



MÓDULO DE PRÁCTICA DEPORTIVA Y EJERCICIO FÍSICO **(MOPRADEF) 2024**

PRINCIPALES RESULTADOS

27 de enero, 2025



INTRODUCCIÓN



El Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) desde 2013 genera información estadística sobre la práctica de mujeres y hombres de 18 años y más de algún deporte o ejercicio físico en su tiempo libre, a través del **Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF)**. Este módulo también ofrece información sobre la caracterización de la actividad física, principal motivación y lugares de práctica, o en su caso, los motivos que tiene la población para no desempeñar este tipo de actividades.



CARACTERÍSTICAS METODOLÓGICAS



Periodo de levantamiento

28 de octubre al 15 de noviembre de 2024



Población objeto de estudio

Población de 18 años y más



Tamaño de muestra

2 336 viviendas



Cobertura geográfica

Agregado urbano de 32 áreas de 100 mil y más habitantes



Unidad de observación

- Vivienda seleccionada
- Hogar principal
- Informante seleccionado de 18 años y más



Esquema de muestreo

Probabilístico, estratificado y por conglomerados

OBJETIVO GENERAL



El MOPRADEF tiene la finalidad de generar información estadística sobre **la participación de mujeres y hombres de 18 años y más en la práctica de algún deporte o la realización de ejercicio físico en su tiempo libre.** También genera información sobre otras características de interés sobre estas actividades físicas. Esto, para formular políticas públicas encaminadas a mejorar la salud y la calidad de vida de la población en México.



OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Identificar las **principales características de la práctica deportiva y del ejercicio físico** que realiza la población por semana, tales como frecuencia, duración e intensidad, horario y lugar de realización.
- ✓ Conocer el **motivo principal y la influencia** que impulsó la práctica físico-deportiva de la población.
- ✓ Conocer la **disponibilidad de espacios** públicos para realizar deporte y ejercicio físico, y la percepción que tiene la población sobre el estado físico de estos.
- ✓ Conocer la razón principal por la cual no se realiza actividad físico-deportiva y con ello, **identificar oportunidades para el fomento** de su práctica.
- ✓ Conocer si la población que no realiza actividad físico-deportiva alguna vez practicó deporte o ejercicio físico y el motivo de su abandono.

CATEGORÍAS SEGÚN LA CONDICIÓN DE PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

ACTIVOS FÍSICAMENTE

Población de 18 años y más que realiza práctica físico-deportiva en su tiempo libre.

- > **Nivel suficiente:** al menos tres días por semana y acumulando un tiempo mínimo de 75 minutos con una intensidad vigorosa o 150 minutos con intensidad moderada.
- > **Nivel insuficiente:** menos de tres días por semana o no acumulando el tiempo mínimo de 75 minutos con una intensidad vigorosa o 150 con una intensidad moderada.
- > **Nivel no declarado:** Sí realizan práctica físico-deportiva pero la semana pasada no la realizaron.

INACTIVOS FÍSICAMENTE

Población de 18 años y más que no realiza práctica físico-deportiva en su tiempo libre.

- > **Que alguna vez practicaron:** practicaron con anterioridad deporte o ejercicio físico.
- > **Que nunca han realizado práctica físico-deportiva:** no han realizado deporte o ejercicio físico con anterioridad.

