

ENTORNO

Tan solo el 21% de los adolescentes de todo el mundo practica deporte de forma regular

Un estudio de la OMS a nivel mundial revela que sólo uno de cada cinco estudiantes de entre 11 y 17 años dedica al menos una hora al día a ejercitarse.

Palco23
22 nov 2019 - 09:25



Una barrera de entrada, pero un gran mercado potencial. Así podría definirse el universo de los adolescentes a nivel mundial para la industria del deporte, pues hoy sólo uno de cada cinco jóvenes se ejercita de forma regular, según el primer estudio de la Organización Mundial de la Salud (OMS) sobre práctica de ejercicio físico entre personas de 11 a 17 años. El problema es aún más importante entre las chicas.

La investigación, elaborada a partir de datos de 1,6 millones de estudiantes de 146 países entre 2001 y 2016, concluye que un 81% de los adolescentes no practica al menos una hora de ejercicio físico al día, que es lo que la institución que como mínimo deberían hacer en esta etapa para llevar una vida sana.

Una de las alertas que lanza la OMS es que la penetración de la actividad física es menor entre las chicas que entre los chicos, donde además se ha mejorado en dos puntos y ha subido del 20% al 22%. Por el contrario, en el caso de las chicas no se ha producido ningún tipo de variación en quince años, y se mantiene en el 15%.

En este escenario de pesimismo general, España ha logrado situarse por encima de la media, si bien aún no alcanza una penetración que supere al 50% de este segmento demográfico. En concreto, la tasa de inactividad es del 69,8% entre ellos y del 83,8% entre ellas, lo que supone una brecha importante de género.

Leanna Riley, experta de la OMS y una de las autoras del estudio, advirtió ayer durante la presentación de los resultados que la evolución a futuro no puede ser del todo optimista, pues la transformación digital de la sociedad “anima a estar más tiempo sentado, ser menos activos en general, jugar más con aparatos digitales, conducir más y andar menos”.

La coautora del informe, Regina Guthold, argumentó sobre la menor tasa de actividad entre las chicas que “hay una clara tendencia de incremento de la violencia, tanto hacia los adolescentes como en general, lo que provoca que por ejemplo la gente que sale de noche corra un mayor riesgo”.

Cuestiones culturales, como la falta de programas de fomento del deporte entre chicas o la escasez de instalaciones para ellas (por ejemplo, vestuarios separados en instalaciones deportivas), también podrían estar detrás de las peores cifras que muestran las jóvenes y su escasa mejora con el tiempo, según el informe.

La OMS no aprecia grandes sesgos en función de la renta per cápita del país, pues los territorios con menos tasa de inactividad son Estados Unidos (64%), Bangladesh (63%) e India (72%), donde se han apoyado en la práctica de deportes en la calle como el béisbol, el baloncesto o el críquet. Por el contrario, los países con más problemas son Filipinas, donde la inactividad llega al 93%, y Corea del Sur, que se sitúa en el 97%.

El proyecto que quiere lanzar la OMS aspira a que el porcentaje de adolescentes que practican deporte alcance el 30% de la población en 2030, lo que prácticamente supone doblar los registros actuales. “Las escuelas tienen que asumir el papel de aumentar y animar la educación física y acrecentar las oportunidades de participar en deportes escolares”, razonaron las autoras del informe, ambas partidarias de introducir una hora diaria de deporte obligatorio en los centros educativos.