



El deporte
es de todos

Mindeporte

Curso de Políticas,
Programas para la Promoción de
Hábitos y Estilos de Vida Saludable



**Dra. Olga
Lucia
Sarmiento**

Ponencia:

Patrones de actividad física y tiempo
excesivo frente a pantallas en la
población Colombiana: ENSIN 2015



El deporte
es de todos

Mindeporte

Curso de Políticas y
Programas para la Promoción de
Hábitos y Estilos de Vida Saludable



**Dr. Alberto
Flórez
Pregonero**

Ponencia:

Patrones de actividad física y tiempo
excesivo frente a pantallas en la
población Colombiana: ENSIN 2015



El deporte
es de todos

Mindeporte

Curso de Políticas y
Programas para la Promoción de
Hábitos y Estilos de Vida Saludable



**Dr. Camilo
Andrés
Triana
Reyes**

Ponencia:

Patrones de actividad física y tiempo
excesivo frente a pantallas en la
población Colombiana: ENSIN 2015



El deporte
es de todos

Mindeporte

Curso de Políticas y
Programas para la Promoción de
Hábitos y Estilos de Vida Saludable



**Dr. Hansel
Joseph Mora
Ochoa**

Ponencia:

Patrones de actividad física y tiempo
excesivo frente a pantallas en la
población Colombiana: ENSIN 2015



El deporte
es de todos

Mindeporte

Curso de Políticas y
Programas para la Promoción de
Hábitos y Estilos de Vida Saludable



**Dr. Carlos
Mauricio
Mejía
Arbeláez**

Ponencia:

Patrones de actividad física y tiempo
excesivo frente a pantallas en la
población Colombiana: ENSIN 2015

Encuesta Nacional
de la Situación Nutricional

ENSIN
—2015

NIVELES DE ACTIVIDAD FÍSICA Y TIEMPO EXCESIVO FRENTE A PANTALLAS DE LOS COLOMBIANOS POR CURSO DE VIDA

VIII Curso de Políticas y Programas para la Promoción de Hábitos
y Estilos de Vida Saludable

Olga L. Sarmiento, Alberto Flórez, Camilo A. Triana, Hansel Mora,
Carlos Mauricio Mejía



El deporte
es de todos

Mindeporte



Pontificia Universidad
JAVERIANA
Colombia



Universidad de
los Andes

Facultad
de Medicina

15
años

EpiAndes
Grupo de Epidemiología de
la Universidad de los Andes

OBJETIVOS

- Analizar la **situación alimentaria y nutricional** de la población colombiana enmarcada en el modelo de **determinantes sociales** definidos para la ENSIN 2015, como insumo para la formulación, seguimiento y reorientación de políticas públicas de seguridad alimentaria y nutricional para Colombia.
- Evaluar los niveles de actividad física, y comportamientos sedentarios de niñ@s, adolescentes, adultos y gestantes de Colombia para la formulación y seguimiento de las políticas públicas.

METODOLOGÍA

Universo constituido por la población civil, no institucionalizada, de las zonas urbanas y rurales de 1.122 municipios de 32 departamentos de Colombia.



Amazonia y Orinoquia

Amazonas, Arauca, Casanare, Guainía, Guaviare, Putumayo, Vaupés, Vichada

Atlántica

La Guajira, Cesar, Magdalena, Barranquilla A.M., Atlántico sin Barranquilla, San Andrés, Bolívar Norte, Bolívar Sur, Córdoba y Sucre

Central

Medellín A.M., Antioquia, Caldas, Quindío, Risaralda, Caquetá, Huila, Tolima

Oriental

Santander, Norte de Santander, Boyacá, Cundinamarca, Meta

Pacífica

Cali A.M., Valle sin Litoral, Cauca sin Litoral, Nariño sin Litoral, Chocó, Valle Litoral, Cauca Litoral, Nariño Litoral

Bogotá D.C.

Encuesta poblacional con muestreo probabilístico, de conglomerados y polietápico.
Universo y observación: hogares y sus integrantes (0 a 64 años).

MUESTRAS POR CURSO DE VIDA PARA COMPONENTE DE ACTIVIDAD FÍSICA Y COMPORTAMIENTOS SEDENTARIOS

- Pre-escolares: 4,352 niñ@s
- Escolares: 5,333 niñ@s
- Adolescentes: 6,773 niñ@s
- Adultos: 17,939 individuos
- Gestantes adultas: 906 mujeres

“TESTING”

1. Por favor ingresar a [WWW.MENTI.COM](https://www.menti.com)
2. Ingrese por favor el código proporcionado.



Mentimeter

Please enter the code

228005

Submit

The code is found on the screen in front of you

Ingrese código aquí

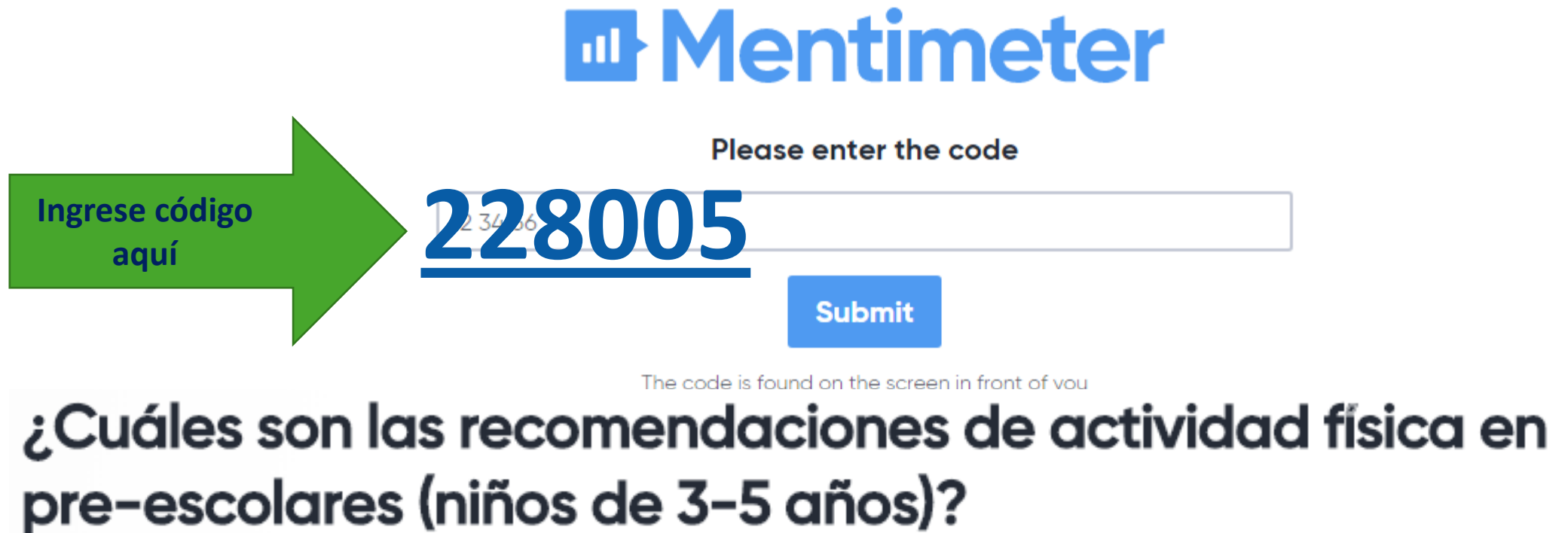
¿De qué región de Colombia viene usted?

ACTIVIDAD FÍSICA PRE-ESCOLARES

Población colombiana de 3 a 5 años

“TESTING”

1. Por favor ingresar a [WWW.MENTI.COM](https://www.menti.com)
2. Ingrese por favor el código proporcionado.



The image shows a screenshot of the Mentimeter website. At the top, the Mentimeter logo is displayed in blue. Below the logo, the text "Please enter the code" is shown. A large green arrow points to a text input field containing the code "228005". The code is underlined. Below the input field is a blue "Submit" button. At the bottom of the screenshot, the poll question is displayed: "¿Cuáles son las recomendaciones de actividad física en pre-escolares (niños de 3-5 años)?"

Mentimeter

Please enter the code

Ingrese código aquí

228005

Submit

The code is found on the screen in front of you

¿Cuáles son las recomendaciones de actividad física en pre-escolares (niños de 3-5 años)?

POBLACIÓN DE PRE-ESCOLARES

Recomendaciones de actividad física



Pre-escolares

(niño@s entre 3-5 años)

180 minutos
diarios de
actividad física
como mínimo

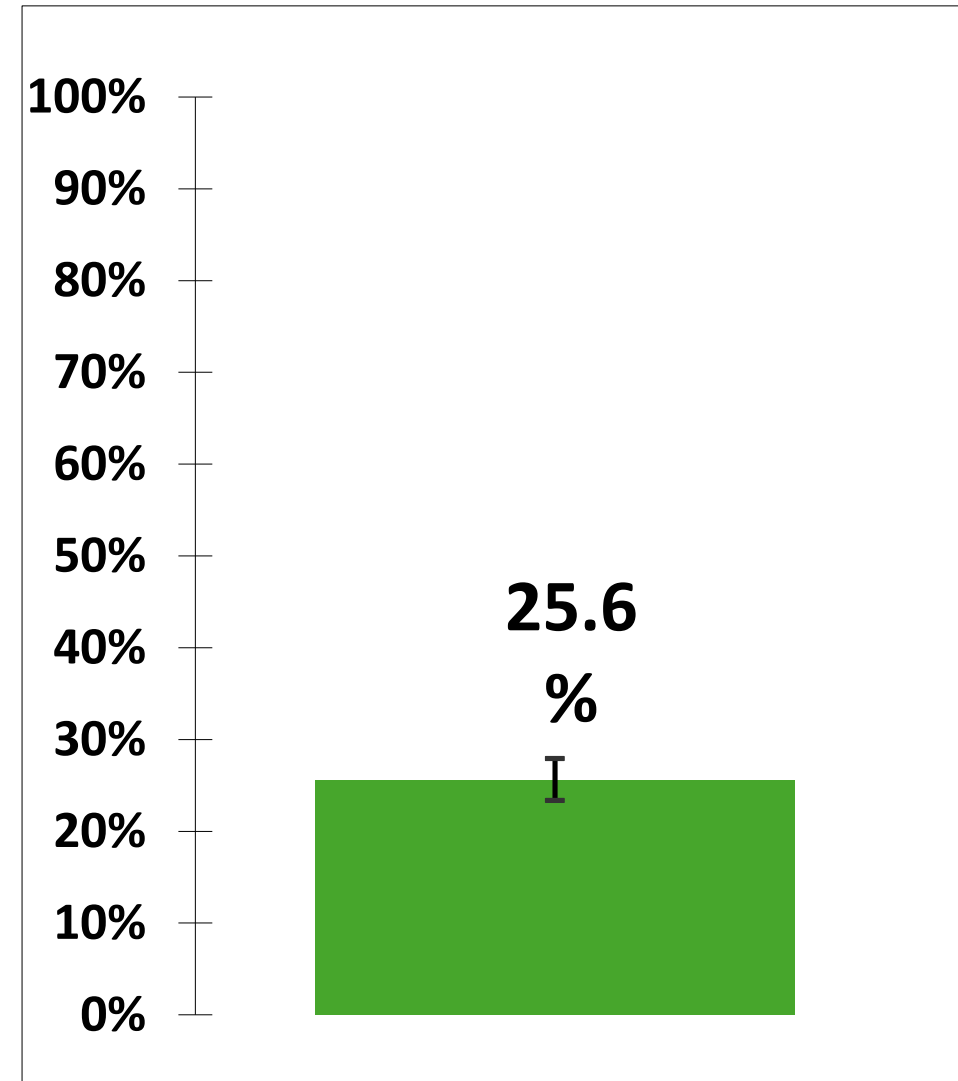
De cualquier intensidad, incluyendo juego activo

PREVALENCIA DE CUMPLIR LAS RECOMENDACIONES DE ACTIVIDAD FÍSICA EN LA POBLACIÓN DE 3-5 AÑOS

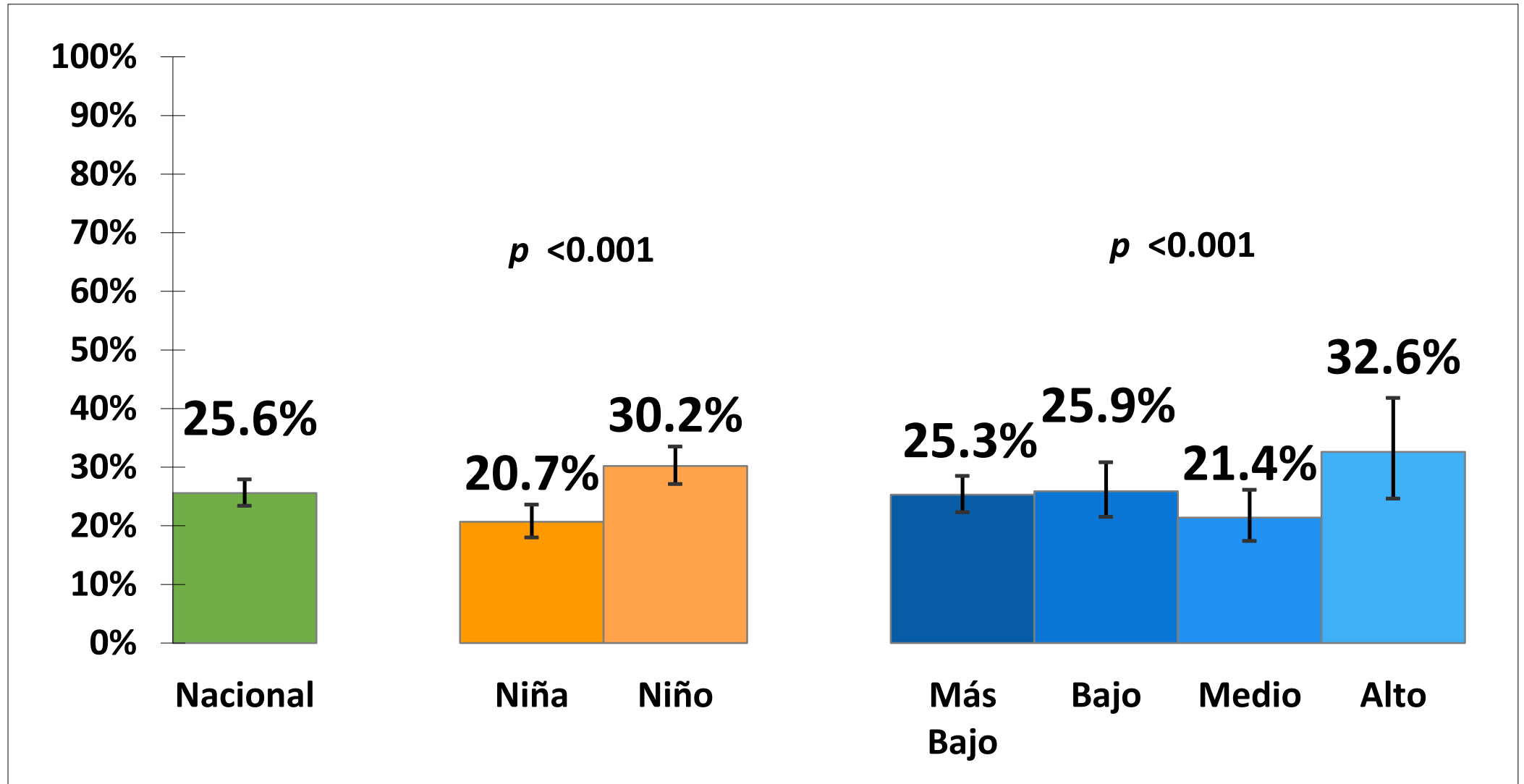
En Colombia, sólo

1 de **4**

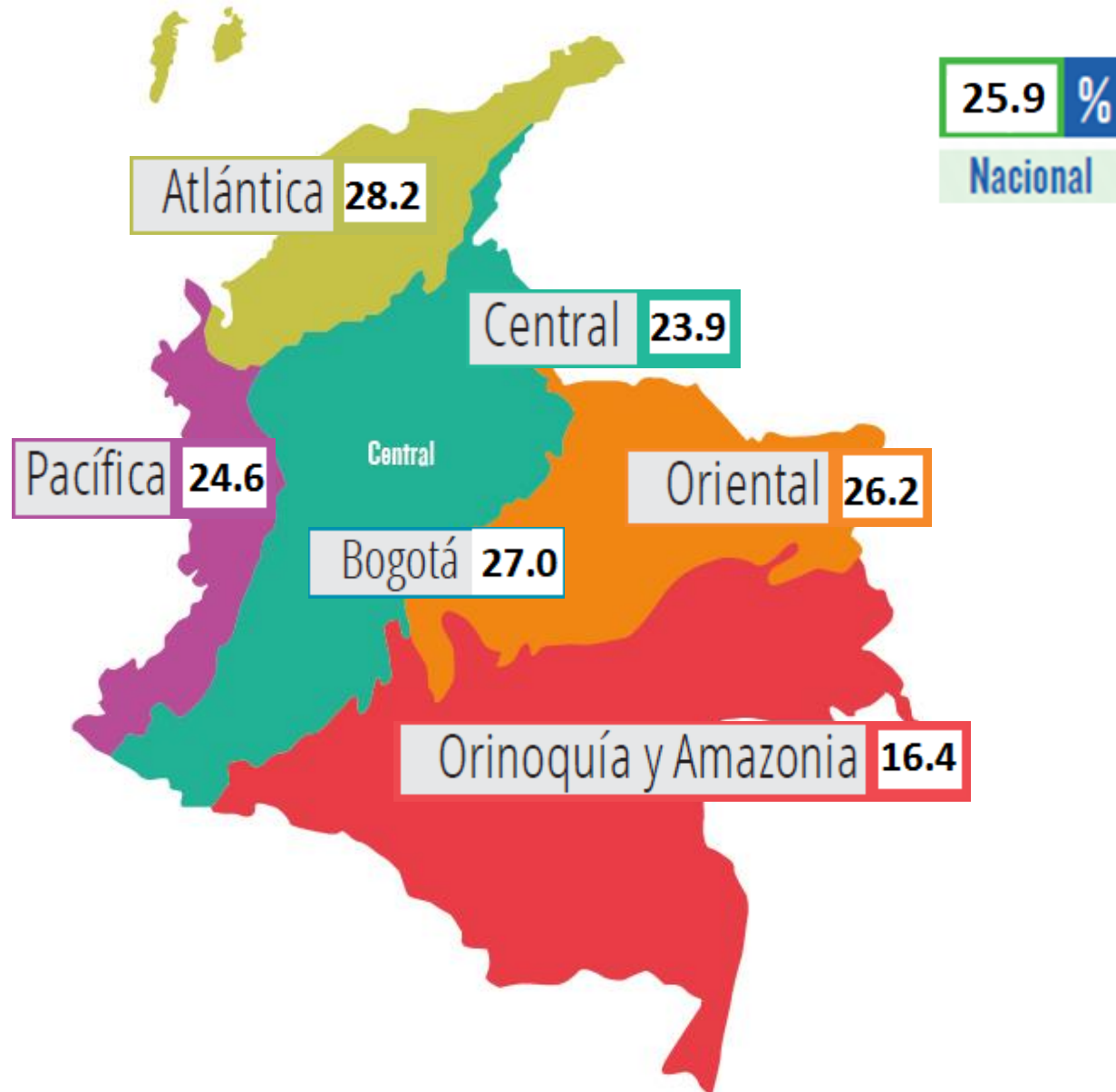
niñ@s de 3-5 años cumplen
con las recomendaciones de
actividad física



LOS NIÑOS Y QUIENES VIVEN EN HOGARES CON ÍNDICE DE RIQUEZA MÁS ALTO TIENEN UNA MAYOR PREVALENCIA DE CUMPLIR CON RECOMENDACIONES DE ACTIVIDAD FÍSICA

