

## EVALUACIÓN DEL USO DE LOS PARQUES URBANOS PARA LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA EN RIOHACHA, COLOMBIA.

**EDWIN GONZÁLEZ MOLINA**

Trabajo de Investigación como requisito para optar el título de: Magister en  
Actividad Física y Salud

Tutores

**LILIBETH SANCHEZ GUETTE**  
**ANA PAOLA RIOS CABRA**

### RESUMEN

**Antecedentes:** Los ambientes, las oportunidades o las condiciones de vida de las personas juegan un papel fundamental en la adopción de hábitos y estilos de vida saludable, es así como la accesibilidad a parques y entornos vecinales y comunitarios adecuados influyen en las tasas de actividad física de la población (9); en este sentido, los parques y espacios abiertos son elementos clave a nivel ambiental que pueden facilitar o dificultar la práctica de actividad física, donde la disponibilidad y diseño juegan un rol importante en las decisiones de las personas para un estilo de vida activo durante el tiempo libre. Una de las principales limitaciones de asistencia regular a parques y lugares propicios para la actividad física, es el desconocimiento de las personas sobre las características ambientales que rodean los entornos donde viven; por otro lado, las áreas verdes y espacios públicos abiertos en las ciudades de países de ingresos medios han sido reducidas significativamente por la rápida urbanización que se experimenta, generando cambios a nivel social y comportamental, influyendo de manera negativa en la práctica regular de actividad física.

**Objetivo:** Determinar el uso de los parques urbanos para la práctica de actividad física en Riohacha.

**Materiales y Métodos:** Se realizó un estudio descriptivo de corte transversal en 4 parques de la ciudad. Se utilizó como herramienta de medición el sistema de observación de juego y recreación en comunidades SOPARC, que evalúa los niveles de actividad física, género y curso de vida, Se aplicó el Instrumento Evaluación de Estructuras para la Actividad Física PARA, que evalúa las condiciones del parque, como: accesibilidad, utilización, supervisión y organización de actividades observadas. Los parques se observaron cuatro veces por semana (tres días de la semana y un día de fin de semana), tres veces por día de observación, durante un período de dos semanas, con el fin de obtener una

estimación robusta de los usuarios del parque y la actividad física; las observaciones se realizarán en 3 bloques de tiempo: 6:00 am-9:00 am, 2:00 pm-5:00 pm, y 6:00 pm-9:00 pm. Para el análisis de los datos, fueron digitados en Excel, luego fueron analizados por el programa estadístico SPSS versión 24 (Licencia Universidad Simón Bolívar).

**Resultados:** Un total de 1197 observaciones se realizaron a los 4 parques objeto de estudio y se estudiaron a 6981 visitantes en 57 áreas objetivo. El parque con menos observaciones fue el Parque Entre Ríos con 22,81%, contrario a los parques Coquivacoa y Simón Bolívar. El tamaño de estos parques alcanza los 6711 m<sup>2</sup> y son los que más áreas blancas de estudio presentaron. En el parque Coquivacoa frecuentaron más las personas con 40,12%, contrario, al Parque de la Vida con 9,36% personas observadas. Del total de personas observadas, el 55% corresponden al género masculino y el 45% al femenino. El porcentaje de sedentarismo osciló entre el 9,2% y el 20,5%. Mayores porcentajes de actividad física moderada (79,5%-90,8%) que vigorosa (11,5%-42%) se observaron en los usuarios del parque. La actividad principal en hombres y mujeres fue caminar, con frecuencias de 12,2% y 13,45%, respectivamente.

**Conclusiones:** Se presentan bajos porcentajes en actividades organizadas, que, al fomentarse, incrementarían considerablemente el uso de los parques, y también aumentarían los niveles de actividad física. Se espera que este proyecto anime a las autoridades de la ciudad a continuar con políticas públicas que privilegien el parque como un escenario de promoción de la salud.

**Palabras clave:** actividad física, parques, sedentarismo, género

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Haskell WL, Lee IM, Pate RR, Powell KE, Blair SN, Franklin BA, et al. Physical activity and public health: updated recommendation for adults from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association. *Med Sci Sports Exerc.* 2007; 39:1423-34.
2. Martínez E, Saldarriaga JF, Sepúlveda FE. Actividad física en Medellín: desafío para la promoción de la salud. *Rev. Fac Nac Salud Pública.* 2008; 26(2): 117-23.
3. Organización Mundial de la Salud. Informe Sobre La Situación Mundial De Las Enfermedades No Transmisibles, 2014. Ginebra; 2014.
4. World Health Organization. Global health risks: mortality and burden of disease attributable to selected major risks. Geneva; 2009.
5. Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. Encuesta Nacional de la Situación Nutricional de Colombia, 2010. Bogotá; 2011.
6. González SA, Castiblanco MA, Arias-Gómez LF, Martínez-Ospina A, Cohen DD, Holguin GA, et al. Results from Colombia 2014 report card on physical activity for children and youth. *J Phys Act Health.* 2016; 13(11 Suppl 2): S129-S136.
7. González SA, Castiblanco MA, Arias-Gómez LF, Martínez-Ospina A, Cohen DD, Holguin GA, et al. Results from Colombia's 2016 Report Card on Physical Activity for Children and Youth. *J Phys Act Health.* 2016;13(11 Suppl 2): 129-136.

