

EJERCICIO FÍSICO Y PRÁCTICA DEPORTIVA

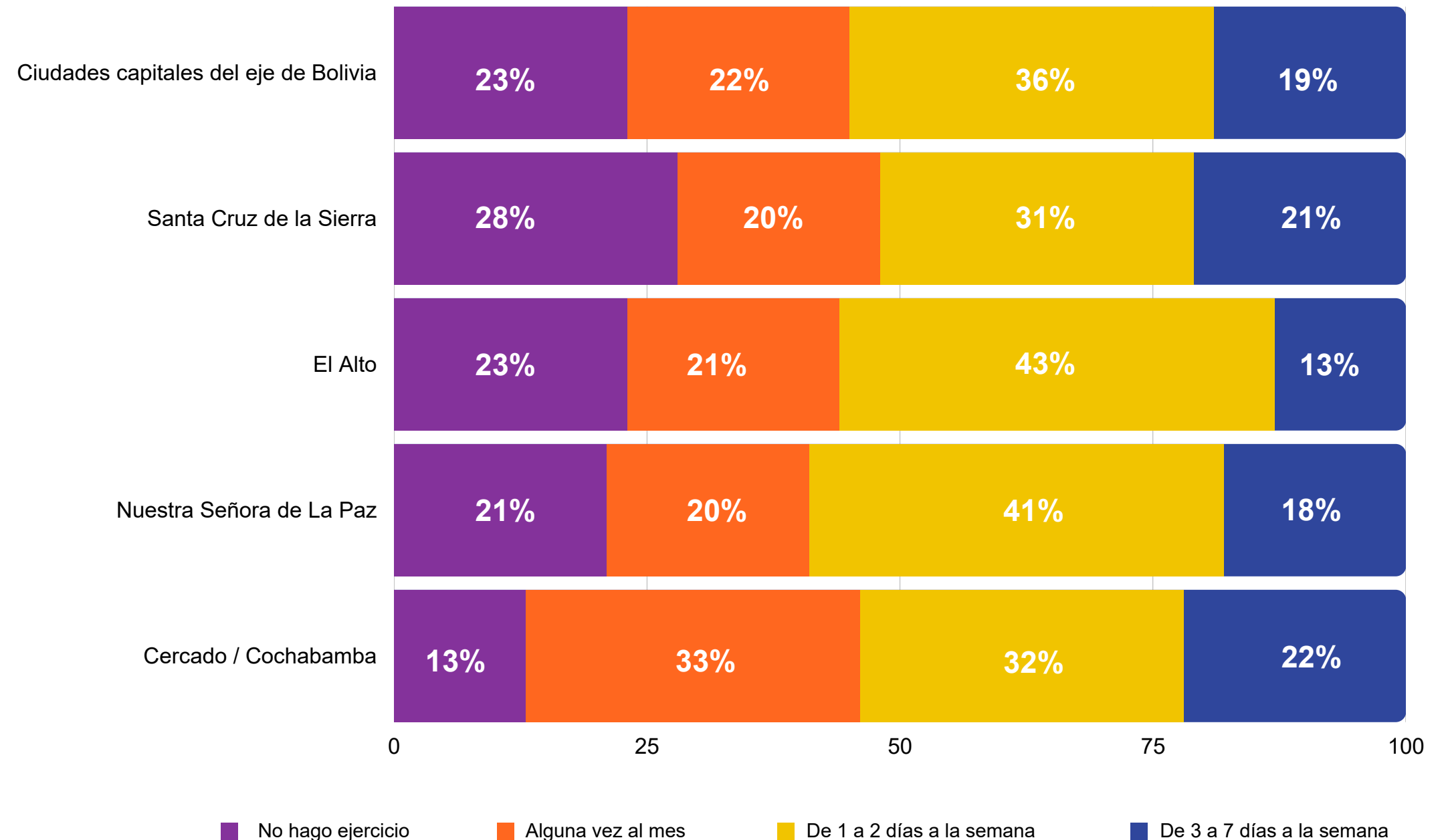
Tracker
Abril 2022

© Ipsos CIESMORI

FRECUENCIA CON LA QUE SE REALIZAN EJERCICIOS FÍSICOS, 4 CIUDADES CAPITALES DEL EJE DE BOLIVIA

P. ¿Con qué frecuencia hace usted ejercicio?

- Un tercio de la población entrevistada realiza ejercicio o deportes de una a dos veces a la semana; mientras que el no hacer ejercicio se posiciona como la segunda opción, quizás reflejando una realidad que nos aleja de un estilo de vida saludable.
- Santa Cruz de la Sierra presenta una situación de contraposición bastante interesante. Pues si bien es la ciudad con mayor