

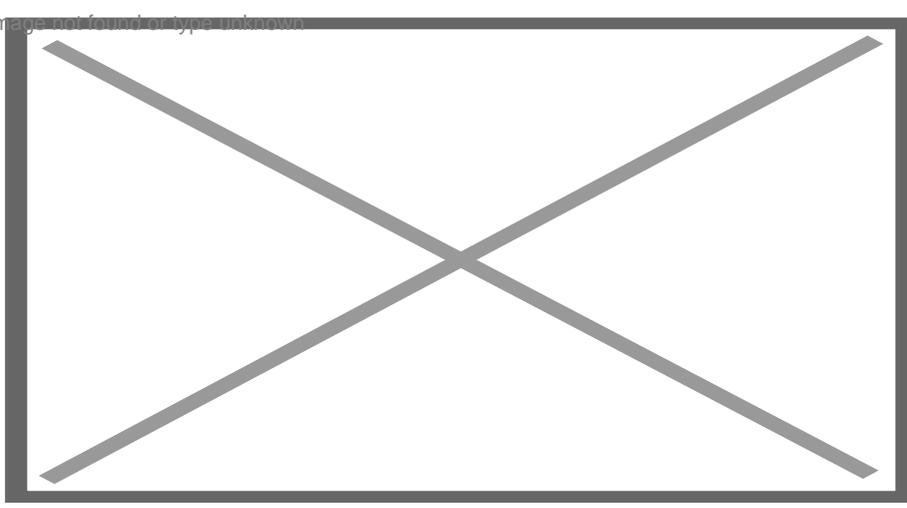
# "COVID-19 and exercise: keep the world running" un Proyecto internacional sobre COVID-19 y ejercicio



**IRG on Covid-19 and exercise**  
Keep the world running

Dadas las medidas tomadas, para paliar la crisis sanitaria de la **pandemia del COVID-19**, **en muchos países se ha optado por** el confinamiento en nuestros domicilios, ya sea por mandato de las autoridades o por decisión propia. Dada esta coyuntura, en muchos de los casos, se han visto modificadas las formas de ejercicio habitual practicadas, e incluso iniciando o abandonando el ejercicio físico por esta realidad social. Por ello, y para poder responder a las preguntas de cómo esta situación está afectando a la población mundial, el Grupo Internacional de Covid-19 y ejercicio (IRG) tiene por objeto investigar cómo la pandemia del Covid-19 y las medidas gubernamentales han afectado a la práctica de ejercicio y al bienestar de las personas que viven esta pandemia.

**Para ello, su opinión sobre la situación que está viviendo es sumamente importante, por ello les invitamos a participar y compartir este proyecto en sus redes sociales. El instrumento que estamos usando para conocer su opinión ha sido diseñado por investigadores y expertos de 16 países de los 5 continentes, dirigidos y coordinados por la Universidad de Postdam (Alemania) y Sanaz Nosrat de la Lehman College de Nueva York (EE.UU.). Desde España, esta investigación está dirigida desde la Universidad de Sevilla y el Centro de Estudios Universitarios Cardenal Spínola CEU.**



En este sentido y

atendiendo a una perspectiva local, en nuestro país se han cerrado parques, gimnasios, instalaciones deportivas... más la prohibición de realizar cualquier tipo de actividad físico-deportiva que requiera salir del domicilio particular. Estas medidas han incidido en la forma que tenía la población española de realizar actividades físico-deportivas, desde la imposibilidad de participar en eventos deportivos de cualquier nivel, hasta la modificación de las tendencias del fitness, pasando por el ejercicio físico orientado a la salud, incrementando las repercusiones psicológicas que supone esta situación de cuarentena, a los que los expertos están denominando “huella psicológica del confinamiento”. Sin embargo, estas medidas no son homogéneas para todos los países ni regiones e incluso diferirán según la edad y el género, por lo que las medidas de confinamiento pueden presentar efectos colaterales diferentes sobre el bienestar físico y mental, según la población afectada y la forma de cuarentena. Para poder conocer las variables de bienestar comentadas, se ha planteado un cuestionario donde se recogen cuestiones principales como: la comparativa entre la práctica de ejercicio físico antes y durante el periodo de la alarma sanitaria, el estado de salud actual con respecto al COVID-19, las limitaciones impuestas por cada país y región, el estado emocional y preguntas de carácter sociodemográfico. En la actualidad, **la muestra encuestada se eleva a más de 12800 participantes de un total de 90 países.** Dentro de este particular, hacemos un llamamiento a la participación en esta encuesta con el fin de mejorar la comprensión de lo que está sucediendo dentro de nuestras fronteras. Por ello, rogamos que, en la medida de sus posibilidades, nos ofrezca su valiosa opinión realizando la encuesta. Asimismo, agradecerle la posible difusión de este mensaje a través de sus contactos y redes sociales. **De antemano, informamos que los datos recogidos son totalmente anónimos. En ningún momento se solicitan datos personales. Para participar, tan solo tiene que entrar en siguiente enlace:**

**[https://ww3.unipark.de/uc/covid\\_exerc/ospe.php?qb](https://ww3.unipark.de/uc/covid_exerc/ospe.php?qb)** Para cualquier información adicional que necesite o duda, no tenga inconveniente en contactar con Daniel Medina Rebollo ([dmedina@ceuandalucia.es](mailto:dmedina@ceuandalucia.es)) o Eduardo J. Fernández Ozcorta ([ejfernandez@ceuandalucia.es](mailto:ejfernandez@ceuandalucia.es)). Reciba un cordial saludo y muchas gracias. **NOTA.** Este el cuestionario aparecerá por defecto en inglés. Sin embargo, si observa en la parte superior derecha, encontrará una pestaña **para cambiar el idioma** al español, si así lo desea. Se adjunta una imagen con el lugar que ocupa esta pestaña. Puede visitarla a través de este [enlace](#).

**Link to Original article:** <https://www.seed-deporte.es/noticias/covid-19-and-exercise-keep-the-world-running-un-proyecto-internacional-sobre-covid-19-y-ejercicio?elem=295432>