

## LA DEMANDA LATENTE DE EJERCICIO FÍSICO Y DEPORTE DE LA POBLACIÓN ADULTA DE LA COMUNIDAD DE MADRID: DIFERENCIAS DE GÉNERO EN LAS ACTIVIDADES DEMANDADAS

LATENT DEMAND OF PHYSICAL EXERCISE AND SPORT OF ADULT POPULATION IN THE COMMUNITY OF MADRID: GENDER DIFFERENCES IN ACTIVITIES DEMANDED

Natalia **PEDRAJAS** (Universidad Politécnica de Madrid — España)

María **MARTÍN** (Universidad Politécnica de Madrid — España) <sup>1</sup>

Maribel **BARRIOPEDRO** (Universidad Politécnica de Madrid — España)

Elena **VIVES** (Universidad Politécnica de Madrid — España)

### RESUMEN

Esta investigación está basada en las Teorías de la Diferencia y analiza las posibles diferencias de género en las actividades demandadas por la población adulta de la Comunidad de Madrid que no practica pero querría practicar ejercicio físico o deporte (Demanda Latente). Se utilizó una metodología cuantitativa aplicando un cuestionario, mediante entrevista personal, a una muestra representativa de la población adulta de la Comunidad de Madrid (entre 30 y 64 años), seleccionada mediante muestreo polietápico (n=360; 50.3% women and 49.7% men). Un 30.4% de mujeres y un 27.4% de hombres, aunque no practicaban, deseaban hacerlo. En esta Demanda Latente, los resultados revelaron diferencias significativas de género en las actividades demandadas ( $\chi^2(22)=45.91$ ;  $p<.001$ ;  $CC=.463$ ), el espacio elegido ( $\chi^2(4)=13.58$ ;  $p<.001$ ;  $CC=.343$ ), el modo de organización ( $\chi^2(4)=25.04$ ;  $p<.001$ ;  $CC=.447$ ), número de horas ( $t_{101}=2.19$ ;  $p<.05$ ;  $d=.43$ ), así como en el gasto mensual ( $t_{100}=1.87$ ;  $p<.05$ ;  $d=.37$ ). Más mujeres querrían practicar una actividad ofertada por su ayuntamiento en una instalación deportiva, principalmente clases colectivas y natación. Más hombres demandan actividades

<sup>1</sup> Correspondencia en relación con este artículo: [maria.martin@upm.es](mailto:maria.martin@upm.es)

La investigación aquí presentada ha formado parte del Proyecto de I+D+I DEP2010-19801 *Investigación social de las necesidades, barreras e innovaciones en la oferta deportiva a las mujeres adultas en España*, financiado por el Ministerio de Ciencia e Innovación, actual Ministerio de Economía y Competitividad.

auto-organizadas al aire libre en solitario. Las mujeres pagarían mensualmente más, mientras que los hombres practicarían más horas. Estas diferencias podrían reflejar dos culturas deportivas diferentes.

#### ABSTRACT

This investigation was based on the Theories of Difference and it analyses the possible gender differences in activities demanded by adult population of the Autonomous Community of Madrid who do not practice but they would like to practice physical exercise or sport (Latent Demand). A quantitative methodology was applied. A representative sample of the Community of Madrid adult population (ranging from 30 to 64 years old) full filled a questionnaire through a personal interview. The sample was randomly selected using multistage sampling method ( $n=360$ ; 50.3% women and 49.7% men). 30.4% of women and 27.4% of men not practice but they would like to do so. In this Latent Demand, the results revealed gender differences in the activities demanded ( $\chi^2(22)=45.91$ ;  $p<.001$ ;  $CC=.463$ ), the space chosen ( $\chi^2(4)=13.58$ ;  $p<.001$ ;  $CC=.343$ ), in the type of organization ( $\chi^2(4)=25.04$ ;  $p<.001$ ;  $CC=.447$ ), in the hours ( $t_{101}=2.19$ ;  $p<.05$ ;  $d=.43$ ), as well as in the monthly physical activity expenses ( $t_{1410}=6.65$ ;  $p<.001$ ;  $d=.38$ ). More women than men would like to practice an activity offered by their municipality in an indoor sport facility, mainly group exercise and swimming. More men than women demanded solo self-organized outdoor activities. Women would spend monthly in this activity more than men, while men would practice longer than women. These differences could probably reflect two different sports cultures.

**PALABRAS CLAVE.** Género; adultos; ejercicio físico; deporte vida.

**KEYWORDS.** Gender; adults; physical exercise; sport.

## 1. INTRODUCCIÓN Y OBJETIVOS

Actualmente parece conveniente estudiar si la crisis económica ha modificado la demanda de ejercicio físico y deporte de las mujeres y hombres adultos –grupo poblacional muy numeroso que se ha incrementado en las últimas décadas (Instituto Nacional de Estadística [INE], 2015)– ya que, según Martínez del Castillo, Navarro, Puig, Jiménez, y De Miguel (1992), los cambios económicos, sociales o demográficos pueden afectar a las demandas y mercado de servicios deportivos.

En relación a estos cambios, una de las tendencias que destacan García Ferrando y Llopis (2011) en la última encuesta nacional de hábitos deportivos, ha sido el incremento de la práctica autónoma (75%) en ambos sexos y varios grupos de edad, tendencia que constituye un importante cambio del mercado de servicios deportivos. También en las personas adultas de la Comunidad de Madrid, el estudio del Plan Nacional I+D+i de Martín, Barriopedro, Martínez del Castillo, Jiménez-Beatty, y Rivero (2014) ponía de manifiesto que la práctica autónoma era mayoritaria en ambos sexos (80.3% en hombres y 63.7% mujeres). Estos y la mayoría de los estudios realizados hasta el momento en España y la Comunidad de Madrid proporcionan información sobre las personas adultas que practican o Demanda Establecida (DE), pero no sobre la

Demanda Latente (DL) o personas que no practican pero desean hacerlo (Martínez del Castillo et al., 2005). Es por ello que el presente trabajo, realizado igualmente en el marco del estudio I+D+i de Martín et al. (2014), busca ampliar el conocimiento de las diferencias de género en las características de las actividades físicas que conllevan la realización de ejercicio físico o deporte demandadas por la DL, con el objetivo de que las organizaciones deportivas públicas y privadas madrileñas puedan adaptar adecuadamente su oferta de servicios para incorporar a este grupo de mujeres y hombres adultos que, aunque no practican, desean hacerlo.

