

## LA PRÁCTICA, EL ABANDONO Y LA DEMANDA FUTURA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y/O DEPORTE ENTRE LOS HABITANTES DE LA COMUNIDAD DE MADRID

*Estudio promovido y desarrollado por: Dirección General de Promoción Deportiva de la C.A.M., Universidad Europea de Madrid y Asociación Madrileña de Empresarios de Servicios Deportivos*

Dr.D. Gabriel Rodríguez Romo,  
Dr.D. Juan Ignacio Mayorga García,  
D. Álvaro Merino Jiménez  
Dña. María Garrido Muñoz  
Dña. María Fernández del Valle.

*Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de la Universidad Europea de Madrid.*

### RESUMEN

La finalidad principal del presente estudio fue analizar algunos de los principales indicadores de práctica, abandono y demanda futura de actividad física y/o deportiva entre los habitantes de la Comunidad de Madrid. La población objeto de estudio fueron todos los residentes en dicha Comunidad, con edades comprendidas entre 15 y 69 años, a excepción de los habitantes de los municipios no metropolitanos. De dicha población se extrajo una muestra de 625 sujetos, lo que permitió obtener datos representativos a nivel global con un margen de error del  $\pm 4\%$  y un intervalo de confianza del 95,5%. Para la recogida de información se elaboró un cuestionario que fue administrado mediante entrevista personal. Los resultados obtenidos indican, entre otros muchos aspectos, que el 55,7% de la población de la Comunidad de Madrid manifiesta practicar actividad física y/o deporte. Un 19% de los madrileños y madrileñas no han practicado nunca y otro 25,3% han abandonado la práctica de manera temporal o permanente.

**Palabras clave:** Actividad física, Deporte, Comunidad de Madrid, Demanda, Abandono.

---

*"Kronos nº 9, pp. 54-66, Enero/Junio 2006"*

## INTRODUCCIÓN

El análisis de las diferentes encuestas de ámbito nacional que se han desarrollado para conocer los hábitos deportivos de la población española (Icsa Gallup, 1975; García Ferrando, 1982, 1986, 1991, 1997 y 2001), nos permite comprobar cómo la actividad física y el deporte parecen haber ido penetrando progresivamente en los estilos de vida de una buena parte de la misma. Efectivamente, a lo largo del periodo 1975-2000, el porcentaje de personas que manifestaba tener mucho o bastante interés por el deporte se incrementó desde un 50% hasta un 60%, alcanzando su máximo valor (65%) en 1990. Por otra parte, en algo más de treinta años, la tasa global de práctica deportiva en España se triplicó con creces, pasando de un 12,3% en 1968 (I.N.E., 1968) hasta un 38% en 2000 (García Ferrando, 2001). Además, cabe destacar que los cambios no solamente han sido cuantitativos, sino también cualitativos, ya que el porcentaje de practicantes que en la actualidad realizan algún tipo de actividad físico-deportiva de manera regular (una o más veces por semana) es mucho mayor que antaño, habiendo aumentado desde un 45% en 1985 hasta un 87% en 2000 (García Ferrando, 2001). Por lo tanto, todo parece indicar que no solamente ha habido un crecimiento muy considerable del volumen de practicantes, sino también de la frecuencia y de la intensidad de la práctica.

Evidentemente, junto a la población que realiza con mayor o menor regularidad algún tipo de actividad física y/o deporte, coexiste otro grupo de población integrado por aquellas personas que han abandonado, temporal o permanentemente, la práctica. En concreto, el 27% de la población española pertenecía a esta categoría en el año 2000 (García Ferrando, 2001) y un 26% en los años 1995 y 1990 (García Ferrando

1997 y 1991). Entre los principales motivos argumentados para el abandono destacaban, de manera muy especial, el salir cansado o tarde del trabajo, así como la pereza o la desgana.

Además de los datos sobre práctica y abandono que acaban de ser expuestos, otro aspecto que también interesa conocer, especialmente para planificar y desarrollar políticas de promoción deportiva es, sin duda, la demanda futura de actividad física y/o deporte por parte de la población. Sin embargo, los últimos estudios de carácter nacional desarrollados por García Ferrando (1997 y 2001), no proporcionan información en ese sentido. Para ello, tenemos que remitirnos al desarrollado por Vázquez (1993), de ámbito nacional aunque centrado en la mujer, o bien, a otros estudios de carácter autonómico o local (Echeverría, Uriz y Razquin, 1990; Ispizua Uribarri, 1993; Baranda, 1995; Cañellas y Rovira, 1995). Pues bien, cabe destacar que, en todos ellos, las actividades acuáticas de carácter no reglado figuran como el tipo de actividad físico-deportiva más deseada por la población.

Por último, es importante señalar que en el caso concreto de la Comunidad de Madrid, hasta la actualidad no se había llevado a cabo ningún estudio enfocado a analizar los hábitos deportivos de toda su población, por lo que carecíamos de información específica y representativa sobre las actitudes e intereses de los madrileños y madrileñas en relación con la actividad física y el deporte. En este sentido, la única información disponible era la que se desprendía de las encuestas de ámbito nacional desarrolladas por García Ferrando (1982, 1986, 1991, 1997 y 2001). La desagregación espacial de sus resultados por Comunidades Autónomas, permite estimar las tasas globales de práctica en cada una de ellas aunque, evidentemente, con una menor fiabilidad que para el conjunto nacional, debido a la reducción del tamaño de la muestra. Pues bien, a tenor de estos estudios solamente puede decirse que el 45% de los habitantes de la Comuni-

dad de Madrid manifestaban practicar uno o más deportes en el año 2000 (García Ferrando, 2001), porcentaje ligeramente inferior al 48% registrado en la encuesta de 1995 (García Ferrando, 1997).

