

Fecha: 16-03-2026
Medio: El Divisadero
Supl.: El Divisadero
Tipo: Noticia general
Título: Estudio evidencia que mujeres dedican más tiempo al deporte que los hombres

Pág.: 14
Cm2: 304,5

Tiraje: 2.600
Lectoría: 7.800
Favorabilidad: ☐ No Definida

Estudio evidencia que mujeres dedican más tiempo al deporte que los hombres



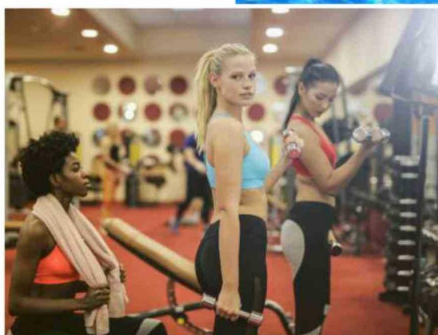
Según evidenció “El Deportómetro”, primera radiografía sobre audiencias y hábitos deportivos en Chile, las mujeres están marcando tendencia en tres disciplinas: gimnasia, trekking y natación/deportes acuáticos.

De acuerdo al informe, desarrollado por You First y La Vulca, tres de cada cuatro mujeres que practica deporte (75%) declara ir al gimnasio, tres veces más que los hombres. Por otra parte, el 69% del segmento femenino realiza trekking, duplicando la participación masculina. En tanto, en lo que respecta a natación, la relación es de 2,2 veces.

“Este grupo relaciona el deporte con el bienestar. El 83% de ellas, por ejemplo, asegura que la actividad física saca lo mejor de las personas, mientras que el 95% señala que les ayuda en su salud mental”, explica Felipe Venegas, country manager de You First.

De las personas encuestadas que van al gimnasio, más de la mitad (54%) lo hace como mínimo dos a cuatro veces por semana. En tanto, el 44% de las que nadan o hacen deportes acuáticos se ejercita, al menos, una vez por semana.

La disciplina que se practica con menor frecuencia es el trekking: el 78% de las deportistas lo realiza entre 1 a 3 veces por mes o bien menos de una vez al mes. “Es una disciplina que exige una disponibilidad de tiempo más elevada; de varias horas o incluso jornadas completas. Además, se requiere de espacios al aire libre, que suelen ser



de menor acceso”, comenta José Miguel Ventura, socio fundador de la consultora La Vulca.

Gasto en deporte se concentra bajo \$40 mil

En cuanto al equipamiento y/o accesorios deportivos, el 27% de las mujeres invierte más de \$100 mil al año en implementación para la práctica de deporte en gimnasios, detalla “El Deportómetro”. De todas formas, la inversión tiende a concentrarse bajo los \$40 mil: 42% de las compradoras no sobrepasan ese monto anualmente. En promedio, las mujeres gastan \$87 mil al año en equipamiento para gimnasios.

En el caso del trekking, una de cada cuatro que lo practican (25%) invierte más de \$100 mil pesos al año y el rango de gasto más económico (bajo \$40 mil anuales) se mueve en torno al 40%. El gasto promedio de las mujeres se sitúa alrededor

Según un estudio, que consideró a más de 5 mil personas que practican deporte, en los gimnasios hay tres veces más mujeres que hombres. En las disciplinas de trekking y natación, la presencia femenina duplica a la masculina.

de los \$80 mil pesos.

“Si bien los artículos relacionados al trekking son, en general, más caros y técnicos que los del gimnasio, este último tiene una gran variedad de opciones, de diversos precios, lo que finalmente va aumentando el gasto final, con una demanda al alza”, agrega el profesional de You First.

La natación/deportes acuáticos es donde hay menos desembolso de dinero: el 80% de las mujeres gasta menos de \$100 mil anuales, mientras que el 42% incluso gasta menos de \$40 mil al año, siendo el promedio del segmento femenino \$74 mil pesos, gasto superior al de los hombres en esta disciplina. “Este ejercicio se puede hacer con bajo nivel de equipamiento y la mayoría de las veces tiene una orientación más terapéutica que competitiva”, finaliza Venegas.