



UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS
PRIMER CLAUSTRO UNIVERSITARIO DE COLOMBIA
BUCARAMANGA

VIGILADA MINEDUCACIÓN - SNIES: 1705

ACREDITACIÓN
INSTITUCIONAL
DE ALTA CALIDAD
MULTICAMPUS

Res. MEN No. 01456 del 29 de enero de 2016

Vigencia por seis años



UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS
PRIMER CLAUSTRO UNIVERSITARIO DE COLOMBIA
BUCARAMANGA

VIGILADA MINEDUCACIÓN - SNIES: 1705



Facultad de Cultura Física, Deporte y
Recreación

**Grupo de Investigación Ser, Cultura y
Movimiento**

DATOS BÁSICOS GRUPO SER CULTURA Y MOVIMIENTO

Año y mes de formación	Febrero de 2010 ←
Líder	Luis Gabriel Rangel Caballero ←
Clasificación	B ←
Área de conocimiento	Ciencias médicas y de la Salud – Ciencias de la salud – Ciencias del deporte ←
Líneas de investigación	Expresiones motrices Administración deportiva

INTEGRANTES DEL GRUPO SER CULTURA Y MOVIMIENTO

Nombre	Formación	Categoría (Conv. 833)
Luis Gabriel Rangel Caballero	Magíster en Actividad Física y Deporte	Asociado
Juan Carlos Sánchez Delgado	Magíster en Ciencias de la Actividad física y del Deporte,  Candidato a Doctor en Rehabilitación y Desempeño Funcional	Asociado
Alba Liliana Murillo López	Magíster en Intervención Integral en el Deportista, Candidata a Doctora en Educación 	Junior
Mike William Barreto Becerra	 Doctor en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte	Junior
Diana Marcela Aguirre Rueda	Doctora en Fisiología	Integrante del grupo con Doctorado
Manuel Alejandro Pérez Bernal	Magíster en Educación	Integrante del grupo con Maestría
Mónica Andrea García	Magíster en Educación	Integrante del grupo con Maestría
Daniel García González	Magíster en Actividad Física y Salud	Integrante del grupo con Maestría
Nelson Ariel Niño	Especialista en Administración Deportiva	

Convocatoria

Semilleros de Investigación

Semillero

Actividad física en el adulto mayor

- Valorar de manera integral la población de adultos mayores de Bucaramanga y su área metropolitana para el mejoramiento de la calidad de vida del adulto mayor.

Horario
Viernes 8:00 a.m. - 10:00 a.m.

Información e inscripción
Diana Marcela Aguirre
diana.aguirre@ustabuca.edu.co

www.ustabuca.edu.co

Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación



Convocatoria

Semilleros de Investigación

Semillero

Factores de riesgo comportamentales asociados a enfermedades crónicas no transmisibles

- Promover la investigación formativa en actividad física, labores recreativas y dieta saludable.

Horario
Miércoles 2:00 p.m. - 4:00 p.m.

Información e inscripción
Luis Gabriel Rangeli Caballero
luisrangel@ustabuca.edu.co

www.ustabuca.edu.co

Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación



Convocatoria

Semilleros de Investigación

Semillero

Actividad física, tiempo libre, educación y sociedad en medio ambiente natural

- Generar espacios para la creación de conocimiento científico que aporte a la población que interactúa con la actividad física en el medio natural.

Horario
Lunes 2:00 p.m. - 4:00 p.m.
Martes 5:00 a.m. - 6:00 p.m.

Información e inscripción
Alba Linae Martínez
alba.martinez@ustabuca.edu.co

www.ustabuca.edu.co

Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación



Convocatoria

Semilleros de Investigación

Semillero

Actividad física y salud "SIASF"

- Promover la investigación formativa en el área de la actividad física relacionada a la salud.

Horario
Lunes 10:00 a.m. - 12:00 p.m.
Martes 1:00 p.m. - 2:00 p.m.