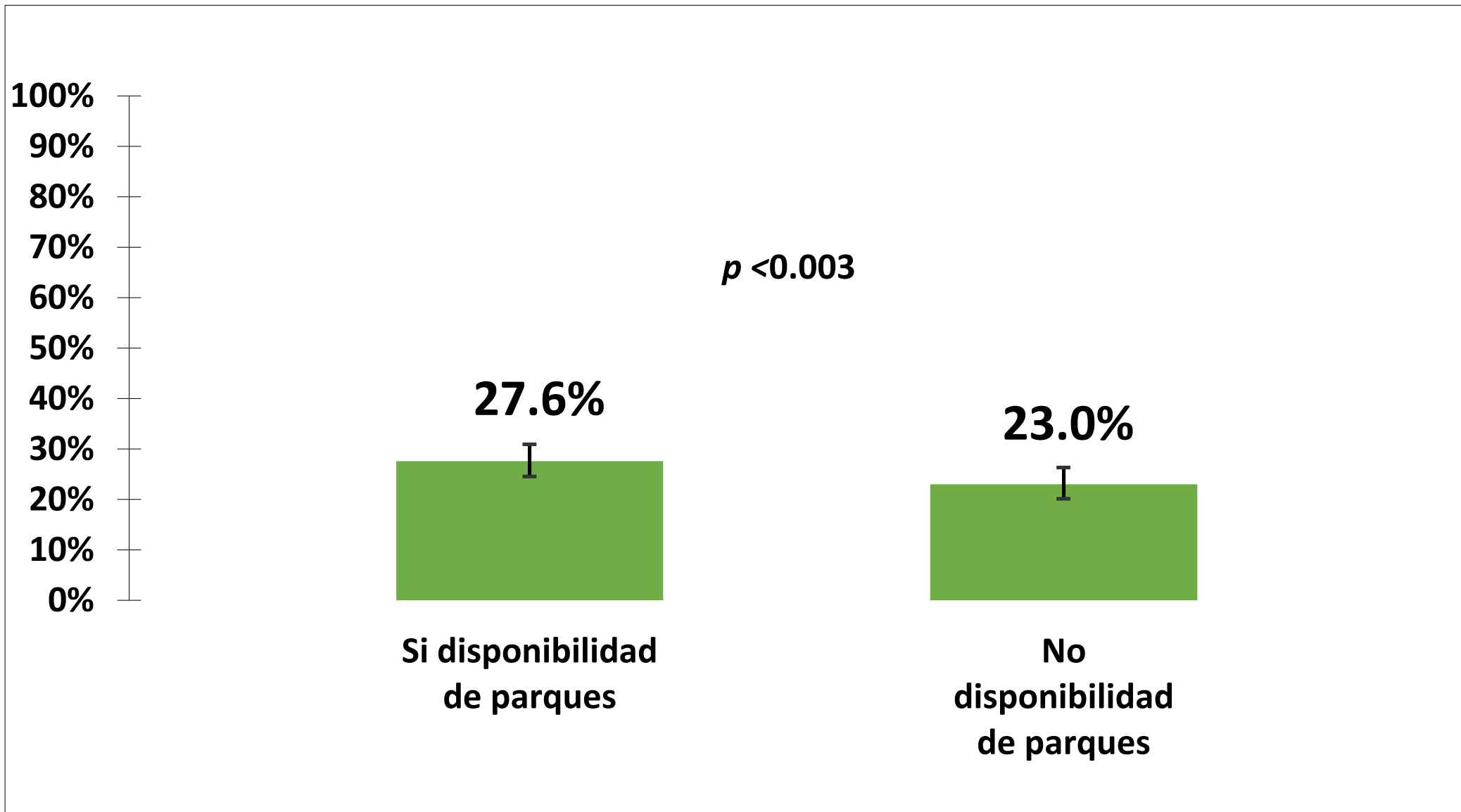


PREVALENCIAS DE JUEGO ACTIVO EN LA POBLACIÓN DE 3-5 AÑOS POR REGIONES DE COLOMBIA

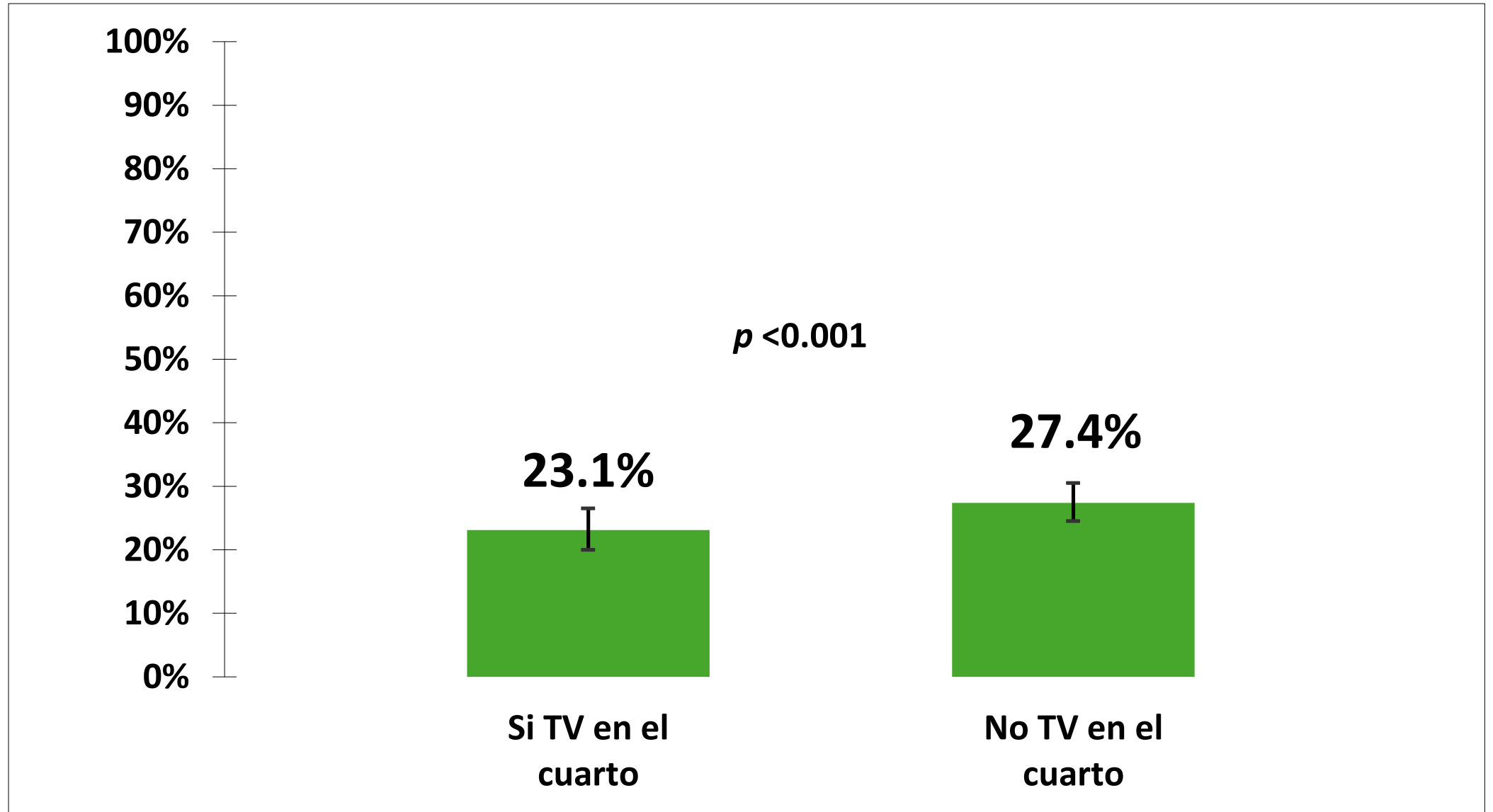


$p=0.082$

LOS NIÑOS DE 3-5 AÑOS QUE TIENEN DISPONIBILIDAD DE PARQUES EN SU BARRIO O VEREDA SON MAS ACTIVOS



LOS NIÑOS DE 3-5 AÑOS QUE NO TIENEN T.V EN EL CUARTO SON MAS ACTIVOS



ACTIVIDAD FÍSICA ESCOLARES Y ADOLESCENTES

Población colombiana de 6 a 17 años

POBLACIÓN DE ESCOLARES Y ADOLESCENTES

Recomendaciones de actividad física

En Escolares y Adolescentes
(niñ@s de 6-17 años)

60 minutos
diarios de
actividad física
como mínimo

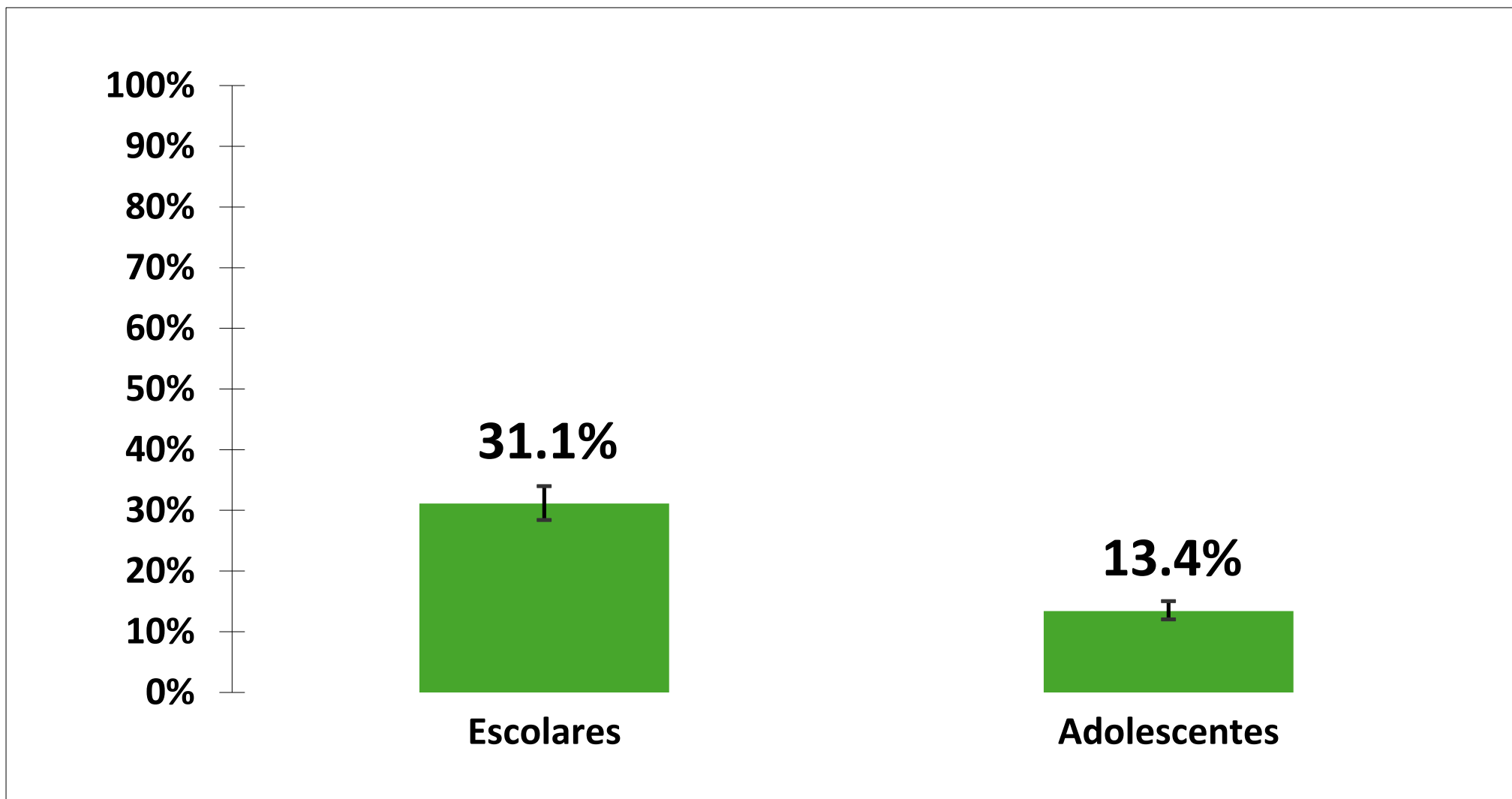
Moderada o vigorosa

+3 días
a la
semana

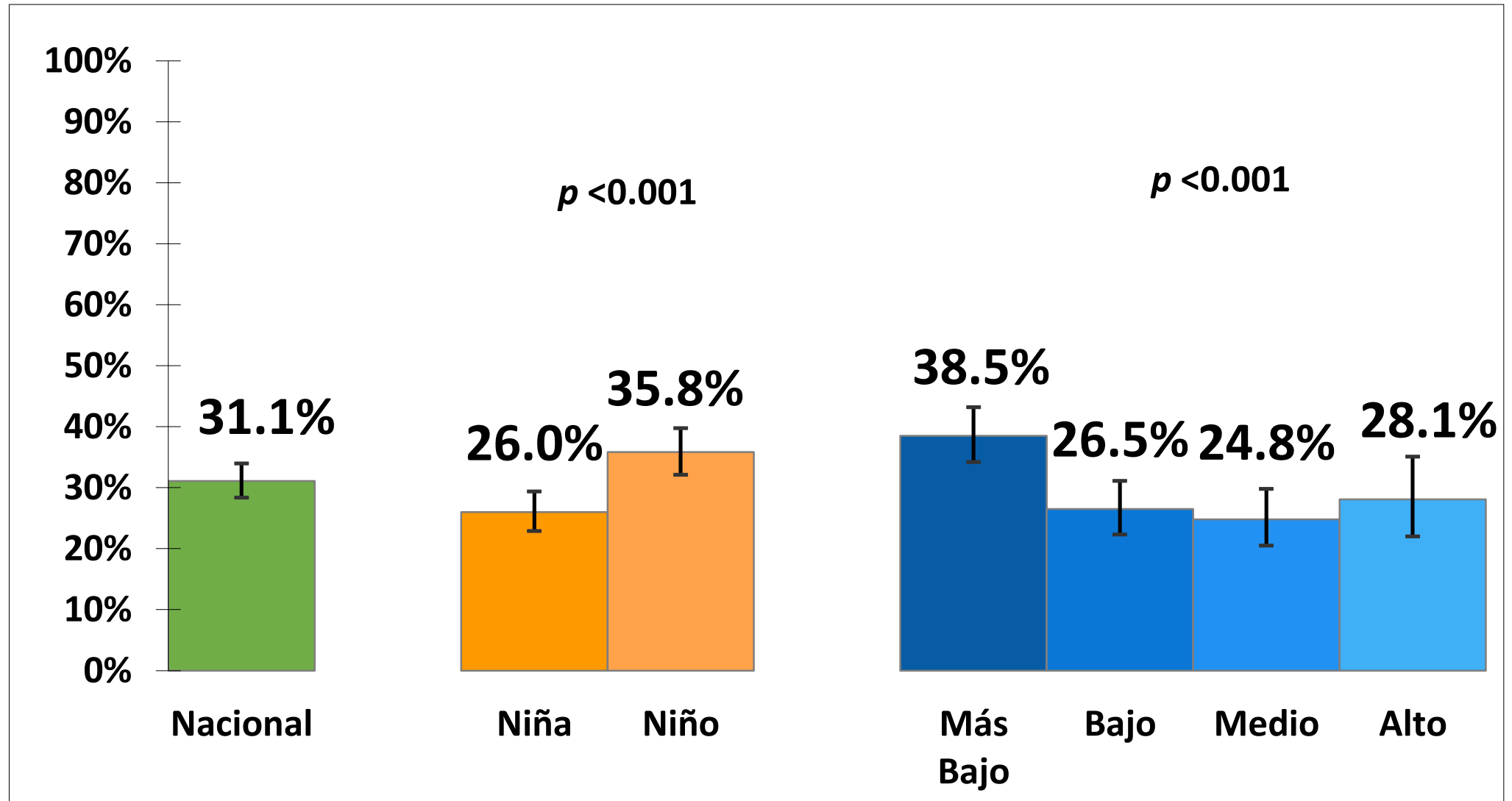
Actividades que fortalezcan
MÚSCULOS & HUESOS



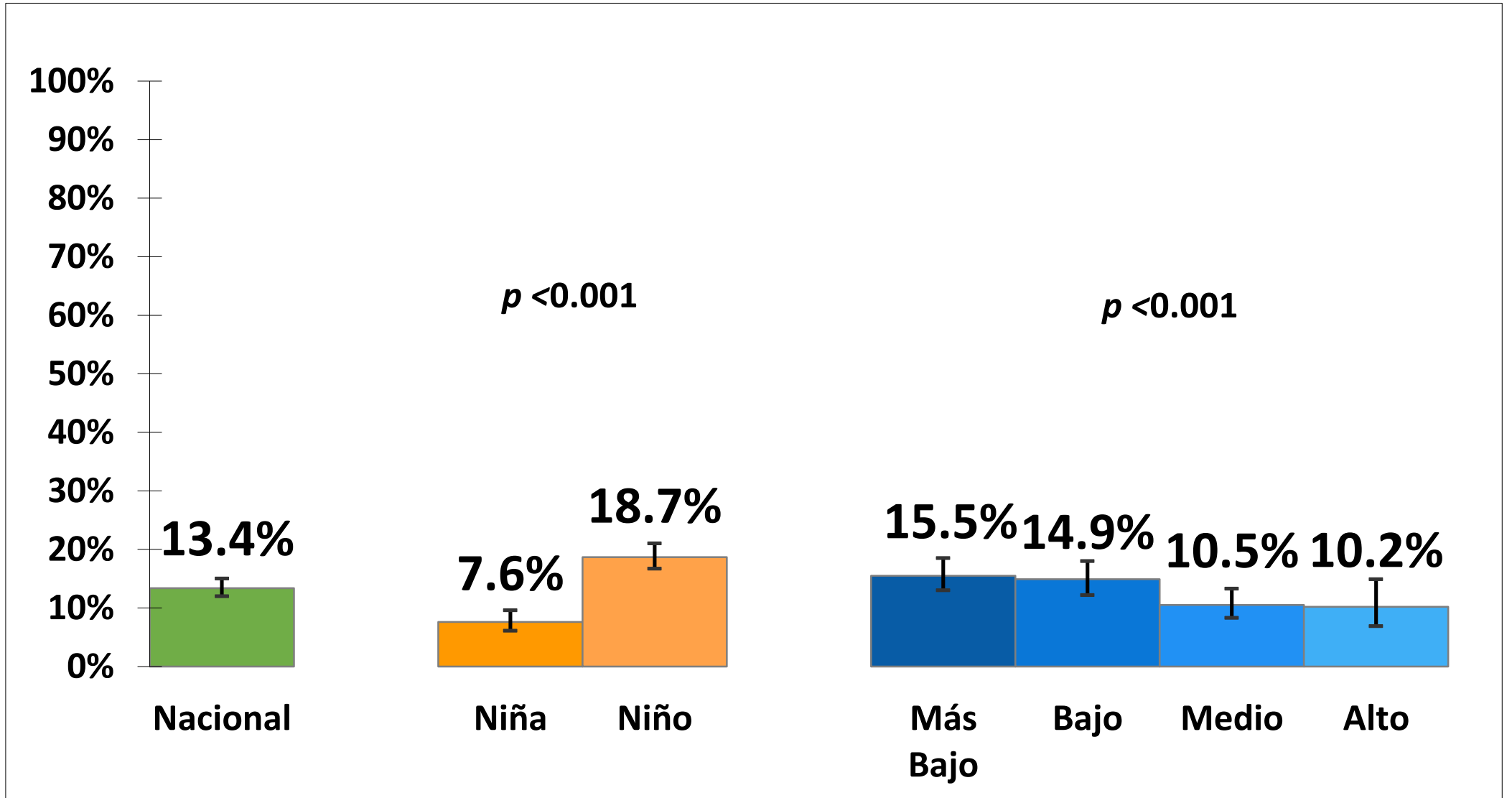
DURANTE LA ADOLESCENCIA SE DISMINUYE SIGNIFICATIVAMENTE LA ACTIVIDAD FÍSICA



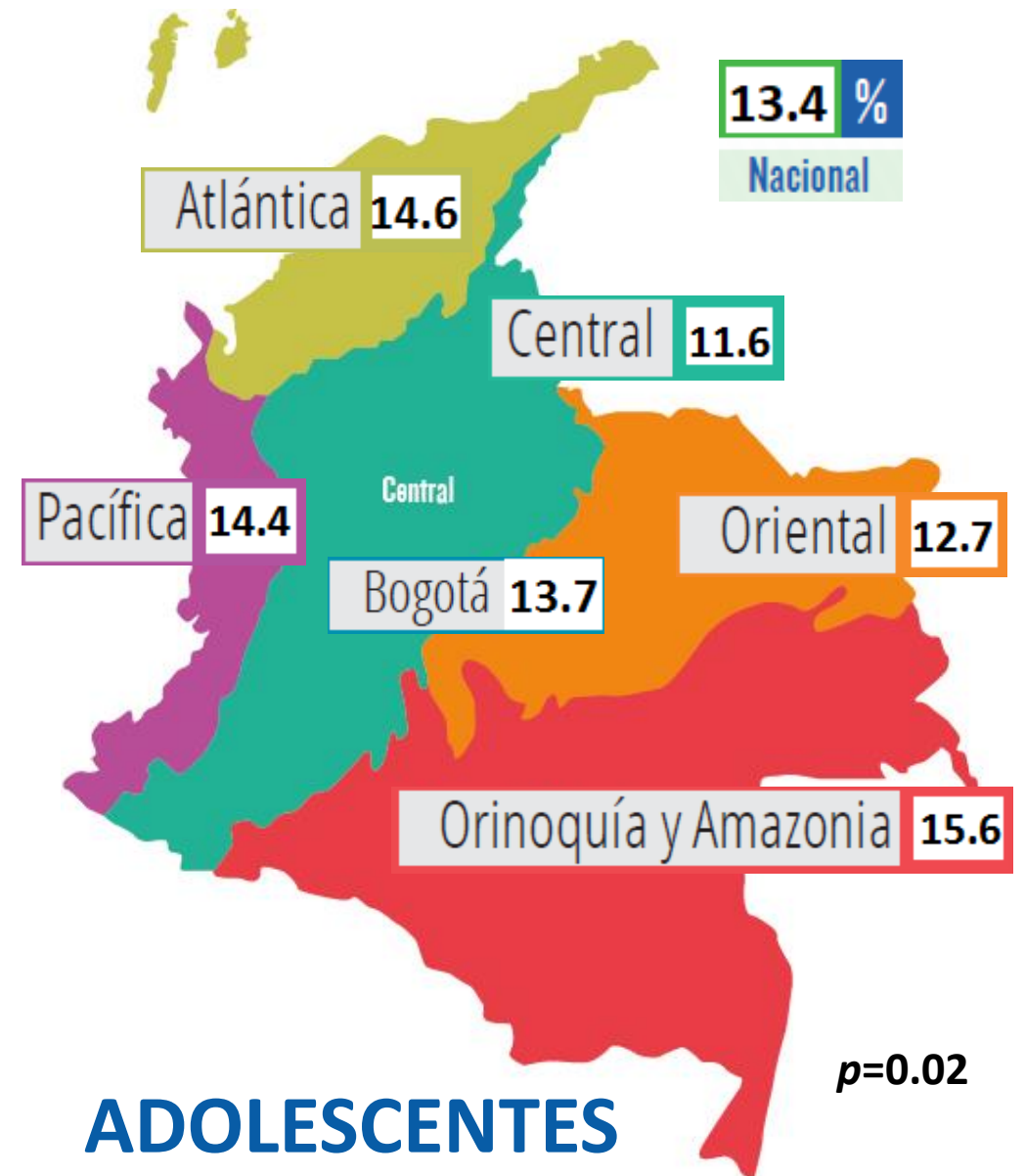
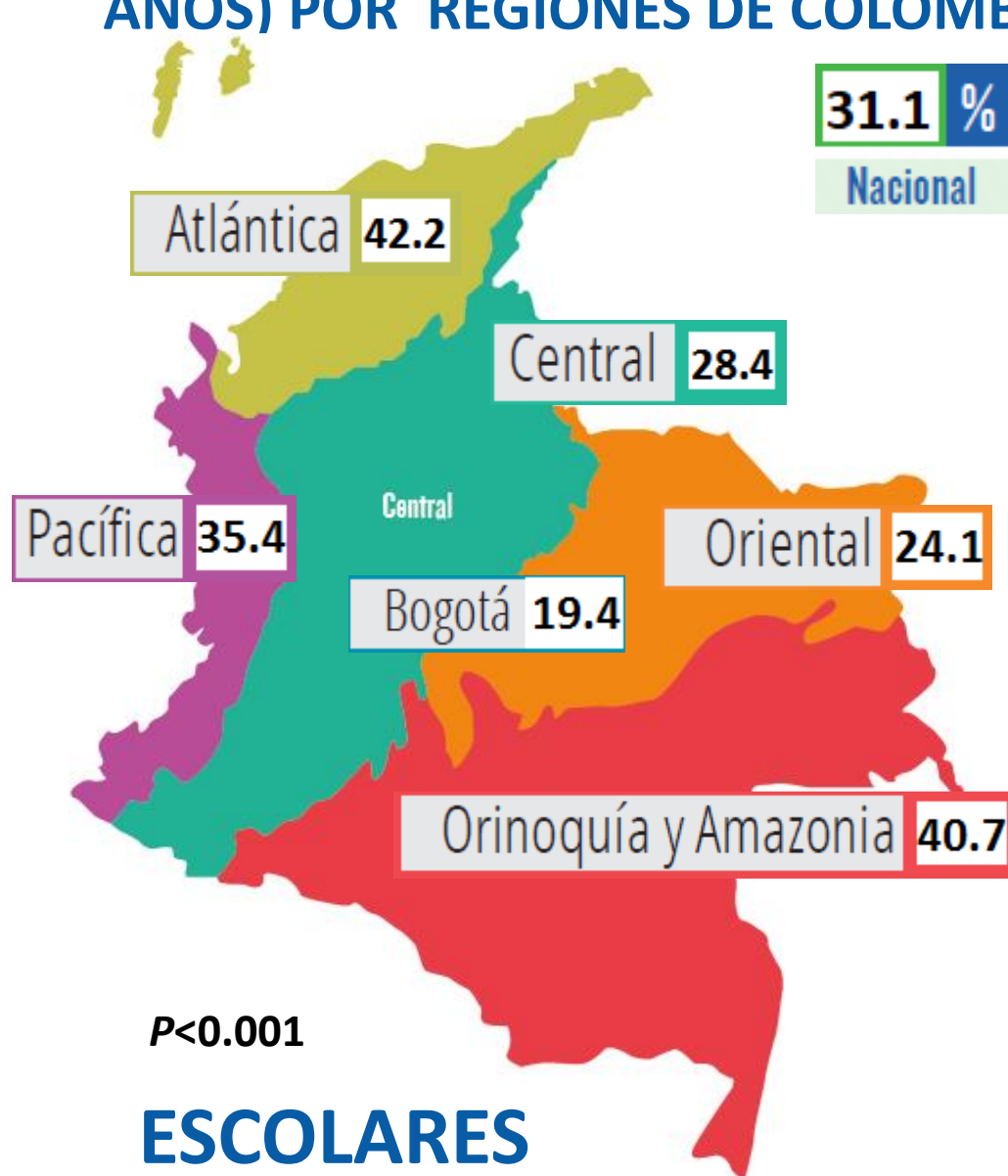
EN LOS ESCOLARES, LOS NIÑOS Y LOS HOGARES CON ÍNDICE DE RIQUEZA MÁS BAJO TIENEN UNA MAYOR PREVALENCIA DE CUMPLIR CON RECOMENDACIONES DE ACTIVIDAD FÍSICA



