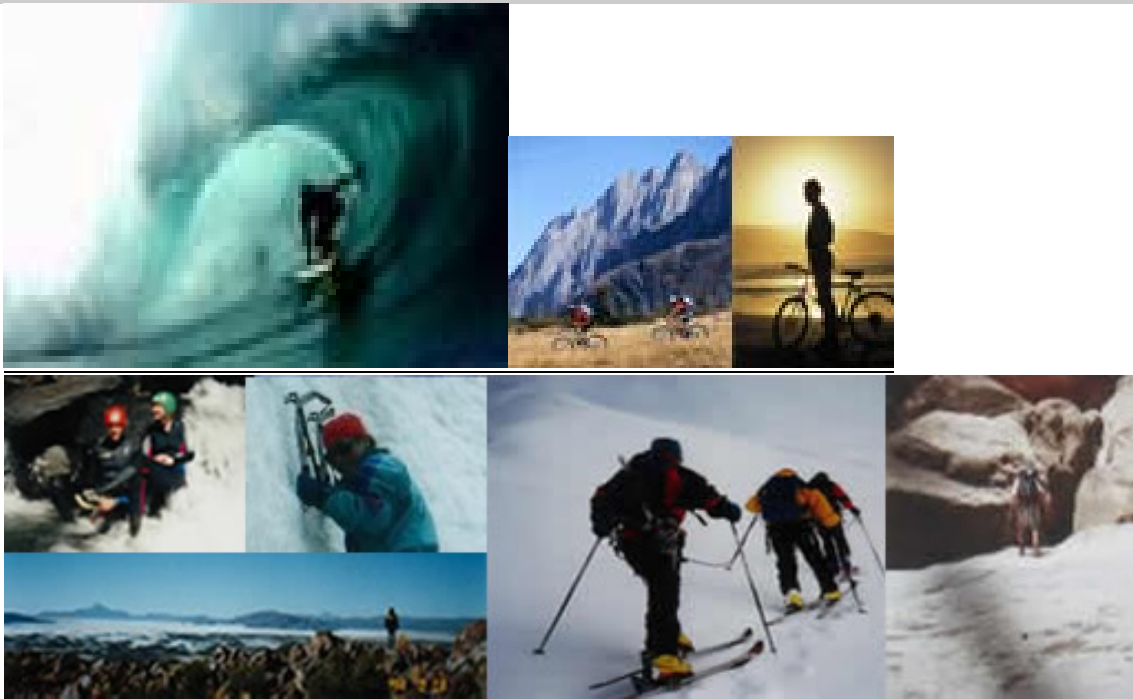


# DESCARGO TÉCNICO

## PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

### LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN LA POBLACIÓN ADULTA DE GIPUZKOA: HÁBITOS Y DATOS COMPARATIVOS



*DURACIÓN: 12 meses*

ISBN: 978-84-691-9851-3

*INVESTIGADORA PRINCIPAL:.  
ARRIBAS, S.*

*INVESTIGADORES:  
ARRUZA, J. A.  
GIL DE MONTES, L.*

## ÍNDICE

|   |  |
|---|--|
| Introducción general .....  |  |
| Contexto del estudio .....  |  |
| PARTE 1:<br>HÁBITOS DE PARTICIPACIÓN EN ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA EN LA<br>POBLACIÓN ADULTA DE GIPUZKOA                          |  |
| Introducción .....  |  |
| Método .....  |  |
| Resultados  |  |
| 1. Hábitos de la práctica de actividad física y deporte en la población Guipuzcoana mayor de 18 años .....                        |  |
| 1.1. Participación en actividad físico-deportiva  |  |
| 1.2. Modalidades de actividad física y deporte  |  |
| 1.3. Frecuencia de práctica   |  |
| 1.4. Intensidad de la práctica  |  |
| 1.5. Duración de la práctica  |  |
| 1.6. Regularidad de la práctica   |  |
| 1.6.1. Durante la semana  |  |
| 1.6.2. Durante el año   |  |
| 2. Características de la participación en actividad física y deporte de la población Guipuzcoana mayor de 18 años .....           |  |
| 2.1. Tipos de práctica  |  |
| 2.1.1. Práctica federada  |  |
| 2.1.2. Práctica organizada no federada  |  |
| 2.1.3. Práctica libre   |  |
| 2.2. Características de la práctica   |  |
| 2.2.1. Práctica guiada  |  |
| 2.2.2. Práctica informada y segura  |  |
| 2.3. Participación en competiciones   |  |
| 2.3.1. Tipo de competiciones  |  |
| 3. Historia anterior relacionada con la práctica de actividad física y deporte en la población Guipuzcoana mayor de 18 años ..... |  |
| 3.1. Deporte escolar  |  |
| 3.1.1. Participación en el deporte escolar  |  |
| 3.1.2. Participación en competiciones en deporte escolar  |  |
| 3.2. Práctica federada  |  |
| 4. Uso de infraestructura y gasto en la práctica de actividad física y deporte en la población Guipuzcoana mayor de 18 años ..... |  |
| 4.1. Lugar de práctica  |  |
| 4.2. Pago de instalaciones municipales o privadas   |  |
| 4.3. Otros gastos relacionados con la práctica  |  |

PARTE 2:  
PARTICIPACIÓN EN ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN LA POBLACIÓN ADULTA  
DE GIPUZKOA: DATOS COMPARATIVOS

Introducción .....

Método.....

Resultados

1. Participación en Gipuzkoa y comparación con otras regiones .....
2. Participación por género en Gipuzkoa y comparación con otras regiones.....
3. Participación por edad en Gipuzkoa y comparación con otras regiones.....

PARTE 3:  
VISIÓN GLOBAL Y CONCLUSIONES SOBRE LA PARTICIPACION EN ACTIVIDAD  
FISICA Y DEPORTE EN LA POBLACION ADULTA DE GIPUZKOA

1. Visión global
  - 1.1. Tendencias físico-deportivas en Gipuzkoa.....
  - 1.2. Tendencias físico-deportivas por sexo en Gipuzkoa .....
  - 1.3. Tendencias físico-deportivas a lo largo del ciclo vital en Gipuzkoa.....
  - 1.4. Comparación de la participación en Gipuzkoa con otras regiones.....
2. Conclusiones .....

BIBLIOGRAFÍA

ANEXO

## Introducción general

Lo que acontece en nuestro contexto social, pone de manifiesto que la práctica de actividad física y deporte (PAFYD) se está convirtiendo en un elemento central del estilo de vida de muchas personas (Torre, 2002). La mayoría de los ciudadanos, tanto si corren habitualmente por su cuenta o con un grupo de amigos, como si nadan o hacen montañismo, bici, o fútbol, de forma libre o asociada; si realizan cursos de aeróbic o mantenimiento, si escalan o hacen surf, se consideran deportistas.

En esta línea más moderna se sitúa la actual idea popular de deporte en la que, *la amplia mayoría considera que todas las actividades físicas son deporte y tan solo un grupo muy reducido se aferra a la vieja definición de deporte donde tan sólo se incluyen las prácticas y las actividades tradicionales de competición de corte federativo* (Contreras, De la Torre y Velásquez, 2001).

Consideramos interesante destacar que el deporte, no es sólo una actividad que “esta de moda” en las sociedades más acomodadas, sino que la investigación científica esta mostrando cada vez con más evidencia, los beneficios de la PAFYD realizada de forma equilibrada, y los riesgos de la inactividad para la salud y el bienestar de la población en general (Corbin y Pangrazi, 1996; Powell y cols., 1987; Sallis y Owen, 1999; Tittel e Israel, 1991, United States Department of Health and Human Services, 1996, Cantera y Devís, 2000).

Consideramos por tanto que una “radiografía” certera de lo que acontece en nuestro entorno más cercano, podría ayudarnos a mantener e impulsar este tipo de actividades, convirtiéndolas en parte del estilo de vida. Estos y otros factores que de forma más concreta iremos desarrollando a lo largo del texto son los que nos han impulsado a trabajar en esta línea.

## Contexto del estudio

El objetivo general de este informe es realizar un diagnóstico general de la participación en actividades físico-deportivas de la población Guipuzcoana adulta. Para conseguir este fin, se presentan los datos referentes a los hábitos de práctica de actividad física y deporte por un lado, y por otro, se presentan datos comparativos de la participación de la población guipuzcoana con otros países en base a un instrumento estandarizado. Así pues, como objetivos específicos de este informe cabe resaltar los siguientes:

- Describir la participación en actividades físico-deportivas de la población guipuzcoana adulta.
- Valorar la participación en actividades físico-deportivas en relación al género.
- Describir los hábitos de participación en actividades físico-deportivas a lo largo del ciclo vital.
- Valorar la participación en Gipuzkoa en comparación con otras regiones Europeas.
- Identificar los aspectos fuertes y las limitaciones de la política deportiva que se está llevando a cabo en Gipuzkoa.

En su redacción, este informe se ha estructurado en dos partes diferenciadas. En la primera parte se incide sobre la descripción de la participación en actividad físico-deportiva en Gipuzkoa. En la segunda parte del informe, se utiliza una medida de

participación deportiva estandarizada procedente del proyecto Europeo COMPASS (a project seeking the co-ordinated monitoring of participation in sports in Europe) que por primera vez ha sido utilizada en Gipuzkoa.

PARTE 1:  
HÁBITOS DE PARTICIPACIÓN EN  
ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN LA  
POBLACION ADULTA DE GIPUZKOA

## Introducción

El estudio que se presenta a continuación es un primer paso en el diagnóstico de la participación en la actividad físico-deportiva en Gipuzkoa, así como el análisis de la evolución de diferentes aspectos relacionados con dicha práctica.

En esta primera parte del estudio se hace referencia a los hábitos de participación en actividades físico-deportivas en Gipuzkoa. La organización de actividades físico-deportivas para la población adulta en Gipuzkoa depende en principio de diferentes entidades bien sean públicas o privadas, asociaciones, clubes... pero no se ha de olvidar a todas y todos aquellos guipuzcoanos que de forma privada y/o libre desarrollan su PAFYD.

Los objetivos propuestos para esta primera parte del informe son los siguientes:

- Recabar datos cuantitativos sobre la participación en actividades físicas y deportivas de la población Guipuzcoana adulta. Entre estos datos cuantitativos se describen las modalidades deportivas de preferencia, la frecuencia de la práctica, la intensidad de la misma...
- Describir los aspectos cualitativos de la práctica de actividades físico-deportivas en relación con aspectos como la participación en federaciones, la competición, así como otros aspectos relacionados con la organización del deporte.
- Describir los lugares en que se da la práctica deportiva.
- Estudiar la participación que durante su infancia tuvo en el deporte escolar la población Guipuzcoana adulta.
- Identificar las previsibles diferencias de género que pudiesen darse en la práctica deportiva.
- Examinar el cambio que se da en la práctica deportiva desde la vida adulta hasta la vejez.

## Método

*Muestra.* 1008 personas de Gipuzkoa de 18 años en adelante participaron en este estudio. La técnica de muestreo fue aleatoria y estratificada por tamaño de hábitat, desproporcional por comarca y cuotas de edad y sexo. Con un nivel de confianza del 95%, el error muestral para el total de la muestra se sitúa en  $\pm 3,1\%$ . Por Comarcas, a excepción de la comarca de Donostialdea cuyo nivel de error se sitúa en el  $\pm 6,0\%$ , el error se sitúa en niveles inferiores al  $\pm 8,5\%$ . Por sexo, el margen de error corresponde a un  $\pm 4,5\%$ . Por intervalos de edad, los niveles de error oscilan entre el  $\pm 8,3\%$  del intervalo de edad más joven y el  $\pm 5,9\%$  del resto de los intervalos de edad.

Dicha muestra está compuesta por 504 varones y 504 mujeres. Por intervalos de edad, se dispone de 144 encuestados entre 18 y 24 años; 288 personas encuestadas entre 25 y 44 años; 288 de 45 a 64 años y 288 mayores de 65 años. Por comarcas, la muestra se distribuye de la siguiente forma: 210 encuestas fueron recogidas en Bajo Bidasoa-Oiartzualdea, 210 en Alto y Bajo Deba, 280 en Donostialdea, 168 en Goierri-Tolosaldea y 140 en Urola Kosta.

*Material.* La recogida de datos fue realizada mediante una encuesta. Uno de los criterios más importantes para recoger los datos es tener una definición clara de lo que se considera actividad deportiva. En nuestro caso, utilizamos como base la definición consensuada por el proyecto Europeo COMPASS:

‘Entendemos por actividad físico-deportiva toda aquella actividad física que se da mediante la participación organizada o libre, y que tiene como objetivo expresar o mejorar la forma física y mental, *divertirse en su tiempo libre*, crear nuevas relaciones u obtener resultados competitivos’.

Una vez presentada la definición, el encuestador pasaba a formular la siguiente cuestión: ‘¿Practica o ha practicado durante los últimos 12 meses alguna actividad físico-deportiva?. No importa que sea muy poco frecuente’.

A continuación, se les preguntó qué actividad habían practicado con mayor frecuencia durante el último año. También se les dio la opción de mencionar otras cuatro actividades de este tipo que hubiesen practicado en el último año. Para facilitar la identificación de las actividades, se les presentó una tarjeta con 51 actividades físico-deportivas diferentes (entre las cuales se incluía caminar más de 10 minutos).

La encuesta original consideraba como practicante a toda persona que realizase cualquiera de las actividades que aparecen en la lista (incluyendo caminar más de 10 minutos). Debido a que la participación en actividades físico-deportivas no quedaba discriminada puesto que casi todas las personas (en torno al 97%) han caminado al menos una vez durante el último año durante más de 10 minutos, se tomó la decisión de incluir como practicante a aquellas personas que habían caminado más de 45 minutos durante el último año y categorizar como no practicante a personas que no practican actividad físico-deportiva alguna o que hubieran caminado menos de 45 minutos durante el último año. Además de esta pequeña adecuación, las modalidades físico-deportivas que se incluyeron en la tarjeta son las siguientes:

|                                      |  |                        |
|--------------------------------------|--|------------------------|
| Aeróbicos, gimnasia de mantenimiento | Escalada   | Pelota/ frontón        |
| Ajedrez                              | Esgrima  | Piragüismo             |
| Atletismo                            | Fútbol/ fútbol 8                                   | Remo                   |
| Badminton                            | Fútbol sala/ futbito                               | Rugby                  |
| Bailes                               | Gimnasia deportiva (potro, anillas, barra fija...) | Squash                 |
| Baloncesto                           | Gimnasia rítmica                                   | Submarinismo           |
| Balonmano                            | Musculación  | Surf                   |
| Béisbol                              | Herri kirolak                                      | Tenis                  |
| Boxeo                                | Hockey sobre hielo                                 | Tenis mesa (ping pong) |
| Caminar (más de 45 min.)             | Hockey sobre hierba                                | Tiro                   |
| Footing, jogging                     | Judo   | Trialsin               |
| Caza y pesca                         | Kárate/ taekwondo/ lucha                           | Triatlon               |
| Ciclismo, bicicleta, mountain bike   | Mini voley   | Vela/ Navegación       |
| Danza                                | Montañismo/ senderismo                             | Voleibol               |
| Deportes aventura                    | Natación   | Waterpolo              |
| Deportes de invierno (nieve)         | Pádel  | Windsurf               |
|                                      | Patínaje sobre hielo                               | Yoga/ Tai-chi          |
|                                      | Patínaje sobre ruedas                              | Otros                  |

En ‘otros’ se incluyeron modalidades como la capoeira, hípica, natación sincronizada... Su frecuencia era notablemente escasa.

Por cada actividad mencionada (cinco como máximo), a los encuestados se les solicitó que mencionasen con qué frecuencia habían practicado la actividad. Se les dio cuatro opciones para responder esta pregunta por cada modalidad practicada:



- Menos de 1 vez al mes/ 1-11 veces por año
- De 1 vez al mes a 1 vez por semana/ 12-59 veces por año
- 2 veces a la semana/ 60-119 veces por año
- Más de 2 veces a la semana/ 120 veces o más por año

*Procedimiento.* La recogida de datos fue realizada casa por casa por encuestadores formados siguiendo el procedimiento de rutas aleatorias.

*Estructura de los resultados.* Esta primera parte del informe denominada “HÁBITOS DE PARTICIPACIÓN EN ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA DE LA POBLACIÓN ADULTA DE GIPUZKOA” consta de cuatro secciones diferenciadas:

1. HÁBITOS DE PRACTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN LA POBLACIÓN GUIPUZCOANA MAYOR DE 18 AÑOS, hace referencia a los hábitos de actividades físico-deportivas en la población Guipuzcoana adulta.
2. CARACTERÍSTICAS DE LA PARTICIPACIÓN EN ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE DE LA POBLACIÓN GUIPUZCOANA MAYOR DE 18 AÑOS, relacionada con aspectos cualitativos y organizativos de la práctica deportiva.
3. HISTORIA ANTERIOR RELACIONADA CON LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN LA POBLACIÓN GUIPUZCOANA MAYOR DE 18 AÑOS. En esta sección se comenta el historial de práctica de deporte en edad escolar de los adultos encuestados.
4. USO DE INFRAESTRUCTURA Y GASTO EN LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN LA POBLACIÓN GUIPUZCOANA MAYOR DE 18 AÑOS en referencia al uso de infraestructura y al gasto anual que se invierte en la práctica deportiva.

## Resultados

### 1. HÁBITOS DE PRACTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN LA POBLACIÓN GUIPUZCOANA MAYOR DE 18 AÑOS.

#### 1.1. Participación en actividad físico-deportiva

La primera pregunta que se realizó a los encuestados fue si habían practicado algún tipo de actividad físico-deportiva durante el último año. Cabe señalar que la definición de actividad físico-deportiva fue planteada en los términos más generales, de forma que incluía la actividad de caminar durante más de 10 minutos. Además, se subrayaba a los encuestados que no importaba la frecuencia con la que se había practicado la actividad. Así pues, en términos generales, los resultados indican que un 96,8% de la población practica o ha practicado durante el último año al menos una actividad en una ocasión (ver Tabla 1).

La distribución de la participación en función del género muestra que las cifras son similares en el caso de hombres y mujeres, llegando a un 95,7% de participación masculina y a un 97,8% de participación femenina. Según los datos, los índices de participación general tampoco difieren de forma importante con la edad, superando la participación del 95% en cada intervalo de edad.

Tabla 1. ¿Practica o ha practicado durante los últimos 12 meses alguna actividad físico-deportiva?. No importa que sea muy poco frecuente

|       | En General | Por Sexo |         | Por Edad        |                 |                 |               |
|-------|------------|----------|---------|-----------------|-----------------|-----------------|---------------|
|       |            | Hombres  | Mujeres | De 18 a 24 años | De 25 a 44 años | De 45 a 64 años | 65 ó más años |
| Si    | 96,8       | 95,7     | 97,8    | 97,5            | 95,9            | 98,5            | 95,5          |
| No    | 3,2        | 4,3      | 2,2     | 2,5             | 4,1             | 1,5             | 4,5           |
| Total | 100        | 100      | 100     | 100             | 100             | 100             | 100           |

#### 1.1. Modalidades de actividad física y deporte

Para examinar la participación en cada modalidad de actividad físico-deportiva, se consideró practicantes a aquellas personas que caminaban más de 45 minutos y/o practicaban otros tipos de actividad. Así pues, se podrían considerar practicantes a personas que como mínimo caminaron durante el último año una única vez durante más de 45 minutos, y como máximo a personas que practican más de dos veces a la semana 5 modalidades deportivas. Se definió a los no practicantes y a los practicantes del siguiente modo:

**Practicantes:** Personas que caminan más de 45 minutos y/o realizan otras actividades físico-deportivas.

**No practicantes:** Personas que no practican actividad físico-deportiva alguna o únicamente caminan menos de 45 minutos.

La clasificación de participación en función de las nuevas categorías creadas arrojaron resultados más acordes con concepciones más restrictivas de la actividad físico-

deportiva (ver Tabla 2). En efecto, un 85,5 % de la población Guipuzcoana mayor de 18 años respondió que practicaba al menos una actividad físico-deportiva.

La distribución de los practicantes en función del sexo da a entender que la participación es ligeramente mayor en el caso de los hombres, que llegan a un 89% de participación que en el caso de las mujeres, quienes llegan a un 82,2% de participación. En cuanto a la distribución por intervalos de edad, la participación llega a un 80%, aunque el mayor porcentaje de participación se da antes de los 24 años (88,7%) y entre los 45 y 64 años (89,5%), y una relativamente menor participación de 25 a 44 años (84,8%) y después de los 64 años (79,9%).