Desde las perspectivas social e individual cabe señalar la importancia de prevenir el sedentarismo en este numeroso grupo poblacional. La evidencia científica indica que las personas físicamente activas poseen niveles más altos de salud física y menores tasas de enfermedades crónicas (United States Department of Human Health and Services [USDHHS], 2008), que las mujeres tienen beneficios específicos asociados (Brown, Burton, y Rowan, 2007) y que, en la población española, las mujeres y hombres adultos que practican deporte, además de informar de mejor salud y bienestar, perciben su vida en términos más positivos (Moscoso et al., 2008).

Sin embargo, las personas adultas y las mujeres son dos de los grupos poblacionales que menos ejercicio físico y deporte practican. Los resultados proporcionados por el último Eurobarómetro (European Commission [EC], 2014a) y la última encuesta de hábitos deportivos en España (García Ferrando y Llopis, 2011) coinciden en que a medida que aumenta la edad, disminuye la práctica y que las mujeres practican menos que los hombres. El último Eurobarómetro (EC, 2014a) muestra que la tasa de práctica semanal de ejercicio y deporte (sin incluir caminar o bailar, de especial interés para las mujeres) en la población adulta europea entre 40 y 54 años es de un 40% en hombres y 36% en las mujeres. Los sucesivos estudios sociológicos sobre hábitos deportivos en España -realizados por el Centro de Investigaciones Sociológicas y financiados por el Consejo Superior de Deportes-, también han ido poniendo de manifiesto que, en las últimas décadas, el número de personas que practica deporte en España (de forma regular y esporádica, incluyendo bailar pero sin incluir caminar) ha ido en incremento, hasta un 43%, alcanzando un 44%, en el grupo etario entre 35 y 44 años y un 30% entre los 55 y 44 años. Esta fuente referencial en nuestro país ha ido mostrando desigualdades de género en la práctica de la población mayor de 15 años, que se han ido reduciendo pero que continúan siendo importantes: 31% de mujeres frente al 49.1% de los hombres. Berzosa, Gómez-Angulo, Rogodón, y Santamaría (2013), analizando los datos proporcionados por la última encuesta de hábitos deportivos en España del CIS-CSD, explican que, aunque las mujeres practican menos deporte, utilizan el caminar como actividad sustitutiva para hacer ejercicio físico con más frecuencia que ellos. Es por ello que, aquellos estudios que incorporan la perspectiva de género e incluyen el caminar al conjunto de actividades consideradas, incrementan la tasa de práctica de ambos sexos, pero más la de las mujeres, como en el estudio sobre las actitudes y prácticas deportivas de las mujeres españolas (Instituto de la Mujer [IM], 2006). Cabe matizar que en la Comunidad de Madrid, Rodríguez et al. (2011), utilizando el *Global Physical Activity Questionnaire* (GPAQv2) que considera actividades como caminar para ejercitarse (fuera de los desplazamientos habituales)

o bailar, concluían que más hombres (40.1%) que mujeres (22.6%) alcanzaban las recomendaciones de actividad física en el tiempo libre, siendo las personas adultas entre 35 y 44 años uno de los grupos que tenía menos posibilidades de cumplirlas.

El análisis de género aplicado al deporte en la población española ha puesto de manifiesto en diversos grupos etarios, entre otros, diferencias en el tipo de actividad practicada o que querrían practicar y sus características (Buñuel, 1994; Fasting, Scraton, Pfister, Vázquez, y Buñuel, 2000; García Ferrando y Llopis, 2011; IM, 2006; Martín, Martínez del Castillo, y Ferro, 2012; Martín et al., 2014; Martínez del Castillo et al., 2009; Puig y Soler, 2004). Ellas practican y querrían practicar en mayor medida que los hombres ejercicio físico para mantener la forma física relacionada con la salud – gimnasias de mantenimiento o clases colectivas *fitness-wellness*-, dirigido y a cubierto, mientras que los hombres se orientan en mayor medida hacia la práctica deportiva y de actividades autónomas al aire libre más intensas. La revisión de estudios realizada en Europa presenta resultados similares y llevó a Talleu (2011, p.9) a hablar de “*dos mundos deportivos separados*” ya que gran parte de las mujeres practicaban actividades recreativas relacionadas con la salud y ofertadas por organizaciones privado-comerciales, mientras que ellos practicaban en mayor medida deportes y actividades más intensas o arriesgadas, de forma autónoma o en el marco de organizaciones deportivas tradicionales, como clubes deportivos y federaciones. Sobre esta cuestión Puig y Soler (2004), plantearon que, a medida que las mujeres españolas han ido incorporándose al deporte, lejos de reproducir comportamientos masculinos, lo han modelado según otros parámetros, creando una cultura deportiva femenina específica y nueva. Según Puig y Soler (2004), las propuestas teóricas desde los planteamientos de Bourdieu, consideran que las personas que practican deporte configuran un *campo* con interacciones y diversidades generados por los diferentes capitales de los que son portadoras -económico, cultural, social o simbólico-, y contribuyen a explicar que las mujeres hayan configurado sus propios *campos deportivos* de modo diferente al de los hombres. Por ello Vázquez (2002), Puig y Soler (2004) y Martínez del Castillo et al. (2009) sugieren abordar el análisis de las diferencias de género en la actividad física, el ejercicio físico y el deporte desde las Teorías Feministas de la Diferencia que, sin ignorar situaciones de desigualdad y hasta de opresión, tratan de analizar lo que las mujeres aportan específicamente al deporte, sin olvidar que esta se enmarca en un sistema deportivo patriarcal.

Sondeando las hipótesis de la existencia de “*dos mundos deportivos*” (Talleu, 2011, p. 9) y la existencia de una “*cultura deportiva femenina*” (Puig y Soler, 2004, p. 77) el estudio de Martín et al. (2014) en la población entre 30 y 64 años de la Comunidad de Madrid evidenció diferencias de género en las actividades practicadas, número de horas de práctica, gasto mensual y modo de desplazamiento a la actividad. Las mujeres, en su promedio, pagaron más por practicar (17.69€) que los hombres (7.96€), ellos practicaban más horas (6.69 hombres, 4.64 mujeres) y menos hombres (42.9%) que mujeres (67.8%) se desplazaban andando al espacio de práctica. Más hombres que mujeres jugaban al fútbol y corrían, mientras que las actividades dirigidas o clases colectivas (gimnasia de mantenimiento, pilates, yoga, diversas modalidades de aeróbic y ciclo Indoor) y la danza fueron más practicadas por las mujeres que por los

hombres. Las actividades más practicadas por los hombres fueron andar y correr (ambas 20.6%), ciclismo (12.7%), fútbol (9,8%) y musculación y sala *fitness* (8.8%). Las más practicadas por las mujeres fueron caminar (30.8%), las clases colectivas dirigidas (30.8%: gimnasia de mantenimiento, 7.7%, yoga 7.7%, pilates 6.6%, aeróbic y variantes como el zumba 4.4%, ciclo indoor 4.4%), natación (7.7%) y danza (6.6%). No fueron encontradas diferencias de género en el modo de organización y los espacios de práctica, ya que la práctica autónoma fue mayoritaria en ambos sexos (80.3% hombres, 63.7% mujeres), principalmente en solitario (62.7% hombres, 50.5% mujeres) y en espacios al aire libre (60.4% hombres, 46.6% mujeres).

