



Al día: las cifras hablan

Núm. 23

Día Internacional del Deporte para el Desarrollo y la Paz



Dirección General de Análisis Legislativo

Instituto Belisario Domínguez
Senado de la República

Día Internacional del Deporte para el Desarrollo y la Paz

Por primera vez este 6 de abril de 2014 se celebra en todo el planeta el Día Internacional del Deporte para el Desarrollo y la Paz. Este día se estableció iniciativa del Comité Olímpico Internacional y fue anunciado en la sede de las Naciones Unidas, con el propósito de promover el papel del deporte como instrumento al servicio de la sociedad, que une a los grupos y naciones, e impulsa la paz mundial.

Las ventajas en la salud física y mental del deporte son ampliamente reconocidas, al igual que los valores intrínsecos que su práctica genera, tales como el trabajo en equipo, la cooperación, la solidaridad, la tolerancia, la comprensión y la inclusión social, se trata de valores esenciales para la paz y la convivencia humana (OMS, 2014).

Las cifras a nivel mundial

- 60% de la población mundial no realiza la actividad física necesaria para obtener beneficios para la salud (OMS, 2014).
- Aproximadamente 3.2 millones de defunciones anuales pueden atribuirse a una actividad física insuficiente (OMS, 2014)
- La Organización Mundial de la Salud (OMS) señala que la inactividad física es el cuarto factor de riesgo más importante de mortalidad en todo el mundo e influye en la prevalencia de 4 tipos de enfermedades: cardiovasculares, respiratorias crónicas, cáncer y diabetes (Inegi, 2014a)
- La inactividad física es la causa principal de alrededor de 25% de los cánceres de mama y de colon; 27% de los casos de diabetes y aproximadamente el 30% de la carga de cardiopatía isquémica (OMS, 2014).
- La OMS recomienda a las personas de 18 años o más, un mínimo de 150 minutos semanales de actividad física aeróbica moderada, o bien 75 minutos de actividad física vigorosa para mantener en buen estado las funciones cardiorespiratorias y musculares, la salud ósea así como para evitar la depresión (Inegi, 2014a).

Al día: las cifras hablan

Día Internacional del Deporte para el Desarrollo y la Paz

Núm. 23

- La actividad física por un tiempo superior a 60 minutos diarios reporta un beneficio aún mayor para la salud (OMS; 2014a).
- De acuerdo con la misma OMS, de las personas de 18 años y más, sólo 21.5% cumple con el nivel suficiente de actividad física deportiva (Inegi, 2014a).
- En 2011, 54% de la población canadiense de 12 años y más era activa físicamente (Inegi, 2014a).
- En Estados Unidos 51.4% de la población de 18 años y más hacía ejercicio o practicaba algún deporte en 2011 (Inegi, 2014a).



Las cifras para México

- Un estudio realizado por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (Inegi) sobre la práctica deportiva y ejercicio físico en la población mexicana de 18 años y más en áreas urbanas, encontró que:
 - o 56.4% de la población mexicana es inactiva físicamente, de la cual 38.7% son hombres y 61.3% mujeres (Inegi, 2014b).
 - o 18.2% nunca ha practicado alguna actividad físico-deportiva, de los cuales 41.9% es por falta de tiempo, 17.4 por problemas de salud o por cansancio y 15.5% por su trabajo (Inegi, 2014b).

