



MÓDULO DE PRÁCTICA DEPORTIVA Y EJERCICIO FÍSICO **(MOPRADEF) 2025**

PRINCIPALES RESULTADOS



OBJETIVO GENERAL

El MOPRADEF tiene la finalidad de generar información estadística sobre la participación de la población de 12 años y más en la práctica de deportes o ejercicio físico durante su tiempo libre. El módulo identifica la frecuencia, duración e intensidad de esta práctica, así como las motivaciones, influencias sociales y los motivos de abandono o inactividad. También se genera información sobre la disponibilidad y estado de las instalaciones públicas para el deporte. Adicionalmente y por primera vez, se capta la actividad física realizada en tiempo comprometido (empleo, estudio o labores del hogar).

Estos datos permitirán sustentar políticas públicas orientadas a fomentar la cultura física, mejorar la salud y elevar la calidad de vida de la población en México.



OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Identificar las principales características de la **práctica deportiva y del ejercicio físico en tiempo libre**
- ✓ Identificar **niveles de suficiencia** (número de días, tiempo e intensidad) de la actividad física.
- ✓ Conocer el **motivo** principal que **impulsó la práctica físico-deportiva** en tiempo libre de las personas.
- ✓ Identificar **el tipo de lugares** en los cuales la población **realiza deporte y ejercicio físico** en su tiempo libre.
- ✓ Conocer la **condición de existencia de instalaciones públicas** en su colonia, las condiciones en que se encuentran y la **existencia de personas instructoras** para actividades físico-deportivas.
- ✓ Identificar la **razón** principal por la cual **no se realiza práctica físico-deportiva** durante el tiempo libre y con ello, identificar oportunidades para el fomento de su práctica.
- ✓ Conocer si la **población que no realiza práctica físico-deportiva** en tiempo libre alguna vez realizó deporte o ejercicio físico y **el motivo de su abandono**.
- ✓ Conocer **la actividad física en tiempo comprometido** que alcance la intensidad y duración recomendadas, según **frecuencia, duración e intensidad**.

CARACTERÍSTICAS METODOLÓGICAS



Periodo de levantamiento

Del 2 al 27 de junio de 2025



Población objeto de estudio

Personas de 12 años y más



Tamaño de muestra

4 818 viviendas

Cobertura geográfica

- Nacional
- Agregado urbano de 32 ciudades de 100 mil y más habitantes, una por entidad federativa



Unidad de observación

Viviendas, hogares, la población residente y las personas de 12 años y más



Esquema de muestreo

Probabilístico, estratificado y tetraetápico

COBERTURA TEMÁTICA

El cuestionario se dividió en dos módulos:

Módulo 1

Características sociodemográficas

- Sección 1. Características de la vivienda
- Sección 2. Residentes y hogares en la vivienda
- Sección 3. Características sociodemográficas
- Sección 4. Características sociodemográficas de la persona elegida

Módulo 2

Práctica deportiva y ejercicio físico

- Sección 1. Actividad físico-deportiva en tiempo libre
- Sección 2. No realiza deporte ni ejercicio físico en tiempo libre
- Sección 3. Realiza deporte o ejercicio físico en tiempo libre
- Sección 4. Realiza actividad física en su trabajo, escuela o el hogar
- Sección 5. Instalaciones públicas para la realización de actividad físico-deportiva

ACTUALIZACIÓN TEMÁTICA



Práctica deportiva o ejercicio físico en tiempo libre

- Nueva variable:
Antigüedad de realizar la actividad física
- Ajustes en las siguientes variables ampliando la población a la que se aplica:
 - Principal influencia para realizar actividad física**
 - Tipo de instalaciones donde la realiza**
 - Motivo por el cual se realiza la práctica**
 - Existencia de instalaciones públicas para realizar deporte o ejercicio**
 - Condiciones de las instalaciones**
 - Existencia de personas instructoras**
- Ajustes en distinción de opciones de respuesta cansancio y falta de tiempo:
 - Motivo de abandono de la actividad físico-deportiva**
 - Motivo de no realizar actividad físico-deportiva**
- Se eliminaron las variables:
 - Tipo de actividad**
 - Momento del día para realizar la actividad físico-deportiva**
 - Tipo de personas con quién acostumbra a realizar la actividad**
 - Motivo de no realizar ejercicio o actividad física en la semana de referencia**



Medición de actividad física en tiempo comprometido (empleo, escuela y hogar)

- Frecuencia (**número de días**)
- Tiempo dedicado por día
- Nivel de intensidad (**moderada, intensa**)