porcentaje (28%) en personas que no hacen ejercicio, ocupa el segundo lugar de personas que hacen ejercicio de forma diaria (3 a 7 días a la semana), con el 21%.
- Los cochabambinos destacan por tener el menor porcentaje de negativa hacia la realización de ejercicios (13%), es la ciudad con el mayor porcentaje (33%) en ejercitarse alguna vez al mes; permitiendo considerar que esa cifra los acerca más a la disidencia en torno a las actividades físicas.

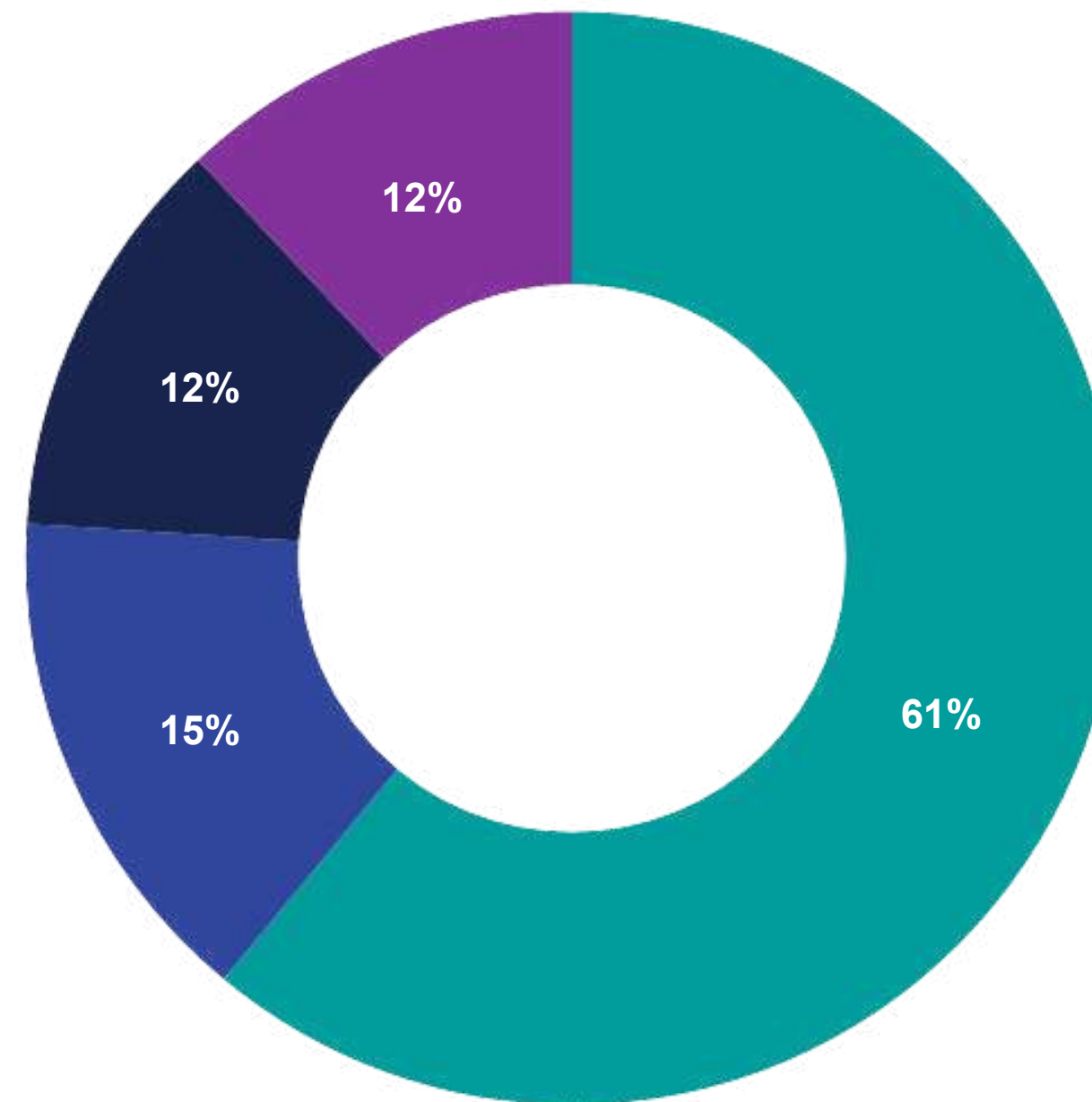


Base: 480 encuestas online realizadas a adultos entre los 18 a 55 años en las ciudades capitales del eje de Bolivia, del 06 al 20 de abril de 2022