Tabla 2. Practicantes y no practicantes

|                        | En General  | Por Sexo   |             | Por Edad        |                 |                 |               |
|------------------------|-------------|------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------|---------------|
|                        |             | Hombres    | Mujeres     | De 18 a 24 años | De 25 a 44 años | De 45 a 64 años | 65 ó más años |
| <b>Practicantes</b>    | <b>85,5</b> | <b>89</b>  | <b>82,2</b> | <b>88,7</b>     | <b>84,8</b>     | <b>89,5</b>     | <b>79,9</b>   |
| <b>No practicantes</b> | <b>14,5</b> | <b>11</b>  | <b>17,8</b> | <b>11,3</b>     | <b>15,2</b>     | <b>10,5</b>     | <b>20,1</b>   |
| <b>Total</b>           | <b>100</b>  | <b>100</b> | <b>100</b>  | <b>100</b>      | <b>100</b>      | <b>100</b>      | <b>100</b>    |

A continuación se presenta el índice de participación de la población Guipuzcoana adulta en cada una de las modalidades físico-deportivas mencionadas. Ante estos resultados cabe aclarar ciertas cuestiones. En primer lugar, cada encuestado tuvo la oportunidad de mencionar cinco actividades físico-deportivas que hubiese practicado durante el último año (independientemente de en cuántas ocasiones lo hubiese hecho). Esta es la razón por la cual el sumatorio de los porcentajes sobrepasa el 100%. En segundo lugar, los resultados se refieren a la sección muestral que como mínimo ha caminado más de 45 minutos, y como máximo practica cinco modalidades deportivas. Esta es la razón por la cual los porcentajes parten de 864 participantes. Por último, los encuestados fueron estimulados a contestar mediante la presentación de una tarjeta que incluía 51 modalidades diferentes de actividades físico-deportivas.

Una vez aclaradas estas cuestiones, no sorprende que un 76,8% de los participantes Guipuzcoanos adultos declara que caminó más de 45 minutos durante el último año al menos en una ocasión (ver Tabla 3). Las siguientes modalidades más practicadas por los Guipuzcoanos durante el último año son la natación (18,1% la practican), bicicleta en sus diferentes acepciones (15,6%), montañismo (10,5%) y gimnasia de tipo aeróbica (9,9%). En una categoría de participación ligeramente menor, puede señalarse la participación en modalidades como footing (6,8%), fútbol (4,4%) y pelota (3,5%). Además, en torno a un 2% o 3% de los practicantes Guipuzcoanos mencionan practicar deportes de invierno (2,9%), bailes (2,1%) y actividades como yoga o tai-chi (2,1%).

Tabla 3. Participación en cada modalidad físico-deportiva\*

|  |      |
|--|------|
| Caminar (más de 45 min.)                           | 76,8 |
| Natación   | 18,1 |
| Ciclismo, bicicleta, mountain bike                 | 15,6 |
| Montañismo/ senderismo                             | 10,5 |
| Aeróbicos, gimnasia de mantenimiento               | 9,9  |
| Footing, jogging                                   | 6,8  |
| Fútbol/ fútbol 7                                   | 4,4  |
| Pelota/ frontón                                    | 3,5  |
| Deportes de invierno (nieve)                       | 2,9  |
| Bailes   | 2,1  |
| Yoga/ Tai-chi                                      | 2,1  |
| Atletismo  | 1,8  |
| Musculación  | 1,7  |
| Caza y pesca                                       | 1,5  |
| Fútbol sala/ futbito                               | 1,3  |
| Gimnasia deportiva (potro, anillas, barra fija...) | 1,1  |
| Surf   | 0,8  |
| Baloncesto   | 0,7  |
| Danza  | 0,7  |
| Kárate/ Taekwondo/ Lucha                           | 0,7  |
| Patinaje sobre ruedas                              | 0,7  |
| Remo   | 0,7  |
| Balonmano  | 0,6  |
| Pádel  | 0,5  |
| Submarinismo                                       | 0,5  |
| Squash   | 0,4  |
| Tenis  | 0,4  |
| Escalada   | 0,3  |
| Gimnasia rítmica                                   | 0,3  |
| Tiro   | 0,3  |
| Voleibol   | 0,3  |
| Otros  | 0,3  |
| Ajedrez  | 0,2  |
| Deportes aventura                                  | 0,2  |
| Herri kirolak                                      | 0,2  |
| Piragüismo   | 0,2  |
| Tenis mesa (ping pong)                             | 0,2  |
| Vela/ Navegación                                   | 0,2  |
| Waterpolo  | 0,2  |
| Capoeira   | 0,2  |
| Béisbol  | 0,1  |
| Boxeo  | 0,1  |
| Patinaje sobre hielo                               | 0,1  |

\*Cada practicante podía mencionar hasta cinco actividades físico-deportivas

En la siguiente tabla se muestra la distribución de la participación en cada modalidad distribuida por género. En la tabla 4 aparecen ordenadas por orden de preferencia para hombres y mujeres las diferentes modalidades de actividad física y deporte hasta llegar al 2% de participación. Así pues, puede observarse que en el caso de hombres y

mujeres es la actividad de caminar más de 45 minutos la más frecuente, aunque la practica un mayor porcentaje de mujeres (87,1%) que hombres (66,8%). Las siguientes actividades preferentes masculinas son el ciclismo en todas sus vertientes (21,3%), la natación (17,3%), el montañismo (15,1%) y el footing (10,4%). Sin embargo, en el caso de las mujeres, las modalidades preferidas son la natación (18,9%), los ejercicios aeróbicos o gimnasia (14,5%) y el ciclismo (9,8%).

Tabla 4. Participación en cada modalidad físico-deportiva por género\*

| Modalidades preferentes masculinas   |      | Modalidades preferentes femeninas                  |      |
|--------------------------------------|------|--|------|
| Caminar (más de 45 min.)             | 66,8 | Caminar (más de 45 min.)                           | 87,1 |
| Ciclismo, bicicleta, mountain bike   | 21,3 | Natación   | 18,9 |
| Natación                             | 17,3 | Aeróbicos, gimnasia de mantenimiento               | 14,5 |
| Montañismo/ senderismo               | 15,1 | Ciclismo, bicicleta, mountain bike                 | 9,8  |
| Footing, jogging                     | 10,4 | Montañismo/ senderismo                             | 5,8  |
| Fútbol/ fútbol 8                     | 7,8  | Bailes   | 4,2  |
| Pelota/ frontón                      | 6    | Yoga/ Tai-chi                                      | 4    |
| Aeróbicos, gimnasia de mantenimiento | 5,4  | Footing, jogging                                   | 3,1  |
| Deportes de invierno (nieve)         | 5    | Fútbol/ fútbol 8                                   | 0,9  |
| Musculación                          | 2,9  | Atletismo  | 0,9  |
| Caza y pesca                         | 2,8  | Pelota/ frontón                                    | 0,8  |
| Atletismo                            | 2,7  | Deportes de invierno (nieve)                       | 0,8  |
| Fútbol sala/ futbito                 | 2,3  | Gimnasia deportiva (potro, anillas, barra fija...) | 0,8  |

\*Cada practicante podía mencionar hasta cinco actividades físico-deportivas

Se observan diferencias mayores al analizar la práctica de diferentes modalidades en función de la edad. En las siguientes tablas (Tablas 5 y 6) se presentan los porcentajes de práctica de cada modalidad en orden de preferencia según cada intervalo de edad hasta porcentajes de un 2%. A primera vista, se observa que la práctica más frecuente es caminar más de 45 minutos. Sin embargo, los porcentajes de practicantes que caminan se hacen mayores a medida que la edad avanza. Así pues, de tener una preferencia de un 39,4% antes de los 24 años, pasa a ser preferente en un 67% de los 25 a los 44 años, llega a una práctica del 89% en la población de entre los 45 y 64 años y a partir de los 65 el porcentaje asciende a un 95,4%.

El cambio de participación más importante en función de la edad se da en la práctica del fútbol. Los jóvenes de hasta 24 años practican fútbol de forma preferente (un 23% de los practicantes), y se reduce en el intervalo de edad de 25 a 44 años drásticamente a un 5,8%, desapareciendo entre las preferentes en los intervalos de edad posteriores.

Las modalidades que se mantienen o aumentan en su preferencia en función de la edad son fundamentalmente la natación, el ciclismo, el montañismo, los aeróbicos, y en menor medida el footing. Así pues, la preferencia por la natación casi se duplica porcentualmente desde la franja de edad de antes de los 24 años al intervalo de edad de 24-44 años (de 13% a 24%), disminuyendo parcialmente a partir de los 45 años,

aunque superando los más jóvenes , 18-24 años (17,1% y 11,2% a partir de los 65 años). Los porcentajes de participación en ciclismo se mantienen relativamente con un ligero descenso en todos los intervalos de edad (un 21,5% de los más jóvenes, 19,8%, 13,6% y después de los 65 años un 8,5%). El montañismo es otra actividad que la practican en mayor medida las personas de entre 25 y 64 años (12,5% en comparación con los más jóvenes que los practican en un 8,8% y los mayores de 65 años, que los practican un 4,7%). La práctica del footing sin embargo, parece ser preferente hasta los 45 años (13,9% entre los más jóvenes y 10,8 hasta los 44 años) reduciéndose a un 4,4% a partir de los 45 años. La gimnasia aeróbica y de mantenimiento por último, parece ser preferente en torno a un 11% hasta los 64 años, reduciéndose su participación a partir de esta edad.

Tabla 5. Participación en cada modalidad físico-deportiva en los dos primeros intervalos de edad\*

| Modalidades preferentes de 18 a 24 años            |      | Modalidades preferentes de 25 a 44 años |      |
|--|------|---|------|
| Caminar (más de 45 min.)                           | 39,4 | Caminar (más de 45 min.)                | 67,2 |
| Fútbol/ fútbol 8                                   | 23   | Natación                                | 24   |
| Ciclismo, bicicleta, mountain bike                 | 21,5 | Ciclismo, bicicleta, mountain bike      | 19,8 |
| Footing, jogging                                   | 13,9 | Montañismo/ senderismo                  | 12,5 |
| Natación   | 13   | Aeróbicos, gimnasia de mantenimiento    | 11,7 |
| Aeróbicos, gimnasia de mantenimiento               | 11,2 | Footing, jogging                        | 10,8 |
| Montañismo/ senderismo                             | 8,8  | Fútbol/ fútbol 8                        | 5,8  |
| Pelota/ frontón                                    | 8,3  | Pelota/ frontón                         | 4,9  |
| Musculación  | 8,2  | Deportes de invierno (nieve)            | 4,5  |
| Baloncesto   | 6,2  | Atletismo                               | 3,8  |
| Balonmano  | 4,8  | Fútbol sala/ futbito                    | 2,5  |
| Deportes de invierno (nieve)                       | 4,8  | Bailes                                  | 1,7  |
| Kárate/ Taekwondo/ Lucha                           | 4,1  | Caza y pesca                            | 1,6  |
| Fútbol sala/ futbito                               | 3,6  | Musculación                             | 1,6  |
| Gimnasia deportiva (potro, anillas, barra fija...) | 3    | Yoga/ Tai-chi                           | 1,6  |
| Danza  | 2,9  | Patínaje sobre ruedas                   | 1,5  |
| Bailes   | 2,4  | Surf                                    | 1,5  |
| Escalada   | 2,1  | Pádel                                   | 1,4  |

\*Cada practicante podía mencionar hasta cinco actividades físico-deportivas

Tabla 6. Participación en cada modalidad físico-deportiva en los dos últimos intervalos de edad\*

| Modalidades preferentes de 45 a 64 años |      | Modalidades preferentes 65 ó más años |      |
|---|------|---------------------------------------|------|
| Caminar (más de 45 min.)                | 86,9 | Caminar (más de 45 min.)              | 95,4 |
| Natación                                | 17,1 | Natación                              | 11,2 |
| Ciclismo, bicicleta, mountain bike      | 13,6 | Ciclismo, bicicleta, mountain bike    | 8,5  |
| Montañismo/ senderismo                  | 12,5 | Aeróbicos, gimnasia de mantenimiento  | 5,8  |
| Aeróbicos, gimnasia de mantenimiento    | 10,1 | Montañismo/ senderismo                | 4,7  |
| Footing, jogging                        | 4,4  | Yoga/ Tai-chi                         | 3,2  |

|                              |     |  |     |
|------------------------------|-----|--|-----|
| Bailes                       | 3,1 | Caza y pesca                                       | 1,8 |
| Yoga/ Tai-chi                | 2,6 | Gimnasia deportiva (potro, anillas, barra fija...) | 1,8 |
| Deportes de invierno (nieve) | 2,4 | Pelota/ frontón                                    | 1,2 |

\*Cada practicante podía mencionar hasta cinco actividades físico-deportivas

Otro de los aspectos que se aborda en este informe son los índices de participación en cada una de las modalidades físico-deportivas. Nos referimos al porcentaje de participación en la modalidad más frecuente (Tabla 7). Dado que a cada practicante se le solicitaba mencionar la actividad que realizaba de manera más frecuente, el total de porcentajes en la siguiente tabla suman 100. Así pues, los resultados muestran que la actividad que se realiza de forma más frecuente es caminar más de 45 minutos, y lo realiza un 62,4% de los practicantes. La natación (8,4%), los aeróbicos/ gimnasia de mantenimiento (5,5%) y bicicleta (5,3%) son las actividades que se realizan de forma más frecuente después de caminar. En torno a un 3% de los practicantes mencionan como actividades más frecuentes el footing (3,1%), el fútbol (3,1%) y el montañismo (2,8%). Las siguientes actividades mencionadas como más frecuentes son pelota (1,1%) y atletismo (1%).

*Tabla 7. Participación en la actividad físico-deportiva más frecuente*

|   |      |
|---|------|
| Caminar (más de 45 min.)                      | 62,4 |
| Natación                                      | 8,4  |
| Aeróbicos, gimnasia de mantenimiento          | 5,5  |
| Ciclismo, bicicleta, mountain bike            | 5,3  |
| Footing, jogging                              | 3,1  |
| Fútbol/ fútbol 7                              | 3,1  |
| Montañismo/ senderismo                        | 2,8  |
| Pelota/ frontón                               | 1,1  |
| Atletismo                                     | 1    |
| Fútbol sala/ futrito                          | 0,8  |
| Musculación                                   | 0,8  |
| Yoga/ Tai-chi                                 | 0,8  |
| Kárate/ Taekwondo/ Lucha                      | 0,7  |
| Balonmano                                     | 0,5  |
| Surf  | 0,5  |
| Bailes  | 0,4  |
| Baloncesto                                    | 0,4  |
| Deportes de invierno (nieve)                  | 0,4  |
| Caza y pesca                                  | 0,3  |
| Danza   | 0,3  |
| Gimnasia deportiva (potro, anillas, barra...) | 0,3  |
| Gimnasia rítmica                              | 0,2  |
| Pádel   | 0,2  |
| Remo  | 0,2  |
| Otros   | 0,2  |
| Escalada                                      | 0,1  |
| Patinaje sobre ruedas                         | 0,1  |
| Tenis mesa (ping pong)                        | 0,1  |
| Tiro  | 0,1  |
| Total   | 100  |

## 1.2. Frecuencia de práctica

En esta sección del informe se da información sobre la frecuencia anual con la que se practica una o más actividades físico-deportivas.

Los resultados muestran que un 77,5% de los practicantes realizan la actividad que mencionan como más frecuente más de dos veces a la semana (ver Tabla 8). Un 14,2% de los practicantes mencionan que practican su actividad físico-deportiva más frecuente dos veces a la semana. Según los datos, un menor número de personas mencionan practicar su actividad más frecuente de una vez al mes a una vez por semana (7,2%) y menos de una vez al mes (1,2%).

Si atendemos a este dato según el sexo de las y los encuestados vemos que las mujeres practicantes realizan su actividad preferente de forma más frecuente que los hombres. Así pues, un mayor porcentaje de mujeres practicantes realiza su actividad más de dos veces a la semana (80,9% de mujeres y 74,1% de hombres). Un porcentaje menor, pero similar de hombres y mujeres practican su actividad dos veces a la semana (14,9% de hombres y 13,4% de mujeres), y porcentualmente más hombres que mujeres practican su actividad de forma menos frecuente.

En cuanto a la frecuencia de práctica en función de la edad, se puede observar que son las personas de más de 65 años las que practican en un mayor porcentaje las actividades de forma más frecuente (un 91,8%), seguidos por el intervalo de edad de 45-65 años (82%) y en un porcentaje sensiblemente menor las personas menores de 45 años (69,9% en la franja 25-44 y 60,9% en la franja 18-25). La preferencia por practicar la actividad más frecuente menos de dos veces a la semana invierte los porcentajes, de forma que los menores de 24 años parecen ser los que practican la actividad con menor frecuencia, seguidos de los practicantes de 25-44 años y de los de la franja 45-65. Así pues, los practicantes de 18-24 años practican en mayor medida la actividad dos veces a la semana (22,8%) y de una vez al mes a una vez a la semana (14,6%) en comparación con las otras franjas de edad. En definitiva, los resultados muestran que los practicantes de todas las edades en Gipuzkoa realizan sus actividades preferentemente más de dos veces a la semana. Además, en la medida que la edad aumenta, los practicantes tienden a realizar su actividad físico-deportiva con una mayor frecuencia.



Tabla 8. Frecuencia de práctica en la actividad realizada un mayor número de veces

|   | En General  | Por Sexo    |             | Por Edad        |                 |                 |               |
|---|-------------|-------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------|---------------|
|   |             | Hombres     | Mujeres     | De 18 a 24 años | De 25 a 44 años | De 45 a 64 años | 65 ó más años |
| <b>Menos de 1 vez al mes</b>              | <b>1,8</b>  | <b>1,5</b>  | <b>0,9</b>  | <b>1,8</b>      | <b>1,9</b>      | <b>0,6</b>      | <b>0,5</b>    |
| <b>De 1 vez al mes a 1 vez por semana</b> | <b>14,6</b> | <b>9,5</b>  | <b>4,8</b>  | <b>14,6</b>     | <b>9,1</b>      | <b>6,5</b>      | <b>1,4</b>    |
| <b>2 veces a la semana</b>                | <b>22,8</b> | <b>14,9</b> | <b>13,4</b> | <b>22,8</b>     | <b>19,2</b>     | <b>10,8</b>     | <b>6,4</b>    |
| <b>Más de 2 veces a la semana</b>         | <b>60,9</b> | <b>74,1</b> | <b>80,9</b> | <b>60,9</b>     | <b>69,9</b>     | <b>82</b>       | <b>91,8</b>   |
| <b>Total</b>                              | <b>100</b>  | <b>100</b>  | <b>100</b>  | <b>100</b>      | <b>100</b>      | <b>100</b>      | <b>100</b>    |

Los resultados que se presentan a continuación muestran el porcentaje de practicantes que realizan las actividades con diferente frecuencia. Así pues, un 81,4% de los practicantes de una o más modalidades las realizan más de dos veces a la semana; un 24,4% las realizan con una asiduidad de dos veces a la semana; un 22,9% las practica de una vez al mes a una vez por semana y únicamente un 8,8% las practica menos de una vez al mes (ver Tabla 9).

Tabla 9. Preferencia por la frecuencia de práctica de actividades físico-deportivas\*

|   | Practicantes | No practicantes |
|---|--------------|-----------------|
| <b>Menos de 1 vez al mes</b>              | <b>8,8</b>   | <b>91,2</b>     |
| <b>De 1 vez al mes a 1 vez por semana</b> | <b>22,9</b>  | <b>77,1</b>     |
| <b>2 veces a la semana</b>                | <b>24,4</b>  | <b>75,6</b>     |
| <b>Más de 2 veces a la semana</b>         | <b>81,4</b>  | <b>18,6</b>     |

\*Cada practicante podía mencionar hasta cinco actividades físico-deportivas

### 1.3. Intensidad de la práctica

A continuación, se presentan resultados relacionados con la intensidad con que se ha dado la práctica. A los encuestados se les dieron tres opciones para contestar a la pregunta sobre la intensidad o esfuerzo con que practican su actividad más frecuente. La pregunta es obviamente muy subjetiva, por ello se plantea en relación a correlatos físicos (si se puede realizar la actividad durante una hora o más sin cansarse, si la actividad hace aumentar el nivel de respiración y latido de corazón, o se realiza la actividad al casi máximo esfuerzo y produce fatiga).

Una primera aproximación a los resultados muestra que un 68,7% de los practicantes mencionan poder, un 28,9% de forma moderada (la actividad hace aumentar su nivel de respiración y latido de corazón), y un 2,4% de forma muy intensa dado que realizan la actividad al casi máximo esfuerzo y les produce fatiga (ver Tabla 10).

