3

Análisis de datos estadísticos: Encuesta de Hábitos Deportivos (EHD 2015) y *Eurobarometer Sport and Physical Activity*

Para realizar la descripción de los datos disponibles sobre la práctica deportiva, con el propósito de ofrecer una visión amplia, en la realización del presente estudio hemos acudido a diversas fuentes. Esta decisión se debe también, en cierta medida, a la fragmentación de la información estadística sobre la práctica deportiva. Como se podrá leer en una de las recomendaciones del presente trabajo, es necesario contar con una fuente de datos que ofrezca una perspectiva lo suficientemente amplia y que reúna aquellos aspectos que pueden resultar de interés para la elaboración de diagnósticos en relación a la práctica deportiva de la población, especialmente de las mujeres. Por este motivo antes de pasar a la descripción de los principales resultados, dedicamos un espacio a comentar con más detenimiento esta cuestión.

En este apartado analizaremos la práctica deportiva de las mujeres considerando las tres fuentes más recientes que aportan datos al respecto. En primer lugar, los datos de la EHD 2015 como fuente más reciente que permite analizar la situación de la Comunitat Valenciana gracias a la desagregación regional de la EHD 2015; en segundo lugar, los datos del Eurobarometer de la Unión Europea. En tercer lugar, haremos una breve referencia a la Encuesta Nacional de Salud, que permite también sondear la actividad física y el sedentarismo.

Síntesis

Con el propósito de ofrecer una visión amplia del nivel de práctica deportiva en la Comunitat Valenciana, hemos acudido a diversas fuentes estadísiticas. Existe una considerable fragmentación de la información sobre la práctica deportiva.

Medir y estimar la práctica deportiva de la población es complejo. Entre otras cuestiones, en ocasiones es difícil delimitar qué actividades podemos considerar como deporte.

La Encuesta de Hábitos Deportivos (EHD) es la principal fuente. En 2015 hubo un cambio en la pregunta más relevante y en el muestreo, lo que dificulta seguir la serie.

1. Las divergencias en la medición de la práctica deportiva

La medida de la práctica deportiva es una cuestión compleja. La propia definición de deporte está rodeada de cierta ambivalencia. A veces se solapa con la de actividad física, con otras actividades de tiempo libre que tienen un componente físico como el baile, la caza, la pesca, la jardinería o montar en bicicleta. También andar es, en algunos casos, dependiendo de la intensidad, interpretado como actividad deportiva o como ejercicio (y medido aparte).

La fuente más importante para medir la práctica deportiva en España es la Encuesta de Hábitos Deportivos 2015 (EHD). Esta encuesta se vino realizando desde los años 80 hasta 2014, con una periodicidad quinquenal y con algunos cambios en el cuestionario en cada oleada. Dado que la pregunta sobre práctica y frecuencia de deporte se mantuvo invariable a lo largo de este periodo, esto permitió tener una serie cronológica larga para seguir la evolución de los hábitos deportivos de las y los españoles. En 2015, aunque se ha mantenido la denominación de Encuesta de Hábitos Deportivos, se cambió notablemente el cuestionario y se modificó la formulación de la pregunta fundamental y la forma de muestreo. Ello hace difícilmente comparable los resultados y prácticamente rompe la serie existente que permitía, al menos, seguir la evolución cronológica de la práctica deportiva.

La pregunta, tal y como se formulaba en la vieja EHD (1980 1995, 2000, 2005, 2010 y en el barómetro de junio de 2014) es: "¿Practica usted algún deporte? Por favor diga si practica uno, varios o ninguno". Más adelante, en el cuestionario se pregunta sobre la frecuencia a los que practican (3 o más veces, 1-2, o con menor frecuencia). En 2015, la nueva EHD formula así la pregunta: ¿Ha practicado algún deporte en el

último año? Tras esta pregunta, a quienes responden afirmativamente, se les pide la frecuencia (diariamente, al menos una vez a la semana, una vez al mes, una vez al trimestre, una vez al año).

La comparación es difícil ya que la forma de plantear la pregunta en 2010, donde se pregunta simplemente si se práctica algún deporte, tiende a situar a quien responde en el momento actual y a contestar no si en el momento de contestar la encuesta no se hace ningún deporte. En cambio, la formulación del 2015 incluye la referencia temporal de haber practicado deporte en el "último año", ello lleva a quien contesta a otro horizonte temporal a la hora de responder. Puedo no practicar actualmente, pero sí hace unos meses y mi respuesta será recogida como práctica deportiva positiva. Es muy posible, que la vieja EHD infravalore la práctica deportiva ya que tendería a no incluir a quienes realizan una práctica muy ocasional, que contestarán directamente que no practican. En la encuesta de 2015, el grupo de quienes contestan que realiza deporte al menos una vez al año queda recogido y supone un no despreciable 6% del total de deportistas (un 5% entre las mujeres).