RAZONES PARA REALIZAR EJERCICIO, 4 CIUDADES CAPITALES DEL EJE DE BOLIVIA

P. ¿Cuál la razón principal por la que usted hace ejercicio?

- La salud se posiciona como la principal razón para realizar ejercicio, al menos para seis de cada diez encuestados, lo que es algo positivo. Pues para la OMS, la actividad física tiene importantes beneficios para la salud del corazón, el cuerpo y la mente; además de contribuir entre muchas otras cosas, a la prevención y manejo de enfermedades cardiovasculares, cáncer y diabetes.
- Si bien no está relacionada de forma tan directa con la salud, la estética se ubica como la segunda razón para desarrollar una actividad física; quizás porque se cree que la práctica regular de ejercicio físico podría ser el mejor tratamiento estético natural.
- Aquellos que realizan ejercicios por trabajo, dejan al descubierto un interesante segmento ocupacional (muy atractivo, dependiendo de la ocasión), que hasta hace algún tiempo atrás no era muy visible que digamos; pero que ahora empieza a llamar el interés a partir del surgimiento de corrientes que promueven el estilo de vida saludable.



Principales razones para hacer ejercicio

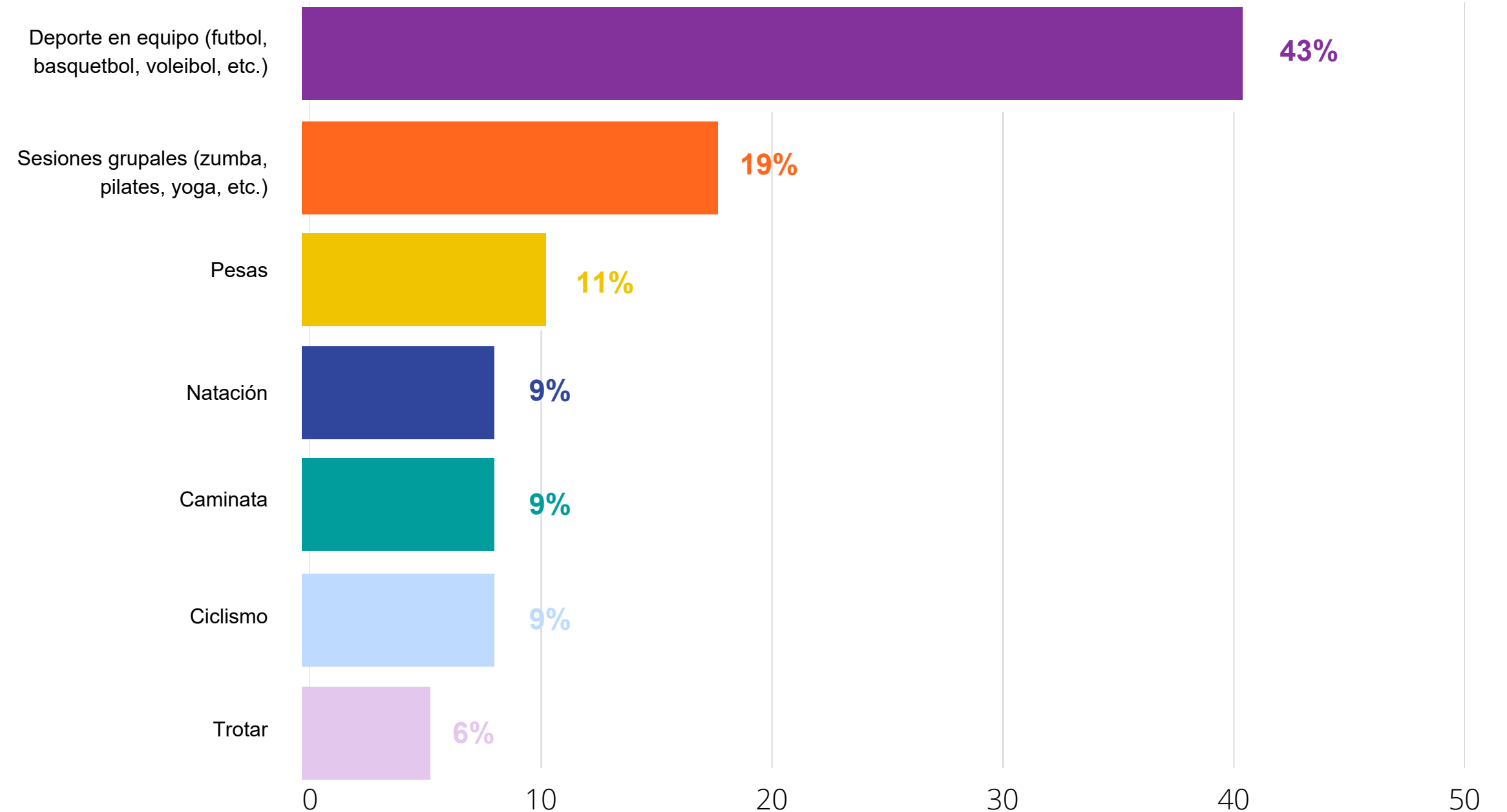
- Por salud
- Por estética, para verme bien
- Por entretenerme
- Por trabajo

