Valgo - Blog

https://www.valgo.es/

Publicada la Encuesta de Hábitos Deportivos en España 2020

Ya está disponible la **Encuesta de Hábitos Deportivos en España 2020**, publicada por la División de Estadística y Estudios de la Secretaría General Técnica del **Ministerio de Cultura y Deporte**, junto al **Consejo Superior de Deportes**.

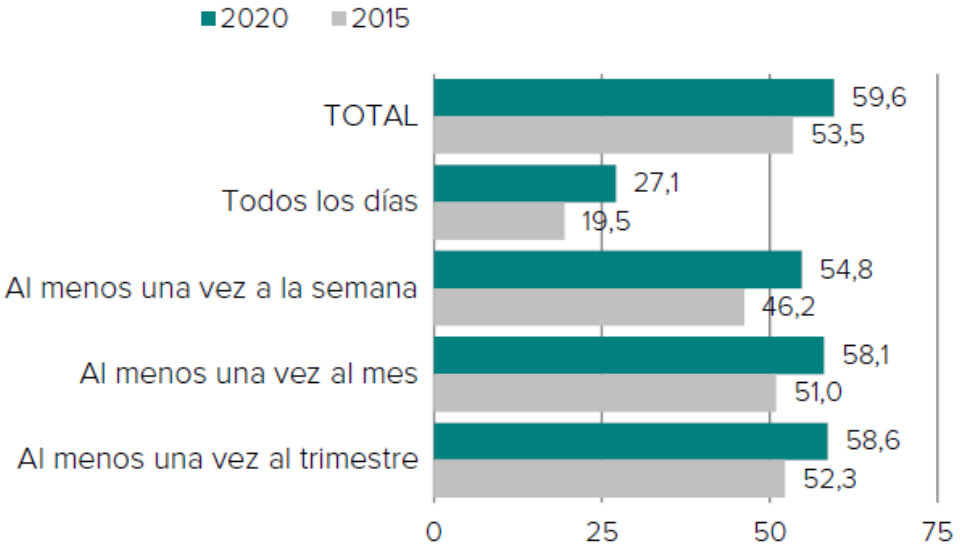
Práctica deportiva e impacto del COVID-19

Los resultados de la encuesta de 2020 reflejan el auge que está teniendo el deporte en la población española, ya que un 59,6% de la población ha practicado deporte en el último año, sea de forma periódica o de forma ocasional. Esta cifra supone un crecimiento de 6,1 puntos con respecto a la anterior encuesta de 2015.

De entre las personas que practican deporte, el 27,1% lo realiza diariamente y el 54,8% al menos una vez por semana. Además, el 58,1% practica deporte al menos una vez al mes y el 58,6% al menos una vez cada trimestre. Estos nuevos datos indican un incremento de 7,6 puntos en la participación diaria y un incremento de 8,6 puntos en la participación semanal. De entre aquellos que practicaron deporte semanalmente, dedicaron de media 312,4 minutos a la semana, muy similar al registrado en 2015.

Gráfico 1. Personas que practicaron deporte en el último año según frecuencia

(En porcentaje de la población total investigada)