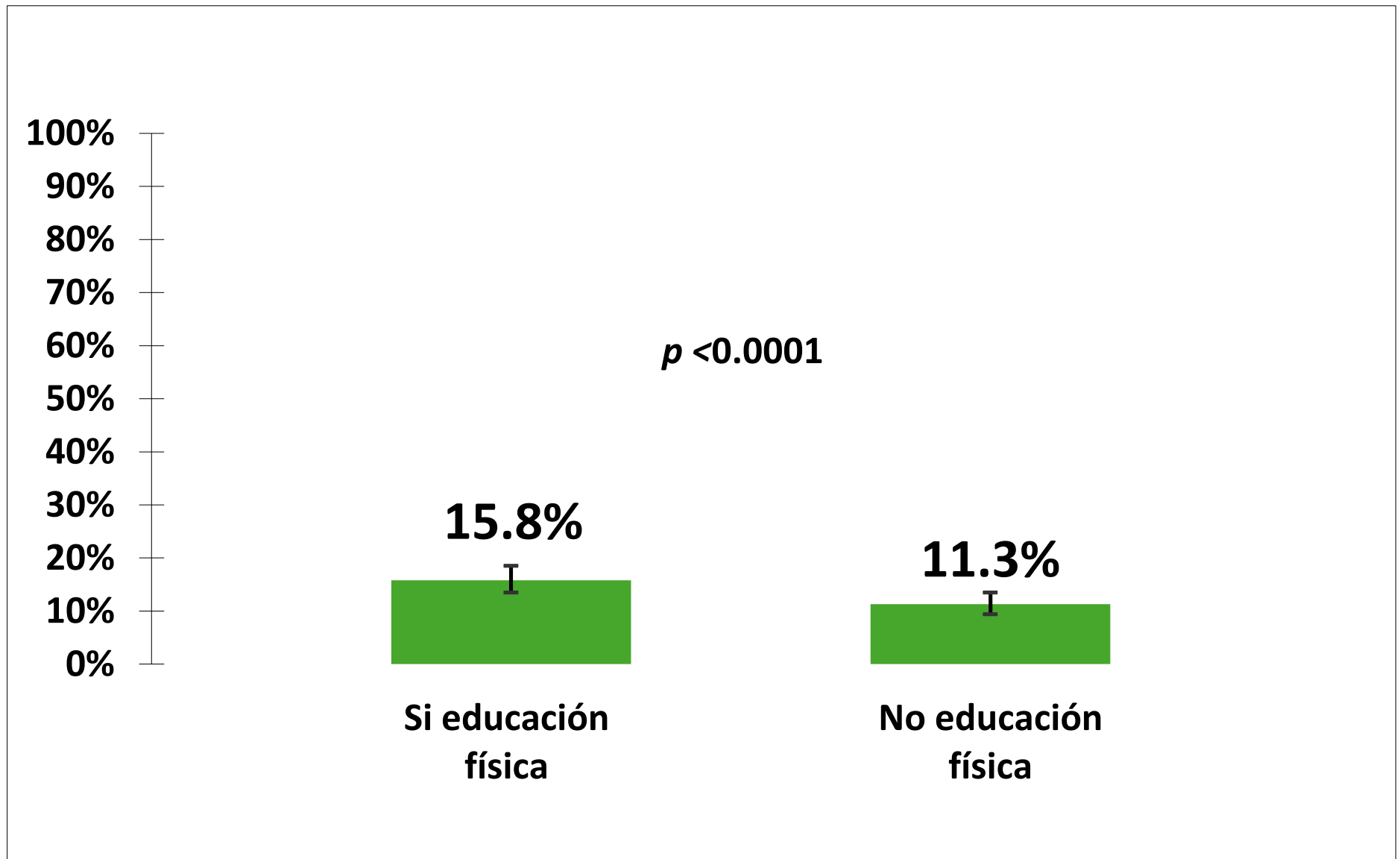
EN LOS ADOLESCENTES, LOS NIÑOS Y LOS HOGARES CON ÍNDICE DE RIQUEZA MÁS BAJO TIENEN UNA MAYOR PREVALENCIA DE CUMPLIR CON LAS RECOMENDACIONES DE ACTIVIDAD FÍSICA



PREVALENCIAS DE CUMPLIR CON RECOMENDACIONES DE ACTIVIDAD FÍSICA EN LA POBLACIÓN DE ESCOLARES (6-12 AÑOS) Y ADOLESCENTES DE (13-17 AÑOS) POR REGIONES DE COLOMBIA



LOS ADOLESCENTES (13-17 AÑOS) QUE REPORTAN AL MENOS 1 DÍA DE EDUCACIÓN FÍSICA EN EL COLEGIO SON MÁS ACTIVOS



COMPORTAMIENTOS SEDENTARIOS PRE-ESCOLARES

Población colombiana de 3 a 5 años

POBLACIÓN DE PRE-ESCOLARES

Tiempo excesivo frente a pantallas



Pre-escolares

(niñ@s entre 3-5 años)

≥ 1 hora diaria para niñ@s de 3-4 años

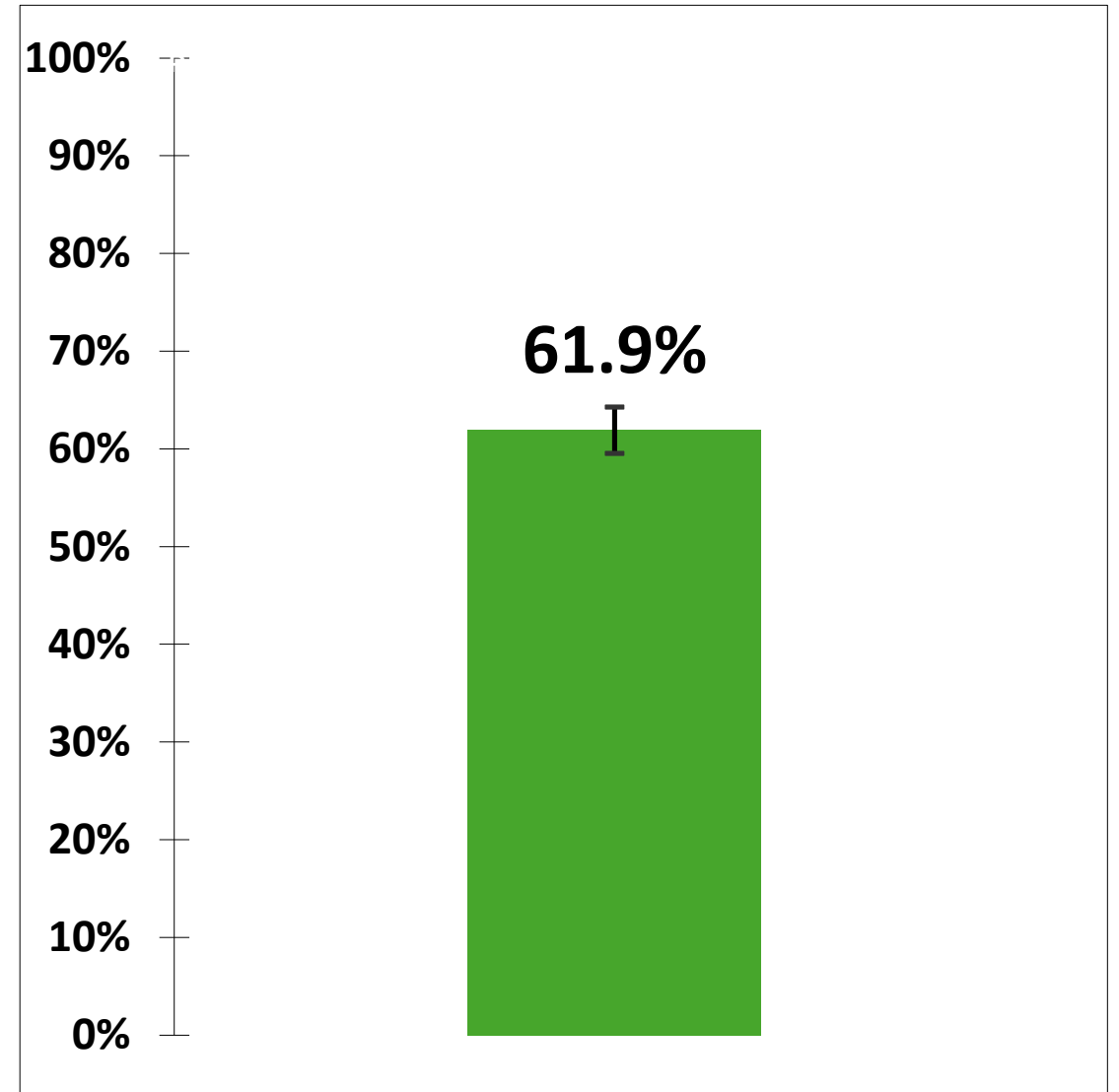
≥ 2 horas diaria para niñ@s de 5 años

PREVALENCIAS DE TIEMPO EXCESIVO FRENTE A LAS PANTALLAS EN LA POBLACIÓN DE 3-5 AÑOS

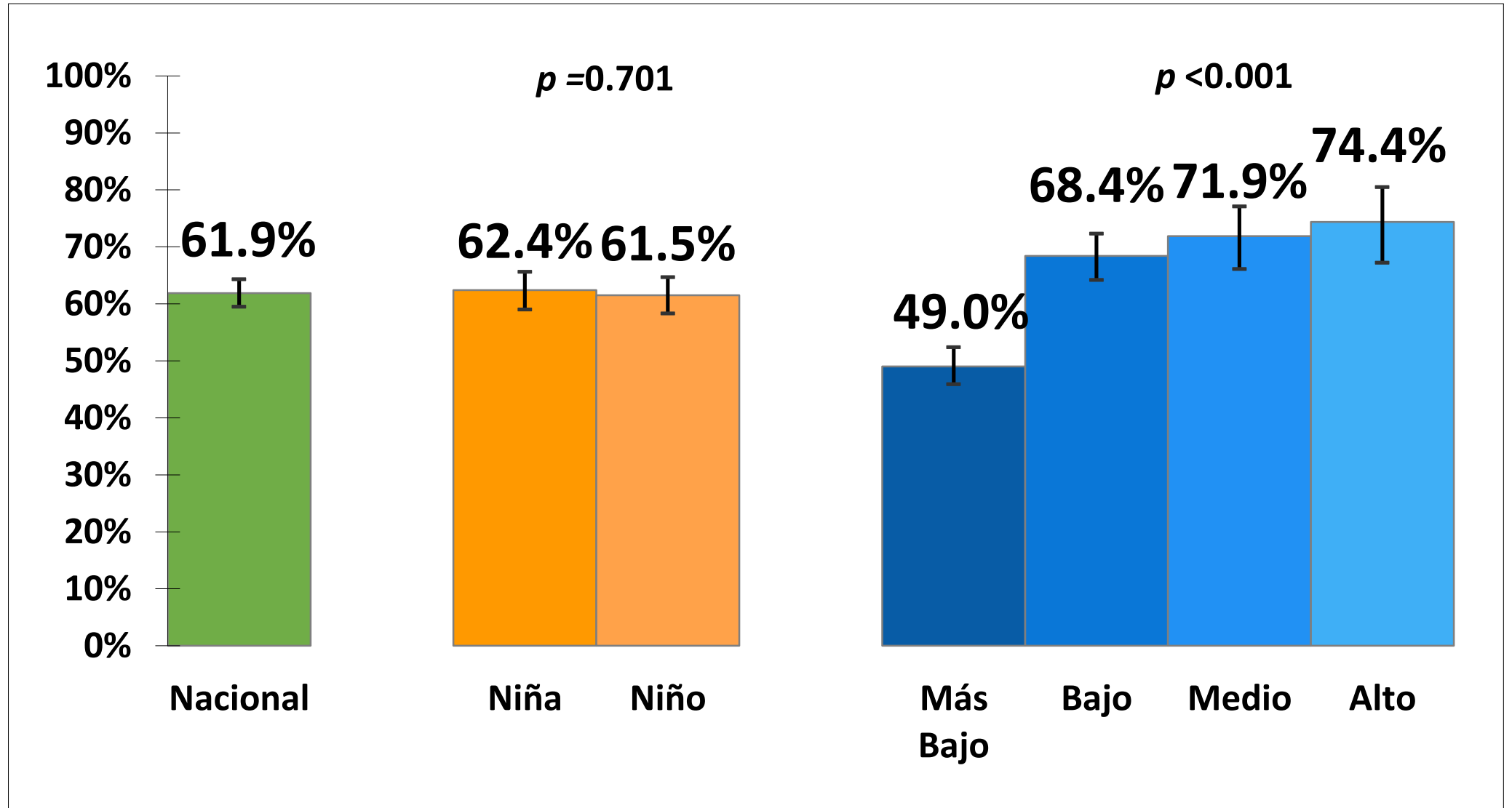
En Colombia,

3 de cada **5** niñ@s

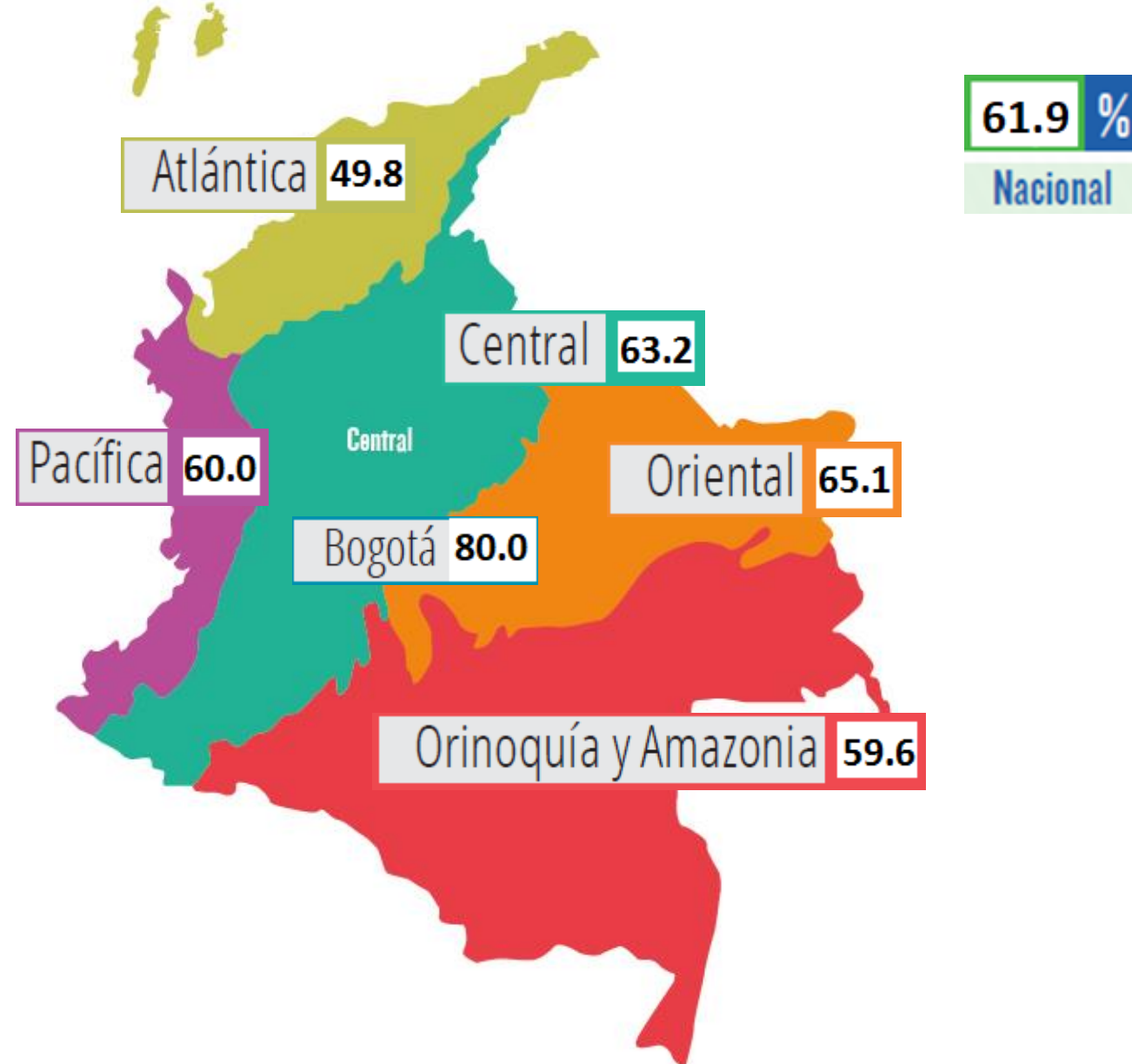
de 3-5 años pasan tiempo
excesivo frente a las
pantallas



NO HAY DIFERENCIAS POR SEXO EN TIEMPO EXCESIVO FRENTE A PANTALLAS Y
LOS PRE-ESCOLARES QUE VIVEN EN HOGARES CON MAYOR ÍNDICE DE
RIQUEZA PRESENTAN MAYOR TIEMPO EXCESIVO FRENTE A PANTALLAS

