



Junio 2018

VISOR CIUDADANO NO. 59

PRÁCTICAS FÍSICO- DEPORTIVAS EN MÉXICO¹

Por Itzkuauhtli Zamora Saenz

****Colaboraron: Lizbeth López Gómez y Andrea Reyes Flores**

¹ Citación sugerida: Zamora Saenz, Itzkuauhtli (2018). Prácticas físico-deportivas en México. *Visor Ciudadano* (59). Instituto Belisario Domínguez del Senado de la República.

Acerca de Visor Ciudadano

Este documento de investigación tiene como objetivo brindar una visión panorámica sobre los diversos levantamientos de opinión pública y encuestas relacionados con los temas de interés para la agenda legislativa y pública. Cabe destacar que ninguna de las encuestas reportadas en esta serie, a menos que se especifique lo contrario, fue realizada por la Dirección General de Análisis Legislativo, ni refleja la opinión del Senado, las y los Senadores o del Instituto Belisario Domínguez. ***Visor Ciudadano*** es una síntesis ordenada de trabajos de opinión pública reconocidos en México y otros países, que reporta con rigor los resultados de estos estudios, así como su metodología.

Síntesis ejecutiva

- La práctica físico-deportiva se define como cualquier forma de actividad física realizada de manera individual o colectiva que tiene como objetivos prioritarios la mejoría de la condición física y psíquica de la persona, el desarrollo y fortalecimiento de sus relaciones sociales y, eventualmente, la obtención de resultados satisfactorios en competencias.
- La Organización Mundial de la Salud recomienda que la población de 18 años o más realice a la semana un mínimo de 150 minutos de actividad física aeróbica moderada o 75 minutos de actividad física aeróbica vigorosa durante la semana o bien, una combinación equivalente de ambas en al menos tres días.
- El aumento de la población con sobrepeso y obesidad es considerado el problema de salud pública y nutricional más recurrente en México. De acuerdo a la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de Medio Camino 2016, 72.5% de la población adulta en México padece sobrepeso u obesidad. La inactividad física es uno de los factores más importantes en el aumento de este tipo de enfermedades no transmisibles.
- En la serie temporal 2013 – 2017 del Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico del Inegi se ha mantenido como una constante que menos de la mitad de la población encuestada en México se considera activa físicamente. A su vez, solamente la mitad de la población activa físicamente (esto es, aproximadamente 25% del total de la población encuestada) realiza la práctica físico-deportiva de manera suficiente de acuerdo a los estándares de la OMS.
- La población encuestada en México valora el deporte en gran medida por la posibilidad de mejorar su convivencia y sus relaciones sociales. En ese sentido, destaca que el segundo tipo de asociacionismo más frecuente en México tiene que ver precisamente con las organizaciones de carácter deportivo. Ahora bien, entre más activa físicamente es la persona, más valora el deporte por los efectos benéficos en la salud.
- La población con mayor inactividad física se relaciona con bajos niveles de escolaridad y con el sexo. En este segundo aspecto, sobresale que son las mujeres quienes realizan menos prácticas físico-deportivas que los hombres en cualquier edad. La brecha de género es mucho más marcada en la juventud

(18 a 24 años). En ese sentido, coincide que la prevalencia de sobrepeso y obesidad es mayor en las mujeres que en los hombres.

- Expertos consultados coinciden en señalar que la falta de actividad físico-deportiva en la población mexicana radica en aspectos estructurales que van más allá de la falta de tiempo libre como suelen resaltar las encuestas de opinión pública. Entre tales aspectos destacan la amplitud de la jornada laboral, la falta de una adecuada implementación de la cultura física en todos los niveles de la educación formal, la baja coordinación interinstitucional de las autoridades competentes, el predominio de intereses privados y corporativos sobre los públicos, la falta de espacios públicos para la práctica deportiva que sean accesibles, gratuitos y que se encuentren en buen estado, así como un crecimiento urbano desordenado que dificulta la movilidad no motorizada.
- En la LXIII Legislatura del Congreso de la Unión se presentaron 85 iniciativas de ley relacionados con las prácticas deportivas y el ejercicio físico. De este total, ocho iniciativas se impulsaron en el Senado de la República. Los temas propuestos en el Senado se relacionan con el enfoque incluyente en la cultura física y el deporte (grupos étnicos, mujeres, discapacitados y adultos mayores); la creación de estímulos fiscales para la promoción del deporte de alto rendimiento, así como para la construcción, rehabilitación y mantenimiento de infraestructura deportiva; el fortalecimiento del deporte de alto rendimiento mediante la detección de talento y criterios para la integración de representantes nacionales; y la promoción del deporte como un mecanismo fundamental para el desarrollo integral de la juventud y la reinserción social de los sentenciados. En su mayoría, las iniciativas tienen que ver con reformar artículos de la Ley General de Cultura Física y Deporte.

Presentación

El 14 de junio del presente año comenzará la Copa Mundial de la FIFA Rusia 2018, uno de los eventos deportivos más vistos en todo el planeta. Seguramente en México también tendrá una gran audiencia a través de diferentes medios de comunicación. La población mexicana gusta de presenciar diferentes eventos deportivos tanto nacionales como internacionales, siendo ésta una de las actividades preferidas en los tiempos de ocio. Pero, más allá de ver los deportes por televisión o presenciarlos en un estadio, ¿qué tan frecuente realizan las y los mexicanos prácticas físico-deportivas en su tiempo libre?

La actividad físico-deportiva y una adecuada alimentación, constituyen un binomio central para la salud de las personas. Por esta razón, ambos aspectos constituyen mandatos para el Estado que debería promoverlos mediante políticas públicas dirigidas a prevenir la obesidad y el sobrepeso, las cuales están relacionadas con enfermedades no transmisibles (ENT) como la diabetes, algunos tipos de cáncer y enfermedades del corazón, por mencionar algunas. De hecho, según la Organización Mundial de la Salud (OMS) la inactividad física constituye el cuarto factor de riesgo de mortalidad a nivel mundial (OMS, 2010). En el presente Visor ciudadano se presentarán indicadores que nos permitan conocer tendencias en las prácticas físico-deportivas de la población mexicana. Por práctica físico-deportiva se entenderá cualquier forma de actividad física realizada de manera individual o colectiva que tiene como principal finalidad la mejoría de la condición física y psíquica de la persona, pero también el desarrollo y fortalecimiento de sus relaciones sociales y, eventualmente, la obtención de resultados satisfactorios en competencias (Inegi, 2013: 9). Al respecto, la OMS recomienda que la población de 18 a 64 años realice a la semana un mínimo de 150 minutos de actividad física aeróbica moderada o 75 minutos de actividad física aeróbica vigorosa durante la semana o bien, una combinación equivalente de ambas, procurando que esto pueda programarse en al menos tres días a la semana. (OMS, 2010).

El documento está organizado de la siguiente manera: en la primera sección (I. Datos de contexto), se subraya el preocupante aumento de la población que se encuentra en situación de sobrepeso y obesidad y su distribución por sexo, edad y región geográfica. También se menciona la tendencia en actividades sedentarias como estar frente a una pantalla de televisión y/o computadora. En la segunda sección (II. La opinión pública) se recuperan indicadores sobre la población tanto activa como inactiva físicamente; se analiza su comportamiento de acuerdo al sexo, la edad y el nivel de escolaridad. Dentro de los indicadores que se recuperaron se encuentran los factores que la población inactiva considera como obstáculos para realizar ejercicio, así como las principales influencias sociales que motivan su práctica. En la tercera

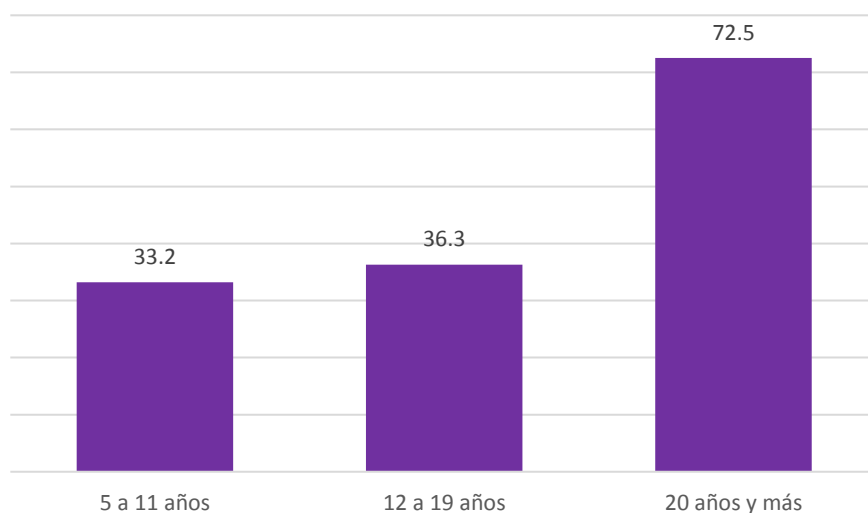
sección (III. La opinión de los expertos), cinco especialistas expresan su punto de vista sobre las razones de fondo que desfavorecen la realización de prácticas físico-deportivas en México, tomando como referencia el principal factor que menciona la población encuestada sobre el tema como es la falta de tiempo. Finalmente, en la cuarta sección se pasa revista a las iniciativas legislativas relacionadas con la promoción de la cultura física y el deporte que han tenido como cámara de origen al Senado de la República.