En consecuencia, dada la escasa información disponible sobre los hábitos deportivos de la población de la Comunidad de Madrid, en el presente estudio se plantearon, entre otros, los siguientes objetivos:

- Conocer los principales indicadores de práctica de actividad física y/o deporte entre los residentes de la Comunidad de Madrid, así como el efecto moderador de diferentes variables (edad, género, profesión, nivel socio-económico, carga familiar, etc.) sobre los mismos.

- Determinar las principales motivaciones para el inicio y la continuidad en la práctica de actividad física y/o deporte, así como posibles barreras que puedan conducir al abandono o la interrupción de la misma.

- Conocer la frecuencia de práctica, las actividades más realizadas, los lugares utilizados habitualmente para practicar, etc. En definitiva, estudiar los principales hábitos de las personas que realizan actividad física y/o deporte en la Comunidad de Madrid.

- Caracterizar diferentes aspectos relativos a la demanda futura de actividad física y/o deporte en la población de la Comunidad de Madrid.

En resumen, puede decirse que la principal finalidad de esta investigación no es otra que la de analizar y diagnosticar el modo en que el deporte y las actividades físicas son percibidas, sentidas y consumidas por los habitantes de la Comunidad de Madrid. Con ello se pretende obtener información significativa que pueda resultar de utilidad para la planificación de próximas políticas de promoción deportiva en este ámbito territorial. Asimismo, se trata de establecer un punto de partida para acometer, a través de futuras investigaciones de carácter periódico, la evolución de los hábitos, actitudes e intereses de la población madrileña hacia la actividad física y el deporte.



## MÉTODO

La población objeto de estudio fueron todos los residentes en la Comunidad de Madrid, con edades comprendidas entre 15 y 69 años, a excepción de los habitantes de los municipios no metropolitanos. Así pues, el universo de muestreo ascendió a un total de 3.677.635 sujetos (ver Tabla 1), residentes en el municipio de Madrid y en las cuatro Coronas Metropolitanas (Norte, Sur, Este y Oeste). De dicha población se extrajo una muestra de 625 sujetos, lo que ha permitido obtener datos representativos a nivel global con un margen de error del  $\pm 4\%$  y un intervalo de confianza del 95,5%. La selección de los sujetos que integraron la muestra se llevó a cabo mediante un muestreo polietápico por conglomerados.

La afijación de la muestra se planificó de manera proporcional al número de habitantes en cada una de las áreas geográficas consideradas (el municipio de Madrid y las cuatro Coronas Metropolitanas), así como a la distribución de la población objeto de estudio según género y grupos de edad (ver Tabla 1).

Para la recogida de datos se elaboró un cuestionario cuya construcción se basó, fundamentalmente, en la selección y adaptación de las preguntas realizadas en otros estudios sobre hábitos deportivos ya implementados, tanto de ámbito europeo (Comisión Europea, 2004), como de carácter nacional (García Ferrando, 2001; Vázquez, 1993) y autonómico (Baranda, 1995; García Ferrando y Mestre, 2002). Tras la primera elaboración formal, el cuestionario fue sometido a juicio de diversos expertos para su

	Población entre 15 y 69 años	% respecto a la población total	Afijación de la muestra
<b>ESTRATO: Área geográfica</b>			
<b>Municipio de Madrid.....</b>	2.179.871	59,3	371
<b>Corona Metropolitana Norte.....</b>	173.291	4,7	29
Alcobendas S. Sebastián de los Reyes Colmenar Viejo Tres Cantos			
<b>Corona Metropolitana Este.....</b>	356.729	9,7	61
Alcalá de Henares Rivas Vaciamadrid Coslada S. Fernando de Henares Mejorada del Campo Torrejón de Ardoz Paracuellos del Jarama Velilla de San Antonio			
<b>Corona Metropolitana Sur.....</b>	773.183	21,0	131
Alcorcón Móstoles Fuenlabrada Parla Getafe Pinto Leganés			
<b>Corona Metropolitana Oeste.....</b>	194.561	5,3	33
Boadilla del Monte Las Rozas de Madrid Brunete Villanueva de la Cañada Majadahonda Villanueva del Pardillo Pozuelo de Alarcón Villaviciosa de Odón <i>TOTAL</i>	3.677.635	100,0	625
<b>ESTRATO: Género</b>			
Varones.....	1.788.354	48,6	304
Mujeres.....	1.889.281	51,4	321
<i>TOTAL</i>	3.677.635	100,0	625
<b>ESTRATO: Edad</b>			
15 a 24 años.....	671.985	18,3	114
25 a 34 años.....	894.427	24,3	152
35 a 44 años.....	764.538	20,8	130
45 a 54 años.....	627.910	17,1	107
55 a 69 años.....	718.775	19,5	122
<i>TOTAL</i>	3.677.635	100,0	625

Tabla 1. Población objeto de estudio y afijación de la muestra.

validación. Posteriormente, se aplicó a un pequeño grupo de sujetos para valorar la idoneidad y adecuada comprensión de las preguntas planteadas y, finalmente, se redactó el cuestionario definitivo.

