

## Resumen

El Reglamento para la Evaluación de la Condición Física para el Personal Militar Profesional de FFAA, plantea diferentes tipos de pruebas físicas que se encuentran adaptadas a la edad del sujeto que va desde 24 años de edad hasta más de 58 y se ven reflejadas en tablas que van desde la 1 a la 13 respectivamente, y pruebas que están relacionadas a la condición en la que se encuentra el sujeto, esta condición puede ser normal si es que no tiene ningún tipo de lesión, o crónica para quienes presenten algún tipo de afectación de carácter permanente que limite o impida el normal movimiento de una extremidad o el cuerpo y pueda generar una discapacidad hasta el 29% y que debe estar debidamente avalado por un ente de salud especializado de FFAA. Para la valoración física de las personas que se encuentran en condición de crónica, el reglamento vigente propone dos tipos de pruebas, estas pueden ser natación para quienes no puedan realizar actividades de impacto o puedan presentar problemas de espalda, o la prueba de caminata para aquellos que tengan afectaciones en el tren superior, sin embargo, los resultados de estas pruebas no reflejan la condición física real del individuo, bajo esta problemática, la presente investigación se encuentra direccionada al planteamiento de una prueba de valoración física en donde se planteen nuevos baremos de calificación y distancias recorridas, que se encuentren alineados a estándares de salud recomendados.

Palabras clave: pruebas físicas, baremos, test de evaluación aeróbica, natación, enfermedades crónicas.

## Abstract

The Regulation for the Evaluation of Physical Fitness for Professional Military Personnel of the Armed Forces, proposes different types of physical tests that are adapted to the age of the subject, which ranges from 24 years of age to more than 58 and are reflected in tables that They range from 1 to 13 respectively, and tests that are related to the condition in which the subject is found, this condition can be normal if they do not have any type of injury, or chronic for those who present some type of impairment of permanent character that limits or prevents the normal movement of an extremity or the body and can generate a disability of up to 29% and that must be duly endorsed by a specialized health entity of the Armed Forces. For the physical assessment of people who are chronically ill, the current regulations propose two types of tests, these can be swimming for those who cannot perform impact activities or may have back problems, or the walking test for those that have affections in the upper body, however, the results of these tests do not reflect the real physical condition of the individual, under this problem, the present investigation is directed to the approach of a physical assessment test where new scales of qualification and distances traveled, which are aligned with recommended health standards.

Keywords: physical tests, scales, aerobic evaluation test, swimming, chronic diseases.