

En México niñas y mujeres adolescentes presentan niveles bajos de actividad física

Dan a conocer resultados de la Boleta de Calificaciones 2022 sobre actividad física en niñas, niños y adolescentes

Las niñas y mujeres adolescentes presentan niveles más bajos de actividad física y deporte que niños y hombres de la misma edad, lo que refleja una falla en la promoción de estilos de vida activos en ese sector de la población.

Este dato es parte de los resultados de la Boleta de Calificaciones Mexicana 2022 sobre actividad física en niñas, niños y adolescentes, cuya finalidad es evaluar el trabajo que México está haciendo para fomentar la actividad física en este sector poblacional; los datos fueron presentados en rueda de prensa esta mañana.

El jefe del Departamento de Ciencias del Movimiento Humano, Educación, Deporte, Recreación y Danza del [Centro Universitario de Ciencias de la Salud](#) [1] (CUCS), doctor Juan Ricardo López y Taylor, expresó que los resultados de la quinta edición de la boleta están basados en evidencia existente y buscan incentivar el desarrollo de políticas públicas.

“Faltan más políticas públicas en esta materia porque sí es un país con una normatividad y leyes que superan a muchos países, pero falta dinero para implementarlas, ese es el problema; hay programas estatales, nacionales y en las escuelas, pero falta dinero”, apuntó.

La profesora de la Universidad de Indiana Bloomington, de EUA y egresada de la [Universidad de Guadalajara](#) [2] (UdeG), doctora Karla Galaviz Arredondo, explicó que las niñas encuentran barreras como las reglas sociales que dictan cómo deben verse, moverse y jugar.

“Las niñas en México crecen escuchando que los deportes son para niños, que su cuerpo no debe verse musculoso, que sudar es sucio, que no deben moverse bruscamente, y que las niñas no juegan así. Estos mensajes y restricciones van ejerciendo influencia a lo largo de la vida y con el tiempo terminan por cerrar el camino del deporte y la actividad física a muchas niñas en el país”, compartió.

Dijo que para mejorar dichas oportunidades se puede comenzar con no limitar las actividades físicas de las niñas, dejar que se muevan sin restricción o regla alguna, tal y como lo hacemos con los niños; permitir que salgan a jugar, y no hacer distinciones entre juegos/deportes de niñas y juegos de niños.

Algunos otros resultados señalan que 15.4 por ciento de los niños de 10 a 14 años y 53.7 por ciento de los adolescentes de 15 a 19 años realizan por lo menos 60 minutos de actividad física de intensidad moderada a vigorosa al día.

“El 48.4 por ciento de los niños y niñas de 10 a 14 años reportan haber participado en algún deporte o actividad organizada en los últimos 12 meses, y 91 por ciento de ellos duermen por lo menos nueve horas al día; mientras que 65 por ciento de adolescentes entre 15 y 17 años duermen por lo menos ocho horas”, comentó.

En los resultados en materia de estrategias e inversiones de gobierno no se identificó un progreso considerable en el período gubernamental de 2013 a 2018 en torno a las políticas y programas destinados a promover la práctica de la actividad física en niñas, niños y adolescentes, y no se observan cambios sustanciales en el diseño de las políticas y programas actuales, ni se tiene información respecto a sus avances o progreso.

Compartieron que existen diversos programas de actividad física y deporte auspiciados por organizaciones civiles, pero no se cuenta con información adecuada para determinar su alcance e impacto. Muchas de las iniciativas incluyen opciones de participación virtual, lo que podría facilitar el acceso para quienes cuentan con internet. No se encontró información sobre los fondos e inversiones destinados al desarrollo e implementación de dichos programas.

Para conocer más sobre los resultados de la Boleta de calificaciones se puede ingresar a la página <https://www.boletamexicana.org> [3]

Atentamente

“Piensa y Trabaja”

“2023, Año del fomento a la formación integral con una Red de Centros y Sistemas Multitemáticos”

Guadalajara, Jalisco, 18 de enero de 2023

Texto: Laura Sepúlveda

Fotografía: Abraham Aréchiga

Etiquetas:

[Juan Ricardo López y Taylor](#) [4]

URL Fuente:

<https://comsoc.udg.mx/noticia/en-mexico-ninas-y-mujeres-adolescentes-presentan-niveles-bajos-de-actividad-fisica>

Links

[1] <http://www.cucs.udg.mx>

[2] <http://www.udg.mx>

[3] <https://www.boletamexicana.org>

[4] <https://comsoc.udg.mx/etiquetas/juan-ricardo-lopez-y-taylor>