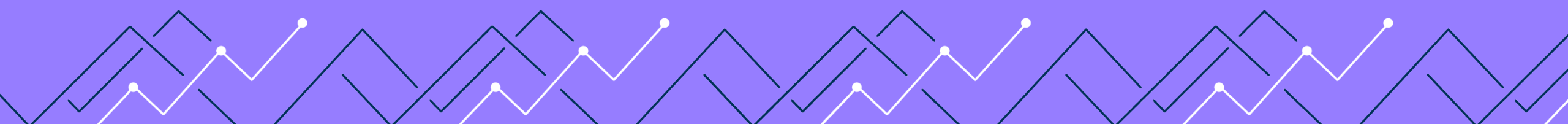
CONCEPTOS BÁSICOS

- **Actividad física en tiempo libre.** Es aquella destinada a realizar movimientos o procesos que implican desgaste físico y que no es necesaria como actividad esencial de la vida cotidiana, y que se realiza a discreción, tales como participación en deportes, condicionamiento o entrenamiento mediante ejercicios, o actividades recreativas.
- **Actividad física en tiempo comprometido.** Es aquella destinada a realizar movimientos o procesos que implican desgaste físico en horas semanales requeridas para cuidado personal, producción doméstica u horas dedicadas a generar ingreso, es decir, la que se realiza en el tiempo que no se encuentra disponible para uso libre, recreativo o discrecional.
- **Activos físicamente con nivel suficiente.** Personas que realizaron actividad físico-deportiva en la semana de referencia, practicándola al menos tres días por semana y acumulando un tiempo mínimo de:
 - 180 minutos a la semana de intensidad moderada o 90 minutos semanal de intensidad vigorosa o una combinación equivalente, en personas de 12 a 17 años.
 - 150 minutos a la semana de intensidad moderada o 75 minutos semanal de intensidad vigorosa o una combinación equivalente, en personas de 18 años y más.
- **Activos físicamente con nivel insuficiente.** Personas que realizaron actividad físico-deportiva la semana de referencia, pero no cumplieron con la frecuencia, duración e intensidad para obtener beneficios a la salud.
- **Activos físicamente con nivel no declarado.** Personas que sí realizan actividad físico-deportiva pero la semana de referencia no la realizaron o aquellas que no especificaron la edad y no es posible determinar el nivel de suficiencia.