I. Datos de contexto

El aumento de la población con sobrepeso y obesidad es considerado el problema de salud pública y nutricional más recurrente en México. La Secretaría de Salud señala que este problema requiere de una atención multisectorial en la que participen gobierno, sociedad civil organizada, escuela, familia y las propias instituciones públicas de salud (Secretaría de Salud, 2016: 128). Sin lugar a dudas, la inactividad física es uno de los factores más importantes en el crecimiento de este tipo de enfermedades no transmisibles (ENT), esto es, aquellas que son consideradas como crónicas, de larga duración y que por definición no se transmiten de persona a persona. En este tipo de enfermedades se encuentran las cardiovasculares, la diabetes, el cáncer y respiratorias crónicas, por mencionar las más importantes.

En la Gráfica 1 se puede apreciar como el sobrepeso y la obesidad afectan a una gran cantidad de la población mexicana. Si se toma la prevalencia combinada de ambos indicadores se tiene que 33.2% de los niños de 5 a 11 años tiene sobrepeso u obesidad, para los jóvenes de 12 a 19 años la prevalencia está en el 36.3%, mientras que 72.5% de la población adulta en México padece sobrepeso u obesidad. Es importante mencionar que la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición clasifica a un individuo con sobrepeso u obesidad de acuerdo al Índice de Masa Corporal (IMC) descrita por la Organización Mundial de la Salud en el cual el sobrepeso equivale a estar en el rango de 25-29.9 kg/m², mientras que la obesidad se considera cuando el IMC es mayor o igual que 30 kg/m².

Gráfica 1. Prevalencia combinada de sobrepeso y obesidad en estratos poblacionales (Porcentaje)

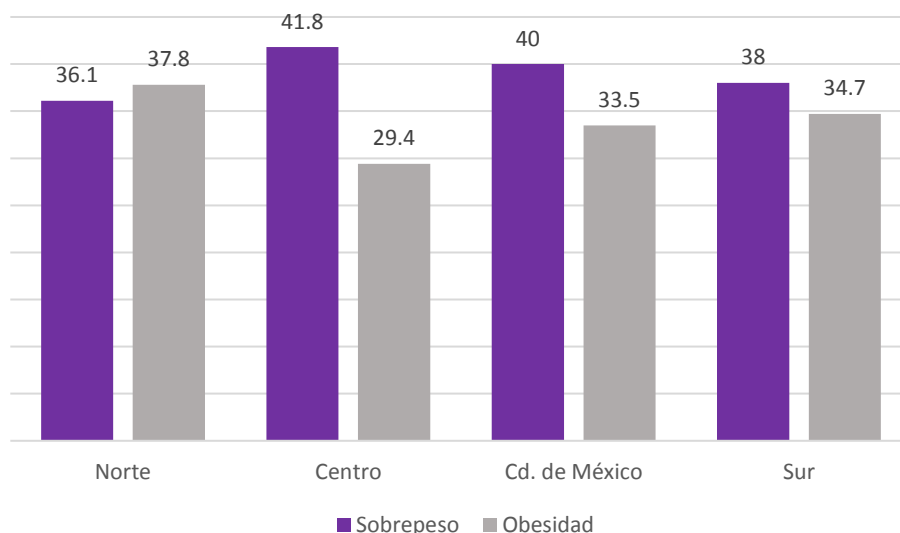


Fuente: ENSANUT, Medio Camino, 2016.

En el caso de la población infantil, la prevalencia de estos padecimientos varía de acuerdo al sexo. De esta manera, en los niños es más alta la obesidad (18.3%) que el sobrepeso (15.4%), mientras que en el caso de las niñas hay mayor sobrepeso (20.6%) que obesidad (12.2%). Es importante mencionar que en el sector infantil, hay mayor prevalencia de sobrepeso y obesidad en las localidades urbanas (36.4%) que en las localidades rurales (29%).

En la Gráfica 2 se puede revisar la prevalencia de sobrepeso y obesidad en adultos de 20 o más años de edad por región en el país. Destaca que en tres de las cuatro regiones hay mayor incidencia de sobrepeso que de obesidad (Centro, Ciudad de México y municipios conurbados y Sur), sólo en la región Norte hay mayor prevalencia de obesidad que sobrepeso; de hecho, es la región con un mayor porcentaje de obesidad a nivel nacional (37.8%). Por otro lado, la región del Centro es en donde se encuentra una mayor prevalencia de sobrepeso en el país (41.8%). Es muy importante mencionar que en todos los casos la prevalencia de sobrepeso y obesidad es mayor en mujeres que en hombres.

Gráfica 2. Prevalencia de sobrepeso y obesidad en adultos de 20 años o más por región del país (Porcentaje)



Fuente: ENSANUT, Medio Camino, 2016.²

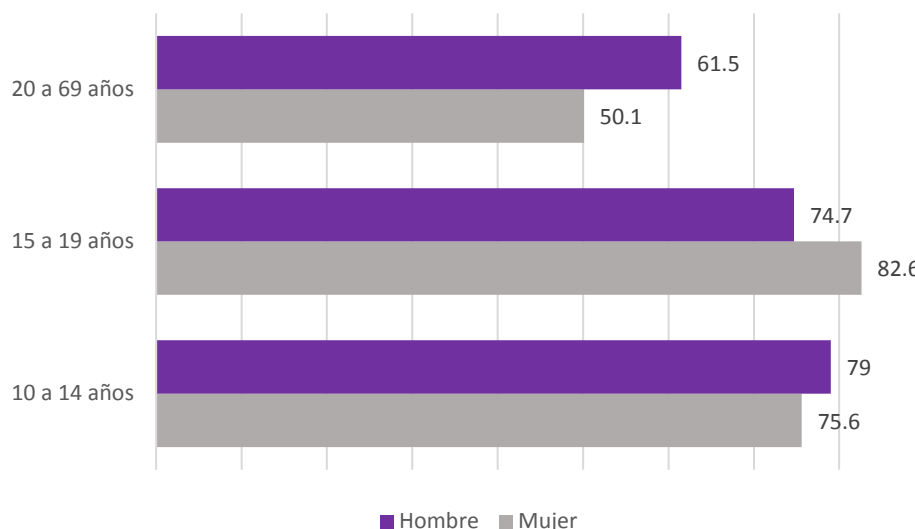
La población que participó en la ENSANUT atribuyó el crecimiento de la obesidad y el sobrepeso a la inactividad física (94.8%), al predominio de actividades sedentarias como ver la televisión o utilizar computadoras (89.3%), al consumo de bebidas azucaradas (88.3%), a una dieta poco balanceada que no incluye suficientes frutas y verduras (84.3%) y a ciertas predisposiciones de tipo hereditario (40%). En la siguiente sección, se detallará el aspecto de la inactividad física, pero vale la pena detenerse en el dato referente al sedentarismo.

De acuerdo a la Academia Americana de Pediatría es recomendable que las y los niños no pasen más de dos horas diarias frente a una pantalla de televisión. Como se puede apreciar en la Gráfica 3, la población infantil en México está lejos de cumplir dicha recomendación, ya que 77.3% de la población que tiene de 10 a 14 años pasa más de dos horas al día frente a una pantalla (79% niños y 75.6% niñas), este porcentaje aumenta a 78.7% para la población que tiene de 15 a 19 años, aunque en este sector son las mujeres quienes en mayor proporción pasan más de dos horas frente a la pantalla. Finalmente para la población adulta de 20 años y más, el

² La regionalización de la ENSANUT es la siguiente: el Norte está conformada por los estados de Baja California, Baja California Sur, Coahuila, Chihuahua, Durango, Nuevo León, Sonora y Tamaulipas. La región Centro incluye los estados de Aguascalientes, Colima, Guanajuato, Jalisco, Michoacán, Morelos, Nayarit, Querétaro, resto del Estado de México, San Luis Potosí, Sinaloa y Zacatecas. La región de la Ciudad de México contempla a la Ciudad de México y a los municipios mexiquenses que hacen conurbación. La región Sur está conformada por los estados de Campeche, Chiapas, Guerrero, Hidalgo, Oaxaca, Puebla, Tlaxcala, Quintana Roo, Tabasco, Veracruz y Yucatán.

porcentaje es de 55.8% (61.5% hombres y 50.1% mujeres de la población encuestada).