Información e inscripción
Juan Carlos Sánchez
juansanchez@ustabuca.edu.co

www.ustabuca.edu.co

Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación



Convocatoria

Semilleros de Investigación

Semillero

La ciencia del movimiento

- Promover la investigación formativa en el área de las ciencias aplicadas a la actividad física y el deporte.

Horario
Martes 3:00 p.m. - 5:00 p.m.

Información e inscripción
Rubén Darío Palgarín Araque
ruben.palgarin@ustabuca.edu.co

www.ustabuca.edu.co

Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación



Convocatoria

Semilleros de Investigación

Semillero

Mujer y deporte

- Promover un espacio de investigación, discusión y construcción de consenso sobre el papel que desempeña la mujer como agente principal en el deporte, el ejercicio físico, la actividad física y la recreación.

Horario
Jueves 2:00 p.m. - 4:00 p.m.

Información e inscripción
Daniel García González
daniel.garcia@ustabuca.edu.co

www.ustabuca.edu.co

Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación



Convocatoria

Semilleros de Investigación

Semillero

Pedagogía y didáctica de la educación física

- Perfeccionar las técnicas investigativas en la adquisición y aplicación de temas relacionados a la teoría en la pedagogía y didáctica.

Horario
Miércoles 10:00 a.m. - 11:00 a.m.

Información e inscripción
Nelson Ariel Nilo
Alfredo Pérez Bernal
narelson@ustabuca.edu.co
manuel.perez@ustabuca.edu.co

www.ustabuca.edu.co

Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación



Convocatoria

Semilleros de Investigación

Semillero

Fluctuaciones del entrenamiento integrado, teoría y práctica

- Analizar las diferentes teorías que se relacionan con el rendimiento deportivo.

Horario
Lunes 1:00 p.m. - 3:00 p.m.

Información e inscripción
Eduin Halley Peinado
eduinpeinado@ustabuca.edu.co

www.ustabuca.edu.co

Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación



Semilleros de Investigación Articulados al Grupo

TEMÁTICAS PRINCIPALES

POBLACIÓN

Factores de riesgo comportamentales asociados a ENT	Actividad física – Conducta sedentaria	Variables relacionadas con el deporte	Patrones de carrera	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Estudiantes universitarios ▪ Adolescentes y niños escolarizados ▪ Trabajadores ▪ Adultos mayores ▪ Deportistas (Fútbol – judo – boxeo) ▪ Senderistas ▪ Indígenas Wayúu
	Tabaquismo		Suplementación deportiva	
	Consumo perjudicial de alcohol		Entrenamiento tipo HIIT	
	Hábitos alimentarios		Kinesiotaping	
Factores de riesgo biológico asociados a ENT	Sobrepeso/obesidad	Variables relacionadas con las ciencias de la salud	Rehabilitación cardiaca	
	Hiper glucemia		Calidad de vida	
	Hipertensión		Riesgo de caídas	
	Hipercolesterolemia		Actitudes y motivaciones hacia el ejercicio físico	
Aptitud física (salud) y Condición física funcional	Capacidad aeróbica	Variables relacionadas con el desempeño académico	Parámetros de seguridad en programas de EF	
	Fuerza resistencia/Fuerza explosiva/Fuerza de agarre		Nivel académico	
	Flexibilidad		Rendimiento académico	
	Composición corporal (IMC, % Grasa, CC)		Tiempo de lectura	