En cuanto a la distribución del nivel de intensidad de la práctica físico-deportiva en función del sexo, se puede observar que son los hombres los que realizan sus actividades con relativamente mayor intensidad o esfuerzo. Así pues, un 2,7% de los

hombres practicantes realizan sus actividades al máximo esfuerzo (y un 2,1% de las mujeres practicantes). Un 31% de los hombres y un 26,7% de las mujeres practicantes realizan sus actividades con una intensidad moderada. La mayoría de mujeres y hombres practicante sin embargo, realizan su actividad de forma ligera (66,2% de hombres y 71,2% de mujeres).

Más ilustrativas son las diferencias de intensidad de la práctica en función de la edad. Así pues, los resultados muestran de forma bastante clara que en la medida que la edad avanza, menor es el esfuerzo o intensidad que se invierte en las actividades. De forma bastante clara, puede observarse que el porcentaje de practicantes que realiza su actividad de forma ligera va aumentando en función de la edad, de un 57% en la primera franja de edad (18-24 años), aumenta el porcentaje progresivamente en las dos siguientes franjas de edad (62,4% y 73,1%), hasta llegar en la franja mayor de 65 años a un 78,3% de practicantes con una intensidad ligera. El porcentaje de practicantes de actividades con una intensidad moderada también se reduce con la edad, aunque es bastante importante el descenso que se da de la franja de 25-44 años (34%) a la franja de 45-64 años (25,9%). Parece ser que es a partir de los 45 años sobre todo cuando los practicantes optan por realizar su PAFYD de forma menos intensa. Por último, el porcentaje de práctica de mayor intensidad parece darse hasta los 24 años (6,5%). Este porcentaje va reduciéndose de forma sistemática con la edad.

Tabla 10. ¿Con qué intensidad o esfuerzo ha practicado la actividad físico-deportiva que más frecuentemente realiza?

|                         | En General  | Por Sexo    |             | Por Edad        |                 |                 |               |
|-------------------------|-------------|-------------|-------------|-----------------|-----------------|-----------------|---------------|
|                         |             | Hombres     | Mujeres     | De 18 a 24 años | De 25 a 44 años | De 45 a 64 años | 65 ó más años |
| <b>Baja intensidad</b>  | <b>68,7</b> | <b>66,2</b> | <b>71,2</b> | <b>57</b>       | <b>62,4</b>     | <b>73,1</b>     | <b>78,3</b>   |
| <b>Intensidad media</b> | <b>28,9</b> | <b>31</b>   | <b>26,7</b> | <b>36,5</b>     | <b>34</b>       | <b>25,9</b>     | <b>21</b>     |
| <b>Alta intensidad</b>  | <b>2,4</b>  | <b>2,7</b>  | <b>2,1</b>  | <b>6,5</b>      | <b>3,6</b>      | <b>0,9</b>      | <b>0,7</b>    |
| <b>Total</b>            | <b>100</b>  | <b>100</b>  | <b>100</b>  | <b>100</b>      | <b>100</b>      | <b>100</b>      | <b>100</b>    |

#### 1.4. Duración de la práctica

Además de la intensidad o esfuerzo que los practicantes invierten en sus actividades, otra característica de la actividad físico-deportiva que da información sobre los aspectos cuantitativos de la misma es la duración en minutos de dichas actividades. Así pues, en términos generales, los resultados muestran que el 63% de los practicantes Guipuzcoanos mencionan practicar su actividad preferente durante más de una hora (ver Tabla 11). Un 27,1% tiende a realizarla de 45 a 60 minutos, y únicamente un porcentaje mínimo (9,8%) practica su actividad durante menos de 45 minutos.

Los resultados sobre la preferencia de duración de la actividad en función del sexo muestran que relativamente un mayor porcentaje de hombres practicantes realiza su actividad durante más de una hora (69% de hombres y 56,8% de mujeres), mientras que un mayor porcentaje de mujeres practicantes realiza su práctica de 45 a 60

minutos (32,5% de las mujeres y 21,9% de los hombres). En definitiva, según los datos los hombres invierten un mayor tiempo en la práctica de actividades físico-deportivas.

En referencia a la distribución del tiempo de práctica en función de la edad, puede observarse que la franja de edad en que más personas practican su actividad durante más de una hora es la de 18 a 24 años (70,4%). Los que practican la actividad durante menos tiempo parece ser los que tienen de 25 a 44 años (55,4% practican más de una hora). A partir de los 45, los practicantes Guipuzcoanos vuelven a invertir una mayor parte de su tiempo en sus actividades físico-deportivas (practican más de una hora en la franja 45-64 un 66,1% y en los mayores de 65 años un porcentaje de 68,4%).

Tabla 11. ¿Cuál es la duración de la actividad físico-deportiva que más frecuentemente practica?

|                    | En General | Por Sexo |         | Por Edad        |                 |                 |               |
|--------------------|------------|----------|---------|-----------------|-----------------|-----------------|---------------|
|                    |            | Hombres  | Mujeres | De 18 a 24 años | De 25 a 44 años | De 45 a 64 años | 65 ó más años |
| De 5 a 15 minutos  | 0,6        | 0,2      | 1       | 0               | 0,9             | 0,6             | 0,5           |
| De 15 a 30 minutos | 5,2        | 5,3      | 5,1     | 3,5             | 8,6             | 4,3             | 1,4           |
| De 30 a 45 minutos | 4          | 3,5      | 4,6     | 4               | 5,8             | 2,8             | 2,8           |
| De 45 a 60 minutos | 27,1       | 21,9     | 32,5    | 22,1            | 29,3            | 26,3            | 26,9          |
| Más de 1 hora      | 63         | 69       | 56,8    | 70,4            | 55,4            | 66,1            | 68,4          |
| Total              | 100        | 100      | 100     | 100             | 100             | 100             | 100           |

## 1.5. Regularidad en la práctica

### 1.5.1. Durante la semana

Un indicador importante del índice de práctica de actividades físico-deportivas es la regularidad con que se realizan las actividades para lo que tenemos en cuenta los días de la semana en los que tiene lugar dicha práctica. Los resultados genéricos sobre la regularidad de participación durante los días de la semana, muestran que la mayoría de los practicantes (un 63,7%) realizan sus actividades de forma indiferenciada durante cualquier día de la semana (ver Tabla 12). Un 27,3% de los practicantes las realizan sin embargo sólo durante los días de entre semana, y únicamente un 9% sólo los fines de semana.

La distribución de la práctica de actividades físico-deportivas durante la semana en función del sexo proporciona información sobre la complementariedad de estas actividades con otras como laborales, familiares... Los resultados referentes a este análisis muestran que la mayoría de hombres y mujeres practican sus actividades de forma indistinta durante la semana (un 66,8% de los practicantes y un 60,5% de las practicantes). Una relativa diferencia se da en la preferencia por realizar la actividad sólo en los días entre semana en el caso de las mujeres (35,3%) con respecto a los hombres (19,6%). Por último, únicamente un 4,2% de las mujeres mencionan practicar sus actividades sólo el fin de semana (frente a un 13,6% de los hombres).

Los estilos de vida que se tienen en las diferentes edades del ciclo vital también influyen en la regularidad con que se da la práctica durante los días de la semana. Los

resultados obtenidos así lo muestran. La práctica de actividades de forma indistinta parece darse en mayor medida en función del avance de la edad. Así, en la franja 18-24 años un 47,9% practica de forma indistinta en cualquier día de la semana, en la franja de 25-44 un 57,6%, en la franja 45-64 un 67,2% y de los mayores de 65, en un 76,6%. La preferencia que tienen los Guipuzcoanos practicantes por realizar sus actividades de forma exclusiva durante los días de la semana o el fin de semana va reduciéndose con la edad.

Tabla 12. ¿En qué días de la semana practica usted las actividades que realiza?

|                   |                 | Hombre            | Mujer           |
|-------------------|-----------------|-------------------|-----------------|
| Días entre semana | 27,3            |                   |                 |
| Fines de semana   | 9               |                   |                 |
| Indistintamente   | 63,7            |                   |                 |
| Total             | 100             |                   |                 |
|                   |                 | Días entre semana | 19,6            |
|                   |                 | Fines de semana   | 35,3            |
|                   |                 | Indistintamente   | 13,6            |
|                   |                 | Total             | 4,2             |
|                   |                 |                   | 66,8            |
|                   |                 |                   | 60,5            |
|                   |                 |                   | 100             |
|                   |                 |                   | 100             |
|                   | De 18 a 24 años | De 25 a 44 años   | De 45 a 64 años |
|                   |                 |                   | 65 ó más años   |
| Días entre semana | 37,3            | 29,3              | 25,5            |
| Fines de semana   | 14,8            | 13,2              | 7,2             |
| Indistintamente   | 47,9            | 57,6              | 67,2            |
| Total             | 100             | 100               | 100             |
|                   |                 |                   | 76,6            |
|                   |                 |                   | 100             |

### 1.5.2. Durante el año

Otro indicador de la regularidad con que se practican las actividades físico-deportivas es la época del año en que se realizan es decir, tanto durante el periodo vacacional como durante el no-vacacional. En este caso, la regularidad con que se da la práctica también depende del estilo de vida de los Guipuzcoanos practicantes. Llama la atención el alto porcentaje, un 84,5% de los Guipuzcoanos que realiza sus actividades físico-deportivas de forma indistinta (ver Tabla 13). Sin embargo, observamos que el 13,9% realiza su PAFYD exclusivamente en periodo no-vacacional (abandonando en vacaciones), y quienes dedican tiempo para la práctica de actividades físico-deportivas únicamente durante el periodo vacacional son tan solo el 1,6%.

La regularidad en la época del año no parece variar de forma importante en función del sexo. Las diferencias entre las preferencias por realizar actividades en vacaciones o no parecen ser bastante marginales, tal como puede observarse en la tabla.

Una vez más, los estilos de vida que se desarrollan en las diferentes etapas del ciclo vital sí parecen ser determinantes en la preferencia por la regularidad de la práctica. Así pues, el porcentaje de practicantes que realizan su actividad de forma indistinta va aumentando con la edad (un 73,6% en la franja 18-24, un 81,9% entre los 25-44, un 85,1% entre los 45-64 y un 93,3% a partir de los 65 años). Sin embargo, la práctica exclusiva en el periodo no-vacacional (y su subsiguiente abandono en vacaciones) va disminuyendo con la edad (un 25,6% en la franja 18-24, un 15,9% en la 25-44, un 13,9% de 45-64 años y un 4,9% a partir de los 65).

Tabla 13. ¿En qué época del año realiza las actividades?

|                       |      |                 |                 |                 |               |       |
|-----------------------|------|-----------------|-----------------|-----------------|---------------|-------|
| Periodo no-vacacional | 13,9 |                 |                 |                 | Hombre        | Mujer |
| Periodo vacacional    | 1,6  |                 |                 |                 | 11,2          | 16,7  |
| Indistintamente       | 84,5 |                 |                 |                 | 1,8           | 1,4   |
| Total                 | 100  |                 |                 |                 | 87            | 81,9  |
|                       |      |                 |                 |                 | 100           | 100   |
|                       |      |                 |                 |                 |               |       |
|                       |      | De 18 a 24 años | De 25 a 44 años | De 45 a 64 años | 65 ó más años |       |
| Periodo no-vacacional | 25,6 | 15,9            | 13,9            | 4,9             |               |       |
| Periodo vacacional    | 0,8  | 2,2             | 1,1             | 1,7             |               |       |
| Indistintamente       | 73,6 | 81,9            | 85,1            | 93,3            |               |       |
| Total                 | 100  | 100             | 100             | 100             |               |       |

## 2. CARACTERÍSTICAS DE LA PARTICIPACIÓN EN ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE DE LA POBLACIÓN GUIPUZCOANA MAYOR DE 18 AÑOS.

### 2.1. Tipo de práctica

#### 2.1.1. Práctica federada

De los 864 encuestados que han sido categorizados como practicantes, un 8,7% menciona que ha estado federado/a o ha pertenecido a algún club deportivo en el último año (ver Tabla 14). El ratio por hombres y mujeres, indica que han estado federados un 13,6% de los hombres y un 3,7% de las mujeres que mencionaron practicar alguna modalidad físico-deportiva. En cuanto a la distribución de la práctica federada por edad, los resultados muestran que el mayor porcentaje de federados se encuentra en la franja 18-24, que este porcentaje se reduce a menos de un 10% de los 25 a los 65 años y que a partir de los 65 años sólo menciona estar federado un 2% de los practicantes.

Tabla 14. ¿En el último año ha estado federado/a o ha pertenecido a algún club deportivo?

|       |      |                 |                 |                 |               |
|-------|------|-----------------|-----------------|-----------------|---------------|
| Sí    | 8,7  |                 |                 |                 |               |
| No    | 91,3 |                 |                 |                 |               |
| Total | 100  |                 |                 |                 |               |
|       |      | Hombre          | Mujer           |                 |               |
| Sí    |      | 13,6            | 3,7             |                 |               |
| No    |      | 86,4            | 96,3            |                 |               |
| Total |      | 100             | 100             |                 |               |
|       |      | De 18 a 24 años | De 25 a 44 años | De 45 a 64 años | 65 ó más años |
| Sí    | 27,5 | 9,6             | 6,5             | 2               |               |
| No    | 72,5 | 90,4            | 93,5            | 98              |               |
| Total | 100  | 100             | 100             | 100             |               |

A la hora de referirse al tipo de federaciones en que han obtenido licencias los encuestados, debe señalarse que de los 864 practicantes, únicamente se cuenta con 78 encuestados que mencionaron estar en dicha situación. Así pues, tal como puede observarse en la Tabla 15, de los encuestados que dijeron haber practicado alguna actividad físico-deportiva durante el último año, el mayor número de federados se encontró en montañismo (2,2%) y fútbol (1,8%). Las siguientes federaciones más mencionadas fueron la de caza y pesca (0,9%), ciclismo (0,8%), natación (0,7%), kárate (0,6%) y fútbol sala (0,4%). Por debajo cabe destacar la presencia de federaciones como la de Atletismo, Baloncesto, Balonmano entre otras... con 0,3% de guipuzcoanos que dicen haber realizado durante el último año práctica deportiva con licencia federativa.

Tabla 15. ¿Durante el último año, qué deporte(s) ha practicado como federado/a o miembro de club(es)?

|                                    |     |
|------------------------------------|-----|
| Montañismo/ senderismo             | 2,2 |
| Fútbol/ fútbol 7                   | 1,8 |
| Caza y pesca                       | 0,9 |
| Ciclismo, bicicleta, mountain bike | 0,8 |
| Natación                           | 0,7 |
| Kárate/ Taekwondo/ Lucha           | 0,6 |
| Fútbol sala/ futbito               | 0,4 |

|                                      |     |
|--------------------------------------|-----|
| Atletismo                            | 0,3 |
| Baloncesto                           | 0,3 |
| Balonmano                            | 0,3 |
| Deportes de invierno                 | 0,3 |
| Surf                                 | 0,3 |
| Tiro                                 | 0,3 |
| Aeróbicos, gimnasia de mantenimiento | 0,2 |
| Danza                                | 0,2 |
| Waterpolo                            | 0,2 |
| Ajedrez                              | 0,1 |
| Béisbol                              | 0,1 |
| Escalada                             | 0,1 |
| Pelota/ frontón                      | 0,1 |
| Submarinismo                         | 0,1 |

### 2.1.2. Práctica organizada no federada

Al margen de la práctica deportiva organizada por las federaciones y para la que es indispensable estar en posesión de licencia federativa, existe gran número de personas que también realiza práctica físico-deportiva. Si esa práctica es organizada por alguna entidad o grupo (cursos, torneos, carreras, y otro tipo de eventos) la denominamos “práctica organizada no federada”. Así pues, un 9% de los practicantes mencionan haber realizado este tipo de práctica (ver Tabla 16). Este porcentaje se traduce en un 12,6% sobre el total de hombres practicantes y en un 5,2% sobre el total de mujeres practicantes. Como es previsible, la práctica organizada no federada se va reduciendo en la medida que avanza la edad, de forma que hasta los 24 años se da en un porcentaje importante (18,4%), de 25 a 44 años en un porcentaje algo menor (12,4%), de 45 a 64 años todavía menos (7,2%) y es relativamente inexistente a partir de los 65 años (1,1%).

Tabla 16. ¿En el último año ha realizado actividad físico-deportiva organizada pero no federada como cursillos, torneos, carreras populares?

|       |      | Hombre          |                 | Mujer           |               |
|-------|------|-----------------|-----------------|-----------------|---------------|
| Sí    | 9    | 12,6            | 5,2             |                 |               |
| No    | 91   | 87,4            | 94,8            |                 |               |
| Total | 100  | 100             | 100             |                 |               |
|       |      | Hombre          |                 | Mujer           |               |
|       |      | De 18 a 24 años | De 25 a 44 años | De 45 a 64 años | 65 ó más años |
| Sí    | 18,4 | 12,4            | 7,2             | 1,1             |               |
| No    | 81,6 | 87,6            | 92,8            | 98,9            |               |
| Total | 100  | 100             | 100             | 100             |               |

### 2.1.3. Práctica libre

Otro tipo de participación que puede darse entre practicantes de actividades físico-deportiva es la práctica libre, es decir, la realizada de forma autónoma, sin la intervención de ningún gestor ni intermediario.

Según los datos con que se cuentan, un 87% de los practicantes Guipuzcoanos menciona practicar actividades físico-deportivas por su cuenta (ver Tabla 17). La diferencia por sexos es marginal, representando un 88,9% de los hombres

practicantes y un 85% de las mujeres practicantes. La edad tampoco parece ser una variable que discrimine de forma importante el índice práctica libre. Así pues, se podría decir que este tipo de práctica aumenta ligeramente en la medida que avanza la edad. Hasta los 24 años se menciona que se practica en un 80,9%, de 24 a 44 años en un 86,5% y a partir de los 45 entorno a un 88%.

Tabla 17. ¿Y ha realizado actividad físico-deportiva por su cuenta, es decir, por libre?

| Sí    | 87              | Hombre          | Mujer           |
|-------|-----------------|-----------------|-----------------|
| No    | 13              | Sí              | 88,9            |
| Total | 100             | No              | 11,1            |
|       |                 | Total           | 100             |
|       |                 |                 |                 |
|       | De 18 a 24 años | De 25 a 44 años | De 45 a 64 años |
| Sí    | 80,9            | 86,5            | 88,5            |
| No    | 19,1            | 13,5            | 11,5            |
| Total | 100             | 100             | 100             |
|       |                 |                 | 65 ó más años   |
|       |                 |                 | 88,3            |
|       |                 |                 | 11,7            |
|       |                 |                 | 100             |

## 2.2. Características de la práctica

### 2.2.1. Práctica guiada

La práctica de la actividad físico-deportiva será diferente en función de si se realiza de forma guiada o tutorizada por un monitor, entrenador o similar, o si se realiza de forma totalmente autónoma. Según los datos, únicamente el 16,1% de los practicantes de Gipuzkoa practican su actividad bajo la tutela de monitores; un 0,5% menciona que en ocasiones si que realizan su actividad con monitores (ver Tabla 18). Los porcentajes de práctica guiada parecen distribuirse de forma diferente en función del sexo, de forma que mientras que entre los hombres el 10,4% realizan su práctica físico-deportiva de forma guiada, el porcentaje de mujeres practicantes que lo hace de esta forma es del 21,9%. La edad también discrimina de forma importante la preferencia por la práctica guiada, en el sentido de que la práctica guiada es menos común en la medida que la edad avanza. De ser moderadamente común hasta los 24 años (37,8%), se reduce de forma notable en la franja 25-44 años (a un 19,9%), se va reduciendo en la franja 45-64 años (a 11,4%) y es infrecuente a partir de los 65 (6,3%).