Base: 369 encuestas online realizadas a adultos entre los 18 a 55 años, que sí hacen ejercicio, y viven en las ciudades capitales del eje de Bolivia, del 06 al 20 de abril de 2022

ACTIVIDAD FÍSICA QUE REALIZA, 4 CIUDADES CAPITALES DEL EJE DE BOLIVIA

P. ¿Qué tipo de deporte o actividad física practica?

- Las actividades en grupo o equipo (deporte en equipo y sesiones grupales) dominan en la predilección de los entrevistados; quizás porque se cree que el hacer ejercicios en grupo contribuye aún más a la salud del cuerpo como de la mente.
- Tanto las pesas como la natación destacan en cierto grado la tendencia a realizar ejercicios a partir de rutinas individuales, casi siempre sin compañeros o sin un instructor o entrenador.
- Los últimos tres tipos de ejercicios, que representan el 24% de las preferencias; ponen en evidencia la inclinación por los espacios abiertos, el aire libre y de forma indirecta por la naturaleza.

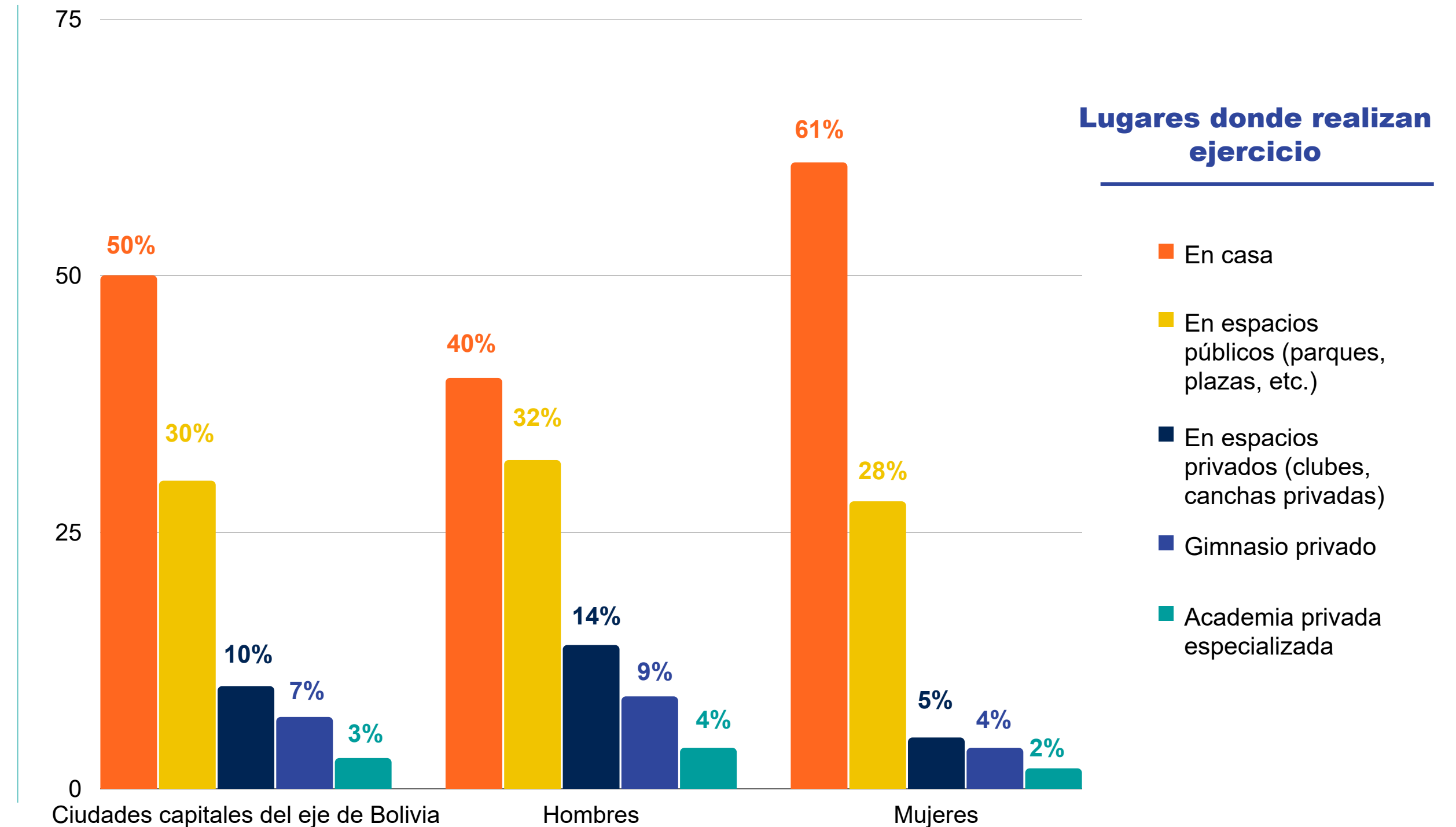


Base: 369 encuestas online realizadas a adultos entre los 18 a 55 años, que sí hacen ejercicio, y viven en las ciudades capitales del eje de Bolivia, del 06 al 20 de abril de 2022

LUGARES DONDE SUELEN EJERCITARSE HOMBRES Y MUJERES, 4 CIUDADES CAPITALES DEL EJE DE BOLIVIA

P. ¿En qué lugar suele hacer ejercicio?

- Los espacios privados son los favoritos de aquellos que gustan de hacer ejercicio. Cinco de cada diez de los consultados optan por su casa.
- Los centros privados diseñados específicamente para albergar a personas que se ejercitan (clubes, gimnasios y academias), ocupan el tercer lugar en preferencia; pues son elegidos por dos de cada diez personas.
- Las mujeres son las que prefieren en un mayor porcentaje, realizar ejercicios dentro de su casa (por lo privado). Al menos seis de cada diez optan por ese espacio.