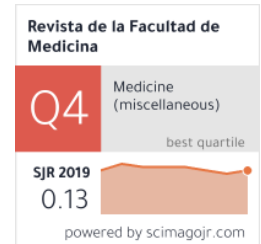
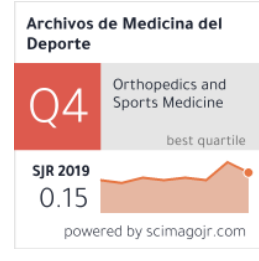
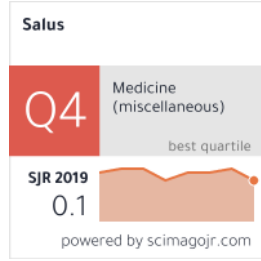
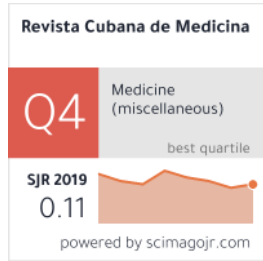
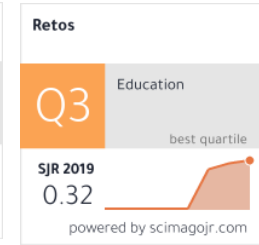
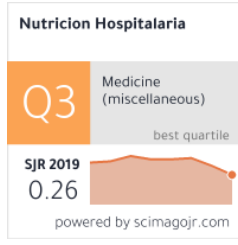
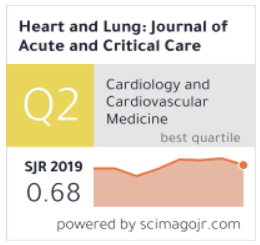
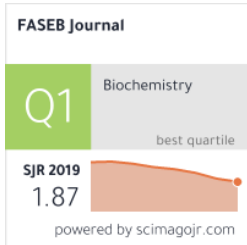
PROYECTOS EN CONVOCATORIAS INTERNAS Y EXTERNAS 2019 - 2021

<p>Eficacia del entrenamiento visual en las habilidades físicas y funciones visuales de adultos mayores del programa de acondicionamiento físico Universidad Santo Tomás seccional Bucaramanga 2019</p>	<p>Composición corporal y su asociación con factores de riesgo comportamentales asociados a enfermedades crónicas no transmisibles en estudiantes universitarios panameños 2019</p>	<p>Efecto agudo, crónico y residual del ejercicio tipo hiit sobre niveles de glucosa, tensión arterial y estrés oxidativo del grupo de adultos mayores físicamente activos de la Universidad Santo Tomás 2019</p>
<p>Efecto de 8 y 12 semanas de acondicionamiento físico sobre la capacidad funcional en sujetos que han sido sometidos a revascularización coronaria 2019</p>	<p>Prevalencia de factores de riesgo cardiovascular en practicantes de senderismo en Colombia 2020</p>	<p>Asociación entre la fuerza prensil, parámetros hemodinámicos y rigidez arterial en sujetos con síndrome metabólico 2020</p>
<p>Relación entre el rendimiento académico, hábitos de lectura, comprensión lectora y factores de riesgo conductuales en estudiantes universitarios colombianos de educación física, deporte y recreación 2020</p>	<p>Impacto del monitoreo de bioseñales en la efectividad del entrenamiento antes, durante y después de atletas de la Universidad Santo Tomas 2020</p>	<p>Aptitud física, factores de riesgo comportamentales asociados a enfermedades crónicas no transmisibles y antecedentes de participación en clases de educación física en estudiantes universitarios de primer año de la universidad Santo Tomás, Bucaramanga 2020</p>
<p>Detección temprana en población juvenil universitaria en riesgo por aumento de presión arterial desde los determinados proximales de la salud en la ciudad de Bogotá 2021</p>	<p>Caracterización y correlación de la condición Física, Niveles de Actividad Física, Perfil de Estados de Ánimo y Factores de Riesgo Cardiovascular en trabajadores de la USTA COLOMBIA posterior al periodo de confinamiento POSTPANDEMIA 2021</p>	<p>ACTIVIDAD FÍSICA Y PARQUES EN BUCARAMANGA, CARACTERIZACIÓN Y FACTORES RELACIONADOS CON SU USO COLCIENCIAS</p>