El desarreglo entre estas formas diferentes de medir la práctica deportiva se comprueba cuando se hacen comparaciones entre la vieja EHD 2010 (o el barómetro del CIS de junio de 2014 que también utiliza un cuestionario similar) y la nueva EHD 2015. Por centrarnos en sus repercusiones en la práctica femenina, el aumento de práctica entre las mujeres en las encuestas de 2010 y 2015 sería muy intenso, crecería 16 puntos y pasaría de un 31% de mujeres deportistas en 2010 a un 47%. Es un aumento desproporcionado, fruto de una comparación no recomendable entre dos encuestas realizadas con criterios y preguntas diferentes. Por hacernos una idea de las variaciones y la evolución de la práctica deportiva recogida en la serie 1990-2010, los datos de práctica recogidos con el mismo cuestionario nunca habían tenido aumentos mayores de 3-4 puntos entre los diferentes quinquenios que componen la serie. Por tanto, es muy dudoso que de 2010 a 2015 se haya producido un aumento de tanta magnitud como sería crecer 16 puntos.

Otra de las posibles formas de medir la práctica deportiva en España es a través de los Eurobarometer que realiza la Unión Europea. Como hemos visto hay 3 oleadas principales 2009-2013-2017 que se han realizado con el

mismo cuestionario en 28 países europeos. Para comparar tasas de práctica deportiva se usa la siguiente pregunta: "¿Con qué frecuencia realiza usted deporte o hace ejercicio? A la que se añade una escala de frecuencia que gradúa de "nunca" a "con regularidad" (a diario). La escala de frecuencia que emplea el Eurobarometer es diferente a la que utiliza la EHD. Sin embargo, los resultados en bruto entre practicantes y no practicantes son muy similares entre ambas encuestas y más teniendo en cuenta que han sido realizados en años diferentes. En la tabla 1 se ve esta coincidencia entre las encuestas.

Tabla 1.- Nivel de práctica deportiva por sexo en España 2013-2017 (%)

		Practica	Nunca practica
Eurobarometer 2013	H	61%	39%
	M	52%	48%
EHD 2015	H	59,8%	40,2%
	M	47,5%	52,5%
Eurobarometer 2017	H	62%	38%
	M	45%	55%

Fuente: Eurobarometer Sport and physical activity 2013, 2017. European Commission y Encuesta Hábitos Deportivos (EHD) 2015. Ministerio de Cultura y Deporte

Si excluimos la mayor o menor frecuencia de práctica para remediar las incompatibilidades entre las escalas del Eurobarometer y la EHD 2015, y solo contemplamos la respuesta positiva o negativa a la pregunta sobre práctica deportiva, entonces la EHD 2015 parece encajar bien en las entregas de 2013 y 2017 del Eurobarometer. Incluso resulta una toma cronológica intermedia del descenso de práctica sobre el que el Eurobarometer ha llamado la atención con inquietud en su edición de 2017.

En resumen, aunque se ha tratado de estandarizar y hacer homologables las estadísticas para facilitar las comparaciones internacionales, los cambios en la nueva EHD han dificultado la comparación con la larga serie cronológi-

ca que nos permitía la vieja EHD. En compensación, la nueva EDH 2015, parece coincidir con los resultados de las encuestas del Eurobarometer europeo, lo cual permitirá tener otra fuente estadística para contrastar resultados sobre el nivel de práctica deportiva en España (y su comparación con Europa).

2.- La práctica deportiva en la Comunitat Valenciana: los datos de la Encuesta de Hábitos Deportivos

La Encuesta de Hábitos Deportivos (EHD) es, como ya se ha apuntado, la principal fuente para el estudio de la práctica deportiva en nuestro país. Los cambios metodológicos en la EHD dificultan la elaboración de series homogéneas para las distintas oleadas de la encuesta. En concreto, el principal escollo es la modificación en el enunciado de algunas preguntas clave a la hora de estimar la práctica deportiva de las personas encuestadas. Por este motivo, en el presente apartado nos centramos en los datos más recientes de la EHD, los relativos a 2015. Por otro lado, una parte importante de los datos de la EHD (así como de las otras fuentes que estamos utilizando en el presente trabajo) ya han sido aportados en el apartado en el que hemos descrito las rupturas biográficas de las mujeres en relación a la práctica deportiva. Por este motivo, en este apartado nos centramos en las preguntas más relevantes. Por último, señalar que los datos presentados se han obtenido a partir de los microdatos de la EHD de 2015 y se refieren a la Comunitat Valenciana.

En el bloque central de preguntas de la EHD se indaga alrededor de la práctica deportiva. Una de las cuestiones que aporta una interesante información es la edad de inicio en la práctica del deporte. La pregunta del cuestionario se plantea únicamente a aquellas personas que han respondido afirmativamente a la cuestión de si han practicado deporte durante el año anterior a la encuesta y se refiere a la edad de inicio en el deporte, acotando el rango de actividades a las que se refiere la pregunta; esto deja al margen actividades que podríamos considerar como asimiladas al deporte (caminar, etc.).

Entre los resultados más importantes, cabe destacar que la edad de inicio en el deporte de las mujeres valencianas es de casi 16 años, una media de cuatro años superior a la de los hombres valencianos.