Tabla 18. ¿Las actividades físico-deportivas que ha practicado en el último año han estado guiadas por un/a monitor/a, entrenador/a o similar?

| Sí           | 16,1            | Hombre          | Mujer           |
|--------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| No           | 83,4            | Sí              | 10,4            |
| En ocasiones | 0,5             | No              | 89,4            |
| Total        | 100             | En ocasiones    | 0,2             |
|              |                 | Total           | 100             |
|              |                 |                 |                 |
|              | De 18 a 24 años | De 25 a 44 años | De 45 a 64 años |
| Sí           | 37,8            | 19,9            | 11,4            |
| No           | 61,7            | 79,5            | 88,3            |
| En ocasiones | 0,6             | 0,6             | 0,3             |
| Total        | 100             | 100             | 100             |
|              |                 |                 | 65 ó más años   |
|              |                 |                 | 6,3             |
|              |                 |                 | 93              |
|              |                 |                 | 0,7             |
|              |                 |                 | 100             |



### 2.2.2. Práctica informada y segura

Como comentábamos en la introducción de este trabajo, cada vez hay más evidencia científica de los beneficios que aporta la práctica moderada y constante de actividad físico-deportiva y su relación directa con el desarrollo de una vida saludable. Es por ello que en el cuestionario que se utilizó se solicitó información sobre la calidad de la práctica físico-deportiva que realizan. Tal como se muestra a continuación en la Tabla 19, el 35,9% de los practicantes de actividades físico-deportivas guipuzcoanas comunicó que había recibido al menos alguna vez información sobre cómo realizar sus actividades de forma saludable y segura. Los porcentajes por género indican diferencias menores, de forma que de los hombres practicantes un 34,1% menciona haber recibido este tipo de información, mientras que de las mujeres practicantes lo afirma un 37,8%. En cuanto a la distribución de esta respuesta en las diferentes franjas de edad, se puede observar que el porcentaje de practicantes que reciben la información va reduciéndose a medida que la edad avanza. Así pues, si antes de los 24 años un 57,8% de practicantes menciona haber recibido este tipo de información, entre los 25 y 64 años el porcentaje de practicantes que dice haberla recibido se reduce a en torno a un 36%, mientras que tras los 65 años desciende a un 25,2%.

Tabla 19. ¿Ha recibido información alguna vez sobre el modo de realizar la actividad físico-deportiva de una forma saludable y segura?

|       |                 |                 |                 |               |
|-------|-----------------|-----------------|-----------------|---------------|
| Sí    | 35,9            |                 |                 |               |
| No    | 64,1            |                 |                 |               |
| Total | 100             |                 |                 |               |
|       |                 | Hombre          | Mujer           |               |
| Sí    |                 | 34,1            | 37,8            |               |
| No    |                 | 65,9            | 62,2            |               |
| Total |                 | 100             | 100             |               |
|       | De 18 a 24 años | De 25 a 44 años | De 45 a 64 años | 65 ó más años |
| Sí    | 57,8            | 35              | 37,3            | 25,2          |
| No    | 42,2            | 65              | 62,7            | 74,8          |
| Total | 100             | 100             | 100             | 100           |

A las personas encuestadas que contestaron haber recibido algún tipo de información sobre cómo practicar las actividades físico-deportivas de una forma saludable y segura, se les preguntó además, en qué lugar habían recibido esa información. Los resultados muestran que un 7,1% de los practicantes recibieron la información en el servicio de salud, un 6,6% en el patronato municipal de deportes, un 5,3% en clubes deportivos y un 5% en gimnasios (ver Tabla 20).

Tabla 20. ¿Dónde se le ha facilitado esta información?\*

|                                      |      |
|--------------------------------------|------|
| En el Servicio de Deportes (DFG)     | 1,8  |
| En el Patronato Municipal            | 6,6  |
| En una Federación                    | 1,4  |
| En un Club Deportivo                 | 5,3  |
| En Gimnasios                         | 5    |
| En el Servicio de salud (médicos...) | 7,1  |
| Otros                                | 6,4  |
| Perdidos                             | 64,1 |

\*No suman 100 porque son variables dicotómicas

Ante la cuestión de si desearían recibir información (de no haberla recibido) o si desearía recibir más información (de haberla recibido previamente), los resultados muestran que un 23,2% de practicantes desea recibir información en este aspecto, mientras que un 70,1% no siente necesidad alguna (ver Tabla 21). Una vez más, parece que no existen diferencias en los perfiles de respuesta dados en función del sexo. Sin embargo, sí existen diferencias relacionadas con la edad.; así pues, los mayores porcentajes de personas que mencionan el deseo de recibir información son aquellos que cuentan con menos de 44 años (un 29,5% entre 18-24 y un 31,2% entre 25-44 años). El porcentaje de respuestas afirmativas se reduce a un 23,10% entre las personas de 45-64 años y aún más en las personas mayores de 65 años (10,4%).

Tabla 21. ¿Le gustaría recibir (más) información sobre el modo de realizar la actividad físico-deportiva de una forma saludable y segura?

|          |      | Hombre    | Mujer |
|----------|------|-----------|-------|
| Sí       | 23,2 |           |       |
| No       | 70,1 | Sí 23,3   | 24,5  |
| Ns/Nc    | 3,6  | No 72,9   | 71,9  |
| Perdidos | 3,2  | Ns/Nc 3,8 | 3,6   |
|          |      | Total 100 | 100   |

|       | De 18 a 24 años | De 25 a 44 años | De 45 a 64 años | 65 ó más años |
|-------|-----------------|-----------------|-----------------|---------------|
| Sí    | 29,50           | 31,20           | 23,10           | 10,40         |
| No    | 66,70           | 65,50           | 73,40           | 85,00         |
| Ns/Nc | 3,80            | 3,30            | 3,50            | 4,60          |
| Total | 100,00          | 100,00          | 100,00          | 100,00        |

### 2.3. Participación en competición

En cuanto a la calidad de la práctica físico-deportiva, y haciendo referencia al carácter competitivo de la participación, los resultados que aparecen en la Tabla 22 muestran que de los practicantes, un 8,4% participa en competiciones.

Tabla 22. ¿En los últimos 12 meses, ha participado en algún tipo de competición?

|       |      |
|-------|------|
| Sí    | 8,4  |
| No    | 91,6 |
| Total | 100  |

Tal como puede observarse en la Tabla 23, los guipuzcoanos que participan en competiciones lo suelen hacer al amparo de alguna federación o club, un 2,1%, y por su cuenta, un 6,3% que participa en competiciones.

Tabla 23. ¿En qué tipo de competición? Indique cuántas veces en los últimos 12 meses

|                                      |      |
|--------------------------------------|------|
| Organizada por federaciones o clubes | 2,1  |
| Por su cuenta                        | 6,3  |
| Perdidos                             | 91,6 |

### 3. HISTORIA ANTERIOR RELACIONADA CON LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN LA POBLACIÓN GUIPUZCOANA MAYOR DE 18 AÑOS

#### 3.1. Deporte escolar

##### 3.1.1. Participación en el deporte escolar

Una primera pregunta sobre la historia de los practicantes relacionada con la práctica de actividades físico-deportivas reveló que un 45,6% de los practicantes guipuzcoanos mayores de 18 años respondió de forma afirmativa a la pregunta de si había participado alguna vez en deporte escolar, definido como la práctica realizada en horario extra-escolar y hasta los 16 años. Un 53,7% mencionó no haberlo realizado (ver Tabla 24).

La distribución de la participación en deporte escolar en función del género muestra que son los hombres quienes han participado en deporte escolar en mayor medida. Así pues, del total de hombres practicantes, un 57,7% mencionó haber realizado deporte escolar, mientras que del total de mujeres practicantes, únicamente un 34,8% contestó afirmativamente.

La distribución de la participación en el deporte escolar en función de la edad también arroja resultados interesantes. Así pues, el porcentaje de participación en el deporte escolar disminuye a medida que la edad avanza. Un 80,1% de los jóvenes menores de 25 años mencionan haber practicado deporte escolar, frente a un 70% de las personas de 25-44 años. El porcentaje de participación se reduce drásticamente a partir de los 45 años hasta los 64, de quienes un 32% menciona haberlo practicado. Por último, únicamente un 9,9% de los practicantes mayores de 65 años dicen haber realizado deporte escolar de algún tipo.

Tabla 24. ¿Participó alguna vez en deporte escolar (en horario extra-escolar), hasta los 16 años?

|          |      |                 |                 |                 |               |
|----------|------|-----------------|-----------------|-----------------|---------------|
| Sí       | 45,6 |                 |                 |                 |               |
| No       | 53,7 |                 |                 |                 |               |
| Perdidos | 0,7  |                 |                 |                 |               |
|          |      | Hombre          | Mujer           |                 |               |
|          |      | Sí              | 57,7            | 34,8            |               |
|          |      | No              | 42,3            | 65,2            |               |
|          |      | Total           | 100             | 100             |               |
|          |      |                 |                 |                 |               |
|          |      | De 18 a 24 años | De 25 a 44 años | De 45 a 64 años | 65 ó más años |
| Sí       | 80,1 | 70              | 32              | 9,9             |               |
| No       | 19,9 | 30              | 68              | 90,1            |               |
| Total    | 100  | 100             | 100             | 100             |               |

Si nos fijamos en el número de años que practicaron deporte escolar aquellos encuestados que afirmaron haberlo practicado antes de los 16, los resultados muestran que un 21,8% de los practicantes mencionó haber practicado deporte escolar de 6-10 años, un 13% de los practicantes mencionó haberlo realizado de 4-6 años, y un 10% de 1 a 4 años (ver Tabla 25).

La distribución de los años de participación en el deporte escolar en función del sexo muestra que los hombres practicaron durante un mayor intervalo de tiempo el deporte escolar. Así pues, un 53,9% de los hombres y un 40,5% de las mujeres participantes en el deporte escolar lo realizaron de 6 a 10 años. Sin embargo, un mayor porcentaje de mujeres que de hombres mencionó haber practicado deporte escolar de 1 a 4 años (31,2% de mujeres frente a 16,6% de hombres).

La distribución de los años de participación según la edad de los participantes revela resultados más homogéneos, aunque puede observarse que la participación más duradera (de 6 a 10 años) es más común en la franja de edad más joven (53,3%). La duración media (de 4 a 6 años) se da en un porcentaje mayor a partir de los 45 años, mientras que la duración menor, que presenta porcentajes menores se da en mayor medida hasta los 44 años.

Tabla 25. ¿Durante cuántos años?

|                    |      |                 |                    |                 |               |
|--------------------|------|-----------------|--------------------|-----------------|---------------|
| De 1 a 4 años      | 10,3 |                 |                    |                 |               |
| De 4 años a 6 años | 13,2 |                 |                    |                 |               |
| De 6 a 10 años     | 22,3 |                 |                    |                 |               |
| Perdidos           | 54,3 |                 |                    |                 |               |
|                    |      |                 | Hombre             | Mujer           |               |
|                    |      |                 | De 1 a 4 años      | 16,6            | 31,2          |
|                    |      |                 | De 4 años a 6 años | 29,5            | 28,3          |
|                    |      |                 | De 6 a 10 años     | 53,9            | 40,5          |
|                    |      |                 | Total              | 100             | 100           |
|                    |      | De 18 a 24 años | De 25 a 44 años    | De 45 a 64 años | 65 ó más años |
| De 1 a 4 años      | 22,2 | 25,8            | 15,1               | 13,8            |               |
| De 4 años a 6 años | 24,4 | 25,6            | 39,2               | 38,3            |               |
| De 6 a 10 años     | 53,3 | 48,6            | 45,7               | 47,9            |               |
| Total              | 100  | 100             | 100                | 100             |               |

### 3.1.2. Participación en competiciones en deporte escolar

Un 36,9% de los practicantes Guipuzcoanos mayores de 18 años afirma haber participado en competiciones organizadas en el deporte escolar, mientras que únicamente un 8,1% dice no haber participado (ver Tabla 26).

Si se observa la distribución de la práctica competitiva del deporte escolar en función del sexo, se puede apreciar que los hombres participaron en mayor medida que las mujeres en las competiciones. De los hombres que mencionan haber participado en el deporte escolar, un 86,6% dice haber participado en competiciones, mientras que en el caso de las mujeres un porcentaje menor comenta haber competido (71,7%).

En cuanto a la distribución de la práctica competitiva del deporte escolar según los intervalos de edad, puede observarse que la participación en competiciones es más frecuente para las personas más jóvenes. Un 87,9% de los jóvenes de 18-24 años que han practicado deporte escolar dicen haber participado en competiciones. Este porcentaje es similar para la franja de edad de 25-44 años (84,2%). Los datos muestran que la práctica competitiva en el deporte escolar ha sido menor para aquellas personas mayores de 45 años, aunque también parece relevante (69,9% en la franja 45-64 años y 66,9% para la franja de más de 65 años).

Tabla 26. ¿Participó en competiciones organizadas en el deporte escolar?

|              |                 | Hombre          | Mujer           |               |
|--------------|-----------------|-----------------|-----------------|---------------|
| Sí           | 36,9            | 86,6            | 71,7            |               |
| No           | 8,1             | 11,9            | 27              |               |
| Ns/Nc        | 0,6             | 1,4             | 1,2             |               |
| Perdidos     | 54,4            | 100             | 100             |               |
| <b>Total</b> |                 |                 |                 |               |
|              | De 18 a 24 años | De 25 a 44 años | De 45 a 64 años | 65 ó más años |
| Sí           | 87,9            | 84,2            | 69,9            | 66,9          |
| No           | 11,4            | 14,7            | 27,3            | 33,1          |
| Ns/Nc        | 0,6             | 1,1             | 2,8             | 0             |
| Total        | 100             | 100             | 100             | 100           |

### 3.2. Práctica federada

Son reveladores los datos que apuntan al historial de práctica federativa anterior a los 16 años que pueden observarse en la Tabla 27. Según los resultados obtenidos, un 22,7% de los practicantes guipuzcoanos dice haber estado federado antes de los 16 años, y un 68,2% menciona no haber estado federado.

Del total de hombres practicantes, un 38,9% dice haber estado federado antes de los 16 años. Entre las mujeres, el 11,3% realizó práctica federada.

Es ilustrativo también el resultado del cruce de tablas de historial de práctica federada por edad. Como puede observarse en la siguiente tabla, en torno a un 40% de los menores de 44 años mencionan haber estado federados antes de los 16 años (47,6% antes de los 24 y 41,9% de 25 a 44 años). De 45 a 64 años los practicantes que han realizado práctica federada se reducen a un 15,4%, y a partir de los 65 años sólo existe un 1,9% de personas que ha realizado práctica federada.

Tabla 27. ¿Estuvo federado/a o perteneció a algún club deportivo antes de los 16 años?

|              |                 | Hombre          | Mujer           |               |
|--------------|-----------------|-----------------|-----------------|---------------|
| Sí           | 22,7            | 38,9            | 11,3            |               |
| No           | 68,2            | 60,8            | 88,3            |               |
| Ns/Nc        | 0,3             | 0,4             | 0,4             |               |
| Perdidos     | 8,8             | 100             | 100             |               |
| <b>Total</b> |                 |                 |                 |               |
|              | De 18 a 24 años | De 25 a 44 años | De 45 a 64 años | 65 ó más años |
| Sí           | 47,6            | 41,9            | 15,4            | 1,9           |
| No           | 51,4            | 57,6            | 84,4            | 98,1          |
| Ns/Nc        | 1               | 0,5             | 0,3             | 0             |
| Total        | 100             | 100             | 100             | 100           |

Una última cuestión sobre el historial de la práctica federada es su duración (ver Tabla 28). Del total de practicantes federados, un 8,2% menciona haber estado federado de 3 a 6 años, y un 7,4% dice haber estado federado durante menos de tres años y más de seis años.

*Tabla 28. ¿Durante cuántos años?*

|                     |      |
|---------------------|------|
| Tres años o menos   | 7,4  |
| De tres a seis años | 8,2  |
| Más de seis años    | 7,4  |
| Perdidos            | 76,9 |

#### 4. USO DE INFRAESTRUCTURA Y GASTO EN LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN LA POBLACIÓN GUIPUZCOANA MAYOR DE 18 AÑOS

##### 4.1. Lugar de práctica

A un nivel de organización de la práctica, se plantea la cuestión de en qué lugar se realiza la misma. Los datos de los practicantes identificados en la muestra obtenida indican que un 87,2% de los practicantes realizan sus actividades en lugares públicos, como parques, calle, monte, playa.... Un 33,4% realiza sus actividades en instalaciones municipales, un 13,3% en casa, un 8,1% en instalaciones privadas y un 2,6% en instalaciones de trabajo o centros de estudios (ver Tabla 29).

*Tabla 29. ¿Dónde ha practicado las actividades físico-deportivas durante el último año?*

|  |      |
|--|------|
| Instalaciones municipales                          | 33,4 |
| Instalaciones privadas                             | 8,1  |
| Instalaciones en el trabajo/centro de estudios     | 2,6  |
| Lugares públicos (parques, calle, monte, playa...) | 87,2 |
| En casa  | 13,3 |
| Otros  | 0,1  |

En cuanto a la distribución de las preferencias por el lugar de práctica en función de las diferentes comarcas Guipuzcoanas, en la Tabla 30 puede observarse que la práctica en lugares públicos se da de forma mayoritaria en todas las comarcas, aunque preferentemente en Tolosaldea-Goierri, Alto y Bajo Deba, así como en Urola Kosta (en torno al 90% de los practicantes), y algo menos en Bidasoa-Oarsoaldea y Donostialdea (en torno al 83%). Las instalaciones municipales son el segundo lugar preferente en todas las comarcas, aunque pueden observarse diferencias relativas entre las mismas. Así pues, es en Donostialdea donde un mayor porcentaje de practicantes realiza sus actividades en este tipo de instalaciones (37,7%), seguido de Tolosaldea-Goierri (34,4%) y Alto y Bajo Deba (31%). Una relativamente menor participación en instalaciones municipales se da en Urola Kosta (27,6%) y Bidasoa-Oarsoaldea (22,6%). La práctica físico-deportiva en casa es mayoritariamente frecuente en Tolosaldea-Goierri (36,3%) y en Urola Kosta (14,1%), siendo menor al 10% en Bidasoa-Oarsoaldea, Alto y Bajo Deba, y Donostialdea. En cuanto a las instalaciones privadas, la participación en ellas es más frecuente en Bidasoa-Oarsoaldea (13,6%) y menos frecuente en Alto y Bajo Deba, Donostialdea y Tolosaldea-Goierri (en torno a un 7%). La participación en este tipo de instalaciones es menor en Urola Kosta (2,3%). Por último, en cuanto a la participación en instalaciones en el trabajo o centro de estudios, parece ser relativamente más frecuente en Bidasoa-Oarsoaldea (6,7%) y menos frecuente en las demás comarcas (en torno al 2%).

Tabla 30. ¿Dónde ha practicado las actividades físico-deportivas durante el último año?

|  | Bajo Bidasoa | Alto y Bajo Deba | Donostialdea | Tolosaldea-Goiherri | Urola Kosta |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------------|-------------|
| Instalaciones municipales                          | 22,6         | 31               | 37,7         | 34,4                | 27,6        |
| Instalaciones privadas                             | 13,6         | 7,7              | 8,6          | 6,7                 | 2,3         |
| Instalaciones en el trabajo/centro de estudios     | 6,7          | 0,7              | 2,7          | 2,6                 | 1,3         |
| Lugares públicos (parques, calle, monte, playa...) | 86,7         | 92,1             | 81,6         | 95,6                | 90,9        |
| En casa  | 7,9          | 9,7              | 7,4          | 36,3                | 14,1        |
| Otros  | 0            | 0                | 0            | 0                   | 0,9         |

#### 4.2. Pago de instalaciones municipales o privadas

A los practicantes que han realizado sus actividades físico-deportivas en instalaciones municipales o privadas se les preguntó si habían pagado algo por su uso. Un 35,8% de los practicantes mencionó haber pagado algo por el uso de las mismas.

Tabla 31. ¿Ha pagado algo por el uso de las instalaciones (sólo si han contestado afirmativamente a instalaciones municipales y privadas)? (n=319)

|              |      |
|--------------|------|
| Sí           | 35,8 |
| No           | 3,2  |
| En ocasiones | 0,1  |
| Perdidos     | 60,9 |

Se ha cruzado el pago de las instalaciones por comarca con el fin de observar su distribución en el territorio de Gipuzkoa, pero según los resultados obtenidos se podría decir que el porcentaje de personas que pagan por el uso de las instalaciones es simétrico en todas las comarcas de Gipuzkoa.

Tabla 32. ¿Ha pagado algo por el uso de las instalaciones (solo si han contestado afirmativamente a instalaciones municipales y privadas)?

|              | Bajo Bidasoa | Alto y Bajo Deba | Donostialdea | Tolosaldea-Goiherri | Urola Kosta |
|--------------|--------------|------------------|--------------|---------------------|-------------|
| Sí           | 90           | 93,7             | 88,7         | 96,1                | 96,1        |
| No           | 7,6          | 6,3              | 11,3         | 3,9                 | 2           |
| En ocasiones | 2,4          | 0                | 0            | 0                   | 1,8         |
| Total        | 100          | 100              | 100          | 100                 | 100         |

#### 4.3. Otros gastos relacionados con la práctica

Otra cuestión que es de interés es la referente al gasto que los practicantes invierten en actividades físico-deportivas. Esta cuestión fue respondida en diferentes intervalos, así pues, tal como se observa en la Tabla 33, un 38,7% invirtió en el último año menos de 150 Euros en aspectos relacionados con su práctica físico-deportiva. Un 36,1% mencionó no haber tenido gasto alguno. Un 16,6% de los practicantes invirtieron entre 151 y 130 Euros. Un 3,2% entre 301 y 450 Euros, y por último un 5,4% mencionó haber invertido más de 450 Euros para el desarrollo de dicha práctica.



