

ENTORNO

España, a la cola de las potencias europeas por población deportista

El 46% de los españoles no practicó deporte en 2017 según el Eurobarómetro 2018, una tasa que sólo empeoran Italia y Portugal, entre otras. La inactividad afectó especialmente a los jubilados, los empleados del hogar y los trabajadores autónomos.

Patricia López
3 abr 2018 - 04:58

El 14% de los españoles practicó deporte al menos cuatro días a la semana, por el 29%

Rafa Nadal, Mireia Belmonte, Pau Gasol o Fernando Alonso encabezan una extensa lista de deportistas españoles mundialmente conocidos. Sin embargo, el talento deportivo no se ha visto traducido en una elevada tasa de actividad física por parte de los ciudadanos. El 46% de los españoles no practicó deporte en 2017, según el Eurobarómetro 2018 elaborado por Kantar Public con el apoyo de la Unión Europea. Esta cifra posiciona al país como uno de los más sedentarios de Europa occidental, tan sólo por delante de Portugal, cuya tasa es del 68%.

En términos de inactividad física España está en la media europea, pero mientras que el promedio del Viejo Continente incrementó cuatro puntos porcentuales respecto a 2013, España lo hizo en dos puntos. La mayoría de países empeoraron su tasa de actividad, excepto Bélgica, Bulgaria, Chipre y Malta, que redujo el porcentaje de población que nunca practica deporte.

Los países con mayor tasa de inactividad son Grecia, Bulgaria y Portugal, con un 68% de ciudadanos que no hicieron deporte, mientras que la otra cara de la moneda son los países del norte de Europa, con Finlandia, Suecia y Dinamarca, entre los más activos con tasas de inactividad del 13%, 15% y 20%, respectivamente. Finlandia fue, precisamente, el país con mayor porcentaje de población que practicó una actividad deportiva intensa durante la última semana, con un 66%, según la encuesta realizada a 28.031 europeos el pasado diciembre.

El 14% de los españoles practicó deporte al menos

cuatro días a la semana, por el 29% que lo hizo entre uno y tres días

Holanda no se quedó atrás, y además de ser el segundo país con mejor índice de población que realizó deporte con cierta intensidad, fue el que presentó el índice más alto de ciudadanos que hicieron ejercicio con intensidad moderada, con un 80% de holandeses.

Volviendo a España, el 14% de la población practicó deporte con regularidad, es decir, lo hizo durante los siete días de la última semana, mientras que el 29% lo hizo uno, dos o tres días. Un 21% se ejercitó a intensidad alta hasta tres veces por semana, por el 12% que lo hizo entre cuatro y siete días por semana. El porcentaje mejoró entre aquellos que hicieron actividad moderada, como ir en bicicleta a un ritmo reducido o jugar al tenis a nivel *amateur*, ya que el 17% lo hizo un mínimo de cuatro días a la semana y el 23% entre uno y tres días.

Por el contrario, el 46% nunca realizó actividad física, por el 11% que lo hizo en contadas ocasiones. ¿Qué perfil tenía este tipo de ciudadano? En un 63% eran mujeres, por el 51% de los hombres, y no necesariamente se trataba de población de la tercera edad. Sin ir más lejos, un 61% de las mujeres entre 25 y 54 años no practicó deporte, por el 48% de los hombres de ese grupo de edad.

La inactividad afectó, especialmente, a los jubilados y las empleadas y empleados del hogar, ya que el 72% y el 71% de ellos, respectivamente, no hicieron ejercicio. También afectó a los autónomos, puesto que el 60% de los españoles que trabajaban por cuenta propia no hicieron deporte. Por el contrario, este porcentaje se redujo hasta el 27% en entre los estudiantes y un 34% entre los directivos.

España es uno de los países donde más deporte se practicó al aire libre. El 53% de las personas optaron por el ejercicio **outdoor**, mientras que la media europea fue del 40%. Sin embargo, a diferencia de la media del Viejo Continente, sólo un 16% hizo ejercicio en el hogar, por el 32% de los europeos. El *fitness corporate* tampoco ha terminado de afianzarse en España, a que mientras que el 13% de los europeos hizo ejercicio en el trabajo, sólo el 4% de los españoles tuvo la oportunidad de hacerlo.

Además de ejercitarse en el parque y en estadio al aire libre, el centro de *fitness* fue el lugar donde los españoles más deporte practicaron. Un 18% lo hizo en su gimnasio, por el 15% de los europeos, que prefieren hacerlo en casa, en el trabajo o en un club deportivo de fútbol, baloncesto o tenis, por ejemplo.

Pero, ¿qué motivó a los españoles a hacer deporte? Los principales motivos fueron mejorar la salud (59%), mejorar su condición de *fitness* (38%), el rendimiento deportivo (37%) y la apariencia física (31%). Esta última motivación contrastó con el resto de los europeos, ya que sólo un 20% hizo deporte para mejorar su estética. Además, sólo un 25% de los españoles practicó actividad física para divertirse, por el 30% de los europeos. De ahí que actualmente las cadenas de gimnasios estén trabajando para mejorar la experiencia de sus abonados y la fidelización de los mismos.