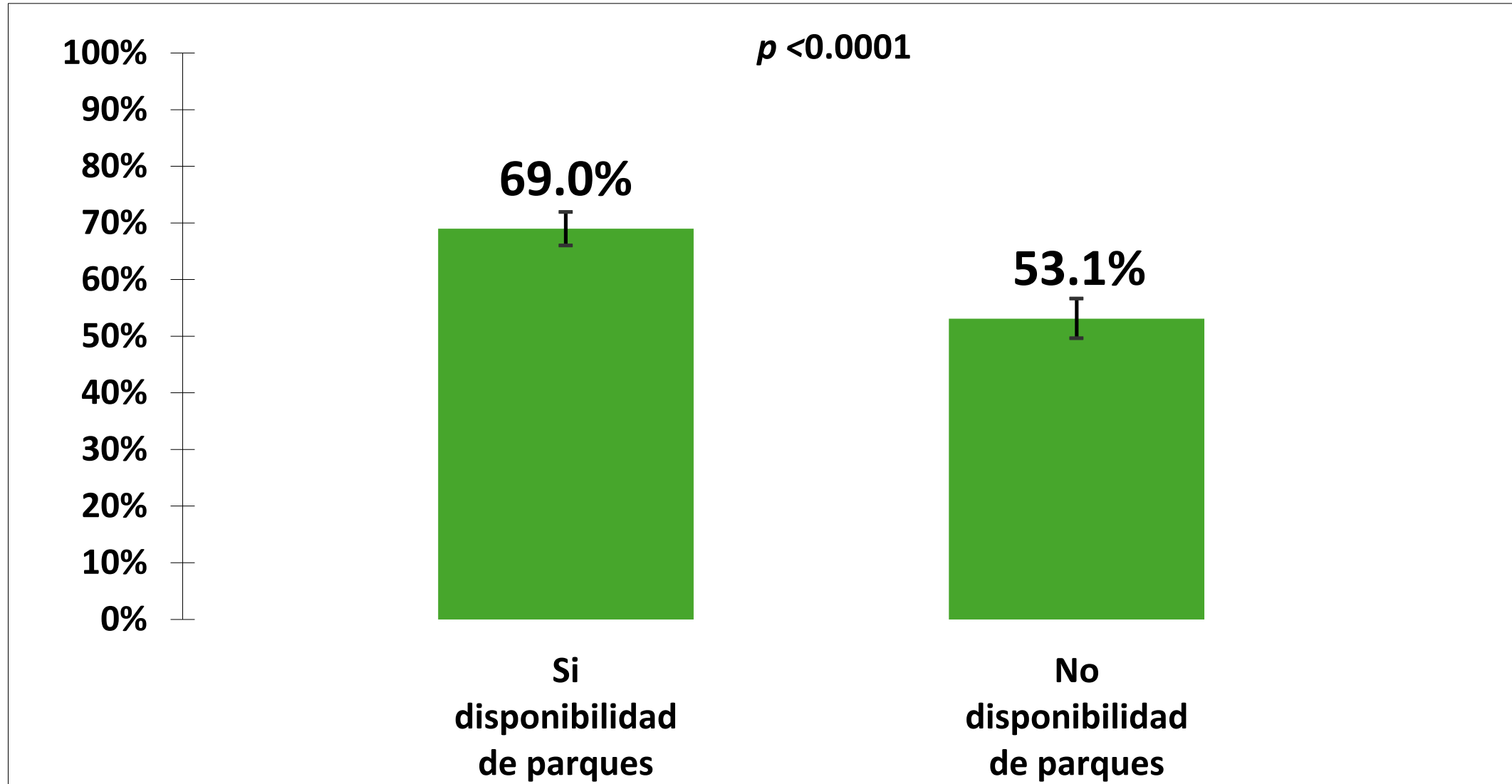


PREVALENCIAS DE TIEMPO EXCESIVO FRENTE A LAS PANTALLAS DE 3-5 AÑOS POR REGIONES DE COLOMBIA

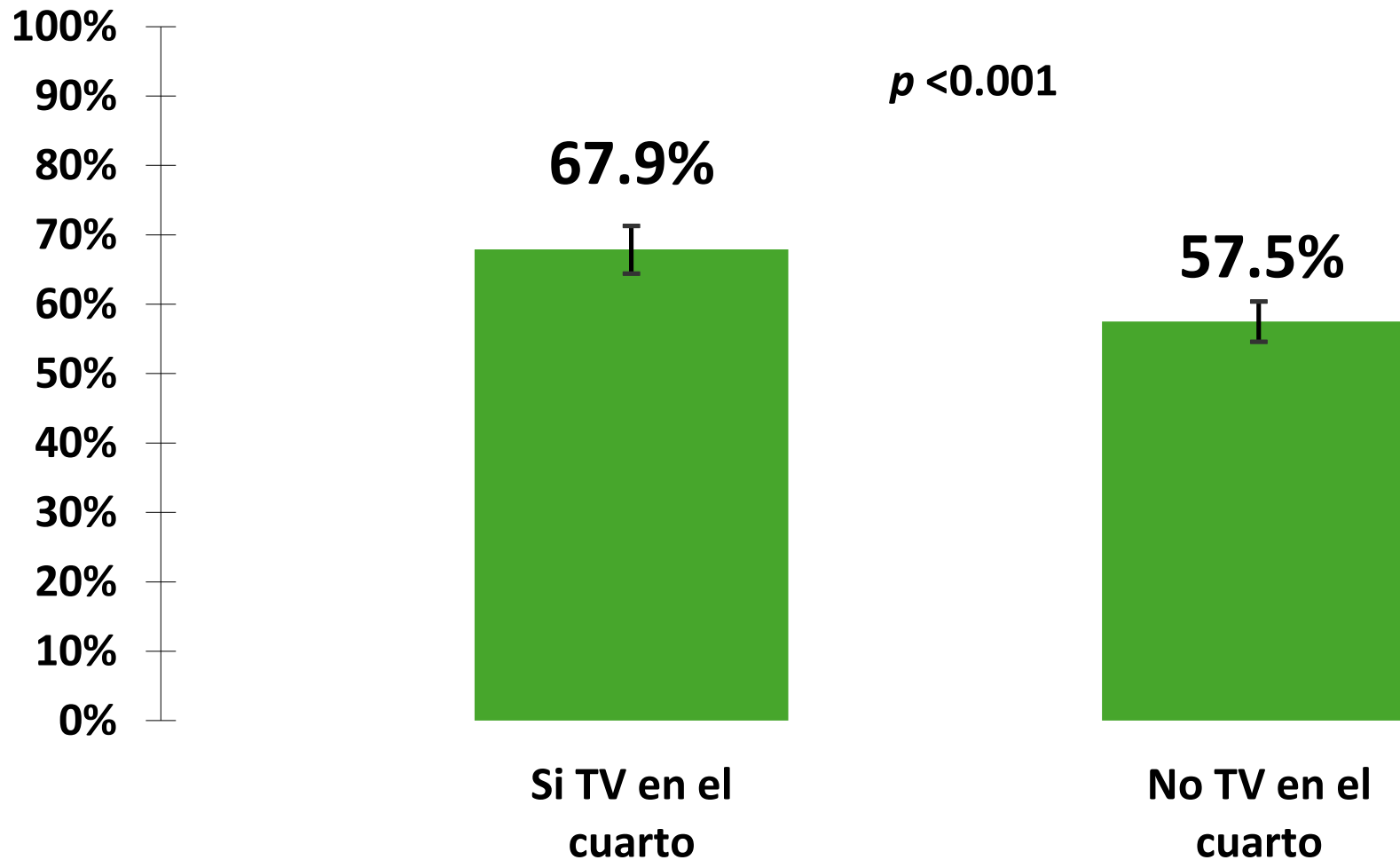


$P < 0.001$

LOS NIÑOS DE 3-5 AÑOS QUE TIENEN DISPONIBILIDAD DE PARQUES EN SU BARRIO O VEREDA REPORTAN MAS TIEMPO EXCESIVO FRENTE A LAS PANTALLAS



LOS NIÑOS DE 3-5 AÑOS QUE NO TIENEN T.V EN EL CUARTO REPORTAN MENOS TIEMPO EXCESIVO FRENTE A LAS PANTALLAS



COMPORTAMIENTOS SEDENTARIOS ESCOLARES Y ADOLESCENTES

Población colombiana de 6 a 17 años

POBLACIÓN DE ESCOLARES Y ADOLESCENTES

Tiempo excesivo frente a las pantallas



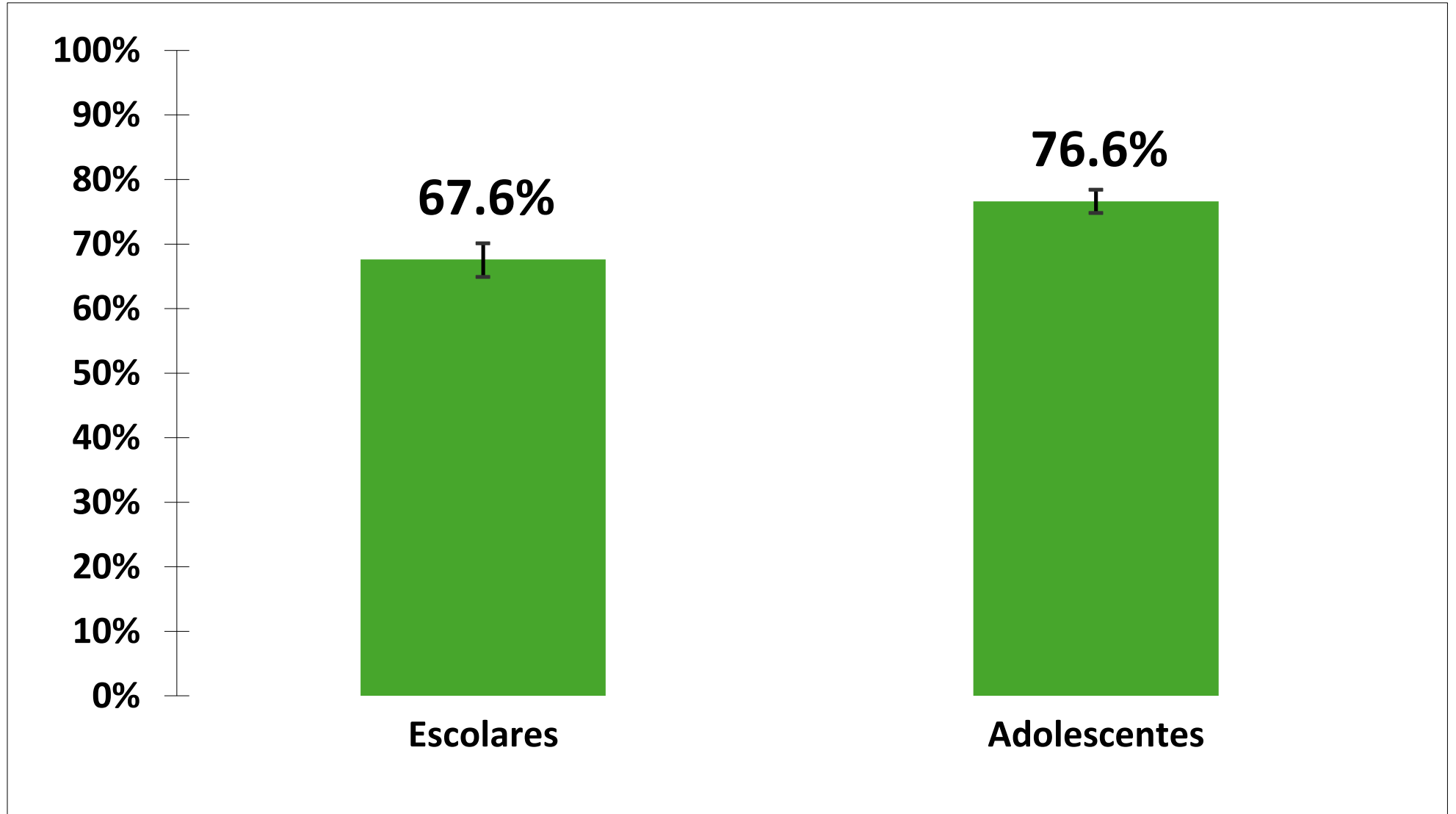
Escolares y Adolescentes

(niñ@s de 6-17 años)

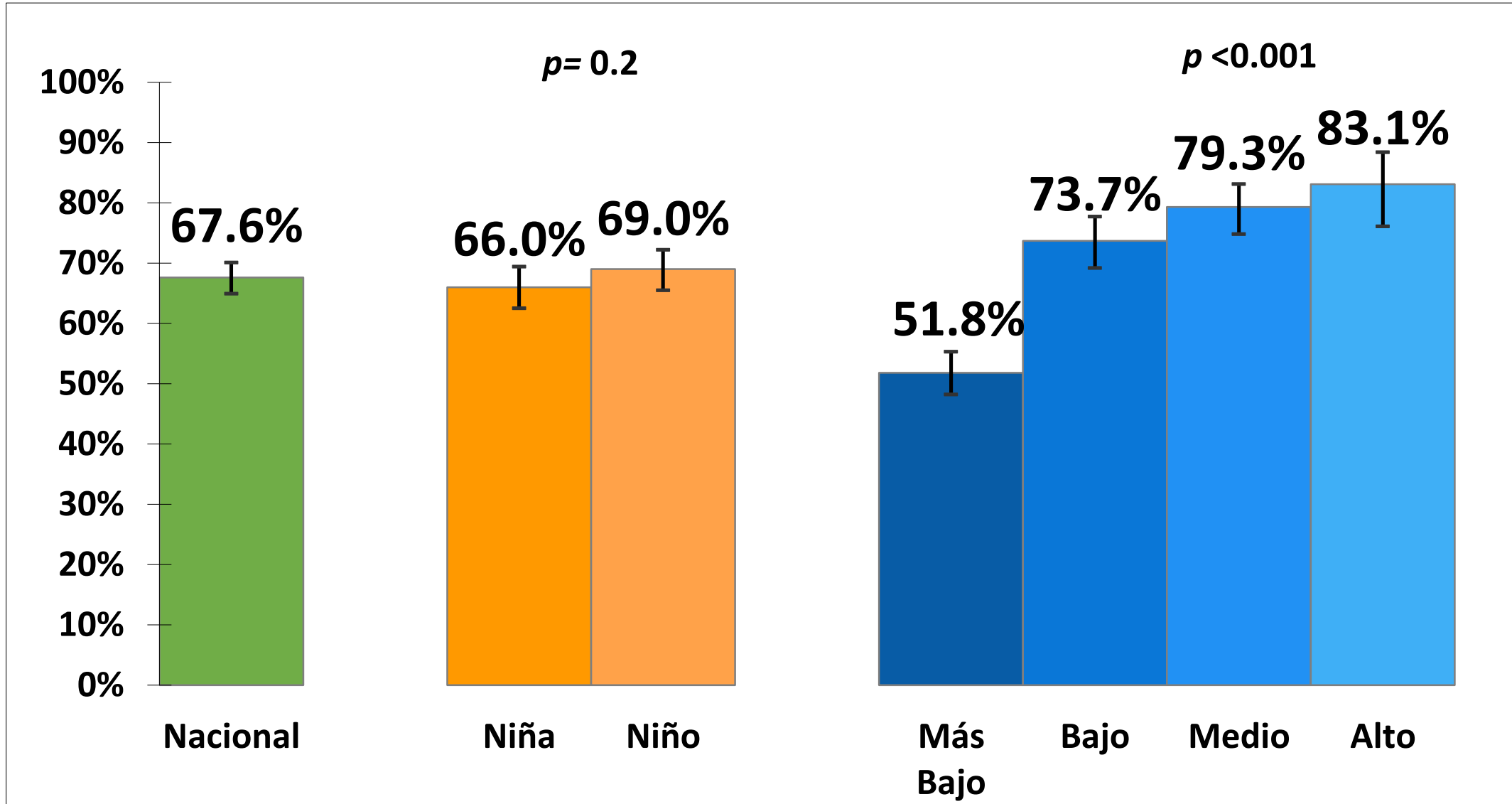
≥ 2 horas diarias

de tiempo no relacionado con tareas escolares frente a pantallas como TV, computador, juegos de video, tabletas o celular.

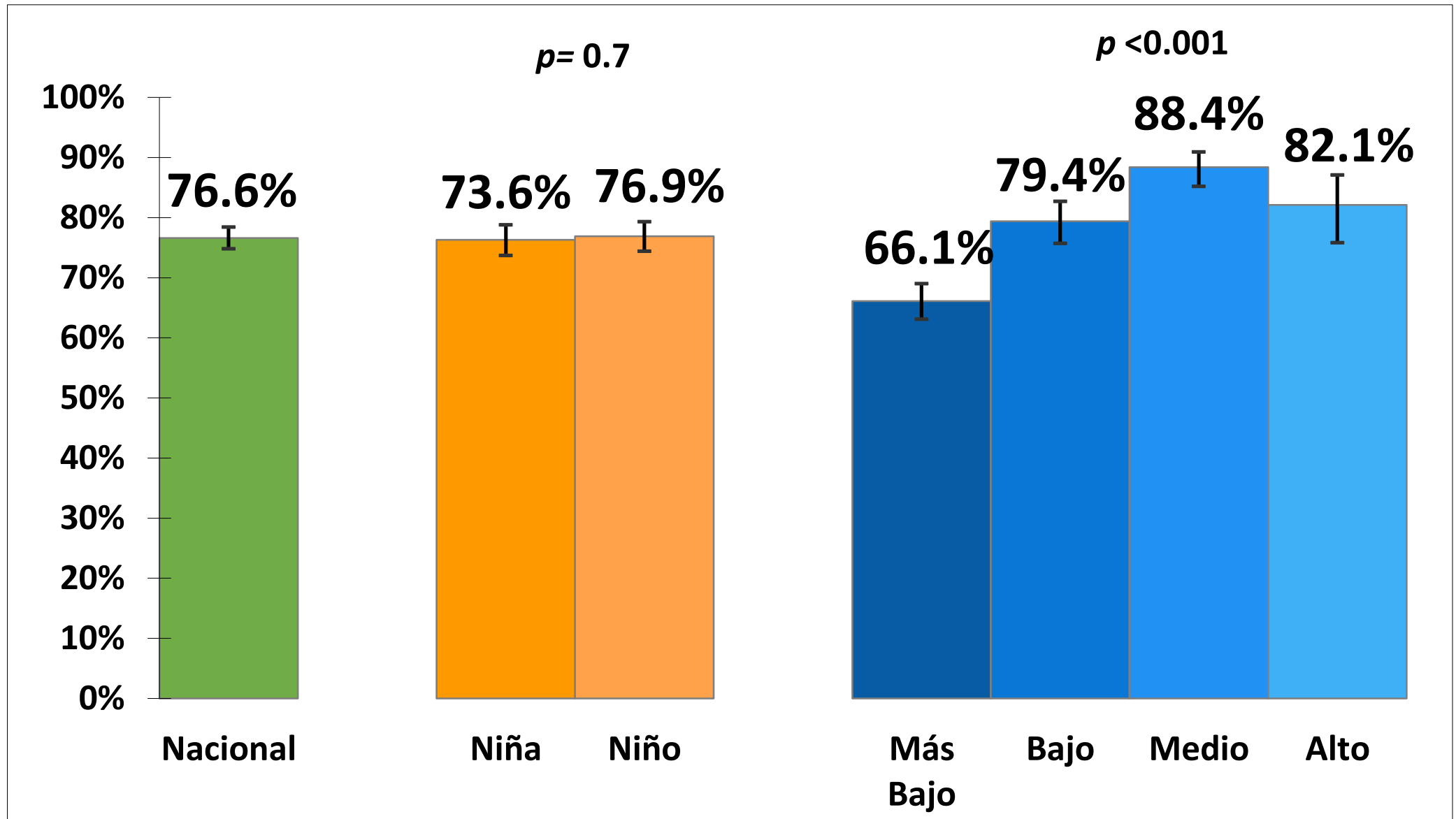
TIEMPO EXCESIVO FRENTE A LAS PANTALLAS (≥ 2 HORAS) EN LAS POBLACIONES DE ESCOLARES (6-12 AÑOS) Y ADOLESCENTES DE (13-17 AÑOS)



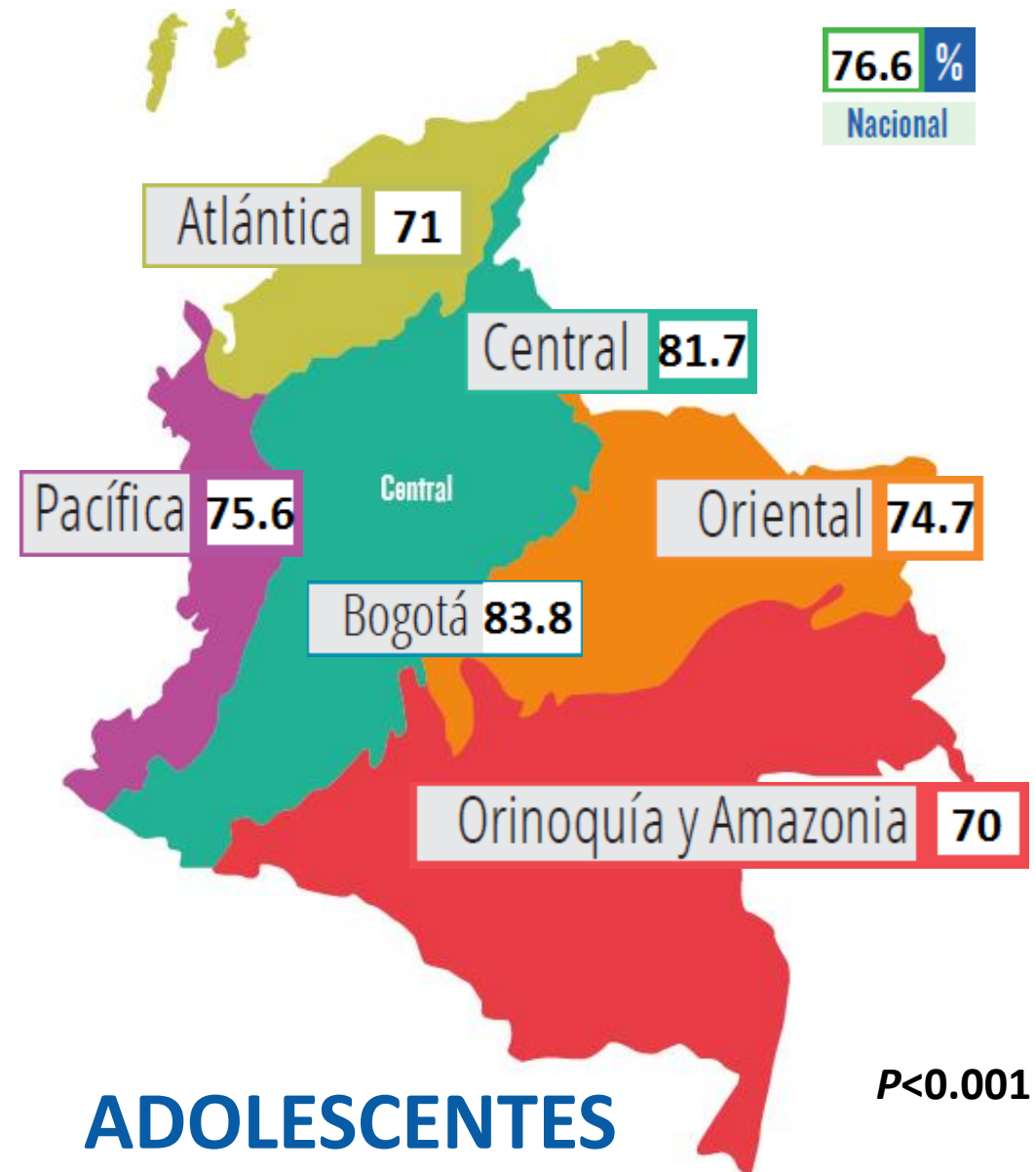
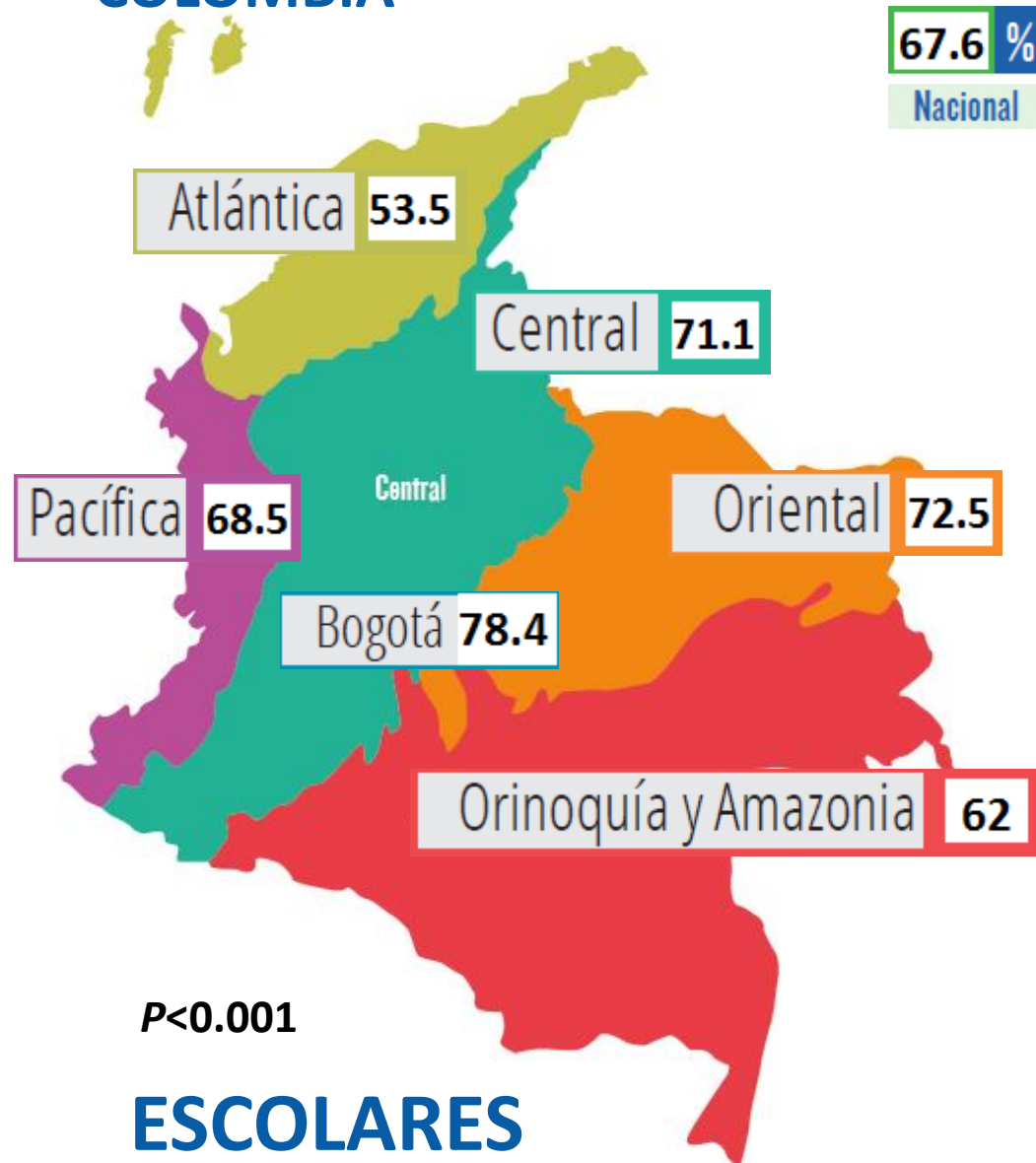
**NO HAY DIFERENCIAS POR SEXO EN TIEMPO EXCESIVO FRENTE A PANTALLAS Y
LOS ESCOLARES QUE VIVEN EN HOGARES CON MAYOR ÍNDICE DE RIQUEZA
TIENEN MAYOR TIEMPO EXCESIVO FRENTE A PANTALLAS**