El trabajo de campo se desarrolló en el mes de marzo de 2005, administrándose todos los cuestionarios mediante entrevista personal. Las entrevistas fueron efectuadas por 40 alumnos de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad Europea de Madrid, los cuales fueron previamente formados para la correcta ejecución de las mismas.

## RESULTADOS

Tal y como se desprende de la Figura 1, el 55,7% de los habitantes de la Comunidad de Madrid declaran practicar en la actualidad, en mayor o menor medida, algún tipo de actividad física y/o deporte. Del 44,3% restante, más de la mitad, concretamente el 25,3%, manifiestan que, aunque actualmente no practican, sí han realizado actividad física y/o deporte en el pasado. Por tanto, el grupo de población que nunca ha practicado actividad física ni deporte se reduce tan sólo al 19% del total.

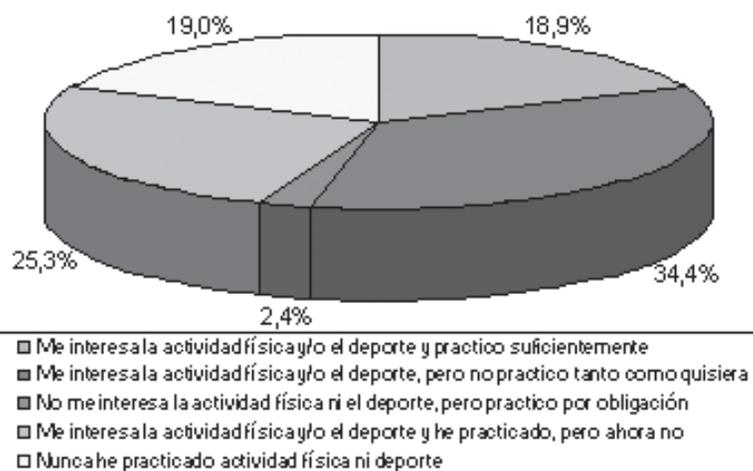


Fig. 1. Niveles de práctica de actividad física y/o deporte en la Comunidad de Madrid.

De cualquier modo, conviene señalar que diferentes variables sociodemográficas como el género, la edad, el nivel de estudios, la clase social o el estado civil de

los entrevistados, tienen, en general, un importante efecto moderador sobre los niveles de práctica que acaban de ser expuestos (ver Tabla 2).

	NIVELES DE PRÁCTICA									
	Practican suficiente		Practican pero no tanto como quisieran		Practican por obligación		Ahora no practican, antes sí		Nunca han practicado	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
<b>GÉNERO</b>										
- Varones...	81	26,8	109	36,1	4	1,3	76	25,2	32	10,6
- Mujeres...	37	11,5	106	32,8	11	3,4	82	25,4	87	26,9
<b>EDAD</b>										
- De 15 a 24 años...	37	31,4	43	36,4	0	0,0	27	22,9	11	9,3
- De 25 a 34 años...	31	19,7	70	44,6	1	0,6	36	22,9	19	12,1
- De 35 a 44 años...	16	13,1	48	39,3	5	4,1	35	28,7	18	14,8
- De 45 a 54 años...	17	16,3	32	30,8	3	2,9	28	26,9	24	23,1
- De 55 a 69 años...	17	13,7	22	17,7	6	4,8	32	25,8	47	37,9
<b>NIVEL DE ESTUDIOS</b>										
- Sin estudios...	1	4,8	2	9,5	0	0,0	6	28,6	12	57,1
- Primarios incompletos...	3	10,0	7	23,3	0	0,0	7	23,3	13	43,3
- Primarios completos, EGB o equivalente	18	16,8	33	30,8	4	3,7	28	26,2	24	22,4
- Formación Profesional o equivalente	12	21,8	19	34,5	2	3,6	13	23,6	9	16,4
- BUP/COU, Secundaria/Bachillerato...	26	20,0	42	32,3	3	2,3	37	28,5	22	16,9
- Universitarios de grado medio/ Diplomatura...	12	13,0	37	40,2	2	2,2	27	29,3	14	15,2
- Universitarios superiores...	46	24,9	75	40,5	3	1,6	38	20,5	23	12,4
- No contesta...	0	0,0	0	0,0	1	20,0	2	40,0	2	40,0
<b>CLASE SOCIAL</b>										
- Alta...	4	33,3	3	25,0	1	8,3	1	8,3	3	25,0
- Media - Alta...	21	16,2	55	42,3	2	1,5	34	26,2	18	13,8
- Media...	71	21,3	125	37,4	6	1,8	73	21,9	59	17,7
- Media - Baja...	12	13,8	18	20,7	4	4,6	29	33,3	24	27,6
- Baja...	5	14,3	8	22,9	2	5,7	12	34,3	8	22,9
- No sabe/ No contesta...	5	18,5	6	22,2	0	0,0	9	33,3	7	25,9
<b>ESTADO CIVIL</b>										
- Soltero/a...	78	24,5	125	39,2	5	1,6	74	23,2	37	11,6
- Casado/a...	36	13,8	81	31,2	9	3,5	71	27,3	63	24,2
- Separado/a o Divorciado/a	2	9,5	6	28,6	1	4,8	8	38,1	4	19,0
- Viudo/a...	2	8,7	3	13,0	0	0,0	4	17,4	14	60,9
- Pareja de hecho...	0	0,0	0	0,0	0	0,0	1	100,0	0	0,0
- No contesta...	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	1	100,0

Tabla 2. La práctica de actividad física y/o deporte según distintas variables sociodemográficas.