Como ya ha sido mencionado con anterioridad, la mayoría de los estudios efectuados hasta el momento en España y la Comunidad de Madrid proporcionan información sobre uno de los tres grupos de demanda propuestos por Martínez del Castillo et al. (2005), las personas adultas que practican (DE), pero recogen escasa información sobre las personas que no practican pero desean hacerlo (DL) y las personas que no practican ni están interesadas en hacerlo o Demanda Ausente (DA).

El estudio de Martínez del Castillo et al. (2005), además, ha sido uno de los escasos que ha profundizado en el análisis de las características de las actividades que querían practicar las mujeres adultas (entre 30 y 64 años) residentes en Madrid. Un 40.2% practicaba semanalmente (DE), un 33,40% no practicaba pero deseaba hacerlo (DL) y un 26.4% ni practicaba ni deseaba practicar (DA). Las actividades más solicitadas por la Demanda Latente fueron natación (36.1%), ejercicio físico (23.3% gimnasia de mantenimiento, entrenamiento en sala...), actividades con música (18.3%), deportes de raqueta (6.4%) y actividades cuerpo-mente (5% yoga-taichi). Gran parte manifestaron una expectativa de gasto inferior a 42€ (22% entre 31 y 42 euros, 30% entre 19 y 30, 20% entre 6 y 18, 20% menos de 6 euros o nada). Una amplia mayoría (94%) manifestó que desearía practicar bajo supervisión profesional una actividad organizada por su ayuntamiento (65.3%), una organización privado-comercial (13.4%) o una asociación (8.8%). Un 89% preferiría practicar en una instalación deportiva o centro que la tuviera, mientras que tan solo el 11% preferiría practicar en un espacio público al aire o en el propio hogar. El modo de desplazamiento al espacio deseado mayoritariamente fue andando (88%) siendo muy escasas las menciones al resto de opciones.

Pues bien, dada la escasez de estudios en torno a las mujeres y hombres adultos que no practican, pero les gustaría practicar (DL) y buscando sondear la hipótesis de la existencia de dos culturas deportivas, la femenina y la masculina (Puig y Soler, 2004) o de dos mundos deportivos (Talleu, 2011), los objetivos planteados en el presente estudio con respecto a la población de mujeres y hombres entre 30 y 64 años en la Comunidad de Madrid, son:

1. Averiguar el número de hombres y mujeres que se ubican en los tres grupos de demanda de actividad física, ejercicio físico y deporte semanal: personas que no practican pero desean hacerlo (DL), personas que practican (DE), y personas que no practican ni desean hacerlo (DA)-, identificando las posibles diferencias de género existentes.

2. Describir las actividades demandadas por las mujeres y hombres que no practican, pero desearían hacerlo (DL), identificando las posibles diferencias de género existentes.
3. Describir las características de dichas actividades expresadas a través de las variables gasto mensual, frecuencia semanal, modo de organización, espacio de práctica y modo de desplazamiento, identificando las posibles diferencias de género existentes.

## 2. MÉTODO

---

### **Participantes**

La muestra registra las siguientes características: su tamaño final ha sido de 360 personas adultas, de las que el 50.3 % son mujeres (edad media  $45.3 \pm 10.5$ ) y el 49.7 % hombres (edad media  $46.6 \pm 10.7$ ).

### **Diseño y procedimiento**

La metodología consistió en la realización de entrevistas estructuradas a una muestra estadísticamente representativa de las mujeres y hombres entre 30 y 64 años en la Comunidad de Madrid (3.386.244 personas adultas, siendo mujeres el 51.73% y hombres el 48.27%, según el INE y el Padrón Municipal a 1-1-2011). Dado que es una población infinita o muy numerosa, y trabajando con un intervalo de confianza del 95,5%, y suponiendo en la varianza poblacional el caso más desfavorable de  $p$  igual a  $q$ , el margen de error de muestreo fue de  $\pm 5.27\%$ . El tipo de muestreo fue probabilístico, de tipo polietápico, siendo las unidades de primera etapa los municipios en que residían habitualmente las personas adultas. La afijación de la muestra fue proporcional a la distribución de las personas adultas según tamaño demográfico de los municipios y según género. El trabajo de campo se llevó a cabo durante los meses de octubre, noviembre y diciembre de 2011. En él, las y los entrevistadores aplicaron el cuestionario escrito mediante entrevista personal estructurada cara a cara, en el domicilio habitual de la persona adulta.

### **Instrumento**

El instrumento empleado para captar la información necesaria para los objetivos del estudio, fue elaborado a partir del *Cuestionario de actividad física y deporte en mujeres: hábitos demandas y barreras* (Martínez del Castillo et al., 2005) elaborado para medir las demandas de actividad física de las mujeres adultas y otras variables relacionadas y, en segundo lugar, el *Cuestionario estandarizado de Actividad Física y Personas Mayores* (Graupera, Martínez del Castillo y Martín, 2003) elaborado para medir las demandas de actividad física de las personas mayores y otras variables relacionadas, y ya aplicado y validado en posteriores estudios.

### **Análisis estadísticos**

Los análisis de los datos fueron efectuados, tras ser tabulados y mecanizados informáticamente, mediante el programa SPSS versión 18. Los análisis realizados fueron:

análisis descriptivo (análisis univariable mediante gráficas de distribución de frecuencias relativas y análisis bivariante mediante tablas de frecuencias relativas) y análisis inferencial mediante pruebas de Chi-cuadrado de Pearson para variables cualitativas y pruebas t de Student para variables cuantitativas. Para cuantificar el tamaño del efecto se utilizó el Coeficiente de Contingencia y la d de Cohen. El nivel de riesgo se fijó en 0.05.

### 3. RESULTADOS

La distribución del *tipo de demanda* de actividad física, ejercicio físico y deporte semanal fue independiente del género ( $\chi^2(3)=4.36$ ;  $p>.05$ ).

