

GOBIERNO DE NAVARRA

DESARROLLO ECONÓMICO

DERECHOS SOCIALES

HACIENDA Y POLÍTICA FINANCIERA

PRESIDENCIA, FUNCIÓN PÚBLICA,  
INTERIOR Y JUSTICIA

RELACIONES CIUDADANAS E  
INSTITUCIONALES

EDUCACIÓN

SALUD

**CULTURA, DEPORTE Y JUVENTUD**

DESARROLLO RURAL, MEDIO  
AMBIENTE Y ADMINISTRACIÓN LOCAL

SEGURIDAD Y EMERGENCIAS

## El 85% de la población joven navarra practica deporte y/o una actividad física con regularidad

*El INDJ presenta el estudio “Juventud y deporte. Navarra 2019”, en el que han participado 800 jóvenes navarros y navarras*

Martes, 05 de marzo de 2019

El 85% de los y las jóvenes navarras practica deporte y/o una actividad física, según se desprende del estudio “Juventud y deporte. Navarra 2019”, editado por el Instituto Navarro de Deporte y Juventud (INDJ), y de ellos, más del 92% lo practica, al menos, dos días a la semana. Este informe, realizado a través de 800 entrevistas telefónicas a jóvenes navarros y navarras de entre 16 y 30 años, analiza las opciones y actitudes de los y las jóvenes navarras en relación con el deporte, la actividad física y otras cuestiones de interés vinculadas también al ámbito deportivo como son el bullying, las apuestas deportivas y el voluntariado, entre otras.

### Práctica deportiva

A la alta práctica deportiva o de actividad física se suma también una alta regularidad entre quienes la realizan. El 49% de los y las jóvenes practica deporte y/o una actividad física dos o tres días a la semana, mientras que un 32,7% lo hace cuatro o cinco días y un 10%, diariamente. Además, un 7,7% de la juventud realiza deporte, al menos, un día a la semana. Por tanto, casi nueve de cada diez jóvenes se posicionan cercanos al deporte y la actividad física. No obstante, un 52,2% de los y las jóvenes manifiestan no realizar tanto deporte y/o actividad física como quisieran, si bien un 33,6% sí está satisfecho con la práctica deportiva que realizan.

Asimismo, el 22,5% de los y las jóvenes navarras afirma que practica deporte de competición en la actualidad. La práctica de deporte de competiciones es casi cuatro veces mayor en los hombres (34,6%) frente al 9,9% entre las mujeres. El 49,3% de los y las jóvenes navarras no ha practicado deporte, entendiendo deporte como aquella actividad deportiva que implica competición. El ratio de ex-deportistas, que han practicado deporte de competición pero lo han dejado, asciende al 28%.

Por su parte, el 14,1% de los y las jóvenes navarras es sedentaria y no practica ni deporte de competición ni actividad física alguna y, entre sus justificaciones, se encuentra, principalmente, la ausencia de tiempo y, secundariamente, una serie de aspectos que van desde la pereza al hecho de que no les gusta el deporte pasando por el cansancio de la jornada de estudio o trabajo

## **Motivación**

La juventud realiza un deporte o una práctica deportiva principalmente por dos razones: para estar en forma y mantener la salud (47,2%) y para divertirse y porque gusta (33,6%). Las actividades físicas más populares entre los y las jóvenes son gimnasio (29,6%), running (24,8%), andar (18,6%), nadar (10,4%) y ciclismo/ciclismo montaña (10,2%), mientras que en deporte de competición los más practicados son fútbol (36,2%), baloncesto (10,8%), fútbol sala (10,1%) y waterpolo (7,2%).

La práctica de un deporte y/o una actividad física a través de un club, una asociación u organización es realizada por un 37,2% de la juventud, mientras que un 69,1% de los y las jóvenes practica un deporte y/o actividad física por su cuenta. Esta forma de plantearse la práctica del deporte y/o actividad física está algo más presente en las mujeres (71,9%) que en los hombres (66,6%). No obstante, la opción de practicar deporte por su cuenta no se traduce necesariamente en una práctica en solitario, ya que casi el 60% de los y las jóvenes practica deporte y/o actividad física acompañado o acompañada.

## **Ficha técnica de la encuesta**

El estudio consiste en 800 entrevistas telefónicas, lo que supone operar con un margen de error de  $\pm 3,5\%$  para un nivel de confianza del 95,5%. El universo de estudio son personas jóvenes empadronadas en Navarra, de 16 a 30 años, que practiquen o no deporte y/o actividad física. Las entrevistas telefónicas se realizaron durante los meses de octubre y noviembre de 2018.

Para más información sobre la práctica deportiva y actividad física en la juventud navarra se puede [consultar el estudio](#) en su totalidad en la página web del INDJ.