MOPRADEF 2024

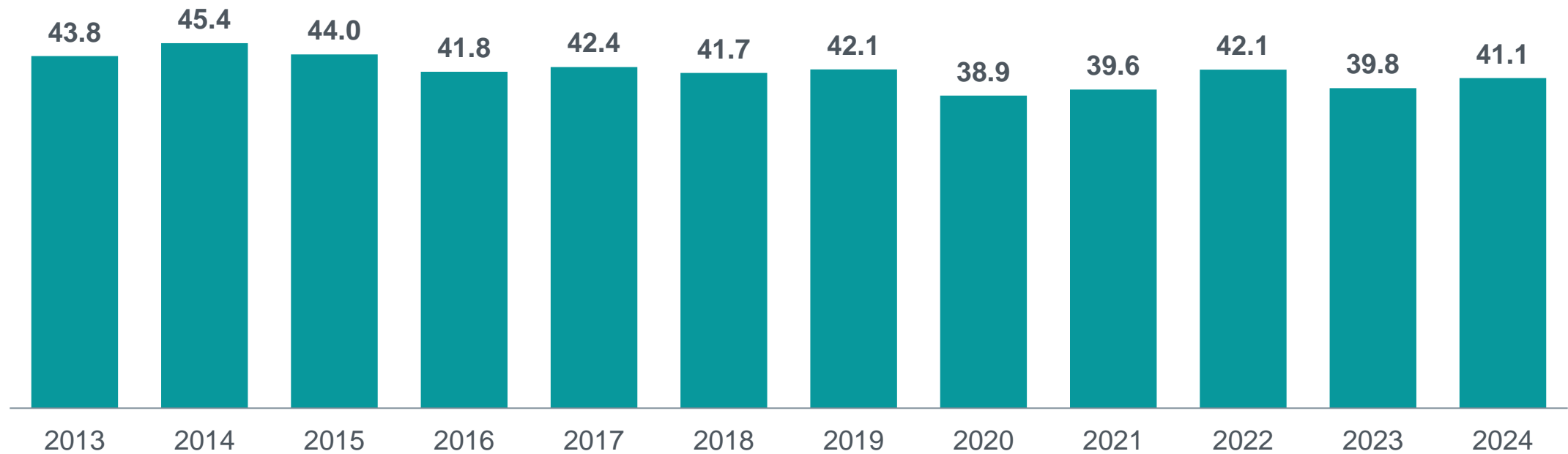
    inegi.org.mx

PRINCIPALES RESULTADOS



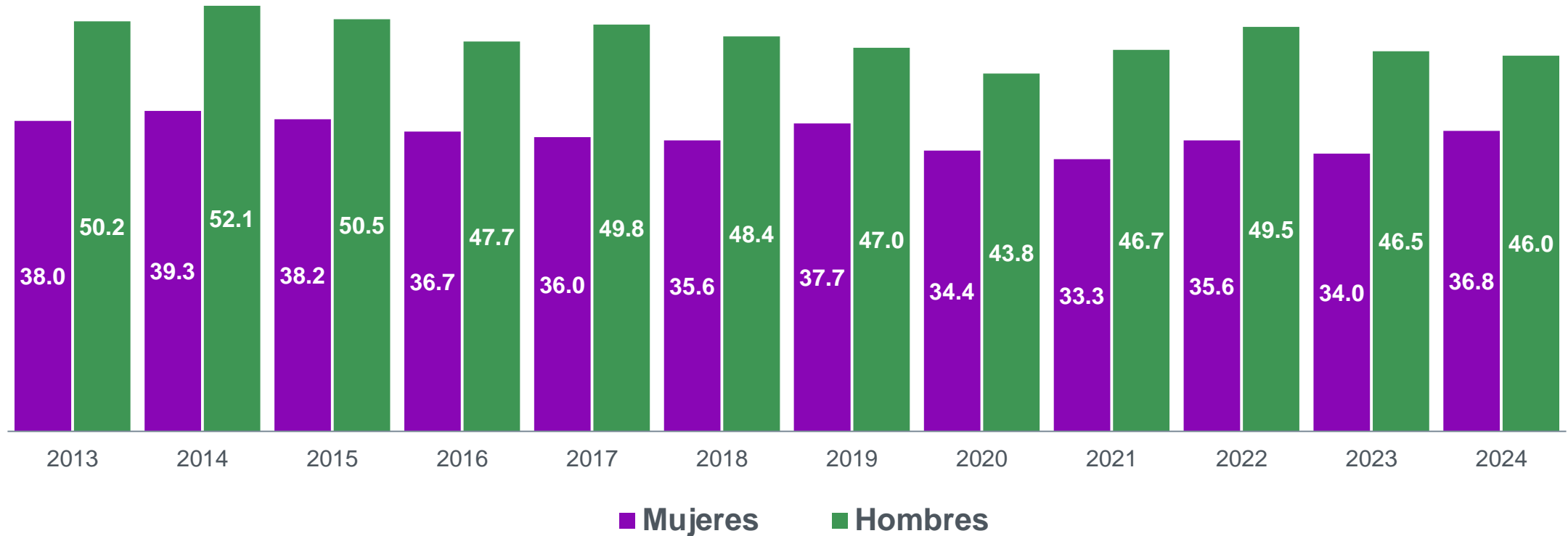
Población de 18 años y más activa físicamente

serie 2013 a 2024
(porcentaje)



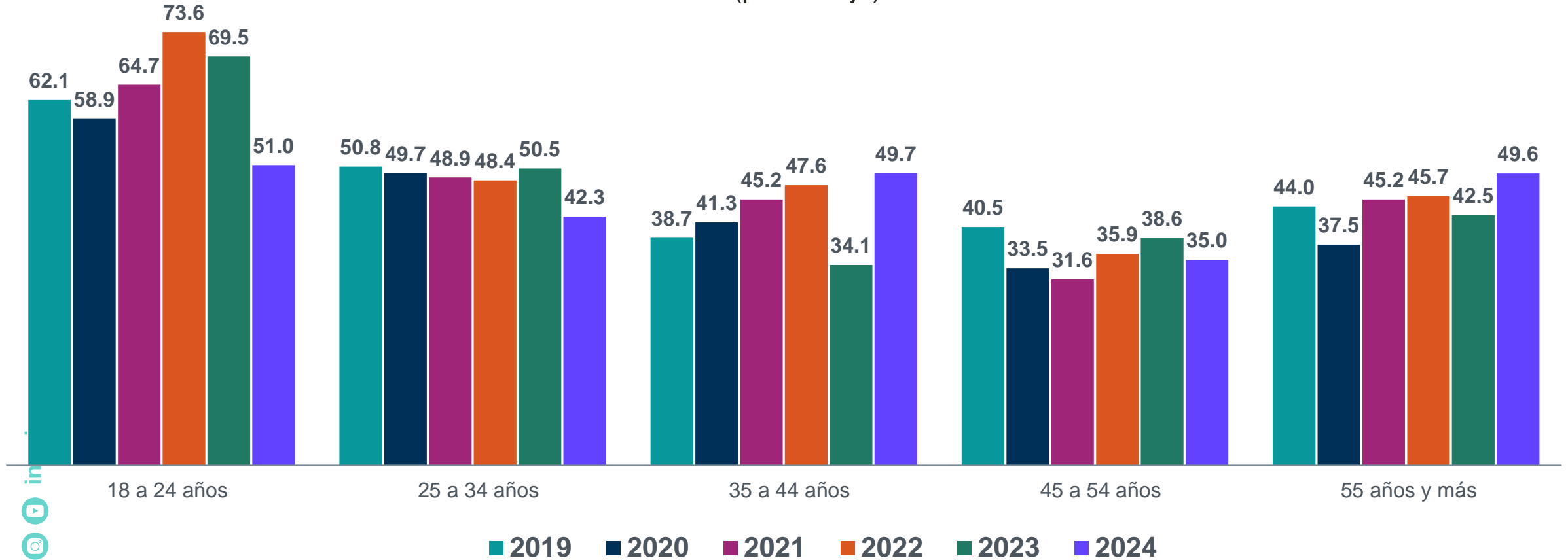
Población de 18 años y más activa físicamente, según sexo

serie 2013 a 2024
(porcentaje)



Hombres activos físicamente de 18 años y más por grupos de edad

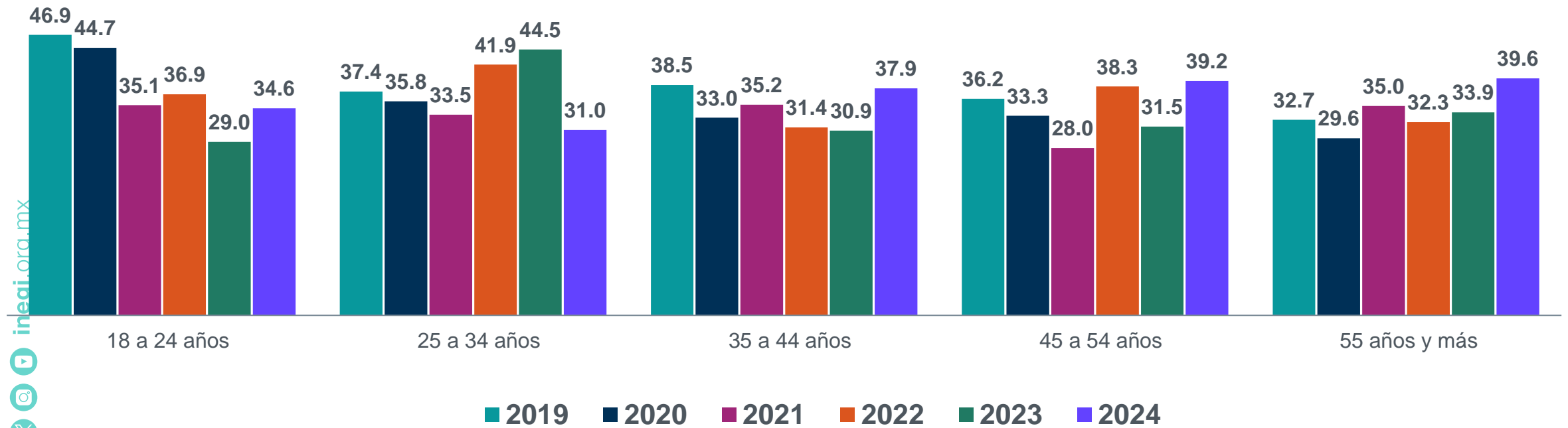
serie 2019 a 2024
(porcentaje)



Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF), 2019 a 2024.

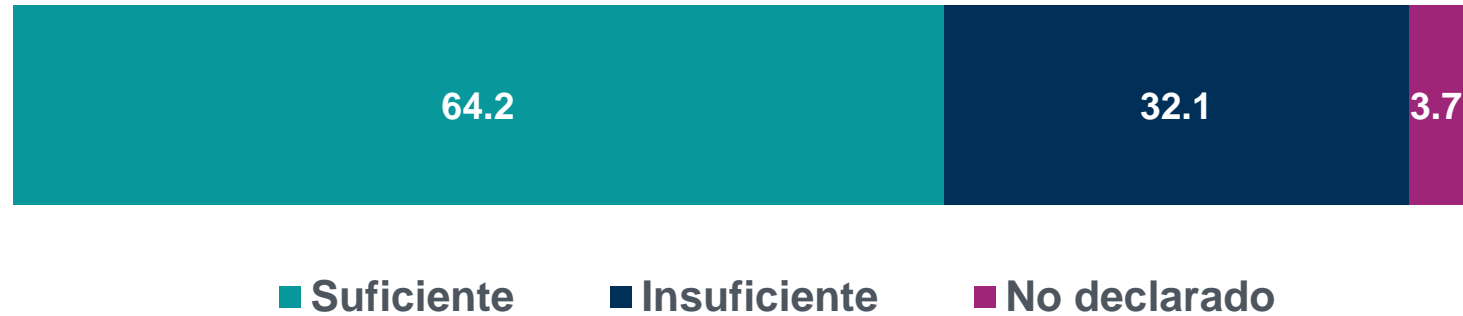
Mujeres activas físicamente de 18 años y más por grupos de edad

serie 2019 a 2024
(porcentaje)



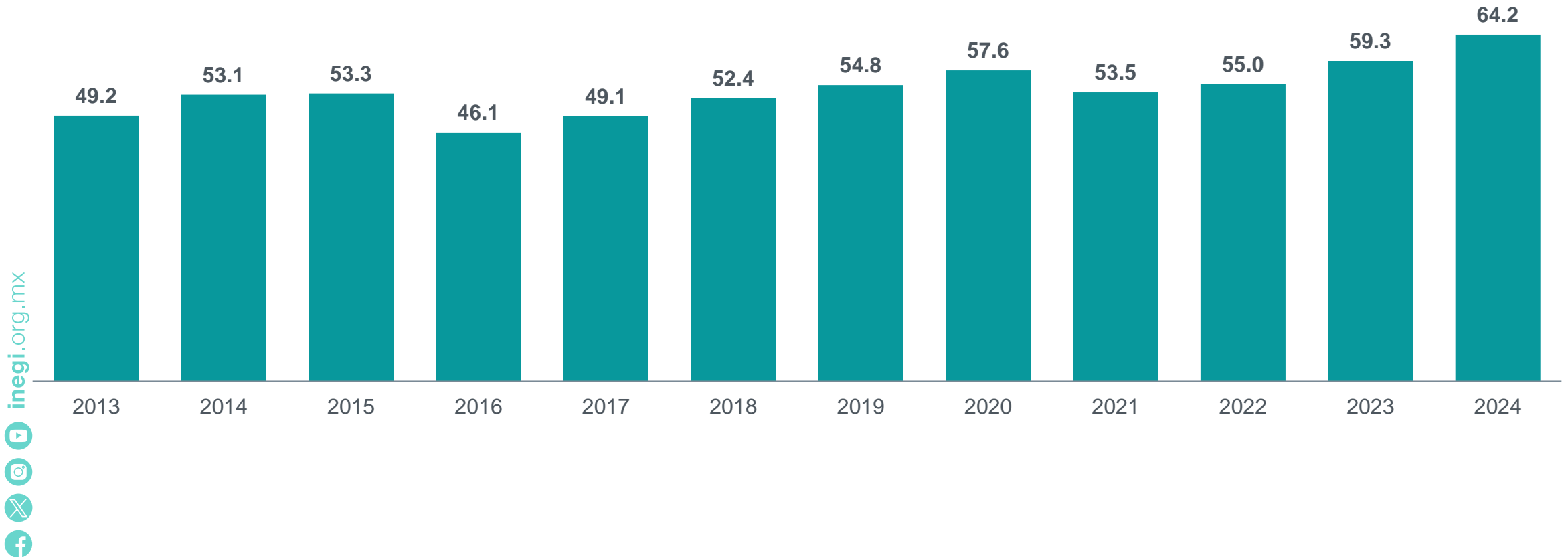
Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF), 2019 a 2024.

