



Se presenta el estudio 'Hábitos deportivos de la población escolar en España'

## **Completa radiografía sobre el nivel de actividad física de la población escolar en España**

- ✓ La investigación se enmarca dentro del convenio de colaboración firmado entre Fundación Alimentum, Consejo Superior de Deportes y Fundación Deporte Joven
- ✓ El objetivo del estudio, el primero de estas características que se realiza en España, es la posterior definición de políticas efectivas que permitan reducir en el futuro los elevados índices de sedentarismo y obesidad presentes en la sociedad española

**Madrid, 25 de octubre de 2011.-** El director general de Infraestructuras del Consejo Superior de Deportes, Alfonso Luengo; y el vicepresidente de la Fundación Alimentum, Xavier Orriols, han presentado hoy, en la sede del Consejo Superior de Deportes (CSD), los resultados del estudio 'Hábitos Deportivos de la Población Escolar en España'.

El principal objetivo de este estudio ha sido disponer de resultados estadísticos representativos y válidos para el conjunto de la población escolar española que ayuden a definir e impulsar políticas públicas que fomenten hábitos de vida activos entre la población infanto-juvenil; y a crear indicadores estratégicos de prácticas deportivas que permitan realizar un seguimiento diacrónico.

La idea es consolidar esta iniciativa y realizar un trabajo similar cada cinco años con el fin de que exista un diagnóstico exhaustivo sobre las rutinas, preferencias y opiniones que la población en edad escolar tiene respecto a la actividad física y el deporte; y a partir de ahí generar nuevas reflexiones y miradas que colaboren para conseguir una edad escolar con las dosis necesarias y suficientes de actividad físico-deportiva.

Precisamente, esta investigación se enmarca dentro del Convenio de Colaboración suscrito en 2010 entre el CSD, la Fundación Alimentum y la Fundación Deporte Joven con el objetivo de fomentar entre la población estilos y hábitos de vida activos, y concienciar de la importancia que tiene la práctica de actividad físico-deportiva desde edades tempranas, informando y formando en asuntos relacionados con el ejercicio físico y la alimentación equilibrada como binomio básico para una vida saludable.

La comunidad educativa coincide en afirmar que la actividad física y el deporte han de disponer de un espacio fundamental en la formación integral del individuo, siendo decisivos en la edad escolar para la creación de estilos de vida activa. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), en la actualidad, para el grupo de niños, niñas y adolescentes, el logro de beneficios para la salud asociados a la práctica de actividad físico-deportiva requiere de una práctica cifrada en, al menos, sesenta minutos diarios de actividad físico-deportiva de moderada a vigorosa intensidad. El estudio que se presenta hoy revela que actualmente este colectivo no alcanza estos niveles.

---

### **Para más información:**

**Eugenia Garrido** (Fundación Alimentum): 91 745 37 80 / [eugenia.garrido@fundacionalimentum.org](mailto:eugenia.garrido@fundacionalimentum.org)

**Victoria Alonso** (Fundación Deporte Joven): 91 589 67 15 / [victoria.alonso@csd.gob.es](mailto:victoria.alonso@csd.gob.es)

**Luis Lucio Villegas** (Consejo Superior de Deportes): 91 589 66 25 / [prensa@csd.gob.es](mailto:prensa@csd.gob.es)



## Algunos resultados

El 63% de los escolares entre 6 y 18 años de edad practican, como mínimo una vez a la semana, actividad físico-deportiva organizada fuera del horario escolar. La diferencia entre sexos es de 20 puntos: un 73% de los chicos frente a un 53% de las chicas. Por actividad físico-deportiva organizada se entiende aquella que se realiza en el marco de una organización y bajo la supervisión de una persona encargada de conducir la actividad fuera del horario lectivo como mínimo una vez por semana.

Si bien, solo 4 de cada 10 escolares (43%) sigue las recomendaciones de los expertos y de las instituciones internacionales de referencia en el ámbito de la salud, quienes estiman en una hora al día el tiempo necesario de actividad físico-deportiva en niños y adolescentes para lograr beneficios para la salud y prevenir y combatir los efectos negativos del sedentarismo.