Una vez realizada la anterior aclaración, encontramos que la edad de inicio en el deporte de las mujeres valencianas es de 15,87 años. Esta media, como podemos comprobar en la siguiente tabla (2), es cuatro años superior a la de los hombres valencianos, quienes empiezan a practicar deporte antes de los doce años, y es superior en más de dos años a la edad media para ambos sexos. Si bien es cierto que las mujeres valencianas se inician en el deporte, en promedio, un año antes que el conjunto de las mujeres españolas (16,8 años), al comparar con los hombres es patente la desventaja que ya desde la edad de inicio acumulan las mujeres.

Tabla 2.- Edad de inicio en la práctica deportiva CV

Sexo	Edad inicio
Hombre	11,44
Mujer	15,87
Media ambos sexos	13,49

Fuente: Encuesta Hábitos Deportivos (EHD) 2015. Ministerio de Cultura y Deporte

Los datos apuntan a una relación inversa entre nivel educativo y edad de inicio: a mayor nivel educativo, se inician antes en el deporte.

Al comprobar las edades de inicio en relación al nivel educativo de las mujeres destacan dos datos. En primer lugar, las mujeres que tienen niveles de educación bajos, ESO o educación primaria, se inician aun más tarde en el deporte, hacia los dieciocho años. En segundo lugar, la edad media de inicio se rebaja entre las mujeres que tienen niveles de estudios de bachillerato o superiores. Por ejemplo, la edad de inicio de las mujeres con estudios de grado y máster se sitúa en 12,46 años. Esto nos podría estar indicando una relación inversa entre nivel educativo y edad de inicio (a mayor nivel educativo, se inician antes en el deporte), lo cual, a su vez, podría sugerir

el interés de destinar medidas de fomento del deporte en edades tempranas, durante la escolarización obligatoria. En este período las políticas de fomento podrían incidir en todas las chicas, antes de que sus trayectorias educativas se bifurquen.

Para averiguar la práctica deportiva, la EHD de 2015 pregunta si se "ha practicado algún deporte en el último año". Ya hemos indicado el cambio que supone esta formulación respecto a las anteriores ediciones de la EHD, ampliando la referencia temporal, lo que permite una respuesta retrospectiva. Con el enunciado actual, la media, para el conjunto de hombres y mujeres entrevistados en la Comunitat Valenciana fue en 2015, de un 54,5% que sí había practicado deporte, frente a un 45,5% que no lo había hecho. Desglosado por sexo, la tabla 3 nos muestra que practican un 59,8% de los varones y un 47,5 % de las mujeres: una brecha que abre 12 puntos de diferencia entre sexos. Los datos de la Comunitat Valenciana en comparación con España son un punto más elevados. Por otro lado, en la misma tabla 3, el análisis desagregado por edad muestra unas diferencias considerables entre los distintos grupos de edad.

El análisis desagregado por edad muestra unas diferencias considerables entre los distintos grupos de edad.

Tabla 3.- Práctica deportiva por grupos de edad (%) CV

Sexo	Practican	Total España	Total CV	15-24 años	25-39 años	40-55 años	+55 años
Hombre	Sí	59,8	60,9	87,5%	77,9%	63,3%	34,7%
	No	40,2	39,1	12,5%	22,1%	36,7%	65,3%
Mujer	Sí	47,5	48,7	89,7%	62,5%	53,2%	26,6%
	No	52,5	51,3	10,3%	37,5%	46,8%	73,4%

Fuente: Encuesta Hábitos Deportivos (EHD) 2015. Ministerio de Cultura y Deporte

En las edades más jóvenes (15-24 años), las mujeres tienen una práctica, incluso, ligeramente superior a la de los hombres. Esta ventaja para las mujeres desaparece ya en la siguiente franja de edad, entre los 25 y los 39 años.

En los grupos de edad más jóvenes, entre los 15 y los 24 años, la práctica deportiva es elevada, duplicando prácticamente la media poblacional. Al comparar entre hombres y mujeres, llama la atención que, en estas edades, las mujeres tienen una práctica ligeramente superior a la de los hombres. Esta ventaja para las mujeres desaparece ya en la siguiente franja de edad, entre los 25 y los 39 años. En este grupo de edad se aprecia claramente cómo la práctica deportiva desciende entre las mujeres, en relación al grupo de edad más joven, mucho más que entre los hombres, quedando ellas con una práctica inferior al 63%, unos veintiséis puntos menos que en la franja de edad más joven y unos quince puntos menos que los hombres de la misma edad.

Esta desventaja en relación a los hombres que se manifiesta entre las mujeres adultas jóvenes, de 25 a 39 años, va a mantenerse en el resto de grupos de edad considerados. Así, entre las mujeres de 40 a 55 años, ya son casi la mitad las que no han practicado deporte durante el año anterior a la encuesta. Esto supone veinte puntos más que entre los hombres en estas edades intermedias.