Población de 18 años y más



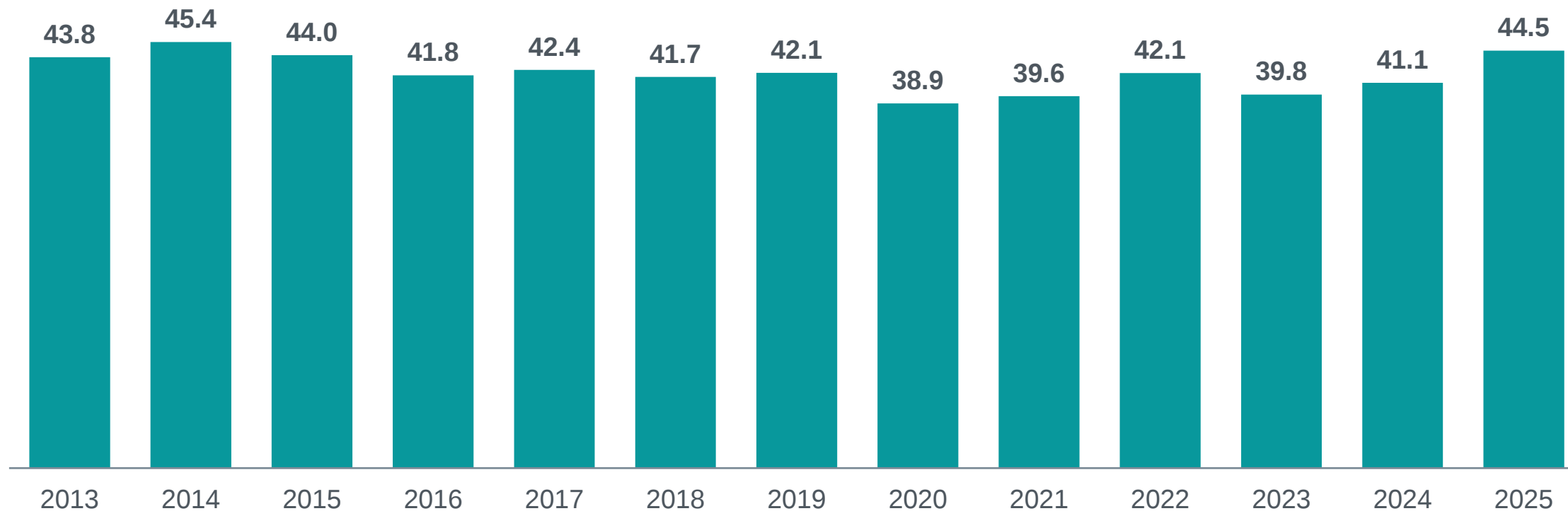
En 32 áreas de 100 mil y más habitantes



Población de 18 años y más activa físicamente en tiempo libre

serie 2013-2025

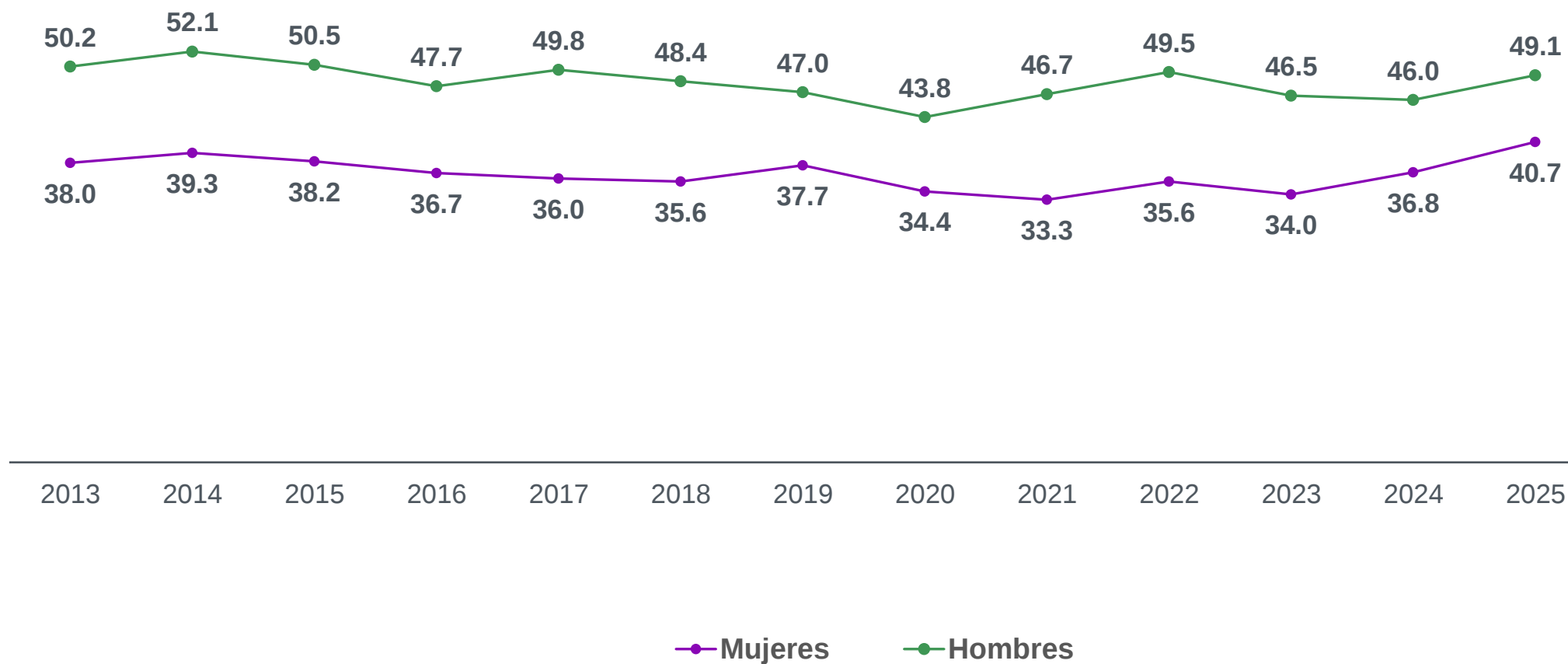
(porcentaje)



