



## Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular

### Anexos.

#### ANEXO 1:

##### Consentimiento informado

- **Finalidad del Estudio** - El presente estudio pretende conocer cómo se encuentran los estudiantes de 1ero y 5to año de facultad de Medicina de la UDELAR en Uruguay, en relación a sus hábitos saludables, y la importancia que estos dan a la consejería en prevención.
- **Organizadores** - La organización es liderada por la Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular (CHSCV). La Dirección del estudio se realizó por la Dra. Mag. Cecilia del Campo (Ex Coordinadora del Área de Actividad Física y Salud (AFyS) de la CHSCV).
- **Condiciones para los participantes** - Tener entre 18 y 28 años de edad, estar cursando 1° o 5° año de Facultad de Medicina de la UDELAR en el momento del estudio. Pueden provenir de cualquier departamento del país, pero debe estar en Montevideo en los momentos de convocatoria (1ra y 2da). No deben tener impedimentos psicológicos o físicos para la realización de AF leve-moderada. Se excluyen del estudio mujeres con diagnóstico de embarazo. Esta población será considerada para futuros estudios sabiendo que su condición podría afectar su nivel de actividad física y/o sedentarismo.
- **Manejo de la información y confidencialidad** - Se guardará la confidencialidad de los datos aportados. Todos los datos recopilados serán anonimizados utilizándose el número de cédula de identidad, únicamente con el fin de coincidir el archivo de datos de encuestas y acelerómetros. Respetaremos en todos sus términos la protección de datos personales y acción de “Habeas data”, Ley N° 18.331.
- **Participación de los estudiantes interesados** - Todos los estudiantes podrán participar del estudio en forma voluntaria, y retirarse en cualquier momento si así lo desearan. Deberán utilizar un acelerómetro durante 8 días continuos. Al noveno día se entregan los acelerómetros en forma grupal y coordinada, evaluando la validez y necesidad o no de re-uso. En caso de necesitar más días para validar, se coordina con el estudiante. Deberán completar además los siguientes cuestionarios: datos patronímicos, percepción de Actividad Física y sedentarismo, importancia de consejería en hábitos saludables y factores de riesgo para enfermedades crónicas no transmisibles (Steps). Por último se medirá peso y talla. No hay costos ni premios económicos para los estudiantes. No hay incentivos con créditos u otro beneficio por participar más allá de la devolución de los resultados personales.
- **Riesgos** - Es importante destacar que este estudio NO exige cambiar hábitos ni alcanzar niveles mínimos de actividad física, simplemente se mide la actividad física cotidiana de los participantes. El acelerómetro no es un instrumento invasivo, no contiene un GPS, es ajustable y liviano, no tiene

contraindicaciones. Lo único que detecta el dispositivo es la aceleración del movimiento humano. No identifica el tipo de movimiento, el lugar, imágenes, sonidos ni ningún otro factor que pudiera atentar contra la privacidad individual. No es un método invasivo ya que se carga como un reloj en la muñeca, sin alterar los gestos de la vida cotidiana.

- Beneficios para participantes - No existe remuneración por participar. Todos los participantes conocerán sus resultados que serán enviados vía correo electrónico una vez finalizada la etapa de análisis preliminar. Los resultados generales, se publicarán una vez finalizado el estudio en la Web de la CHSCV - <http://www.cardiosalud.org/>

### ● **Consentimiento:**

El que más abajo firma, mayor de edad, manifiesta su conformidad para colaborar con la investigación “Nivel de Actividad Física y Sedentarismo en Estudiantes de 1er y 5to año de Facultad de Medicina UDELAR a partir de acelerometría, y su relación con la importancia que le dan a la consejería en hábitos saludables; 2018-2019”, completando cuestionarios sobre: datos patronymicos, percepción de actividad física y sedentarismo, importancia de consejería en estilo de vida, factores de riesgo para enfermedades crónicas no trasmisibles (Steps); y accediendo a hacer uso de un acelerómetro (sensor de movimiento) durante 8 días, así como a la medición peso y talla.

Esta información es para un estudio científico que lidera la Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular (CHSCV) sobre los niveles de actividad física y sedentarismo en estudiantes de medicina de 1er y 5to año, y su relación con distintas variables.

Se enviará vía correo electrónico los resultados personales a cada participante una vez finalizada la etapa de análisis. Los resultados generales se publicarán en el sitio web de la CHSCV ([www.cardiosalud.org](http://www.cardiosalud.org)).

Este consentimiento será emitido por dos vías, una para el participante y otra que permanecerá en los archivos de la CHSCV por período de 24 meses a partir de la fecha.

Firma: Aclaración:

Nº de documento de identidad:

Fecha:

En caso de dudas contactar con:

Mg. Cecilia del Campo Vega - [cdelcampo@cardiosalud.org](mailto:cdelcampo@cardiosalud.org)

Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular Bulevar Artigas 2358, Montevideo  
[www.cardiosalud.org](http://www.cardiosalud.org) Tel. (+598) 2480 2715/ 2481 5929

### **ANEXO 2:**

Instructivo para uso de acelerómetro

¿Qué son los acelerómetros y para qué sirven?

Son dispositivos electrónicos que miden únicamente aceleración (sensores de movimiento). Se utilizan para evaluar niveles de Actividad Física. Estiman además el gasto calórico.

Es importante aclarar que NO registran, audio, video, ni imágenes. Tampoco tienen GPS. No interfieren con otros dispositivos electrónicos, ni tienen contraindicaciones para su uso, ni siquiera en el embarazo.



## **ANEXO 4:**

Cuestionarios Proyecto: Acelerómetros Estudiantes de Medicina – UDELAR.

### a. Cuestionario para estudiantes de Medicina

Recuerde que el diligenciamiento de este cuestionario es voluntario y anónimo, por favor mantenga la mayor concentración y sinceridad en sus respuestas. marque la letra o casilla que mejor corresponda, trate de no dejar respuestas en blanco. Si tiene dudas pregunte al coordinador.

1. Cédula de Identidad:
2. Año que cursa en la carrera: a)Primero (1°) b)Quinto (5°)
3. Fecha de nacimiento:
4. Departamento de procedencia:

### INFORMACIÓN GENERAL

5. Sexo:
  - a) Femenino
  - b) Masculino

### Actividad Física

6. En relación con la cantidad de ACTIVIDAD FÍSICA que usted realiza habitualmente. ¿Cómo se clasificaría usted?
  1. muy inactivo - Habitualmente no realizo actividades que aumenten notoriamente mi frecuencia cardíaca.
  2. poco activo - Algunas veces camino transportándome, en el hogar o en el centro de estudio, pero en general de forma escasa.
  3. activo - Practico ejercicio moderado regularmente transportándome, en el hogar, en el centro de estudio o en el tiempo libre.
  4. muy activo - Hago ejercicio vigoroso, o actividad física moderada casi todos los días.
7. En relación con la cantidad de horas que usted está sentado o acostado durante el día (excepto horas de sueño), ¿Cómo se clasificaría usted?
  1. muy sedentario - La mayor parte del día estoy con actividades en reposo (sentado o acostado)
  2. algo sedentario - Algunas veces estoy en reposo pero no todo el tiempo, no estoy sentado/a más de 2 horas en forma continua.
  3. Muy poco sedentario - La mayor parte de mi día estoy en movimiento y no sentado/a; o me levanto en forma frecuente.