En cuanto al nivel de estudios, la Tabla 2 parece mostrar una correlación muy directa entre la tasa de práctica de actividad física y/o deporte y el grado de formación académica de los habitantes de la Comunidad de Madrid. En efecto, entre los madrileños y madrileñas que carecen de estudios, solamente el 14,3% manifiesta realizar algún tipo de actividad física y/o deporte. En cambio, el porcentaje de practicantes aumenta hasta un 67% en el grupo de población que posee estudios universitarios superiores.

La clase social, asociada al nivel de ingresos familiares, también parece tener una importante influencia sobre los niveles de práctica físico-deportiva en la población, registrándose mayores niveles a medida que aumenta el status social de los entrevistados. Así, podemos observar que la tasa de práctica entre los sujetos que se consideran pertenecientes a las clases sociales baja o media-baja, se sitúa alrededor del 40%. En cambio, dicha tasa se encuentra en valores próximos al 60% entre los encuestados que manifiestan pertenecer a las clases sociales media, media-alta o alta.

En lo que se refiere al estado civil, pueden apreciarse diferencias notorias en la tasa de práctica de actividad física y/o deportiva de los/as solteros/as y de los/as casados/as, siendo del 65,3% en el primer caso y del 48,5% en el segundo.

Por otro lado, de entre las diferentes motivaciones que pueden conducir a la práctica de actividad física y/o deporte, los resultados de este estudio parecen indicar que el mantenimiento de la forma física es la que adquiere mayor relevancia para las personas que realizan activi-

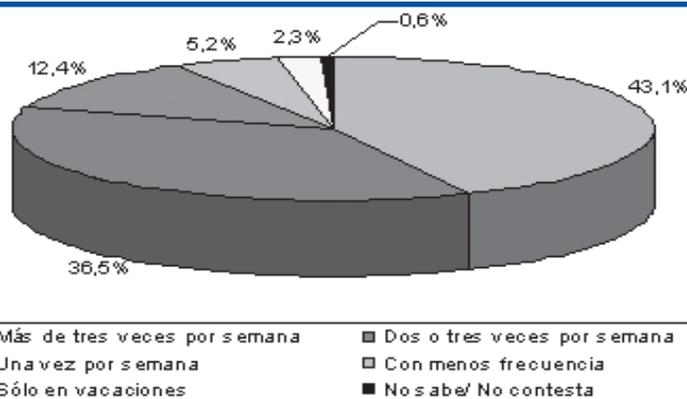
MOTIVACIONES	n	%
1. Por mantenerme en forma.....	140	40,2
2. Por diversión, por pasar el tiempo.....	134	38,5
3. Por mantener o mejorar la salud.....	117	33,6
4. Porque me agrada.....	90	25,9
5. Por relacionarme con los amigos.....	58	16,7
6. Por mantener la línea.....	27	7,8
7. Por evasión, por salir de lo habitual.....	14	4,0
8. Porque me agrada competir.....	14	4,0
9. Porque me obligan o me sentía obligado.....	6	1,7
10. Otras motivaciones.....	6	1,7
11. Por perfeccionar el deporte que practico.....	4	1,1
12. Por hacer carrera deportiva (rendimiento).....	4	1,1
13. Por aprendizaje y/o iniciación.....	2	0,6
14. Porque está de moda.....	1	0,3
15. No contesta.....	5	1,4

**Tabla 3. Principales motivaciones e intereses que conducen a la práctica de actividad física y/o deporte, por orden de importancia.**

dad física y/o deporte en la Comunidad de Madrid, siendo mencionada por el 40,2% de ellas como un motivo prioritario de práctica (ver Tabla 3).

A continuación, otras de las razones para realizar actividades físico-deportivas que también parecen tener un peso importante entre los practicantes son, por ejemplo, la diversión asociada a la práctica y la ocupación amena del tiempo libre (38,5%), el mantener o mejorar la salud (33,6%), las sensaciones agradables relacionadas con la práctica (25,9%) o, simplemente, el permanecer en contacto con los amigos (16,7%).

En cuanto a la frecuencia de práctica, de la Figura 2 se desprende que el 79,6% de la población practicante realiza actividad física y/o deporte dos o más veces por semana. Además, otro 12,4% declara practicar una vez por semana, mientras que solamente el 7,5% de los practicantes lo hacen con menos frecuencia o únicamente en vacaciones.



**Fig. 2. Frecuencia con la que la población practicante realiza actividad física y/o deporte.**

por orden de importancia, el fitness y la tonificación (16,4%), el montañismo, el senderismo y el excursionismo a pie (14,9%), las actividades acuáticas de carácter no reglado (14,7%), el aeróbic y otras actividades similares de componente aeróbico (13,8%), el ciclismo de carretera y de montaña (13,2%), el fútbol sala y el fútbol siete (11,8%), el baloncesto (11,7%) y el tenis (10,1%). En todos los casos, se trata de actividades físicas y/o deportes realizadas, al menos, por el 10% de la población practicante de la Comunidad de Madrid. Por el contrario, en el polo completamente opuesto aparecen actividades físicas y/o deportes como la pelota (frontón), el tiro y la caza, el windsurf, la esgrima, la hípica o el rugby, todas ellas con un escaso número de practicantes.