Tabla 33. ¿Cuál se aproxima en mayor medida al gasto que usted ha realizado para participar en sus actividades físico-deportivas en el último año (cursos, equipamiento, ropa, calzado...)?

|                           |      |
|---------------------------|------|
| No ha tenido gasto alguno | 36,1 |
| Menos de 150€             | 38,7 |
| Entre 151 y 300€          | 16,6 |
| Entre 301 y 450€          | 3,2  |
| Más de 450€               | 5,4  |
| Total                     | 100  |

La distribución del gasto realizado el último año en función de la comarca ofrece resultados diferenciados. En efecto, los practicantes que mencionan no haber tenido gasto alguno rondan el 50% en Tolosaldea-Goiherri y Bidasoa-Oarsoaldea (ver Tabla 34). Los porcentajes de practicantes que no han tenido gasto alguno son menores en Donostialdea (34,7%), Urola-Kosta (28,4%) y Alto y Bajo Deba (20,2%). En torno a la mitad de los practicantes de Alto y Bajo Deba, así como de Urola Kosta mencionan haber gastado menos de 150 Euros en sus actividades durante el último año. Un gasto algo mayor, entre 151 y 300 Euros parece haberse invertido en porcentajes similares de la población en las diferentes comarcas (en torno a un 15%). Tampoco existen grandes diferencias entre los porcentajes de practicantes que invierten más de 450 Euros.

Tabla 34. ¿Cuál se aproxima en mayor medida al gasto que usted ha realizado para participar en sus actividades físico-deportivas en el último año (cursos, equipamiento, ropa, calzado...)?

|                           | Bajo Bidasoa | Alto y Bajo Deba | Donostialdea | Tolosaldea-Goiherri | Urola Kosta |
|---------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------------|-------------|
| No ha tenido gasto alguno | 46,8         | 20,2             | 34,7         | 54,4                | 28,4        |
| Menos de 150€             | 32,2         | 51,8             | 37,5         | 24,6                | 52          |
| Entre 151 y 300€          | 10,2         | 15,9             | 20,4         | 14,4                | 10,5        |
| Entre 301 y 450€          | 5,5          | 5,1              | 1,9          | 2,7                 | 4,1         |
| Más de 450€               | 5,3          | 7                | 5,5          | 3,9                 | 5,1         |
| Total                     | 100          | 100              | 100          | 100                 | 100         |

## PARTE 2: PARTICIPACIÓN EN ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN LA POBLACIÓN ADULTA DE GIPUZKOA: DATOS COMPARATIVOS

## Introducción

En esta segunda parte del estudio denominada “PARTICIPACIÓN EN LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN LA POBLACIÓN GUIPUZCOANA ADULTA: DATOS COMPARATIVOS” se describe la participación en Gipuzkoa en función de una medida estandarizada procedente del proyecto europeo COMPASS. El uso de este instrumento permite la comparación de la participación en Gipuzkoa con la participación en otras regiones Europeas.

Los objetivos que se persiguen en este segundo estudio son los siguientes:

- Describir los resultados que se han obtenido en Gipuzkoa a partir de la medida de participación correspondiente al COMPASS.
- Detallar en qué medida la participación en Gipuzkoa es organizada y competitiva en función de la frecuencia de participación
- Estudiar las diferencias que en los resultados pudiesen darse en función del género
- Analizar la participación (según el COMPASS) en diferentes grupos de edad
- Comparar los resultados obtenidos con otras regiones de nuestro entorno cultural de Europa sur, así como con otros países del norte y centro de Europa.

## Método

*Muestra.* 1008 personas de Gipuzkoa de 18 años en adelante participaron en este estudio. La técnica de muestreo fue aleatoria y estratificada desproporcional por comarca y cuotas de edad y sexo. Con un nivel de confianza del 95%, el error muestral para el total de la muestra se sitúa en  $\pm 3,1\%$ . Por Comarcas, a excepción de la comarca de Donostialdea cuyo nivel de error se sitúa en el  $\pm 6,0\%$ , el error se sitúa en niveles inferiores al  $\pm 8,5\%$ . Por sexo, el margen de error corresponde a un  $\pm 4,5\%$ . Por Intervalos de edad, los niveles de error oscilan entre el  $\pm 8,3\%$  del intervalo de edad más joven y el  $\pm 5,9\%$  del resto de los intervalos de edad.

En total, se cuenta con 504 varones y 504 mujeres. Por intervalos de edad, se dispone de 144 encuestados entre 18 y 24 años; 288 personas entre 25 y 44 años; 288 personas de 45 a 64 años y 288 personas mayores de 65 años. Por comarcas, la muestra se distribuye de la siguiente forma: 210 encuestas fueron recogidas en Bajo Bidasoa-Oiartzualdea, 210 en Alto y Bajo Deba, 280 en Donostialdea, 168 en Goierri-Tolosaldea y 140 en Urola Kosta.

*Material.* Los datos relacionados con la medida COMPASS fueron obtenidos mediante una encuesta. Uno de los criterios más importantes para recoger los datos es tener una definición clara de lo que se considera actividad deportiva. En nuestro caso, utilizamos como base la definición consensuada por el proyecto Europeo con alguna pequeña modificación (expresada en cursiva):

‘Entendemos por actividad físico-deportiva toda aquella actividad física que se da mediante la participación organizada o libre, y que tiene como objetivo expresar o mejorar la forma física y mental, *divertirse en su tiempo libre*, crear nuevas relaciones u obtener resultados competitivos.’

Una vez presentada la definición, a los encuestados se les realizó la siguiente pregunta: ‘¿Practica o ha practicado durante los últimos 12 meses alguna actividad

físico-deportiva?. No importa que sea muy poco frecuente'. El COMPASS considera como practicante a todas aquellas personas que practican o han practicado algún tipo de actividad durante el último año.

A continuación, se les preguntó qué actividad habían practicado con mayor frecuencia durante el último año. También se les dio la opción de mencionar otras cuatro actividades que hubiesen practicado en el último año. Para facilitar la identificación de las actividades, se les presentó una tarjeta con 51 actividades físico-deportivas diferentes (entre las cuales, siguiendo los criterios del COMPASS, se incluía caminar más de 10 minutos).

Por cada actividad mencionada (cinco como máximo), a los encuestados se les solicitó que mencionasen con qué frecuencia habían practicado la actividad. Se les dio cuatro opciones para responder esta pregunta por cada modalidad practicada:

- Menos de 1 vez al mes/ 1-11 veces por año
- De 1 vez al mes a 1 vez por semana/ 12-59 veces por año
- 2 veces a la semana/ 60-119 veces por año
- Más de 2 veces a la semana/ 120 veces o más por año

Las otras dos preguntas necesarias para obtener información relevante para el instrumento COMPASS son el haber estado federado y el haber participado en competiciones, ambas durante el último año. Estas preguntas fueron formuladas de la siguiente forma: ¿En los últimos 12 meses, ha participado en algún tipo de competición? y ¿En el último año ha estado federado/a o ha pertenecido a algún club deportivo?

*Procedimiento.* La recogida de datos fue realizada casa por casa por encuestadores formados siguiendo el procedimiento de rutas aleatorias.

*Tratamiento de los datos.* Uno de los aspectos más importantes de cara a definir los perfiles del proyecto Europeo COMPASS es determinar las modalidades que se consideran actividad física y deporte. La encuesta original consideraba como practicante a toda persona que realizase las actividades que aparecen en la lista (incluyendo caminar más de 10 minutos). Para lograr una mayor coherencia con los criterios del COMPASS, se tomó la decisión de incluir como practicante a aquellas personas que caminaban más de 45 minutos y no practicante a personas que sólo caminaban y lo hacían menos de 45 minutos.

|   |  |                        |
|---|--|------------------------|
| <i>Aeróbicos, gimnasia de mantenimiento</i> | <i>Deportes aventura</i>                           | Kárate/ Taekwondo/     |
| Ajedrez                                     | Deportes de invierno (nieve)                       | Lucha                  |
| Atletismo                                   | Escalada   | Mini voley             |
| Badminton                                   | Esgrima  | Montañismo/ senderismo |
| <i>Bailes</i>                               | Fútbol/ fútbol 8                                   | Natación               |
| Baloncesto                                  | Fútbol sala/ futbito                               | Pádel                  |
| Balonmano                                   | Gimnasia deportiva (potro, anillas, barra fija...) | Patinaje sobre hielo   |
| Béisbol                                     | Gimnasia rítmica                                   | Patinaje sobre ruedas  |
| Boxeo                                       | Musculación  | Pelota/ frontón        |
| <i>Caminar (más de 45 min.)</i>             | <i>Herri kirolak</i>                               | Piragüismo             |
| Footing, jogging                            | Hockey sobre hielo                                 | Remo                   |
| <i>Caza y pesca</i>                         | Hockey sobre hierba                                | Rugby                  |
| Ciclismo, bicicleta, mountain bike          | Judo   | Squash                 |
| Danza                                       |  | Submarinismo           |
|   |  | Surf                   |
|   |  | Tenis                  |

|                        |                  |                      |
|------------------------|------------------|----------------------|
| Tenis mesa (ping pong) | Vela/ Navegación | <i>Yoga/ Tai-chi</i> |
| Tiro                   | Voleibol         | Otros                |
| Trialsin               | Waterpolo        |                      |
| Triatlon               | Windsurf         |                      |

Los perfiles del proyecto Europeo COMPASS se compusieron ejecutando las siguientes transformaciones de variables, basándonos en la propuesta metodológica del proyecto Europeo:

| Perfil                                 | Frecuencia         | Miembro de club | Competición |
|--|--------------------|-----------------|-------------|
| 1: Competitivo, organizado, intensivo  | $\geq 120$         | si              | si          |
| 2: Intensivo                           | $\geq 120$         | no              | no          |
|  | $\geq 120$         | si              | no          |
|  | $\geq 120$         | no              | si          |
| 3: Regular, competitivo y/o organizado | $\geq 60$ y $<120$ | no              | si          |
|  | $\geq 60$ y $<120$ | si              | no          |
|  | $\geq 60$ y $<120$ | si              | si          |
| 4: Regular, recreacional               | $\geq 60$ y $<120$ | no              | no          |
| 5: Irregular                           | $\geq 12$ y $<60$  | x               | x           |
| 6: Ocasional                           | $\geq 1$ y $<12$   | x               | x           |
| 7: Otra actividad física               | x                  | x               | x           |
| 8: No practicante                      | No practican       | x               | x           |

Nota: La frecuencia se refiere al número de ocasiones en que se ha realizado la actividad en el último año

Así pues, según la clasificación de perfiles según el COMPASS, la práctica físico-deportiva puede clasificarse en 8 perfiles en función de tres dimensiones globales del deporte. Estas tres dimensiones son:

- Aspectos cuantitativos relacionados con la frecuencia de práctica
- Aspectos cualitativos relacionados con la práctica competitiva
- Aspectos organizativos relacionados con la pertenencia a entidades deportivas como federaciones o clubes.

En función de estas categorías se extraen 8 perfiles que se componen de la siguiente forma. Los seis primeros perfiles se refieren a personas que en el último año han practicado alguna vez al menos una de las modalidades que aparecen en la lista, con excepción de las que están en cursiva. Esta diferenciación entre lo que en el COMPASS se llama deporte y lo que es actividad física (en la lista aparece en cursiva) es necesaria con el fin de comparar la participación siguiendo los mismos criterios que han sido utilizados en otras regiones. Las personas que únicamente practican modalidades que en la lista aparecen en cursiva están recogidas en el perfil 7 de 'otras actividades físicas'.

La práctica intensiva consiste en practicar actividades dos o más veces a la semana (equivale a más de 120 veces al año). Un primer perfil (1: competitivo, organizado, intensivo) se compondría de aquellas personas que practicando una modalidad con la mencionada frecuencia, también se hayan ligados a un club y su práctica es también de naturaleza competitiva. Un segundo perfil (intensivo) vendría a estar conformado por el resto de personas que realizan la actividad con muy alta frecuencia pero el nivel de organización de la práctica no es tan alta como en el perfil 1. La participación

regular que se caracteriza por la práctica de una vez al mes a una vez por semana (equivale a 12-59 veces por año) también estaría compuesta de dos perfiles. Un primer perfil (3: Regular, competitivo y/o organizado) lo crean las personas que con la frecuencia mencionada mantienen un grado de organización mínimo (como miembro de club o práctica competitiva). Un segundo perfil regular (4: Regular, recreacional) lo compondrían las personas que con la misma frecuencia que en el anterior, no son miembros de clubes ni realizan práctica competitiva. Otra clasificación de participación deportiva sería la irregular, que se caracteriza porque la práctica no está organizada (no son miembros de clubes ni realizan práctica competitiva), y porque la frecuencia de práctica es bastante baja. Un primer perfil (5: Irregular) estaría compuesto por aquellos que practican de una vez al mes a una vez por semana (12-59 veces por año), y un segundo perfil (6: Ocasional) por aquellos que practican menos de una vez al mes (1-11 veces por año).

Con respecto a los perfiles 7 y 8 cabe realizar algunas aclaraciones. En ocasiones, ambos perfiles vienen unidos en la categoría 'no-participante'. Sin embargo con el fin de abordarlo en las comparaciones cuando fuese posible, nos parecía relevante añadir en una categoría diferente las actividades físicas. Así pues, el perfil 7 de 'Otras actividades físicas' está compuesto por las personas que únicamente practican las actividades que están en cursiva en la lista de modalidades presentada.

*Estructura.* En este informe se presentan los resultados obtenidos en Gipuzkoa sobre los perfiles del proyecto Europeo COMPASS. Estos resultados se estructuran en base a tres secciones, en una primera sección se presentan los resultados de Gipuzkoa y se comparan con otras regiones, en una segunda sección se comparan los datos por género, y en una última sección por edad. Cualquier lectura de los resultados presentados debe tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Mientras que en las otras regiones Europeas se tiene en cuenta la población mayor de 16 años, en Gipuzkoa se han tenido en cuenta los datos de la población mayor de 17 años (de 18 en adelante). Este dato afectaría a la participación en el sentido que en esta franja de edad la actividad es más intensiva.
- En algunas regiones Europeas se han establecido límites de edad, mientras que en Gipuzkoa no se ha establecido límite alguno. La muestra con que contamos es representativa en Gipuzkoa, y dado que la población está envejecida, se cuenta con una cantidad importante de personas mayores (ver la muestra).
- Los datos referentes a otras regiones Europeas han sido extraídos de la información pública referente al instrumento COMPASS. Algunos de los datos de origen no han sido actualizados por el equipo promotor del proyecto, por lo que cuando es posible se especifica el año de recogida de datos.

## Resultados

### 1. Participación en Gipuzkoa y comparación con otras regiones

Los resultados obtenidos sobre el porcentaje de personas que se incluye en cada perfil del proyecto COMPASS y que pueden observarse en la Tabla 1, permiten observar que un 3,5% de la población Guipuzcoana mayor de 18 años practica actividades deportivas de forma competitiva, organizada e intensiva. De forma igualmente frecuente pero menos organizada (perfil 2) practica actividades deportivas el 19,3% de

la población Guipuzcoana. En torno a dos veces a la semana (perfil 3) practican deporte más organizado un 1,3% de los Guipuzcoanos, y menos organizado (perfil 4) un 6,4% de los mismos. La participación irregular supone practicar deporte de una vez a la semana a una vez al mes (perfil 5), lo que parecen hacer un 8,7% de la población, mientras que de forma ocasional (de una vez al mes a una vez al año, perfil 6) participan un 2,7% de los Guipuzcoanos. Un 43,6% de la población practica actividades físicas varias (perfil 7), entre las que se encuentra caminar más de 45 minutos, y un 14,5% menciona no practicar actividades físico-deportivas, o caminar menos de 45 minutos (perfil 8).

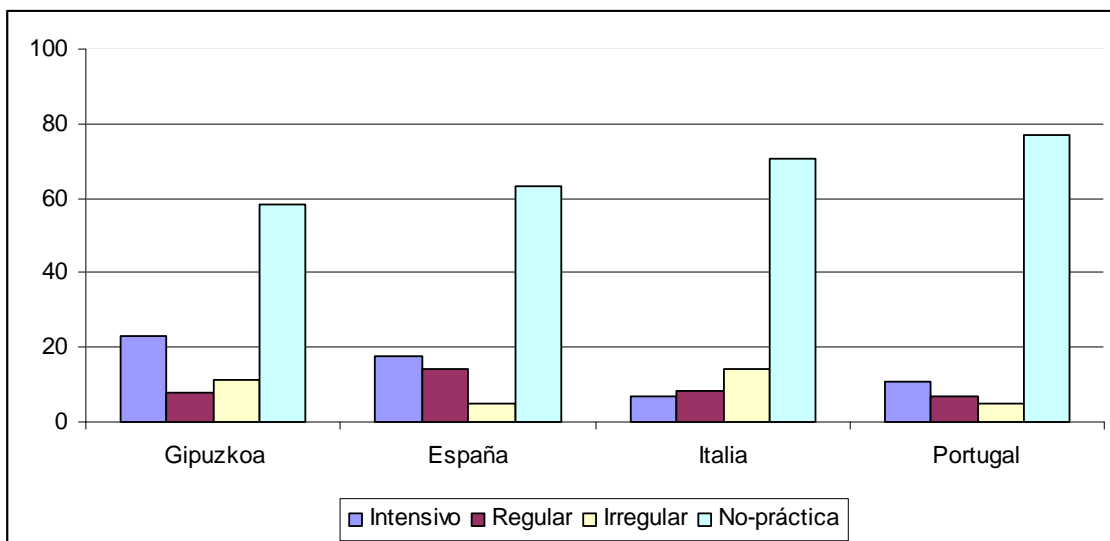
*Tabla 1. Perfiles del COMPASS en Gipuzkoa*

|  | Porcentajes |
|--|-------------|
| 1: Competitivo, organizado, intensivo  | 3,5         |
| 2: Intensivo                           | 19,3        |
| 3: Regular, competitivo y/o organizado | 1,3         |
| 4: Regular, recreacional               | 6,4         |
| 5: Irregular                           | 8,7         |
| 6: Ocasional                           | 2,7         |
| 7: Otras actividades físicas           | 43,6        |
| 8: No participación                    | 14,5        |

Para estructurar la descripción y comparación de los perfiles del COMPASS en diferentes regiones, se ha decidido realizar las comparaciones por zonas geográficas. Las zonas geográficas de Europa Sur, Europa Central y Europa Norte también difieren tanto en niveles socio-económicos como socio-culturales. Además, en lugar de comentar los porcentajes de participación en cada región perfil por perfil, se presentan los perfiles clasificados en cuatro: Participación intensiva, que es la suma de los perfiles 1 y 2, participación regular, la suma de los perfiles 3 y 4, participación irregular, que viene a ser la suma de los perfiles 5 y 6 y por último la no-participación, que suma los perfiles 7 y 8. Pensamos que este tipo de comparación puede facilitar la descripción y comprensión de los resultados.

Así pues, la gráfica 1 representa los resultados de los perfiles en las regiones de Europa Sur. A primera vista, llama la atención el alto grado de no-participación en todas las regiones, aunque también se observan importantes diferencias en el nivel de participación de tipo intensivo.

Aunque se hable de diferencias relativamente menores, la participación intensiva que se refiere a la participación de más alta frecuencia parece ser mayor en Gipuzkoa (22,8%) y en España (17,7%) que en Portugal (11%) e Italia (6,7%). En cuanto a la participación de tipo regular, que aunque menos frecuente, se practica con una asiduidad aproximada de dos veces a la semana, parece que los porcentajes mayores se observan en España (14,1%), y son relativamente menores en Italia (8,4%), Gipuzkoa (7,7%) y Portugal (7%). Los perfiles que corresponden a la participación de menor frecuencia son de tipo irregular (en torno a una vez al mes) y se dan en un porcentaje algo mayor en Italia (14,2%) y Gipuzkoa (11,4%) que en Portugal (5%) y España (4,8%). Por último, como se ha mencionado anteriormente, una característica común de este grupo de regiones es la relativamente alta no-participación (que incluye la participación en actividades físico-deportivo), la cual es más predominante en Portugal (77%) y en Italia (70,7%), aunque también es evidente en España (63,4%) y algo menor en Gipuzkoa (58,1%).

