



JULIO 2016
GACETILLA

LAS MUJERES DE BARILOCHE HACEN MENOS ACTIVIDAD FÍSICA QUE LOS HOMBRES

Un estudio realizado en San Carlos de Bariloche, provincia de Río Negro, y publicado en la revista científica *Global Heart* demuestra que el 77 por ciento de los hombres realiza el nivel de actividad física recomendado para obtener beneficios en salud, mientras que en las mujeres ese nivel es alcanzado por el 68%. El dato surge de una investigación de la que participaron 2000 barilochenses de entre 35 y 74 años que llevó adelante el Centro de Excelencia en Salud Cardiovascular para América del Sur (CESCAS) con la participación local de la Universidad Nacional del Comahue.

“La actividad física es fundamental para ayudar a prevenir enfermedades del corazón (como infartos y accidentes cerebrovasculares), diabetes, cáncer, etc. La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda realizar un mínimo semanal de 150 minutos (no menos de 20 minutos diarios) de actividad física de intensidad moderada, como puede ser una caminata activa. Ese nivel de actividad es el mínimo que se necesita para obtener beneficios en salud”, explicó la Dra. Rosana Poggio, cardióloga e investigadora del CESCAS, dependiente del Instituto de Efectividad Clínica y Sanitaria (IECS) de Buenos Aires y autora principal del artículo publicado por *Global Heart*.

“Las mujeres no sólo realizan menos actividad sino que además practican actividades de menor intensidad. Según este estudio, solo el 50% de las amas de casa, el 64% de los desempleados y el 59% de los jubilados cumplen con el nivel de actividad física recomendado por la OMS, en quienes se observó el menor nivel de actividad”, detalló Poggio.

La información fue obtenida gracias al estudio CESCAS, que se realiza en Argentina, Chile y Uruguay y constituye el primero en analizar a lo largo de varios años el estado de salud de la población del Cono Sur. Para que ese estudio pueda avanzar en el conocimiento de aspectos relevantes de la salud poblacional y que dicho conocimiento permita tomar medidas para que la población pueda vivir más y mejor, 2000 personas de Bariloche están siendo actualmente contactadas por encuestadores entrenados para responder una encuesta. “Les pedimos a todos los participantes del estudio que, cuando sean contactados, acepten participar. Su aporte es fundamental y su opinión es muy importante. Los participantes del CESCAS (que forman parte de este estudio desde el año 2010) están contribuyendo a mejorar la salud de nuestra población y de generaciones futuras”, destaca el Dr. Matías Calandrelli, cardiólogo e investigador del equipo CESCAS Bariloche.

Cabe señalar que la Universidad del Comahue se sumó a CESCAS este año. Profesionales y estudiantes de la carrera de Enfermería del Centro Regional Universitario Bariloche de dicha entidad académica se incorporaron al estudio y están trabajando activamente en su desarrollo en Bariloche.

Sres periodistas: Es muy IMPORTANTE que la población de Bariloche siga participando de este estudio científico que se realiza en distintas ciudades del Cono Sur. ES CLAVE PARA QUE EL CONOCIMIENTO CIENTÍFICO AVANCE. El equipo científico y de difusión de este trabajo ruega REFORZAR ese aspecto en la nota que publique sobre este tema. Gracias.

INFORMACIÓN ADICIONAL SOBRE ESTE ESTUDIO:

- ✓ El estudio CESCAS se realiza en diferentes localidades del **Cono Sur**: Bariloche y Marcos Paz en Argentina; Pando, Barros Blancos y Colonia Nicolich en Uruguay y Temuco en Chile.
- ✓ La investigación es coordinada por el Instituto de Efectividad Clínica y Sanitaria (IECS) de Buenos Aires, a través del Centro de Excelencia en Salud Cardiovascular para América del Sur (**CESCAS**) y cuenta con la participación y el apoyo de la **Universidad Nacional del Comahue** en Argentina; la **Universidad de la Frontera en Chile**; la **Universidad de la República** en Uruguay y la **Universidad de Tulane** en los Estados Unidos.
- ✓ Ha recibido financiamiento del **Instituto Nacional del Corazón, Pulmón y Sangre** (NHLBI) de los Estados Unidos y de la Agencia Internacional de Investigación canadiense (IDRC).
- ✓ La permanencia de los 2000 participantes de Bariloche en este estudio es fundamental. CESCAS prevé un **seguimiento del estado de salud a lo largo del tiempo**. Esa es la gran fortaleza de este tipo de investigación: seguir la evolución de las enfermedades crónicas y sus consecuencias para proponer estrategias tendientes a mejorar la salud poblacional.

CONTACTOS para realizar notas:

En Río Negro:

Universidad Nacional del Comahue. Área de Comunicación institucional del Centro Regional Universitario Bariloche (CRUB): Tel: (294) 442 3374 int 302 Fabián Viegas Barriga.
difusion@crub.uncoma.edu.ar

Lic. Gabriela Letón, investigadora del equipo CESCAS Bariloche. E-mail:
gabyleton@yahoo.com.ar

Dr. Matías Calandrelli, médico cardiólogo, investigador del equipo CESCAS Bariloche. Miembro de la comisión directiva de la Sociedad Argentina de Cardiología y del Servicio de Cardiología del Sanatorio San Carlos. E-mail: matiascalandrelli@yahoo.com.ar, matiascalandrelli@yahoo.com.ar

En Buenos Aires:

Lic. Mariana Comolli, integrante del equipo de comunicación del IECS.
Tel.: (011) 4777-8767 int. 44. E-mail: mcomolli@iecs.org.ar