

- **Activos:** gasto energético entre 3.000 y 4.999 METS-min/14 días.
- **Moderadamente activos:** gasto energético entre 1.250 y 2.999 METS-min/14 días.
- **Sedentarios:** gasto energético inferior a 1.250 METS-min/14 días.

Construcción del cuestionario reducido (VREM): Cuando un cuestionario original es considerado un criterio de referencia, la forma corta debe reproducir los resultados de la escala original²². El desarrollo del cuestionario reducido debe ser dirigido a la optimización de la validez de criterio, la cual está determinada por el grado de correlación entre el resultado dado por el instrumento evaluado (reducido) y el considerado criterio (original).

Para reducir los 67 ítems del CAFM se analizaron las respuestas de los 40 participantes de la fase de reducción entre enero y febrero de 2010 (tabla 1). Se excluyeron los ítems respondidos por menos del 7,5% de la muestra (3 individuos). Los ítems: “andar llevando carrito de la compra” y “andar llevando bolsas de la compra” se unificaron en el ítem “ir a comprar a pie”. Los ítems “pasear” y “andar de casa al trabajo y del trabajo a casa” se unificaron en el ítem “caminar”. Los ítems “hacer ejercicio en casa”, “hacer ejercicio en un gimnasio”, “caminar deprisa” y el resto de actividades deportivas y bailes se agruparon con la pregunta abierta “hacer deporte o bailar”.

En el VREM preguntamos por el marco temporal de una semana o semana habitual (si en la última semana no había realizado la actividad habitual por enfermedad o cualquier otra causa) en aquellas actividades rutinarias de tareas del hogar (limpiar la casa e ir a comprar a pie). También se preguntó por actividades durante el último mes o mes habitual en el resto de los ítems: caminar, trabajar en el huerto, hacer deporte o

bailar y subir escaleras. Por último, en aquellas actividades en las que podía haber variabilidad estacional (por cuestiones climatológicas, vacaciones...), ampliamos el cuestionario a meses/año para poder hacer el cómputo total anual. El gasto energético resultante fue un valor más válido para relacionar los efectos de la actividad física con la salud.

Existen dos publicaciones electrónicas con la información necesaria para aplicar el VREM. Una guía del usuario con las instrucciones para los entrevistadores²³ y una hoja de cálculo en formato Excel a través de la cual, una vez rellenados los campos, de forma automática se calcula el gasto energético en el tiempo libre (en METS-min/14 días) a la vez que clasifica al individuo en función de su gasto energético entre sedentario y muy activo²⁴.

Estudio de validación: para evaluar la validez de criterio se administraron el VREM y el CAFM mediante entrevista personal. Para evaluar la fiabilidad test-retest se citó a los pacientes al cabo de 15 días para administrar de nuevo el VREM, mediante entrevista personal. El estudio de validación se realizó entre marzo y agosto de 2010.

Análisis estadístico: Se analizó la validez de criterio calculando el índice kappa para los resultados categóricos (sedentario, moderado, activo y muy activo) de actividad física obtenidos mediante el CAFM y el VREM, así como el coeficiente de correlación intraclase²⁵ (CCI) y el análisis de las diferencias individuales (método de Bland-Altman²⁶) para el gasto energético en METS-min/14 días obtenido por ambos cuestionarios. Se usaron las mismas herramientas estadísticas para analizar la fiabilidad test-retest, comparando, esta vez, los resultados del VREM obtenidos en 2 entrevistas separadas por 15 días. Para la interpretación del índice Kappa y el CCI se utilizó la clasificación de Landis (CCI superior a