En cuanto al abandono de la práctica, y centrándonos solamente en el 25,3% de madrileños y madrileñas que han interrumpido de manera temporal o permanente la realización de actividad física y/o deporte, cabe señalar que la falta de tiempo es el motivo más frecuentemente señalado para justificarlo (ver Tabla 5). En concreto, esta razón es argumentada por el 32,3% de las personas que han dejado de realizar actividad física y/o deporte. A continuación, otras de las razones de mayor peso son, por orden de importancia, las lesiones deportivas (16,5%), el cansancio tras el trabajo (15,2%), la edad (13,3%), las exigencias de los estudios (12%), la pereza y la desgana (11,4%), así como las obligaciones familiares (8,9%).

ACTIVIDADES FÍSICAS Y/O DEPORTES			ACTIVIDADES FÍSICAS Y/O DEPORTES		
	n	%		n	%
1. Carrera a pie (jogging).....	85	24,4	24. Boxeo.....	8	2,3
2. Fútbol.....	80	23,0	25. Golf.....	7	2,0
3. Fitness, tonificación.....	57	16,4	26. Pilates.....	7	2,0
4. Montañismo, senderismo, etc.....	52	14,9	27. Piragüismo, remo.....	6	1,7
5. Natación salud, educativa.....	51	14,7	28. Spinning.....	6	1,7
6. Aeróbic y similares.....	48	13,8	29. Gimnasia deportiva.....	6	1,7
7. Ciclismo (carretera, montaña).....	46	13,2	30. Bádminton.....	5	1,4
8. Fútbol sala, fútbol 7.....	41	11,8	31. Balonmano.....	5	1,4
9. Baloncesto.....	40	11,5	32. Pesca.....	5	1,4
10. Tenis.....	35	10,1	33. Taichi, yoga.....	5	1,4
11. Esquí y otros deportes de invierno..	33	9,5	34. Tenis de mesa.....	5	1,4
12. Atletismo.....	28	8,0	35. Motociclismo.....	4	1,1
13. Pádel.....	25	7,2	36. Squash.....	4	1,1
14. Natación, waterpolo, sincro.....	25	7,2	37. Vela (navegación).....	4	1,1
15. Gimnasia mantenimiento.....	22	6,3	38. Pelota (frontón).....	3	0,9
16. Otras actividades.....	18	5,2	39. Tiro y caza.....	3	0,9
17. Voleibol.....	17	4,9	40. Windsurf.....	3	0,9
18. Artes marciales: judo, kárate, etc...	16	4,6	41. Esgrima.....	2	0,6
19. Escalada, espeleología.....	15	4,3	42. Hípica.....	2	0,6
20. Danza.....	14	4,0	43. Rugby.....	1	0,3
21. Patinaje.....	14	4,0			
22. A. subacuáticas: buceo, pesca.....	11	3,2			
23. Bolos, petanca, j. tradicionales.....	10	2,9			

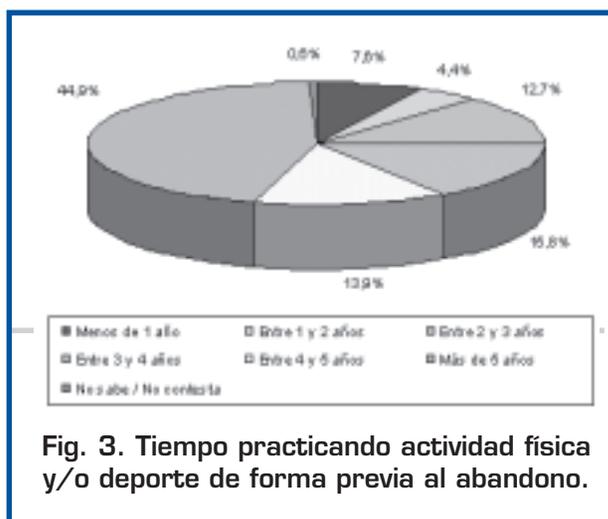
Tabla 4. Las actividades físicas y/o deportes realizados según volumen de practicantes.

RAZONES PARA EL ABANDONO	n	%
1. Falta de tiempo.....	51	32,3
2. Por lesiones.....	26	16,5
3. Salía muy cansado o muy tarde del trabajo.....	24	15,2
4. Por edad.....	21	13,3
5. Otras razones.....	21	13,3
6. Los estudios le exigían demasiado.....	19	12,0
7. Por pereza y desgana.....	18	11,4
8. Por obligaciones familiares (hijos o parientes).....	14	8,9
9. Por salud.....	8	5,1
10. No tenía instalaciones cerca.....	7	4,4
11. No tenía instalaciones adecuadas.....	5	3,2
12. Se enfadó con el entrenador.....	5	3,2
13. Los amigos no hacían deporte.....	5	3,2
14. Falta de apoyo y estímulo.....	5	3,2
15. No le veía beneficios.....	4	2,5
16. Dejó de gustarle e interesarle hacer deporte.....	3	1,9
17. Por falta de dinero.....	3	1,9
18. No sabe / No contesta.....	1	0,6

**Tabla 5. Razones argumentadas para el abandono de la práctica de actividad física y/o deporte, por orden de importancia.**

Los datos que se presentan en las Figuras 3 y 4 nos permiten conocer el itinerario de práctica seguido por los madrileños y madrileñas que realizaron actividad física y/o deporte en el pasado hasta que, en un determinado momento, sobrevino el abandono.

En primer lugar, destaca que el 44,9% de este grupo de población, estuvo practicando durante más de cinco años antes de que se produjera el abandono. Otro 42,4% lo estuvo haciendo por un periodo de tiempo comprendido entre dos y cinco años y solamente un 12% por un tiempo inferior a dos años (ver Figura 3).