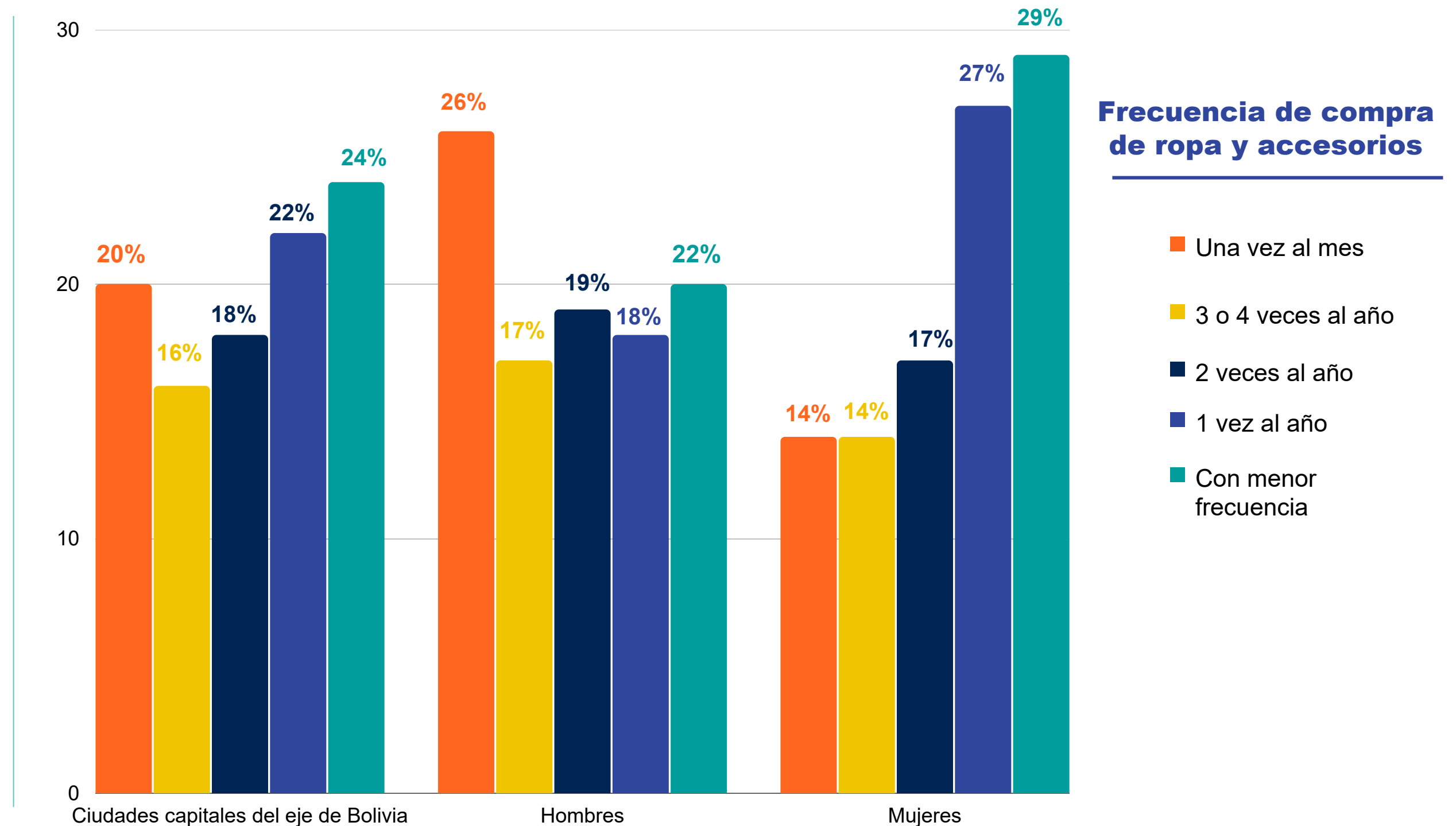


Base: 369 encuestas online realizadas a adultos entre los 18 a 55 años, que sí hacen ejercicio, y viven en las ciudades capitales del eje de Bolivia, del 06 al 20 de abril de 2022

COMPRA DE ROPA O ACCESORIOS DEPORTIVOS, HOMBRES Y MUJERES, 4 CIUDADES CAPITALES DEL EJE DE BOLIVIA

P. ¿Con qué frecuencia diría usted que compra ropa o accesorios deportivos?

- Dos de cada diez personas compra ropa o accesorios deportivos una vez al mes; lo que en cierto grado refleja al 77% que declaró que sí realiza ejercicio.
- Los hombres destacan por ser los mayores compradores de este tipo de productos, pues casi tres de cada diez de ellos realiza compras una vez al mes; mientras que casi dos de ellos compra tres a cuatro veces al año, un dato interesante si se compara con la tendencia de adquisición por parte de las mujeres.
- En lo que respecta a las mujeres, ellas son las menos se inclinan por las prendas de vestir o productos relacionadas con deporte y ejercicios; ya que cinco de cada diez hace este tipo de compras una vez al año o menos.

