



# 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.

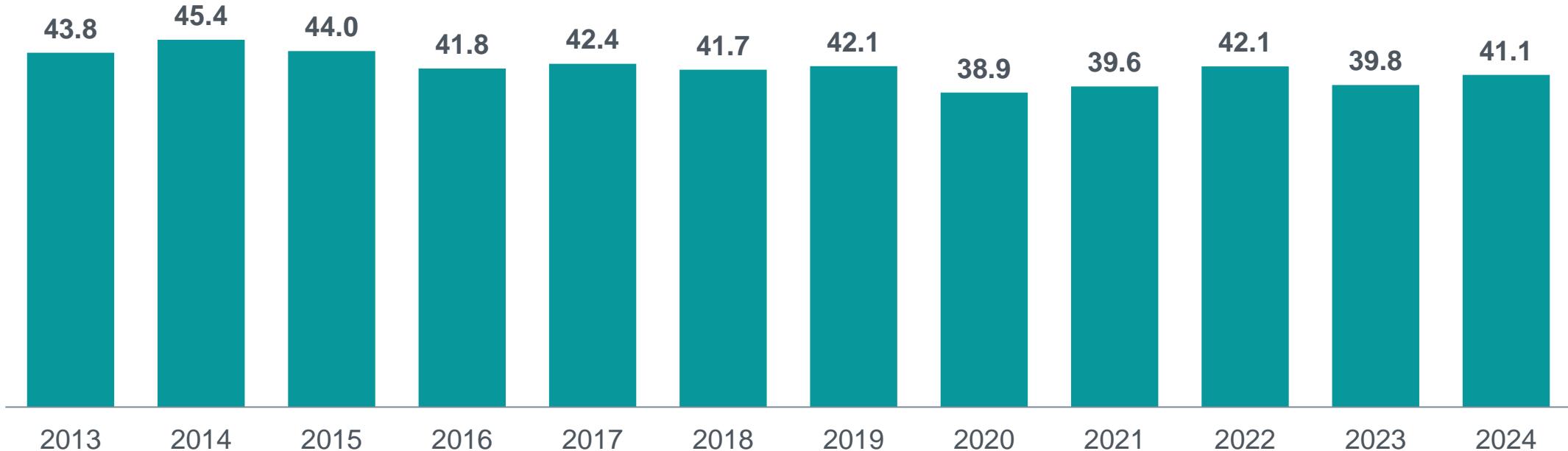
---

# PRINCIPALES RESULTADOS



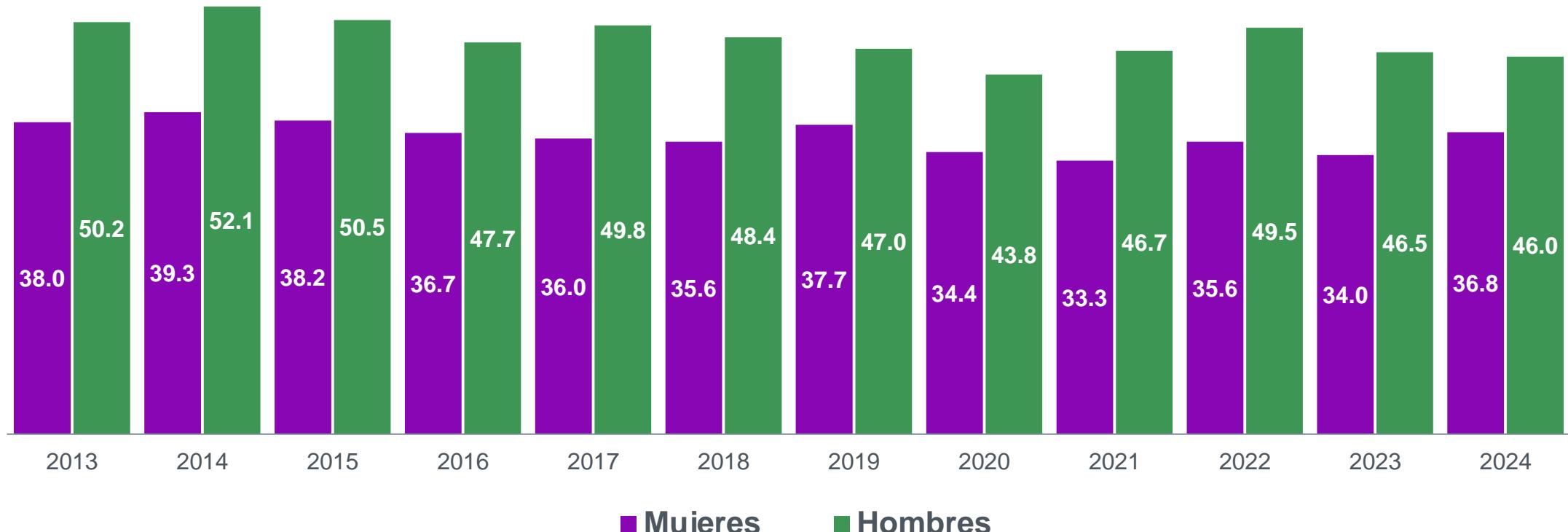
# Población de 18 años y más activa físicamente

serie 2013 a 2024  
(porcentaje)



