



UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

UCR Presente

Tras las huellas de los componentes de la salud física

La UCR realiza exámenes de densitometría ósea a un costo accesible

2 SEPT 2019 Salud



Prueba física en Cimohu-UCR. Fotografía de Cristian Araya Badilla.

La Facultad de Educación de la Universidad de Costa Rica desarrolla el proyecto de acción social ED-3160: **Valoración de componentes de la salud física**, una iniciativa de la Escuela de Educación Física y Deportes ([Edufi-UCR](#)).

Este proyecto en el campo de las Ciencias del Movimiento Humano nace para atender una necesidad de la población del país de tener acceso a valoraciones de diferentes aspectos de su salud física. Se brinda los servicios de **medición y evaluación de componentes de la salud física asociados a factores de riesgo para enfermedades cardiovasculares presentes en la población del país con o sin hábitos de actividad física**. Estas valoraciones se realizan con personal de la UCR altamente capacitado y con colaboración de estudiantes de Ciencias del Movimiento Humano.

Las mediciones se llevan a cabo en el laboratorio del Centro de Investigación en Ciencias del Movimiento Humano ([Cimohu-UCR](#)) con equipo de alta tecnología. **Entre las mediciones posibles de realizar se encuentra la Densitometría Ósea, con tres exámenes específicos, a un costo accesible: cuerpo total, columna apendicular, fémur dual.**

[LEA MÁS: UCR Presente](#)

Este aporte de la UCR beneficia a población adulta y joven deportista, también a población físicamente activa o sedentaria, al brindarles datos médicos que les permita conocer cuánta grasa y músculo tiene su cuerpo y la densidad de sus huesos, lo cual es fundamental para medidas preventivas o tratamientos médicos relacionados con la salud cardiovascular. **Se destaca en particular el impacto en la salud femenina, ya que conocer el estado de salud de los huesos es necesario principalmente después de la menopausia.**



El proyecto brinda servicios de medición y evaluación de componentes de la salud física asociados a factores de riesgo para enfermedades cardiovasculares. Fotografía: Cristian Araya Badilla.

El impacto en la salud pública del país es otra contribución del proyecto ya que ofrece pruebas que permiten registrar los valores de una serie de componentes de la salud física en relación con los riesgos de padecer enfermedades cardiovasculares en una población adulta heterogénea, útil para su manejo cuantitativo y cualitativo posterior.

Los datos obtenidos impactan en la detección de condiciones de salud como Osteopenia y condiciones más severas como Osteoporosis. El proyecto complementa también los procesos investigativos del [Cimohu-UCR](#) y Edufi-UCR mediante las pruebas con Técnica DXA, las cuales ofrecen información del porcentaje de grasa y la densidad mineral ósea, aspectos fundamentales para la salud y el rendimiento físico en diferentes poblaciones.

Según la investigadora encargada del proyecto, Dra. Yamileth Chacón Araya, el proyecto ha ido creciendo naturalmente, y dentro de un año se contará con la participación de una profesional en medicina que actualmente estudia su doctorado en Australia.

Con la incorporación de esa profesional se logrará, según enfatizó la Dra. Chacón, **“atender aún mejor a quienes deseen conocer el estado de su corazón, tanto en reposo como durante el ejercicio, y se podrá referir a otros especialistas a aquellas personas que completen las valoraciones de la salud de sus huesos en nuestras instalaciones”**.

Este es un proyecto de la UCR que será mucho más importante dentro de pocos años, cuando se atienda a un grupo creciente de la sociedad costarricense: las personas adultas mayores.



Fotografía de Cristian Araya Badilla.

Contacte con el Cimohu-IUCR

Para mayor información pueden llamar a los teléfonos 2511-2930. Pueden visitar la página del Centro de Investigación en Ciencias del Movimiento Humano (Cimohu-UCR) para obtener mayor información de este y otros proyectos.

<https://cimohu.wixsite.com/cimohu>



[María Encarnación Peña Bonilla](#)

Periodista, Oficina de Divulgación e Información

Áreas de cobertura: educación y estudios generales

maria.penabonilla@ucr.ac.cr

Etiquetas: [#ucrpresente](#).