Gráfica 3. Porcentaje de población que pasa frente a una pantalla de TV más de dos horas al día.

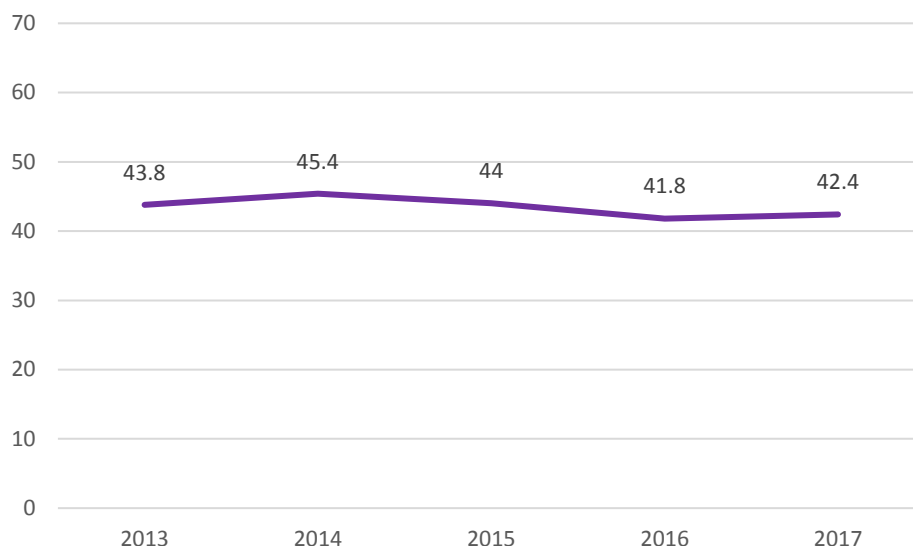


Fuente: ENSANUT, Medio Camino, 2016.

II. La opinión pública

La ENSANUT de Medio Camino 2016 incluyó dentro de sus reactivos indicadores concernientes a la actividad física, ya que uno de sus objetivos centrales se refería a los problemas de salud relacionados con la obesidad y el sobrepeso. No obstante, la extensión del concepto de actividad física incluía no sólo el tiempo libre, sino también los espacios del trabajo y el transporte. En otras palabras, se preguntaba por una categoría mucho más amplia. Bajo esta lógica, 67.3% de la población encuestada se consideró a sí mismo como personas físicamente activas. Este porcentaje disminuye considerablemente si se pregunta por la actividad física en el tiempo libre, aspecto mucho más relacionado con las prácticas físico-deportivas. En la Gráfica 4 se muestra que el porcentaje de esta población ha sido muy constante en el tiempo, de manera que menos de la mitad población se considera activa físicamente.

Gráfica 4. Porcentaje de población de 18 años y más que se considera activa físicamente (2013-2017)



Fuente: Inegi, Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF). Serie 2013 a 2017.³

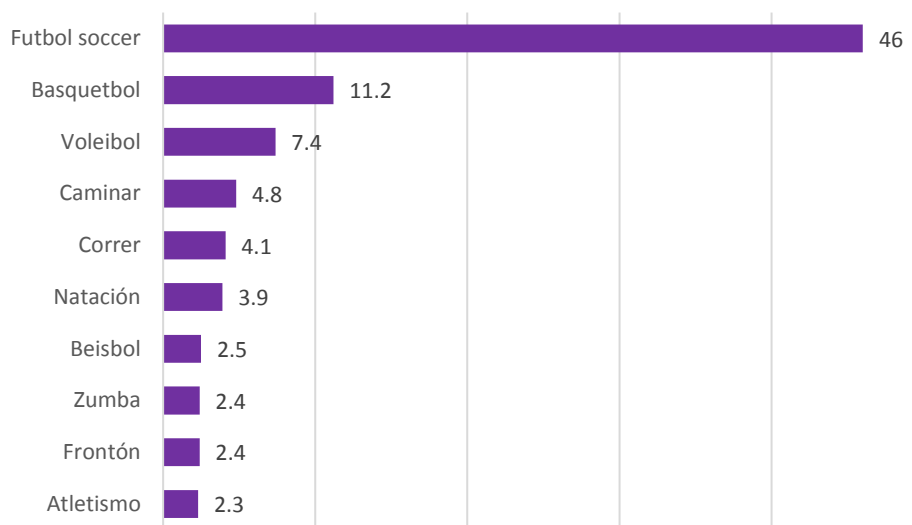
Ahora bien, es importante mencionar que el Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF) del Inegi, siguiendo los estándares de la OMS, clasifica a la población físicamente activa en aquella que tiene un nivel suficiente de práctica físico-deportiva, la que tiene un nivel insuficiente y la que tiene un nivel no declarado de práctica físico-deportiva.⁴ Si se retoman los últimos datos presentados en el año 2017, solamente la mitad de la población que se considera activa físicamente, lo hace con un nivel de práctica suficiente (49.1%). Esta población destina en promedio 5 horas con 3 minutos a la semana a la práctica deportiva y/o ejercicio físico en su tiempo libre.

Los deportes más practicados en México son de conjunto (Véase Gráfica 5). En primer lugar y muy por encima de los demás se encuentra el fútbol soccer (46%), seguido del basquetbol (11.2%) y el voleibol (7.4%). Posteriormente, aparecen deportes más individuales como caminar (4.8%), correr (4.1%) y la natación (3.9%).

³ Pregunta original de la encuesta: ¿En su tiempo libre usted practica algún deporte o ejercicio físico, como fútbol, basquetbol, aeróbics, bicicleta, caminar u otro?

⁴ Esta clasificación establece que una persona tiene un nivel suficiente de práctica físico-deportiva si la realizó en su tiempo libre al menos tres días de la semana y acumuló un tiempo mínimo de 75 minutos con una actividad física de intensidad vigorosa o bien 150 minutos con una intensidad moderada. Una persona con nivel insuficiente de práctica físico-deportiva es aquella que realizó ejercicio por debajo de los niveles anteriormente señalados, mientras que las que son consideradas con un nivel no declarado aseveraron en la encuesta que son activos físicamente, pero que la semana anterior a la encuesta no realizaron alguna práctica.

Gráfica 5. Deportes más practicados en México (Porcentaje)



Fuente: IJJ-UNAM, Encuesta Nacional de Cultura, Lectura y Deporte, 2015.⁵

El hecho de que los deportes más practicados en México sean de conjunto, sugiere uno de los aspectos sociales añadidos a la práctica físico-deportiva como es su propiedad relacional. En otras palabras, además de los efectos benéficos en el estado de salud, la práctica físico-deportiva constituye una oportunidad para entablar relaciones sociales, lo que ayuda a la salud y al equilibrio psicológico del sujeto al incrustarlo en redes en las cuales puede tener acceso a distintos de apoyo y acompañamiento emocional, así como compartir intereses y gustos afines con otras personas. En la Gráfica 6 se muestra como el segundo tipo de asociacionismo más activo en nuestro país tiene que ver precisamente con las organizaciones deportivas (18% de la población encuestada), por debajo de las organizaciones religiosas (37.6%), pero arriba de otro tipo de organizaciones como las educativas, políticas y laborales.

⁵ Pregunta original de la encuesta: ¿Cuál deporte practica?