8. Evenson KR, Wen F, Metzger JS, Herring AH. Physical activity and sedentary behavior patterns using accelerometry from a national sample of United States adults. *Int J Behav Nutr Phys Act.* 2015; 12(20): 1-13.
9. Sallis JF, Cervero RB, Ascher W, Henderson KA, Kraft MK, Kerr J. An ecological approach to creating active living communities. *Annual Review of Public Health.* 2006; 27: 297-322.
10. Gómez L, Sarmiento OL, Parra D, Schmid T, Pratt M, Jacoby E. et al. Characteristics of the built environment associated with leisure-time physical activity among adults in Bogota, Colombia: a Multilevel Study. *J Phys Act Health.* 2010; 7(2): S193-S203.
11. Bocarro JN, Floyd MF, Smith WR, Edwards MB, Schultz CL, Baran P., et al. Social and environmental factors related to boys' and girls' park-based physical activity. *Prev Chronic Dis.* 2015; 18 (12): E97.
12. Ball K, Jeffery R, Crawford D, Roberts R, Salmon J, Timperio A. Mismatch between perceived and objective measures of physical activity environments. *Preventive Medicine.* 2008; 47: 294-98.
13. Cohen DA, McKenzie TL, Sehgal A, Williamson S, Golinelli D, Lurie N. Contribution of public parks to physical activity. *Am J Public Health.* 2007; 97(3): 509-14.
14. Joseph RP, Maddock JE. Observational Park-based physical activity studies: A systematic review of the literature. *Prev Med.* 2016; 89: 257-77.
15. Veitch J, Salmon J, Carver A, Timperio A, Crawford D, Fletcher E. et al. A natural experiment to examine the impact of park renewal on park-use and park-based physical activity in a disadvantaged neighborhood: the REVAMP study methods. *BMC Public Health.* 2014; 14 (600): 1-9.
16. Cohen DA, Marsh T, Williamson S, Derosé KP, Martínez H, Setodji C, et al. Parks and physical activity: why are some parks used more than others? *Prev Med (Baltim).* 2010; 50 (Suppl 1): S9-12.
17. World Health Organization. World health statistics 2017: monitoring health for the SDGs, Sustainable Development Goals. Geneva: World Health Organization; 2017.
18. Ministerio de Salud y Protección Social. Plan Decenal de Salud Pública 2012-2021: La salud en Colombia la construyes tú. Bogotá D.C.; 2013.
19. Torrico E, Santín C, Andrés M, Menéndez S, López MJ. El modelo ecológico de Bronfrenbrenner como marco teórico de la Psicooncología. *Anales de Psicología.* 2002; 18 (1): 45-59.
20. Bauman AE, Reis RS, Sallis JF, Wells JC, Loos RF, Martin BW. Correlates of physical activity: why are some people physically active and others not? *Lancet.* 2012; 380: 258-71.
21. García PF, Herazo BY, TUESCA MR. Factores sociodemográficos y motivacionales asociados a la actividad física en estudiantes universitarios. *Rev. méd. Chile.* 2015; 143(11): 1411-1418.
22. Fox KR, Hillsdon M, Sharp D, Cooper AR, Coulson JC, Davis M, et al. Neighbourhood deprivation and physical activity in UK older adults. *Health & Place.* 2011; 17: 633-640.