**Población de 18 años y más activa físicamente
por nivel de suficiencia**
2024
(distribución porcentual)



■ Suficiente ■ Insuficiente ■ No declarado

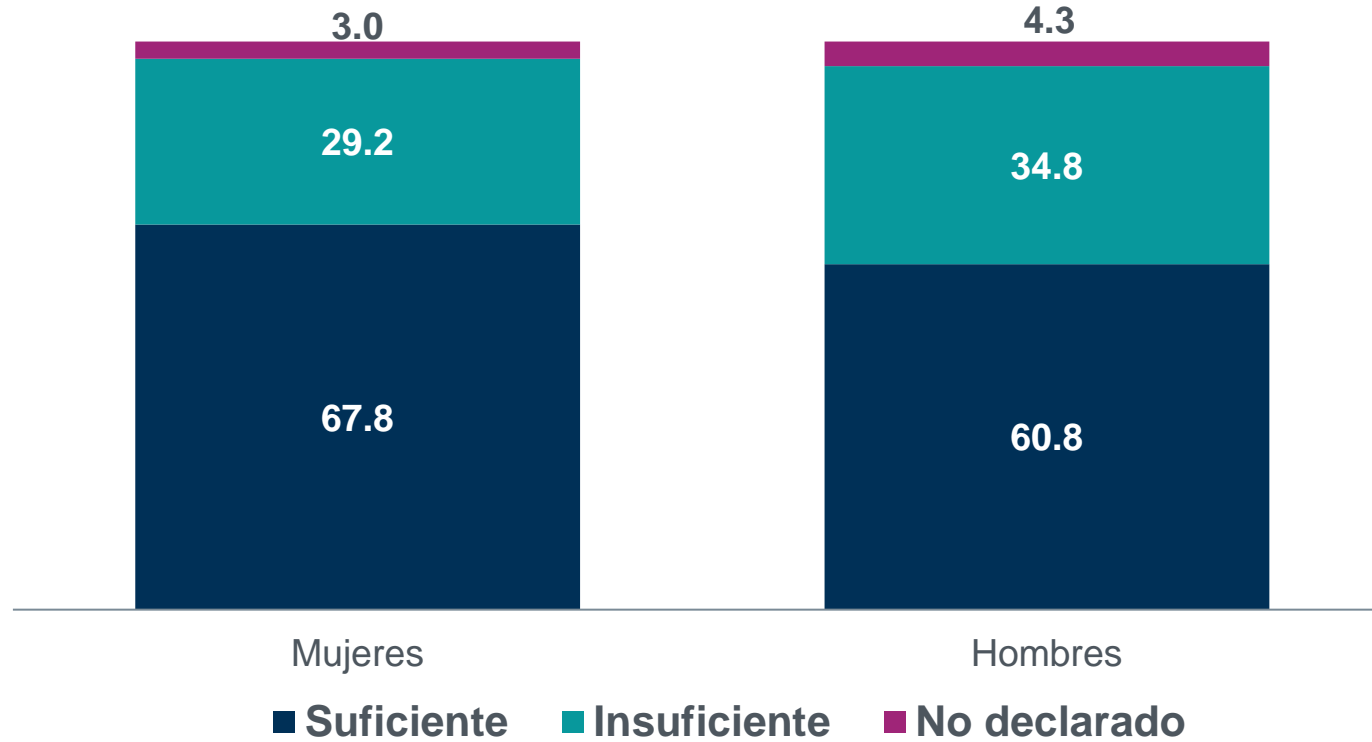
**Población de 18 años y más activa físicamente
con nivel suficiente**
serie 2013 a 2024
(porcentaje)



Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF), 2013 a 2024.

Población de 18 años y más activa físicamente por nivel de suficiencia, según sexo

2024
(porcentaje)



Nota: En el nivel «No declarado», es aquella población que contestó que sí realiza práctica físico-deportiva en su tiempo libre, pero la semana anterior a la entrevista no lo realizó.

Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF), 2024.

Tiempo promedio semanal de práctica físico-deportiva de la población de 18 años y más activa físicamente por nivel de suficiencia, según sexo

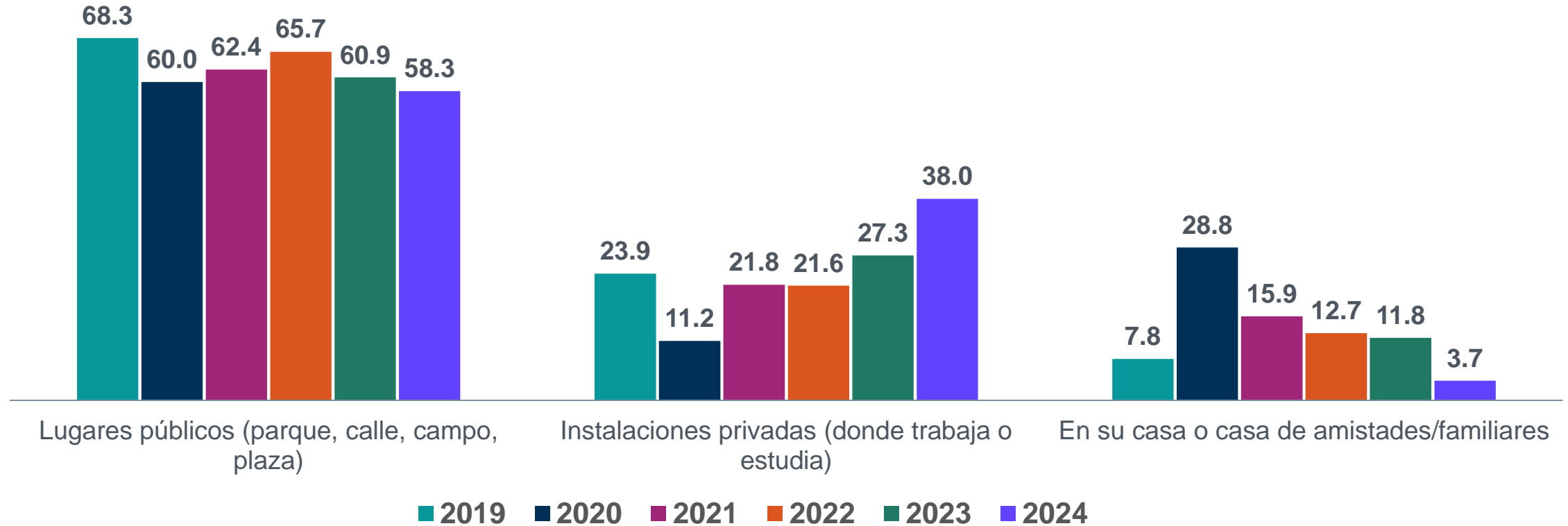
2023 y 2024

(horas:minutos)

	Mujeres		Hombres	
	2023	2024	2023	2024
Nivel suficiente	4:48	5:31	5:42	5:48
Nivel insuficiente	1:37	1:41	1:50	1:44

Población de 18 años y más activa físicamente según el lugar de práctica

serie 2019 a 2024
(distribución porcentual)