Gráfica 6. Membresía activa a diferentes tipos de organizaciones sociales en México (Porcentaje)



Fuente: Encuesta Mundial de Valores, serie temporal 2010-2014.⁶

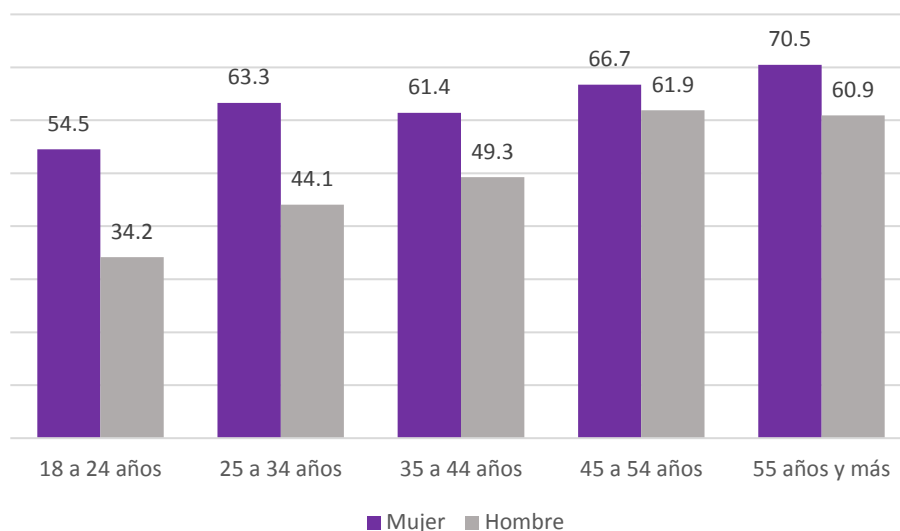
Sobre este punto resulta muy revelador que para la población encuestada por el Instituto de Investigaciones Jurídicas de la UNAM, las principales utilidades del deporte radican en mejorar la convivencia social (33% de los encuestados), divertirse (23.3%) y aprender habilidades (21.7%). Sin embargo, en el MOPRADEF de Inegi, los motivos cambian sustancialmente de orden, ya que la pregunta se les formula únicamente a las personas que son consideradas activas físicamente. De esta manera, para este sector poblacional los principales motivos para realizar prácticas físico-deportivas son la salud (59.6%), seguido de la diversión (19%) y verse mejor (17.6%). Lo anterior sugiere que cuando una persona es activa físicamente, hay una mayor tendencia a apreciar los beneficios del ejercicio en la salud, mientras que la población inactiva o con un nivel insuficiente, tiende a valorar más la práctica físico-deportiva por sus propiedades relacionales y lúdicas.

Ahora bien, ¿quiénes y por qué se encuentran en un estado de inactividad física? En la Gráfica 7 se ilustra que la población femenina en todas las edades realiza menos prácticas físico-deportivas que los hombres. La brecha de género en este punto es muy marcada en la juventud (18 – 24 años) con poco más de veinte puntos porcentuales y se mantiene prácticamente igual en el grupo poblacional de 25 a 34 años. Aunque la diferencia disminuye en el grupo de 35 a 44 años y todavía más en

⁶ Pregunta original de la encuesta: ¿Podría usted decirme si es usted miembro activo, si es usted miembro no activo o si no es miembro de este tipo de organizaciones?

el de 45 a 54 años, nuevamente vuelve a ampliarse cuando la población tiene 55 años y más.

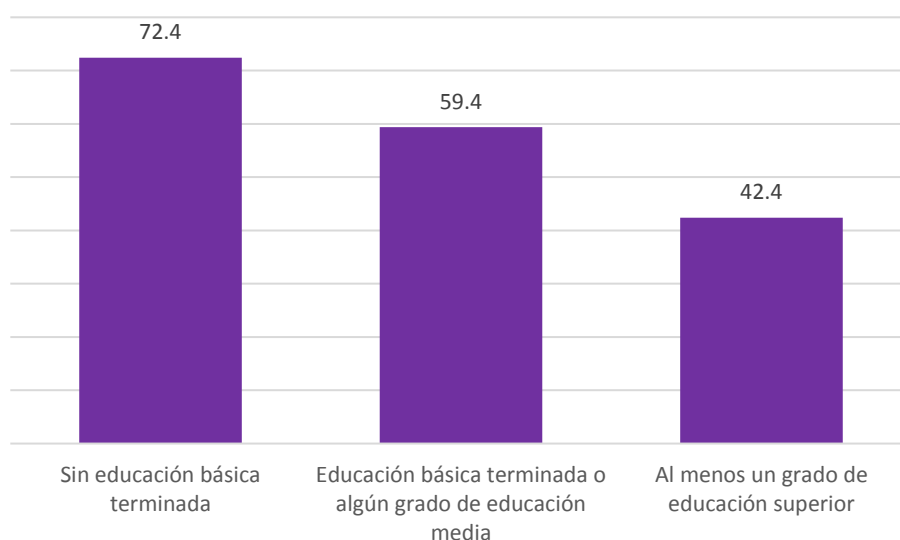
Gráfica 7. Porcentaje de población que se considera inactiva físicamente, por sexo y grupo de edad.



Fuente: Inegi, Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF), 2017

Otra variable importante para entender la falta de práctica deportiva y ejercicio físico es el nivel de escolaridad. En la Gráfica 8 se observa una relación negativa entre nivel de escolaridad e inactividad física, es decir, conforme se tiene un mayor nivel de escolaridad, disminuye la población que es inactiva físicamente. Lo anterior nos puede sugerir dos aspectos que requieren mayor investigación. En primer lugar, se puede conjeturar que conforme se aumenta el nivel de escolaridad, el individuo se va haciendo más consciente de la importancia de realizar actividad física, tanto por los beneficios que esto puede tener en su salud como en sus propias relaciones sociales. Por otro lado, esta tendencia sugiere también otra posible consecuencia de la desigualdad socioeconómica en la medida en que se considere el nivel de escolaridad como un indicador que nos permite aproximarnos al de ingreso económico. De esta manera, si asumimos que a mayor nivel de escolaridad mayor posibilidad de ingreso económico, entonces podríamos establecer la hipótesis que las personas con menor nivel de ingreso económico son menos propensas a realizar prácticas físico-deportivas. Como veremos en la siguiente sección, las y los especialistas consultados respaldan de alguna manera esta interpretación.

Gráfica 8. Porcentaje de población que se considera inactiva físicamente, por nivel de escolaridad.



Fuente: Inegi, Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF), 2017

Es importante resaltar que prácticamente 3 de cada 10 personas consideradas como inactivas físicamente (26.5%) nunca han realizado una práctica físico-deportivo en su vida. En cambio, aquellos que sí realizaron alguna práctica físico-deportiva en el pasado, pero que actualmente son inactivos (73.5%), señalaron que las principales razones de su actual sedentarismo es la falta de tiempo (47.3%), el cansancio por el trabajo (24.3%), ciertos problemas de salud que les impiden hacer ejercicio (16.5%), la pereza (4.8%) y la falta de dinero (3%). Estos resultados coinciden bastante con los obtenidos en la ENSANUT de Medio Camino 2016, con la salvedad señalada anteriormente de que en esta segunda encuesta se pregunta por actividad física entendida como una categoría más amplia que la práctica físico-deportiva en el tiempo libre, ya que también incluye la actividad física en el trabajo, el transporte y el hogar. Con esta advertencia, a nivel nacional la población encuestada por la ENSANUT identificó que los principales obstáculos para hacer actividades físicas son la falta de tiempo (56.8%), la falta de espacios adecuados y seguros (37.7%), la falta de motivación (34%), la preferencia por actividades sedentarias como ver la televisión, usar la computadora o leer (32.1%), la falta de actividad física en la familia (31%), los problemas de salud, incluyendo discapacidades (27.5%) y el desagrado por realizar actividad física (16.5%). En el Cuadro 1 se aprecia el comportamiento regional de estos factores.

Cuadro 1. Factores que impiden hacer actividades físicas por región (Porcentaje).

Factor	Región				
	Norte	Centro	Cd. Méx.	Sur	Nacional
Falta de tiempo	52.3	53.4	67.7	57.4	56.8
Falta de espacios adecuados y seguros	40.9	33.6	45.4	35.5	37.7
Falta de motivación	35.8	30.9	36	34.8	34
Preferencia por actividades sedentarias	39.8	32.1	26.7	29.7	32.1
Falta de actividad física en familia	29.1	26.7	41.4	31	31
Problemas de salud	30.3	23.4	25.2	31.7	27.5
Desagrado por actividad física	17.2	14.4	16.2	18.5	16.5

Fuente: ENSANUT, Medio Camino, 2016.

La Ciudad de México y municipios mexiquenses conurbados están al frente en la mayoría de las barreras percibidas por la población para realizar actividad física como son la falta de tiempo, la falta de espacios adecuados y seguros, la falta de motivación y la falta de actividad física en la familia. Por su parte, en la región Sur se localiza la mayor cantidad de población que percibe como barreras los problemas de salud y el desagrado por la actividad física. Finalmente, en la región Norte se encuentra el mayor porcentaje de población que prefiere realizar actividades sedentarias.

Es muy importante advertir que en diferentes encuestas se ha señalado la importancia de los padres para inculcar en los niños el gusto por la práctica físico-deportiva, aunque no necesariamente es la principal influencia. En la Gráfica 9 se muestra que los deportistas destacados constituyen en la actualidad una gran influencia social para acercarse al deporte, seguidos de los padres de familia y los amigos con los que se relacionan.