Finalmente, en el grupo de edad de las personas más mayores, con 56 años y más, el desenganche del deporte ya es en general mayoritario, aunque nuevamente son las mujeres quienes presentan unas cifras peores. Prácticamente 3 de cada 4 mujeres en estas edades no practican deporte, una proporción más elevada que entre los hombres de su misma edad.

Estas cifras que acabamos de ver coinciden con las rupturas que analizamos en otros apartados del presente informe. Esto refuerza la idea de la necesidad de pensar medidas de promoción del deporte que sean adecuadas a las situaciones vitales de cada grupo de edad. No obstante, hay una idea que ha de ser transversal a las medidas o programas que se propongan: conforme se avanza en la trayectoria vital de las mujeres se profundiza en su alejamiento de la práctica deportiva.

Tabla 4.- Frecuencia de práctica deportiva por grupo de edad (%) CV					
Sexo		15-24 años	25-39 años	40-55 años	+55 años
Hombre	Diariamente (Todos o casi todos los días)	53.1%	37.3%	26.3%	30.2%
	Al menos una vez a la semana	38.8%	52.2%	55.3%	55.8%
	Al menos una vez al mes	4.1%	7.5%	15.8%	7.0%
	Al menos una vez al trimestre	4.1%	1.5%	2.6%	4.7%
	Al menos una vez al año	-	1.5%	-	2.3%
Mujer	Diariamente (Todos o casi todos los días)	31.4%	31.7%	30.3%	40.5%
	Al menos una vez a la semana	65.7%	56.7%	51.5%	59.5%
	Al menos una vez al mes	2.9%	8.3%	6.1%	-
	Al menos una vez al trimestre	-	3.3%	9.1%	-
	Al menos una vez al año	-		3.0%	-

Fuente: Encuesta Hábitos Deportivos (EHD) 2015. Ministerio de Cultura y Deporte

Al preguntar por la frecuencia con que se practica deporte, la EHD discrimina entre la práctica diaria, semanal, mensual, trimestral y anual. La práctica diaria, sería aquella que nos aproximaría a las personas más comprometidas con el deporte, bien porque lo realizan de forma federada y vinculada a competiciones, bien porque se trata de personas con una fuerte motivación de otro tipo. En este nivel de práctica, destaca una pauta en relación a la intensidad y su evolución en los distintos grupos de edad (tabla 5). Los hombres más jóvenes, de 15 a 24 años, presentan una práctica diaria muy superior a la de las mujeres (unos 22 puntos superior). No obstante,

> Los hombres más jóvenes, (15-24 años), presentan una práctica diaria muy superior a la de las mujeres (unos 22 puntos superior). No obstante, esta mayor intensidad en la práctica de los hombres se invierte a partir de los 40 años, cuando son las mujeres que practican a diario quienes registran unas cifras superiores.

esta mayor intensidad en la práctica de los hombres se invierte a partir de los 40 años, cuando son las mujeres que practican a diario quienes registran unas cifras superiores. Se puede aventurar la hipótesis de que esto se debe a la práctica a través de actividades organizadas, mayoritaria entre las mujeres de más edad, actividades que lograrían una mayor adherencia a la práctica deportiva.

En este sentido, por completar la información de la EHD, hemos acudido a la consulta de las Encuestas de Empleo del Tiempo, realizadas por el INE en 2002-03 y 2009-10. Según estas encuestas, el tiempo dedicado a actividades deportivas ha disminuido en el periodo entre ambas encuestas. En 2002, las mujeres manifestaban dedicar un promedio 0,39 minutos al día. En 2009-10, esta cantidad se ha reducido a 0,33. Las actividades que han crecido entre ambas fechas son "cuidados personales", "trabajo", "estudios" "medios de comunicación" y "hobbies". Las que han disminuido son, además de las "actividades deportivas", "cuidados y familia", "vida social y entretenimiento". La encuesta parece evidenciar que las mujeres han incrementado su dedicación a estudio y trabajo recortando su tiempo libre y actividades de ocio.

Más allá de la práctica del deporte y de su frecuencia, nos ha parecido interesante destacar algunos datos sobre el interés por el deporte que manifiestan hombres y mujeres. La EHD plantea algunas cuestiones sobre la búsqueda de información vinculada con el deporte. Las mujeres buscan menos información deportiva que los varones. Solo un 28%, frente a un 64% de los varones, tratan de estar informadas sobre deporte. Solo para un 6% de ellas es su tema preferente de conversación con las amistades, frente al 34% en el caso de los varones. Un 47% de las mujeres declara que nunca o casi nunca ve deporte por la tele, frente a un 16% de los varones o nunca escucha programas deportivos en la radio (80% frente a 51%) o nunca lee la sección de deportes de la prensa (76% frente a 37%) o nunca lee la prensa deportiva (86% frente a 45%) o asiste a espectáculos deportivos (75 frente a 54). A la luz de estos datos, es fácil deducir que el grado de interés general por el deporte es considerablemente más bajo que el de los varones: un 41% frente a un 69%. Al margen del menor interés en el deporte de alta competición que demuestran los datos anteriores, el que dirigen al deporte para todos es muy elevado (94%) y parejo al de los varones (96%).