**Tabla I.** Distribución de la muestra en función del sexo, tipo de demanda y actividad

	Demanda Establecida Act. Físico-deportivas (n=144)	Demanda Establecida Caminar (n=49)	Demanda Latente (n=104)	Demanda Ausente (n=63)
Hombres (n=179)	45.3%	11.7%	27.4%	15.6%
Mujeres (n=181)	34.8%	15.5%	30.4%	19.3%
Total (n=360)	40.0%	13.6%	28.9%	17.5%

Con respecto a la DL un 30.4% de las mujeres y un 27.4% de los hombres indicaron que no practicaban pero que les gustaría practicar. Con respecto a la DE un 57% de hombres y un 50.3% de mujeres respondieron afirmativamente a la pregunta del cuestionario *¿Practica usted algún tipo de ejercicio físico, actividad física o deportiva durante la semana?*. Un 45.3% de hombres y un 34.8% indicó que su actividad principal practicada era algún tipo de actividad física, ejercicio físico o deporte diferente de caminar, mientras que un 15.5% de mujeres y un 11.7% de hombres manifestaron que su principal actividad practicada era caminar. Un 19.3% de las mujeres y un 15.6% de hombres integraron la DA, ya que respondieron que no practicaban ni querían practicar.

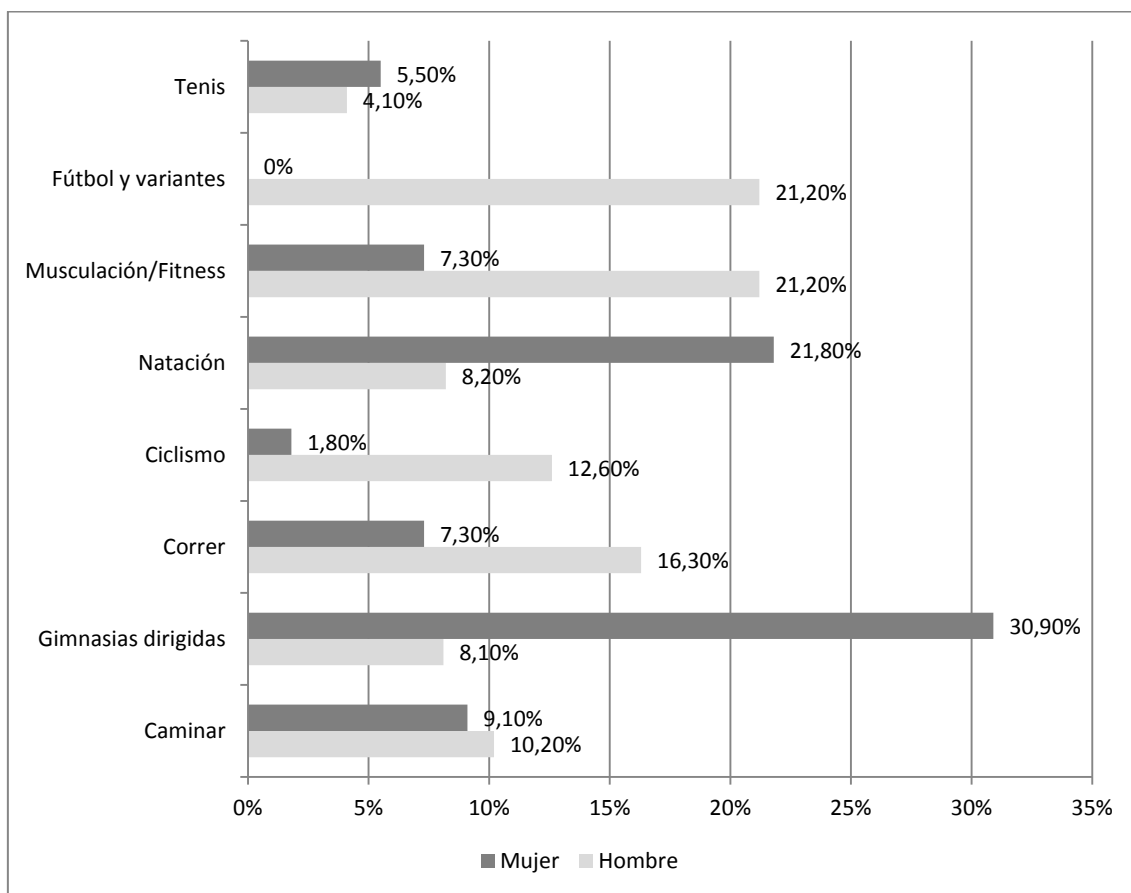


Figura 1. Actividades deseadas por la Demanda Latente según sexo

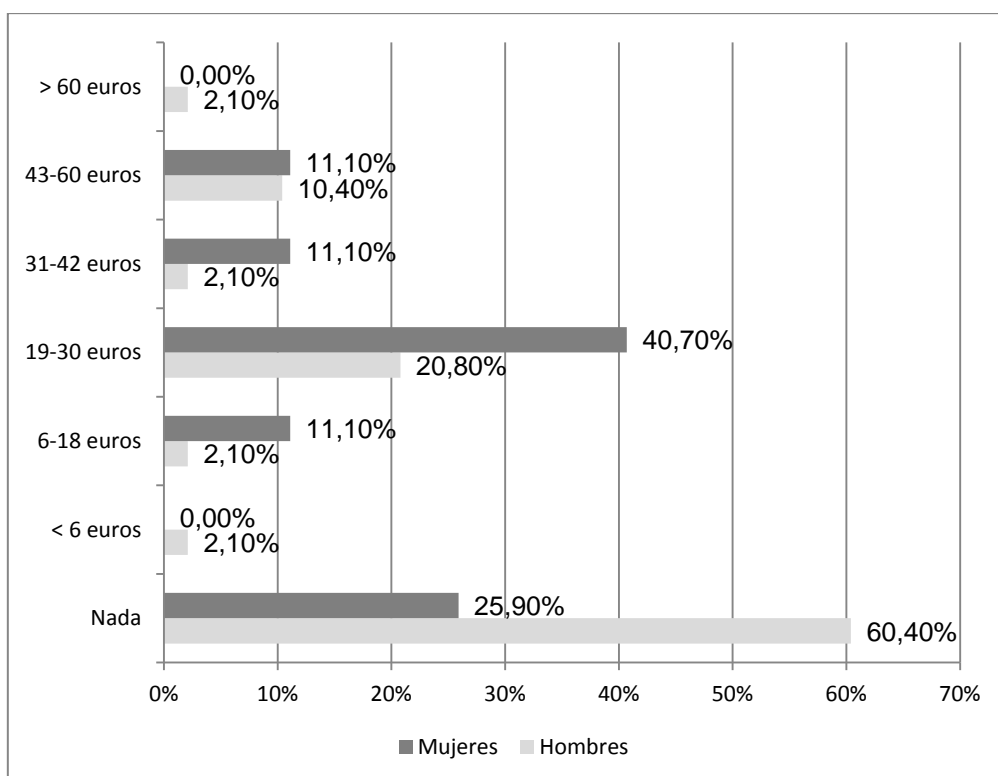
En cuanto a las *actividades físicas* deseadas por las personas no practicantes que desearían hacerlo (DL) se observaron diferencias significativas en función del género ( $\chi^2(22)=45.91$ ;  $p<.001$ ;  $CC=.463$ ). Dentro de las actividades más demandadas, más hombres que mujeres manifestaron que la actividad que les gustaría practicar sería jugar al fútbol, musculación y sala *fitness* (ambas 21.2%), correr (16.3%) y ciclismo (12.6%). Por el contrario, más mujeres que hombres indicaron que les gustaría practicar gimnasias dirigidas (30.9%: gimnasia de mantenimiento y aeróbic -ambas 16.4%), pilates 7.3%, ciclo Indoor 1.8%) y natación (21.8%). Dentro de las actividades más demandadas caminar y jugar al tenis podrían considerarse como *actividades compartidas*, ya que no aparecieron diferencias significativas de género en estas actividades.