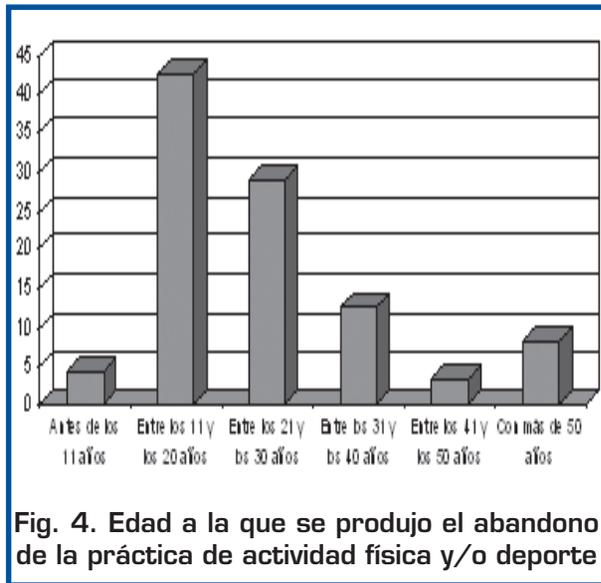


Asimismo, cabe señalar que la mayor tasa de abandono tiene lugar durante la adolescencia y la juventud. Concretamente, un 42,4% de los abandonos se producen entre los 11 y los 20 años y otro 29,1% entre los 20 y los 30 años (ver Figura 4).

Respecto a la demanda futura, en la Tabla 6 se muestra el interés manifestado por la población madrileña de cara a practicar actividad física y/o deporte próximamente, ya se trate de alguna otra nueva actividad en el caso de los practicantes actuales, o bien, de volver a retomar la práctica o iniciarse en ella en el caso de los antiguos practicantes o de las personas que nunca lo han hecho.

Como se puede apreciar, el 42,4% de los practicantes actuales indican que desearían realizar alguna otra actividad física y/o deporte en un futuro próximo. Además, casi la mitad de los antiguos practicantes, concretamente el 49,3%, señalan que les gustaría comenzar de nuevo a realizar actividad física y/o deporte. Por otra parte, una cifra algo más baja, pero no por ello menos importante, la representan los madrileños y madrileñas que nunca han practicado pero que querrían comenzar a ha-

cerlo. Se trata, en conjunto, del 28,5% de este grupo de población. No obstante, también es cierto que casi la mitad de ellos, el 45,3%, no tienen mucha intención de iniciarse en la práctica de actividad física y/o deporte.



**Fig. 4. Edad a la que se produjo el abandono de la práctica de actividad física y/o deporte**

Respecto a la demanda futura, en la Tabla 6 se muestra el interés manifestado por la población madrileña de cara a practicar actividad física y/o deporte próximamente, ya se trate de alguna otra nueva actividad en el caso de los practicantes actuales, o bien, de volver a retomar la práctica o iniciarse en ella en el caso de los antiguos practicantes o de las personas que nunca lo han hecho.

Como se puede apreciar, el 42,4% de los practicantes actuales indican que desearían realizar alguna otra actividad física y/o deporte en un futuro próximo. Además, casi la mitad de los antiguos practicantes, concretamente el 49,3%, señalan que les gustaría comenzar de nuevo a realizar actividad física y/o deporte. Por otra parte, una cifra algo más baja, pero no por ello menos importante, la representan los madrileños y madrileñas que nunca han practicado pero que querrían comenzar a hacerlo. Se trata, en conjunto, del 28,5% de este grupo de población. No obstante, también es cierto que casi la mitad de ellos, el 45,3%, no tienen mucha intención de iniciarse en

la práctica de actividad física y/o deporte.

En la Tabla 7 se pueden observar, por orden de importancia, las actividades físicas y/o deportes que cuentan con mayor demanda por parte de las personas que, en cada uno de los tres grupos de población considerados (practicantes actuales, antiguos practicantes y personas que nunca han practicado), manifiestan querer practicar en un futuro próximo. En este sentido, las actividades acuáticas de carácter no reglado son, sin ninguna duda, el tipo de práctica más deseada por los tres grupos de población indicados.

El aeróbic y otras actividades similares, así como el fitness y la tonificación, son también prácticas físicas bastante demandadas, tanto por los practicantes actuales como por las personas que nunca han practicado o que han dejado de hacerlo.

Entre la población que nunca ha practicado, además de las actividades físico-deportivas ya mencionadas, también destaca de manera especial la gimnasia de mantenimiento y, en bastante menor medida, el voleibol.

En el caso de las personas que han abandonado la práctica, el fútbol ocupa también en lugar destacado entre las actividades demandadas, quizás en referencia a la práctica que realizaban antes de abandonar. Asimismo, otra de las actividades más deseadas es la carrera a pie.

Por último, y en lo que se refiere a las demandas de los practicantes actuales, el esquí y los deportes de invierno son otras de las actividades que cuentan con un volumen relativamente importante de demandantes, pese a la relativa escasez que existe en nuestra Comunidad de lugares adecuados para su práctica.