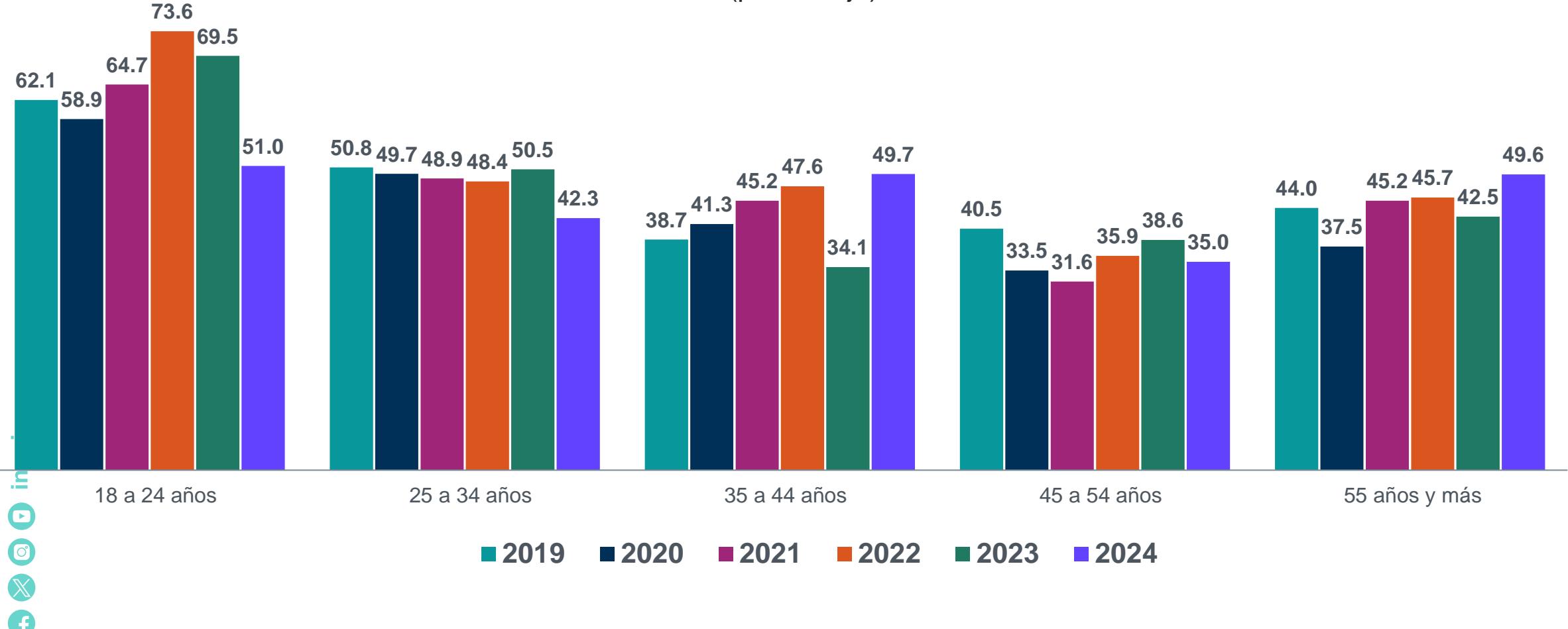
# Población de 18 años y más activa físicamente, según sexo

serie 2013 a 2024  
(porcentaje)



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

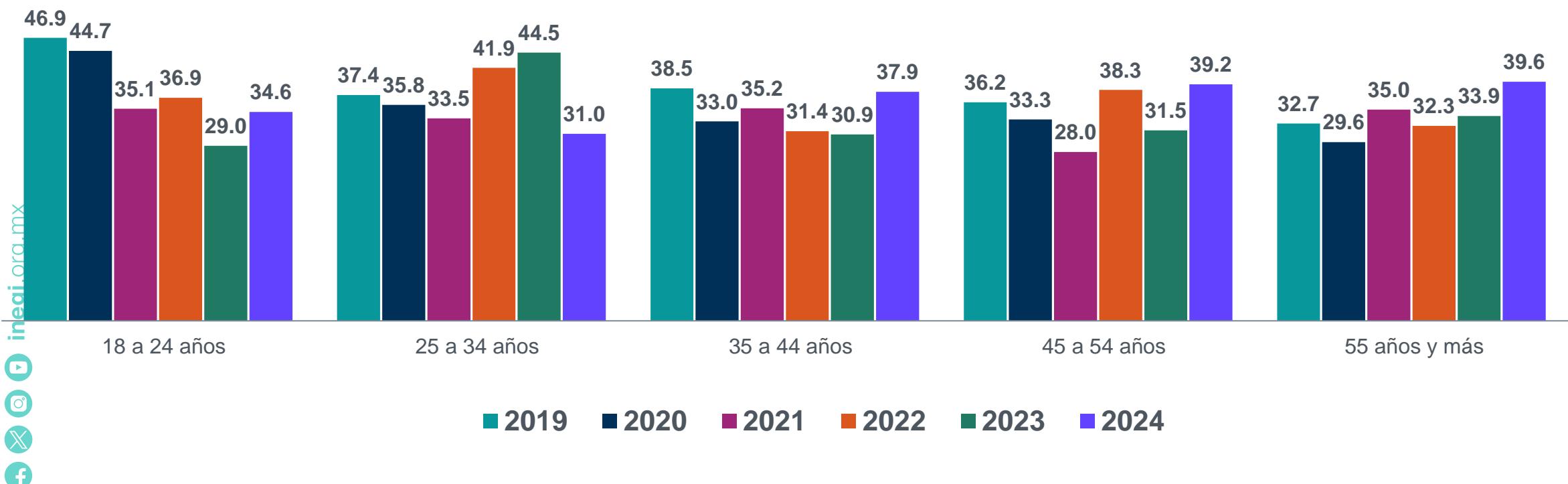
serie 2019 a 2024  
(porcentaje)



