



OTRI

Universidad Complutense de Madrid

OFICINA DE TRANSFERENCIA DE RESULTADOS DE INVESTIGACIÓN

Unidad de Información Científica y Divulgación de la Investigación

Los ingresos familiares influyen en la falta de actividad física de las niñas



Las niñas practican menos deporte que los niños en su tiempo libre, según revela un estudio dirigido por la Universidad Complutense de Madrid. Los ingresos y el nivel educativo del cabeza de familia son los factores más importantes que explican la desigualdad socioeconómica en la actividad física de niñas y niños respectivamente.



El ejercicio que hace un menor le beneficiará, por lo general, en su vida adulta. / [Harlanov](#).

Las diferencias sociales y económicas explican que unos menores practiquen más deportes que otros en su tiempo libre. Dentro de esta brecha, son los ingresos familiares y la educación del cabeza de familia los factores con más peso, según revela un estudio dirigido por la Universidad Complutense de Madrid (UCM) y en el que participa la Universidad Newcastle (Reino Unido).

Con datos recogidos de la [Encuesta Nacional de Salud 2011-2012](#), los investigadores analizaron los hábitos de los menores de entre cuatro y catorce años (2.460 niños y 2.219 niñas). Esta información la facilitaron sus padres o tutores en las entrevistas de la encuesta. Según el trabajo, ellas eran más inactivas que ellos: un 24,2% frente a un 16,8% no realizaba ningún ejercicio, al margen de las clases escolares de educación física.



OTRI

Universidad Complutense de Madrid

OFICINA DE TRANSFERENCIA DE RESULTADOS DE INVESTIGACIÓN

Unidad de Información Científica y Divulgación de la Investigación

“Hay más diferencias en el comportamiento de las niñas que en el de los niños en función de la renta que tengan sus padres”, destaca Rosa M. Urbanos, profesora del [departamento de Economía Aplicada VI](#) de la UCM y autora principal del estudio, publicado en *International Journal for Equity in Health*. Mayores ingresos favorecen que los menores puedan apuntarse a centros deportivos o a actividades extraescolares donde hagan ejercicio.

En el caso de los chicos, la educación del cabeza de familia influye más en la falta de actividad física. Tener un padre o una madre con estudios universitarios disminuye la probabilidad de ser un niño inactivo, puesto que suelen ser más conscientes de los beneficios del deporte en la salud de sus hijos.

En cuanto al lugar de residencia, vivir en una localidad pequeña (inferior a 10.000 habitantes) no influyó en la actividad física, pero sí la comunidad autónoma. En general, los menores de País Vasco y Madrid eran los que menos probabilidades tenían de ser inactivos, comparados con los residentes en Andalucía.

Las emociones afectan a las niñas

Los problemas emocionales también influyeron en la falta de ejercicio, pero solo en las niñas. “Les afecta negativamente tener problemas de tipo emocional, como sentirse infelices, inseguras de sí mismas o nerviosas ante nuevas situaciones. En cambio, ese factor no parece afectar a los niños”, compara Urbanos.

Las niñas nacidas fuera de España tendían a ser más inactivas que las españolas, algo que tampoco se da en los niños.

Los autores animan a las administraciones públicas a que utilicen esta información y diseñen políticas encaminadas a disminuir la brecha socioeconómica de los menores para disminuir así los niveles de inactividad y las desigualdades sociales que afectan a la salud.

“Es más probable que un menor que haga deporte en su tiempo libre, cuando sea adulto, practique algún tipo de actividad física también, lo que implica, por lo general, mejor salud, con un menor riesgo de obesidad o menores problemas cardiovasculares”, mantiene la investigadora.



Referencia bibliográfica: Gonzalo-Almorox E, Urbanos-Garrido RM. “Decomposing socio-economic inequalities in leisure-time physical inactivity: the case of Spanish children”, *International Journal for Equity Health* 15:106, julio 2016. [DOI: 10.1186/s12939-016-0394-9](#).