Población de 18 años y más activa físicamente en tiempo libre, según sexo

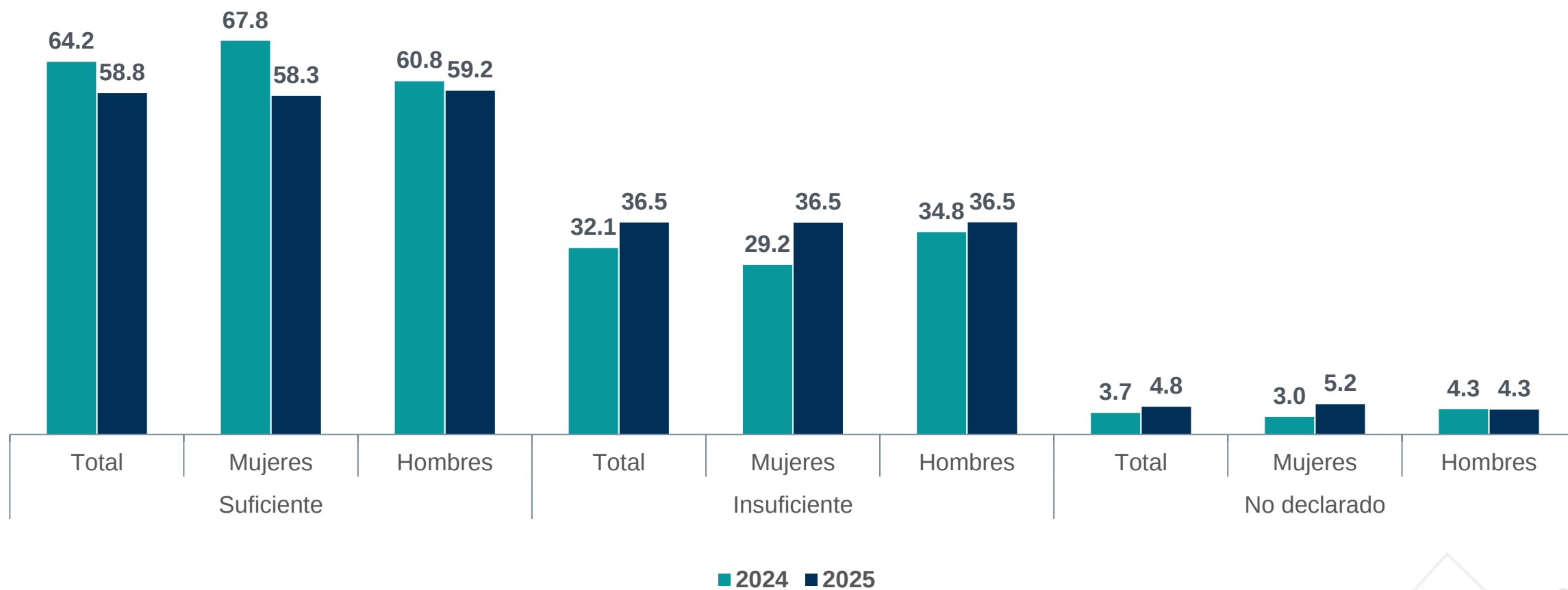
serie 2013-2025

(porcentaje)



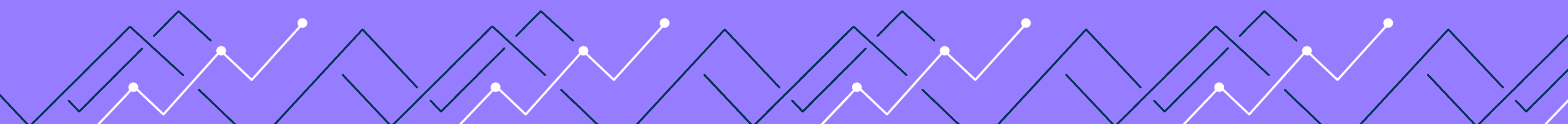
Población de 18 años y más activa físicamente en tiempo libre por nivel de suficiencia, según sexo

2024 y 2025
 (porcentaje)