Gráfica 9. Principales influencias sociales para practicar deporte (Porcentaje).



Fuente: IJJ-UNAM, Encuesta Nacional de Cultura, Lectura y Deporte, 2015.⁷

⁷ Pregunta original de la encuesta: En su opinión, ¿Qué de lo siguiente cree usted que inspira más a los niños y a los jóvenes a practicar algún deporte?

III. En voz de los expertos

Como se mencionó en la sección anterior, la gran mayoría de la población que se considera inactiva físicamente mencionó que no realiza prácticas físico-deportivas por falta de tiempo. Esta respuesta es una constante y normalmente ocupa el primer lugar de las menciones en varias encuestas de opinión pública sobre el tema. Bajo este entendido, se consultó la opinión de cinco expertos en cultura física y deporte para analizar si este factor es una razón de fondo para entender el predominio del sedentarismo sobre la actividad física.

La pregunta detonadora fue la siguiente:

- En diferentes encuestas, la población mexicana ha respondido que la principal razón por la cual no realiza prácticas deportivas y ejercicio físico es la falta de tiempo. ¿Usted considera que esa es la razón de fondo de la inactividad física? De no ser así ¿Cuál(es) sería(n)?

Las respuestas que se presentan a continuación están organizadas alfabéticamente de acuerdo al apellido del/la especialista.



Dr. Daniel Añorve Añorve
Profesor de tiempo completo
Universidad de Guanajuato.

Datos de contacto: danorve@gmail.com / danorve@ugto.mx

Aunque la falta de tiempo ha sido confirmada en un estudio propio llevado a cabo en Guanajuato Capital como la principal razón para dejar de lado la práctica deportiva, otra respuesta con una frecuencia casi tan alta es "tengo otras prioridades" (Añorve, 2014: 394). Lo anterior puede ser resultado de diversos factores que deben ser explorados: a) una canalización excesiva del tiempo no laboral y/o de estudios a redes sociales, lo cual lleva a un sedentarismo de facto; b) la prioridad que se le da al deporte en las escuelas, materia a la que no se suele dar la misma importancia que a otras materias "serias" y/o "académicas" (Añorve, 2014: 395) y c) desconocimiento de la oferta de instalaciones deportivas existentes en el lugar de residencia. El principal problema, a mi juicio, no es la escasez de programas y/o instalaciones, sino una baja coordinación interinstitucional. Hoy, la CONADE cuenta con una plétora de programas, que van desde la activación física masiva: Muévete Escolar, Muévete Laboral, Muévete Población Abierta, Tú zona Muévete y Red Nacional de Comunidades en Movimiento; programas focalizados: Olimpiadas Nacionales, Olimpiadas Regionales, Juegos Deportivos de la Educación Media Superior, Juegos Deportivos

Nacionales de la Educación Básica, Juegos Nacionales Populares, Juegos y Deportes Autóctonos y Tradicionales, Encuentro Nacional Deportivo Indígena y Juegos Nacionales Deportivos y Recreativos de los Trabajadores 2016; por último, existen programas que atienden el deporte de alto rendimiento. También existen importantes esfuerzos institucionales para ordenar y registrar la infraestructura física deportiva, desde el deporte recreativo hasta el deporte de alto rendimiento. No obstante a la existencia de programas e infraestructura, un problema fundamental es la falta de transversalidad del deporte entre instituciones que, por una u otra razón están vinculadas a éste. Por ejemplo, aunque la Secretaría de Salud, el Instituto Mexicano del Seguro Social, el Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado promueven la práctica del deporte, principalmente dentro de su oferta en el sector de la salud, no es común que la canalización médica lleve al usuario a programas o instalaciones concretas, razón por la cual, el usuario sabe que debe hacer al menos 150 minutos de ejercicio a la semana, o bien conoce las tablas de quema de calorías por cada actividad desempeñada, pero difícilmente tendrá una idea clara de los programas y/o las instalaciones concretas en las que puede hacer efectiva la recomendación del médico. Así, la coordinación médico-gestor deportivo sería un probable camino para detonar la práctica deportiva.⁸



Dr. Rolando Dromundo Valadez
Técnico - académico
Universidad de Pisa
Dato de contacto: rolmau@yahoo.com

Argumentar la falta de tiempo como principal causa, obedece solo una percepción empírica, que si bien real, no permite llegar al fondo de la problemática. La ausencia de políticas públicas adecuadas y la falta de coordinación entre diversas instituciones a nivel federal, estatal y municipal han permitido que intereses privados y corporativos puedan en muchos casos determinar la organización deportiva. En ese sentido, resulta urgente la creación de un modelo nacional que permita masificar y desarrollar el acceso a la cultura física en todos sus rubros (recreación, actividad física y deporte) y que incluya políticas adaptables a la realidad mexicana con sus grandes diferencias sociales presentes. Eso incluiría por una parte, considerar las complejas situaciones laborales de las personas en situación de pobreza y concebir la cultura física como parte integral de la educación en todos sus niveles. Además, en las últimas décadas, las grandes inversiones en materia deportiva no han representado un mayor desarrollo a nivel nacional, ni

⁸ Para conocer más el trabajo del especialista se sugiere consultar: Añorve, Daniel (2014). La actividad física y el deporte en la edificación de una ciudadanía democrática y en los Objetivos de Desarrollo del Milenio: el caso de Guanajuato. En J. Aguilar (coord.), *Libertades y participación política* (pp.355-409). México, D.F: Fontamara-Universidad de Guanajuato. / Añorve, Daniel; Díaz, Fernando; y Góngora, Vanesa (2015). Las políticas de género y el auge olímpico de las atletas: estudio comparativo de seis países. *Gestión y Política Pública*, Vol. Temático, 205-234.

siquiera en el alto rendimiento, donde con una población de más de 105 millones de personas, los resultados deportivos no son equivalentes a lo que se pudiera esperar de una de las 15 economías más grandes del planeta. Actualmente, los éxitos en el deporte de alto rendimiento son, en la mayoría de los casos, producto de esfuerzos individuales en vez de significar la conclusión de un proceso de políticas deportivas que promueven deporte y actividad física en todos los niveles. Si a esto se agrega que actualmente México compite con Estados Unidos por las más altas tasas de obesidad infantil y de adultos en el mundo, la situación es grave. Es necesaria una transformación del modelo actual de promoción de la cultura física donde el Estado juegue el rol principal y dirija la participación de diversas entidades.⁹



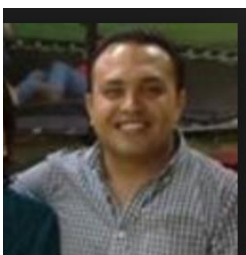
Dra. Vanessa García González
Profesora - investigadora
Universidad Autónoma de Chapingo.

Dato de contacto: vanessa.garglez@gmail.com

La falta de tiempo vinculada principalmente a largas jornadas de trabajo, y en zonas urbanas, a largos trayectos (en tiempo y/o distancia) para desplazarse de un lugar a otro, es una razón de peso para no integrar a la rutina diaria actividades físicas de moderadas a vigorosas (AFMV). Sin embargo, la falta de tiempo va ligada también a cuestiones estructurales tales como: empleos mal remunerados que conllevan a la búsqueda de fuentes de ingreso adicionales que se realizan durante el espectro del tiempo libre, restando al tiempo disponible para recreación y realización de AFMV; inseguridad (calles y vecindarios con altas tasas de criminalidad, mala iluminación, tráfico); falta de espacios públicos accesibles (con horarios flexibles y sin cuotas de acceso), seguros, a corta distancia y en buenas condiciones de uso para recrearse y poder realizar AFMV; en este sentido, la desigualdad debe ser considerada también como una barrera para realizar cotidianamente AFMV, mientras que en áreas urbanas y de altos ingresos se puede tener acceso a instalaciones y actividades físico-deportivas; existen áreas marginadas, particularmente en entornos urbanos, donde ni siquiera hay acceso al agua potable, mucho menos a espacios abiertos, gratuitos y seguros para poder jugar o realizar AFMV. También tenemos el problema relacionado con el acceso a datos confiables en materia de AFMV, por ejemplo, no hay un censo de instalaciones deportivas elaborado con una metodología confiable y cuyo resultado sea de fácil acceso a investigadores y hacedores de políticas públicas. Otra barrera, al menos en las principales ciudades, tiene que ver con la contaminación, realizar AFMV al aire libre respirando aire altamente contaminado, o en espacios sucios, no es una experiencia memorable que se pueda o quiera realizar cotidianamente. El diseño urbano orientado al uso de vehículos motorizados, aunado a largas distancias por