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

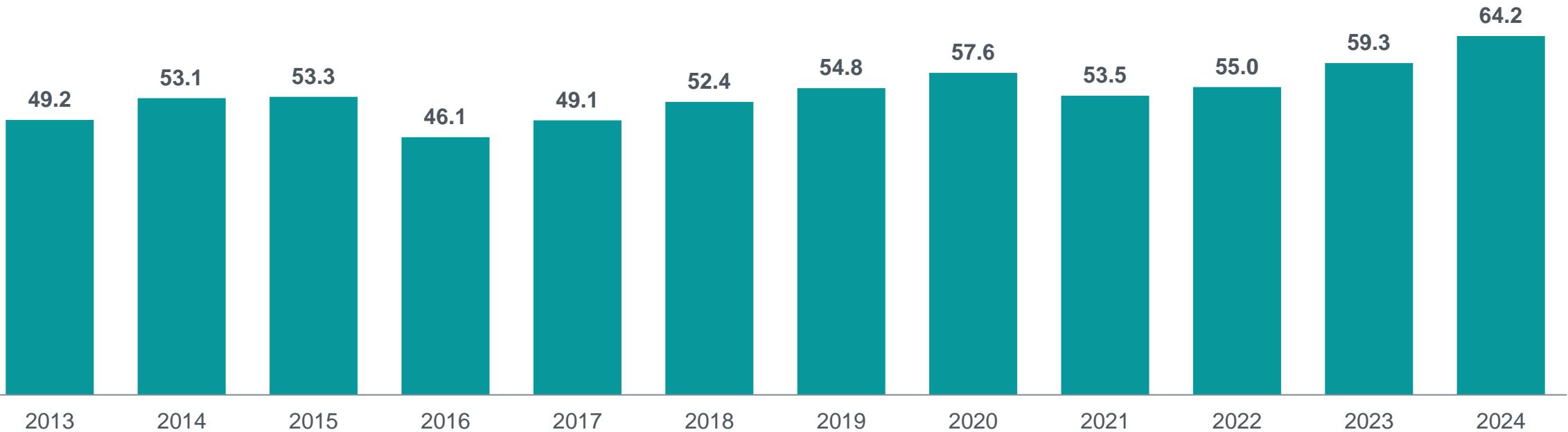
2024

(distribución porcentual)



# Población de 18 años y más activa físicamente con nivel suficiente

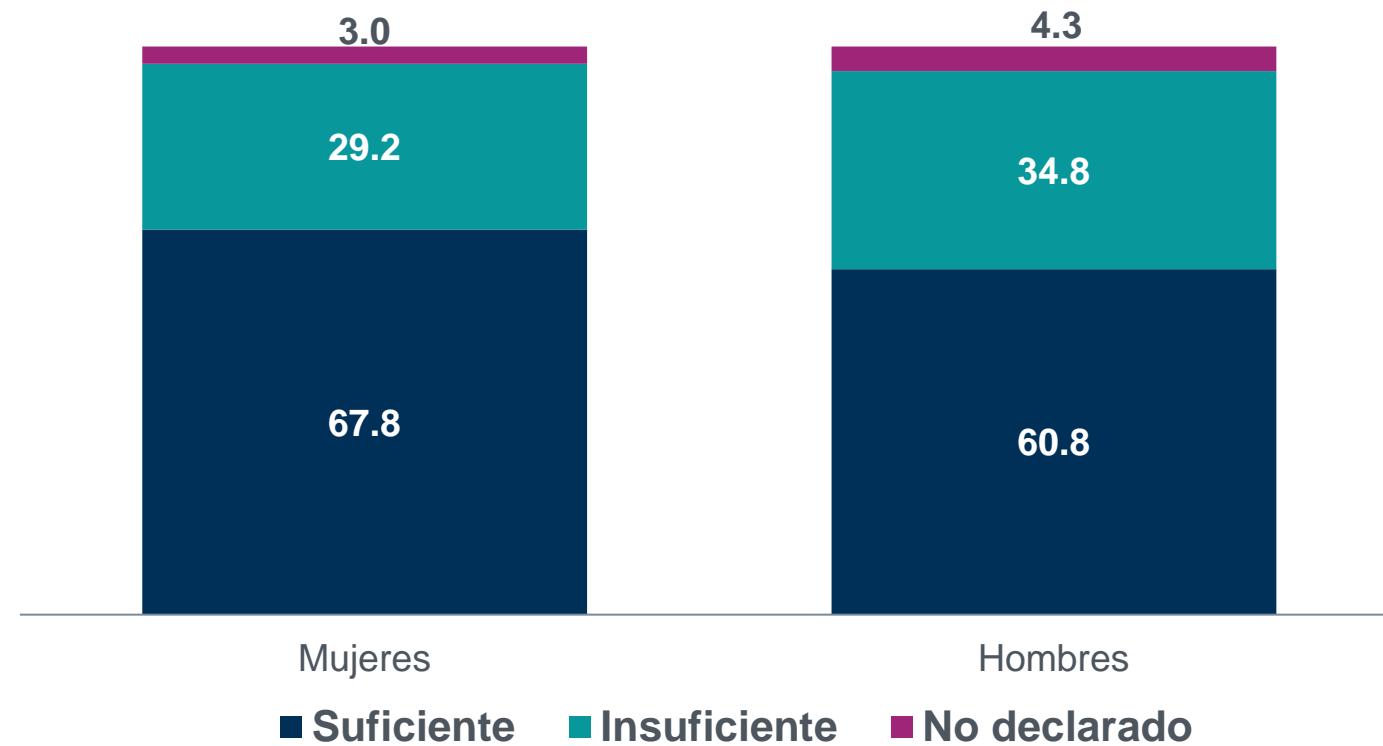
serie 2013 a 2024  
(porcentaje)