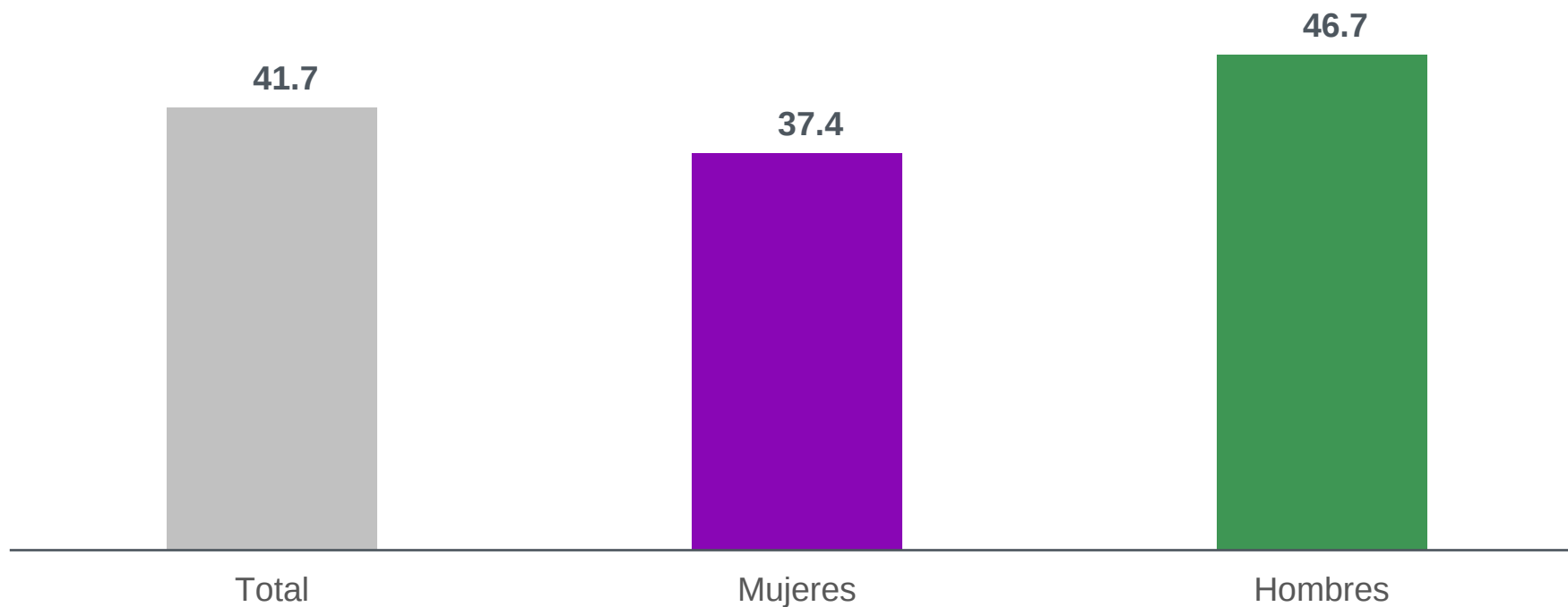
Población de 12 años y más


A nivel nacional



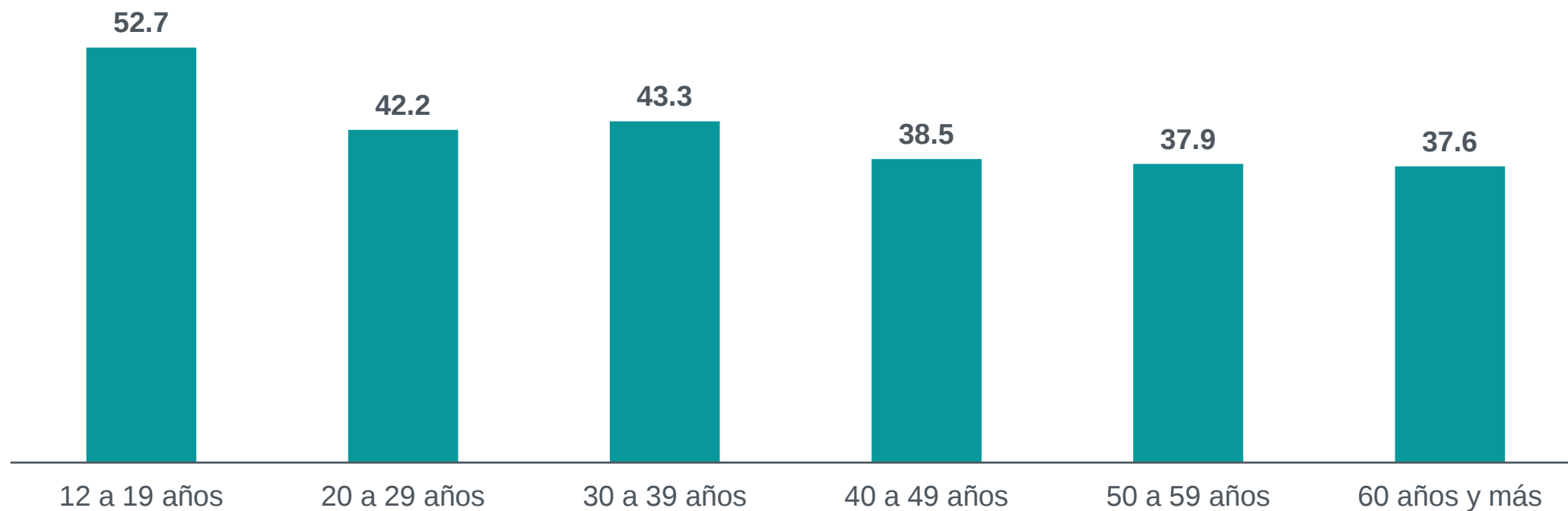
Población de 12 años y más activa físicamente en su tiempo libre, según sexo

2025
(porcentaje)