Deporte Federado de las mujeres en la Comunitat Valenciana

La evolución del deporte federado de mujeres entre 2010-2018 en la Comunitat Valenciana ha sido la siguiente. El aspecto más destacable es que la brecha de licencias con los varones se ha recortado. En el periodo considerado, el número de nuevas licencias en los varones ha crecido un 8% (han pasado de 293.297 a 319.201), mientras que entre las mujeres el aumento ha sido del 28% (han pasado de 58.845 a 82.008). Este crecimiento es más intenso que el que se observa en el conjunto de España, donde las licencias de las mujeres han crecido un 21%.

El 76% de las 23163 nuevas licencias femeninas de este periodo se reparten entre solo cinco federaciones deportivas: vela (37%); baloncesto (13%); fútbol (10%); surf (9%) y gimnasia (7%). En 2018, las tres federaciones femeninas más numerosas son baloncesto, vela y voleybol. En 2010, las más numerosas eran golf, baloncesto y voleybol. Entre los varones, las federaciones que se sitúan a la cabeza en 2018 son el fútbol, la caza y el baloncesto. Hay una continuidad en esta situación entre 2010 y 2018. No se observa ningún cambio respecto a 2010 en esta jerarquía de federaciones.

En el periodo que estamos considerando, deportes como el rugby, el boxeo o el kickboxing, de los cuales se ha hablado frecuentemente en los medios de comunicación para evidenciar un acceso de las mujeres a deportes altamente masculinizados, han tenido aumentos considerables en cuanto al número de mujeres practicantes (en boxeo, por ejemplo, ha pasado de 10 licencias en 2010 a 50 en 2018; en rugby, de 158 a 585 licencias), pero siguen siendo residuales en el panorama deportivo de las mujeres, entre los tres deportes representan el 1% del total de licencias. El aumento también ha sido importante en el fútbol femenino: en 2010, era la octava federación en números absolutos (2933 fichas) y ha pasado al sexto lugar en 2018 (5254 fichas). No obstante, el fútbol representa el 6% de las licencias en el total de mujeres federadas mientras que entre los varones es el 31%. Casi un tercio de los deportistas varones con ficha federativa se integran en la federación de fútbol.

La estadística de deportistas de alto nivel nos muestra que entre 2008 y 2018 el porcentaje de mujeres sobre el total ha pasado del 35% al 37%, un aumento leve que sigue indicando una brecha importante y un avance lento. En el caso de deportistas de alto nivel con discapacidades, la brecha es mayor ya que las mujeres son en torno al 20% del conjunto de estos deportistas.

3.- La práctica deportiva en España: datos del Eurobarometer Sport and physical activity de la Unión Europea

El Eurobarometer Sport and physical activity es una encuesta que permite establecer comparación por grandes grupos de edad y sexo. Nos centraremos únicamente en los datos que proporciona la muestra española de la encuesta a este respecto para analizar las grandes tendencias en la evolución de la práctica deportiva.

La práctica deportiva de las mujeres presenta un dinamismo y unas tendencias muy diferentes a las de los varones. En el grupo de práctica más intensa (5 o más días a la semana), se da un nivel muy semejante entre varones y mujeres en las tres oleadas. Esta práctica más intensa ha crecido desde 2009 a 2017. En 2013, fue incluso favorable a las mujeres (16% vs. 15% de los varones). Sin embargo, los datos muestran que esta situación igualitaria se ha desequilibrado sensiblemente en los datos de 2017, momento en que se percibe una caída de 3 puntos en el colectivo de mujeres con participación intensa (13% vs. 15% de los varones). Los varones han mantenido su tasa de participación.

En el grupo de participación intermedia (entre 1-4 días a la semana), se verifican ya diferencias considerables en la práctica deportiva: las mujeres tienen hasta 10 puntos porcentuales por debajo de los varones. En este grupo, las mujeres también han visto descender sus efectivos entre 2009-2017 en 4 puntos -de 28% a 24%-. Los varones han mantenido idéntica su tasa de participación. En tercer lugar, las mujeres que practican muy ocasionalmente deporte o actividad física (menos de 3 días al mes) ha sufrido un descenso fuerte entre 2009 y 2013, que se ha frenado en 2017. Algo similar ha sucedido con los varones. Este grupo de menor práctica deportiva

En cuanto a los datos del *Eurobarometer Sport and physical activity* de la Unión Europea, se observa que los datos referentes a las personas con una práctica deportiva más intensa (5 o más días a la semana) son semejantes entre varones y mujeres en las tres oleadas (2009, 2013 y 2017), aunque en la última de ellas baja la proporción de mujeres con este nivel de práctica.

En la práctica de intensidad intermedia (1 a 4 días por semana), la diferencia entre hombres y mujeres empieza a ser más notoria, registrando estas últimas hasta 10 puntos menos. Además, ha descendido la proporción de mujeres que practican deporte con esta frecuencia, descenso que también se aprecia de manera acusada entre aquellas que practican menos de 3 días al mes.

es el que ha sufrido una evolución más negativa y ha alimentado, probablemente, el abandono como se recalca en el informe del Eurobarometer desde su introducción.