## 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.

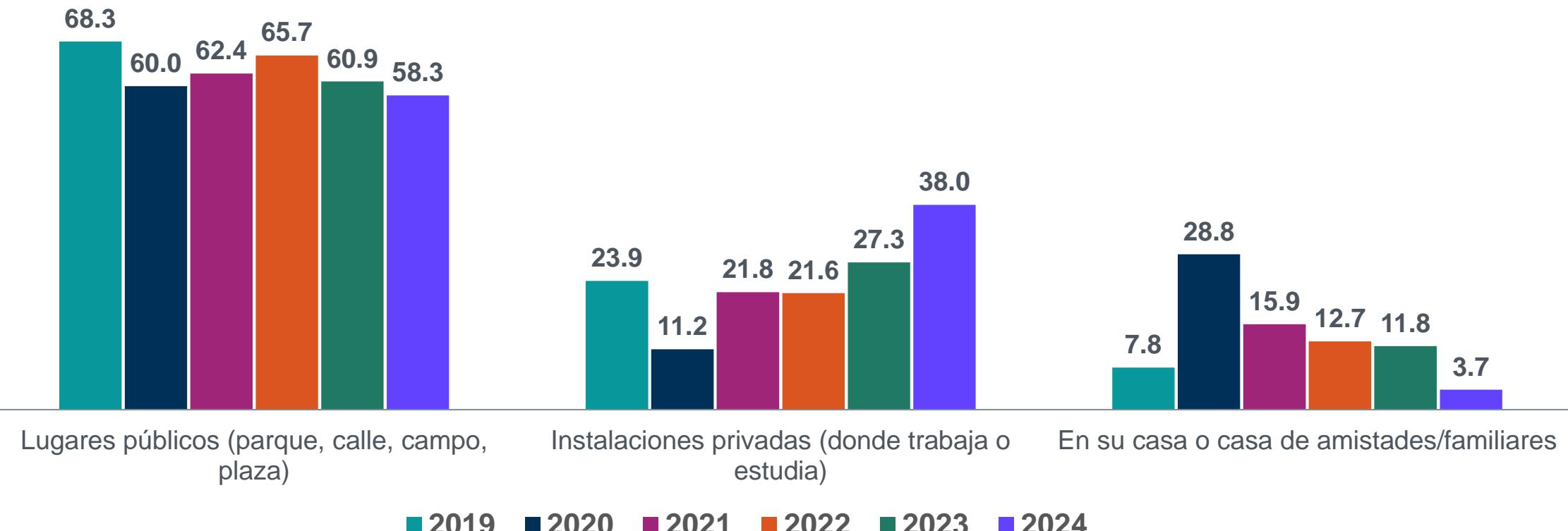
## Tiempo promedio semanal de práctica físico-deportiva de la población de 18 años y más activa físicamente por nivel de suficiencia, según sexo

2023 y 2024  
(horas:minutos)

	Mujeres		Hombres	
	2023	2024	2023	2024
<b>Nivel suficiente</b>	4:48	5:31	5:42	5:48
<b>Nivel insuficiente</b>	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)



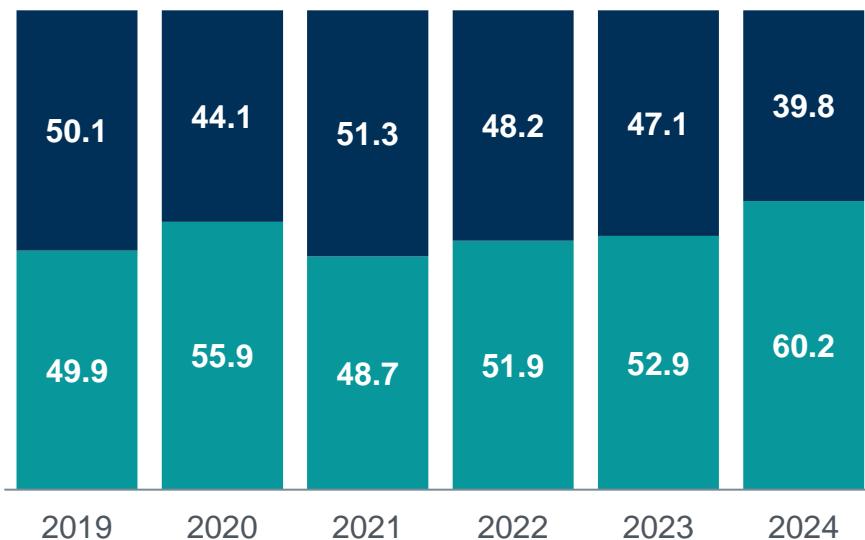
Nota: La opción «Instalaciones privada (donde trabaja o estudia)» incluye las respuestas para la clasificación «Otro».