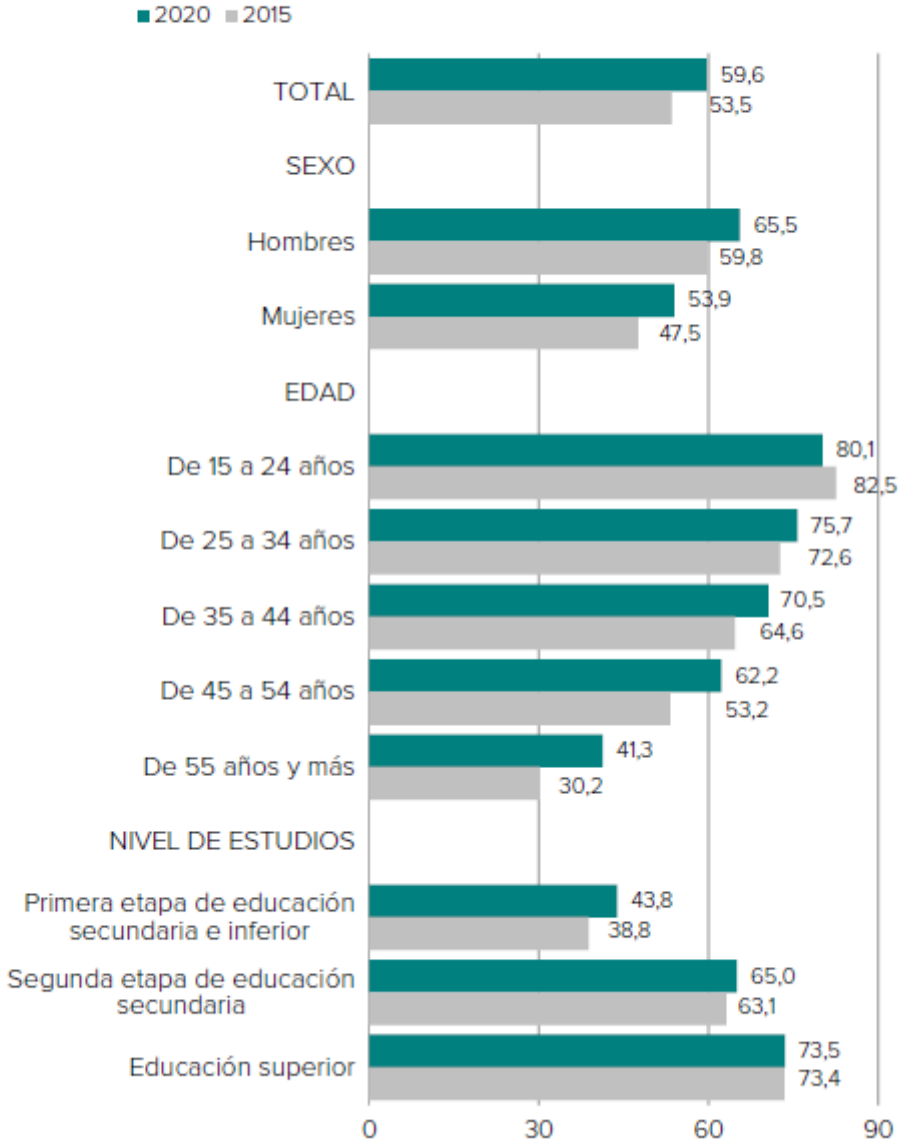


En cuanto a la edad de los practicantes, las tasas de participación anual supera el 80% entre la gente más joven, mientras que desciende hasta el 41,3% en la población mayor de 55 años. En general se han observado aumentos en todos los tramos de edad. Por sexo se observa que la práctica deportiva sigue siendo superior en los hombres (65,5%), mientras que la tasa en las mujeres se sitúa en el 53,9%. Sin embargo, se ha reducido ligeramente la brecha observada entre ambos sexos, aunque continúa siendo alta.

Por nivel de formación se observan las mayores tasas de práctica deportiva entre aquellos con educación superior, 73,5%, seguida de aquellos con segunda etapa de educación secundaria, 65%.