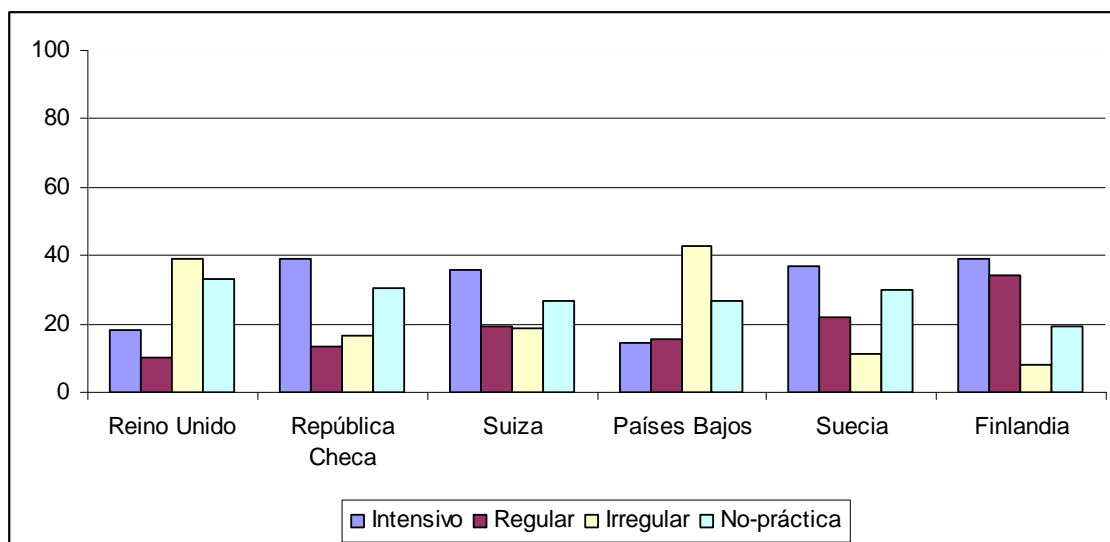


Gráfica 1. Perfiles del COMPASS gruesos en las regiones de Europa sur

A primera vista puede observarse en la gráfica 2 los diferentes patrones de resultados que se obtienen en las regiones en función de su situación geográfica. En efecto, puede observarse que en términos generales, en las regiones de Europa sur (Gipuzkoa, España, Italia y Portugal) los índices de participación intensiva y regular son menores que en Europa Central (Reino Unido, República Checa, Suiza y Países Bajos), y que estos índices son menores en Europa Central que en Europa Norte (Suecia y Finlandia). Sin embargo, la participación de tipo irregular parece ser más común en Europa Central.

Así pues, los índices mayores de *participación intensiva*, caracterizada por la alta frecuencia de participación, parecen darse en la República Checa (39,2%), Finlandia (39%), Suecia (37%) y Suiza (35,8%). A un nivel más modesto se encontrarían Reino Unido (18%) y los Países Bajos (14,6%). En cuanto a la *participación regular*, en que la frecuencia de participación es aproximadamente dos veces a la semana) una vez más los mayores índices se dan en Finlandia (34%) y Suecia (22%). A un nivel menor se encontrarían países como Suiza (19,1%), Países Bajos (15,5%), República Checa (13,6%) y el Reino Unido (10%). La *participación irregular* tiene una distribución bastante diferente y se da en mayor medida en Países Bajos (43%) y Reino Unido (39%). Curiosamente, en Suiza y la República Checa el índice de participación irregular es bastante menor (18,5% y 16,8%, respectivamente), y todavía más marginal en el caso de Suecia y Finlandia (11% y 8%, respectivamente). Por último, los índices de *no-participación* es muy baja en Finlandia (19%), y más alta aunque bastante estable en los diferentes países en Suiza (26,7%), Países Bajos (26,9%), Suecia (30%), República Checa (30,4%) y Reino Unido (33%).





Gráfica 2. Perfiles del COMPASS gruesos en regiones de Europa Central y Norte.

## 2. Participación por género en Gipuzkoa y comparación con otras regiones

Sobre las diferencias de género en la participación en actividades deportivas en Gipuzkoa parece haber en general diferencias importantes (ver Tabla 2). Las mayores diferencias en la participación de los hombres y mujeres guipuzcoanos se da en el perfil 1 de *práctica competitiva, organizada e intensiva* (6,4% de hombres, 0,8% de mujeres). A modo de recuerdo, este tipo de perfil aúna a las personas que practican deporte más de dos veces a la semana y a su vez su participación es bastante organizada y competitiva. Aunque los hombres casi doblan la *práctica intensiva* del perfil 2 (25,4% de hombre frente a 13,5% de mujeres), las mujeres parecen participar en mayor medida es este tipo de práctica, caracterizado por su alta frecuencia y un nivel menor de organización en comparación con el perfil 1. Los perfiles 3 y 4 referentes a la *práctica regular* (en torno a dos veces a la semana) parece estar relativamente equiparado entre hombres y mujeres, aunque una vez más, la práctica más organizada, característica del perfil 3 es más predominante en los hombres (23% de hombres y 0,4% de mujeres). El tipo de *participación deportiva irregular y ocasional*, en que la práctica se realiza de forma poco frecuente es también más común entre hombres (suma de perfiles 5 y 6: 13,7% de hombres, 9,3% de mujeres). Sin embargo, los porcentajes se invierten en lo que se refiere a la práctica de *otras actividades físico-deportivas*, entre las cuales se incluyen aeróbic y gimnasia de mantenimiento, caminar más de 45 minutos, herri kirolak, yoga... (51,9% de mujeres, 35% de hombres). Por último, cabe señalar que el resultado de esta diferente distribución en función del género no es tan patente si se observa la práctica de forma general, ya que los porcentajes de *no practicantes* son similares en función del género (17,8% de mujeres, 11% de hombres).

Tabla 2. Perfiles COMPASS en función del sexo en Gipuzkoa

|  | hombres | mujeres |
|--|---------|---------|
| 1: Competitivo, organizado, intensivo  | 6,4     | 0,8     |
| 2: Intensivo                           | 25,4    | 13,5    |
| 3: Regular, competitivo y/o organizado | 2,3     | 0,4     |
| 4: Regular, recreacional               | 6,4     | 6,3     |
| 5: Irregular                           | 10,7    | 6,8     |

|                              |    |      |
|------------------------------|----|------|
| 6: Ocasional                 | 3  | 2,5  |
| 7: Otras actividades físicas | 35 | 51,9 |
| 8: No-participante           | 11 | 17,8 |

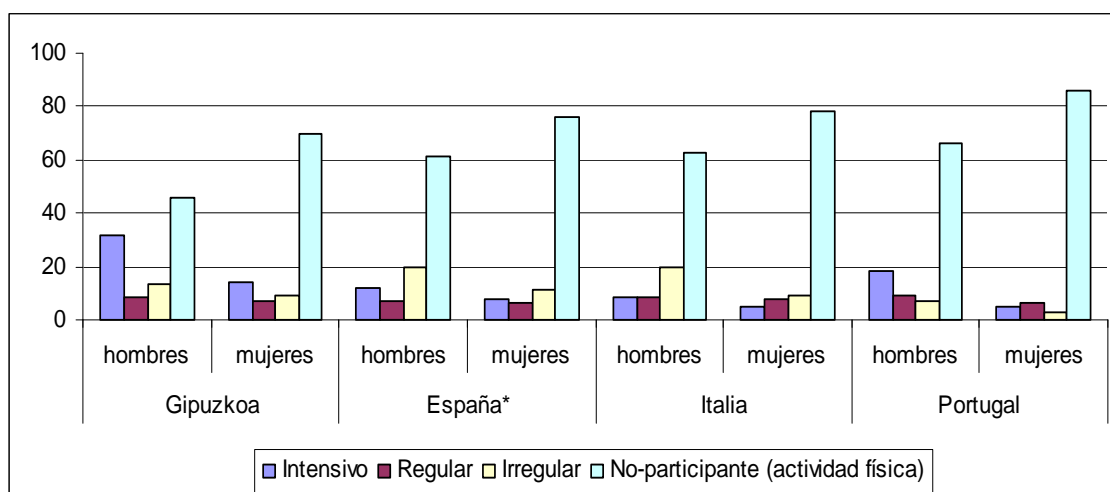
Los resultados que se refieren a la distribución de los perfiles de participación en función del género en los diferentes países se presentan gráficamente por zonas geográficas. La Gráfica 3 recoge los índices de participación intensiva, regular, irregular y no-participación por género en los países de Europa Sur. A primera vista, los resultados indican que la diferencia en la participación de hombres y mujeres es estable en los países del Sur de Europa. Además, los datos también sugieren que el tipo de participación de mayor diferencia entre hombres y mujeres es el intensivo, caracterizado por una frecuencia de práctica de más de dos veces a la semana. También son grandes las diferencias entre sexos en lo que se refiere a los índices de no-participación.

En cuanto al tipo de *participación intensiva*, las diferencias entre sexos son notables en las diferentes regiones del sur de Europa. Portugal presenta una diferencia importante de participación intensiva en función del género (18% de hombres y 5% de mujeres), seguido en grado de diferencia por Gipuzkoa (31,8% de hombres y 14,3% de mujeres) e Italia (8,7% de hombres y 4,8% de mujeres), y por último los índices de España (12% de hombres y 8% de mujeres). Una lectura transversal de los datos también permite observar que Gipuzkoa es la región con mayor participación intensiva entre hombres y también entre mujeres.

Los índices de *participación regular* que se refiere a una frecuencia de dos veces por semana, son ligeramente superiores en las cuatro regiones para hombres que para mujeres. Sin embargo, las diferencias están mucho más mitigadas, de forma que en Italia se encuentran las menores diferencias (8,8% de hombres y 7,9% de mujeres), seguido por España (7% de hombres y 6% de mujeres), Gipuzkoa (8,7% de hombres y 6,7% de hombres) y Portugal (9% de hombres y 6% de mujeres). Además, los resultados tampoco muestran diferencias importantes entre las cuatro regiones. Aún así, se constata que en general, la participación regular es algo más frecuente en Italia y Gipuzkoa que en España y Portugal, tanto para hombres como para mujeres.

En lo que se refiere a la participación de tipo irregular, participación que se caracteriza por su baja frecuencia, la diferencia entre los porcentajes entre sexos parece ser algo menor en Gipuzkoa (13,7% de hombres y 9,3% de mujeres) que en España (20% de hombres y 11% de mujeres), Italia (19,7% de hombres y 8,9% de mujeres) y Portugal (7% de hombres y 3% de mujeres). Por último, cabe recordar que los porcentajes de *no-participación* incluyen la participación en actividades físico-deportivas. Es notable la diferencia existente en los índices de no-participación en función del sexo, siendo ésta bastante importante en el caso Guipuzcoano (46% de hombres y 69,7% de mujeres) y en Portugal (66% de hombres y 86% de mujeres). Ligeramente más reducidas, pero también importantes son las diferencias que se encuentran en España (61% de hombres y 76% de mujeres) e Italia (62,8% de hombres y 78,3% de mujeres). Estos datos también indican que tanto en el caso de hombres como en el de las mujeres, Gipuzkoa presentaría los índices de menor no-participación, seguido de España, Italia y Portugal.

Es importante señalar que los datos de los españoles corresponden a una toma de datos del año 1995. Estos se corresponden con la última actualización de datos publicada.



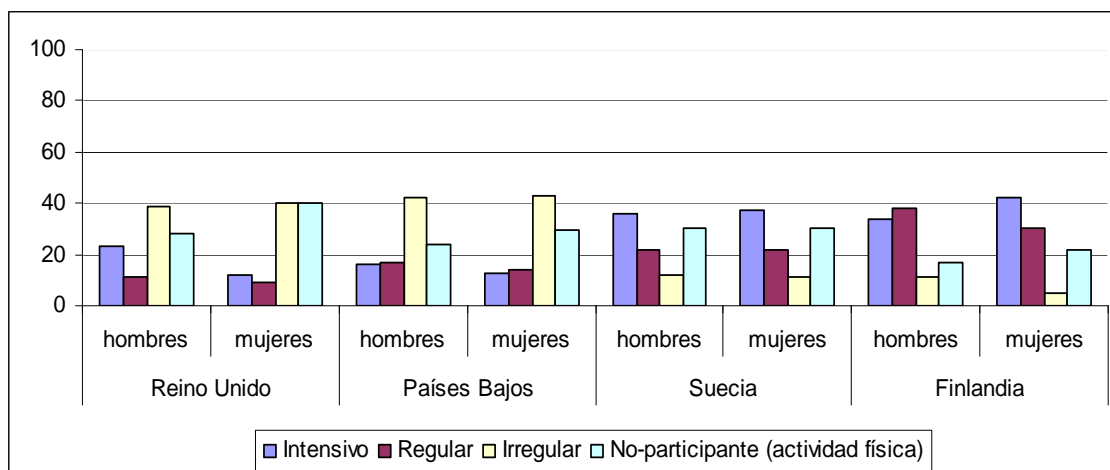
Gráfica 3. Perfiles del COMPASS gruesos en función del sexo en regiones de Europa Sur.

\*Nota: Los datos que corresponden a España son de 1995 y se corresponden con la última actualización de datos publicada.

En la Gráfica 4 se presentan los resultados de los perfiles COMPASS y su distribución por sexos en los países de Europa Central y Norte. Una primera visión de los resultados permite observar que las grandes diferencias existentes en el primer grupo en la práctica intensiva se dan en menor medida en Europa Central y Norte. De hecho, esta parece ser la característica principal de la distribución de la práctica en estos países.

Así pues, *la práctica intensiva* en Finlandia, porcentualmente la lideran las mujeres (42% de mujeres y 34% de hombres). Algo similar ocurre en Suecia (37% de mujeres y 36% de hombres), y en los Países Bajos (16,3% de hombres y 13% de mujeres), siendo la diferencia entre sexos mayor en el Reino Unido (23% de hombres y 12% de mujeres). La *participación de tipo regular* (menos frecuente, en torno a dos veces a la semana) es muy similar entre sexos en Suecia (22% hombres y mujeres), y ligeramente diferente en Reino Unido (11% de hombres, 9% de mujeres), Países Bajos (17% de hombres y 14% de mujeres) y Finlandia (38% de hombres y 30% de mujeres). Tampoco se dan grandes diferencias entre sexos en lo que se refiere a la *participación de tipo irregular*, siendo éstas mayores en Finlandia (11% de hombres y 5% de mujeres) y marginales en Reino Unido (39% hombres y 40% de mujeres), Países Bajos (42,6% de hombres y 43,3% de mujeres) y Suecia (12 de hombres y 11% de mujeres).

Por último, los índices de *no-participación* (que incluyen otras actividades físicas) también se caracterizan en algunos de estos países por su escasa diferencia en función del género. Así pues, en Suecia los índices son iguales (30% para hombres y mujeres), en los Países Bajos similar (24% hombres y 29,8% mujeres), también en Finlandia (17% de hombres y 22% de mujeres), y mayores diferencias se encuentran en el Reino Unido (28% de hombres y 40% de mujeres).



Gráfica 4. Perfiles del COMPASS gruesos en función del sexo en países de Europa Central y Norte.

### 3. Participación por edad en Gipuzkoa y comparación con otras regiones

Una primera vista a los resultados correspondientes a la participación según intervalos de edad en la población Guipuzcoana mayor de 18 años muestra dos transformaciones importantes de los hábitos de participación a lo largo del ciclo vital. En la medida que la edad avanza, se produce una disminución importante de la participación de tipo competitiva, organizada e intensiva (perfil 1) y un aumento importante de la práctica de otras actividades físicas (perfil 7).

Así pues, como se observa en la Tabla 3, la participación mayor a dos días semanales de tipo organizado y competitivo (*perfil 1*) tiene una importante presencia antes de los 24 años (17,2%), pero a partir de los 24 años se reduce de forma muy importante (3,8%) y todavía más en las etapas más avanzadas de la vida. No ocurre lo mismo sin embargo con la participación de la misma frecuencia que no es tan organizada (*perfil 2*), ya que es la predominante antes de los 24 años (24,1%), se mantiene hasta los 45 (23,4%), y no se reduce de forma importante hasta los 65 años (18,5% hasta los 65 y 11,6% después).

La participación de tipo *regular* (perfil 3 y 4) también tiende a mantenerse de forma considerablemente estable hasta los 65, sobre todo si está menos organizada (perfil 4). Así pues, una participación de hasta dos veces a la semana y más organizada (perfil 3) tiene un mayor predominio en edades jóvenes (5,8% hasta los 24 años), reduciéndose a 1,8% antes de los 45 y casi perdiéndose en las franjas de edad más avanzadas. Sin embargo, la participación de la misma frecuencia pero no organizada ni competitiva (perfil 4) es mayor no sólo en las edades más jóvenes sino a lo largo del ciclo vital. Antes de los 24, la practica un 7,1% de los Guipuzcoanos, ascendiendo a un 8,7% en el siguiente intervalo 25-44, manteniéndose de forma relativa hasta los 65 (6,2%) y reduciéndose de forma considerable a partir de entonces (2,3%).

La participación de tipo irregular se caracteriza por frecuencias menores o escasas de participación (de una vez al mes a una vez por semana). En Gipuzkoa, un 15,3% de los jóvenes 18-24 años realiza su práctica de este modo reduciéndose paulatinamente este porcentaje en la medida que la población es mayor (11,4% en la franja 24-45; 7,7% de los 45-65 años y 2,7% a partir de entonces). Siendo todavía menor la frecuencia en el tipo de participación ocasional (una vez al mes a una vez al año), la

distribución de este perfil por edades es más irregular. Así pues, este tipo de participación es más común de las personas mayores de 65 años (3,4%), siguiendo por las personas de 24-45 años (3%), la franja de 18-24 (2,5%) y por último las personas de edades comprendidas entre 45-65 años (1,9%).

Como se ha comentado anteriormente, el tipo de participación que más aumenta en la medida que la edad avanza es la práctica de otras actividades físicas (caminar, gimnasia mantenimiento, yoga...). Esta forma de práctica es especialmente común a partir de los 45 años (un 53,2% en la franja 45-64 y un 59,7% a partir de los 65), menos preferente entre los 24-45 (32,8%) y menos aún entre los más jóvenes (16,7%).

Por último, una mención a los índices de no-participación, cuya distribución es bastante irregular en los diferentes intervalos, aunque parece dispararse a partir de los 65 (20,1%) con respecto a los intervalos de edad de personas más jóvenes (11,3% en la franja 18-24, 15,2% entre los 24-45 y 10,5% hasta los 65).

*Tabla 3. Perfiles del COMPASS en función de intervalos de edad en Gipuzkoa*

|  | 18-24 | 24-45 | 45-64 | 65 o mas |
|--|-------|-------|-------|----------|
| 1: Competitivo, organizado, intensivo  | 17,2  | 3,8   | 1,4   | 0,2      |
| 2: Intensivo                           | 24,1  | 23,4  | 18,5  | 11,6     |
| 3: Regular, competitivo y/o organizado | 5,8   | 1,8   | 0,5   | 0        |
| 4: Regular, recreacional               | 7,1   | 8,7   | 6,2   | 2,3      |
| 5: Irregular                           | 15,3  | 11,4  | 7,7   | 2,7      |
| 6: Ocasional                           | 2,5   | 3     | 1,9   | 3,4      |
| 7: Otras actividades físicas           | 16,7  | 32,8  | 53,2  | 59,7     |
| 8: No-participante                     | 11,3  | 15,2  | 10,5  | 20,1     |

Contamos con dos tipos de información para realizar las comparaciones de práctica por edades en diferentes regiones Europeas. En primer lugar, la información recogida en la gráfica 5 presenta los datos de participación intensiva (suma de perfiles 1 y 2). Por otro lado, en la gráfica 6 se presentan los datos de participación irregular y no participación (suma de perfiles 5 a 8) en las diferentes regiones.