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

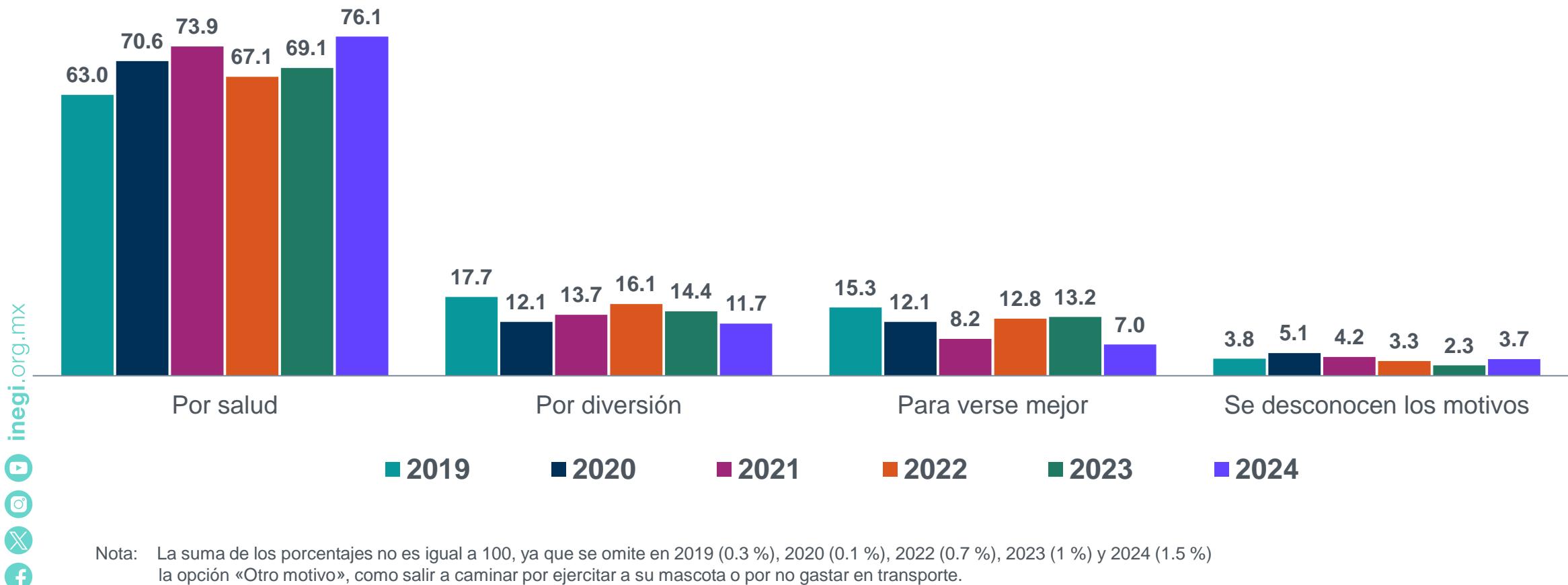
■ Insuficiente

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

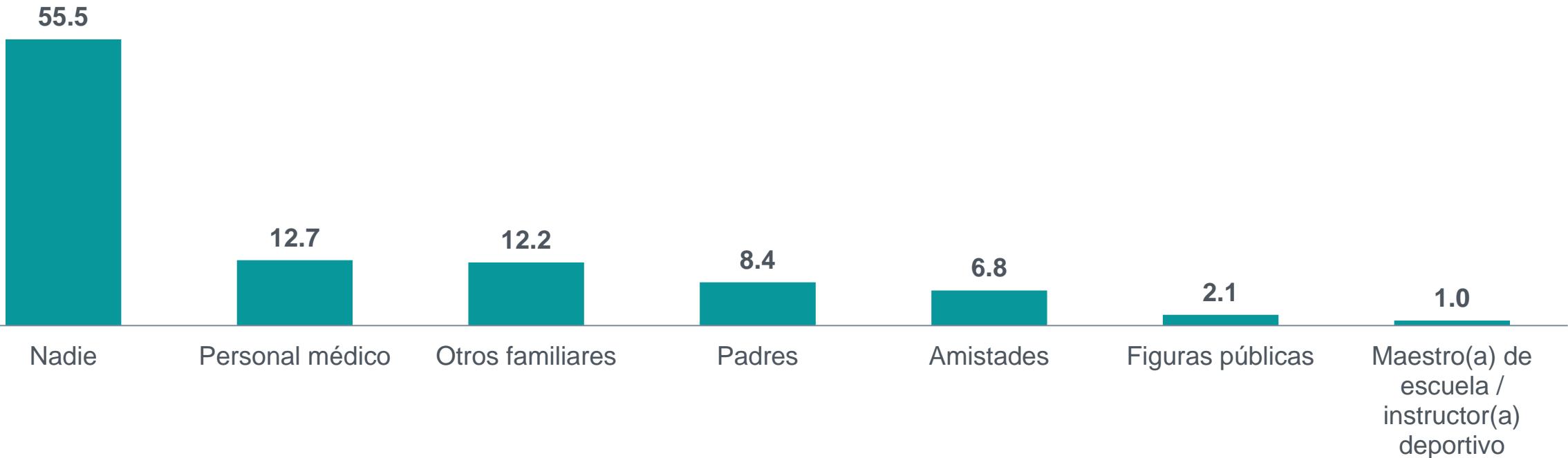
serie 2019 a 2024  
(distribución porcentual)



# Población de 18 años y más años activa físicamente por principal influencia para realizar actividad físico-deportiva

2024

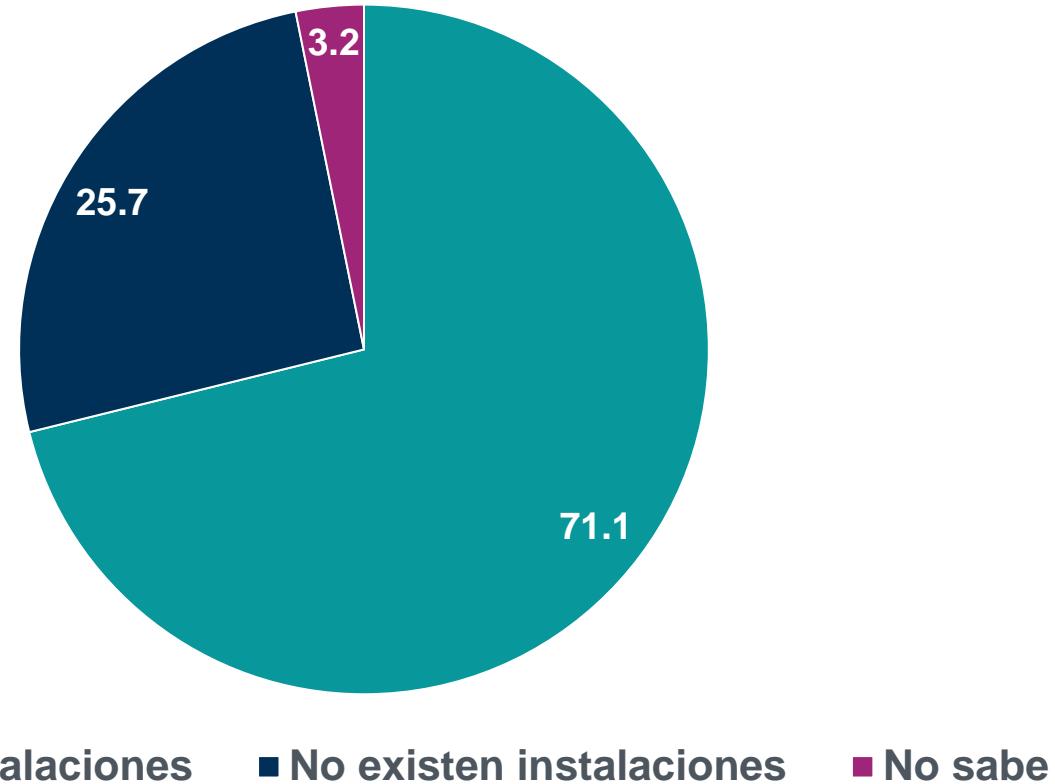
(distribución porcentual)