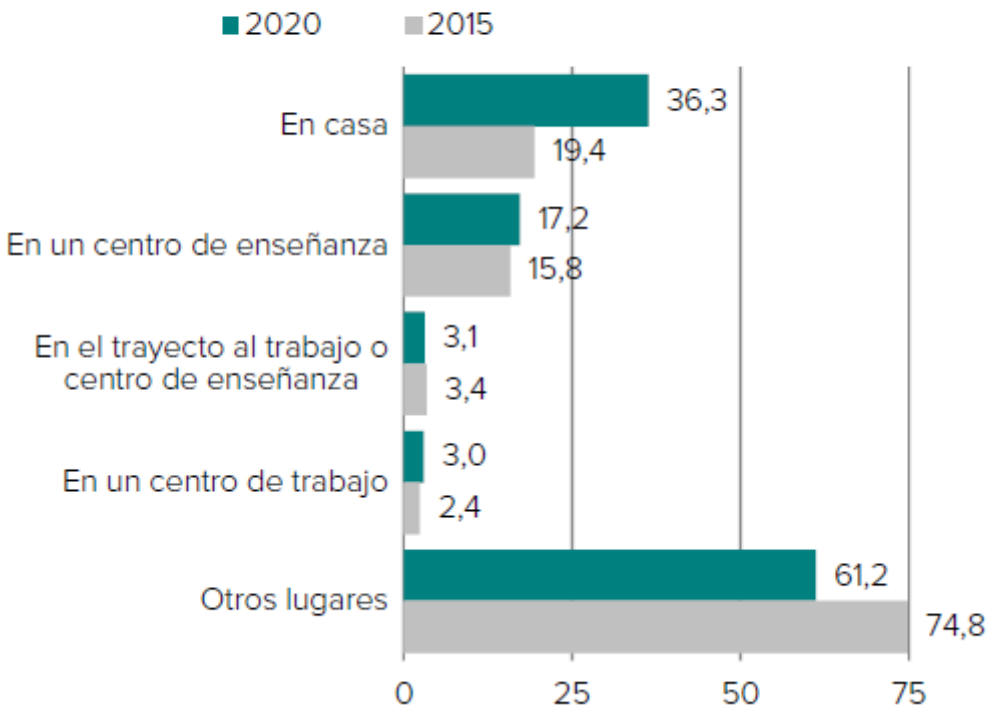
Gráfico 2. Personas que practicaron deporte en el último año según sexo, edad y nivel de estudios.

(En porcentaje de la población total investigada de cada colectivo)



Un 36,3% de la población que practica deporte manifestó que solía hacerlo en su casa, porcentaje que prácticamente duplica al observado en 2015, un 17,2% en un centro de enseñanza, un 3% en el centro de trabajo y un 3,1% aprovecha los trayectos al trabajo o centro de enseñanza. El 61,2% practica en otros lugares. Por otro lado, el 45,3% de las personas que realiza deporte utilizan instalaciones específicas para ello, una cifra que supone un descenso considerable, ya que son 13,5 puntos menos que en 2015, debido a las consecuencias de la pandemia por COVID-19.

Gráfico 8. Personas que practicaron deporte en el último año según el lugar donde suelen practicar
(En porcentaje de la población que practicó deporte en el último año)



Impacto del COVID-19 en las modalidades deportivas

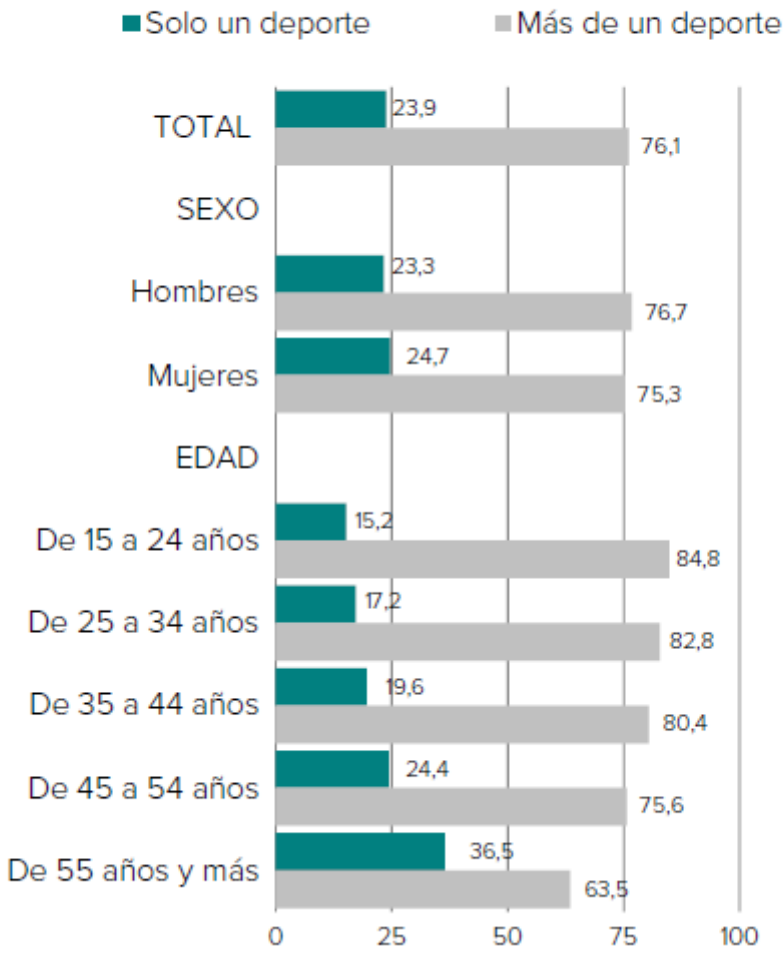
La encuesta muestra que se ha registrado un incremento de aquellos que practicaron una sola modalidad deportiva, un 23,9%, lo que supone 2,9 puntos más que en 2015. Frente a ello, un 76,1% practicaron más de una modalidad deportiva, es decir, tres de cada cuatro personas.

