



Entidad: Grupo de investigación de Epidemiología, Actividad física, Acelerometría y Nutrición; Facultad de Ciencias de la Salud; Universidad de Málaga

Título del proyecto: Evaluación objetiva de la actividad física, la inactividad y el sueño mediante acelerometría

Acrónimo: EpiPHAAN

Investigadores: Juan Carlos Benavente-Marín, Julia Wärnberg, Napoleón Pérez Farinós, F. Javier Barón López.

Departamento del Investigador: Departamento de Enfermería

Número de Alumnos: máximo 20 alumnos

Nivel educativo del alumnado: (4º E.S.O., 1º Bach., 2º Bachillerato y/o Ciclos Formativos)

Horario y días en los que deben acudir los estudiantes:

Lugar: Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad de Málaga

Días/horas:

17 junio 2024, 17:00-20:00 horas

18 junio 2024, 10:00-13:00 horas

26 junio 2024, 17:00-20:00 horas

27 junio 2024, 10:00-13:00 horas

Breve descripción del proyecto:

Una de las líneas de investigación principales del Grupo de Investigación EpiPHAAN es la evaluación objetiva de la actividad física, la inactividad y el sueño mediante acelerometría. La acelerometría es una herramienta que ha adquirido gran relevancia en los últimos años, incorporándose en multitud de dispositivos de uso cotidiano (teléfonos móviles, relojes inteligentes, etc.).

Los participantes en nuestro proyecto podrán conocer de primera mano cómo se lleva a cabo una evaluación de la actividad física, la inactividad y el sueño mediante acelerometría. Se les explicará en qué consiste la acelerometría y su rol en el campo de la actividad física y la salud. Se les hará protagonistas de una evaluación de acelerometría de varios días consecutivos. Y se les presentarán diferentes tareas que complementarán el conocimiento de la evaluación de acelerometría, como la realización de un diario, o de



diferentes tareas de actividad física que serán analizadas en los resultados de la evaluación. Simularemos un estudio de validación de algoritmos que permiten discriminar ciertas tareas de movimiento, como caminar.

En definitiva, durante las cuatro sesiones del proyecto, los participantes entenderán cómo sabe su teléfono móvil cuántos pasos al día caminan o cuantas horas duermen, y cómo se utiliza toda esta información para terminar proponiendo y ajustando las recomendaciones de salud de los organismos competentes, como las directrices sobre actividad física y comportamiento sedentario de la Organización Mundial de la Salud.