



# ¡Es hora de hacer la tarea!

Por una educación física  
de calidad en México

**2018** Boleta de  
Calificaciones  
Mexicana

sobre la Actividad Física de Niños y Jóvenes





# Boleta de Calificaciones Mexicana sobre la Actividad Física de Niños y Jóvenes

En este documento se presentan los resultados de la cuarta edición de la Boleta de Calificaciones Mexicana sobre la Actividad Física de Niños y Jóvenes. La Boleta tiene como objetivo evaluar el trabajo que está haciendo México en relación con la promoción de actividad física en niños y jóvenes. La información de esta Boleta puede ayudar a generar acciones encaminadas a combatir la falta de actividad física en niños y jóvenes y así contribuir a la lucha contra la obesidad y las enfermedades crónicas en México.

La información contenida en este documento se puede reproducir siempre y cuando se utilice el siguiente agradecimiento: esta información ha sido obtenida de la Boleta de Calificaciones Mexicana sobre la Actividad Física de Niños y Jóvenes 2018 con permiso de sus autores.

Se sugiere utilizar la siguiente cita:

Galaviz KI, Argumedo García G, Gaytán-González A, González-Casanova I, González Villalobos MF, Jáuregui A, Jáuregui Ulloa E, Medina C, Pacheco Miranda YS, Pérez Rodríguez M, Reséndiz E, Retano R, Rodríguez Martínez MP, y López y Taylor J. ¡Es hora de hacer la tarea! Por una educación física de calidad en México. Boleta de Calificaciones Mexicana sobre la Actividad Física de Niños y Jóvenes 2018. Guadalajara, Jal, México; 2018.

**Fecha de Publicación:** Noviembre 2018

Para más información y acceder a la versión larga del presente reporte visita:

<https://www.boletamexicana.org>

# ¡Es hora de hacer la tarea!

## POR UNA EDUCACIÓN FÍSICA DE CALIDAD EN MÉXICO

**S**i queremos niños activos y saludables que contribuyan al desarrollo económico y social de México en su edad adulta, debemos hacer la tarea. Dicha tarea consiste en proporcionar a todos los niños y niñas de México educación física de calidad inclusiva.

La educación física de calidad es un conjunto de estrategias enfocadas a fomentar el desarrollo y formulación de un currículo inclusivo y equitativo, que brinde experiencias significativas a nivel personal y relevantes a nivel cultural y social. En 2013, La Organización de Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) lanzó el proyecto piloto internacional Políticas para una Educación Física de Calidad, en el cual participa México y tiene como objetivo el apoyar a los gobiernos en el desarrollo e implementación de políticas para garantizar la prestación de educación física de calidad.<sup>1</sup>

Con base en un diagnóstico de la situación en México y en los principios propuestos por la UNESCO, un equipo integrado por representantes de las Secretarías de Salud y Educación, el Consejo Nacional para la Cultura Física y el Deporte, la Organización Panamericana de la Salud (OPS/OMS) y la UNESCO México, así como más de 30 expertos coordinados a través del Instituto Nacional de Salud Pública, emitió una propuesta para fortalecer la prestación de educación física en México.<sup>1</sup> La propuesta tiene como fundamento la inclusión, la alfabetización física y la protección y salvaguarda de los niños a través de cinco componentes:

1. Formación, suministro y desarrollo de profesores de educación física capacitados para impartir educación física de calidad;
2. La provisión de instalaciones, equipamiento y recursos adecuados para la prestación de educación física de calidad en los planteles escolares del nivel básico del Sistema Educativo Mexicano;
3. Flexibilidad curricular de manera que sea inclusivo—para niñas, pueblos originarios y población con necesidades especiales— y flexible para acomodarse a las necesidades de la sesión;
4. Formación de alianzas entre escuelas, comunidad, organizaciones deportivas y empresas privadas que promuevan la prestación de educación física, actividad física y deporte extracurricular;
5. Establecimiento de mecanismos de seguimiento y garantía de la calidad de la educación física.