Entre las mujeres continúa siendo más frecuente que entre los hombres la práctica de una sola modalidad, un 24,7%, y 23,3% respectivamente. La práctica de más de un deporte es más frecuente en la población joven, superando el 80% en los menores de 45 años y registrándose las menores frecuencias en los grupos al crecer el tramo de edad, tomando su menor valor 63,5% en el tramo de 55 años en adelante.

La preferencia por los deportes individuales ha aumentado hasta el 66,1%, frente al 11,6% que prefieren los deportes colectivos o el 22,3% que no tiene ninguna preferencia. Es más frecuente entre las mujeres la preferencia por los deportes individuales, con un 72%, mientras que en cuanto a grupos de edad, los jóvenes tienen mayor preferencia por los deportes colectivos.

Gráfico 9. Personas que practicaron deporte en el último año según número de modalidades deportivas. 2020

(En porcentaje de la población que practicó deporte en el último año)

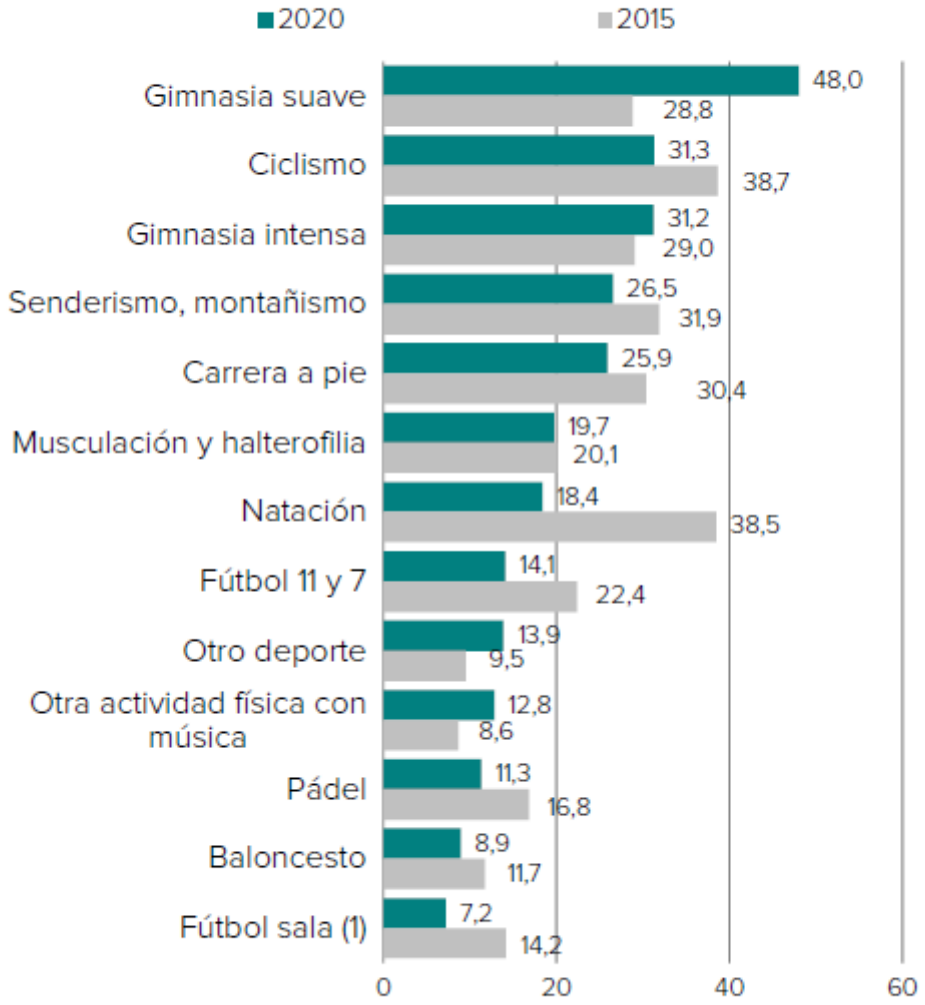


Si se analizan las modalidades deportivas practicadas en el último año se observan descensos generalizados en casi todas las modalidades y ascensos muy significativos en gimnasia suave, con un 48% de la población que practicó deporte en el último año, frente al 28,8% registrado en 2015.