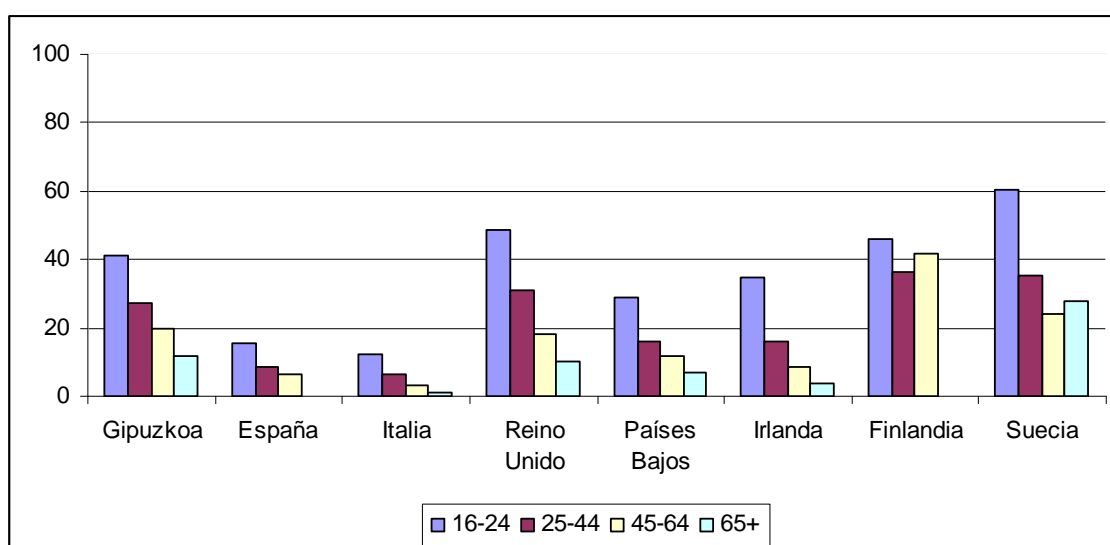
Cabe señalar que no contamos con porcentajes exactos debido a que se ha calculado las medias de los mismos para estudiar franjas de edad más generales. Por otro lado, los datos que se presentan son los existentes en la información pública del COMPASS. Por último, señalar que mientras en Gipuzkoa se presentan los datos de la franja 18-24, en las demás regiones se incluyen los datos de la franja 16-24.

Así pues, la gráfica 5 que presenta la distribución de participación intensiva, muestra que Finlandia sería el único país en que la participación de tipo intensiva se mantiene relativamente en la medida que la edad avanza (46% en la franja 16-24; 36,3% de los 25 a los 44; y 41,7% de los 45 a los 64). En todos los demás países el porcentaje de participación intensiva se reduce más o menos dramáticamente en el paso de los 16-24 años a lo 25-44. Esta reducción podría ser menos importante en el Reino Unido (pasa de 48,5% a 31%) y en Gipuzkoa (donde pasa de 41,3% a 27,2%) que en las demás regiones, donde prácticamente la participación intensiva se reduce a la mitad (España de 15,5% a 8,8%; Italia de 12,5% a 6,3%; Irlanda de 34,5% a 16,3%; Países Bajos de 29% a 16% y Suecia de 60,5% a 35,5%).

Como puede preverse, la participación de tipo intensivo también disminuye de forma notable en el paso de la franja de edad 25-44 años a la franja 45-64, aunque la

disminución también depende de las diferentes regiones. En este sentido, España pasa de un 8,8% de participación hasta los 44 a una participación de 6,5% en el intervalo 45-64, Países Bajos de 16% a 12%, Reino Unido de 31% a 18,3%, Gipuzkoa de 27,2% a 19,9% y Suecia de 35,5% a 23,8%. Más importantes son los descensos de participación que se observan en Irlanda (de 16,3% a 8,3%) e Italia (de un 6,3% a un 3%).

Los datos con que contamos a partir de los 65 años son limitados debido a que algunos países no recogieron datos de franjas de edad mayores de 65. En general, se detecta un descenso con respecto a la franja de edad 60-64, con excepción de Suecia, donde el porcentaje de participación aumenta de 23,8% a 28%. Desciende en menor medida en Reino Unido (de 18,3% a 10%) y en Gipuzkoa (de 19,9% a 11,8%), y de forma más drástica en Irlanda (de 8,3% a 4%), Italia (de 3% a 1%) y en los Países Bajos (de 12% a 7%).



Gráfica 5. Suma de perfiles 1 y 2 (competitivo, organizado, intensivo e intensivo) por diferentes intervalos de edad en diferentes regiones Europeas.

El Gráfico 6 recoge los datos de los perfiles de participación irregular y no-participación (suma de perfiles 5 a 8) por edad en las diferentes regiones Europeas. La tendencia general es común en todas las regiones, y es que en la medida que avanza la edad los porcentajes de participación irregular y no participación aumentan. Los índices de este tipo de participación o no-participación se mantienen relativamente estables de los más jóvenes (16-24) a los 25-44 en el caso de Finlandia (pasa de 13% a 22%) y en los Países Bajos (de 28,5% a 35,8%). En el paso a la siguiente franja de edad (de 25-44 a 45-65) sobresale el caso de Finlandia dado que este tipo de participación no varía de una forma importante (de un 22% a un 26,3%). Las tendencias se mantienen estables en su incremento en el resto de las regiones estudiadas.

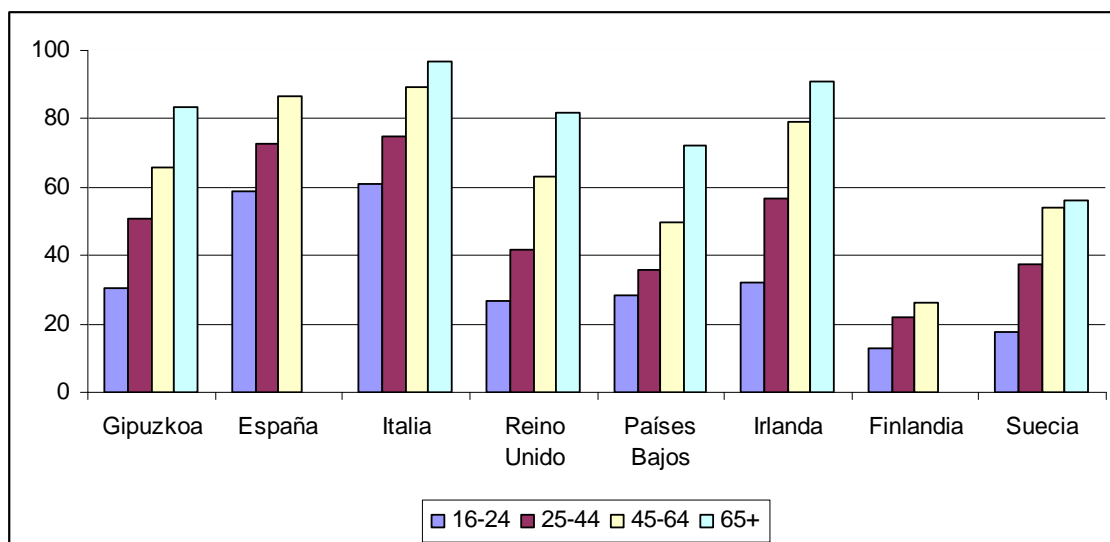


Gráfico 6. Suma de perfiles 5 a 8 (irregular, ocasional, actividad física, no-participación) por diferentes intervalos de edad en diferentes regiones Europeas.

## PARTE 3: VISIÓN GLOBAL Y CONCLUSIONES



## Visión global

### 1. Tendencias generales en la población

#### 1.1. Hábitos de la población Guipuzcoana en la práctica de la actividad físico-deportiva

La imagen de Gipuzkoa que se crea a partir de los datos apunta a que el 85,5% de la población guipuzcoana practica o ha practicado durante el último año al menos una vez alguna actividad físico-deportiva, incluyendo caminar más de 45 minutos. Sobre el total de practicantes, caminar más de 45 minutos es la actividad más frecuente (76,8%), seguido de la natación (18,1%), andar en bicicleta (15,6%), el montañismo (10,5%) las actividades aeróbicas (9,9%), el footing (6,8%) y el fútbol (4,4%).

Los guipuzcoanos además optan por una práctica relativamente frecuente, dado que un 77,5% realiza su práctica más frecuente más de dos veces a la semana. De hecho, si se tiene en cuenta el total de actividades que realizan, los guipuzcoanos presentan una clara preferencia por el tipo de práctica de mayor frecuencia (81,4%).

Aunque el hábito de práctica es frecuente, ésta tiende a realizarse de una forma poco intensa o más bien ligera en mayor medida (68,7%) y en un intervalo de tiempo relativamente largo (63% durante más de una hora).

La mayoría de los Guipuzcoanos practicantes realiza sus actividades cualquier día de la semana, indistintamente de si es festivo o no (63,7%), y en cualquier época del año independientemente de las vacaciones (84,5%).

#### 1.2. Aspectos organizativos de la práctica de los guipuzcoanos

Según los resultados del estudio, un 8,7% de los practicantes está federado o pertenece a algún club deportivo, siendo entre ellos los de mayor preferencia los clubes de montaña, fútbol y caza/pesca. Un porcentaje similar de la población (9%) realiza práctica organizada no federada, y la gran mayoría de los practicantes optan por la práctica libre (87%).

Acorde con la preferencia por la práctica libre, un 83,4% de los practicantes no se apoya en monitores o entrenadores para realizar su actividad físico-deportiva, y de hecho, un 64,1% no ha recibido información sobre cómo practicar las actividades de una forma saludable y segura. Sin embargo, un 23,2% de los guipuzcoanos mencionan que les gustaría recibir (más) información sobre este aspecto.

A un nivel cualitativo, puede mencionarse que un 8,4% de los practicantes ha participado en algún tipo de competición en el último año.

#### 1.3. Historia de práctica en edad escolar

Los resultados sobre la participación en el deporte escolar son positivos, de forma que un 45,6% de los practicantes dice haber realizado deporte escolar, definido como la práctica en horario extra-escolar antes de los 16 años, y un 22,3% menciona haber realizado este tipo de práctica de 6 a 10 años. Además, un 36,9% menciona haber participado en competiciones del deporte escolar.

Sobre el historial de práctica federada, un 36,9% de los practicantes guipuzcoanos mayores de 18 años dicen haber estado federados antes de los 16 años, y un 8,2% dice haber estado federado entre 3 y 6 años.

#### 1.4. *Uso de infraestructura y gasto*

Cohérente con la preferencia de la práctica libre, el 87,2% de los practicantes guipuzcoanos dice realizar su práctica en lugares públicos, y el 33,4% en instalaciones municipales. El 35,8% de los practicantes dice haber pagado por el uso de instalaciones públicas o privadas.

Por último, en relación al gasto realizado en la práctica, cabe señalar que un 36,1% de los practicantes no han tenido gasto alguno, y un 38,7% han gastado menos de 150 Euros.

## 2. **Tendencias generales en hombres y mujeres**

### 2.1. *Hábitos de hombres y mujeres en la práctica de actividad físico-deportiva*

En esta sección las conclusiones se centrarán en identificar las diferencias existentes en función del sexo de los practicantes. En primer lugar, cabe señalar que la diferencia entre hombres practicantes y mujeres practicantes es apenas inexistente (89% de los hombres Guipuzcoanos y 82,2% de las mujeres Guipuzcoanas). *Recuérdese que en estos porcentajes se incluyen las personas que han realizado alguna actividad físico-deportiva durante el último año y se incluye asimismo las personas que han caminado más de 45 minutos.* Si bien los porcentajes de práctica son similares, los resultados muestran preferencias de hombres y mujeres por diferentes tipos de modalidades. Así pues, las mujeres muestran una mayor preferencia por actividades como caminar más de 45 minutos (87% de mujeres y 66,8% de hombres), por la gimnasia aeróbica y de mantenimiento (14,5% de mujeres y 5,4% de hombres) y por la natación (18,9% de mujeres y 17,3% de hombres). Por el contrario, los hombres parecen mostrar una mayor preferencia por actividades como el ciclismo (21,3% de hombres y 9,8% de mujeres), el montañismo (15,1% de hombres y 5,8% de mujeres), el footing (10,4% de hombres y 3,1% de mujeres) y el fútbol (7,8% de hombres y 0,9% de mujeres).

En cuanto a la frecuencia con que se realiza la práctica, las mujeres practicantes parecen preferir en mayor medida realizar su actividad más frecuente más de dos veces a la semana (80,9% de mujeres y 74,1% de hombres). Sin embargo, el porcentaje de mujeres que opta por practicar sus actividades con una intensidad ligera es algo mayor que en el caso de hombres (71,2% de mujeres y 66,2% de hombres). Además, un 56,8% de las mujeres practicantes realizan su actividad durante más de una hora, en comparación con un 69% de hombres.

Los resultados del estudio también muestran que si bien en general los hombres y las Guipuzcoanas practican sus actividades de forma indistinta entre semana o fines de semana, las mujeres presentan una mayor preferencia por practicar sus actividades en días entre semana (35,3% de mujeres y 19,6% de hombres), y los hombres una mayor preferencia por practicarlas los fines de semana (13,6% de hombres y 4,2% de mujeres).

### 2.2. *Aspectos organizativos de la práctica de hombres y mujeres*

Existe un mayor porcentaje de hombres practicantes federados que mujeres (13,6% de hombres y 3,7% de mujeres) y también de practicantes que realizan actividades organizadas pero no federadas (12,6% de hombres y 5,2% de mujeres). Es más similar el porcentaje de hombres y mujeres que realizan práctica libre (88,9% de hombres y 85% de mujeres).

Si bien los hombres parecen practicar diferentes tipos de actividades de forma autónoma, las mujeres optan por una práctica más tutelada. Así pues, aunque la mayor parte de la práctica para ambos sexos es no guiada, las mujeres practicantes realizan en mayor medida un tipo de práctica guiada por monitores... (21,9% de mujeres y 10,4% de hombres). Asimismo, son ellas quienes parecen haber recibido información sobre cómo realizar su práctica de forma saludable y segura en un mayor número de ocasiones (37,8% de mujeres y 34,1% de hombres). No se dan grandes diferencias sin embargo, en el deseo de recibir más información al respecto.

### *2.3. Historia de práctica en edad escolar en hombres y mujeres*

Un mayor porcentaje de hombres menciona haber practicado deporte escolar (57,5% de hombres y 34,8% de mujeres). Además, la duración que ha tenido la participación en el deporte escolar también es mayor en el caso de los hombres (un 53,9% de hombres y un 40,5% de mujeres han participado de 6 a 10 años). Aunque no tan grande, también se da cierta diferencia en la práctica competitiva en el deporte escolar a favor de los hombres (86,6% de los hombres y 71,7% de las mujeres).

Por último, en lo que se refiere al historial de práctica federada anterior a los 16 años, un 38,9% de los hombres menciona haber estado alguna vez federado, mientras que un 11,3% de mujeres dice haberlo estado.

## **3. Tendencias generales en el ciclo vital**

### *3.1. Hábitos de práctica de la actividad físico-deportiva en el ciclo vital*

Se han estudiado los datos en función de los siguientes intervalos de edad: de 18 a 24 años, de 25 a 44, de 45 a 64 y más de 65 años. Los resultados muestran que en todos los intervalos de edad el porcentaje de practicantes supera o iguala el 80%, llegando a cerca del 90% entre la población menor de 24 años y en el intervalo 45-64, y reduciéndose entre los mayores de 65 años. Entre las modalidades preferentes en cada tramo, sobresale la actividad de caminar más de 45 minutos, actividad que se va incrementando en la medida que la edad avanza (39,4% antes de los 24, 67,2%, 86,9% y 95,4% entre los mayores de 65). Una actividad que parece ser bastante estable en todos los tramos es la natación (13% de los más jóvenes, 24%, 17,1% y 11,2% entre los mayores), actividad que se practica en mayor medida entre los 25-44 años. Aunque en todos los tramos sobresale como mayoritaria, el ciclismo es una actividad que va reduciéndose paulatinamente con la edad (21,5% en el primer tramo, 19,8%, 13,6% y 8,5% en el último). Por último, señalar la gimnasia aeróbica y de mantenimiento, que teniendo una preferencia de entorno a un 10% hasta los 64 años, se reduce a la mitad a partir de entonces.

La frecuencia con que se practica la actividad más frecuente también parece depender en gran medida de la edad. Así pues, la mayor frecuencia de actividad, es decir, la preferencia por una práctica de más de dos veces a la semana va aumentando porcentualmente con la edad (60,9% antes de los 24, 69,9% hasta los 45, 82% de 45 a 64 y 91,8% a partir de entonces). La práctica de intensidad ligera también parece aumentar con la edad, de forma que si antes de los 24 únicamente es común en un 57%, va aumentando con la edad (62,4%, 73,1% y 78,3% tras los 65). Más irregular es la duración con que se practica la actividad según los tramos de edad. La práctica mayor de una hora es relativamente frecuente (ronda el 70%) antes de los 24 años y a partir de los 45. Sin embargo, la preferencia por una duración menor es mayor en el tramo 25-44.

En cuanto al momento de práctica, decir que la práctica de una forma indistinta (días entre semana o fin de semana) va siendo más común con la edad y de forma progresiva (de un 47,9% antes de los 24, a 57,6%, 67,2% y 76,6%). De la misma manera, la práctica independiente del periodo vacacional o no vacacional es más común en la medida que avanza la edad (de 73,6%, a 81,9%, 85,1% y 93,3%).

### *3.2. Aspectos organizativos de la práctica en el ciclo vital*

La distribución de los tipos de práctica también evoluciona de forma diferente con la edad. La práctica federada y la práctica organizada no federada se reducen paulatinamente con la edad, mientras que la práctica libre va siendo preferente de forma progresiva, del 80,9% al 88,3% después de los 65.

Por otro lado, la preferencia por una práctica regulada por un monitor o entrenador también se va reduciendo. Y de la misma manera, el haber recibido información sobre cómo practicar de forma saludable y segura así como de necesitar esa información.

### *3.3. Historia de práctica en edad escolar en el ciclo vital*

Las diferencias de historial de participación en el deporte escolar, entendido como la práctica que se realiza antes de los 16 años y en horario extraescolar proporcionan resultados relevantes. Si antes de los 24 años, un 80% de los jóvenes dicen haber practicado deporte escolar, este porcentaje se reduce a 70% entre los 25-44, a un 32% entre los 45-64 y a un 9,9% a partir de entonces. No es tan progresiva la trayectoria de la duración del deporte escolar. Antes de los 24 años, un 53,3% de los jóvenes dicen haber practicado deporte escolar de 6 a 10 años, y este porcentaje se mantiene relativamente estable en las diferentes franjas de edad. La historia de práctica de deporte escolar de tipo competitivo ha sido común entorno a un 85% de los casos hasta los 44 años, y se reduce a menos de un 70% a partir de los 45.

Por último, el historial de práctica federada muestra que hasta los 24 años, un 47,6 de los practicantes dicen haber estado federados. En el intervalo 25-44 un 41,9% añade haberlo estado, y este porcentaje desciende drásticamente a partir de entonces.

## **4. Comparación de la participación con otras regiones Europeas**

### *4.1. Aspectos generales*

En términos generales, los resultados del COMPASS muestran que hay grandes diferencias entre la participación de países de Europa Central y Nórdicos y países del Sur de Europa. En algunos países de Europa Central y Norte el tipo de participación intensiva (frecuencia de más de dos veces a la semana) y/o regular (dos veces a la semana) es superior al porcentaje de no-participación. Esto ocurre en Finlandia, Suecia, Suiza y República Checa. Sin embargo, la tendencia general en las regiones de Europa Sur es que la no-participación excede en gran medida la participación intensiva, regular e irregular.

Los resultados referentes a Gipuzkoa muestran que los índices de participación intensiva en esta provincia son relativamente mayores que en las otras regiones de Europa Sur, como España, Italia y Portugal. Asimismo, en Gipuzkoa el índice de no-participación es menor que en los demás países mencionados.

### *4.2. Participación masculina y femenina*

Los resultados sobre las diferencias entre participación masculina y femenina también son bastante divergentes en las regiones de Europa Central y Norte por una lado, y de Europa Sur por otro. Así pues, las diferencias entre sexos en la participación de tipo

intensiva es menor los países de Europa Central y Norte. También son menores las diferencias entre porcentajes de hombres y mujeres no participantes.

Sin embargo, en las regiones de Europa Sur existen mayores diferencias entre la participación de hombres y mujeres, tanto en lo que se refiere a la participación de tipo intensiva como en lo que se refiere a la no-participación. De forma similar a la participación en España, Italia o Portugal, también en Gipuzkoa existe un mayor porcentaje de hombres que practican sus actividades de forma intensiva que mujeres, y un mayor porcentaje de mujeres que no practican actividad alguna.