PROYECTOS EN CONVOCATORIAS DE SEMILLEROS 2018 - 2021

<p>Composición Corporal en Senderistas de Bucaramanga y Área Metropolitana</p> <p>2018</p>	<p>Análisis de las variables espaciotemporales del patrón de carrera de futbolistas profesionales en superficie artificial y natural.</p> <p>2018</p>	<p>Propuesta de escala de dificultad para senderos de Santander</p> <p>2019</p>
<p>Motivos para la práctica de ejercicio físico en senderistas de Bucaramanga y su área metropolitana.</p> <p>2020</p>	<p>Beneficio del entrenamiento en fuerza resistencia sobre la calidad de vida en mujeres diagnosticadas con cáncer de mama: Una revisión sistemática.</p> <p>2020</p>	<p>Estilo de vida, estado nutricional y variables fisiológicas (glucosa en sangre, tensión arterial, frecuencia cardiaca, Vo2Máx) de los adultos mayores pertenecientes a programas de ejercicio físico de Centros Vida y Universidad Santo Tomás, Bucaramanga.</p> <p>2020</p>
<p>Prevalencia de inactividad física y sobrepeso/obesidad en niños y adolescentes escolarizados latinoamericanos: una revisión sistemática</p> <p>2020</p>	<p>Prevalencia de factores de riesgo comportamentales asociados a enfermedades crónicas no transmisibles en ciclomontañistas de Bucaramanga y su área metropolitana</p> <p>2020</p>	<p>Asociación entre la participación en un programa de rehabilitación cardiaca y la capacidad física funcional de pacientes revascularizados por enfermedad coronaria..</p> <p>2020</p>
<p>Efecto de un programa de ejercicio físico mediado por tecnología sobre la calidad de vida de adultos mayores en confinamiento por COVID-19</p> <p>2021</p>	<p>Plan de negocios empresa ECO BARI: una estrategia de desarrollo ecoturístico e integración de actores, atractivos y servicios presentes en Barichara, como contribución a la recuperación económica del sector en época pos-COVID-19</p> <p>2021</p>	

ARTÍCULOS PUBLICADOS EN LOS ÚLTIMOS 7 AÑOS



46 Artículos publicados

PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN ÚLTIMOS 7 AÑOS



22 Proyectos Finalizados
2 Proyectos activos



Unidad de Desarrollo Curricular
y Formación Docente - UDCF





Original/Obesidad Sobrepeso y obesidad en estudiantes universitarios colombianos y su asociación con la actividad física

Luis Gabriel Rangel Caballero¹, Lidá Zoraya Rojas Sánchez² y Edna Magaly Gamboa Delgado³
¹Universidad Santo Tomás, Bucaramanga; ²Fundación Cardiovascular de Colombia, Colombia.

Resumen

Introducción: El sobrepeso, la obesidad y la inactividad física son considerables factores modificables asociados con el desarrollo de enfermedades crónicas. Teniendo en cuenta los patrones de actividad física de la población universitaria, es necesario establecer su asociación con el exceso de peso, con el fin de prevenir y disminuir la prevalencia de enfermedades crónicas en un futuro.

Objetivo: Determinar la asociación entre el exceso de peso y la actividad física en estudiantes universitarios de Bogotá.

Materiales y métodos: Se realizó un estudio de corte transversal analítico en estudiantes de una universidad privada de Bucaramanga, Colombia en el año 2013. Se incluyeron 306 estudiantes entre 18 y 25 años a través de un muestreo aleatorio simple. Se aplicó una encuesta tipo entrevista que incluía variables sociodemográficas y el Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ). Luego, se realizó la valoración de la composición corporal (talla, peso, índice de masa corporal (IMC), porcentaje de grasa total corporal, circunferencia cintura y cadera). Un profesional en cultura física, deporte y recreación fue el encargado de la recolección de la información y realización de las mediciones, quien fue debidamente capacitado y entrenado. Este estudio fue aprobado por un Comité de Investigación y se solicitó el consentimiento informado por escrito. Se realizó un análisis descriptivo de las características de la población estudiada y se determinó la asociación entre el exceso de peso y la actividad física mediante el uso de modelos de regresión logística que permitieron estimar OR crudos y ajustados.