Entre aquellos que practicaron en el año, la gimnasia intensa presenta una tasa del 31,2%, el senderismo y montañismo el 26,5%, carrera a pie, running o marcha un 25,9%, la natación un 18,4% o fútbol 11 y 7 el 14,1%.

Entre los hombres es mucho más frecuente la práctica de fútbol, ciclismo, pádel, musculación, halterofilia, baloncesto, tenis, o pesca, mientras se observan tasas superiores en las mujeres en cualquier tipo de gimnasia o de natación.

Gráfico 11. Personas que practicaron deporte en el último año según modalidades más frecuentes.
(En porcentaje de la población que practicó deporte en el último año)

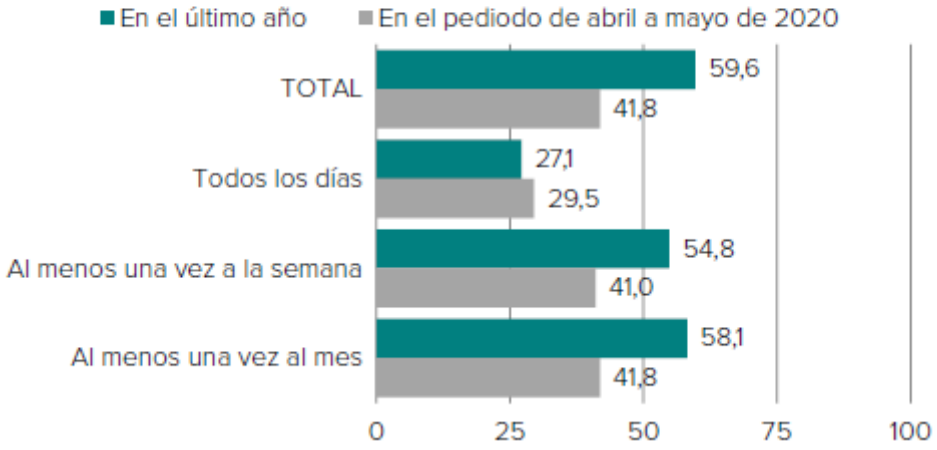


(1) En 2020 incluye futbol playa

Práctica deportiva durante el periodo de confinamiento por COVID-19 de abril a mayo de 2020

Durante el periodo de confinamiento de abril y mayo de 2020, el 41% de la población ha practicado deporte al menos una vez por semana, cifra inferior en 13,8 puntos porcentuales a la observada en el conjunto del año investigado por la encuesta. Si se analiza con aquellos que practicaron deporte al menos una vez al mes la tasa es similar, del 41,8%, frente al 58,1% del conjunto del periodo.

Gráfico 13. Personas que practicaron deporte en el último año y durante el *periodo de confinamiento por COVID-19* (de abril a mayo de 2020) según frecuencia
(En porcentaje de la población total investigada)