Con respecto a las *características de las actividades* demandadas el análisis de la *frecuencia de práctica semanal* reveló diferencias en función género en las horas de práctica deseadas de los sujetos de la DL ( $t_{101}=2.19$ ;  $p<.05$ ;  $d=.43$ ). Los hombres manifestaron que les gustaría practicar más horas que las mujeres, con medias de 4.57 y 3.34 horas respectivamente.



**Tabla II.** Gasto mensual y frecuencia semanal de la Demanda Latente según sexo

	Varón (n= 48)		Mujer (n=55)	
	Media	Desv. típ.	Media	Desv. típ.
Horas semana práctica	4.57	3.62	3.34	1.99
Gasto mensual €	14.69	22.35	22.04	17.28



**Figura 2.** Expectativa de gasto mensual en actividad demanda según sexo

Al analizar el *gasto mensual* en actividad física también se observaron diferencias en función del género ( $t_{100}=1.87$ ;  $p<.05$ ;  $d=.37$ ); las mujeres, en promedio, manifestaron la intención de pagar más (22.4€) que los hombres (14.69€).

Con respecto al *modo de organización* de la actividad física se observaron diferencias significativas en función género ( $\chi^2(4)=25.04$ ;  $p<.001$ ;  $CC=.447$ ). Más mujeres (49.1%) que hombres (10.6%) desearía practicar una actividad organizada por su ayuntamiento, mientras que más hombres que mujeres desearía practicar una actividad auto-organizada en solitario (40.4% hombres, 17% mujeres).

**Tabla III.** Modo de organización de la Demanda Latente según sexo

	Varón (n=47) %	Mujer (n=53) %	Total (n=100) %
Yo solo/a	40.4	17	28
Yo con amigos/familiares	31.9	13.2	22
Ayuntamiento	10.6	49.1	31
Empresa/Gimnasio privado	4.3	15.1	10
Asociación/Club	12.8	5.7	9

**Tabla IV.** Espacio de práctica de la Demanda Latente según sexo

	Varón (n=47) %	Mujer (n=53) %	Total (n=100) %
Instalación deportiva	38.3	56.4	48
Espacio urbano aire libre	31.9	10.9	20.6
Espacio natural aire libre	19.1	12.7	15.7
Centro con instalación deportiva	6.4	20	13.7
Casa	4.3	0	2

Al analizar los *espacios o instalaciones para la práctica*, las pruebas realizadas revelaron diferencias significativas de género en el espacio en el que preferían realizar la práctica ( $\chi^2(4)=13.58$ ;  $p<.001$ ;  $CC=.343$ ). Más mujeres (56.4%) que hombres (38.3%) desearían practicar en una instalación deportiva o en un centro que contara con una instalación deportiva (20% mujeres, 6.4% hombres), mientras que fueron más los hombres que manifestaron que les gustaría practicar en un espacio al aire libre urbano (31.9% hombres, 10.9% mujeres).

En relación al *modo de desplazamiento al espacio de práctica*, los análisis estadísticos no revelaron diferencias en función género ( $\chi^2(4)=5.73$ ;  $p>.05$ ). Caminar sería el modo deseado mayoritariamente por ambos sexos para desplazarse al espacio de práctica, señalado por el 89.1% de las mujeres y el 73.9% de los hombres. La segunda opción para ambos sexos fue desplazarse en coche con un 10.9% de hombres y un 7.3% de mujeres.

**Tabla V.** Modo de desplazamiento de la Demanda Latente según sexo

	Varón (n=47) %	Mujer (n=53) %	Total (n=100) %
Andando	73.9	89.1	82.2
Coche	10.9	7.3	8.9
Bicicleta	8.7	3.6	5.9
Metro	4.3	0	2
Autobús	2.2	0	1

#### 4. DISCUSIÓN

La comparación de los resultados en la distribución de las mujeres según el tipo de demanda, con los obtenidos por Martínez del Castillo et al., (2005), previos al inicio de la actual crisis económica, sugieren la estabilización de las mujeres que no practican pero desearían hacerlo (DL), desde un 33.4% en 2005 a un 30.9%, un aumento de mujeres practicantes (DE), desde un 40.2% a un 50.3% -incremento que pudiera deberse al elevado número de mujeres que caminan para hacer ejercicio-, y la reducción de las mujeres que no practican ni desean hacerlo (DA), de un 26% a un 19.3%.

Los resultados obtenidos en practicantes de actividades diferentes de caminar en la DE, en comparación con los recogidos en el Eurobarómetro (EC, 2014a), muestra que los hombres adultos madrileños (45.3%) parecen situarse por encima de la media de práctica de ejercicio físico y deporte de la población europea masculina entre 40 y 54 años (40%), mientras que las mujeres (34.8%) se situaron ligeramente por debajo (36%). Al comparar los resultados con los recogidos por García Ferrando y Llopis (2011) vemos que son próximos a la media de la población adulta española, 43% entre 35 y 44 años y 30% entre los 55 y 44 años aunque, cabe matizar, que estas variaciones pudieran deberse a las diferentes preguntas, actividades consideradas y agrupaciones de edad utilizados.