El último grupo que muestra la tabla 5 es el del colectivo no practicante, que responde que nunca práctica deporte. Esta es una condición muy relevante para interpretar las tendencias en la práctica deportiva porque siempre que se practique puede haber cambios coyunturales o periodos de más baja actividad que se compensan con otros de más intensidad. Sin embargo, contestar que nunca se practica, es una respuesta explícita, que deja poco lugar a dudas en cuanto a la frecuencia de práctica. En este caso, los datos entre varones y mujeres reflejan, nuevamente, una clara desigualdad: las mujeres que nunca practican cuentan entre en torno a 9 puntos más que los varones en 2009 y 2013. Esta brecha es particularmente grave en el último dato de 2017, momento en el que ha crecido la diferencia con los varones hasta los 17 puntos y lo que es peor ha crecido muy considerablemente la cantidad de mujeres que contestan que nunca practican deporte. Eran un 48% en 2103 y han pasado a un 55% en 2017.

> Crece considerablemente la cantidad de mujeres que contestan que nunca practican deporte, que representan un 55% en 2017.

Tabla 5. Evolución de la práctica deportiva por sexo en España 2009-2017 (%)

		5 días semana	1-4 días semana	menos de 3 días al mes	nunca
2009	H	10	34	22	34
	M	9	28	20	43
2013	H	15	35	11	39
	M	16	27	9	48
2017	H	15	34	13	38
	M	13	24	8	55

Fuente: Eurobarometer Sport and physical activity, 2009, 2013, 2017. European Commission

Esta evolución negativa de la práctica deportiva de las mujeres no es privativa de España. En otros países de la UE se han producido también descensos. De hecho, entre 2013 y 2017, en el conjunto de la UE 27 se ha pasado del 47% al 52% en cuanto a mujeres que responden que nunca practican deporte. Con todo, este aumento de 5 puntos en la UE es menor que los 7 puntos que se han dado en España. La situación actual de las mujeres españolas no está en el furgón de cola en el marco del Eurobarometer 2017. Otros países como Italia (69% de las mujeres responden que nunca practican deporte), Portugal (69%) o Grecia (74%) ocupan los últimos lugares. Sin embargo, nos encontramos lejos de los niveles de Dinamarca (14%) u Holanda (31%), donde el porcentaje de mujeres que nunca practica es bajo. Aún con esta situación cercana a la media, el descenso de las mujeres en la práctica deportiva es sorpresivamente una tendencia muy preocupante.

El descenso de práctica deportiva ha sido más acentuado entre las mujeres de más 50 más años (11 puntos más), las mujeres con edades intermedias que no practican deporte también registran un ligero aumento 2-3 puntos y tan solo entre las mujeres de 15-25 se reduce esta respuesta negativa.

La siguiente tabla 6, que divide a las mujeres por grupo de edad, nos muestra que el descenso de práctica deportiva más acentuado se ha producido en los grupos de edad más avanzados -más 50 más años-, con un aumento de 11 puntos de las mujeres que no realizan deporte. Los grupos de edades intermedias tienen ligeros aumentos de 2-3 puntos y tan solo entre las mujeres de 15-25 se reduce esta respuesta negativa ante la práctica deportiva. En el preocupante contexto general de descenso de la práctica deportiva entre las mujeres que muestra el Eurobarometer, el dato del ligero aumento de la práctica de las más jóvenes es positivo.

Tabla 6.- Nivel de práctica de las mujeres por grupo de edad en 2017 (%) y variación respecto a Eurobarometer 2013 (entre paréntesis). Datos España

Nivel de práctica	Total	15-24 años	25-39 años	40-55 años	+55 años
5 días semana	13 (-3)	18 (+3)	10 (-3)	16 (+3)	11 (-8)
1-4 días semana	24 (-3)	41 (+2)	29 (-5)	23 (-7)	19 (+3)
Menos de 3 días al mes	8 (-1)	8 (-5)	11 (+6)	11 (+2)	4 (-6)
nunca	55 (+7)	33 (-2)	50 (+2)	50 (+3)	66 (+11)

Fuente: Eurobarometer 2013, 2017. European Commission

Algunas observaciones más sobre la estructura de la práctica deportiva a lo largo del curso biográfico. La primera es la caída intensa que tiene el nivel de práctica más intensa (5 días a la semana) cuando acaba la juventud. En ese momento, la llegada de responsabilidades familiares y laborales divide prácticamente por dos el nivel de práctica deportiva. Aunque con el avance de la edad el grupo de 40-55 recupera práctica, vuelve a perderse en las edades más avanzadas. Siempre en este nivel de práctica más intensa y comprometida, los varones tienen una dinámica semejante. El trabajo para el mercado y el de cuidados crea fuertes incompatibilidades de organización temporal con el deporte. La segunda observación está referida a las mujeres que nunca practican. Como puede observarse contrastando con la tabla 7, esta brecha amplia sucede en todas las edades, incluidas las más jóvenes.