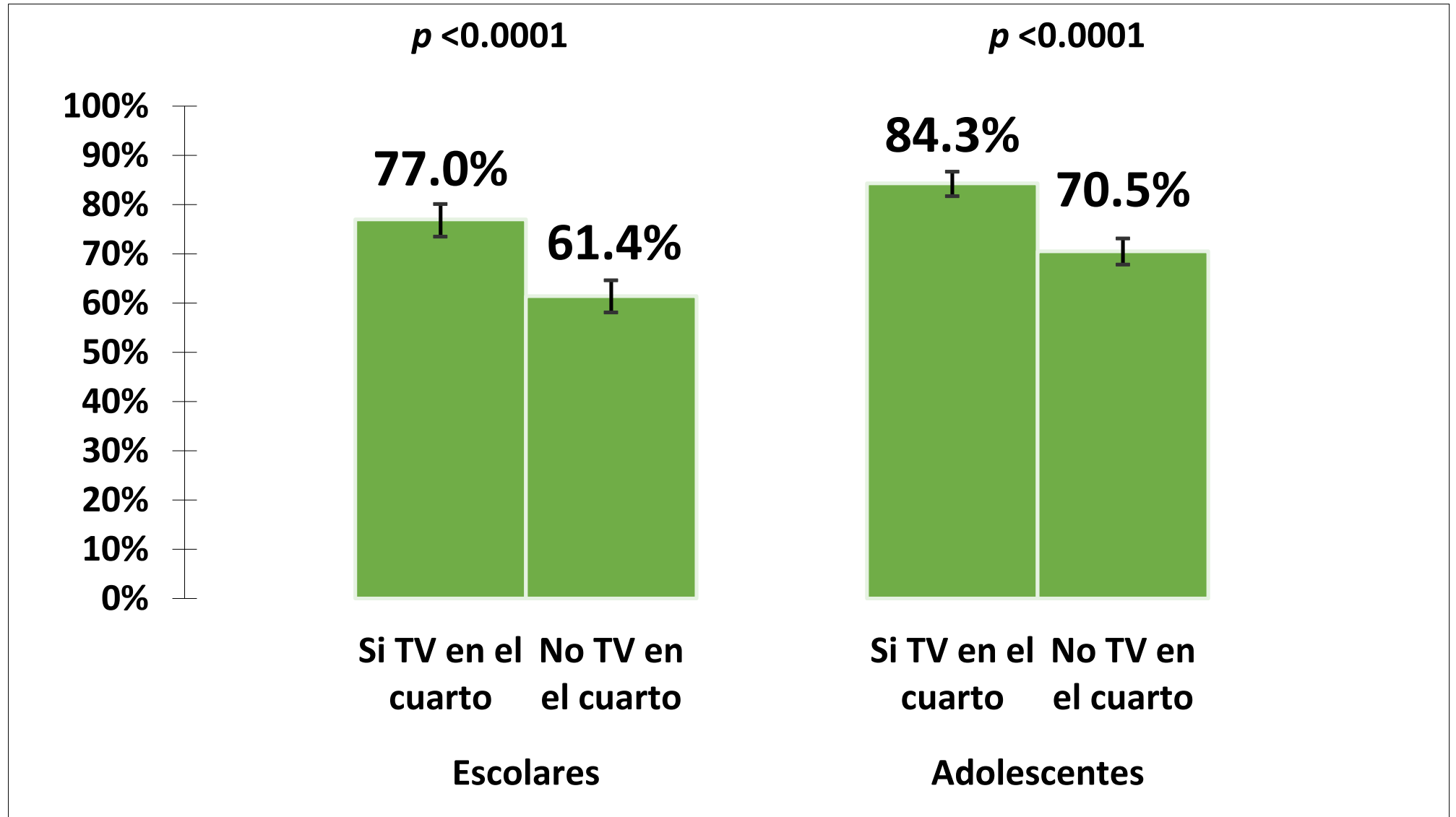
NO HAY DIFERENCIAS POR SEXO EN TIEMPO EXCESIVO FRENTE A PANTALLAS Y LOS ADOLESCENTES QUE VIVEN EN HOGARES CON ÍNDICE DE RIQUEZA MEDIO Y ALTO TIENEN MAYOR TIEMPO EXCESIVO FRENTE A PANTALLAS



TIEMPO EXCESIVO FRENTE A LAS PANTALLAS LAS POBLACIONES DE ESCOLARES Y ADOLESCENTES DE 6-17 AÑOS POR REGIONES DE COLOMBIA



LOS ESCOLARES Y ADOLESCENTES QUE NO TIENEN T.V EN EL CUARTO REPORTAN MENOS TIEMPO EXCESIVO FRENTE A LAS PANTALLAS



ACTIVIDAD FÍSICA ADULTOS

Población colombiana de 18 a 64 años

“TESTING”

1. Por favor ingresar a [WWW.MENTI.COM](https://www.menti.com)
2. Ingrese por favor el código proporcionado.



Please enter the code

Ingrese código aquí

228005

Submit

The code is found on the screen in front of you

¿Cuáles son las recomendaciones de actividad física semanal para los adultos ≥ 18 años?

¿Cuáles son las recomendaciones de fortalecimiento muscular para los adultos ≥ 18 años?

POBLACIÓN DE ADULTOS

Recomendaciones de actividad física

Adultos

(18 - 64 años)

150 minutos
semanales de
actividad física

Intensidad moderada

+

2 veces o
más por
semana

Fortalecimiento
muscular

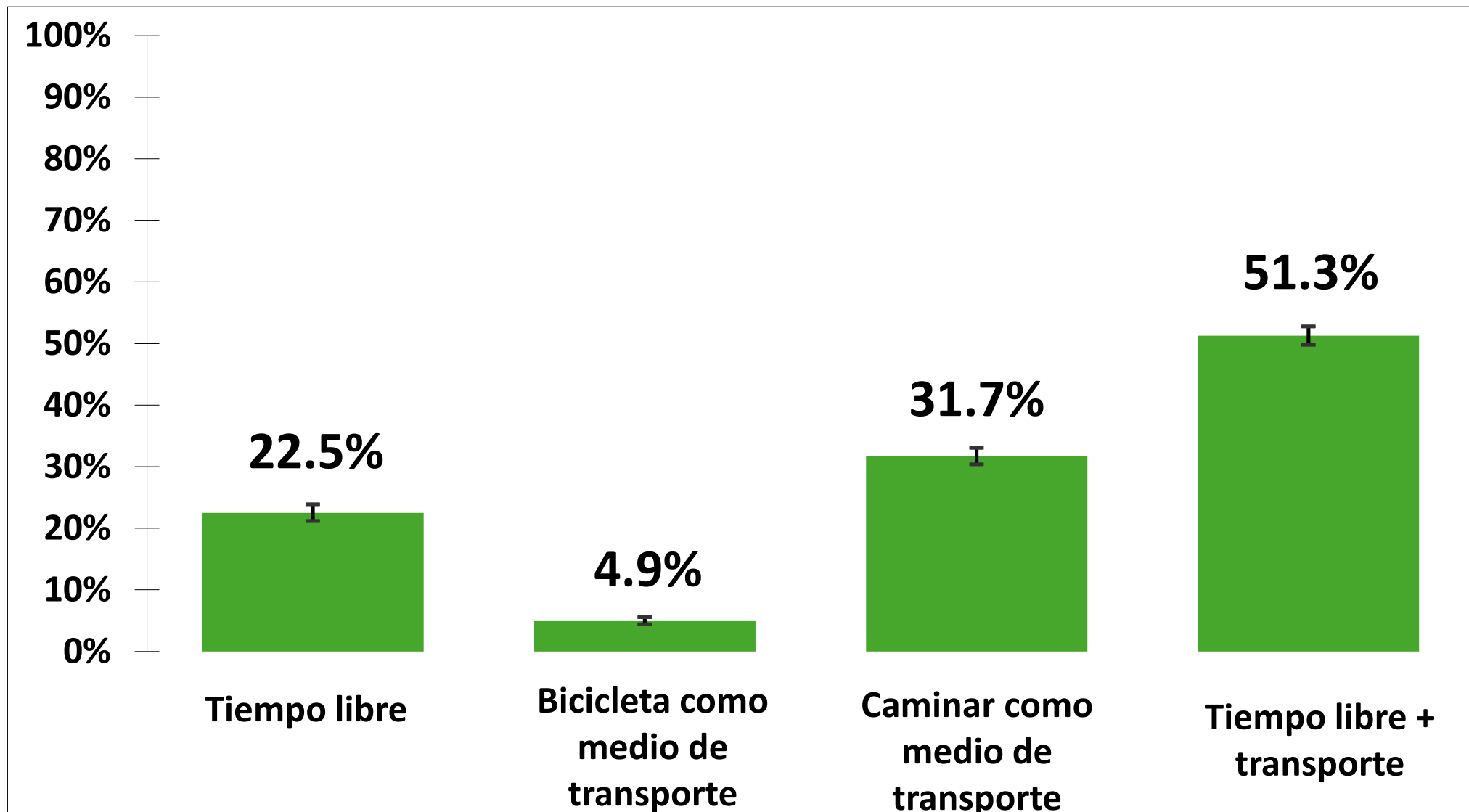
o

75 minutos
semanales

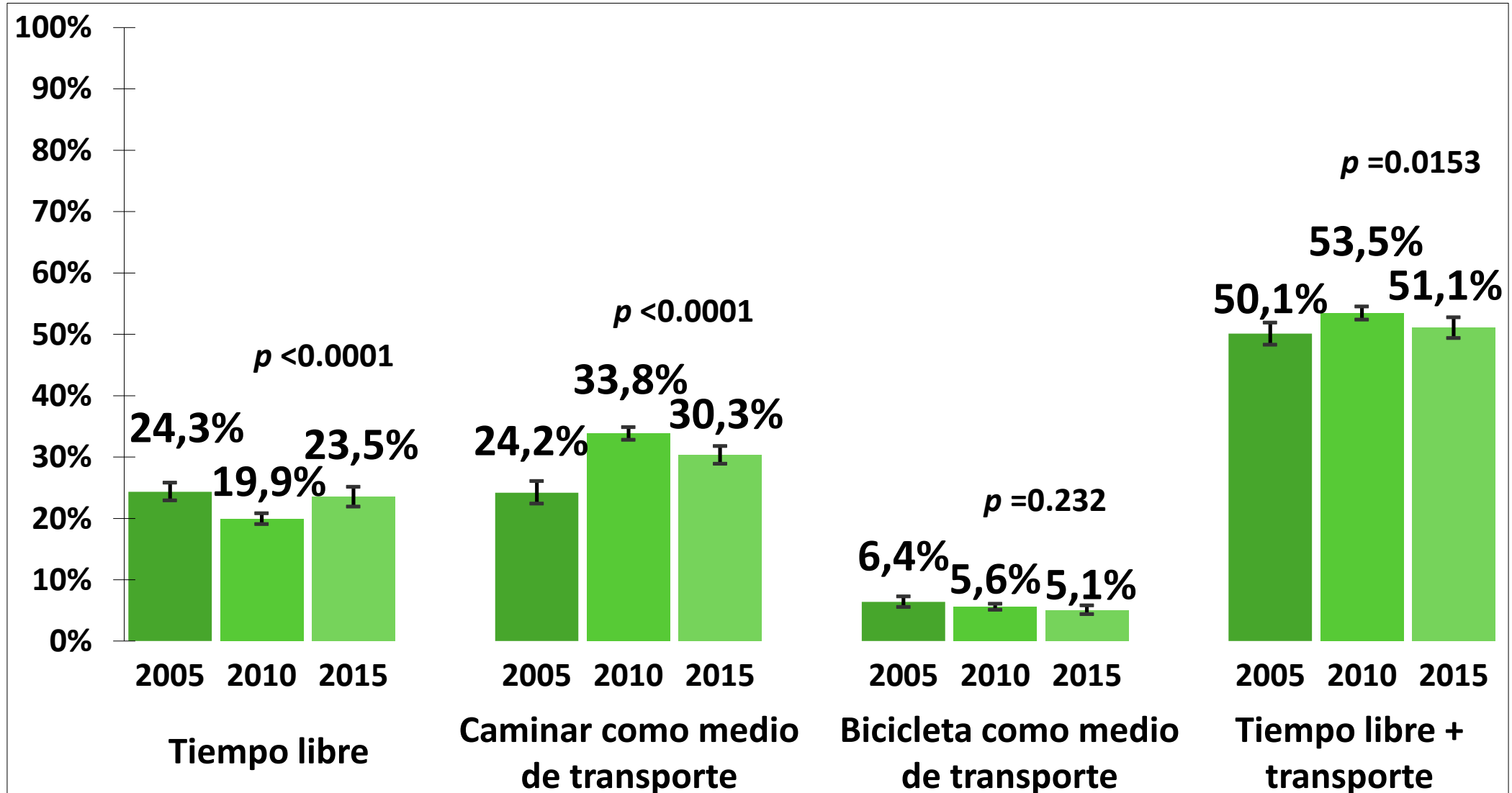
Intensidad vigorosa



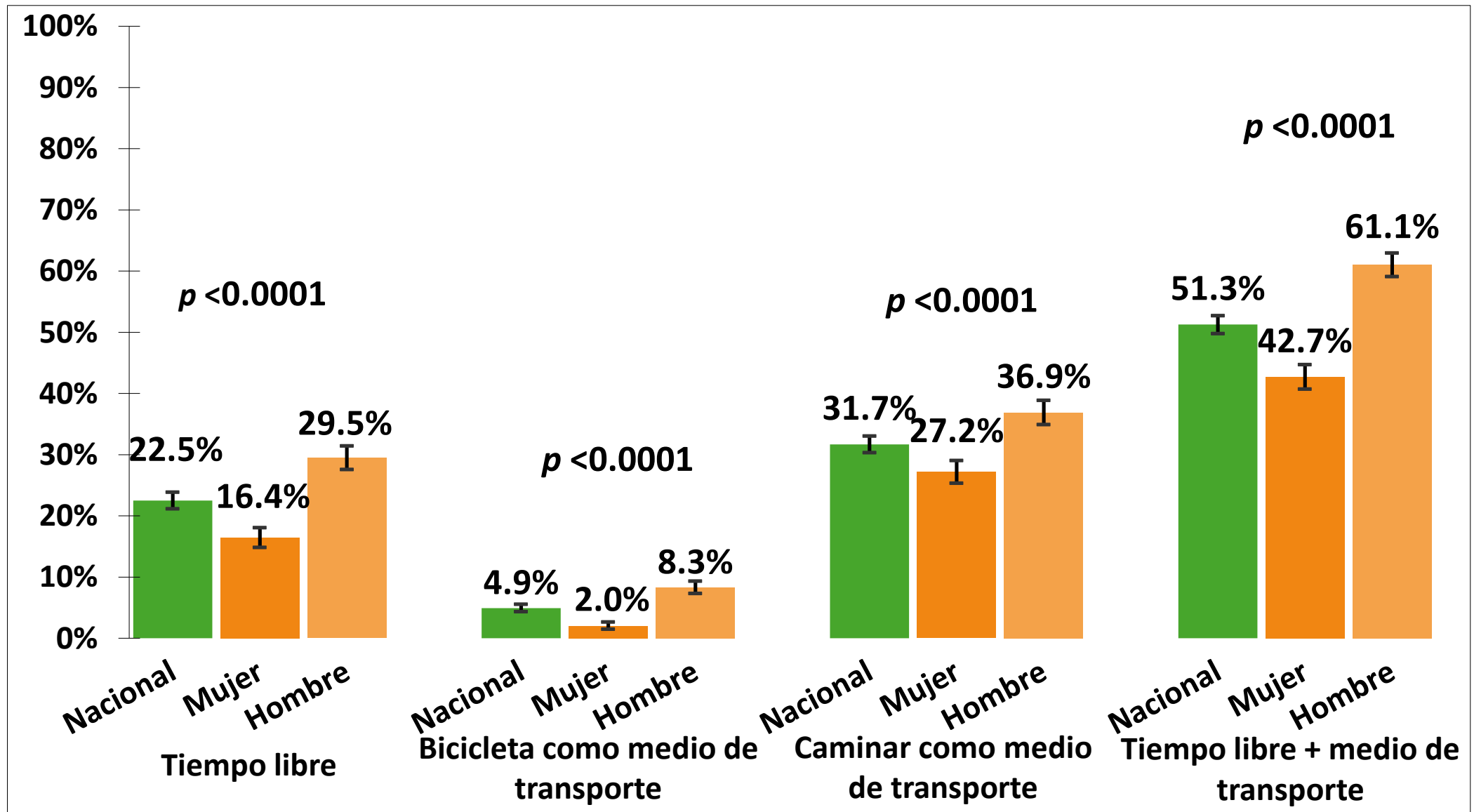
PREVALENCIAS DE CUMPLIR CON RECOMENDACIONES DE ACTIVIDAD FÍSICA EN LA POBLACIÓN DE ADULTOS 18-64 AÑOS



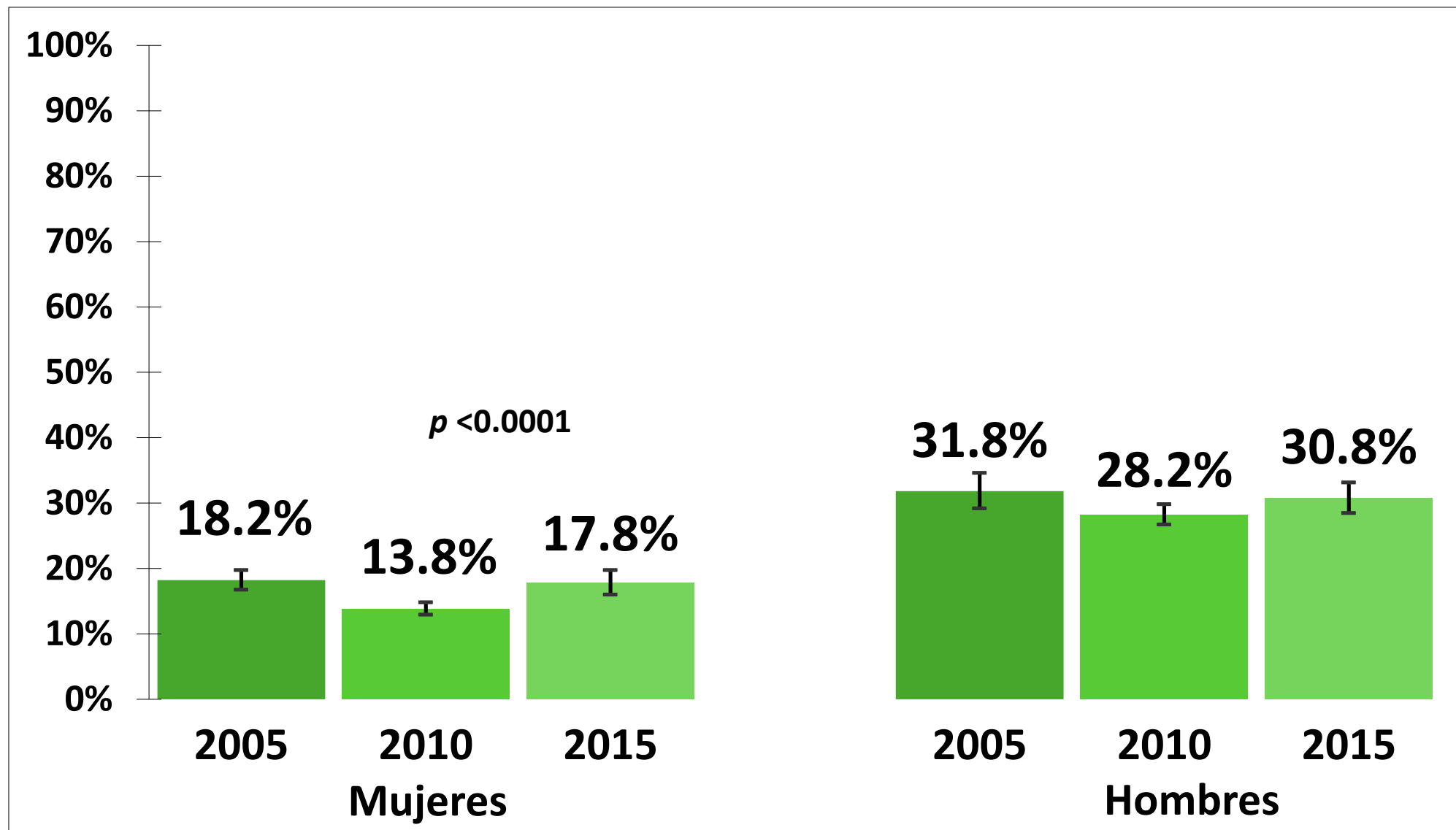
TENDENCIA EN EL TIEMPO DE CUMPLIR CON RECOMENDACIONES DE ACTIVIDAD FÍSICA EN LA POBLACIÓN DE 18 - 64 AÑOS, EN POBLACIONES URBANAS