Esta propuesta tiene como objetivo que niños mexicanos en nivel de educación básica (preescolar, primaria y secundaria) reciban sesiones de educación física de calidad inclusiva con la finalidad de aumentar la proporción de individuos físicamente activos y alfabetizados, seguros de sí mismos y capaces de establecer relaciones empáticas, que reconocen la contribución de la actividad física a la salud y el bienestar y la practican de forma regular como parte de la vida diaria.<sup>1</sup> Es hora de que México haga la tarea para que se logre este objetivo.

*Para más información sobre esta propuesta y acceder al informe completo visita:*

<http://ened.conade.gob.mx/Documentos/Manuales/Estrategia.pdf>

# Calificaciones 2018

## COMPORTAMIENTOS DIARIOS

### 4 Actividad física global

- El 17.2% de los niños de 10 a 14 años y el 60.5% de los adolescentes de 15 a 19 años realizan por lo menos 60 minutos de actividad física de intensidad moderada a vigorosa al día.<sup>2</sup>

### 5 Participación en deporte o actividad física organizada

- El 48.6% de los niños de 10 a 14 años reporta haber participado en algún deporte o actividad organizada en los últimos 12 meses.<sup>2</sup>

### 3 Juego activo

- Niños de 9-12 años emplean 2 horas al día en juego activo.<sup>10</sup>
- Niños de 2-5 años emplean 3.8 horas al día en juego activo.<sup>11</sup>
- El 76% de niños de 6-11 años juegan al aire libre por lo menos un día a la semana.<sup>12</sup>

### 5 Transporte activo

- El 54.8% de los niños mayores de 3 años caminan a la escuela mientras que 1.5% van en bicicleta.<sup>15</sup>

### 3 Comportamiento sedentario

- El 22.7% de los niños entre 10 y 14 años y el 21.4% de adolescentes entre 15 y 19 años pasan menos de 2 horas diarias frente a una pantalla.<sup>2</sup>

### 7 Sueño

- El 91% de los niños de 10-14 años duermen por lo menos 9 horas al día mientras que 65% de los adolescentes de 15-17 años duermen por lo menos 8 horas al día.<sup>2</sup>

## FITNESS

### 7 Composición corporal

- 66.8% de los niños de 5 a 11 años y 63.7% de los adolescentes de 12 a 19 años presentan valores adecuados de índice de masa corporal para la edad.<sup>2</sup>

## FUENTES DE INFLUENCIA

### *incompleto* Familia y amigos

- No existe información para calificar este indicador.

### 3 Escuela

- Sólo el 36.3% de los escolares en México recibe una hora de educación física a la semana en la escuela.<sup>13</sup>
- Para las 207,682 escuelas públicas de educación básica que hay en México, sólo existen 96,000 profesores de educación física.<sup>14</sup>

### 4 Comunidad y ambiente construido

- El 33% de las colonias en México con 5 mil habitantes o más tienen todas sus calles con banquetas y árboles, mientras que el 45% cuenta con alumbrado público.<sup>16</sup>
- Hasta 2015 existían 45,497 instalaciones deportivas en los 31 estados, pero no existe evidencia sobre su uso y alcance.<sup>17</sup>
- En el 2015, el 73.9% de los mexicanos adultos habían dejado de permitir que sus hijos salieran de casa.<sup>18</sup>

## ESTRATEGIAS E INVERSIONES

### 6 Gobierno

- Existen acciones del PND 2013-2018 y de la Estrategia para la prevención y control del Sobrepeso, Obesidad y Diabetes relacionadas con la promoción de la actividad física pero estas no fueron dirigidas a niños y jóvenes, o se desconoce si estos participaron.<sup>3-9</sup>
- El programa Ponte al 100 contó con 2828 centros de capacidad funcional mas no se implementaron estrategias para promover la actividad física.<sup>5</sup>
- En 2017, se instauró la "Primera Semana Nacional de Cultura Física y Deporte".<sup>7-8</sup>
- A través del programa Muévete en 30 se atendió a 4 millones de alumnos de nivel básico y jóvenes de educación media superior.<sup>7-8</sup>
- No se cuenta con información precisa respecto al presupuesto destinado para la promoción de la actividad física en niños y jóvenes.
- No fue posible identificar de manera clara la forma en la que participan y se coordinan los diferentes sectores para ejecutar las acciones establecidas.