23. Van Dyck, Cardon G, Deforche B, Owen N, Sallis J, Bourdeaudhuij I. Neighborhood walkability and sedentary time in Belgian adults. *Am J Prev Med.* 2010; 39(1): 25-32.
24. Cleland V, Ball K, Hume C, Timperio A, King A, Crawford D. Individual, social and environmental correlates of physical activity among women living in socioeconomically disadvantaged neighbourhoods. *Soc Sci Med.* 2010; 70(12): 2011-2018.
25. Varela M, Duarte C, Salazar C, Lema L, Tamayo J. Actividad física y sedentarismo en jóvenes universitarios de Colombia: Prácticas, motivos y recursos para realizar. 2011; 42 (3): 269-277.
26. Vélez C, Vidarte JA, Parra JH. Niveles de sedentarismo en población entre 18 y 60 años en Manizales, Pereira y Armenia, Colombia. *Análisis multivariado. Aquichan.* 2014; 14 (3): 303-315.
27. World Health Organization. Global strategy on diet, physical activity and health. Physical activity. Ginebra, Suiza; 2003.
28. Organización Mundial de la Salud (OMS). Nota descriptiva. Actividad física. Ginebra, Suiza; 2018.
29. Vidarte J, Vélez C, Sandoval C, Alfonso M. Actividad física: estrategia de promoción de la salud. *Hacia la Promoción de la Salud,* 2011; 16 (19): 202-218.
30. García H, Lara F. Equidad en la provisión de espacios públicos abiertos: accesibilidad, percepción y uso entre mujeres de Hermosillo, Sonora. *Sociedad y Ambiente.* 2016; 4 (10): 28-56.
31. República de Colombia. Decreto 1504 de 1998. Manejo del espacio público en los planes de ordenamiento territorial. Bogotá D.C.; 1998.
32. Cardona A, Ramírez A. Utilización del espacio público para la promoción de la actividad física. *Manual Antioqueño de actividad física para la salud. Indeporte Antioquia.* 2011, 33-37.
33. Laatikainen TE, Broberg A, Kytta M. The physical environment of positive places: Exploring differences between age groups. *Prev Med.* 2017; 95: 85-91.
34. Tu H, Liao X, Schuller K, Cook A, Fan S, Lan G, et al. Insights from an observational assessment of park-based physical activity in Nanchang, China. *Prev Med Rep.* 2015; 2: 930-934.
35. Herazo BY, Campo TL, García PF, Suarez VM, Méndez O, Vásquez DF. Estilos de vida saludables de niños, niñas y adolescentes de Barranquilla. *Salud Uninorte.* 2017; 33 (3): 419-428.
36. Evenson KR, Jones SA, Holliday KM, Cohen DA, McKenzie TL. Park characteristics, use, and physical activity: A review of studies using SOPARC (System for Observing Play and Recreation in Communities). *Prev Med.* 2016; 86: 153-66.
37. Schultz CL, Wilhelm Stanis SA, Sayers SP, Thombs LA, Thomas IM. A longitudinal examination of improved access on park use and physical activity in a low-income and majority African American neighborhood park. *Prev Med.* 2017; 95: S95-S100.
38. Bird ME, Datta GD, van Hulst A, Kestens Y, Barnett TA. A reliability assessment of a direct-observation park evaluation tool: the parks, activity and recreation among kids (PARK) tool. *BMC Public Health.* 2015; 15 (906): 1-8.



39. Cohen DA, Han B, Derose K, Williamson S, Marsh T, Rudick J, et al. Neighborhood poverty, park use, and park-based physical activity in a Southern California city. *Soc Sci Med*. 2012; 75 (12): 2317-25.
40. Ministerio de la Protección Social. Departamento Administrativo del Deporte, la Recreación, la Actividad Física y el Aprovechamiento del Tiempo Libre, COLDEPORTES. Asociación Colombiana de Medicina del Deporte. Hábitos y Estilos de Vida Saludable. Tomo 2. Documento técnico con los contenidos de direccionamiento pedagógico para la promoción de hábitos de vida saludable, con énfasis en alimentación saludable y el fomento de ambientes 100% libres de humo de cigarrillo a través de la práctica regular de la actividad física cotidiana, dirigidos a los referentes de las entidades territoriales. Bogotá, Colombia, 2011.
41. Ministerio de Salud. Salud Pública. Resolución 578/2013. Créase el Programa Nacional de Lucha contra el Sedentarismo. Bogotá, Colombia. 2013.
42. Cohen DA, Han B, Nagel CJ, Harnik P, McKenzie TL, Evenson KR, et al. The first national study of neighborhood parks: Implications for physical activity. *Am J Prev Med*. 2016; 51(4): 419-426.
43. Chacón F, Corral JA, Ubago JL. Uso de espacios públicos para la práctica de actividad física. influencia de variables sociodemográficas en personas adultas. *Journal of Sports Economics & Management*. 2017; 7 (3): 120-129.
44. McKenzie TL, Cohen DA, Sehgal A. System for Observing Play and Recreation in Communities (SOPARC): reliability and feasibility measures. *J. Phys. Act. Health*. 2006; 3 (Suppl.1): S208–S222.
45. Cohen DA, Setodji C, Evenson KR. How much observation is enough? Refining the administration of SOPARC. *J. Phys. Act. Health*. 2011; 8(8): 1117–1123.
46. Sarmiento OL, Ríos AP, Páez DC, Quijano K, Fermino RC. The recreovía of Bogotá, a community-based physical activity program to promote physical activity among women: Baseline Results of the Natural Experiment Al Ritmo De Las Comunidades. *Int J Environ Res Public Health*. 2017; 14(6): 1-15.
47. Herazo BY, Pinillos Y, Vidarte J, Crissien E, Suarez D, Garcia R. Predictors of perceived barriers to physical activity in the general adult population: a cross-sectional study. *Braz J Phys Ther*. 2017; 21(1): 44-50.
48. Pinillos PY, Herazo BY, Vidarte CJ, Suarez PD, Crissien QE, Rodríguez PC. Factores asociados a la inactividad física en personas adultas de Barranquilla (Colombia). *Salud Uninorte*. 2014; 30 (3): 418-430.



Anexo 4 Escaneo Preparación De La Observación Del Parque Entre Ríos









Auexo 9 Eacanso Preparaclén De La OF •vacldn Del Parque Coquivacoa