Resultados: Se determinó exceso de peso en 26,47% de los estudiantes, con una prevalencia de sobrepeso del 20,5% y de obesidad del 21% según su IMC. En el 12,99% de los estudiantes su porcentaje de grasa total corporal se encontraba al límite y en el 10,13% indicaba obesidad. En el 50,56% de ellos de actividad física por semana es bajo y la mediana del número de horas en reposo por día fue de 12 horas, con un rango intercuartílico de 4 horas. Se observó asociación estadísticamente significativa

OVERWEIGHT AND OBESITY IN COLOMBIAN COLLEGE STUDENTS AND ITS ASSOCIATION WITH PHYSICAL ACTIVITY

Abstract

Introduction: Overweight, obesity and physical activity are considered modifiable factors related to development of chronic diseases. Taking into account physical activity patterns in college students, it is necessary to establish its association with the excessive weight in order to prevent and decrease the prevalence of future chronic diseases.

Objective: The aim of this study was to determine the association between excessive weight and physical inactivity among college students.

Material and methods: An analytical cross-sectional study was carried out in 2013 among college students from a private university of Bucaramanga, Colombia. Students (n=306) 18 to 25 years old were included using simple random sampling. An interview was realized using a survey that included the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ), together with socio-demographic variables. An assessment of body composition was realized in order to measure height, weight, body mass index (BMI), total fat percentage, and waist and hip circumferences. A trained professional in physical activity was in charge of data collection and anthropometric measurements. This study was approved by the university research and ethics committee. Participation was both voluntary and anonymous. All data were analyzed in compliance with the Helsinki Declaration. Written consent was signed by every participant of the study. A descriptive analysis of the studied population's general characteristics was realized. The association between excessive weight and physical inactivity was estimated using regression logistic models that allows estimate raw and adjusted Odds Ratios (OR).

Results: An excessive weight was observed in 26,47% of the students, among which 20,5% were overweight and 6,21% obese, according to BMI cutoff. Taking into

Artículo científico

Actividad física y composición corporal en estudiantes universitarios de cultura física, deporte y recreación

Physical activity and body composition among college students of physical culture, sport and recreation

Luis Gabriel Rangel Caballero¹, Lidá Zoraya Rojas Sánchez², Edna Magaly Gamboa Delgado³

Forma de citar: Rangel Caballero LG, Rojas Sánchez LZ, Gamboa Delgado EM. Actividad física y composición corporal de estudiantes universitarios de cultura física, deporte y recreación. Rev. Univ Ind Santander Salud. 2015; 47(3): 281-290. DOI: <http://dx.doi.org/10.18273/rvsal.v47n3-20150500>

RESUMEN

Introducción: La actividad física es un factor determinante de la salud relacionado con el estilo de vida y su práctica regular está asociada con disminución de enfermedades crónicas. Objetivos: Describir la cantidad de actividad física en los diferentes dominios (ocupacional, desplazamiento y tiempo libre), y establecer el índice de masa corporal y el porcentaje de grasa corporal de los estudiantes. Metodología: Estudio analítico, corte transversal realizado en estudiantes de pregrado de una Facultad de cultura física, deporte y recreación. La actividad física fue determinada mediante Cuestionario Mundial de Actividad Física. Se evaluó la actividad física en los dominios ocupacional, desplazamiento y tiempo libre. Resultados: El 21,0% presentó sobrepeso y 3,6% obesidad, según índice de masa corporal. El 12,6% presentó exceso de grasa total corporal. El 9,8% de los estudiantes es activo físicamente y cumple con las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud sobre actividad física para la salud. El análisis estadístico del exceso de peso, actividad física y conducta sedentaria por semestre académico, evidencia mayor porcentaje sobrepeso u obesidad en los estudiantes que cursaban de sexto a décimo semestre. Conclusiones: La mayoría de estudiantes analizados son físicamente activos. Los estudiantes que se encuentran cursando la segunda mitad de la carrera presentan mayores porcentajes de exceso de peso. Evaluar el nivel de actividad física en estudiantes de cultura física resulta importante dado que representan un grupo de futuros profesionales enfocados hacia la promoción de estilos de vida saludables relacionados con adecuados niveles de actividad física.