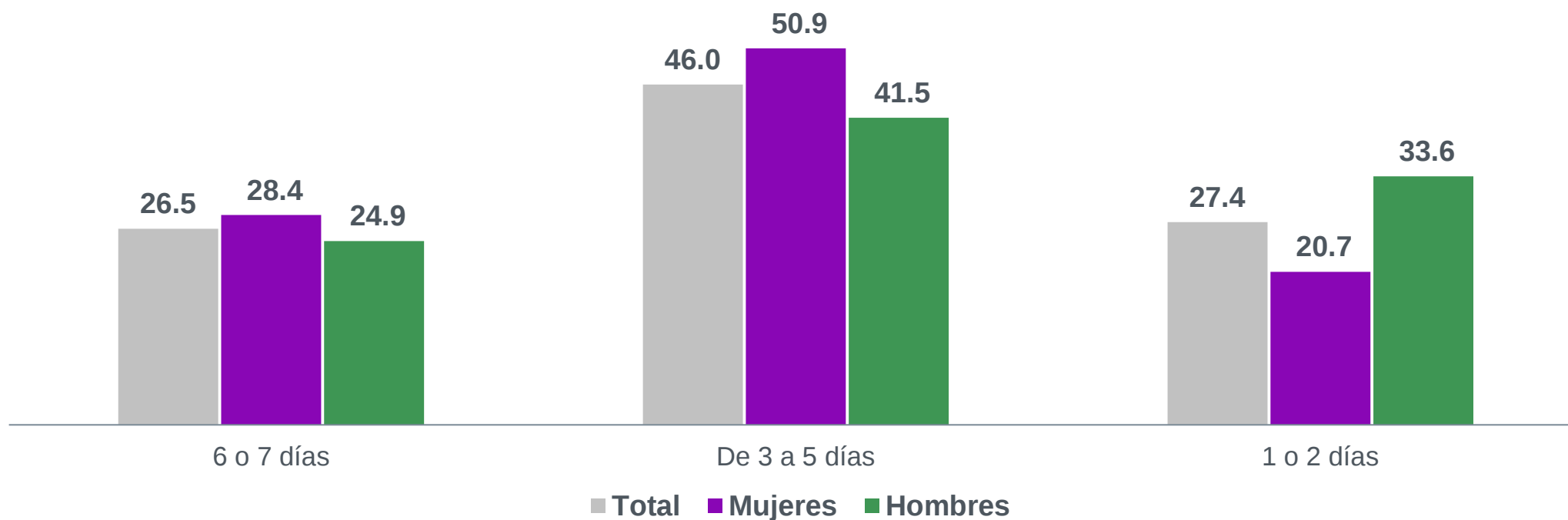
Población de 12 años y más activa físicamente en su tiempo libre, según grupos de edad

2025
(porcentaje)



Población de 12 años y más activa físicamente en su tiempo libre, por número de días que realiza actividad físico-deportiva, según sexo

2025
(distribución porcentual)



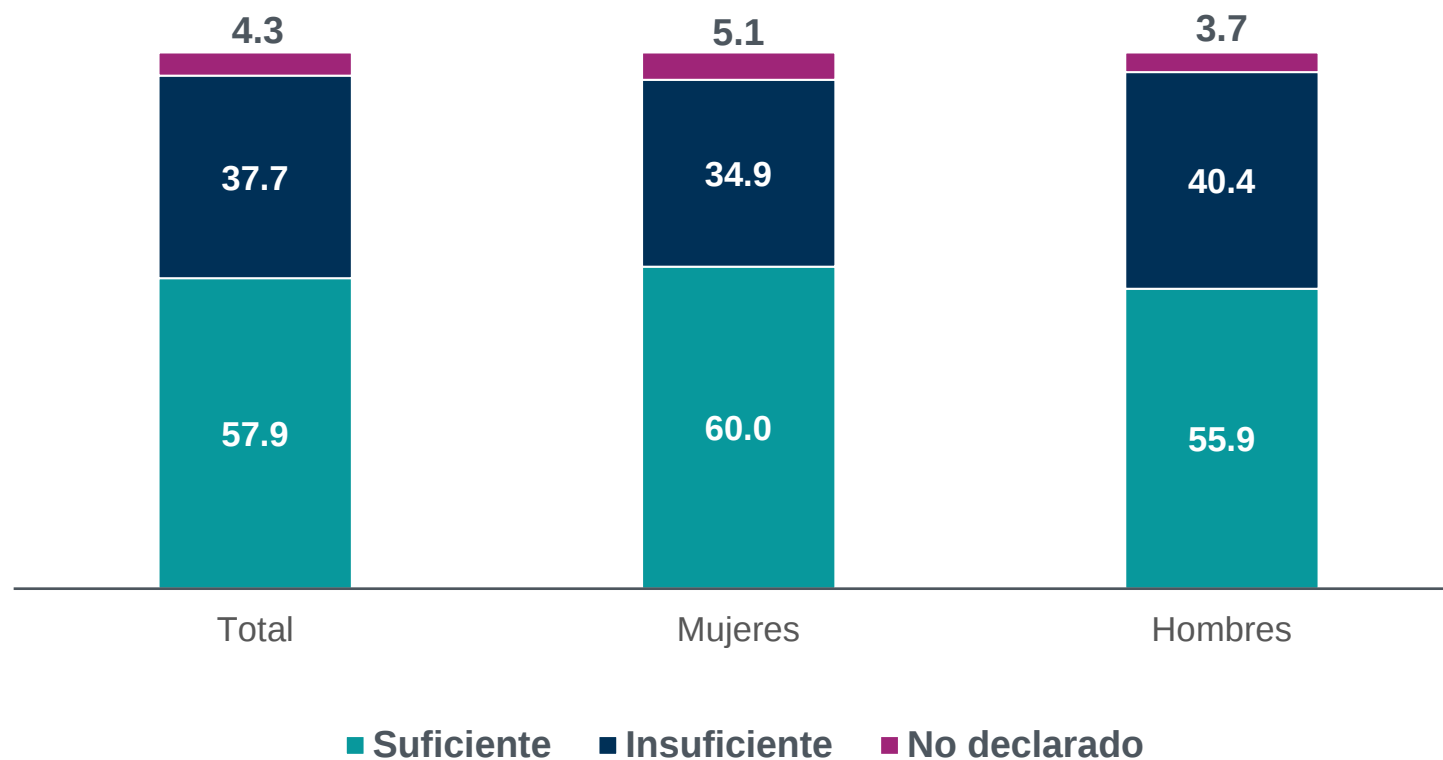
Notas: Excluye a la población que no realizó actividad físico-deportiva en la semana de referencia.