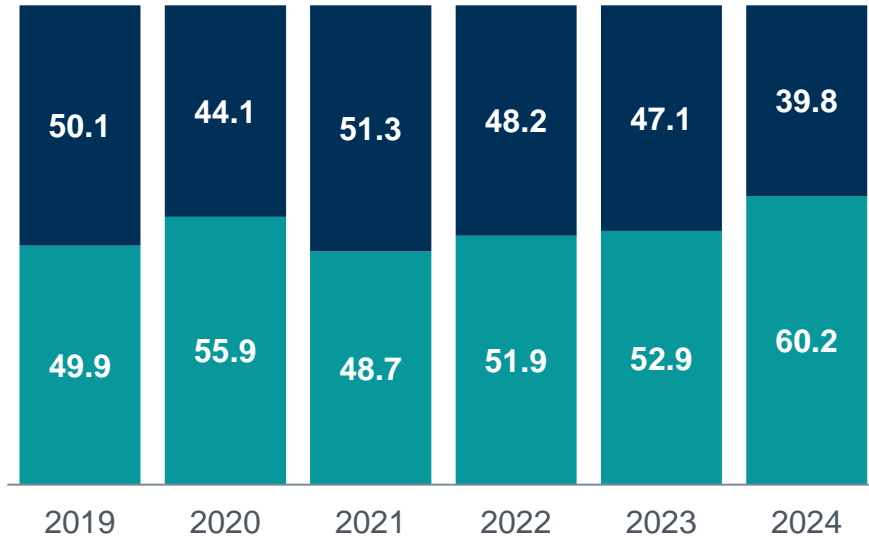


Nota: La opción «Instalaciones privada (donde trabaja o estudia)» incluye las respuestas para la clasificación «Otro».
Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF), 2019 a 2024.

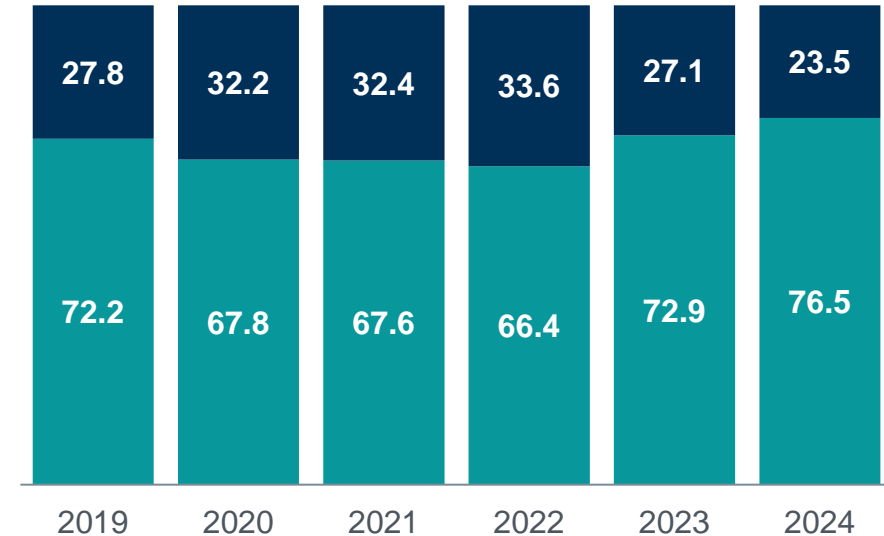
Población de 18 años y más activa físicamente por nivel de suficiencia, según el lugar de práctica

serie 2019 a 2024
(distribución porcentual)

En instalaciones o lugares públicos



En instalaciones o lugares privados

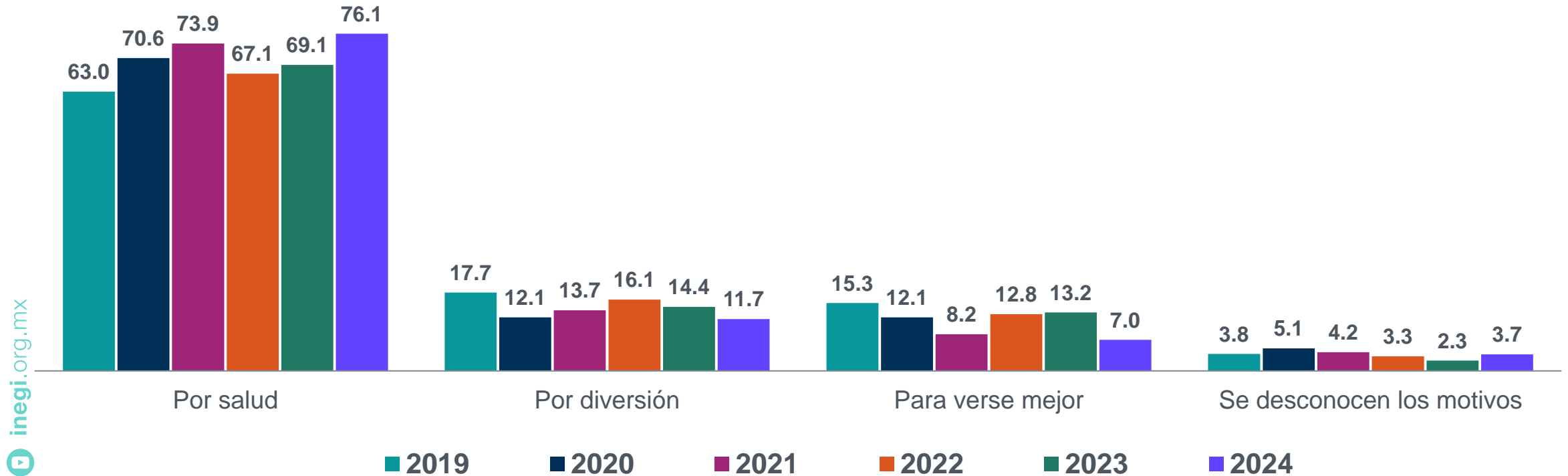


■ Suficiente ■ Insuficiente

Nota: En instalaciones o lugares privados, comprende instalaciones privadas, de estudio, trabajo o domicilios particulares.
Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF), 2019 a 2024.

