

# actividad física realizan en Chile

(familiares directos, el colegio, docentes, amigos, entre otros). El valorar la importancia de la actividad física y el deporte y la participación en organizaciones deportivas. En este punto, 1 de cada 10 (13,2%) niños, niñas y adolescentes declara participar en estas organizaciones. Igualmente, 1 de cada 10 NNA (9,3%) declara que le gustaría estar en una organización deportiva.

## Espacios aptos para la actividad física cerca de la vivienda.

Casi 1 de cada 2 niños señala que existe alguien que influyó en sus hábitos de actividad física. En ese contexto, un 7,8% de los encuestados, indica que son los amigos quienes más influyen en la formación de sus hábitos de vida activa, seguido del papá (7%), la mamá (5,4%) y el colegio (3,5%). Los principales motivos para practicar son la salud (21,6%), el entretenimiento (19,4%) y por gusto (12,6%).

Cabe señalar, que un 2,7% de los niños, niñas y adolescentes entre 5 y 17 encuestados no se consideran para este cálculo, dado que sus tutores declararon que no asisten regularmente a establecimientos educativos (por ej. rinden exámenes libres)

## ¿Dónde practican actividad física los NNA de la región de Aysén?

Un 60,9% de los niños, niñas y adolescentes encuestados declara poseer espacios aptos para practicar actividad física a menos de 15 minutos (a pie) de su vivienda. Además, un 90% de ellos los utiliza. Los principales motivos de por qué no se utilizan son inseguridad o presencia de delincuencia (21,7%), la falta de mantenimiento o infraestructura deficiente (14,8%), y la inexistencia de alguien que acompañe (10,8%).

Por otra parte, los lugares más utilizados para practicar actividad física son plazas/parques (29,4%); canchas deportivas (18%); y ciclo vías (17,1%).

Los principales motivos declarados para no practicar actividad física es la falta de tiempo (18,4%) y de motivación (11,7%).

## Resultados de personas adultas en la Región de Aysén

Considerando el Índice Multidimensional, 5 de cada 10 adultos (49%) son activos físicamente (es decir, cumplen las recomendaciones mínimas dictadas por la OMS). Por otra parte, un 34,9% es parcialmente activo y un 16,1% es inactivo. Los hombres presentan una mayor probabilidad de ser activos físicamente respecto a las mujeres (un 48,7% de mujeres es activa, frente al 49,2% de los hombres).

En el contexto de tiempo libre, existe una disminución de la población activa físicamente (pasando de 26,5% en 2018; a 16,5% en 2024). Sin embargo, aumentó considerablemente la cantidad de parcialmente activos (pasando de 13,4% a 58,3%), lo que evidencia que los adultos han incorporado minutos actividad física en sus tiempos libres, pero sin alcanzar las recomendaciones mínimas de OMS. La cantidad de inactivos también disminuye considerablemente, pasando de 60,1% a 25,2%, cifra que podría explicar el aumento de adultos parcialmente activos.

En el contexto de actividad doméstica, 3 de cada 10 (33,4%) adultos son inactivos. Asimismo, un 11,2% son activos.

Los contextos de transporte y laboral, muestran una mayor proporción de inactivos que los otros contextos (con un 49,1% y un 55% de inactivos, respectivamente). Además, 6 de cada 10 adultos (59,5%) indica que en su trabajo no existen medidas de promoción de la actividad física (como campañas de concientización o pausas activas).

Entre 2015 y 2024, se evidencia un aumento en la participación en organizaciones deportivas en la región, pasando 6,5% al 9,5%. Sin embargo, es 2018 se registró un 20,1% de participación, lo que implica que la medición de 2024 evidencia un retroceso relevante respecto a lo obtenido



en 2018. Además, en 2024, un 9,7% de los adultos indica que le gustaría participar en una organización deportiva.

Los adultos de la región señalan que, los deportes que se deberían promover son: el fútbol (14,6%), los deportes al aire libre (12,8%); la natación (9,7%), y el ciclismo (8,6%). Asimismo, los deportes más practicados son el ciclismo (21,6%), el fútbol (14,4%) y zumba (9,6%)

## ¿Dónde practican actividad física las personas adultas?

Un 57,9% de los adultos encuestados declara poseer espacios aptos para practicar actividad física a menos de 15 minutos (a pie) de su vivienda. Además, un 81% de los adultos que posee espacios aptos en sus entornos declara utilizarlos. Los principales motivos de por qué no se utilizan son la inseguridad o presencia de delincuencia (21,8%), y la falta de mantenimiento (14,9%). Por otra parte, los espacios más utilizados por adultos son plazas y parques (29,6%); canchas deportivas (17,9%); y ciclo vías (14,5%).

Detalles de la encuesta en <https://www.mindep.cl/actividades/noticias/2426>