En lo que se refiere a Gipuzkoa y dado de que contamos con resultados más específicos, estos resultados podrían matizarse. En los resultados sobre la comparación de países, se ha utilizado la versión del COMPASS en la cual se unen en la categoría de no-participación los porcentajes de práctica de actividad física (caminar más de 45 minutos, gimnasia aeróbica y mantenimiento, herri kirolak, caza y pesca....) y no-participación. No obstante, si se separan los porcentajes de práctica de actividades físicas de la no-participación se obtiene una fotografía diferente de la situación, dado que las actividades físicas son preferentes entre las mujeres (51,9% de las mujeres y 35% de los hombres). En este caso, el residual que queda como no-participante es muy similar para las mujeres y los hombres (17,8% de las mujeres y 11% de los hombres).

#### *4.3. Participación en el ciclo vital*

En general, los resultados muestran que la participación intensiva tiende a disminuir con la edad (con excepción de Finlandia). Por el contrario, los porcentajes de baja o nula participación (irregular, ocasional, actividad física y no-participación) tienden a aumentar en la medida que la edad avanza. En diferente medida, esta tendencia es común a la mayoría de las regiones analizadas.

Los datos referentes a Gipuzkoa muestran que la práctica intensiva anterior a los 24 años es de un 41,3%, un índice menor que los correspondientes a Suecia, Reino Unido y Finlandia, pero mayor que los correspondientes a Irlanda, Italia, Países Bajos, y España. A estos resultados debe añadirse que si bien en Gipuzkoa la muestra ha sido tomada a partir de los 18 años, en los otros países se ha tomado a partir de los 16. Esto significa que seguramente el porcentaje en Gipuzkoa en participación intensiva podría ser mayor debido a que entre los 16-18 se concentra una mayor práctica intensiva.

La práctica intensiva de 25 a 44 años también es importante (entorno a 27,2%), menor que en países como Finlandia, Suecia y Reino Unido, y mayor que en el resto de países. La práctica intensiva se reduce de forma muy drástica a partir de los 45, pasando a un 19,9% de participación antes de los 65 y llegando a un 11,8% a partir de entonces. En cuanto a los datos de baja y nula participación, al menos en el caso de Gipuzkoa, y si se separan los porcentajes que representan otras actividades físicas de la no-participación, se puede constatar que la progresión de la participación nula en función de la edad no es drástica en absoluto. De hecho, si antes de los 24 la no-participación es de 11,3%, pasa a 15,2% de los 25 a los 44, a 10,5% de los 45 a los 64 y por último a 20,1% a partir de los 65.

## Conclusiones

### ❖ *La práctica de la actividad físico-deportiva en Gipuzkoa está integrada en los estilos de vida de la población*

Si se atiende al dato de que el 85,5% de la población guipuzcoana mayor de 18 años ha practicado al menos una vez una actividad físico-deportiva (incluyendo caminar más de 45 minutos) y se añade que además, el 81,4% de estos practicantes practican sus actividades con una asiduidad mayor a dos veces por semana, podemos afirmar que en Gipuzkoa existe un alto índice de práctica de actividades físico-deportivas. También es importante subrayar que esta práctica es en gran medida independiente de los días de la semana o época del año en que se realiza. Un 63,7% de los practicantes mencionan realizar sus actividades físico-deportivas en cualquier día de la semana y un 84,5% dicen practicar sus actividades independientemente de si se trata del periodo vacacional. Estos datos sugieren que la práctica de la actividad físico-deportiva está enraizada en los estilos de vida de los guipuzcoanos, y que se da con bastante regularidad.

### ❖ *La frecuencia de práctica de actividades físico-deportivas es similar en hombres y mujeres*

Muchos son los estudios que defienden que las mujeres practican actividad físico-deportiva en menor medida que los hombres. La mayoría de estos estudios no han recogido información sobre la actividad de caminar. Sin embargo, en este estudio se ha tenido en cuenta la actividad de caminar, y se ha considerado actividad física cuando la actividad se realiza durante más de 45 minutos. De esta forma, los resultados muestran que la frecuencia de práctica de la actividad físico-deportiva preferente es mayor incluso algo mayor en el caso de las mujeres que en hombres. Las mujeres practicantes realizan su actividad preferente más de dos veces a la semana en un 80,9% de los casos, mientras que los hombres la realizan en un 74,1%. Sin embargo, las mujeres y hombres optan por diferentes modalidades. En comparación con los hombres, las mujeres practican en mayor medida actividades como caminar más de 45 minutos, gimnasia aeróbica y mantenimiento y natación, mientras que los hombres más ciclismo, montañismo, footing y fútbol. Estos resultados muestran que si se entiende la actividad físico-deportiva de una forma global, las mujeres optan al igual que los hombres por invertir su tiempo en este tipo de actividades. En este sentido, las diferencias entre hombres y mujeres puede deberse en mayor medida a un concepto restrictivo y más masculinizado de la actividad física y el deporte que a la preferencia real de hombres y mujeres. El problema podría ser más teórico y metodológico que social.

Por otro lado, también parece que las mujeres presentan una mayor preferencia por el tipo de actividad no federativa. Asimismo, no deja de ser llamativo el que las mujeres mencionen haber practicado deporte escolar y deporte federado antes de los 16 años en menor medida que los hombres. Esto podría deberse a que el tipo de actividad organizada no cubren las preferencias que podrían tener las mujeres en ese periodo temprano, pero que una vez empiezan a ser más autónomas, las mujeres tienden espontáneamente hacia actividades más apropiadas para ellas.

### ❖ *La frecuencia de práctica de actividades físico-deportivas se mantiene estable durante todo el ciclo vital*

Intuitivamente, podría parecer que la frecuencia de práctica disminuye con la edad. Sin embargo, los datos con los que contamos muestran que lejos de ser ésta la tendencia, no sólo son mínimas las diferencias en la frecuencia de práctica en función de la edad,

sino que incluso parece aumentar en función de la misma. Lo que sí varía en función de la edad es por una parte el tipo de modalidad que se practica y la intensidad con que se practica dicha actividad. Así pues, la preferencia por caminar más de 45 minutos aumenta de forma importante con la edad hasta llegar a un 95,4% entre los mayores de 65 años, mientras que otro tipo de actividades disminuyen. Además, la intensidad con que se practican las actividades físico-deportivas desciende de forma importante con la edad. En definitiva, es importante hacer notar que la frecuencia de práctica de actividades físico-deportivas se mantiene regular a lo largo de todo el ciclo vital, y que las personas optan por adecuar el tipo e intensidad de la práctica a sus necesidades y capacidades. El hecho de que la frecuencia de práctica aumente con la edad es posiblemente explicable por una mayor disponibilidad de tiempo libre en la medida que la edad avanza.

❖ *La población Guipuzcoana tiene preferencia por un tipo de práctica libre y no organizada*

Un 87% de los practicantes guipuzcoanos mayores de 18 años realizan actividad físico-deportiva por su cuenta, y menos de un 10% de practicantes optan por la práctica federada. Además, un 83,4% de los practicantes dicen realizar su actividad sin monitores o entrenadores. Estos resultados sugieren que la población guipuzcoana realiza su práctica de forma espontánea y sin ningún tipo de condicionante externo, lo cual refuerza la conclusión de que la práctica forma parte de los estilos de vida de los guipuzcoanos.

❖ *Los hábitos de práctica de la actividad físico-deportiva de los Guipuzcoanos comienzan a forjarse en la edad escolar*

Si bien el 45,6% de los practicantes mencionan haber practicado deporte antes de los 16 años y en horario extraescolar, en este aspecto se da una progresión muy significativa en función de la edad. En efecto, el 80% de los practicantes de 28 a 24 años menciona haber practicado deporte escolar. Este porcentaje se reduce a un 70% entre los 25 y 44, a un 32% entre los 45 y 64 y a un 9,9% a partir de los 65. También se da una progresión importante en la historia de participación en organizaciones federativas antes de los 16 años. De hecho, un 47,6% de los practicantes entre 18 y 24 años menciona haber estado alguna vez federado antes de los 16 años, y un 41,9% de los practicantes de 25-44 años dicen haberlo estado. Este porcentaje se reduce drásticamente en intervalos de edad superiores. Esta evolución está posiblemente relacionada por una parte con los momentos históricos en que se ha vivido la juventud, y por otra parte con la progresiva organización de estructuras favorecedoras del deporte escolar y el deporte federado.

❖ *Gipuzkoa presenta una participación relativamente mayor en comparación con regiones próximas a su entorno cultural.*

Aunque las diferencias que presenta la participación en Gipuzkoa con respecto a otros países de su entorno cultural como Portugal, España e Italia no son muy grandes, los resultados muestran un patrón consistente a un nivel general, por sexos y por edad. Así pues, Gipuzkoa presenta mayores índices de participación intensiva y menor no-participación que Portugal, España e Italia. Si se toman los porcentajes en función del género, el patrón vuelve a repetirse. Tanto en el grupo de mujeres, como en el de hombres, Gipuzkoa presenta mayores índices de participación intensiva y una menor no-participación en comparación con los demás países sur-europeos. Y lo mismo ocurre cuando se tiene en cuenta la edad. La participación intensiva en los diferentes intervalos de edad es mayor en el caso guipuzcoano que en los otros países del sur de Europa (España e Italia). Además, los índices de baja y nula participación también son menores que en España e Italia en todos los rangos de edad. En definitiva, si bien la

participación en Gipuzkoa es bastante menor que en países del Centro y Norte de Europa, los porcentajes de participación son mayores en relación a países culturalmente parejos.

Cabe preguntarse a qué se deben las diferencias entre la participación en el Sur de Europa y en el Centro y Norte de Europa. Probablemente parte de las diferencias puedan atribuirse a los diferentes estilos de vida existentes en los países; parte al nivel socio-económico de los mismo; y parte a las políticas deportivas que funcionan en los diferentes países.



# ANEXO

## 1. Comparación de la participación con otras regiones Europeas (en negrita suma de categorías)

|   | Gipuzkoa<br>2006 | España<br>2000 | Italia<br>2000 | Portugal<br>1998 | Reino<br>Unido<br>1996 | República<br>Checa<br>1999 | Suiza<br>1999 | Países<br>Bajos<br>2002 | Suecia<br>1998 | Finlandia<br>1998 |
|---|------------------|----------------|----------------|------------------|------------------------|----------------------------|---------------|-------------------------|----------------|-------------------|
| <b>1: Competitivo, organizado,<br/>intensivo</b>  | 3,5              | 2,7            | 3              | 3                | 5                      | 11,3                       | 7             | 6,9                     | 12             | 6                 |
| <b>2: Intensivo</b>                               | 19,3             | 15             | 3,7            | 8                | 13                     | 27,9                       | 28,8          | 7,7                     | 25             | 33                |
|   | <b>22,8</b>      | <b>17,7</b>    | <b>6,7</b>     | <b>11</b>        | <b>18</b>              | <b>39,2</b>                | <b>35,8</b>   | <b>14,6</b>             | <b>37</b>      | <b>39</b>         |
| <b>3: Regular, competitivo y/o<br/>organizado</b> | 1,3              | 0,9            | 4,9            | 4                | 4                      | 4,8                        | 6,4           | 9,1                     | 5              | 5                 |
| <b>4: Regular, recreacional</b>                   | 6,4              | 13,2           | 3,5            | 3                | 6                      | 8,8                        | 12,7          | 6,4                     | 17             | 29                |
|   | <b>7,7</b>       | <b>14,1</b>    | <b>8,4</b>     | <b>7</b>         | <b>10</b>              | <b>13,6</b>                | <b>19,1</b>   | <b>15,5</b>             | <b>22</b>      | <b>34</b>         |
| <b>5: Irregular</b>                               | 8,7              | 3,7            | 11             | 4                | 19                     | 13,9                       | 8,1           | 31,5                    | 11             | 6                 |
| <b>6: Ocasional</b>                               | 2,7              | 1,1            | 3,2            | 1                | 20                     | 2,9                        | 10,4          | 11,5                    |                | 2                 |
|   | <b>11,4</b>      | <b>4,8</b>     | <b>14,2</b>    | <b>5</b>         | <b>39</b>              | <b>16,8</b>                | <b>18,5</b>   | <b>43</b>               | <b>11</b>      | <b>8</b>          |
| <b>7: Actividades físicas</b>                     | 43,6             |                | 33,7           |                  | 15                     | 13,9                       |               |                         | 8              |                   |
| <b>8: No participa</b>                            | 14,5             | 63,4           | 37             | 77               | 18                     | 16,5                       | 26,7          | 26,9                    | 22             | 19                |
|   | <b>58,1</b>      | <b>63,4</b>    | <b>70,7</b>    | <b>77</b>        | <b>33</b>              | <b>30,4</b>                | <b>26,7</b>   | <b>26,9</b>             | <b>30</b>      | <b>19</b>         |

Fuente de datos sobre otros países: Proyecto COMPASS

2. Comparación de la participación por género con otras regiones Europeas (en negrita suma de categorías)

|   | Gipuzkoa (2006) |             | España (1995) |           | Italia (2000) |            | Portugal (1998) |          |
|---|-----------------|-------------|---------------|-----------|---------------|------------|-----------------|----------|
|   | hombres         | mujeres     | hombres       | mujeres   | hombres       | mujeres    | hombres         | mujeres  |
| <b>1: Competitivo, organizado, intensivo</b>  | 6,4             | 0,8         | 4             | 1         | 4,7           | 1,3        | 6               | 1        |
| <b>2: Intensivo</b>                           | 25,4            | 13,5        | 8             | 7         | 4             | 3,5        | 12              | 4        |
|   | <b>31,8</b>     | <b>14,3</b> | <b>12</b>     | <b>8</b>  | <b>8,7</b>    | <b>4,8</b> | <b>18</b>       | <b>5</b> |
| <b>3: Regular, competitivo y/o organizado</b> | 2,3             | 0,4         | 3             | 1         | 6             | 3,8        | 5               | 4        |
| <b>4: Regular, recreacional</b>               | 6,4             | 6,3         | 4             | 5         | 2,8           | 4,1        | 4               | 2        |
|   | <b>8,7</b>      | <b>6,7</b>  | <b>7</b>      | <b>6</b>  | <b>8,8</b>    | <b>7,9</b> | <b>9</b>        | <b>6</b> |
| <b>5: Irregular</b>                           | 10,7            | 6,8         | 13            | 6         | 15,2          | 6,9        | 5               | 3        |
| <b>6: Ocasional</b>                           | 3               | 2,5         | 7             | 5         | 4,5           | 2          | 2               | 0        |
|   | <b>13,7</b>     | <b>9,3</b>  | <b>20</b>     | <b>11</b> | <b>19,7</b>   | <b>8,9</b> | <b>7</b>        | <b>3</b> |
| <b>7: No-participante (actividad física)</b>  | 46              | 69,7        | 61            | 76        | 62,8          | 78,3       | 66              | 86       |

|   | Reino Unido (1996) |           | Países Bajos (2002) |             | Suecia (1998) |           | Finlandia (1998) |           |
|---|--------------------|-----------|---------------------|-------------|---------------|-----------|------------------|-----------|
|   | hombres            | mujeres   | hombres             | mujeres     | hombres       | mujeres   | hombres          | mujeres   |
| <b>1: Competitivo, organizado, intensivo</b>  | 8                  | 2         | 9,1                 | 4,8         | 17            | 8         | 7                | 4         |
| <b>2: Intensivo</b>                           | 15                 | 10        | 7,2                 | 8,2         | 19            | 29        | 27               | 38        |
|   | <b>23</b>          | <b>12</b> | <b>16,3</b>         | <b>13</b>   | <b>36</b>     | <b>37</b> | <b>34</b>        | <b>42</b> |
| <b>3: Regular, competitivo y/o organizado</b> | 6                  | 3         | 11,7                | 6,6         | 7             | 3         | 7                | 4         |
| <b>4: Regular, recreacional</b>               | 5                  | 6         | 5,3                 | 7,4         | 15            | 19        | 31               | 26        |
|   | <b>11</b>          | <b>9</b>  | <b>17</b>           | <b>14</b>   | <b>22</b>     | <b>22</b> | <b>38</b>        | <b>30</b> |
| <b>5: Irregular</b>                           | 20                 | 18        | 30,8                | 32,2        | 12            | 11        | 8                | 4         |
| <b>6: Ocasional</b>                           | 19                 | 22        | 11,8                | 11,1        |               |           | 3                | 1         |
|   | <b>39</b>          | <b>40</b> | <b>42,6</b>         | <b>43,3</b> | <b>12</b>     | <b>11</b> | <b>11</b>        | <b>5</b>  |
| <b>7: No-participante (actividad física)</b>  | 28                 | 40        | 24                  | 29,8        | 30            | 30        | 17               | 22        |

Fuente de datos sobre otros países: Proyecto COMPASS

### 3. Comparación de la participación por edad con otras regiones Europeas

Porcentajes aproximados correspondientes a los **grupos 1 y 2** (Participación competitiva, organizada e intensiva y participación intensiva) por países y edad. En negrita promedios para grupos de edad.

| Edad  | Finlandia   | Irlanda     | Italia      | Países Bajos | España      | Suecia      | Reino Unido | Gipuzkoa    |
|-------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 16-19 |             | 36          | 14          | 32           | 17          | 62          | 53          |             |
| 20-24 | 46          | 33          | 11          | 26           | 14          | 59          | 44          |             |
|       | <b>46</b>   | <b>34,5</b> | <b>12,5</b> | <b>29</b>    | <b>15,5</b> | <b>60,5</b> | <b>48,5</b> | <b>41,3</b> |
| 25-29 | 40          | 23          | 10          | 20           | 13          | 39          | 35          |             |
| 30-34 | 35          | 13          | 6           | 17           | 7           | 38          | 34          |             |
| 35-39 |             | 17          | 5           | 14           | 7           | 33          | 30          |             |
| 40-44 | 34          | 12          | 4           | 13           | 8           | 32          | 25          |             |
|       | <b>36,3</b> | <b>16,3</b> | <b>6,3</b>  | <b>16,0</b>  | <b>8,8</b>  | <b>35,5</b> | <b>31,0</b> | <b>27,2</b> |
| 45-49 |             | 10          | 3           | 11           | 8           | 26          | 21          |             |
| 50-54 | 38          | 9           | 3           | 13           | 8           | 26          | 20          |             |
| 55-59 | 41          | 8           | 3           | 16           | 5           | 24          | 18          |             |
| 60-64 | 46          | 6           | 3           | 8            | 5           | 19          | 14          |             |
|       | <b>41,7</b> | <b>8,3</b>  | <b>3,0</b>  | <b>12,0</b>  | <b>6,5</b>  | <b>23,8</b> | <b>18,3</b> | <b>19,9</b> |
| 65+   |             | 4           | 1           | 7            |             | 28          | 10          | 11,8        |

Fuente de datos sobre otros países: Proyecto COMPASS

Porcentajes aproximados correspondientes a los **grupos 6, 7 y 8** (ocasional, actividad física y no-participantes).  
 En negrita promedios para grupos de edad

| Edad  | Finlandia   | Irlanda      | Italia       | Países Bajos | España       | Suecia      | Reino Unido | Gipuzkoa    |
|-------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|-------------|-------------|
| 16-19 |             | 24           | 59           | 25           | 54           | 15          | 22          |             |
| 20-24 | 13          | 40           | 63           | 32           | 64           | 20          | 31          |             |
|       | <b>13</b>   | <b>32</b>    | <b>61</b>    | <b>28,5</b>  | <b>59</b>    | <b>17,5</b> | <b>26,5</b> | <b>30,5</b> |
| 25-29 | 22          | 41           | 67           | 32           | 68           | 26          | 37          |             |
| 30-34 | 22          | 60           | 73           | 34           | 72           | 34          | 39          |             |
| 35-39 |             | 59           | 78           | 36           | 72           | 44          | 40          |             |
| 40-44 | 22          | 67           | 81           | 41           | 79           | 46          | 50          |             |
|       | <b>22</b>   | <b>56,75</b> | <b>74,75</b> | <b>35,75</b> | <b>72,75</b> | <b>37,5</b> | <b>41,5</b> | <b>51</b>   |
| 45-49 |             | 70           | 86           | 45           | 79           | 48          | 56          |             |
| 50-54 | 27          | 77           | 88           | 48           | 85           | 50          | 60          |             |
| 55-59 | 24          | 82           | 90           | 51           | 89           | 57          | 67          |             |
| 60-64 | 28          | 87           | 93           | 55           | 93           | 61          | 69          |             |
|       | <b>26,3</b> | <b>79,0</b>  | <b>89,3</b>  | <b>49,8</b>  | <b>86,5</b>  | <b>54,0</b> | <b>63,0</b> | <b>65,6</b> |
| 65+   |             | <b>91</b>    | <b>97</b>    | <b>72</b>    |              | <b>56</b>   | <b>82</b>   | <b>83,2</b> |

Fuente de datos sobre otros países: Proyecto COMPASS