En la DE, el estudio de Martín et al. (2014), en consonancia con la tendencia apuntada por García Ferrando y Llopis (2011), concretaba que la práctica deportiva autónoma al aire libre es mayoritaria en ambos sexos, no encontrándose diferencias significativas de género en el espacio y modo de organización. Sin embargo fueron evidenciadas diferencias de género en el gasto mensual, horas de práctica y algunas actividades. Ellas gastan más que los hombres, ellos practican un mayor número de horas, más hombres que mujeres corren y juegan al fútbol y más mujeres que hombres practican clases colectivas *fitness-wellness* y danza.

La comparación de los resultados de Martín et al. (2014) en la DE, con los obtenidos en el presente trabajo en la DL, - ambos enmarcados en el estudio DEP201019801 del Plan Nacional I+D+i- sugiere que, en las personas que no practican, pero desean hacerlo,

las diferencias de género parecen ampliarse, ya que a las diferencias significativas en el gasto mensual y número de horas, se añaden diferencias en las actividades, espacio y modo de organización demandados. Más hombres que mujeres demandan correr, jugar al fútbol, montar en bicicleta y practicar musculación en una sala *fitness* y a las mujeres les gustaría en mayor medida que a los hombres practicar algún tipo de clase colectiva *fitness-wellness* o natación. Las mujeres desean más que los hombres practicar una actividad ofertada por su ayuntamiento y practicar en una instalación deportiva, mientras que más hombres desearían una práctica auto-organizada en solitario en un espacio urbano al aire libre. Estos resultados sugieren que las mujeres adultas, en comparación con los hombres, son un mercado potencial de usuarias y clientas de servicios deportivos más interesante para las organizaciones deportivas madrileñas. Desde un punto de vista organizativo, relacionar los diversos resultados obtenidos perfila las características de ambos mercados. Un 76.4% de mujeres desearía practicar en una instalación deportiva (56.4%) o centro que contara con ella (20%), un 49.1% demanda actividades ofertadas por su ayuntamiento y un 15.1% por una organización privado comercial, principalmente clases colectivas (30.9%) y natación (21.8%), mientras que los hombres preferirían practicar de forma autónoma (72.3%), principalmente fútbol, musculación y ejercicio en sala *fitness* (ambas 21.2%), correr (16.3%) y ciclismo (12.6%), gran parte al aire libre (51%). Cabe matizar que las mujeres, además de ser un grupo más numeroso, estarían en disposición de pagar más que los hombres (22.4€ mujeres, 14.69€ hombres) y que este gasto es superior al promedio de gasto de las mujeres adultas de la DE (17.69€), aunque el gasto que podrían o estarían en disposición de efectuar parece haber disminuido de manera importante con respecto al reflejado por Martínez del Castillo et al. (2005) antes del inicio de la actual crisis económica.

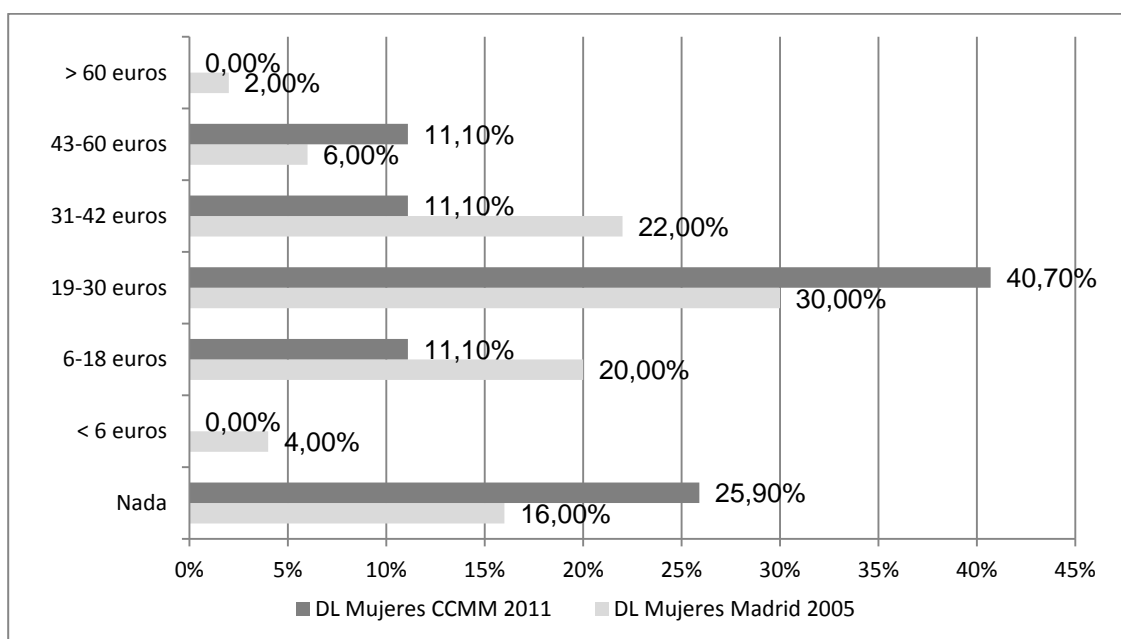


Figura 3. Expectativa de gasto mensual en actividad demanda según sexo

La comparación de los resultados del presente estudio con los obtenidos por Martínez del Castillo et al. (2005) en la DL parece permitir identificar otros cambios a considerar por las organizaciones deportivas en la adaptación de su oferta de servicios deportivos dirigidos a las mujeres adultas en la actualidad. La oferta de servicios deportivos municipales sigue siendo la más demandada, aunque parecen haberse reducido las potenciales usuarias, desde un 65.3% a un 49.1%. Le sigue la oferta privado-comercial de gimnasios y centros *fitness-wellness*, que ha pasado de un 15.1% a un 13.4% de potenciales clientas, y la oferta de asociaciones y clubes (5.7%), que ya era minoritaria en 2005 (8.8%). Con respecto a los espacios han elevado demanda los espacios simbólicos al aire libre, desde un 11% hasta un 23,6%, aunque los espacios más demandados continúan siendo las instalaciones deportivas (56.4%) y los centros que cuentan con ellas (20%), con un 89% en 2005. Sobre el modo de desplazamiento caminar sigue siendo el modo más demandado, de un 88% a un 89.1%, estos resultados continúan poniendo de manifiesto la importancia de la proximidad del espacio de práctica.