Al día: las cifras hablan

Día Internacional del Deporte para el Desarrollo y la Paz

Núm. 23

- o La proporción más alta de hombres que no realizan deporte o ejercicio físico se registra en el grupo de 55 años y más, con 61.2%, en tanto que el mayor número de mujeres inactivas físicamente se ubica en el grupo de 25 a 34 años, con 71.4% (Inegi, 2014b).
- o El tiempo promedio semanal que la población dedica a la actividad físico-deportiva es mayor en los varones. Los hombres destinan 3 horas con 49 minutos y las mujeres 3 horas con 20 minutos (Inegi, 2014b).
- o 66.4% de las personas que realizan alguna actividad física o deportiva prefiere acudir a instalaciones o lugares públicos y 31.2% lo hace en su domicilio e instalaciones privadas tales como gimnasios privados, instalaciones de sus mismos centros de trabajo o estudio (Inegi, 2014a).
- o 46.6% de las personas prefiere ejercitarse en la mañana, 30.0% lo hace por la tarde, 14.4% en las noches y 9.1% no tiene preferencia de horarios (Inegi, 2014a).
- o 60% de la población señaló que realiza actividad físico-deportiva por razones de salud, mientras que por diversión lo hace 17.7% y para verse mejor 17.0% (Inegi, 2014b).
- o 57.9% de la población inactiva que alguna vez practicó algún deporte o ejercicio físico, dejó de hacerlo por falta de tiempo (Inegi, 2014a).
- o El nivel educativo de la población incide en práctica de un deporte o actividad física, sólo 29.3% de la población sin educación básica terminada es activa y 70.7% permanece inactiva (Inegi, 2014a).
- o Entre las personas con educación superior 57.9% realiza algún deporte o actividad física y 42.1% se mantiene inactiva físicamente (Inegi, 2014a).



Al día: las cifras hablan

Día Internacional del Deporte para el Desarrollo y la Paz

Núm. 23

- De acuerdo con un estudio realizado en escuelas primarias de la Ciudad de México, la clase de educación física y el recreo son las únicas oportunidades de los niños para realizar actividad física (SSa, 2013).
- Dentro de las clases de educación física, se realizan en promedio nueve minutos por semana de actividad moderada o intensa (SSa, 2013).
- 16% de la población mexicana en su tiempo libre prefiere descansar, 15% ver televisión y sólo 4% hacer deporte (SSa, 2013).
- De acuerdo con la clasificación de la OMS, en México 22.7% de los adolescentes entre 15 y 18 años son inactivos, 18.3% son moderadamente activos y 59% son activos físicamente (SSa, 2013).
- En adultos de 20 a 69 años de edad, la prevalencia de inactividad física aumentó significativamente; 47.3% en los últimos seis años (2006-2012) (SSa, 2013).
- En los 12 meses previos al levantamiento de la Encuesta Nacional de Salud, 58.6% de los niños y adolescentes de 10 a 14 años no realizó actividad física organizada (SSa, 2013).



Al día: las cifras hablan

Día Internacional del Deporte para el Desarrollo y la Paz

Núm. 23

- Sólo 67% de los inmuebles con escuelas para educación básica y especial dispone de áreas deportivas y recreativas (INEGI, 2014c).
- 83% de estos inmuebles con escuelas de sostenimiento público y 17% lo son de carácter privado (Inegi-SEP, 2014).
- Esta proporción es de 87% en los inmuebles educativos del estado de Baja California, seguido de Aguascalientes (86%), Chihuahua (83%) Tlaxcala (83%), Baja California Sur (82%) y Coahuila (80%) (Inegi-SEP, 2014).
- Los estados del país con las menores proporciones de inmuebles educativos con áreas deportivas y recreativas son Quintana Roo (55%), Chiapas (50%), Tabasco y Veracruz (49%), y Campeche (46%) (Inegi-SEP, 2014).



Al día: las cifras hablan

Día Internacional del Deporte para el Desarrollo y la Paz

Fuentes consultadas

Núm. 23

Instituto Nacional de Estadística y Geografía (Inegi) y Secretaría de Educación Pública (SEP), *Atlas educativo. Censo de Escuelas, Maestros y Alumnos de Educación Básica y Especial (CEMABE), Resultados definitivos*, Inegi-Sep, México, 2014. Disponible en <http://www.inegi.org.mx/>. (Consulta realizada abril de 2014).

Instituto Nacional de Estadística y Geografía (Inegi_a), “Estadísticas de práctica deportiva y ejercicio” en *Boletín de prensa Núm 14/14, 23 de enero de 2014*, Aguascalientes, Ags. Disponible en <http://www.inegi.org.mx/>. (Consulta realizada abril de 2014).

Instituto Nacional de Estadística y Geografía (Inegi_b), *Boletín de prensa Núm 129/14, 26 de marzo de 2014*, Aguascalientes, Ags. Disponible en <http://www.inegi.org.mx/>. (Consulta realizada abril de 2014).

Organización Mundial de la Salud (OMS), “Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud”, OMS, Ginebra, Suiza, 2014. Disponible en <http://www.who.int/es/>. (Consulta realizada abril de 2014).