La suma de los parciales puede ser diferente a 100 %, debido al redondeo.

Fuente: INEGI. *Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico* (MOPRADEF), 2025.

Población de 12 años y más activa físicamente en su tiempo libre, por nivel de suficiencia, según sexo

2025
(distribución porcentual)



Notas: La suma de los parciales puede ser diferente a 100 % debido al redondeo.
«No declarado» incluye a la población que sí realiza práctica físico-deportiva en su tiempo libre pero la semana pasada no la realizó o no se especificó la edad y no es posible determinar el nivel de suficiencia.
Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF), 2025.

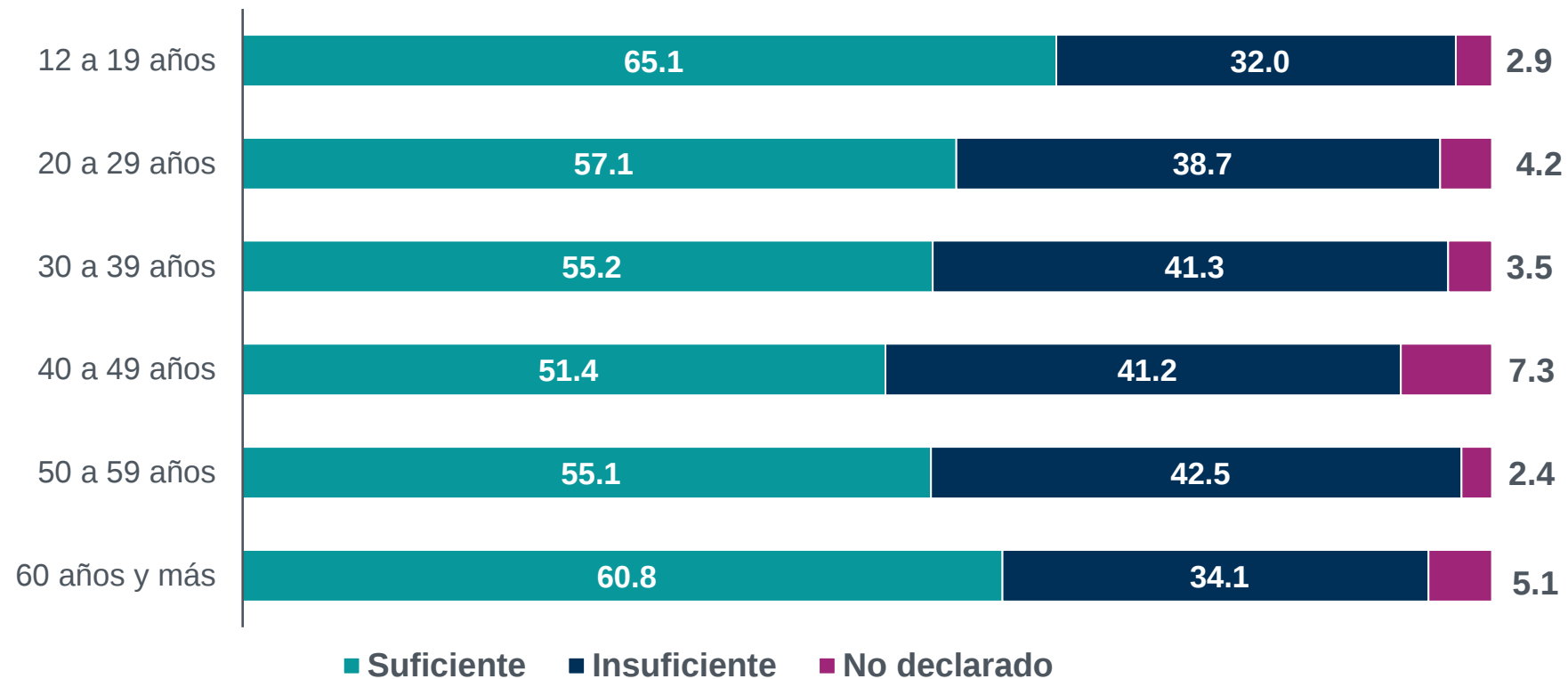
Tiempo promedio semanal de la población de 12 años y más activa físicamente en tiempo libre, por nivel de suficiencia, según sexo

