

Hàbits físicoesportius i estils de vida de la població de més de 15 anys de la ciutat de l'Havana (Cuba)

Autor: **Aldo Pérez Sánchez**
Instituto Superior de Cultura Física “Manuel Fajardo”.
L'Havana (Cuba)

Directors: **Dr. Francisco Ruiz Juan**
Facultat d'Humanitats i Ciències de l'Educació.
Universidad de Almería
Dra. María Elena García Montes
Facultat de Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport.
Universidad de Granada

Paraules clau: *Hàbits físicoesportius, Estils de vida, Qualitat de vida.*

El problema de la relació entre *activitat física, hàbits esportius, qualitat i estils de vida*, té molta importància per a l'Institut Nacional d'Esports, Educació Física i Recreació (INDER) —de la República de Cuba— com a Institució, atès el seu encàrrec social. En les condicions específiques en què Cuba desenvolupa el seu sistema social, la determinació d'una base informativa de caràcter científic, que permeti de sostenir i avalar la presa de decisions politicoadministratives, pren un valor i una urgència cada vegada més gran.

S'ha obtingut la informació a partir d'una enquesta, amb representativitat provincial, utilitzant el Marc Mostrat Preparatori dels Censos de Població i Habitatges, de l'Oficina Nacional

d'Estadístiques, mitjançant el procediment de mostreig polietàpic estratificat.

Es van establir un conjunt d'objectius que han permès de caracteritzar els hàbits esportius i de salut de la població havana de més de 15 anys, i que ha permès de determinar que l'ocupació del temps lliure dels havans es caracteritza per la realització d'activitats de lleure passiu i de relació social i diversió, fonamentalment; les activitats físicoesportives queden en un segon pla, només destaquen en els períodes vacacionals, i són més realitzades, en tots els períodes, pels barons.

El sexe, l'edat i l'activitat principal són les variables fonamentals discriminants en els comportaments davant la pràctica físicoesportiva i la salut dels havans. La valoració de

les classes d'Educació Física rebudes, l'interès i la demanda d'aquesta pràctica es troben directament relacionades amb els comportaments davant la pràctica d'activitat físicoesportiva de temps lliure, per la qual cosa ser o no ser actiu produeix diferents comportaments saludables o de risc per a la vida dels havans. Una altra conclusió important és la tipologització de set estils de vida dels havans, cosa que s'aconsegueix mitjançant els procediments estadístics d'anàlisi factorial i de conglomerats en dues fases.

Finalment, es pot afirmar que els resultats han possibilitat caracteritzar les relacions quantitatives i qualitatives que s'estableixen entre la població i el servei social que ha de desenvolupar l'INDER.