

Aysén entre las 5 regiones que más

• Así se consigna en los resultados de la Encuesta Nacional de Actividad Física y Deporte 2024

Coyhaique.- Aysén está entre las cinco regiones que más actividad física realizan en Chile, no obstante, el desafío es que más personas cumplan con los mínimos recomendados por la Organización Mundial de la Salud (OMS)

La Encuesta Nacional de Actividad Física y Deporte 2024, elaborada por el Ministerio del Deporte, contempló una muestra nacional de 12.803

casos de población mayor de 5 años que reside en las 16 regiones de Chile, representativos según sexo, edad, nivel. La Seremi del Deporte, María Eugenia Durán, precisó que “la encuesta se divide en dos tramos: población entre 5 y 17 años, y poblaciones mayores de 18 años. Al revisar los resultados, lo destacable es que nuestra región de Aysén, está dentro de las 5 regiones que más han aumentado el porcentaje de personas que realizan actividad física, en comparación al promedio nacional, donde 4 de cada 10 adultos se declara activo, en Aysén estamos un punto arriba, con 5 de cada 10 adultos activos”, indicó

Agregó que, en el caso de los menores

de 17 años, a nivel nacional la cifra es que 3 de cada 10 son activos, mientras que, en Aysén, 4 de cada 10 niños, niñas y adolescentes que se declaran activos.

“Además, si comparamos con las cifras del 2018, la región ha disminuido la cantidad de personas inactivas, lo cual también es valorable y nos indica una mejoría, no obstante, aún existe un gran porcentaje de la población que no alcanza a cumplir con las recomendaciones mínimas de la Organización Mundial de la Salud, donde el contexto escolar, por lejos, es el más afectado por la inactividad física, lo que representa un gran desafío interinstitucional y el desarrollo de acciones concretas y pro-

fundas, por ello estamos impulsando junto al Ministerio de Salud y Educación, el proyecto de Ley que promueve 60 minutos diarios de actividad física en las escuelas, aparte de las clases regulares de educación física. Sobre este proyecto, las últimas indicaciones fueron aprobadas en la Comisión de Salud del Senado este año, por lo que esperamos siga avanzando y este 2025 contar con una nueva Ley que incorpora en la normativa educacional, la obligación de promover al menos sesenta minutos diarios de actividad física en todos los establecimientos, desde la educación parvularia hasta la enseñanza media”, señaló.

Principales Resultados de NNA en Aysén

De los 785 casos, los principales resultados de Niños, Niñas y Adolescentes (5 a 17 años) Considerando el Índice Multidimensional, 4 de cada 10 NNA (38,8%) mayores de 5 años son activos físicamente (es decir, cumplen las recomendaciones mínimas dictadas por la OMS). Por otra parte, un 19% es parcialmente activo y un 42,2% son inactivos. Asimismo, los niños presentan mayor probabilidad de ser activos respecto a las niñas (un 38,5% de las niñas son activas, frente a un 39,1% de los niños).

En el contexto de tiempo libre, existe un aumento de niñas, niños y adolescentes activos (pasando de 14,4% en 2019; a 17,1% en 2024). Por otra parte, disminuyó la cantidad de inactivos en este contexto (pasando de 50,9% a 50%) y disminuyeron la cantidad de parcialmente activos (pasando de 34,7% a 32,9%).

En el contexto de actividad doméstica, 5 de cada 10 (52,3%) niñas, niños y adolescentes son inactivos. Asimismo, 3 de cada 10 (27,9%) son activos. En el contexto de transporte, 7 de cada 10 (67,1%) son inactivos. Asimismo, sólo el 7,4% es activo.

El contexto escolar es el más inactivo de todos los evaluados. Al considerar sólo el tiempo que pasan en sus establecimientos educativos, 1 de cada 10 (11,7%) son activos o parcialmente activos (es decir, realizan 60 minutos de actividad física tres o más días). Por contraposición, casi 9 de cada 10 (85,7%) son inactivos (es decir, no alcanzan a realizar 60 minutos de actividad física durante 3 días a la semana)

Los niños, niñas y adolescentes de la región señalan que, los deportes que se deberían promover son: el fútbol (14,9%), los deportes al aire libre (12%); el ciclismo (9,7%); natación (8,8%) y básquetbol (8,7%). Asimismo, los deportes más practicados son el fútbol (24%), ciclismo (19,4%), zumba (19%) y yoga (11,2%).

Respecto a los factores que influyen en que niños, niñas y adolescentes sean activos en la región, está la influencia externa en la creación de hábitos de actividad física