⁹ Para conocer más el trabajo del especialista se sugiere consultar: Dromundo Valadez, Rolando (2009). El periodismo deportivo en México: una visión crítica. *Revista Iberoamericana de Comunicación*, (Otoño-Invierno), 1-12.

recorrer, disminuyen las posibilidades de optar por medios de transporte activo (caminar, uso de bicicletas, etc.). El modo en que funciona y está organizado el transporte público donde se realizan paradas continuas y de manera desordenada también disminuye las posibilidades de optar por transporte activo. Es de suma importancia que las horas de educación física en las escuelas sigan existiendo y de ser posible se incrementen para generar el hábito de realizar cotidianamente AFMV desde edades tempranas. Igualmente, debe considerarse que culturalmente el significado conferido a prácticas físico-deportivas conlleva a que estas no ocupen un lugar prioritario en los procesos individuales de toma de decisión para integrar o no AFMV en las rutinas diarias.¹⁰



Dr. Jesús Roberto García Sandoval
Docente
Universidad Autónoma de Tamaulipas
Dato de contacto: jrgarcia@uat.edu.mx

En diversas investigaciones realizadas en conjunto por colegas mexicanos y españoles efectivamente el principal motivo que alude la población Mexicana para la práctica de actividad física es la falta de tiempo; sin embargo, se ha llegado a la conclusión desde un punto de vista particular que son diversos los factores y/o razones para no practicar ejercicio físico. Primero es una cuestión cultural, en pleno siglo XXI, la práctica físico-deportiva sigue siendo entre la población una cuestión de pérdida de tiempo, aunado a que la práctica de ejercicio físico deportivo es principalmente para los varones y no para mujeres, o adultos mayores. Segundo son insuficientes los espacios y condiciones en las comunidades para favorecer la práctica de actividad física - en las zonas rurales y comunidades alejadas de las grandes ciudades se carece de infraestructura-. Tercero deben existir diversidad de actividades físico-deportivas - No todo es fútbol- que promuevan la participación de la comunidad en general involucrándose gobierno en sus tres niveles, instituciones educativas y empresas privadas para promover actividades físicas en las escuelas, empresas y comunidad en general. Cabe destacar que es necesario impulsar estas prácticas en escuelas iniciando en el Jardín de niños hasta el nivel superior; ya que conforme avanza la edad las motivaciones de las personas cambian y se pierde el interés por la práctica de ejercicio físico. Se hace necesario un programa de intervención y concientización enfocado a niños, jóvenes, adultos y adultos mayores -hombres y mujeres- donde se concientice de los beneficios de salud física y psicológica que esta actividad proporciona. Así mismo, se tiene que generar un programa innovador que llegue a toda la población mexicana para concientizar sobre las consecuencias negativas del exceso del uso de dispositivos móviles u otros dispositivos tecnológicos que propician el sedentarismo para regular su uso. Si fuese

¹⁰ Para conocer más el trabajo de la especialista se sugiere consultar: García González, Vanessa (en prensa). *(Dis)engaging in moving-body practices: Physical activity correlates among university students in Mexico.* (Tesis doctoral). Próximamente disponible en el repositorio digital de la Universidade de Évora (Portugal).

necesario presentar los índices de personas con obesidad y sus consecuencias como la diabetes tipo II que está causando un número considerable de muertes en nuestro país. Es preciso ser cautelosos con los programas que se implementen, porque en las zonas rurales o comunidades o ciudades alejadas de las capitales de los Estados no se aterrizan los recursos o programas destinados a este rubro politizándose cada vez más este tipo de actividad, lo que trae como consecuencia que la ciudadanía no participe.¹¹



Dr. Sergio Varela Hernández
Profesor - investigador
Facultad de Ciencias Políticas y Sociales, UNAM.
Dato de contacto: varelaaloleo@gmail.com

En parte, sí. La falta de tiempo es una de las razones [para la inactividad física], pero a su vez, la amplitud de los horarios de trabajo y de tiempo de transporte de una buena parte de la población dificultan las actividades físicas. Otro factor es la carencia de espacios públicos para la realización de actividades dirigidas y tuteladas por expertos calificados. Además de ello, pero tal vez sobre de todo, son los perfiles mercantiles y los vínculos orgánicos con el capital que instancias como las federaciones deportivas tienen. El caso más elocuente es el de la FEMEXFUT, que en lugar de cumplir su papel como promotor del deporte social que le corresponde por ley, se dedica al lucro y a la ganancia comercial (prohibida por su propio estatuto jurídico). El Estado mexicano, por omisión o conveniencia, simplemente deja que estas anomalías jurídicas y sociales se den en el ámbito local, regional y nacional. Mientras impere una visión mercantil del deporte, en donde las corporaciones dominen la política pública deportiva, la población no mejorará su calidad de vida a través de la actividad física. Menos aún si esas corporaciones, además de todo, son aquellas que tanto perjudican a la población con productos dañinos para la salud, tales como Coca Cola, Mc Donald's, etc. Gran contradicción ésta.¹²

¹¹ Para conocer más el trabajo del especialista se sugiere consultar: García Sandoval, Jesús; Caracuel, José Carlos; y Ceballos, Oswaldo (2014). Motivación y ejercicio físico deportivo: Una añeja relación. *Revista Internacional de Ciencias Sociales y Humanidades, SOCIOTAM, XXIV* (1), 71-88.

¹² Para conocer más el trabajo del especialista se sugiere consultar: Varela, Sergio (en dictamen). El deporte entre los discursos de la función social y la lógica mercantil. La Ley General de Cultura Física y Deporte y el fútbol profesional en contrapunto (artículo de investigación). / Varela, Sergio (2007). Goligarquías latinoamericanas. Fútbol profesional, poder público y el gran negocio mediático. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd111/goligarquias-latinoamericanas-futbol-profesional-poder-publico-y-el-gran-negocio-mediatico.htm>

IV. Iniciativas legislativas sobre deporte y ejercicio físico

En la LXIII Legislatura del Congreso de la Unión se presentaron 85 iniciativas de ley relacionados con las prácticas deportivas y el ejercicio físico. En su mayoría, las iniciativas tienen que ver con reformar artículos de la Ley General de Cultura Física y Deporte. Entre los principales temas que se buscaron legislar se encuentran los siguientes:

- La promoción del deporte como parte del desarrollo social integral de las personas, mecanismo de reinserción social, integración familiar y parte de una estrategia para combatir el sobrepeso y la obesidad.
- El desarrollo y mantenimiento de servicios e infraestructura deportiva federal, estatal y municipal.
- El fortalecimiento de la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte (CONADE) mediante el cambio en la forma de elegir a su titular y, en algunos casos, a través de su transformación en una Secretaría del Deporte.
- La transparencia y la rendición de cuentas en el manejo de recursos públicos por parte de las instituciones deportivas nacionales.
- La coordinación interinstitucional, particularmente de la CONADE, la Secretaría de Educación Pública (SEP) y el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (Conacyt) para mejorar la promoción de la cultura física y las prácticas deportivas en la educación formal, así como el desarrollo de investigación aplicada en materia deportiva.
- El establecimiento de mecanismos que favorezcan la inclusión de ciertos grupos sociales (discapacitados, grupos indígenas, mujeres y adultos mayores) a la cultura física y la práctica deportiva.
- La implementación de mecanismos e instrumentos fiscales para el desarrollo de proyectos e infraestructura deportiva.
- El apoyo al deporte de alto rendimiento.
- La reorganización de asociaciones y federaciones deportivas nacionales.

De este conjunto de iniciativas, ocho se impulsaron en el Senado de la República: tres por el PRD, dos por el PAN, una por el PRI, una por el PT y una por el PVEM. Los temas propuestos en el Senado se relacionan con el enfoque incluyente en la cultura física y el deporte (grupos étnicos, mujeres, discapacitados y adultos mayores); la creación de estímulos fiscales para la promoción del deporte de alto rendimiento, así como para la construcción, rehabilitación y mantenimiento de infraestructura deportiva; el fortalecimiento del deporte de alto rendimiento mediante la detección de talento y criterios para la integración de representantes nacionales; y la promoción del deporte como un mecanismo fundamental para el desarrollo integral de la juventud y la reinserción social de los sentenciados.

Las iniciativas presentadas en el Senado se detallan en la Tabla 1.

Tabla 1. Iniciativas legislativas presentadas en el Senado durante la LXIII Legislatura referentes al deporte y ejercicio físico.