Si comparamos la tabla 6, dedicada a las mujeres con la de los varones (Tabla 7), vemos un panorama muy diferente. Primero, en todos los grupos de edad se ha reducido el número de varones que no practican. Un claro contraste con el colectivo de las mujeres que ahonda las diferencias. Segundo, la práctica ha aumentado entre los dos grupos de

> En cuanto al curso biográfico, a partir de los 25 años hay un primer descenso intenso entre las mujeres que practican 5 días a la semana, el cual podría estar relacionado con las responsabilidades familiares y laborales. En el grupo de 40-55años se recupera la práctica, aunque desciende de nuevo en las edades más avanzadas. Si observamos a las mujeres que nunca practican, en comparación con los hombres, en todas las edades registran peores resultados.

edades avanzadas y ha disminuido entre los dos grupos más jóvenes (entre 15-39 años). Sin embargo, se trata de aumentos, sobre todo, en la práctica más ocasional (menos de 3 días al mes), por tanto, se pierde en general asiduidad en la práctica. Hay un descenso importante del nivel más elevado de práctica en el grupo de edad 25-39 años, que ve descender 6 puntos su nivel de práctica. En este mismo grupo de población joven-adulta las mujeres han tenido también descensos considerables de 3 puntos. Como hemos señalado arriba, sería oportuno profundizar en este hecho, que probablemente esté relacionado con dinámicas en el mercado de trabajo y en la dedicación familiar dado que se trata de grupos de edad muy implicados biográficamente en estas esferas.

Tabla 7.- Nivel de práctica de los varones en Eurobarometer de 2017 por grupo de edad (%) y variación respecto a Eurobarometer 2013. Datos España

Nivel de práctica	Total	15-24	25-39	40-55	+55
5 días semana	15 (-3)	23 (-1)	10 (-6)	13 (+2)	16 (+3)
1-4 días semana	34 (-3)	57 (0)	49 (-2)	31 (-1)	18 (-2)
Menos de 3 días al mes	13 (+2)	12 (+5)	14 (+9)	21 (+14)	8 (-5)
nunca	38 (-1)	8 (-4)	27 (-5)	35 (-8)	58 (-5)

Fuente: Eurobarometer 2013, 2017. European Commission

La práctica deportiva está marcada por la edad y el sexo, pero también por otras variables de carácter social: nivel de estudios, situación profesional, responsabilidades de cuidados, dificultad para llegar a fin de mes y clase social.

Para concluir con los datos que ofrece el Eurobarómeter, el deporte es una práctica marcada por la edad y el sexo, pero también por otras muchas variables de carácter social que nos permiten ver bien las brechas del deporte, las fracturas que lo determinan, Así, siguiendo los datos para España del Eurobarometer en 2017, el deporte es una práctica marcada por el nivel de estudios. Ofrecemos los datos entre paréntesis de los porcentajes de población que no realizan nunca práctica deportiva. Cuanto más cortas son las trayectorias educativas mayor es el porcentaje de población que no realiza ninguna práctica deportiva (64%). La situación

profesional es también una variable importante. La respuesta de los cuadros o managers que no realizan deporte (19%) es mucho menor que la de los colectivos de trabajadores/as más descualificados (41%). Las amas de casa muestran los porcentajes más bajos de práctica (68%) a la altura de las personas jubiladas (76%). Realmente, cuando se analiza la tasa de práctica de las mujeres amas de casa, su estructura es prácticamente idéntica a la de las personas jubiladas. Las responsabilidades de cuidados hacen que uno de los grupos con menor práctica sea el de las mujeres en hogares monoparentales con hijos (53%). La encuesta del Eurobarometer se interesa por la práctica deportiva y las dificultades para llegar a fin de mes. Quienes se encuentran en situaciones de mayor dificultad económica muestran niveles muy bajos de práctica deportiva: el 63% no realizan ninguna práctica deportiva. En esta misma línea, la variable clase social es también determinante para no practicar deporte: a la hora de no practicar deporte, los hogares de clase trabajadora (57%) o de clase media baja (50%) están muy por encima de los hogares de clase media alta (35%) o alta (20%).

En resumen, a la luz de los anteriores datos, el Eurobarometer muestra que, en 2017, la brecha deportiva entre varones y mujeres se produce en todos los niveles de práctica y en todas las edades y ofrece la preocupante constatación de un retroceso en la práctica deportiva femenina, cuyos progresos de las últimas décadas se creían inamovibles. Dos problemas emergen con claridad:

1. La reducción de práctica deportiva entre las mujeres de edades intermedias (25-39 años) vinculada probablemente a las exigencias de otras esferas como los cuidados y el trabajo remunerado. Los varones de estas edades están afectados por descensos de práctica similar.

La brecha deportiva entre varones y mujeres se produce en todos los niveles de práctica y en todas las edades. Además, se puede apreciar claramente un retroceso en la práctica deportiva femenina. Emergen varios problemas:

- En las edades intermedias (25-39 años) se nota el efecto de las responsabilidades de laborales y de cuidados.

