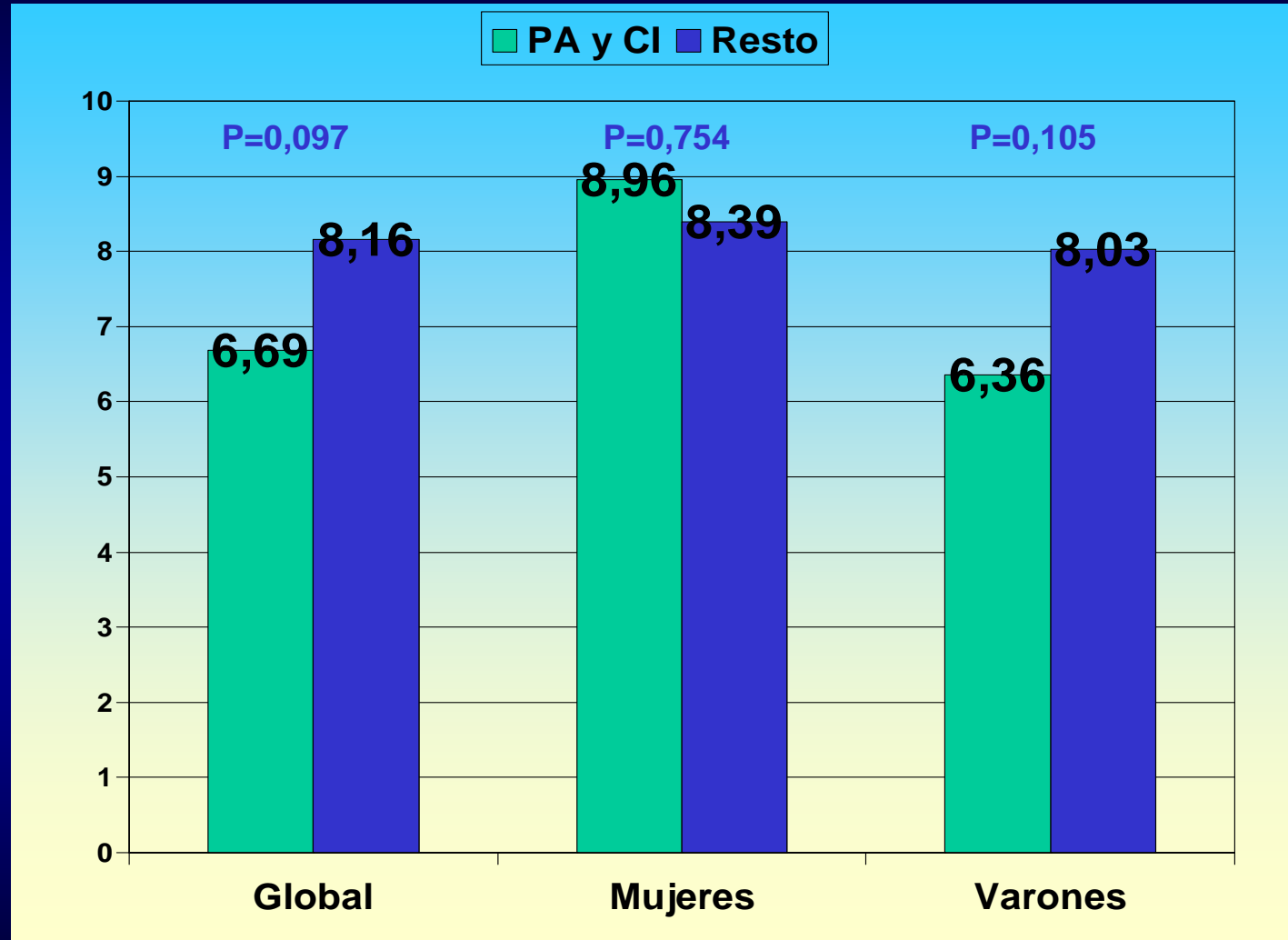


RESULTADOS (1)

Participaron 87 individuos, 22 mujeres (25,3%) y 65 varones (74,7%), con una media global de 25,3 años (DE=3,0).



Valores del índice de Ruffier-Dickson, tanto de modo global como diferenciado por sexos.



Global: PA y CI: n=40; Resto: n=47
Mujeres: PA y CI: n=5; Resto: n=17
Varones: PA y CI: n=35; Resto: n=30.



CONCLUSIONES

La resistencia cardíaca al esfuerzo fue mejor en el grupo de mayor actividad física, a expensas de los varones, no de las mujeres, sin alcanzar niveles de significación estadística.





Gracias por su atención