#	Denominación	Objeto y propuestas principales	Presentada en/Fecha	Presentada por (Partido)	Estatus
1	Que reforma los artículos 18, 19 y 21 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos.	La iniciativa tiene por objeto regular la normatividad en materia de procesos judiciales de sentenciados. Entre lo propuesto destaca: 1) garantizar la reinserción social del sentenciado mediante el derecho al trabajo, educación, salud y deporte; 2) determinar la adecuación de lineamientos en materia de prisión preventiva; 3) facultar a la autoridad judicial para el control de la ejecución de penas; y, 4) establecer que la autoridad administrativa podrá actuar como auxiliar en la ejecución de sanciones.	27/10/2015	Sen. Angélica de la Peña Gómez (PRD)	Desechada el 30 de abril de 2018
2	Que adiciona los artículos 6, 33 y 101 de la Ley General de Cultura Física y Deporte, en materia de deporte para personas con discapacidad.	La iniciativa tiene por objeto garantizar la inclusión de personas con discapacidad en la política social en materia de cultura física y deporte. Para ello propone: 1) promover el equipamiento y adecuaciones en infraestructura deportiva para el acceso a personas con discapacidad o con problemas motrices; y, 2) facultar a la CONADE para: i) establecer los mecanismos de coordinación para la capacitación de entrenadores, personal médico y preparadores físicos para atender a dicha población; ii) determinar el otorgamiento de estímulos, ayudas, subvenciones y reconocimientos para asociaciones y ligas deportivas que fomenten la inclusión de personas con discapacidad.	09/12/2015	Sen. Lorena Cuéllar Cisneros (PRD)	Desechada el 30 de abril de 2018

Continúa...

...Continuación (1/3)

#	Denominación	Objeto y propuestas principales	Presentada en/Fecha	Presentada por (Partido)	Estatus
3	Que expide la Ley Federal de la Juventud y se reforma el artículo 2 de la Ley del Instituto Mexicano de la Juventud.	La iniciativa tiene por objeto fortalecer los derechos y el desarrollo integral de la juventud. Entre lo propuesto destaca: 1) precisar que se considerarán jóvenes quienes tengan entre los 15 y 29 años de edad; 2) indicar los principios rectores en los que se basarán los derechos de los jóvenes; 3) determinar los derechos y deberes de las y los jóvenes; 4) puntualizar que la administración pública federal se encargará de la formulación y conducción de la política en la materia; 5) señalar que las entidades federativas y municipios podrán celebrar convenios de colaboración con la Federación en materia de juventud; 6) indicar que el Ejecutivo federal, por conducto de la SHCP y con el apoyo del IMJUVE, establecerá mecanismos de seguimiento y evaluación de los efectos de la política de juventud; 7) crear el Sistema de Juventud; 8) especificar las atribuciones y obligaciones de las autoridades en materia de protección de los derechos de las y los jóvenes; y, 9) establecer la protección a la salud, el impulso a la educación, el acceso al trabajo y a la vivienda, la cultura y deporte, entre otros, como elementos de la política en materia de juventud.	14/12/2015	Sen. Daniel Gabriel Ávila Ruiz (PAN)	Desechada el 30 de abril de 2018
4	Que reforman los artículos 2° y 9° de la Ley General de Cultura Física y Deporte.	La iniciativa tiene por objeto establecer elementos enfocados a garantizar la participación incluyente en materia de cultura física y deporte. Para ello propone: 1) indicar que se deberá garantizar la igualdad de oportunidades en el desarrollo de dicho ámbito a todas las personas sin distinción de etnia o preferencias sexuales; y, 2) precisar que la CONADE, en coordinación con la SEP, integrará en el Programa Nacional de Cultura Física y Deporte: a) objetivos y metas que promuevan el deporte de manera incluyente y de forma específica en cuanto a la práctica social y de representación; y, b) la elaboración de programas de actividad física y deporte diferenciados para atender las diversas necesidades de la población.	27/01/2016	Sen. Jorge Aréchiga Ávila (PVEM)	Desechada el 30 de abril de 2018

Continúa...

...Continuación (2/3)

#	Denominación	Objeto y propuestas principales	Presentada en/Fecha	Presentada por (Partido)	Estatus
5	Que reforma y adiciona diversas disposiciones de la Ley de los Derechos de las Personas Adultas Mayores y de la Ley General de Educación.	La iniciativa tiene por objeto garantizar el acceso a la educación de adultos mayores. Entre lo propuesto destaca: 1) permitir que los adultos mayores: i) reciban educación en igualdad de condiciones con otros sectores de la población, de forma gratuita, pública, integral y sin discriminación; ii) participen en programas educativos públicos existentes en todos los tipos, niveles, servicios y modalidades; y, iii) tengan derecho a la cultura y actividades artísticas, así como a la actividad física y el deporte; 2) facultar a: a) la SEP para promover la investigación en el aspecto biológico, mental, emocional y retrasar la aparición de enfermedades crónicas e incapacidades en el adulto mayor; asimismo promover la formación de personal calificado y la construcción y adecuación de unidades e instalaciones deportivas para la práctica de actividades físicas; y, b) facultar a la Secretaría de Cultura para el fácil acceso a bienes y servicios culturales; y, 3) incorporar en los planes y programas de estudio de todos los niveles educativos, contenidos relativos al proceso de envejecimiento, al respeto a los derechos del adulto mayor, al respeto y la valorización de las personas adultas mayores, a fin de contribuir a la eliminación de los prejuicios, maltrato, exclusión y discriminación contra la vejez. Para ello modifica diversos artículos de ambas legislaciones.	26/04/2016	Sen. Raúl Morón Orozco (PRD)	Desechada el 30 de abril de 2018
6	Que adiciona el capítulo IV Bis del Título Quinto que consta de los artículos 117 Bis 1 al 117 Bis 7 a la Ley General de Cultura Física y Deporte, en materia de deporte de alto rendimiento.	La iniciativa tiene por objeto incorporar y promover el deporte de alto rendimiento en el país. Entre lo propuesto destaca: 1) establecer mecanismos de detección de talentos deportivos e invitarlos a incorporarse al Programa Nacional del Deporte de Alto Rendimiento; 2) facultar a la CONADE para dar seguimiento a los programas de entrenamiento para confirmar que se logren las metas y objetivos planteados; 3) puntualizar que los entrenadores que participen en el Programa deberán encontrarse actualizados y participar en cursos y campamentos en el extranjero, los cuales serán cubiertos con cargo a los recursos del Fondo para el Deporte de Alto Rendimiento; 4) prohibir la suspensión o suministro de los recursos comprometidos para el programa de entrenamiento por causas ajenas al cumplimiento y logro de los objetivos y avances del propio programa; y, 5) especificar que, para seleccionar a los deportistas que representen a nuestro país en eventos deportivos internacionales, se llevará a cabo un torneo o campeonato de donde se sacará a los primeros lugares para integrar la delegación nacional.	14/09/2016	Sen. Marco Antonio Blásquez Salinas (PT)	Desechada el 30 de abril de 2018

Continúa...

...Continuación (3/3)

#	Denominación	Objeto y propuestas principales	Presentada en/Fecha	Presentada por (Partido)	Estatus
7	Que adiciona un - Capítulo VIII del Estímulo Fiscal al Deporte de Alto Rendimiento- al título VII de la Ley del Impuesto sobre la Renta.	La iniciativa tiene por objeto otorgar estímulos fiscales para fortalecer y promover el deporte de alto rendimiento. Entre lo propuesto destaca: 1) establecer que dicho estímulo a los contribuyentes del ISR consistirá en aplicar un crédito fiscal equivalente al monto que aporten a proyectos de infraestructura deportiva especializada o programas de desarrollo, entrenamiento y competencia de atletas de alto rendimiento, contra el ISR causado en el ejercicio correspondiente; 2) determinar que el mismo no será acumulable ni podrá exceder del 10% del impuesto causado en el ejercicio anterior; y, 3) crear un Comité Interinstitucional encargado de administrar y precisar el funcionamiento y lineamientos del incentivo fiscal, el cual estará conformado por un integrante de la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte, uno del Comité Olímpico Mexicano, uno del SAT y uno de la SHCP.	17/11/2016	Sen. Lilia Guadalupe Merodio Reza (PRI)	Pendiente en las comisiones de Educación y Cultura y Hacienda Pública de la Cámara de origen.
8	Que adiciona el capítulo XII, -Del estímulo fiscal al deporte social-, que comprende el artículo 205, al título VII de la Ley del Impuesto sobre la Renta.	La iniciativa tiene por objeto otorgar un estímulo fiscal a los contribuyentes que aporten a proyectos de inversión en infraestructura, rehabilitación, mantenimiento o adecuación de espacios para la práctica de alguna disciplina deportiva. Entre lo propuesto, destaca: 1) indicar que éste consistirá en aplicar un crédito fiscal equivalente al monto de la aportación contra el ISR causado en el ejercicio correspondiente; 2) precisar que será procedente cuando: i) dicha práctica deportiva se realice en los Centros del Deporte Escolar y Municipal; y, ii) se compre equipamiento y material deportivo necesarios para la aplicación de programas diseñados para el desarrollo del deporte social; 3) señalar que no podrá exceder del 10% del ISR causado en el ejercicio inmediato anterior al de su aplicación; y, 4) establecer que en caso de que el contribuyente no aplique el crédito en el ejercicio en el que pudiera hacerlo, perderá el derecho a acreditarlo en los ejercicios posteriores y hasta por la cantidad en la que pudo haberlo efectuado.	01/02/2018	Sen. Juan Alejandro Fernández Sánchez Navarro (PAN)	Pendiente en las comisiones de Educación y Cultura y Hacienda Pública de la Cámara de origen

Fuente: Sistema de Información Legislativa. Última consulta: 28 de mayo de 2018.