- Entre las mujeres de más de 55 años se reduce notablemente la práctica deportiva.
- La influencia de factores como la clase social, el nivel de estudios y la situación profesional hacen necesarias políticas concretas para grupos sociales en peores condiciones.

2. Se percibe, igualmente un descenso en la práctica del grupo de mujeres de más edad (más de 55 años), con un claro un aumento de mujeres que no practican ningún deporte.
3. En cuanto al deporte y sus determinaciones sociales, la clase social, el nivel de estudios y la situación profesional -unidos en muchos casos al género- multiplican las brechas y reclaman políticas deportivas que faciliten el acceso al deporte de los grupos sociales de extracción social más modesta.

4. Actividad física y sedentarismo en España desde la Encuesta Nacional de Salud

Además de las anteriores fuentes estadísticas, la Encuesta Nacional de Salud mide la actividad física y el sedentarismo en la población. Entre sus resultados destacan: una menor presencia de las mujeres en actividad física intensa y una mayor presencia en intensidad baja, que no alcanza el nivel de actividad física saludable recomendado por la OMS. En cuanto al sedentarismo, las tasas de las mujeres son más altas que las de los varones.

La Encuesta Nacional de Salud de España de 2017 (ENSE) ofrece datos clave para medir la actividad física y el sedentarismo en España. Por lo que se refiere a la actividad física, la encuesta utiliza el Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ) utilizado para las comparaciones internacionales. Este cuestionario cuantifica el total de la actividad física de la población y la divide en tres grandes grupos -alta, moderada y baja intensidad-. Con esta clasificación puede también medir el cumplimiento de las Recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS) respecto a la actividad física de los diferentes grupos de edad. Muy sintéticamente, la ENSE indica que:

- la actividad de intensidad alta, que indica una mayor participación deportiva, está mucho menos presente entre las mujeres (18,4%) que entre los varones (30,3);
- la actividad de baja intensidad es más frecuente entre las mujeres (37%) que entre los varones (33,5%);
- este grupo de baja intensidad no alcanza el nivel de actividad física saludable recomendado por la OMS;

- las brechas en estos niveles de actividad física se dan en todos los grupos de edad, pero es en los grupos de edad joven (15-24) donde se observan las brechas más amplias. Por ejemplo, en los niveles de intensidad alta, los varones de 15-24 alcanzan un 43,8% frente al 23,5% de las mujeres de la misma edad. En cuanto a los niveles de intensidad baja, estos mismos grupos los varones se sitúan en un 23,2% frente a un 32,6% de las mujeres;
- en comparación con la anterior ENSE 2011, esta encuesta confirma una tendencia que también revelan los datos del Eurobarometer comentados anteriormente: la población en general que realiza un nivel alto de actividad física disminuye y pasa del 27,8% en 2011 al 23,6% en 2017. Por su parte, crece el nivel de la intensidad baja que pasa del 33,6 al 35,4 en esos mismos años.
- para las mujeres, estos descensos de la actividad física entre 2011-2017 pasan, en los niveles de alta intensidad, del 22,4% en 2011, al 18% en 2017. En cuanto a la baja actividad se pasa del 35,8% al 37%. Descensos de similar intensidad se encuentran en los varones, con lo cual el descenso de la actividad físico deportiva en el conjunto de la población entre 18-69 años queda confirmado con los datos de la última edición de la ENSE.

Tabla 8.- Evolución del nivel de actividad física (IPAQ) en población de 18 a 69 años según sexo (%).España 2011-2017.

	Varones 2011	Varones 2017	Mujeres 2011	Mujeres 2017
Alto	33,3	30,3	22,4	18,4
Moderado	35,3	36,2	41,8	44,6
Bajo	31,3	33,5	35,8	37

Fuente: Encuesta Nacional de Salud (ENSE), Ministerio Sanidad, Consumo y Bienestar Social/INE

En consonancia con lo anterior, tanto la población que realiza actividad moderada como baja, experimentaron un ligero aumento. Así, la proporción de población que declaró realizar actividad física moderada pasó del 38,6% al

41,0%; mientras, aquella que no cumple las recomendaciones de actividad física pasó del 33,6% a 35,4%. Este aumento se dio tanto en hombres como en mujeres y en proporción similar.

En cuanto al sedentarismo, señalamos algunos datos significativos de la ENSE que marcan las desigualdades de género:

- Un 40% de mujeres declara que ocupa su tiempo libre de forma sedentaria (lectura, televisión), sin practicar actividad física. El porcentaje de los varones es del 32%
- Entre la población de 5-14 años, un 17,4% de las niñas ocupa el tiempo de ocio de manera sedentaria, frente a un 10,8% de los niños.

“Practican deporte un 59,8% de los varones y un 47,5 % de las mujeres: una brecha que abre 12 puntos de diferencia entre sexos

Un 40% de mujeres declara que ocupa su tiempo libre de forma sedentaria (lectura, televisión), sin practicar actividad física. El porcentaje de los varones es del 32%”