
**ESTUDIO DE ASOCIACIÓN ENTRE CONDUCTA SEDENTARIA Y
PORCENTAJE DE GRASA CORPORAL EN PREESCOLARES DE 3 A 5 AÑOS
DE LA ESCUELA SAN VALENTÍN DE TALCA**

**PAULA NATALY LUNDIN BUENO
JOSÉ TOMÁS SAN JUAN WILSON
MARÍA PAZ SOTO CÁCERES
ANTONIA DE LAS MERCEDES YÁÑEZ CAMPOS
KINESIÓLOGO**

RESUMEN

El alto nivel de conducta sedentaria (CS) y grasa corporal (GC) son los principales factores de riesgo para la salud de los preescolares en la actualidad. Debido a esto, el objetivo principal de este estudio fue evidenciar si existe asociación entre la CS y %GC en preescolares de la escuela "San Valentín", Talca. Para esto, participaron de manera voluntaria 18 niños y 8 niñas de 3 a 5 años cuyos padres firmaron el consentimiento informado. Se midió el tiempo en CS por medio de encuestas, el estado nutricional y %GC con mediciones antropométricas y pliegues cutáneos. Resultando el promedio de tiempo en CS $7,9 \pm 3$ hrs/día, sobrepasando la prevalencia para esta edad, y el tiempo en pantalla duplicó el valor recomendado. El 65,38% de los preescolares presentó sobrepeso, en cuanto al promedio de %GC fue $21,02 \pm 7,8$ %; y pese a que el 96% de los sujetos pasan más de 5,5 horas en CS, se concluye que no existió asociación entre la CS y el %GC ($p = 1$).

ABSTRACT

High sedentary behavior (SB) and body fat mass (BFM) are the two principal health risk factors present in preschool children. The aim of this study was to evidence if association exists between SB and BFM % in preschoolers belonging to "San Valentín" School, from Talca. Subjecta were 18 boys and 8 girls from 3 to 5 years, who accepted voluntarily to participate and whose legal guardians previously signed informed consent. SB was measured through a survey and nutritional status and %BFM using anthropometric measurements and skin folds. Mean results for SB were $7,9\pm 3$ hrs per day, exceeding prevalence values for this age group, meanwhile screen time doubled recommendations. 65,38% of preschool children were overweight, in regards to %BFM, mean resulted in $21,02\pm 7,8\%$; and even though 96% of our subjects spent more than 5,5 hours in SB, the conclusion of the present study was that no association was found between SB and %BFM ($p = 1$).