Consideraciones finales

Las cifras referentes a la práctica físico-deportiva en México resultan preocupantes, ya que aproximadamente sólo una cuarta parte de la población adulta en México se considera activa físicamente con un nivel suficiente. Además, la actividad sedentaria de la población infantil frente a pantallas de televisión, videojuegos, computadoras y otros dispositivos móviles está por arriba de los estándares internacionales propuestos por organismos internacionales especialistas en la materia. Ambos factores, aunado a la falta de una dieta balanceada, inciden en el aumento del sobrepeso y la obesidad, así como de enfermedades no transmisibles como la diabetes.

La población asume que su inactividad física se debe principalmente a la falta de tiempo libre. No obstante, la y los especialistas consultados coincidieron en señalar que la inactividad física radica en aspectos estructurales como la amplitud de la jornada laboral (indicador de la desigualdad económica que predomina en nuestro país) y la falta de planificación urbana orientada a la dotación de equipamiento e infraestructura deportiva de carácter público para la actividad física y la promoción de esquemas de movilidad urbana favorables para los desplazamientos no motorizados (por ejemplo, el uso de la bicicleta o trayectos a pie). También destacaron que la falta de coordinación interinstitucional en todos los niveles de gobierno impide la implementación de políticas públicas efectivas para la promoción de la cultura física, con especial mención en las instancias educativas que no han logrado difundir los beneficios y los valores implícitos de la práctica deportiva. En ese sentido, hace falta una política de Estado más robusta y efectiva para la implementación de la cultura física y práctica físico-deportiva que atienda a toda la población mexicana, para ello se requiere de una especial consideración por la población que se encuentra en una situación socioeconómica vulnerable y regular los intereses privados y corporativos que predominan en muchas federaciones y asociaciones deportivas.

Ahora bien, es muy importante resaltar que en la inactividad física se identifica claramente un problema de género, ya que son las mujeres quienes son más inactivas físicamente a lo largo de toda su vida en comparación de los hombres. ¿Cómo se puede entender esta brecha? Una hipótesis a comprobarse en posteriores investigaciones sería que las mujeres en su vida adulta tienen una doble carga laboral a lo largo del día, esto es, al trabajo remunerado se suele agregar el trabajo doméstico no remunerado. Por esta situación, las mujeres suelen tener menos tiempo libre en un día promedio, pero también menos ingresos que potencialmente les permitiría pagar su membresía a un club deportivo. Por otro lado, no se puede descartar que para comprender la mayor inactividad física en la etapa infantil y juvenil de las

mujeres se requieren analizar las persistencias de prejuicios que desincentivan la práctica deportiva, ya sea porque los padres consideren que sus hijas son más vulnerables y por lo tanto requieren permanecer más tiempo en los espacios domésticos o porque simplemente se les asigna este rol por la fuerza de tradiciones y convenciones sociales.

En cualquier caso, para revertir la inactividad física de las mujeres y de la población en general, se requiere la participación de las madres y padres de familia. Recordemos que este actor es considerado una influencia muy importante para introducir a la población infantil y juvenil al mundo del deporte y la cultura física. Esto no obvia los problemas estructurales señalados por la y los especialistas consultados, mucho más relacionados con aspectos económicos, sociales y hasta urbanos, pero dichas tendencias pueden contrarrestarse si parte de la convivencia familiar se realiza en torno a ciertas prácticas físicos-deportivas en vez de las sedentarias.

Referencias

Instituto Nacional de Estadística y Geografía (Inegi) (2013). *Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico 2013, MOPRADEF. Diseño conceptual*. Ciudad de México: Inegi.

Organización Mundial de la Salud (OMS) (2010). *Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud*. Ginebra, Suiza: OMS.

Secretaría de Salud (2016). *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de Medio Camino 2016. Informe final de Resultados*. Recuperado de <https://goo.gl/eM5YG6>

Encuestas consultadas

- Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF) de la Encuesta Nacional sobre Confianza del Consumidor / *Inegi*. Encuesta dirigida a la población de 18 años y más que en la fecha de levantamiento residen permanentemente en las viviendas ubicadas dentro del dominio de estudio de la Encuesta Nacional sobre Confianza del Consumidor. La cobertura geográfica es de una representación a nivel nacional-urbano, derivado del agregado urbano de 32 ciudades de más de 100 mil habitantes. El tamaño de la muestra es de 2,336 viviendas que permita dar estimaciones a nivel de las 32 áreas urbanas. El esquema de muestreo es probabilístico, estratificado y por conglomerados. Disponible en: <https://goo.gl/ULYPvx> (Última consulta, 30 de mayo de 2018).

- Encuesta Nacional de Cultura, Lectura y Deporte, 2015 / Instituto de Investigaciones Jurídicas, UNAM. El periodo de levantamiento de la encuesta fue de octubre a noviembre de 2014. El tamaño de la muestra fue de 1,200 casos distribuidos entre dos estratos principalmente, la región (Centro, DF y Estado de México, Norte y Sur) y el tamaño de la localidad. El esquema de selección fue multietápico (localidades, AGEBS, manzanas, viviendas e individuos) y el modo de levantamiento fue cara a cara, en vivienda. El público objetivo fue todos los habitantes del país que al momento del levantamiento tuvieran 15 años o más. El nivel de confianza fue de 95% y un margen de error de 4.2%. Disponible en: <https://goo.gl/n6y146> (Última consulta, 30 de mayo de 2018).

-Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de Medio Camino, 2016 / Secretaría de Salud. Encuesta nacional con representatividad regional, urbana y rural. El esquema de muestreo fue probabilístico, polietápico, estratificado y por conglomerados. El tamaño de la muestra fue de 29,795 individuos integrantes de 9,474 viviendas, los cuales se agruparon de la siguiente manera: 5-11 años (edad escolar), 12-19 años (adolescentes) y 20 años y más (adultos). El periodo de levantamiento fue de mayo a octubre de 2016. Disponible en: <https://goo.gl/eM5YG6> (Última consulta, 30 de mayo de 2018).

Instituto Belisario Domínguez

Comité Directivo

Presidente Senador Manuel Bartlett Díaz
Secretario Senador Rubén Antonio Zuarth Esquinca
Secretario Senador Daniel Gabriel Ávila Ruiz
Secretario Senador Marlon Berlanga Sánchez

Dr. Alejandro Navarro Arredondo
Director General de Análisis Legislativo

Investigadores

Mtra. Gabriela Ponce Sernicharo
Mtro. Cornelio Martínez López
Dr. Itzkuauhtli Benedicto Zamora Saenz
Dr. Juan Pablo Aguirre Quezada
Mtra. Irma del Rosario Kánter Coronel
Mtro. Christian Uziel García Reyes
Dra. Carla Angélica Gómez Macfarland
Mtra. Lorena Vázquez Correa
Lic. María Cristina Sánchez Ramírez
Mtro. Israel Palazuelos Covarrubias

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. *Visor Ciudadano* es un trabajo académico cuyo objetivo es apoyar el trabajo parlamentario.

Números anteriores de la serie *Visor Ciudadano*:
<http://bibliodigitalibd.senado.gob.mx/handle/123456789/1872>



@IBDSenado



IBDSenado



www.senado.gob.mx/ibd/

Donceles No. 14, Centro Histórico,
C.P. 06020, Del. Cuauhtémoc
Ciudad de México