Es importante señalar que las razones argumentadas por los madrileños y madrileñas para no llegar a realizar las actividades físicas y/o deportivas que demandan son muchas y variadas. Sin embargo, la carencia de tiempo es, sin lugar a dudas, la razón de mayor fuerza, espe-

cialmente entre los practicantes actuales y entre las personas que abandonaron la práctica (ver Tabla 8). En estos dos grupos de población, la temática de la caren-

cia de instalaciones deportivas, ya sea porque no son adecuadas o porque no están cercanas, también son motivos de peso para no practicar esas actividades.

GRUPO DE POBLACIÓN	Seguro que sí		Probablemente sí		Ahora no lo saben		Probablemente no		Seguro que no		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Practicantes actuales	98	28,2	89	14,2	82	13,1	54	8,6	25	7,2	348	100
Antiguos practicantes	34	21,5	44	27,8	38	24,1	30	19,0	12	7,6	158	100
Nunca han practicado	16	13,4	18	15,1	31	26,1	33	27,7	21	17,6	119	100
Total	148	23,7	151	24,2	151	24,2	117	18,7	58	9,3	625	100

Tabla 6. Interés por practicar actividad física y/o deporte en un futuro próximo

Practicantes actuales	Antiguos practicantes	Nunca han practicado
Natación salud, educativa (20,9%)	Natación salud, educativa (34,6%)	Natación salud, educativa (32,4%)
Esquí, deportes de invierno (11,8%)	Fútbol (14,1%)	Gimnasia mantenimiento (26,5%)
Artes marciales (8,6%)	Aerobic y similares (12,8%)	Otras actividades (20,6%)
Aerobic y similares (7,5%)	Carrera a pie (9,0%)	Aerobic y similares (11,8%)
Ciclismo (7,5%)	Fitness, tonificación (9,0%)	Voleibol (11,8%)
Tenis (6,4%)	Baloncesto (7,7%)	Fitness, tonificación (8,8%)
Fitness, tonificación (5,9%)	Gimnasia mantenimiento (7,7%)	Tenis (8,8%)
Pádel (5,9%)	Voleibol (7,7%)	Danza (5,9%)
Atletismo (5,3%)	Ciclismo (6,4%)	Esquí, deportes de invierno (5,9%)
Montañismo, senderismo (5,3%)	Danza (6,4%)	Montañismo, senderismo (5,9%)

Tabla 7. Las actividades físicas y/o deportes con mayor demanda según grupos de población.

Practicantes actuales	Antiguos practicantes	Nunca han practicado
No tiene más tiempo (58,3%)	No tiene más tiempo (64,1%)	No tiene tiempo (35,3%)
No hay instalaciones cerca (21,9%)	Por pereza y desgana (20,5%)	Por la edad (29,4%)
Dificultades económicas (13,4%)	No hay instalaciones cerca (12,8%)	No le gusta (20,6%)
Por la edad (12,3%)	Otras razones (12,8%)	Por pereza y desgana (17,6%)
No hay instalaciones adecuadas (11,2%)	Cansancio (12,8%)	No tiene el hábito (14,7%)
Por salud (10,7%)	No tiene el hábito (11,5%)	Por salud (14,7%)
		Cansancio (11,8%)

Tabla 8. Principales razones argumentadas por los diferentes grupos de población para no realizar las actividades físicas y/o deportes demandados, por orden de importancia

En el caso de los practicantes actuales, otras de las razones importantes que también parecen condicionar la práctica de nuevas actividades físico-deportivas son, por orden de importancia, las dificultades económicas, la edad y la salud.

En cambio, para las personas que han abandonado la práctica o para aquellas otras que nunca ha practicado, la pereza y la desgana, el cansancio, así como la falta o la pérdida del hábito, es decir, una cierta apatía generalizada, parecen los factores más limitantes, junto a los que ya han sido mencionados, para volver a retomar la práctica o para comenzar a realizarla.

## DISCUSIÓN

En comparación con los niveles de práctica registrados para el conjunto de la población española durante el año 2000 (el 38% declaraba realizar actividad física y/o deporte), los datos relativos a la Comunidad de Madrid son francamente positivos, con una tasa de práctica superior en 17,7 puntos porcentuales a la del conjunto nacional. Además, si se tienen presentes los resultados relativos a la frecuencia con que se practica, puede decirse que para la gran mayoría de los practicantes de la Comunidad de Madrid, la realización de actividad física y/o deporte es, realmente, un hábito de carácter cotidiano. Por otra parte, y en lo que se refiere a las motivaciones que conducen a la práctica, queda patente el carácter recreativo de la misma, con objetivos muy vinculados a la salud, al ocio y a las relaciones sociales. En cambio, otros intereses como el gusto por competir, el perfeccionamiento del deporte practicado o el querer hacer carrera deportiva, más asociados con la práctica deportiva tradicional, quedan claramente en un segundo plano.

Asimismo, de los resultados de este estudio se desprende que uno de cada cuatro habitantes de la Comunidad de Madrid, el 25,3%, ha abandonado, tem-



poral o permanentemente, la práctica de actividad física y/o deporte, porcentaje muy similar al 27% registrado para el conjunto de la población española en el año 2000 (García Ferrando, 2001) o al 26% que se detectaba en los años 1995 y 1990 (García Ferrando, 1991 y 1997).

La falta de tiempo es la principal razón que justifica dicho abandono entre los antiguos practicantes de la Comunidad de Madrid. En cambio, para el conjunto de la población española, ya indicábamos la existencia de otras razones de mayor peso: el salir cansado o muy tarde del trabajo, la pereza o desgana, la salud, la edad o las exigencias de los estudios (García Ferrando, 2001). Quizás, los grandes desplazamientos desde el lugar de residencia al de trabajo o estudio, las continuas esperas debidas a la masificación, etc., son aspectos que pueden contribuir a explicar por qué entre los habitantes de la Comunidad de Madrid la escasez de tiempo es un factor más limitante.