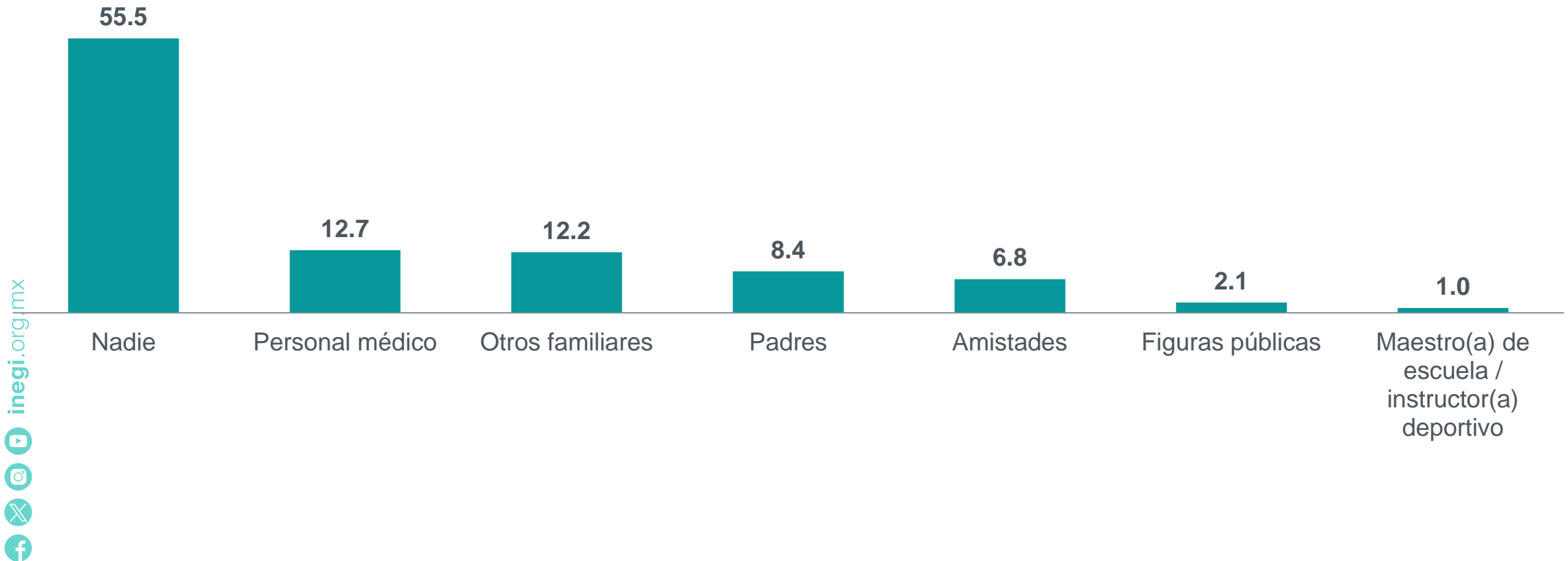
Población de 18 años y más activa físicamente por motivo principal para la práctica físico-deportiva

serie 2019 a 2024
(distribución porcentual)



Nota: La suma de los porcentajes no es igual a 100, ya que se omite en 2019 (0.3 %), 2020 (0.1 %), 2022 (0.7 %), 2023 (1 %) y 2024 (1.5 %) la opción «Otro motivo», como salir a caminar por ejercitar a su mascota o por no gastar en transporte.
Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF), 2019 a 2024.

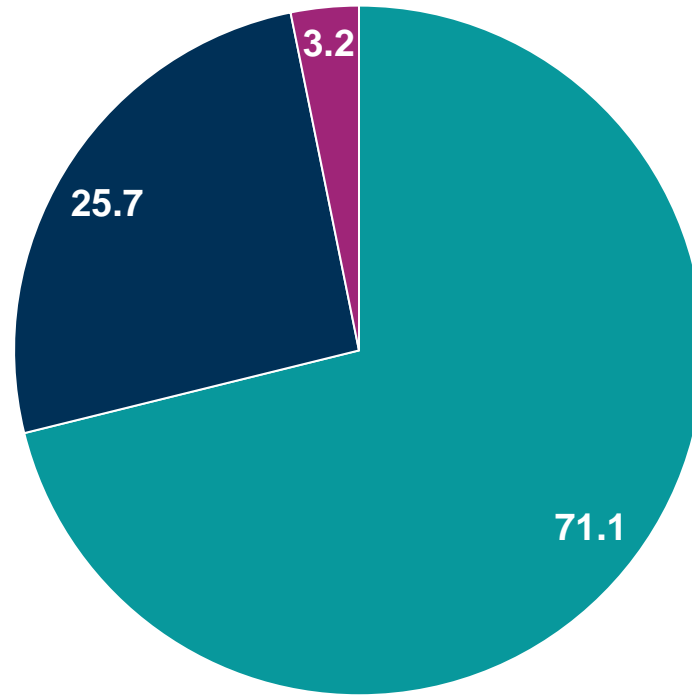
**Población de 18 años y más años activa físicamente por principal
influencia para realizar actividad físico-deportiva**
2024
(distribución porcentual)



Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF), 2024.

Población de 18 años y más activa físicamente que realizó actividad física la semana de referencia por existencia de instalaciones en su colonia

2024
(distribución porcentual)