Otros cambios parecen estar en relación con las actividades demandadas. Ellas continúan enmarcándose en un "*modelo wellness de práctica*" (Martínez del Castillo et al. 2005) pero ha variado la demanda de actividades específicas. La demanda de ejercicio físico parece estable, desde un 23.3% hasta un 16.4% de gimnasia de mantenimiento y un 7.3% de musculación y sala *fitness* -aunque la agrupación de estas actividades no permite averiguar la evolución separada de cada una de ellas-, ha descendido la demanda de natación (desde un 36.1% a un 21.8%), tasas similares obtienen las actividades con música (desde un 18.3% hasta un 16.4%) pero, al igual que en la DE (Martín et al. 2014) parecen haber aparecido nuevas modalidades como el zumba, el ciclo indoor o diferentes modalidades de danza-*wellness* y sube la demanda de actividades cuerpo-mente pero varía el tipo de actividad demandado, desde un 5% de Yoga/taichi hasta un 7.3% de pilates, principal actividad de este tipo demandada. La demanda de actividades autónomas al aire libre como caminar y correr, apenas existente en 2005, se incrementa hasta un 9.10% y 7.3% respectivamente en el presente estudio, ostensiblemente menor a la que presenta la DE (39.6%).

La comparación de los resultados obtenidos en la DL con los de Martín et al. (2014) en la DE sugiere que las mujeres practicantes son, en gran parte, aquellas que han conseguido practicar de forma autónoma al aire libre ya que, el 76.4% de las mujeres de la DL, que no practican pero desearían hacerlo, quisieran practicar en una instalación deportiva o centro que contara con ella clases colectivas dirigidas o natación. Llegados a este punto, cabe resaltar la importancia de que las organizaciones deportivas adapten su oferta no solo a las demandas, referidas a actividades y sus características -como el precio-, sino también a las condiciones de vida de estas mujeres, especialmente las de las jóvenes adultas que trabajan y tienen hijos menores. Martín et al. (2014), en las mujeres adultas españolas de la DL, evidenció que la falta de tiempo debido al empleo y el cuidado de sus hijos e hijas fueron las principales barreras que presentaron estas mujeres, apareciendo también, pero en menor medida, el precio de la actividad o que no se ofertaba la actividad que desean. Las innovaciones más solicitadas por estas mujeres fueron la oferta

coordinada de programas para adultos y sus hijos e hijas, mediante programas de actividad conjunta y programas de diferentes actividades en el mismo horario e instalación, seguidas de la oferta de programas de actividad física en el trabajo (en el propio centro o en instalaciones deportivas próximas) y la oferta de programas de cuidado de menores (guardería, ludoteca...) en la instalación deportiva. La mayoría de estas innovaciones han sido ya propuestas por Martínez del Castillo et al. (2005) y recogidas en otros documentos (CSD-FEMP, 2011) considerados como ejemplos de buenas prácticas a nivel europeo (Talleu, 2011; EC, 2014b), concretando todos que, entre otros, resultan una cuestión clave para garantizar la igualdad de acceso de las mujeres adultas a la práctica deportiva. También Fasting, Sand, Pike, y Matthews (2014) especifican que el desarrollo de programas de cuidado de los hijos e hijas paralelos a los programas deportivos es una de las cuatro acciones prioritarias para mejorar la participación de las mujeres en el deporte. Es por ello que esta debería ser una cuestión que deberían tener en especial consideración las organizaciones deportivas públicas, demandadas por el 49.1% de las mujeres del presente estudio.

Para finalizar este apartado el análisis de los resultados obtenidos en el presente estudio sustenta la hipótesis de la existencia de dos culturas deportivas diferentes, la femenina y la masculina (Puig y Soler, 2004) o dos mundos deportivos diferentes (Talleu, 2011) en el grupo de personas adultas de la Comunidad de Madrid que no practican pero desean hacerlo (DL). Estas diferencias coinciden con los grandes rasgos apuntados en la población adulta practicante de la DE (Martín et al, 2014) y mayor de la DE y DL (Martínez del Castillo et al. 2009; Martín, Martínez del Castillo y Ferro, 2010): las mujeres demandan en mayor medida que los hombres ejercicio físico dirigido en instalaciones deportivas, orientado al mantenimiento de la forma física relacionada con la salud, mientras que ellos se orientan en mayor medida que las mujeres a la práctica de deportes y actividades auto-organizadas al aire libre más intensas y competitivas; ellas gastan y gastarían más que los hombres en practicar. A diferencia de lo apuntado por Puig y Soler (2004) y Talleu (2011) en la población practicante española y europea, en el presente estudio y en el de Martín et al. (2014) en la Comunidad de Madrid las organizaciones más demandadas y utilizadas por las mujeres no fueron las privado-comerciales sino las públicas municipales.

## 5. CONCLUSIONES

---

Un 30.9% de mujeres y un 27.4% de hombres adultos residentes en la Comunidad de Madrid aunque no practicaban, manifestaron que les gustaría practicar algún tipo de actividad física, ejercicio o deporte (DL). Con respecto a la DE un 45.3% de hombres y un 34.8% indicó que su actividad principal practicada era algún tipo de actividad física, ejercicio físico o deporte diferente de caminar, mientras que un 15.5% de mujeres y un 11.7% de hombres manifestaron que su principal actividad practicada era caminar. Un 18.8% de mujeres y un 15.6% de hombres manifestaron no practicar ni estar interesados en hacerlo (DA).

En la Demanda Latente, se concretaron una serie de diferencias en la relación de los adultos con la actividad física, el ejercicio físico y el deporte, que parecen evidenciar dos culturas deportivas, la masculina y la femenina, o dos mundos deportivos. Hubo diferencias de género en la actividad que desearían practicar, en el número de horas, gasto mensual, modo de organización y espacio en el que les gustaría practicar esta actividad. Más mujeres que hombres demandaron practicar en una instalación deportiva o centro que contara con ella (76.4%) una actividad ofertada por su ayuntamiento (49.1%), clases colectivas dirigidas *fitness/wellness* (30.9%) y natación (21.8%), mientras que ellos demandaron en mayor medida que las mujeres actividades autoorganizadas en solitario (40.4%) y practicar en espacios urbanos al aire libre (31.9%), fútbol (21.2%), musculación (21.2%), correr (16.3%) y montar en bicicleta (12.6%). Las mujeres, en su promedio, pagarían mensualmente más (22.4€) que los hombres (14.69€) mientras que los hombres (4.57) practicarían semanalmente un mayor número de horas que las mujeres y (3.34). Estas diferencias parecen sustentar la hipótesis de la existencia de dos culturas deportivas diferentes, la femenina y la masculina, o dos mundos deportivos diferentes, también en este grupo poblacional.

