

Fecha: 13-05-2025  
 Medio: Hoy x Hoy Antofagasta  
 Supl.: Hoy x Hoy Antofagasta  
 Tipo: Noticia general  
 Título: Tres de cada cuatro niños y adolescentes en Chile son inactivos físicamente

Pág. : 7  
 Cm2: 473,2  
 VPE: \$ 290.574

Tiraje:  
 Lectoría:  
 Favorabilidad:  
 Sin Datos  
 Sin Datos  
 No Definida

# Tres de cada cuatro niños y adolescentes en Chile son inactivos físicamente

"Son cifras preocupantes", dijo el ministro Jaime Pizarro al presentar la Encuesta Nacional de Actividad Física y Deporte.

Ignacio Arriagada M.

**E**l Ministerio del Deporte, en conjunto con otras carteras, presentó ayer los resultados de la Encuesta Nacional de Actividad Física y Deporte 2024, que permitió mapear y cifrar los niveles de actividad física de distintos grupos etarios del país. Uno de los principales datos reveló que tres de cada cuatro niños, niñas y adolescentes (NNA) son inactivos físicamente.

El sondeo consideró a toda la población mayor de 5 años que reside en las 16 regiones de Chile. En concreto, la muestra real fue de 12.803 casas, la que es representativa, a nivel nacional y regional, para las categorías de sexo (hombre y mujer); zona (urbana y rural); tramo etario (5-17 y 18 o más); y nivel socioeconómico (alto, medio y bajo). Además contempló la creación de un "índice multidimensional", que considera

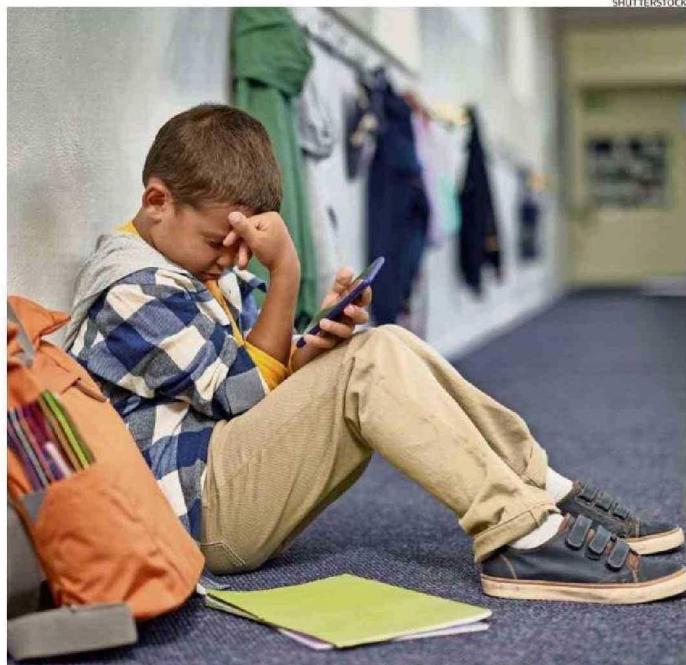
cuatro contextos para la población entre 5 y 17 años y 5 para mayores de 18 años.

A fin de interpretar la encuesta adecuadamente, la subsecretaría del Deporte, Emilia Ríos, explicó que "se desagrega en población de 5 a 17 años y en población mayor de 18 años. Para el primer tramo, donde se determinaron los siguientes contextos: tiempo libre, escolar, doméstico y transporte, resultando que durante la semana un 26,4% son activos físicamente. Por otro lado, para la población mayor de 18 años, donde los contextos a considerar fueron los mismos, solo agregándose el ámbito laboral, arrojó que el 44,9% son activos físicamente".

## LO QUE DEBERÍA SER

Según las recomendaciones mínimas de la Organización Mundial de la Salud (OMS), los niños, niñas y adolescentes (NNA) deben realizar, al menos, 60 minutos de actividad física moderada o vigorosa diariamente.

Considerando ese estándar,



No realizar actividad física tiene repercusiones múltiples, tanto físicas como emocionales.

**12.803**

fue la muestra del sondeo, que consideró a la población mayor de cinco años.

La encuesta también construyó un índice según la actividad física que las personas, según los tramos de edad definidos, realizan en distintos contextos durante una semana.

En la categoría de tiempo libre, existe una disminución de los NNA activos (pasando de 16,5% en 2019; a 10,5% en 2025). Por otra parte, 5 de cada 10 NNA son inactivos en este contexto, es decir, no alcanzan a sumar 60 minutos de actividad física tres días a la semana.

En el Mineduc indicaron que esta realidad los ha llevado a perseverar en la práctica de educación física.

Finalmente, en el contexto de actividad doméstica, 3 de cada 10 (33,8%) adultos son inactivos. En todos los contextos, los hombres presentan más probabilidades de ser activos que las mujeres. Sin embargo, en la actividad doméstica se registra un 11% de las mujeres como activas, frente a un 8,4% de los hombres.

Durante año la IA creció 50 millones

SHUTTERSTOCK