## 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)

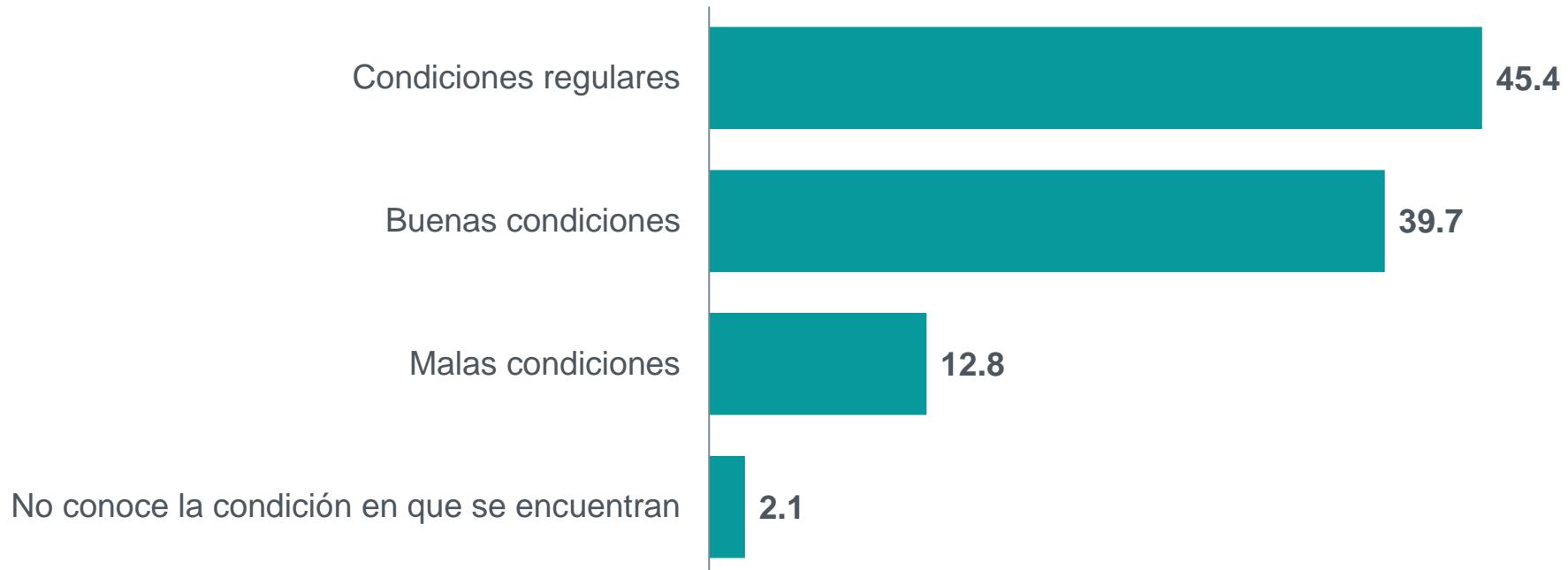


Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF), 2024.

