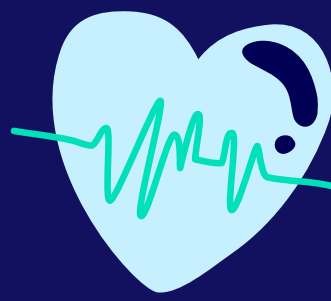


Cuestionario Internacional de Actividad Física



Válido para personas supervivientes de un ictus con funcionalidad física y cognitiva preservada



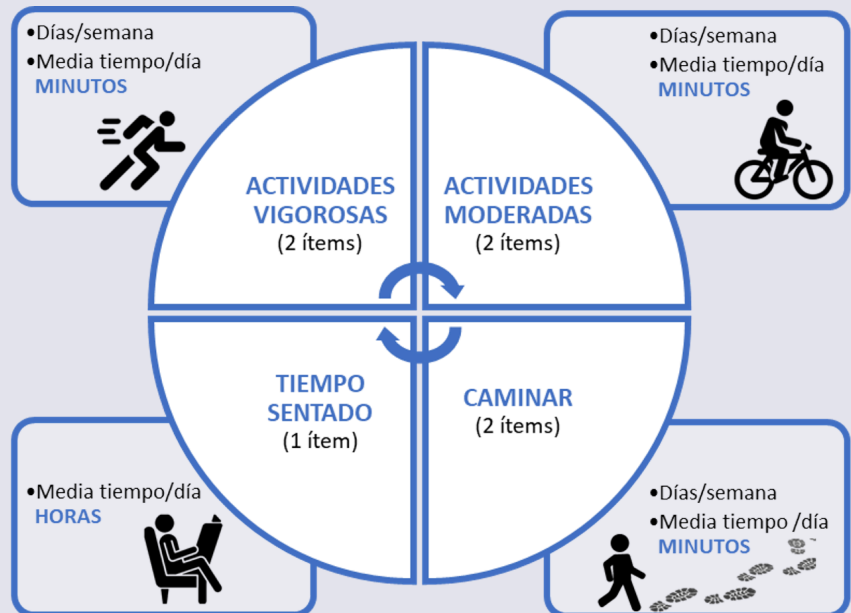
International Physical Activity Questionnaire-Short Form

IPAQ-SF

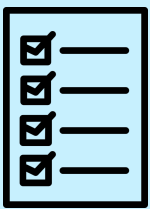
Cuestionario de percepción sobre la realización de actividad física durante los **7 días anteriores** en **bloques de ≥ 10 minutos**.

Los **7 ítems** están organizados en **cuatro grupos**.

Ítems



Interpretación de los resultados (METs-min/semana)



Niveles ALTOS de Actividad Física alcanzados cuando:
 ≥ 3 días de AFV alcanzando ≥ 1500 METs-min/semana.
 ≥ 5 días de cualquier combinación de marcha y AFMV alcanzando ≥ 3000 METs-min/semana.

Niveles MODERADOS de Actividad Física alcanzados cuando:
 ≥ 3 días de AFV alcanzando ≥ 20 minutos/día.
 ≥ 5 días de AFM alcanzando ≥ 30 minutos/día.
 ≥ 5 días de cualquier combinación de marcha y AFMV que logre ≥ 600 METs-min/semana.

Niveles BAJOS de Actividad Física alcanzados cuando **NO** se **cumplen** los criterios para los niveles **moderados o altos** de Actividad Física.

*AFV: actividad física vigorosa; AFM: actividad física moderada; AFMV: actividad física moderada-vigorosa

Implicaciones clínicas

- Bajo coste.
- Útil para el entorno clínico y de investigación como herramienta de cribado del cumplimiento de recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud sobre el nivel de actividad física.
- Rápida administración.
- Datos correlacionados dispositivos objetivos.



Autores: Cristina de Diego-Alonso, Julia Blasco-Abadía, Víctor Doménech-García & Pablo Bellosta-López

Referencia: de Diego-Alonso C, Blasco-Abadía J, Doménech-García V, Bellosta-López P. Validity and stability of the international physical activity questionnaire short-form for stroke survivors with preserved walking ability. Top Stroke Rehabil. 2024 Oct 22:1-10. doi: 10.1080/10749357.2024.2417645. Epub ahead of print. PMID: 39436814.

Enlace al artículo: <https://doi.org/10.1080/10749357.2024.2417645>