### 2 Organizaciones no gubernamentales

- Se encontraron pocas ONGs que apoyan la promoción de actividad física.
- Las iniciativas implementadas por ONGs están dirigidas a promover el deporte competitivo.
- Los programas son de corta duración y se desconoce la proporción de niños y jóvenes que estos alcanzan.
- No se encontró información sobre los fondos e inversiones destinados al desarrollo e implementación de dichos programas.
- No se encontró evidencia de liderazgo y compromiso para dar oportunidades de actividad física a niños y jóvenes.



# Indicadores evaluados

En la Boleta 2018 se sintetiza información nacional relacionada con 11 indicadores agrupados en cuatro categorías que se muestran en la figura. Para la asignación de calificaciones, se revisaron datos de encuestas nacionales, censos, artículos científicos y otros documentos. La calificación fue determinada de acuerdo al porcentaje de niños y jóvenes con los que estamos promoviendo la actividad física con éxito: 9-10 = 81-100%, 7-8 = 61-80%, 5-6 = 41- 60%, 3-4 = 21-40%, y 0-2 = 0-20%. Este reporte es un resumen y sólo presenta las calificaciones asignadas. La información detallada sobre la metodología y preparación de la Boleta, así como la versión larga del presente reporte, están disponibles en <https://www.boletamexicana.org>

Figura. Indicadores evaluados en la Boleta 2018.



## El Equipo

### Investigadores principales:

- Karla I. Galaviz – Emory University
- Juan Ricardo López y Taylor – Universidad de Guadalajara

### Co-investigadores:

- Gabriela Argumedo García - University of Bath
- Alejandro Gaytán González – Universidad de Guadalajara
- Inés González-Casanova – Emory University
- Martín Francisco González Villalobos – Universidad de Guadalajara
- Alejandra Jáuregui – Instituto Nacional de Salud Pública
- Edtna Jáuregui Ulloa – Universidad de Guadalajara
- Catalina Medina - Instituto Nacional de Salud Pública

- Yoali Selene Pacheco Miranda – Instituto Nacional de Salud Pública
- Marcela Pérez Rodríguez – Instituto Mexicano del Seguro Social
- Eugen Reséndiz - Instituto Nacional de Salud Pública
- Ricardo Alejandro Retano Pelayo – Universidad de Guadalajara
- María del Pilar Rodríguez Martínez – Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente

### Diseño e impresión:

- Julio César Salazar Salazar – Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente
- Sergio Lozano Hernández – Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente



# Bibliografía

1. Instituto Nacional de Salud Pública. *Hacia una Estrategia Nacional para la Prestación de Educación Física de Calidad en el Nivel Básico del Sistema Educativo Mexicano*. Instituto Nacional de Salud Pública. Cuernavaca 2018.
2. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de Medio Camino 2016. Disponible en: <https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/209093/ENSANUT.pdf>.
3. Gobierno de la República. *Plan Nacional de Desarrollo 2013-2018*. Mexico. 2013. Disponible en: <http://pnd.gob.mx/>.
4. Primer Informe de Ejecución del Plan Nacional de Desarrollo [Internet]. Gob.mx. 2018 [citado 31 de agosto 2018]. Disponible en: [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/30344/1\\_ie\\_pnd\\_2013-2018.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/30344/1_ie_pnd_2013-2018.pdf).
5. Segundo Informe de Ejecución del Plan Nacional de Desarrollo [Internet]. Gob.mx. 2018 [citado 31 de agosto 2018]. Disponible en: [www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/30345/2\\_ie\\_2014\\_CONSOLIDADO.pdf](http://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/30345/2_ie_2014_CONSOLIDADO.pdf).
6. Tercer Informe de Ejecución del Plan Nacional de Desarrollo [Internet]. Gob.mx. 2018 [citado 31 de agosto 2018]. Disponible en: [www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/73966/Informe\\_de\\_ejecuci\\_n.pdf](http://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/73966/Informe_de_ejecuci_n.pdf).
7. Cuarto Informe de Ejecución del Plan Nacional de Desarrollo [Internet]. Gob.mx. 2018 [citado 31 de agosto 2018]. Disponible en: [www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/207257/4\\_IE\\_2016\\_21\\_03\\_17-ilovepdf-compressed.pdf](http://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/207257/4_IE_2016_21_03_17-ilovepdf-compressed.pdf).
8. Quinto Informe de Ejecución del Plan Nacional de Desarrollo [Internet]. Gob.mx. 2018 [citado 31 de agosto 2018]. Disponible en: [www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/313371/5\\_IE\\_PND\\_VERSION\\_FINAL\\_190318\\_RGB.pdf](http://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/313371/5_IE_PND_VERSION_FINAL_190318_RGB.pdf).
9. Programa Sectorial de Salud. *Avances y Resultados 21* [Internet]. Gob.mx. 2018 [citado 31 de agosto 2018]. Disponible en: [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/307228/Avances\\_Resultados\\_2017\\_PROSE-SA\\_2013-2018.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/307228/Avances_Resultados_2017_PROSE-SA_2013-2018.pdf).
10. Palos-Lucio G, Flores M, Rivera-Pasquel M, et al. Association between migration and physical activity of school-age children left behind in rural Mexico. *International Journal of Public Health*. 2015;60(1):49-58.
11. Martínez-Andrade GO, Céspedes EM, Rifas-Shiman SL, et al. Feasibility and impact of Creciendo Sanos, a clinic-based pilot intervention to prevent obesity among preschool children in Mexico City. *BMC Pediatrics*. 2014;14(1):1-15.
12. Lee RE, Soltero EG, Jáuregui A, et al. Disentangling associations of neighborhood street scale elements with physical activity in Mexican school children. *Environment and Behavior*. 2016;48(1):150-171.
13. Secretaría de Educación Pública. *Informe sectorial 1: Educación Física y Deporte en el Sistema Educativo 2015*. Disponible en: [http://www.dgb.sep.gob.mx/acciones-y-programas/ESDM/Informes\\_Sectoriales/1\\_Edu\\_Fisica\\_Deporte\\_universitario.pdf](http://www.dgb.sep.gob.mx/acciones-y-programas/ESDM/Informes_Sectoriales/1_Edu_Fisica_Deporte_universitario.pdf).
14. Instituto Nacional de Estadística y Geografía. *Censo de Escuelas, Maestros y Alumnos de Educación Básica y Especial*. Disponible en: <http://cemabe.inegi.org.mx/Reporte.aspx>. 2013.
15. Instituto Nacional de Estadística y Geografía. *Encuesta Intercensal 2015*. Disponible en: <http://www.inegi.org.mx/est/contenidos/Proyectos/encuestas/hogares/especiales/ei2015/>.
16. Instituto Nacional de Estadística y Geografía. *Resultados sobre Infraestructura y Características del Entorno Urbano*. Disponible en: [http://www3.inegi.org.mx/sistemas/microdatos/default\\_urbano.aspx](http://www3.inegi.org.mx/sistemas/microdatos/default_urbano.aspx). 2010.
17. *Censo Nacional de Infraestructura Deportiva*. 2015. Disponible en: [http://sistemas.conade.gob.mx/portalCenso/index\\_2.aspx](http://sistemas.conade.gob.mx/portalCenso/index_2.aspx).
18. Encuesta Nacional de Victimización y Percepción de Seguridad Pública (ENVIPE) 2017. Disponible en: <http://www.beta.inegi.org.mx/proyectos/enchogares/regulares/envipe/2017/>.