# 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

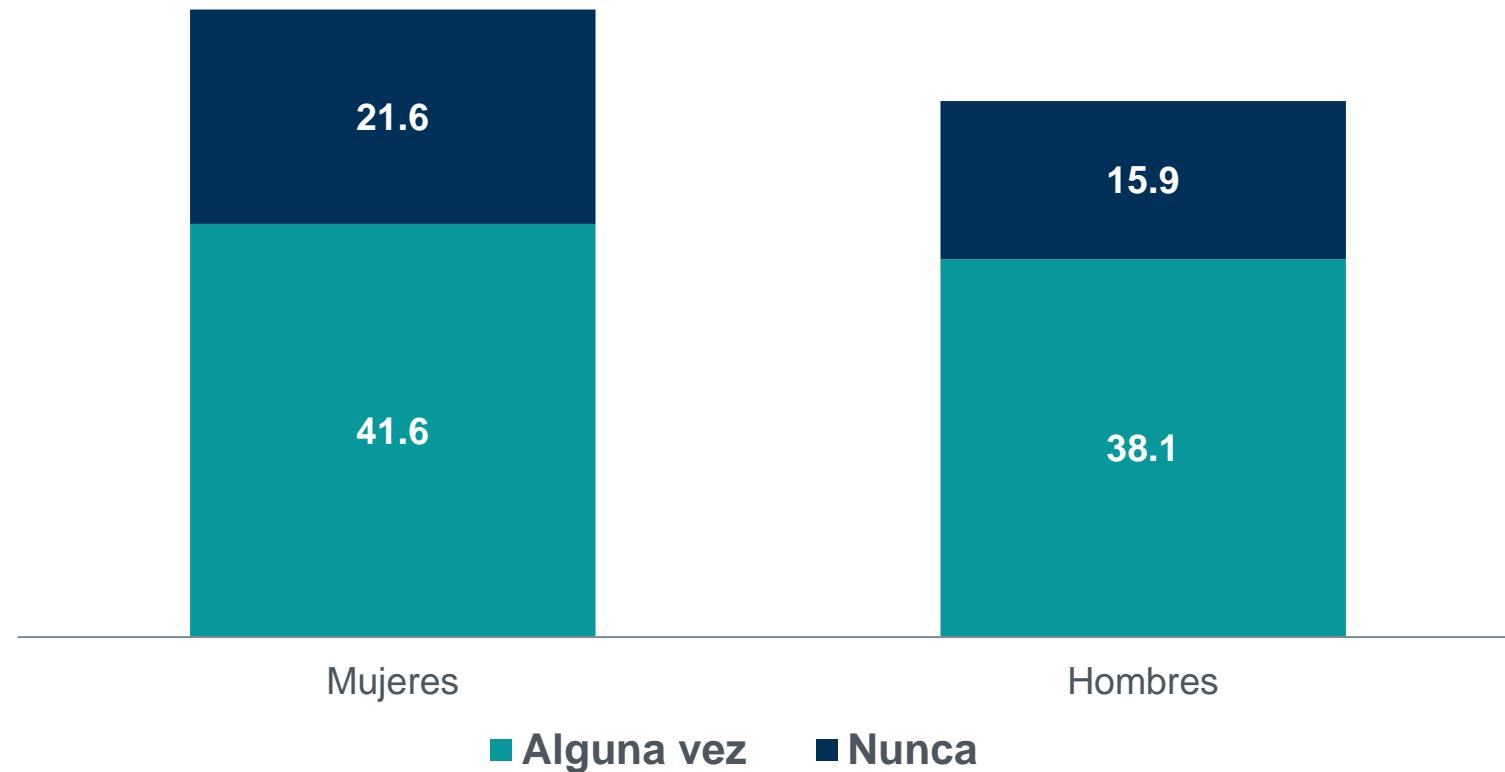
(distribución porcentual)



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

2024

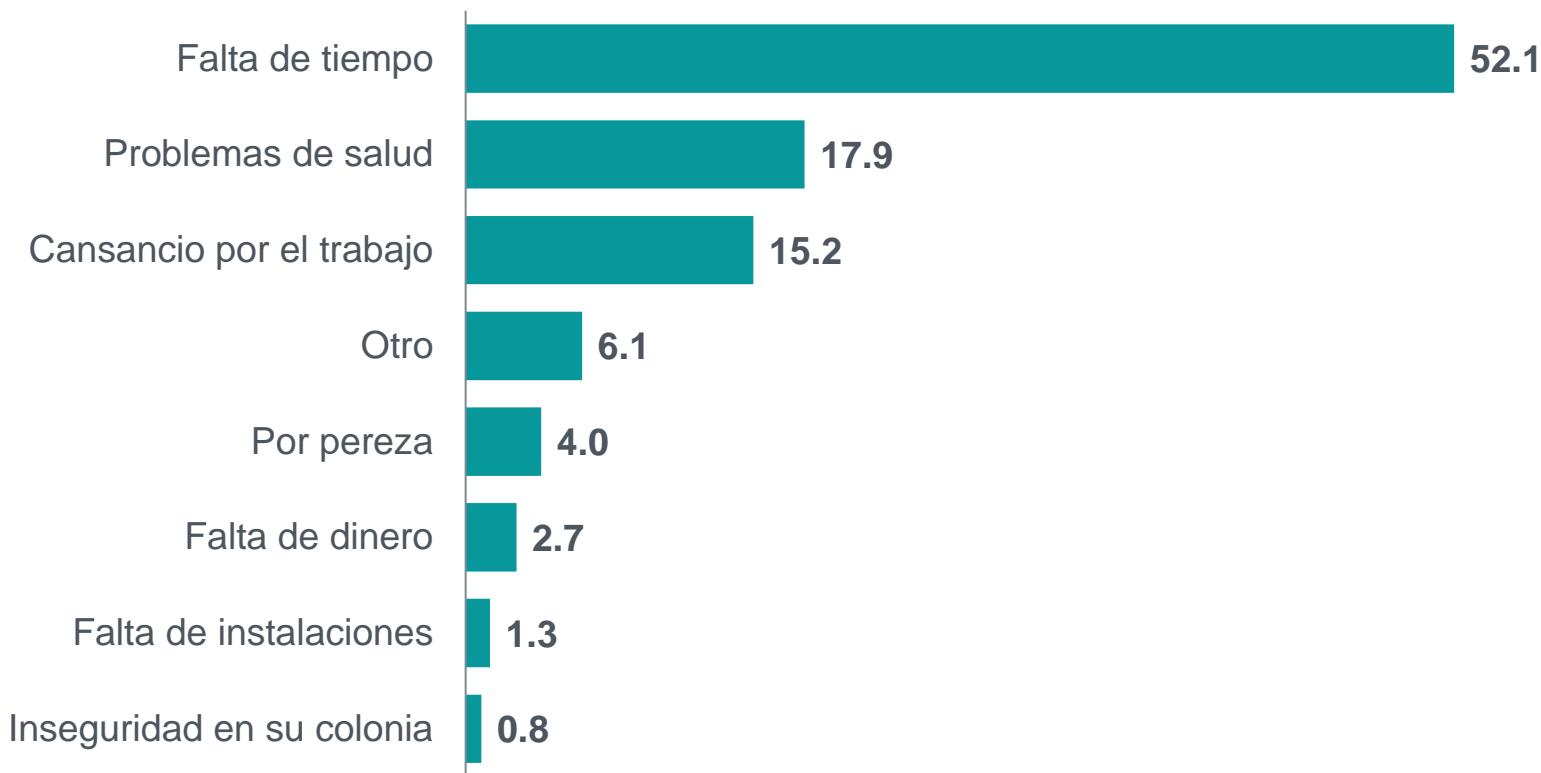
(porcentaje)