La mayor parte de las personas que han abandonado la práctica de actividad física y/o deporte, son sujetos que previamente han estado practicando durante periodos de tiempo relativamente amplios o muy amplios y que, por lo tanto, probablemente tendrían un alto grado de adherencia a la actividad física durante esa época. Posiblemente, esta circuns-

tancia pueda contribuir a explicar el hecho de que, aproximadamente, la mitad de ellos quieran comenzar de nuevo a realizar actividad física y/o deporte en un futuro próximo.

Cabe señalar también que gran parte de los abandonos se producen en la adolescencia y en la juventud. Evidentemente, se trata de épocas de la vida sujetas a muchos cambios (los que conlleva la propia adolescencia, el inicio de la actividad laboral o el aumento de la carga de estudio, la aparición de posibles obligaciones familiares, etc.) y que pueden terminar, como de hecho señalan los datos de este estudio, en un abandono de la práctica.

Finalmente, en lo que se refiere a la demanda futura de actividad física y/o deporte, casi una de cada dos personas que practican en la actualidad, o bien, que han abandonado la práctica, desea-

rían volver a realizar alguna otra actividad en un futuro próximo o volver a retomar dicha práctica. Entre las personas que nunca han practicado, la demanda es algo menor. En concreto, solamente el 28,5% de este grupo de población desearía realizar algún tipo de actividad física y/o deportiva en un futuro próximo.

En cuanto a los tipos de actividades físico-deportivas más deseadas por la población madrileña, los datos del presente estudio sitúan a las actividades acuáticas no regladas en primera posición, coincidiendo con los resultados otros estudios previos (Echeverría, Uriz y Razquin, 1990; Ispizua Uribarri, 1993; Vázquez, 1993; Baranda, 1995; Cañellas y Rovira, 1995). Además, este hecho puede encontrarse estrechamente relacionado con el elevado porcentaje de habitantes de la Comunidad de Madrid que consideran la piscina cubierta, principal



soporte para la práctica de actividades acuáticas, como uno de los tipos de instalación deportiva más necesarios. La falta de tiempo parece ser la razón principal para la no realización, aún, de las actividades físicas y/o deportivas demandadas por los madrileños y madrileñas.

## BIBLIOGRAFIA



1. Baranda, L. (1995). *Enquesta sobre la pràctica d'activitats físico-esportives a Catalunya*. Barcelona: Secretaria General de l'Esport.

2. Cañellas, A., y Rovira, J. (1995). "Los hábitos deportivos de la población adulta barcelonesa (15 a 59 años)". *Apunts: Educación Física y Deportes*, 42, 75-79.

3. Echeverría, J. M., Uriz, J., y Razquin, J. C. (1990). "La realidad del deporte en Navarra: Prácticas y motivaciones deportivas". En AA.VV, *La Población Navarra ante el Hecho Deportivo* (pp. 25-84). Pamplona: Gobierno de Navarra, Departamento de Educación, Cultura y Deporte.

4. European Commission (2004). "The citizens of the European Union and Sport". *Special Eurobarometer*, 213.

5. García Ferrando, M. (1982). *Deporte y Sociedad. Las Bases Sociales del Deporte en España*. Madrid: Ministerio de Cultura, Dirección General de Juventud y Promoción Sociocultural.

6. García Ferrando, M. (1986). *Hábitos Deportivos de los Españoles. Sociología del Comportamiento Deportivo*. Madrid: Consejo Superior de Deportes, Ministerio de Cultura.

7. García Ferrando, M. (1991). *Los españoles y el deporte (1980-1990). Un análisis sociológico*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia, Consejo Superior de Deportes, Instituto de Ciencias de la Edu-

cación Física y del Deporte.

8. García Ferrando, M. (1997). *Los españoles y el deporte, 1980-1995 (un estudio sociológico sobre comportamientos, actitudes y valores)*. Valencia: Tirant lo Blanch - Consejo Superior de Deportes.

9. García Ferrando, M. (2001). *Los españoles y el deporte: prácticas y comportamientos en la última década del siglo XX. Encuesta sobre los hábitos deportivos de los españoles, 2000*. Madrid: Ministerio de Educación Cultura y Deporte - Consejo Superior de Deportes.

10. García Ferrando, M. y Mestre, J. A. (2002). *Los hábitos deportivos de la población de Valencia (2000)*. Valencia: Ayuntamiento de Valencia - Fundación Deportiva Municipal.

11. ICSA-Gallup (1975). *Encuesta sobre el deporte en España*. Madrid: Delegación Nacional de Deportes.

12. I.N.E. (1968). *Encuesta sobre actividades deportivas*. Madrid: Instituto Nacional de Estadística.

13. Ispizua Uribarri, M. (1993). *Hábitos deportivos de la población de la comarca de la margen izquierda. Barakaldo, Portugalete, Santurtzi y Sestao*. Bilbao: Gobierno Vasco.

14. Vázquez, B. (1993). *Actitudes y prácticas deportivas de las mujeres españolas*. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales, Instituto de la Mujer.



## DIRECCIÓN DE CONTACTO.

E-mail: [gabriel.rodriguez@uem.es](mailto:gabriel.rodriguez@uem.es)