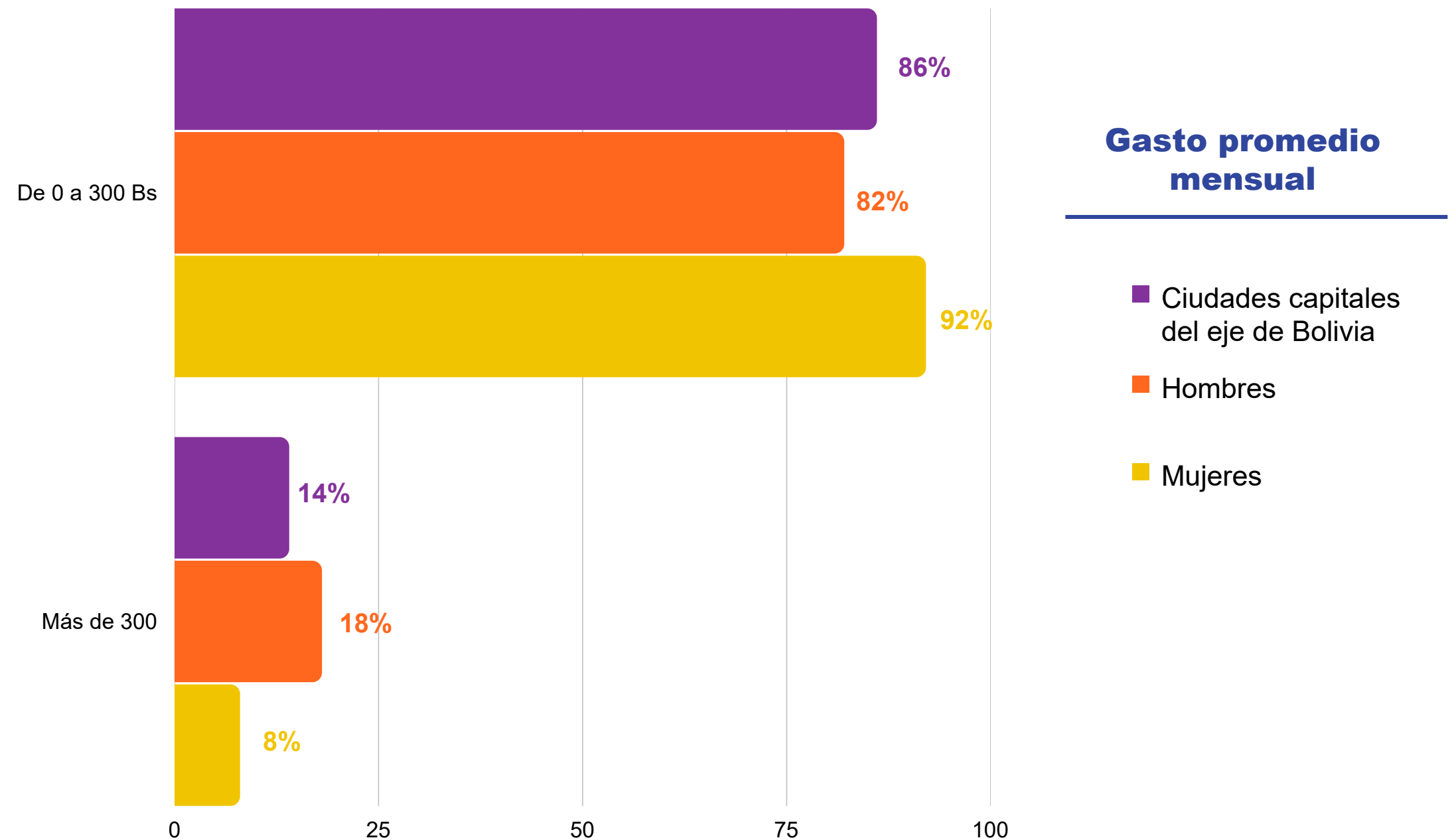


Base: 369 encuestas online realizadas a adultos entre los 18 a 55 años, que sí hacen ejercicio, y viven en las ciudades capitales del eje de Bolivia, del 06 al 20 de abril de 2022

GASTO PROMEDIO MENSUAL DE HOMBRES Y MUJERES, 4 CIUDADES CAPITALES DEL EJE DE BOLIVIA

P. En promedio ¿Cuánto gasta al mes en su práctica deportiva?

- Al menos ocho de cada diez entrevistados están dispuestos a invertir un máximo de 300 bolivianos en su práctica deportiva o de ejercicios; y casi uno tiene un presupuesto que supera los 300 bolivianos.
- En este punto, los hombres están dispuestos a invertir más dinero en todo lo que significa el ejercitarse; una muestra de ello es que casi dos de cada diez de ellos tiene un presupuesto que está por encima de los 300 bolivianos.
- Nueve de cada diez mujeres tienen como límite de presupuesto de 300 bolivianos y, ni una de ellas está dispuesta a invertir más allá de ese monto.