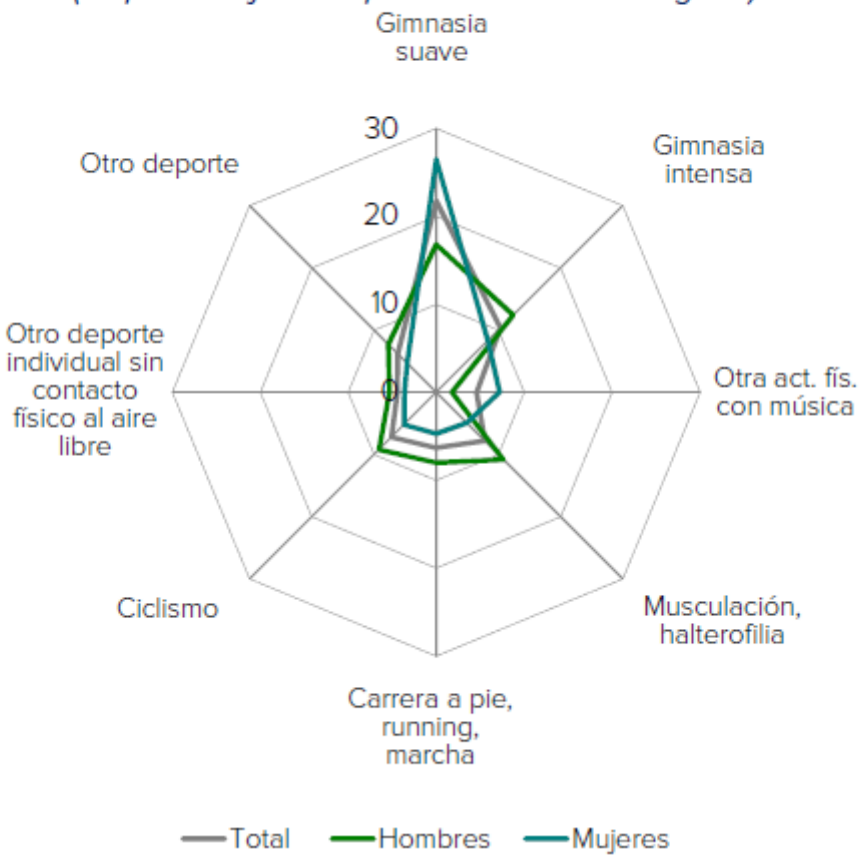


El 70,9% de las personas que realizaron deporte durante el confinamiento lo hizo en casa. De entre ellos, un 26,4% utilizó clases virtuales de gimnasio o dirigidas y el 55,6% lo realizó de forma libre. Se ha registrado una gran diferencia de género en el uso de clases virtuales del gimnasio o dirigidas, ya que sólo el 15% de los hombres lo utilizaron, frente al 38,3% de las mujeres.

Por otro lado, las modalidades deportivas más frecuentes durante el periodo de confinamiento fueron la gimnasia suave, practicada por un 21,8% de los encuestados, y la gimnasia intensa, con un 10,3%. Le siguen la musculación y halterofilia (7,8%), el ciclismo (7,2%) y la carrera a pie, running o marcha (6,3%).

Gráfico 18. Personas que practicaron deporte durante el *periodo de confinamiento por COVID-19* (de abril a mayo de 2020) según modalidad deportiva y sexo.

(En porcentaje de la población total investigada)



Sin embargo, el 62,4% de la población encuestada indica que ha mantenido los mismos hábitos deportivos que antes de la pandemia, el 17,1% piensa que realiza menos deporte y el 12,9% que ha aumentado la práctica deportiva tras el periodo de confinamiento.

Por último, el 7% de la población encuestada ha dejado de asistir temporalmente al gimnasio de forma presencial tras el periodo de confinamiento, es decir, uno de cada diez investigados. Sin embargo, sólo el 2,2% manifiesta que lo ha dejado definitivamente. En ambos casos se observan mayores valores entre las mujeres y entre los grupos de edad centrales.

Gráfico 20. Personas que manifiestan que el periodo de confinamiento *por COVID-19* (de abril a mayo de 2020) ha modificado sus hábitos deportivos.

(En porcentaje de la población total investigada)

Si quieres conocer más datos acerca de la Encuesta de Hábitos Deportivos en España 2020, entra en la web del Ministerio de Cultura y Deporte, o descarga directamente el documento en el link que dejamos debajo de la noticia.

Acceder a la Encuesta de Hábitos Deportivos en España 2020 >>>

Link to Original article: https://www.valgo.es/blog/publicada-la-encuesta-de-habitos-deportivos-en-espana-2020?elem=265674