



EL ESTUDIO REVELA BAJOS ÍNDICES DE ACTIVIDAD FÍSICA PERIÓDICA ENTRE LOS ESCOLARES DE LA REGIÓN.

Sólo uno de cada 10 escolares cumple estándares mínimos de actividad física

PANORAMA. Encuesta del Ministerio del Deporte revela preocupantes índices en La Araucanía.

Robinson Tobares
 robinson.tobares@castraltemuco.cl

Desde hace más de dos décadas, la práctica del deporte y el respeto por los hábitos de actividad física en la Región han mostrado señales de retroceso.

La tendencia se ha mantenido y se refleja en la reciente encuesta que realizó el Ministerio del Deporte en el país y que incluye resultados regionales.

El estudio se realizó durante 2024, consideró una muestra de 785 personas en la Región e incluyó a niños, adolescentes, jóvenes y adultos.

Entre los resultados más preocupantes hay uno que llama poderosamente la atención: sólo uno de cada 10 niños, niñas y adolescentes de la Región cumple con las recomendaciones mínimas de actividad física establecidas por la Organización Mundial de la Salud (el promedio nacional es de 26,3%). La OMS sugiere para ese tramo etario ejercicios entre moderados y vigorosos

“

Los índices de inactividad física siguen siendo preocupantes. Promover la práctica del deporte no es sólo responsabilidad del Estado, sino también de toda la sociedad”.

Roger Ancamil,
 seremi del Deporte en la Región.

de una hora por día.

MENOS CRÍTICAS

En la población adulta, las cifras son menos críticas y evidencian que un 44,6% del grupo responde a los criterios establecidos por la OMS. El estudio también evidencia una brecha de género entre los adultos. El documento especifica que el 49,4% de las mujeres realiza actividad física regular-

mente, frente al 39,7% de los hombres.

Ante los números que arrojó el estudio, Roger Ancamil, seremi del Deporte en La Araucanía, mostró su preocupación.

“Los índices de inactividad física siguen siendo preocupantes. Promover la práctica del deporte no es sólo responsabilidad del Estado, sino también de toda la sociedad”, manifestó Ancamil, quien entregó más conceptos.

“Es fundamental que padres y madres fomenten en sus hijos la actividad física y la práctica deportiva desde temprana edad. Sólo así podremos revertir esta cifras”, añadió la autoridad, quien graficó que el documento muestra una luz de esperanza en algunas áreas.

Una de ellas es el creciente interés que genera la práctica del ciclismo, la natación, la zumba y el yoga en La Araucanía. El gusto por esas disciplinas es transversal a todos los grupos considerados en el estudio.

CS