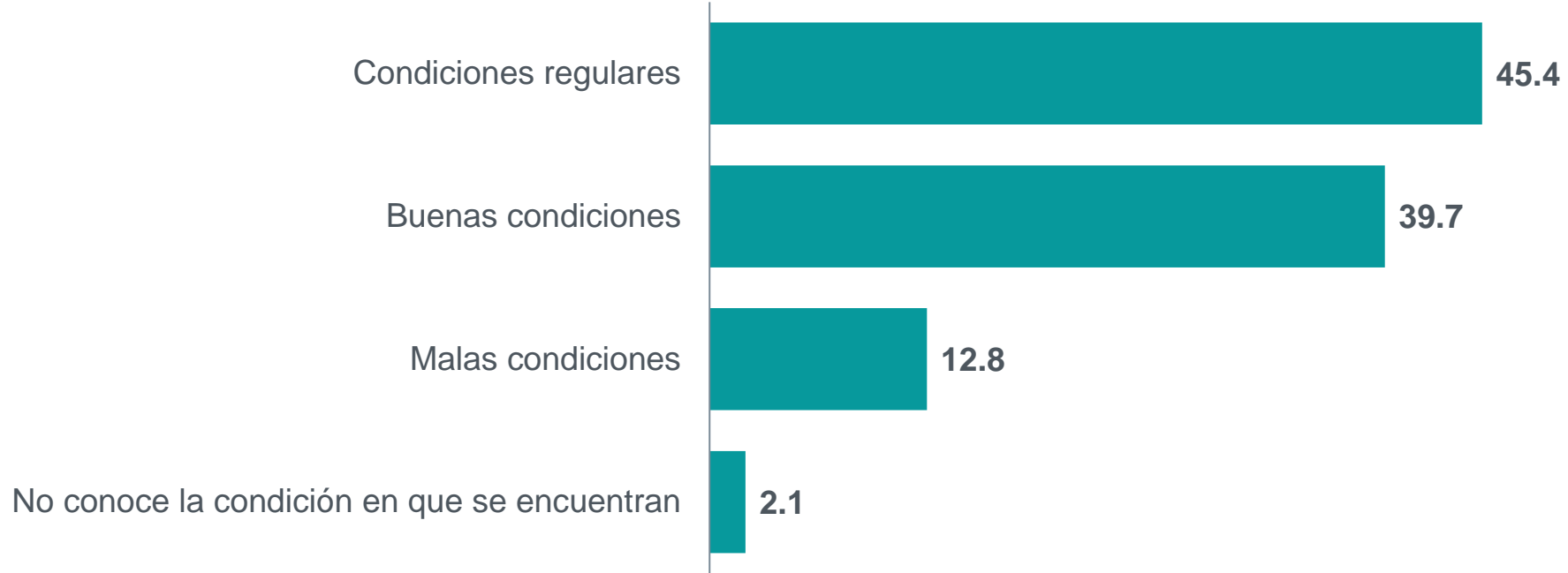


■ Sí existen instalaciones ■ No existen instalaciones ■ No sabe

Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF), 2024.

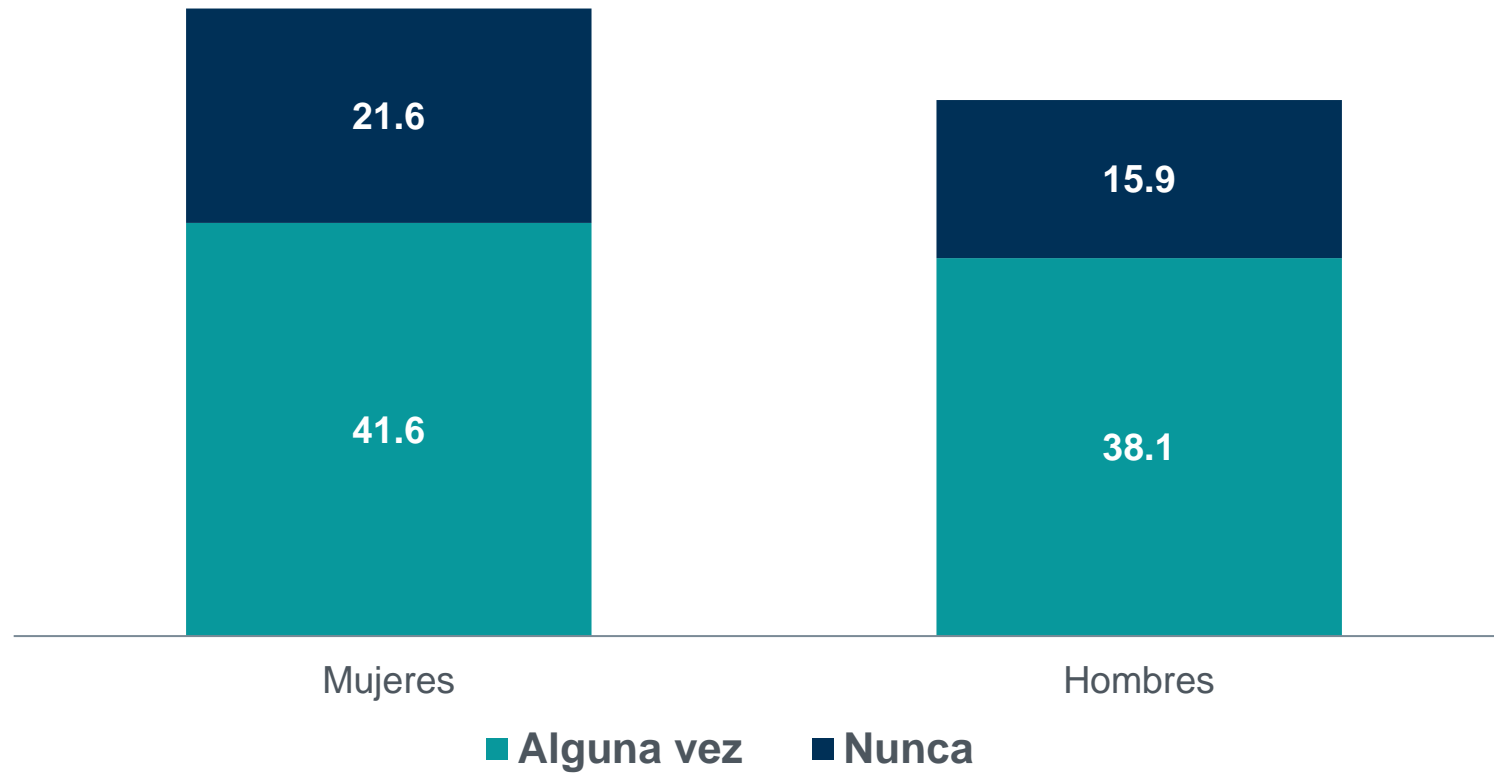
Percepción de la población de 18 años y más activa físicamente sobre las condiciones las instalaciones para la práctica de actividad física en su colonia

2024
(distribución porcentual)



Población de 18 años y más inactiva físicamente por antecedente de práctica físico-deportiva, según sexo