Secretaría de Salud, *Estrategia Nacional para la Prevención y el Control del Sobrepeso, la Obesidad y la Diabetes*, Secretaría de Salud, México D.F., 2013. Disponible en <http://promocion.salud.gob.mx>. (Consulta realizada abril de 2014)

Al día: las cifras hablan

Día Internacional del Deporte para el
Desarrollo y la Paz

Núm. 23



El presente número pertenece a la serie *Al día las cifras hablan*
que realiza la Dirección General de Análisis Legislativo

Si desea consultar algún documento, favor de entrar en contacto con la Dirección.

Al día: las cifras hablan, No. 1

Al día: las cifras hablan, No. 2

Al día: las cifras hablan, No. 3

Al día: las cifras hablan, No. 4

Al día: las cifras hablan, No. 5

Al día: las cifras hablan, No. 6

Al día: las cifras hablan, No. 7

Al día: las cifras hablan, No. 8

Al día: las cifras hablan, No. 9

Al día: las cifras hablan, No.10

Al día: las cifras hablan, No.11

Al día: las cifras hablan, No.12

Al día: las cifras hablan, No.13

Al día: las cifras hablan, No.14

Al día: las cifras hablan, No.15

Al día: las cifras hablan, No.16

Al día: las cifras hablan, No. 17

Al día: las cifras hablan, No. 18

Al día: las cifras hablan. No. 19

Al día: las cifras hablan. No. 20

Al día: las cifras hablan. No. 21

Al día: las cifras hablan. No. 22

Día de las Madres

Día del Maestro

Día Mundial del Medio Ambiente

Día del Padre

*Día Internacional de lucha contra el
uso Indebido de Drogas*

Niñas y Niños con Discapacidad

Día Mundial de la Hepatitis

Día Internacional de la Juventud

Día Mundial de la Asistencia

Humanitaria

*Día Internacional de las Víctimas de
desaparición Forzada*

Día del Turismo

Día Internacional del Docente

Centenario del martirio de Belisario

Do-

mínguez Palencia

Día mundial de la Alimentación

*Día Internacional de la Violencia Con-
tra las Mujeres*

Día mundial del SIDA

*Día Internacional de las personas con disca-
pacidad*

Día Mundial contra el Cáncer

Día del Ejército

Día Internacional de la mujer

*Día Internacional de la eliminación de la
discriminación racial*

Día Mundial del Agua

Al día: las cifras hablan. No. 23 Día Internacional del Deporte para el
Desarrollo y la Paz

Instituto Belisario Domínguez
Senado de la República

Dirección General de Análisis Legislativo

Donceles No. 14, primer piso,
Col.Centro, Deleg. Cuauhtémoc,
06010, México D.F.

Contacto
Tel (55) 5722-4800 Ext. 2044, 2045 y 4831
amascott.ibd@senado.gob.mx

Instituto Belisario Domínguez

Al día: las cifras hablan



Presidente Senador Miguel Barbosa Huerta
Secretario Senador Daniel Gabriel Ávila Ruiz
Secretario Senador Roberto Armando Albores Gleason
Secretario Senador Ángel Benjamín Robles Motoya

Directora General de Análisis Legislativo Dra. María de los Ángeles Mascott Sánchez

Dr. Alejandro Navarro Arredondo

Mtra. Gabriela Ponce Sernicharo

Mtro. Cornelio Martínez López

Dr. Juan Pablo Aguirre Quezada

Mtra. Irma del Rosario Kánter Coronel

Lic. Alfredo Rafael Gracia Favela

Lic. Alejandro Hernández Garrido

Dirección General de Análisis Legislativo

Donceles No. 14, primer piso,
Col.Centro, Deleg. Cuauhtémoc,
06010, México D.F.

Contacto

Tel (55) 5722-4800 Ext. 2044, 2045 y 4831

amascott.ibd@senado.gob.mx



Este documento no expresa de ninguna forma la opinión de la Dirección General de Análisis Legislativo, del Instituto Belisario Domínguez ni del Senado de la República.

Mirada Legislativa es un trabajo académico cuyo objetivo es apoyar el trabajo Legislativo.