Desde una perspectiva relacionada con la organización deportiva las mujeres emergen como potenciales usuarias y clientas a considerar por las organizaciones deportivas, especialmente las municipales, aunque parecen haberse reducido la expectativa de gasto mensual, el número de potenciales usuarias de servicios deportivos municipales dirigidos -que continúan siendo los más demandados-, así como haber variado las actividades demandadas por las mujeres, incorporándose el pilates y otras nuevas clases colectivas de la industria del *fitness*.

## BIBLIOGRAFÍA CITADA

- Berzosa, J., Gómez-Angulo, J., Regodón, C., y Santamaría, L. (2013). *¿Te cuidas? Hábitos de vida de las mujeres de la Comunidad de Madrid*. Madrid: Comunidad de Madrid, Consejería de Asuntos Sociales.
- Buñuel, A. (1994). La construcción social del cuerpo de las mujeres en el deporte. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 68, 97-117.
- Brown, W.J., Burton, N.W., y Rowan, P.J. (2007). Updating the evidence on physical activity and health in women. *American Journal Preventive Medicine*, 33(5), 404-441.
- Consejo Superior de Deportes-Federación Española de Municipios y Provincias (2011). *Guía para la incorporación de la perspectiva de género a la gestión deportiva local*. Madrid: Consejo Superior de Deportes – Federación Española de Municipios y Provincias.
- European Commission (2014a). *Special Eurobarometer 412. Sport and physical activity*. Bruselas: European Commission.
- European Commission (2014b). *Gender Equality in Sport. Proposal for Strategic Actions 2014-2020*. Bruselas: European Commission.
- Fasting, K., Sand, T.S., Pike, E., y Matthews, J. (2014). *From Brighton to Helsinki. Women and Sport Progress Report 1994-2014*. Valo: International Working Group Women and Sport-Finish Sport Confederation.

- Fasting, K., Scraton, S., Pfister, G., Vázquez, B., y Buñuel, A. (2000). *Experiencia y significado del ejercicio físico en la vida de las mujeres de algunos países europeos*. Madrid: Instituto de la Mujer.
- García-Ferrando, M. y Llopis, R. (2011). *Ideal democrático y bienestar personal, Encuesta sobre los hábitos deportivos en España 2010*. Madrid: Centro de Investigaciones Sociológicas-Consejo Superior de Deportes.
- Graupera, J. L.; Martínez del Castillo, J. y Martín, B. (2003). Factores motivacionales, actitudes y hábitos de práctica de actividad física en las mujeres mayores. *Serie ICD de Investigación en Ciencias del Deporte*, 35, 181-222.
- Instituto Nacional de Estadística (2011). INEbase. *Padrón Municipal. Explotación a 1 de enero de 2011*. Tomado mayo/5/2011 de <http://www.ine.es>
- Instituto Nacional de Estadística (2012). INEbase. *Demografía y población 2011*. Tomado noviembre/10/2013 de <http://www.ine.es>
- Instituto Nacional de Estadística (2015). INEbase. *Demografía y población 2014*. Tomado noviembre/5/2015 de <http://www.ine.es>
- Instituto de la Mujer (2006). *Actitudes y Prácticas Deportivas de las Mujeres en España 1990-2005*. Madrid: Instituto de la Mujer.
- Martín, M., Barriopedro, M.I., Martínez del Castillo, J., Jiménez-Beatty, J.E., y Rivero, A. (2014). Diferencias de género en los hábitos de actividad física de la población adulta en la Comunidad de Madrid. *RICYDE Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 10 (38) 319-335.
- Martín, M. (dir.); Martínez del Castillo, J.; Fasting, K.; Barriopedro, M.; Jiménez-Beatty, J.E.; Rivero, A., Vives, E. (2014). *Proyecto I+D+i Necesidades, barreras e innovaciones en la oferta deportiva a las mujeres adultas en España: Informe para profesionales y organizaciones deportivas*. Madrid: Grupo de Investigación psicosocial y técnicas aplicadas a la actividad física y el deporte – Universidad Politécnica de Madrid.
- Martín, M., Martínez del Castillo, J.M., y Ferro, S. (2012). Impulsando la práctica de actividades físico-deportivas en la vejez. *Anduli Revista Andaluza de Ciencias Sociales* 11, 23-40.
- Martínez del Castillo, J., González, M.D., Jiménez-Beatty, J.E., Graupera, J.L., Martín, M., Campos, A., y Del Hierro, D. (2009). Los hábitos de actividad física de las mujeres mayores en España. *RICYDE Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 14, 81-93.
- Martínez del Castillo, J., Navarro, C., Fraile, A., Puig, N., Jiménez, J., y de Miguel, C. (1992). *Deporte, sociedad y empleo. Proyección del mercado deportivo laboral en la España de los noventa. En los sectores de entrenamiento, docencia, animación y dirección*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia - Consejo Superior de Deportes.
- Martínez del Castillo, J. (dir.); Vázquez, B., Graupera, J.L., Jiménez-Beatty, J. E., Alfaro, E., Hernández, M., y Ríos, D.A. (2005). *La actividad física y deportiva de las mujeres en el municipio de Madrid*. Madrid: Dirección General de Igualdad de Oportunidades del Ayuntamiento de Madrid.
- Moscoso, D. y Moyano E. (coords.); Biedma, L.; Fernández-Ballesteros, R.; Martín, M.; Ramos, C.; Rodríguez-Morcillo, L., y Serrano, R. (2008). *Deporte, salud y calidad de vida*. Colección Estudios Sociales nº 26. Barcelona: Fundación La Caixa.
- Puig, N. y Soler, S. (2004). Mujer y deporte en España: estado de la cuestión y propuesta interpretativa. *Apunts Educación Física y Deportes*, 76, 71-78.



- Rodríguez-Romo, G.; Cordente, C.A.; Mayorga, J. I.; Garrido-Muñoz, M.; Macías, R.; Lucía, A., y Ruiz, J.A. (2011). Influencia de determinantes sociodemográficos en la adherencia a las recomendaciones de actividad física en personas de entre 15 y 74 años de Madrid. *Revista Española de Salud Pública*, 85, 351-362.
- Talleu, C. (2011). *Gender Equality in Sports: Handbook on good practices. Access for Girls and Women to Sport Practices*. Bruselas: European Commission.
- United States Department of Health and Human Services (2008). *Physical Activity Guidelines Advisory Committee Report, 2008*. Washington, DC: United States Department of Health and Human Services. Tomado Julio/15/2014 de <http://www.health.gov/paguidelines/guidelines/>
- Vázquez, B. (comp.) (2002). *Mujeres y actividades físico-deportivas. Investigaciones en Ciencias del Deporte n° 35*. Madrid: Consejo Superior de Deportes.