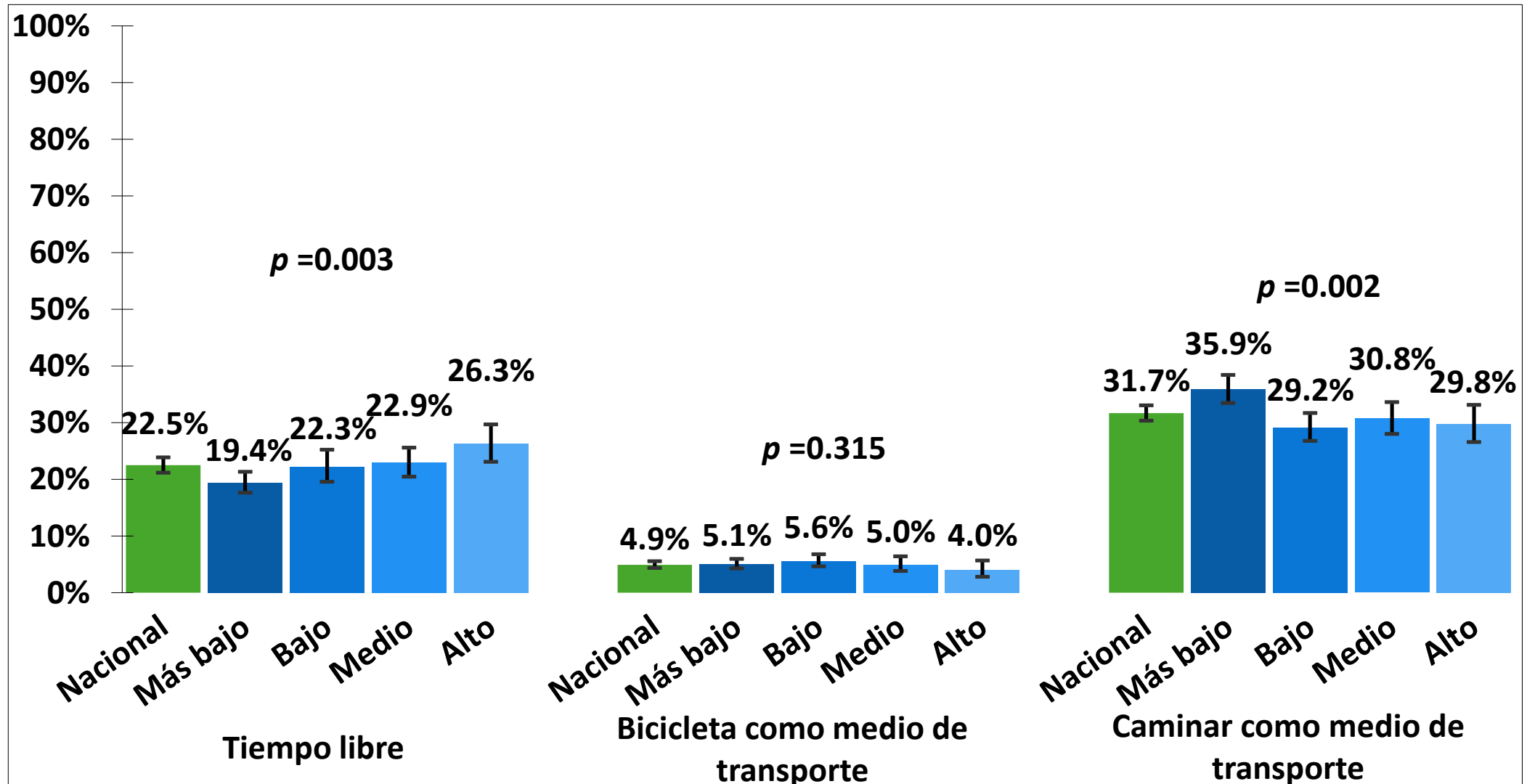
PREVALENCIAS DE CUMPLIR CON RECOMENDACIONES DE ACTIVIDAD FÍSICA EN LA POBLACIÓN DE 18 - 64 AÑOS, BRECHA POR SEXO



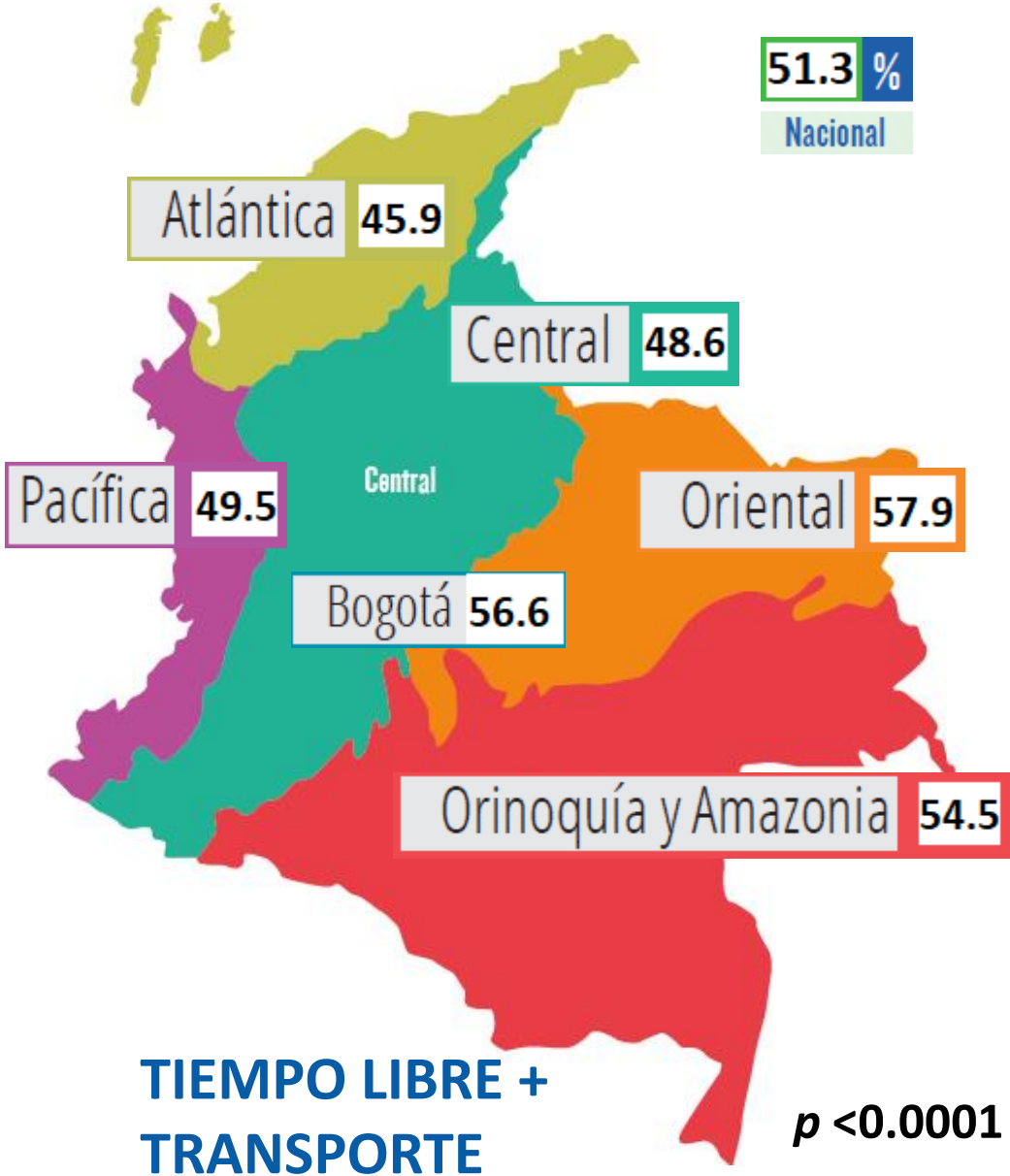
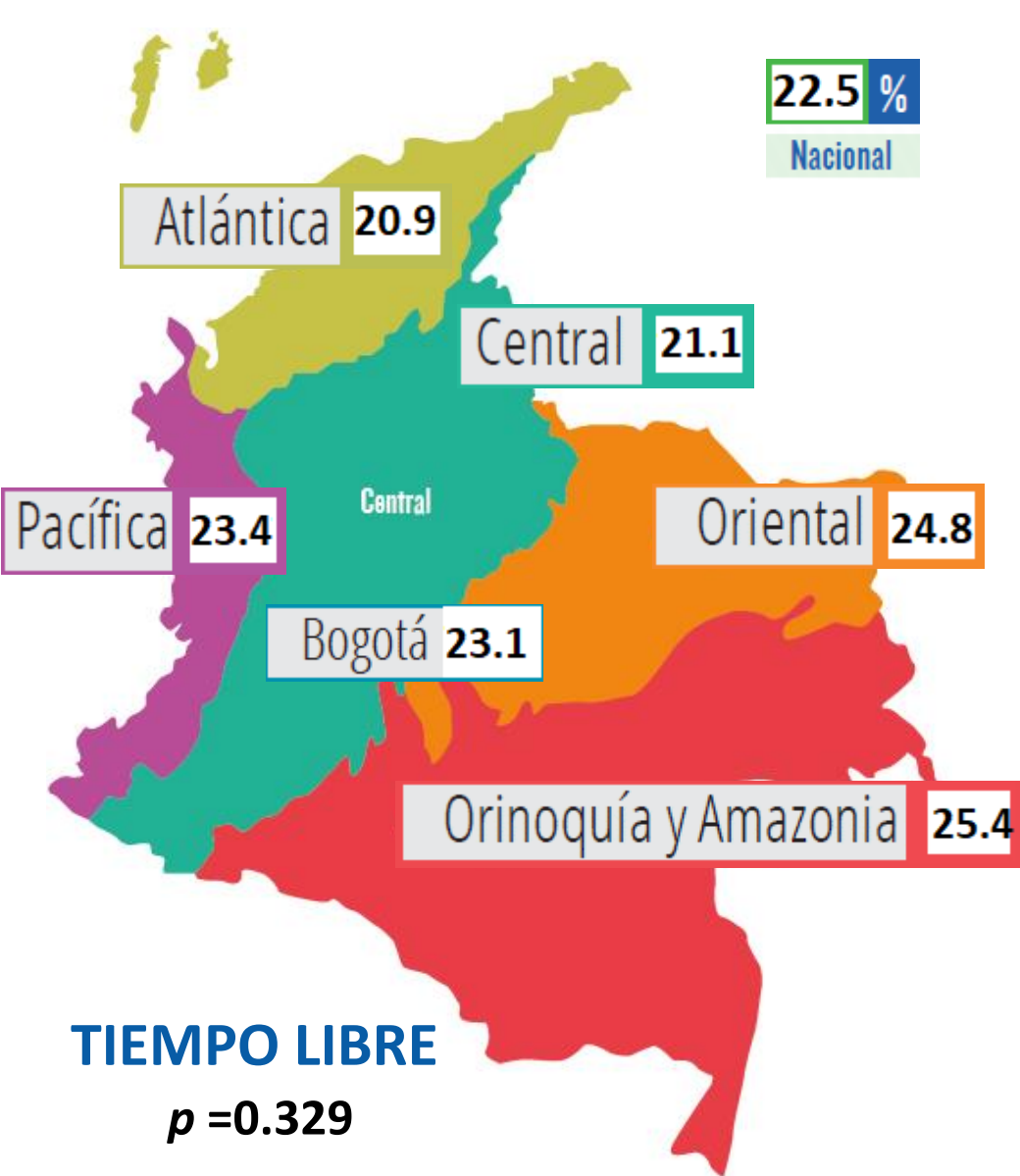
TENDENCIA EN EL TIEMPO DE CUMPLIR CON RECOMENDACIONES DE ACTIVIDAD FÍSICA EN EL TIEMPO LIBRE, BRECHA POR SEXO



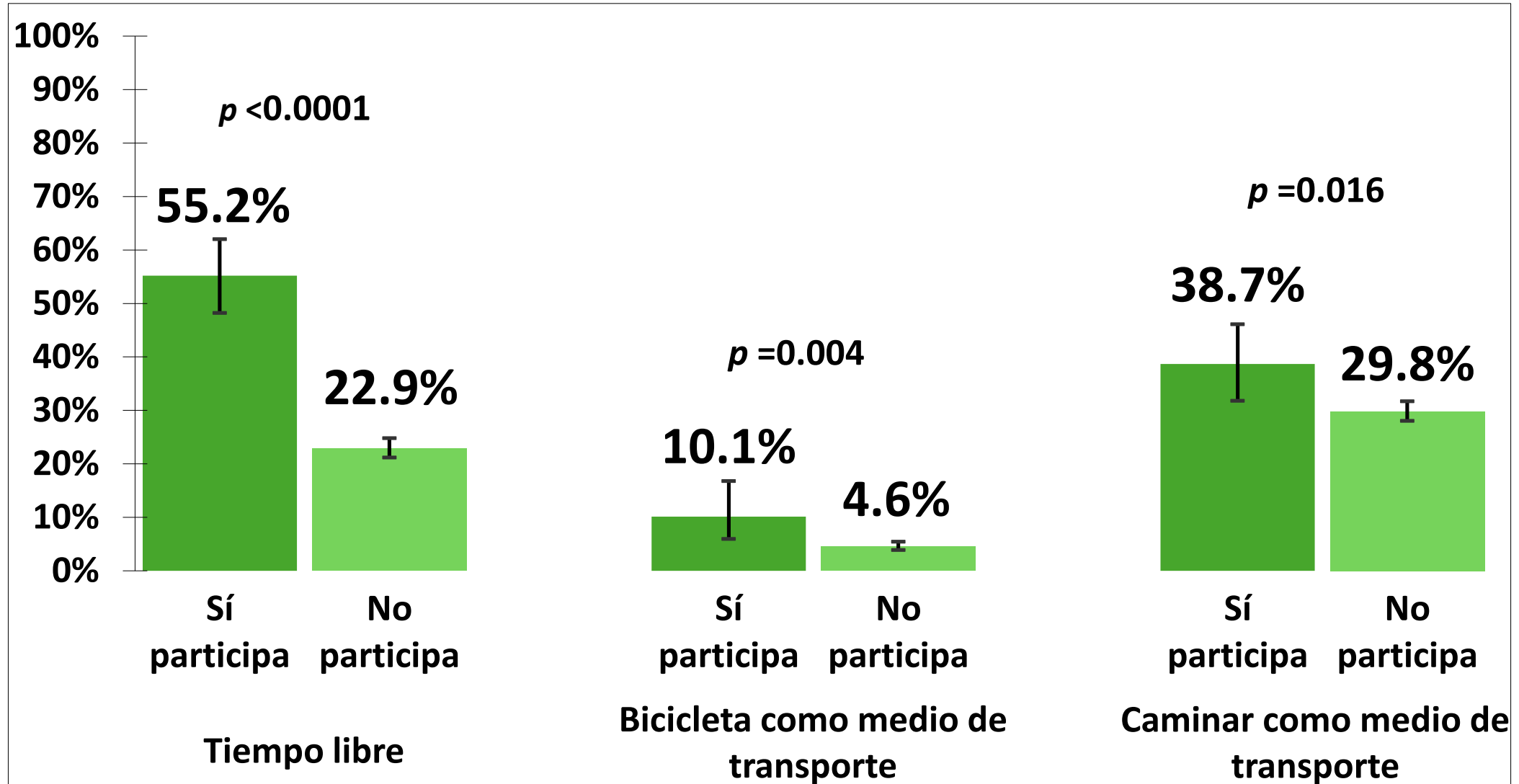
PREVALENCIAS DE CUMPLIR CON RECOMENDACIONES DE ACTIVIDAD FÍSICA EN LA POBLACIÓN DE 18 - 64 AÑOS, BRECHA POR NIVEL SOCIOECONÓMICO



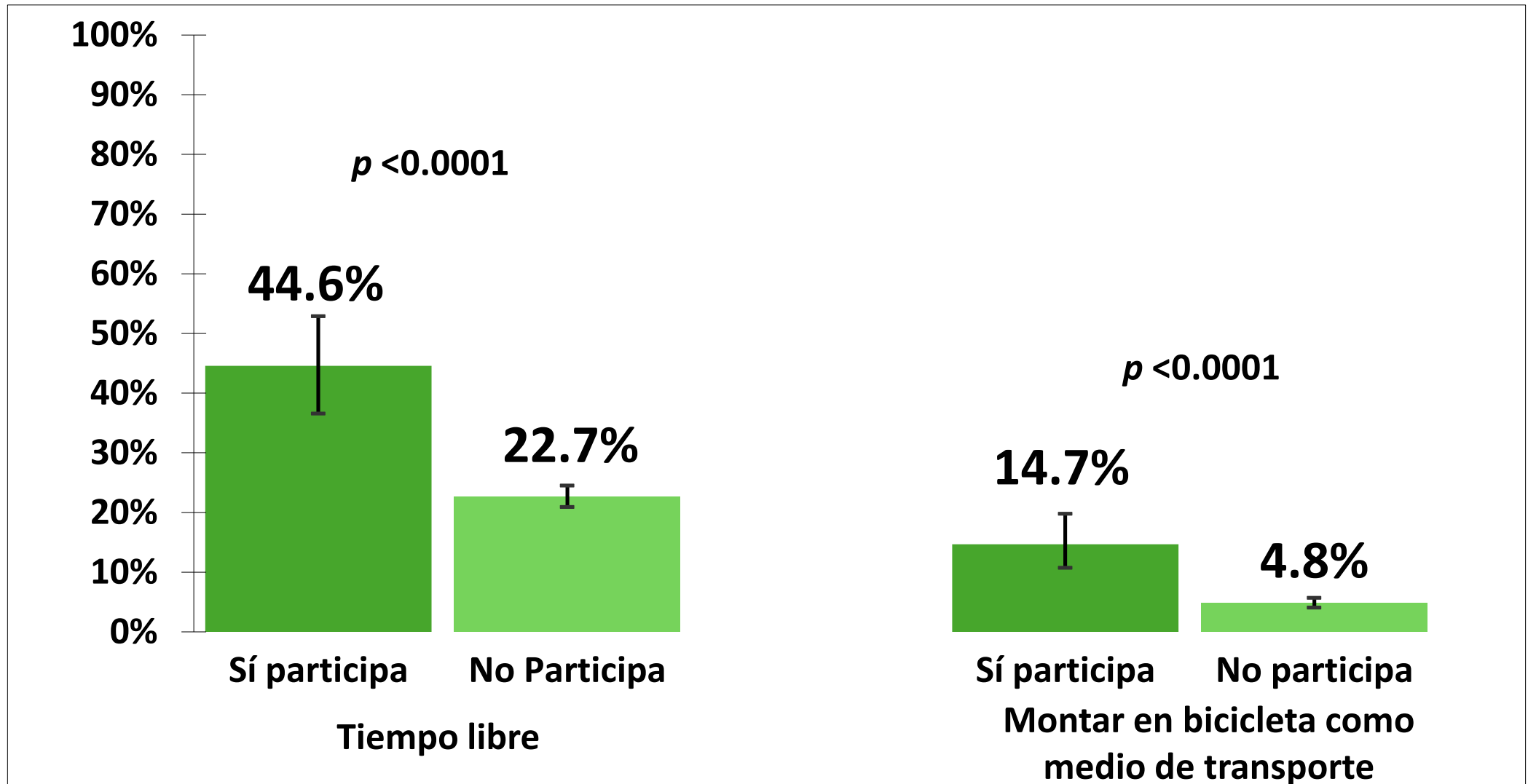
PREVALENCIAS DE CUMPLIR CON RECOMENDACIONES DE ACTIVIDAD FÍSICA EN LA POBLACIÓN DE 18 - 64 AÑOS POR REGIONES DE COLOMBIA



PREVALENCIA DE CUMPLIR CON RECOMENDACIONES DE ACTIVIDAD FÍSICA, EN LA POBLACIÓN DE 18 - 64 AÑOS, SEGÚN PARTICIPACIÓN EN PROGRAMAS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN EL ÚLTIMO MES



PREVALENCIA DE CUMPLIR CON RECOMENDACIONES DE ACTIVIDAD FÍSICA, EN LA POBLACIÓN DE 18 - 64 AÑOS, SEGÚN PARTICIPACIÓN EN PROGRAMAS DE CICLOVÍAS EN EL ÚLTIMO MES



ACTIVIDAD FÍSICA GESTANTES ADULTAS

Población colombiana en gestación de 18 a 45 años

“TESTING”

1. Por favor ingresar a [WWW.MENTI.COM](https://www.menti.com)
2. Ingrese por favor el código proporcionado.



The screenshot shows the Mentimeter logo at the top. Below it, the text "Please enter the code" is displayed above a text input field. The code "228005" is entered in the field and is underlined. A blue "Submit" button is located below the input field. A green arrow points from the left towards the input field, with the text "Ingrese código aquí" (Enter code here) inside it. At the bottom of the interface, the text "The code is found on the screen in front of you" is visible.

Ingrese código aquí

228005

Submit

The code is found on the screen in front of you

Durante la gestación, se recomienda a la mayoría de gestantes la limitación de AF

Recomendaciones de actividad física

En Gestantes Adultas

(≥18 años)

≥ 150 minutos a la semana de actividad física de intensidad

moderada

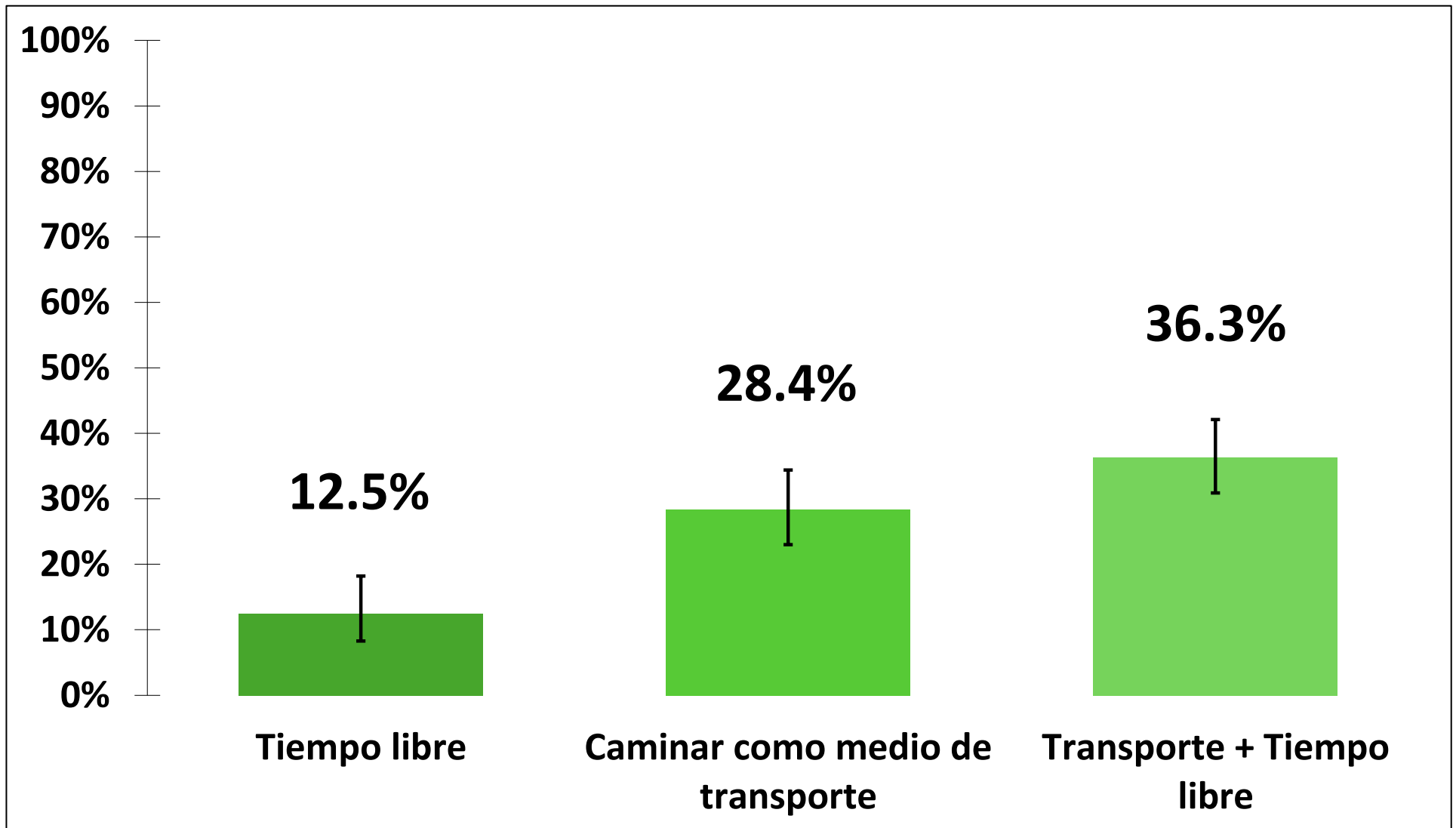
ó

≥ 75 minutos a la semana de actividad física de intensidad vigorosa.