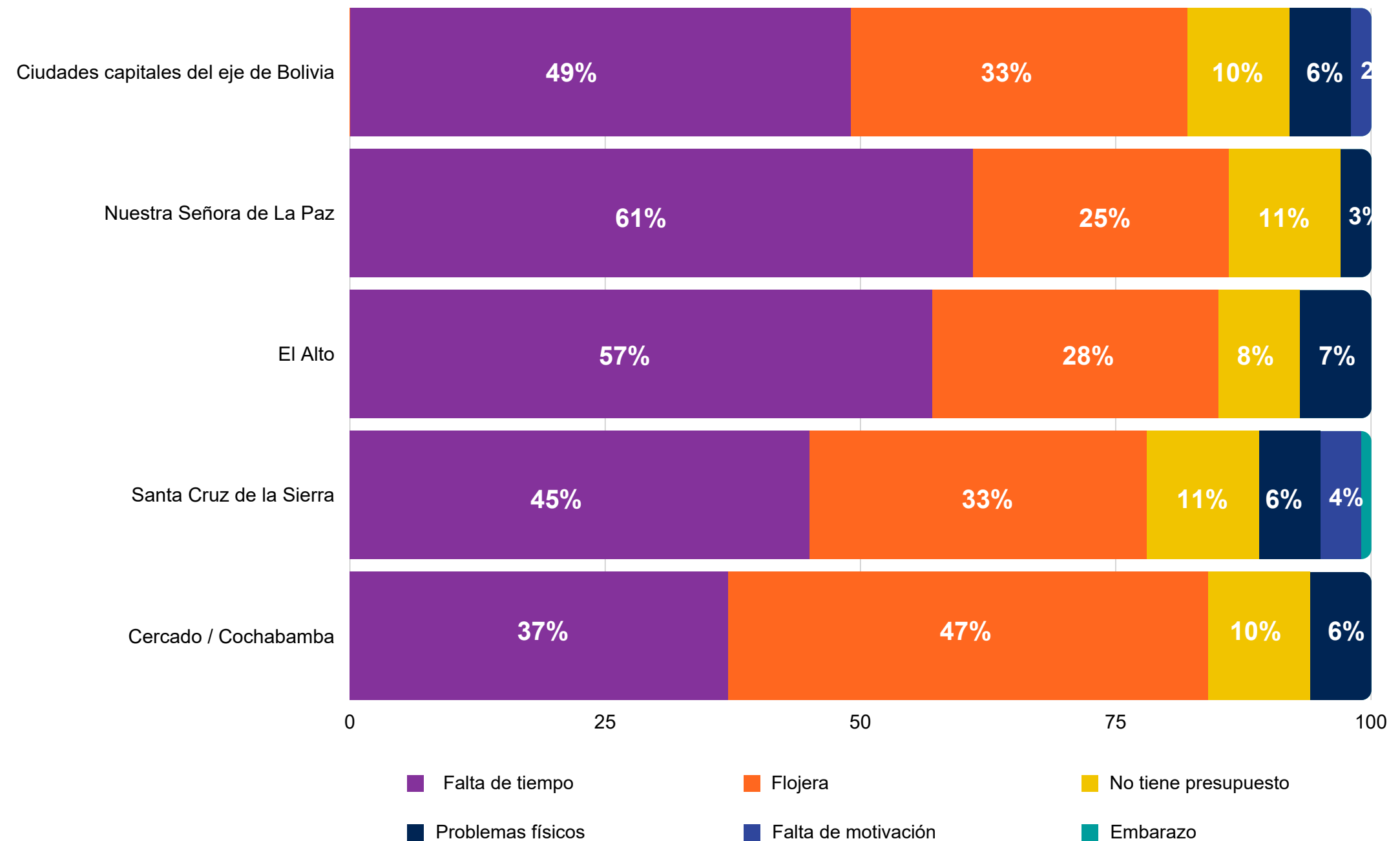


Base: 369 encuestas online realizadas a adultos entre los 18 a 55 años, que sí hacen ejercicio, y viven en las ciudades capitales del eje de Bolivia, del 06 al 20 de abril de 2022

RAZONES POR LAS QUE SE CREE QUE LAS PERSONAS NO PRACTICAN ALGÚN DEPORTE O EJERCICIOS FÍSICOS, 4 CIUDADES CAPITALES DEL EJE DE BOLIVIA

P. ¿Cuál crees que sea la principal razón por la que algunas personas no practican algún deporte o no hacen ejercicio?

- La falta de tiempo se consolida como la principal razón por la que algunas personas no practicarían algún deporte o harían ejercicio, según cinco de cada diez entrevistados. Esta cifra se eleva a seis de cada diez en el caso de La Paz.
- Por otra parte, el descuido en realizar actividades, también denominado como flojera; es la principal razón, más en el caso de los cochabambinos.
- El tercer motivo tiene relación con lo económico. Uno de cada diez considera que el carecer de un presupuesto es el principal impedimento; más en el caso de La Paz y Santa Cruz de la Sierra.



Base: 480 encuestas online realizadas a adultos entre los 18 a 55 años en las ciudades capitales del eje de Bolivia, del 06 al 20 de abril de 2022

PARA MÁS INFORMACIÓN

Alejandra Candia
Gerente general
alejandra.candia@ipsosciesmori.com

Patricia Sánchez
Responsable de comunicación y marketing
patricia.sanchez@ipsosciesmori.com