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

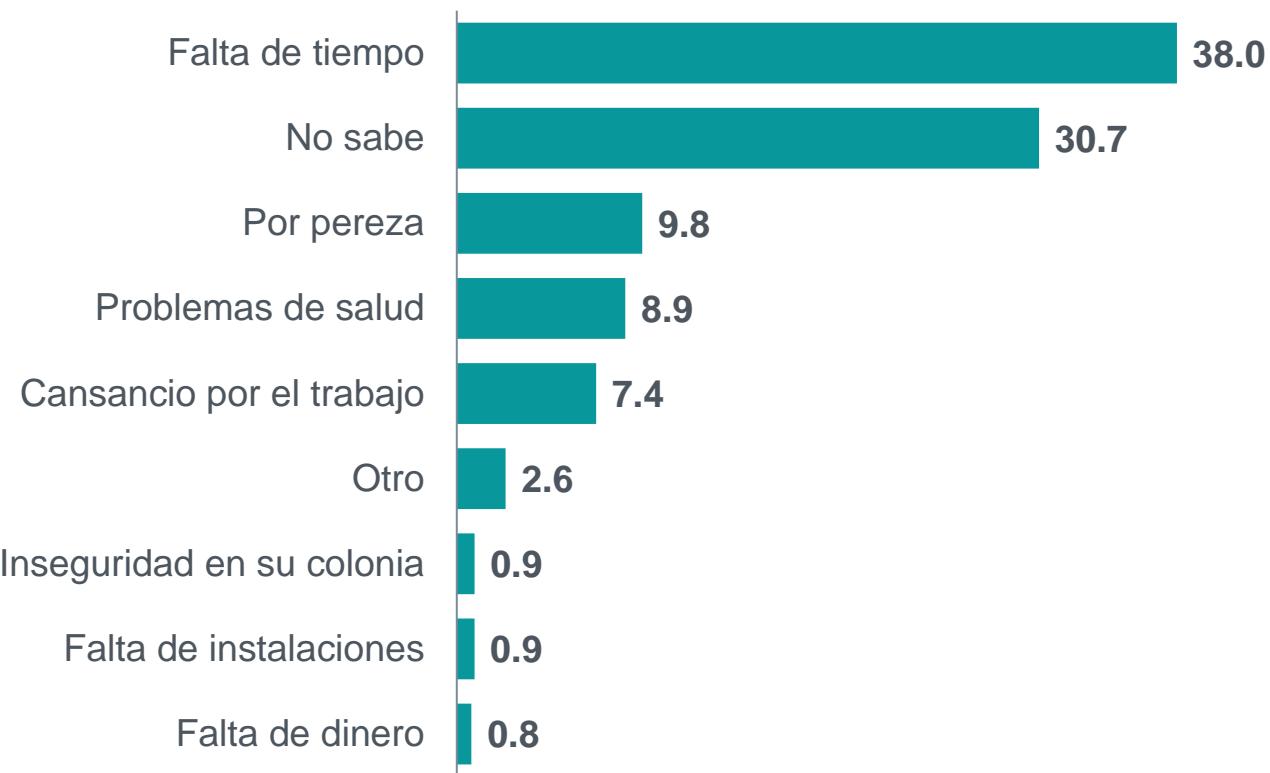
2024

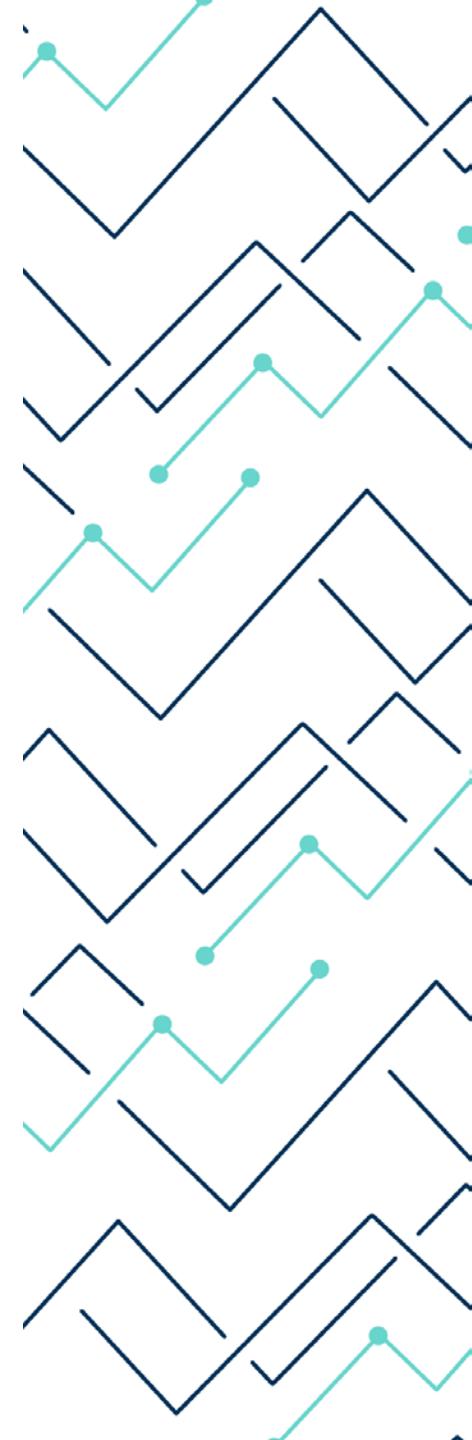
(distribución porcentual)



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](http://www.inegi.org.mx)

[atencion.usuarios@inegi.org.mx](mailto:atencion.usuarios@inegi.org.mx)



**INEGI**INFORMA