

## DISCUSIÓN

La prueba de *Fantastic lifestyle assessment* fue creada por el Dr. Douglas Wilson en 1983.<sup>4,12,13</sup> El propósito es medir diferentes variables para poder determinar estilos de vida de los pacientes. Las variables que se miden son representadas por cada letra de FANTASTIC, haciéndolo más fácil de recordar.

- *F. family, friends.*
- *A. activity*
- *N. nutrition*
- *T. tobacco, toxins*
- *A. alcohol*
- *S. sleep, seatbelts, stress*
- *T. type of personality*
- *I. insight*
- *C. career.*

El cuestionario *Fantastic*, se comenzó a utilizar como una ayuda para la memoria sin embargo ya cambió su uso.<sup>4</sup> El cuestionario *Fantastic* se puede utilizar para que los médicos puedan asesorar a los pacientes a cambiar sus estilos de vida, pero se recomienda hacer otros tipos de revisiones para que sean completos.<sup>5</sup>

El *Fantastic* es un instrumento que tiene 25 ítems cerrados que exploran nueve dominios sobre componentes físicos, psicológicos y sociales del estilo de vida. Los ítems presentan cinco opciones de respuesta con valor numérico de 0 a 4 para cada uno. Tiene una calificación máxima de 100 puntos para todo el instrumento.<sup>6</sup>

En el presente estudio los componentes más representativos de la encuesta fueron los físicos y sociales; de acuerdo a sus resultados podemos comprobar que concuerdan con la literatura mundial.<sup>6</sup>

Respecto al género y la edad, nuestros resultados muestran que no hay diferencia en lo que se reporta mundialmente en cuanto a que tanto hombres como mujeres practican algún deporte. Sin embargo, en la UDLAP, cuando se

aplicaron las encuestas, estuvieron presentes más hombres, lo cual se ve reflejado en la gráfica (ver resultados). El mayor deporte practicado en la UDLAP según las encuestas es el Fútbol Americano. Esto no está fuera de los rangos reportados en Norteamérica.<sup>18</sup>

De acuerdo a los aspectos de uso de drogas y alcohol, son los ítems que podrían reflejar un menor rendimiento en los deportistas y mermar su calidad de vida y realización de los diferentes deportes, como es sabido a nivel de lo reportado en la literatura mundial que concuerdan la disminución del rendimiento.<sup>17</sup>

La edad osciló en el rango de 17 a 24 años datos que concuerdan con las edades de las diferentes universidades a nivel mundial.<sup>19</sup>