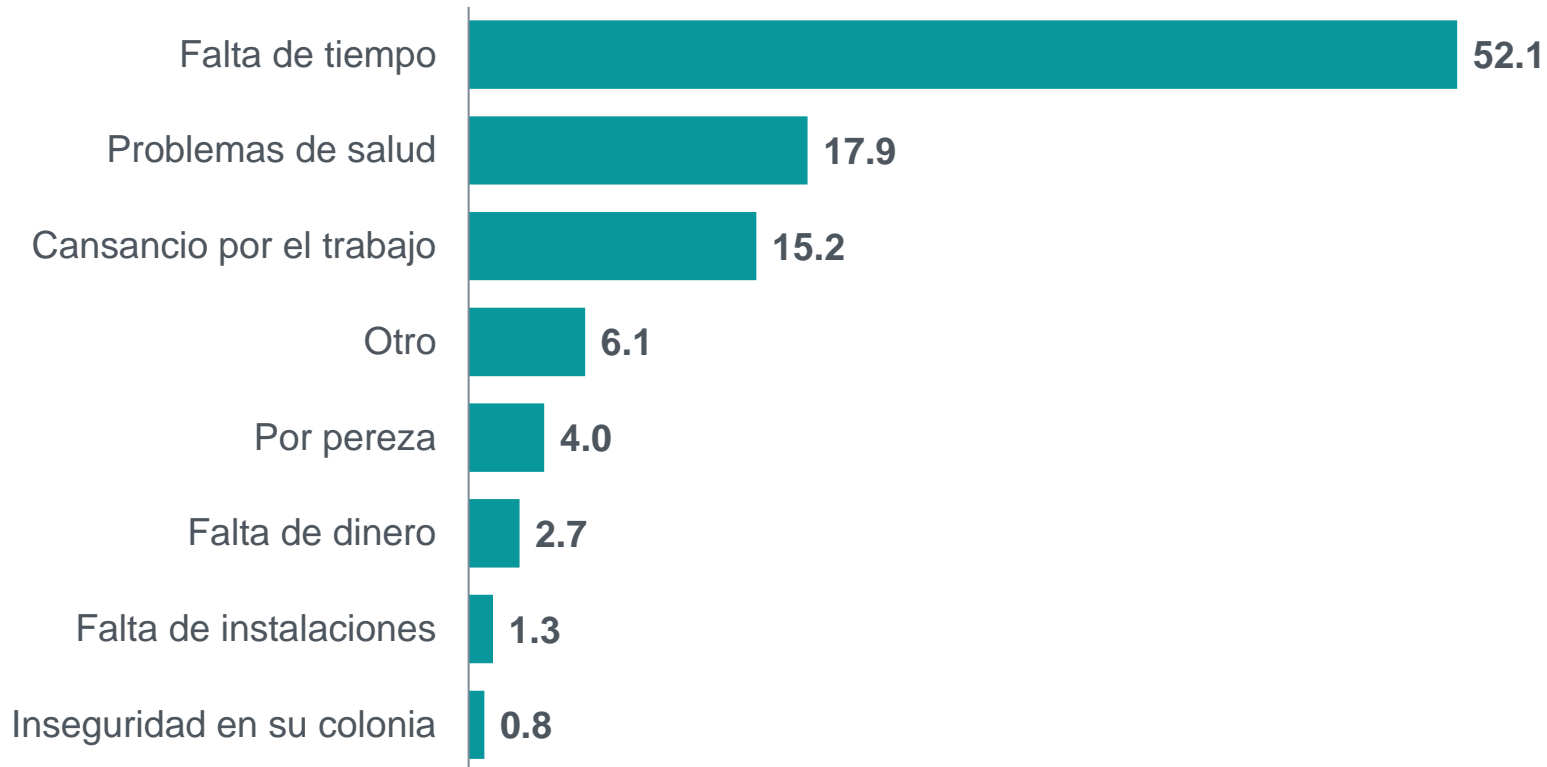
2024
(porcentaje)



Población de 18 años y más inactiva físicamente que alguna vez realizó práctica físico-deportiva, por razón principal de abandono

2024

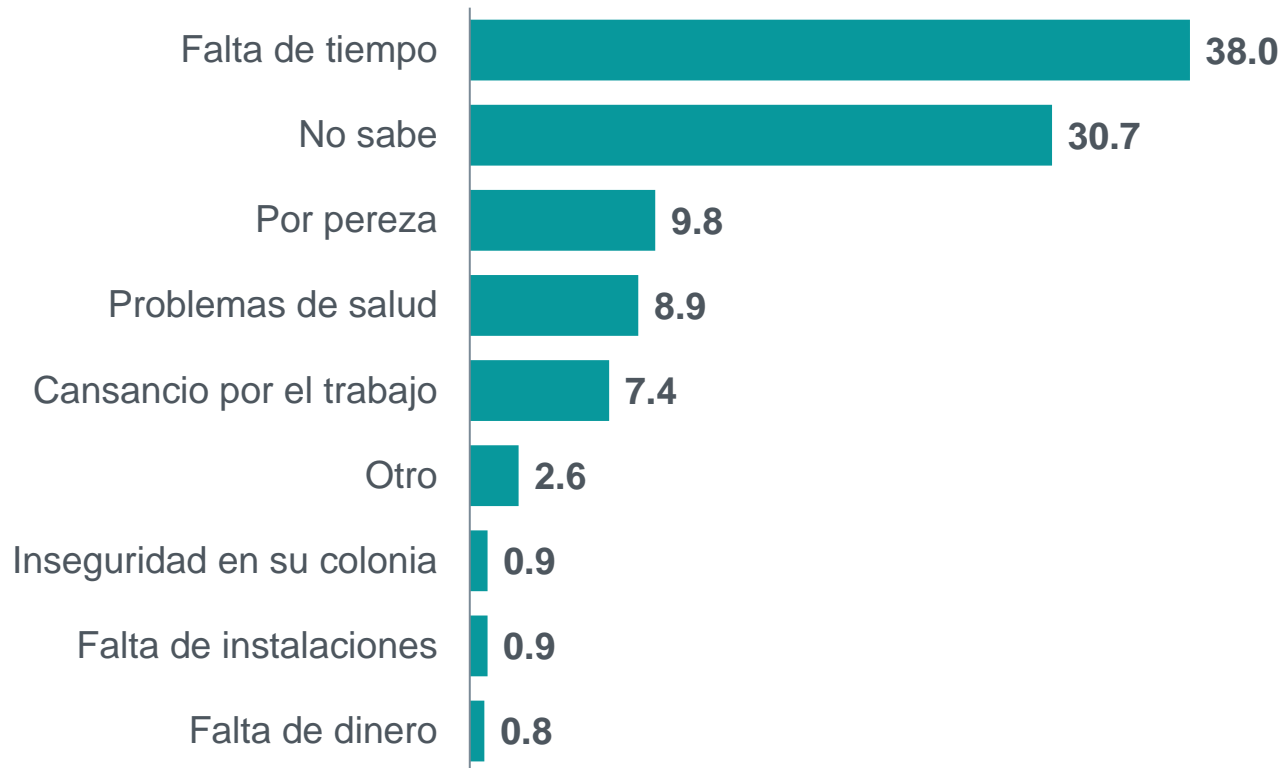
(distribución porcentual)



Población de 18 años y más inactiva físicamente que nunca realizó práctica físico-deportiva, por razón principal de no realizarla

2024

(distribución porcentual)



CONOCIENDO
**MÉ
XI
CO**

800 111 46 34

www.inegi.org.mx

atencion.usuarios@inegi.org.mx



INEGIINFORMA