A lo largo del estudio también se ha podido observar un fenómeno que se repite: el descenso de la práctica de actividad físico-deportiva, ya sea continua o puntual, a partir de los 12 años de edad. La etapa educativa de primaria a secundaria se presenta como un punto de inflexión a este respecto. Así, por ejemplo, el porcentaje de práctica organizada pasa del 64% entre los 6-7 años al 50% entre los 16-18 años. En el caso de las chicas, el abandono se produce en mayor medida que en los chicos.

Además de la edad y el sexo, la variable nacionalidad influye de manera considerable en la práctica. Las personas nacidas en el extranjero presentan un porcentaje de actividad físico-deportiva organizada (47%) inferior al de los/as escolares nacidos en España (63%). La combinación de ser chica y nacida en el extranjero agrava la situación, pues únicamente el 34% de las chicas nacidas fuera de España hacen actividad físico-deportiva organizada.

Esta investigación también ha estudiado diversos elementos que han ayudado a entender la situación observada, como las características de la práctica o los motivos, tanto para practicar como para no hacerlo, y la influencia de los factores de contexto entre otros.

## Hábitos saludables contra la obesidad infantil

Este trabajo viene a constatar, entre otras cuestiones, lo que ya han puesto de manifiesto, estudios anteriores: la población infantil y juvenil es especialmente sensible al sedentarismo, y por ende a las importantes implicaciones educativas y sanitarias que conlleva. Entre ellas, la obesidad que, si bien tiene un comportamiento multifactorial y complejo, a la cabeza de sus causas está el desequilibrio entre ingesta calórica y gasto energético.

«Para cuidar nuestra salud, lo fundamental es comer de forma variada y equilibrada, y practicar regularmente algún tipo de actividad físico-deportiva», apuntó el vicepresidente de la Fundación Alimentum, Xavier Orriols. «Desde la Fundación Alimentum –añadió– apostamos firmemente por aunar esfuerzos para concienciar y sensibilizar a la sociedad sobre la importancia de este binomio, ayudando así a la prevención de la obesidad y el sobrepeso y, por ende, de aquellas enfermedades relacionadas con ellas y con el sedentarismo».

---

### Para más información:

**Eugenia Garrido** (Fundación Alimentum): 91 745 37 80 / [eugenia.garrido@fundacionalimentum.org](mailto:eugenia.garrido@fundacionalimentum.org)

**Victoria Alonso** (Fundación Deporte Joven): 91 589 67 15 / [victoria.alonso@csd.gob.es](mailto:victoria.alonso@csd.gob.es)

**Luis Lucio Villegas** (Consejo Superior de Deportes): 91 589 66 25 / [prensa@csd.gob.es](mailto:prensa@csd.gob.es)



### **Ficha Técnica de la investigación**

<b>Universo</b>	Alumnado escolarizado de 1º de primaria a 2º de bachillerato y 2º grado medio (5.305.978 personas)
<b>Ámbito</b>	Estado español (17 comunidades autónomas y 2 ciudades autónomas)
<b>Dimensión de la muestra</b>	29.490 cuestionarios administrados, de los cuales 17.632 se encontraban dentro de los parámetros requeridos para el estudio
<b>Error de la muestra</b>	±3%
<b>Nivel de confianza</b>	95% $p=q=0,5$
<b>Procedimiento de muestreo</b>	Muestreo aleatorio polietápico o por conglomerados
<b>Trabajo de campo</b>	Del 7 de febrero al 10 de junio de 2011

---

#### **Para más información:**

**Eugenia Garrido** (Fundación Alimentum): 91 745 37 80 / [eugenia.garrido@fundacionalimentum.org](mailto:eugenia.garrido@fundacionalimentum.org)

**Victoria Alonso** (Fundación Deporte Joven): 91 589 67 15 / [victoria.alonso@csd.gob.es](mailto:victoria.alonso@csd.gob.es)

**Luis Lucio Villegas** (Consejo Superior de Deportes): 91 589 66 25 / [prensa@csd.gob.es](mailto:prensa@csd.gob.es)