Palabras Clave: actividad física, composición corporal, estudiantes, equivalente metabólico, deporte

¹ Universidad Santo Tomás, Bucaramanga, Colombia
² Fundación Cardiovascular de Colombia, Bucaramanga

Correspondencia: Luis Gabriel Rangel Caballero. Dirección: Calle 100 No. 21 A 46. Correo electrónico: lgr79@hotmail.com. Teléfono: 316 3530008

Recibido: Febrero 3 de 2015

Aprobado: Mayo 11 de 2015

INVESTIGACIÓN ORIGINAL

DOI: <http://dx.doi.org/10.15446/revfacmed.v65n1.15547>

Estilo de vida en trabajadores de Bucaramanga y su asociación con el exceso de peso Lifestyle of workers from Bucaramanga, Colombia and its metropolitan area, and its association with overweight

Recibido: 01/02/2016. Aceptado: 14/04/2016.

Luis Gabriel Rangel-Caballero¹ • Edna Magaly Gamboa-Delgado² • Lidá Zoraya Rojas-Sánchez³

¹ Universidad Santo Tomás - Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación - Bucaramanga - Colombia.

² Universidad Industrial de Santander - Facultad de Salud - Escuela de Nutrición y Dietética - Bucaramanga - Colombia.

³ Fundación Cardiovascular de Colombia - Centro de Investigaciones - Floridablanca - Colombia.

Correspondencia: Luis Gabriel Rangel-Caballero. Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación, Universidad Santo Tomás. Campus Deportivo de Piedecuesta, km 13, autopista a Piedecuesta, finca Colonias, colinas Sol de Aquino, decanatura de Cultura Física, Deporte y Recreación. Teléfono: +57 7 6800801, ext.: 3016. Piedecuesta, Colombia. Correo electrónico: lgr79@hotmail.com.

Resumen

Introducción: Los factores de riesgo comportamentales como la inactividad física, el tabaquismo y una dieta inadecuada favorecen la aparición del exceso de peso y aumentan el riesgo de padecer enfermedades no transmisibles.

Objetivo: Evaluar factores de riesgo comportamentales y su asociación con el exceso de peso en trabajadores de Bucaramanga y su área metropolitana.

Materiales y métodos: Estudio de corte transversal analítico, en trabajadores de diferentes sectores productivos. Se aplicó una encuesta sobre aspectos sociodemográficos, alimentarios, tabaquismo y actividad física. Se consideró exceso de peso a un índice de masa corporal ≥ 25 kg/m².

Conclusiones: En personas económicamente activas, el exceso de peso fue más frecuente en los hombres, de edad ≥ 35 años y personas con mayores ingresos salariales mensuales. Sin embargo, se reconocen de

Abstract

Introduction: Behavioral risk factors such as physical inactivity, smoking and inadequate diet promote the onset of overweight and increase the risk of non-communicable diseases.

Objective: To evaluate behavioral risk factors and their association with overweight in workers from Bucaramanga and its metropolitan area.

Materials and methods: Analytical cross-sectional study in workers from different productive sectors. A survey on socio-demographic, food, smoking and physical activity variables was conducted. A body mass index of ≥ 25 kg/m² was considered as overweight.

Results: A total of 258 workers were analyzed; 56,98% were women and the median age was 34 years. The prevalence of overweight was 48,06%, and an association with the following factors was found: male sex (prevalence ratio PR 1,38, p=0,006), age ≥ 35 years (PR 1,41, p=0,012) and monthly income ≥ 1 ,600,000 Colombian pesos (PR 1,37, p=0,010).

Conclusions: In economically active population, overweight was more frequent among males, in people aged ≥ 35 years and in those with higher monthly wage income. However, further studies are

145 citaciones en Google académico

58 citaciones en Google académico

15 citaciones en Google académico



VIGILADA MINECUACIÓN - SNIES- 1705



Organizada por el IAC CINVA Acuerdo 55 del 9 de mayo - vigencia 5 años



SC4289-1



MUCHAS GRACIAS POR SU ATENCIÓN