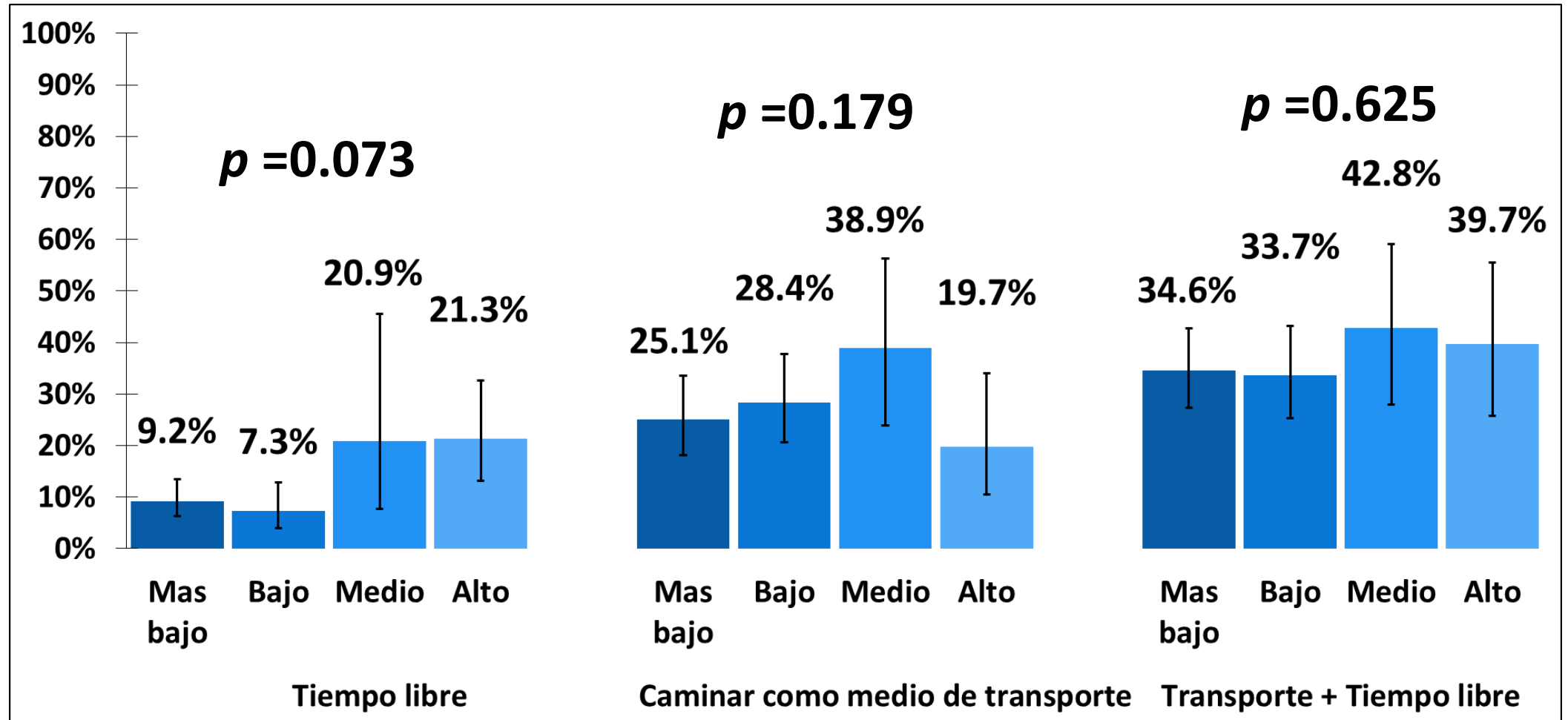
Gestantes **saludables, sin complicaciones**, teniendo en cuenta las precauciones sugeridas por el médico y **evitar** la práctica de **deportes de contacto**



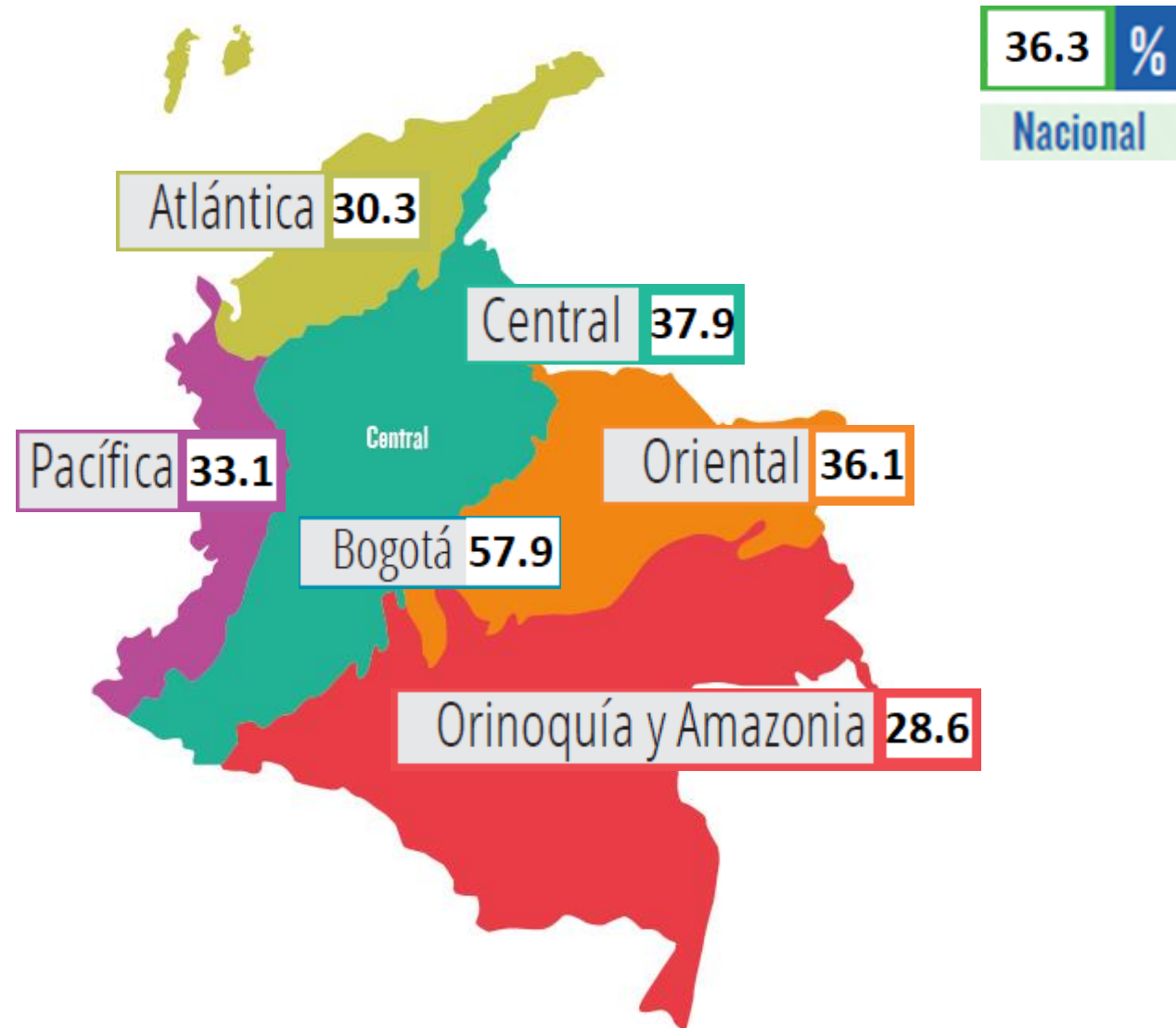
PREVALENCIAS DE CUMPLIR CON RECOMENDACIONES DE ACTIVIDAD FÍSICA EN LA POBLACIÓN DE GESTANTES ADULTAS



PREVALENCIAS DE CUMPLIR CON RECOMENDACIONES DE ACTIVIDAD FÍSICA EN LA POBLACIÓN DE GESTANTES ADULTAS POR NIVEL SOCIOECONÓMICO



PREVALENCIA DE CUMPLIR CON RECOMENDACIONES DE ACTIVIDAD FÍSICA COMO MEDIO DE TRANSPORTE Y EN TIEMPO LIBRE EN LA POBLACIÓN DE GESTANTES ADULTAS POR REGIONES DE COLOMBIA



$P=0.08$

FACTORES ASOCIADOS AL TIEMPO DEDICADO A LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA EN LA POBLACIÓN DE GESTANTES

La disponibilidad de programas de actividad física dirigida se ha asociado con **mayor tiempo** de práctica de la actividad física en el tiempo libre.

RP 1.75 (1.07-2.88)
 $p=0.024$

El tener al menos un hijo se ha asociado con **mayor tiempo** de práctica de la actividad física caminando como medio de transporte.

RP 1.60 (1.14-2.24)
 $p=0.008$

FACTORES ASOCIADOS AL TIEMPO DEDICADO A LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA EN LA POBLACIÓN DE GESTANTES

El tener más de 4 controles prenatales no se asocia con mayor tiempo de práctica de la actividad física como medio de transporte.

RP 0.68 (0.46-1.03) $p=0.068$

COMPORTAMIENTOS SEDENTARIOS ADULTOS

Población colombiana de 18 a 64 años

POBLACIÓN DE ADULTOS

Tiempo excesivo frente a pantallas

Adultos

(18 - 64 años)

≥ 2 Horas diarias de
tiempo no relacionado
con el trabajo

frente a pantallas como TV, computador,
juegos de video, tabletas o celular.

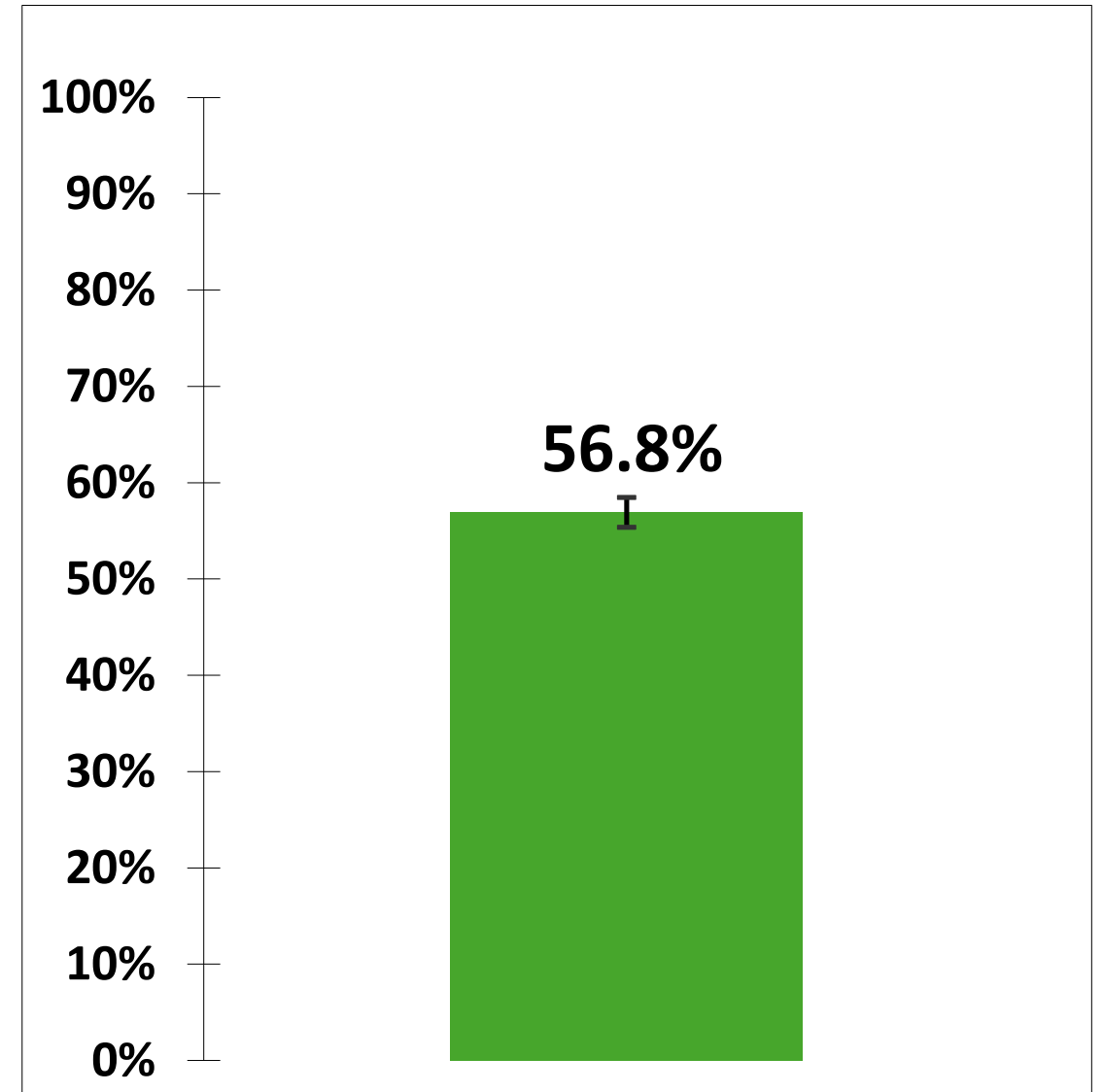


PREVALENCIAS DE TIEMPO EXCESIVO FRENTE A LAS PANTALLAS EN LA POBLACIÓN DE 18 A 64 AÑOS

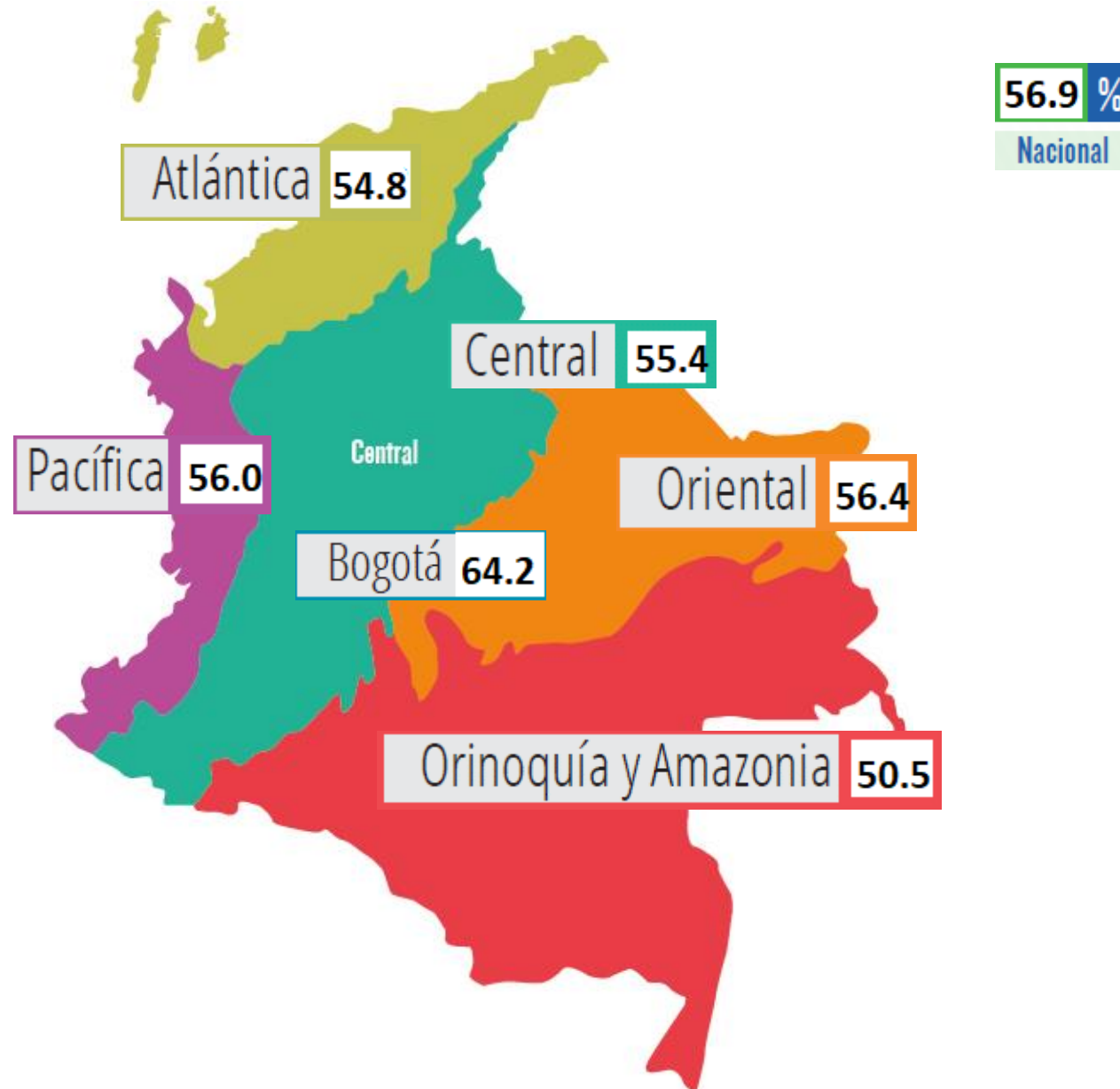
En Colombia,

3 de cada **5** adultos

pasan ≥ 2 horas diarias
frente a las pantallas en
actividades NO
relacionadas con el
trabajo.

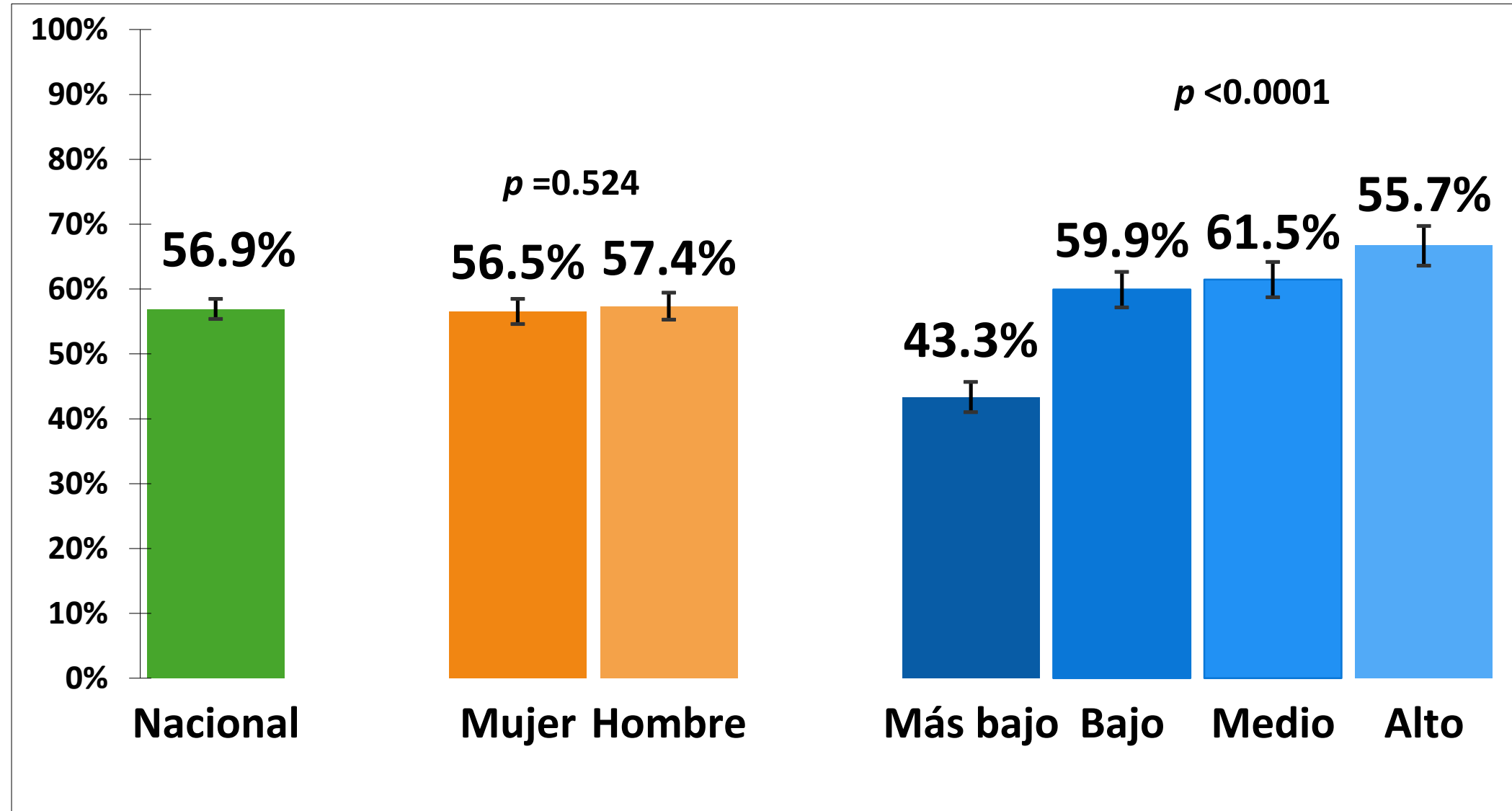


PREVALENCIAS DE TIEMPO EXCESIVO FRENTE A LAS PANTALLAS EN ADULTOS POR REGIONES DE COLOMBIA

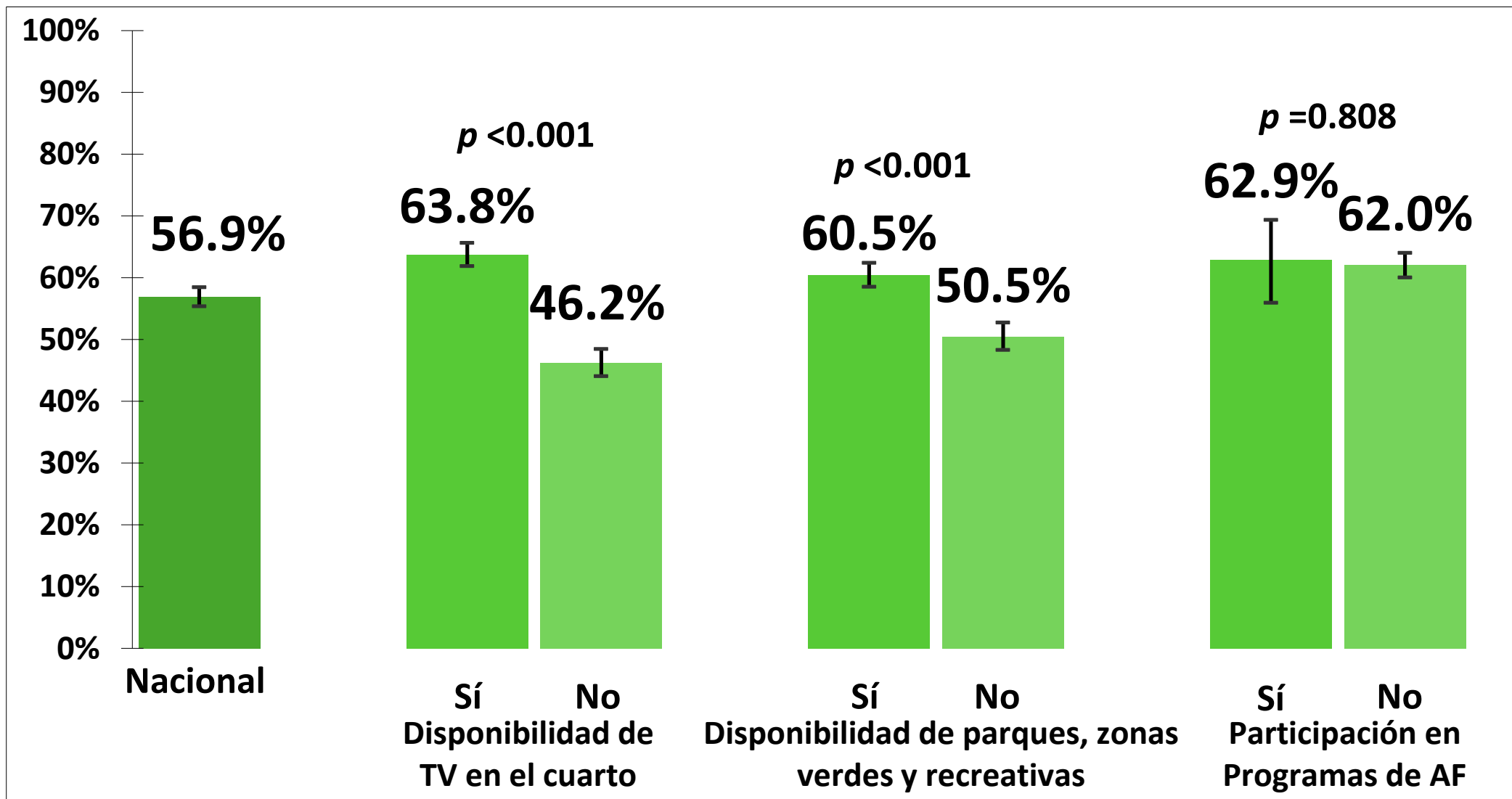


$P=0.02$

NO HAY DIFERENCIAS POR SEXO EN TIEMPO EXCESIVO FRENTE A PANTALLAS Y LOS ADULTOS QUE VIVEN EN HOGARES CON ÍNDICE DE RIQUEZA ALTO TIENEN MAYOR TIEMPO EXCESIVO FRENTE A PANTALLAS



PREVALENCIAS DE TIEMPO EXCESIVO FRENTE A LAS PANTALLAS EN LA POBLACIÓN DE 18 - 64 AÑOS



COMPORTAMIENTOS SEDENTARIOS GESTANTES

Población colombiana de 18 a 45 años

POBLACIÓN DE GESTANTES ADULTAS

Tiempo excesivo frente a las pantallas



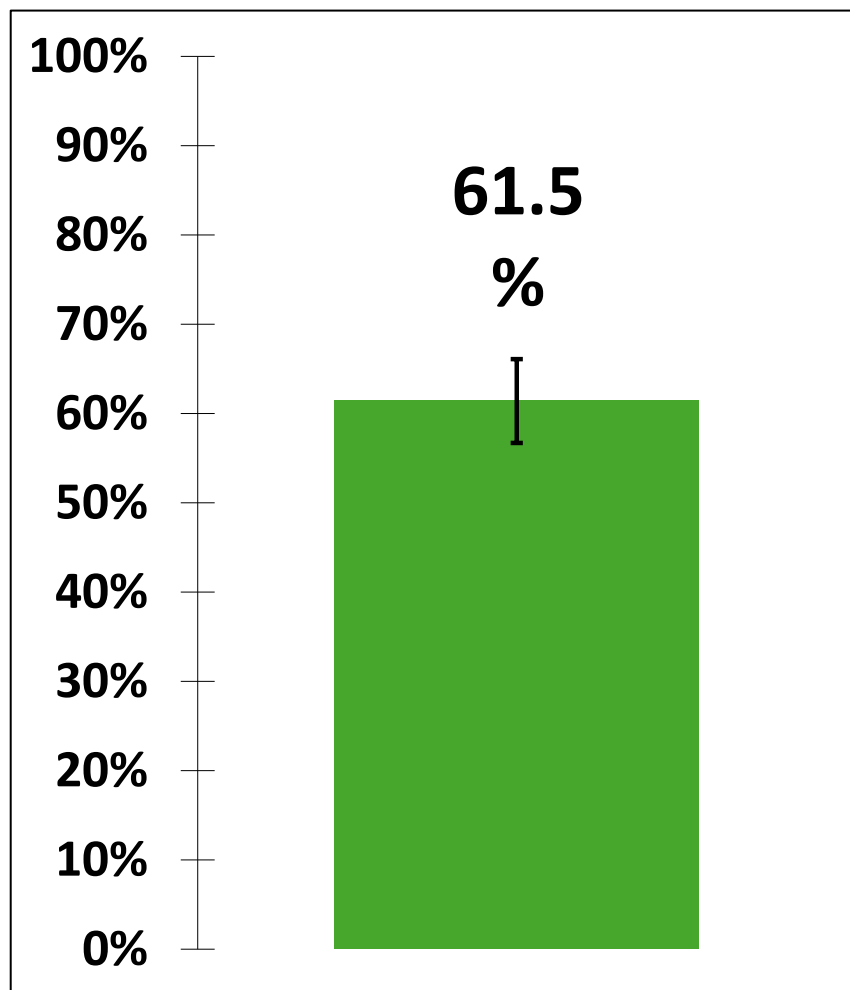
Gestantes Adultas

(≥ 18 años)

≥ 2 horas diarias

de tiempo frente a pantallas como TV, computador, juegos de video, tabletas o celular de actividades no relacionadas con el trabajo.

TIEMPO EXCESIVO FRENTE A LAS PANTALLAS (≥ 2 HORAS) EN LAS POBLACIONES DE GESTANTES ADULTAS

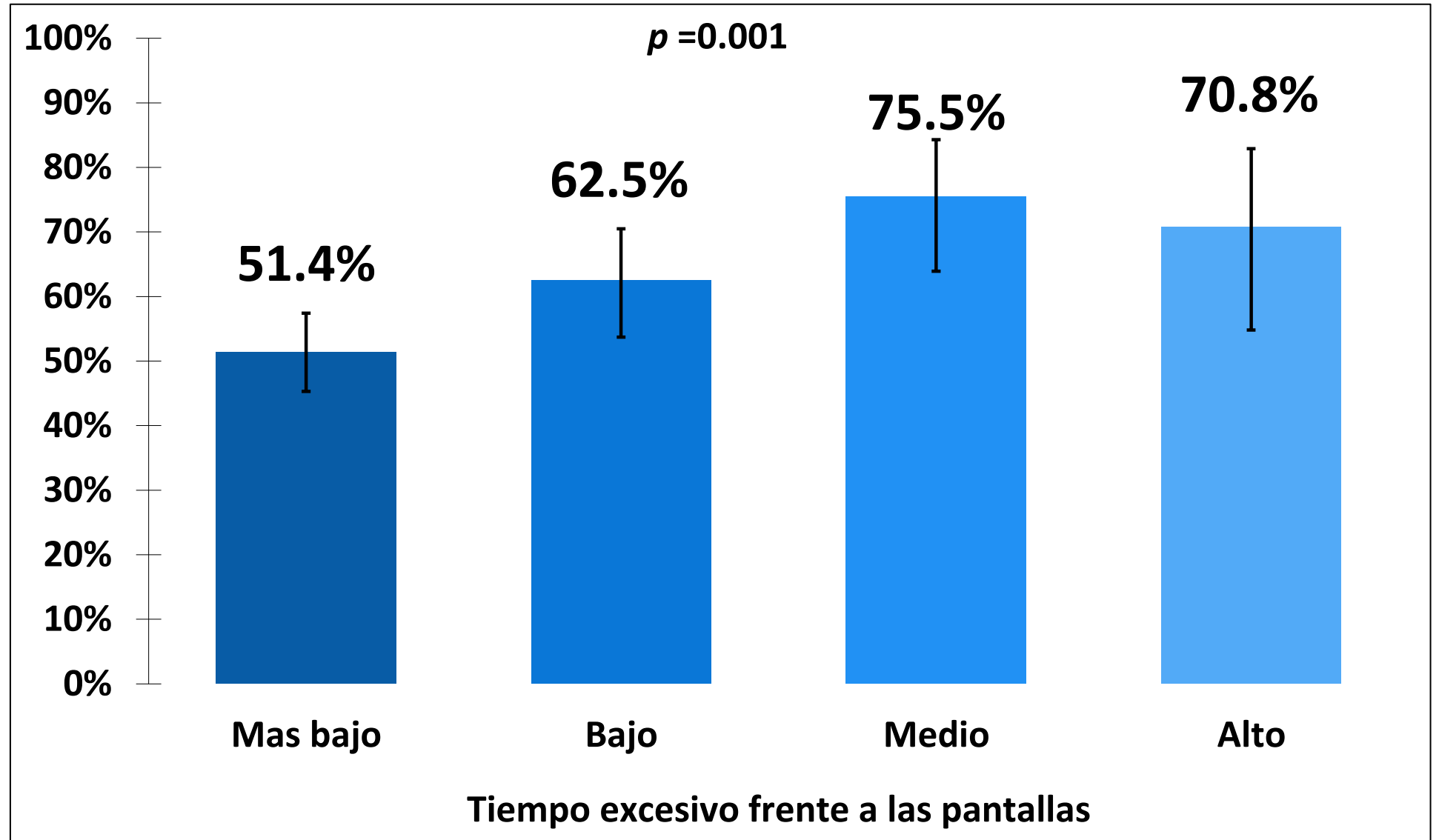


En Colombia,

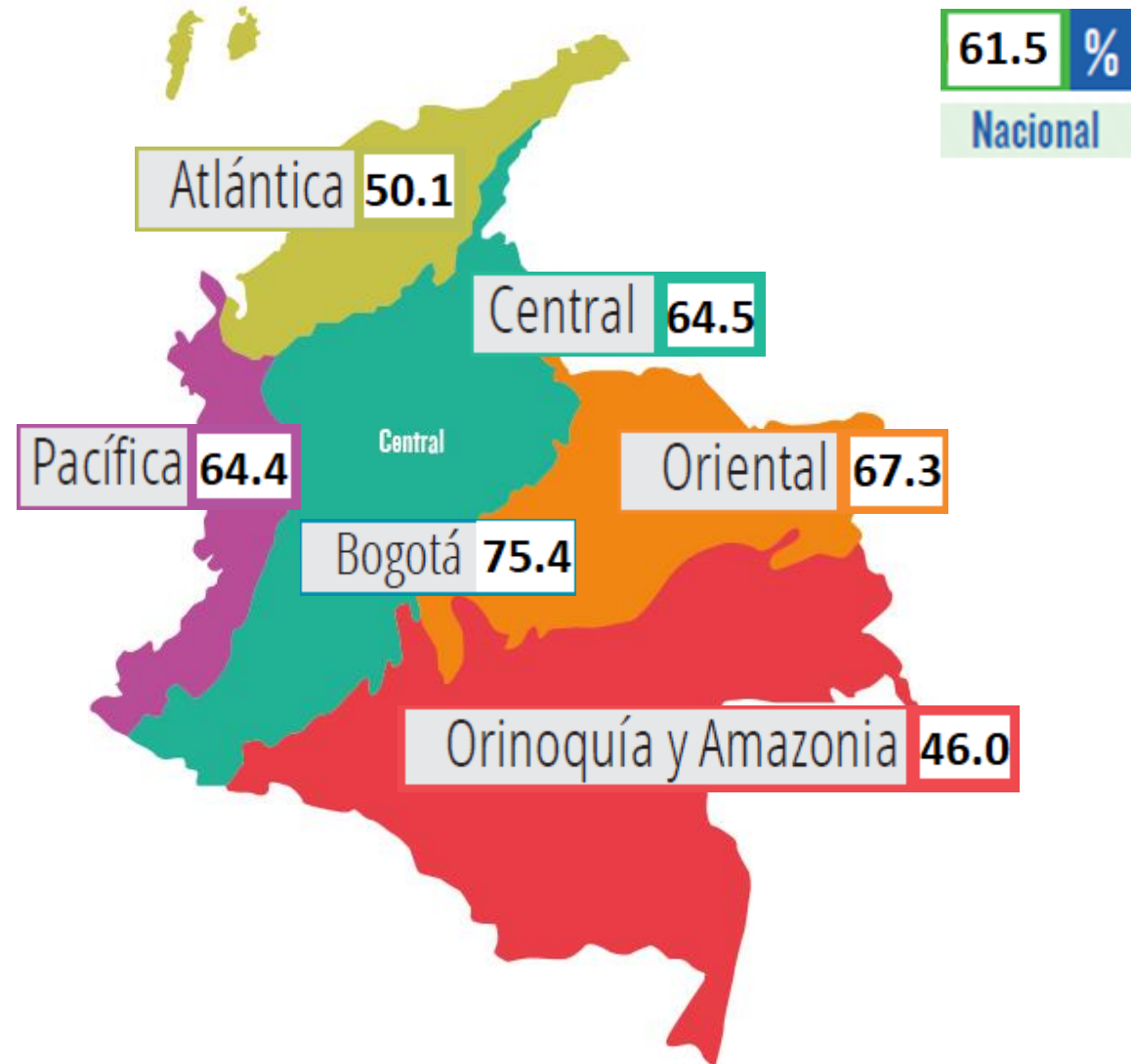
3 de cada **5**

gestantes adultas pasan ≥ 2 horas diarias frente a las pantallas en actividades **NO** relacionadas con el trabajo.

LAS GESTANTES QUE VIVEN EN HOGARES CON ÍNDICE DE RIQUEZA MEDIO Y ALTO TIENEN MAYOR TIEMPO EXCESIVO FRENTE A PANTALLAS



TIEMPO EXCESIVO FRENTE A LAS PANTALLAS EN LA POBLACIÓN DE GESTANTES ADULTAS POR REGIONES DE COLOMBIA



$P=0.02$

CONCLUSIONES

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Pre-escolares

- Sólo 1 de cada 4 niñ@s (26%) de 3-5 años cumplen con las recomendaciones de actividad física
- Desafortunadamente 3 de cada 5 niñ@s (62%) presentan tiempo excesivo frente a pantallas
- Los niñ@s que tienen parques cerca de sus barrios o veredas tienen una prevalencia más alta de cumplir con las recomendaciones de actividad física.
- Los niñ@s que no tienen T.V en el cuarto tienen una prevalencia más alta de cumplir con las recomendaciones de actividad física y menor prevalencia de tiempo excesivo frente a pantallas.
- la Política Pública Nacional de Primera Infancia establece el juego como elemento fundamental dentro de las estrategias de educación inicial para promover el desarrollo integral de la primera infancia.

Escolares y adolescentes

- Sólo 31% de los escolares y 13% de los adolescentes cumplen con las recomendaciones de actividad física
- Desafortunadamente 68% de los escolares y 77% de los adolescentes presentan tiempo excesivo frente a pantallas
- Los adolescentes que reportan al menos 1 día de educación física en el colegio son más activos
- Los escolares y adolescentes que reportan tener T.V. en el cuarto tienen una prevalencia más alta de tiempo excesivo frente a pantallas
 - [...]Tengo dos niños... eso es casi todos los días miran televisión, motivo y razón por qué, prefiero que ellos miren televisión y no estén en la calle (Grupo Focal, AJU, Puerto Nariño).
- El Plan decenal de Salud Pública: A 2021, se debe lograr incluir mínimo 300 minutos de actividad física a la semana en múltiples actividades: en instituciones de formación de niños y jóvenes en la totalidad del sistema educativo
- Recomendar actividades más interactivas con los padres que promuevan el desarrollo adecuado del cerebro, tales como hablar, jugar activamente, cantar y leer juntos

Adultos

- El 51.3% de los adultos cumple con las recomendaciones de actividad física.
 - 22.5%: tiempo libre y esta prevalencia aumentó de 2010 a 2015
 - Acceso a parques, participación en la Ciclovías y en programas actividad física dirigida están asociados con una mayor prevalencia de actividad física en tiempo libre.
- 4.9%: montando en bicicleta como medio de transporte
 - La participación en la Ciclovías y en programas actividad física dirigida están asociados con una mayor prevalencia de actividad física montando en bicicleta.
- 31.7%: caminando como medio de transporte
 - La participación en programas actividad física dirigida está asociados con una mayor prevalencia de cumplir con las recomendaciones de actividad física caminando

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Adultos

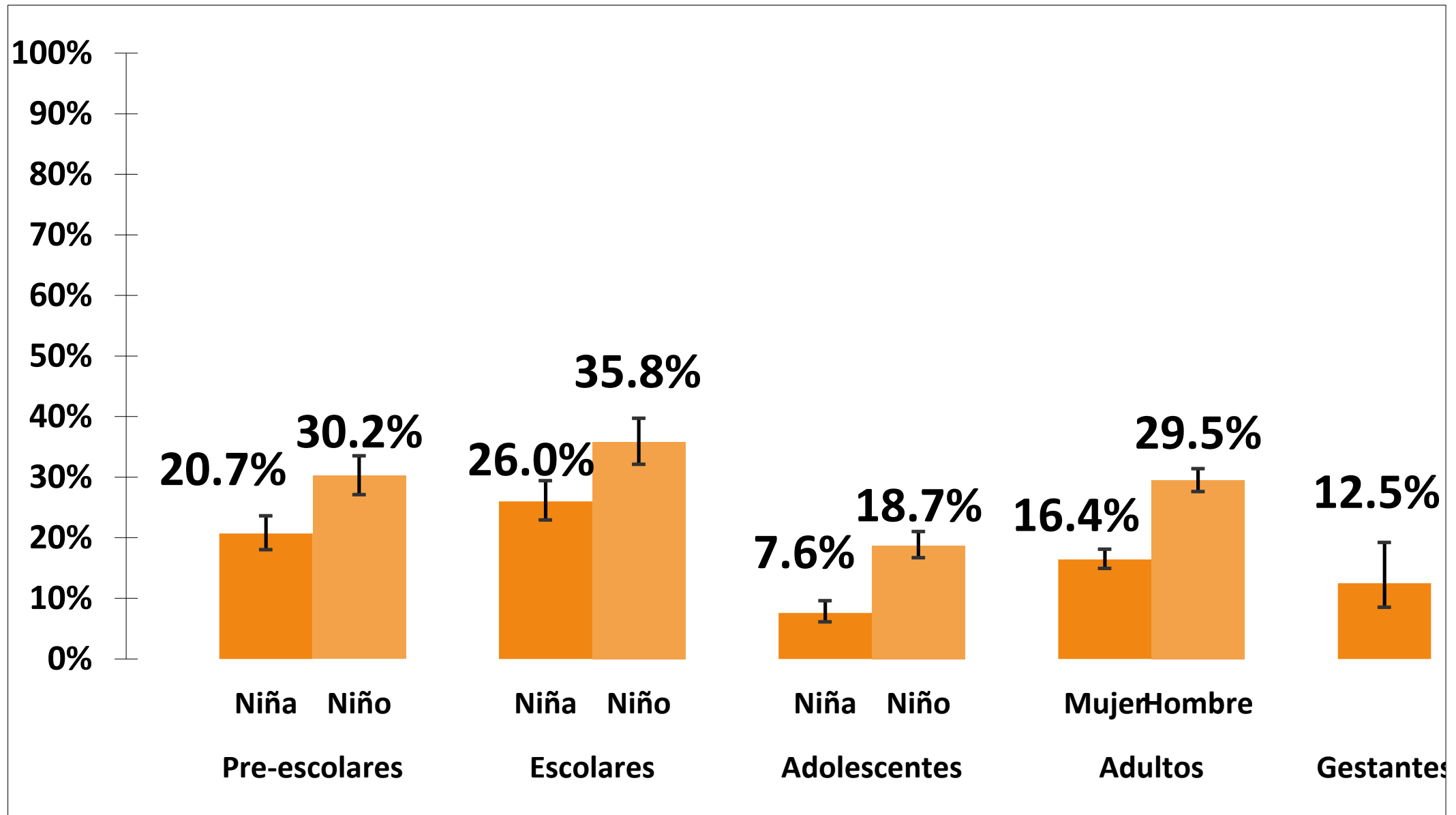
- El 56.9% de los adultos reporta tiempo excesivo frente a las pantallas.
 - Los adultos que tienen televisión en el cuarto y quienes tienen mayor educación pasan mayor tiempo excesivo frente a las pantallas.
- Comisión Intersectorial para la coordinación y orientación superior del fomento, desarrollo y medición de impacto de la actividad física. La comisión está compuesta por representantes de los Ministerios de Salud y Protección Social, Educación Nacional y Cultura y Coldeportes.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Gestantes

- El 36.6% de la población de gestantes cumple con las recomendaciones de actividad física
 - 12.5%: tiempo libre
 - 28.4%: caminando como medio de transporte
- La disponibilidad de programas de actividad física dirigida se ha asociado con mayor tiempo de práctica de la actividad física en el tiempo libre.
- La Ruta Integral de Atención en Salud Materno Perinatal menciona que los programas de control prenatal deben brindar recomendaciones de autocuidado a las gestantes y sus familiares. Sin embargo, en ninguna de estas legislaciones se recomienda la promoción de actividad física en la población gestante.

DESIGUALDADES POR SEXO EN TODOS LOS GRUPOS POBLACIONALES



Encuesta Nacional
de la Situación Nutricional
ENSIN
— 2015

GRACIAS



Pontificia Universidad
JAVERIANA
Colombia



Facultad
de Medicina

15
años

EpiAndes
Grupo de Epidemiología de
la Universidad de los Andes