2025
(horas: minutos)

	Mujeres	Hombres
Nivel suficiente	5:51	6:45
Nivel insuficiente	1:31	1:53

Población de 12 años y más activa físicamente en su tiempo libre, por nivel de suficiencia, según grupos de edad

2025
(distribución porcentual)



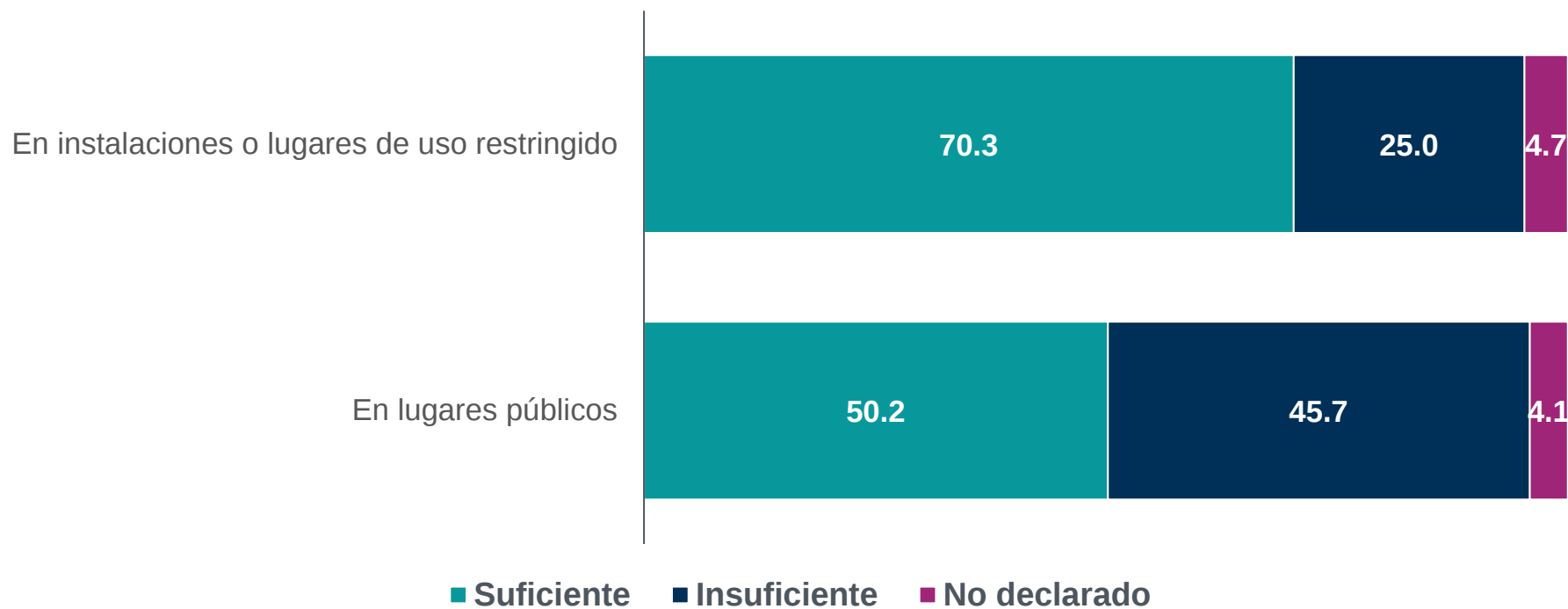
Notas: La suma de los parciales puede ser diferente a 100 % debido al redondeo.

«No declarado» incluye a la población que sí realiza práctica físico-deportiva en su tiempo libre pero la semana pasada no la realizó o no se especificó la edad y no es posible determinar el nivel de suficiencia.

Fuente: INEGI. *Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico* (MOPRADEF), 2025.

Población de 12 años y más, activa físicamente en su tiempo libre, por lugar de práctica física-deportiva, según nivel de suficiencia

2025
(distribución porcentual)

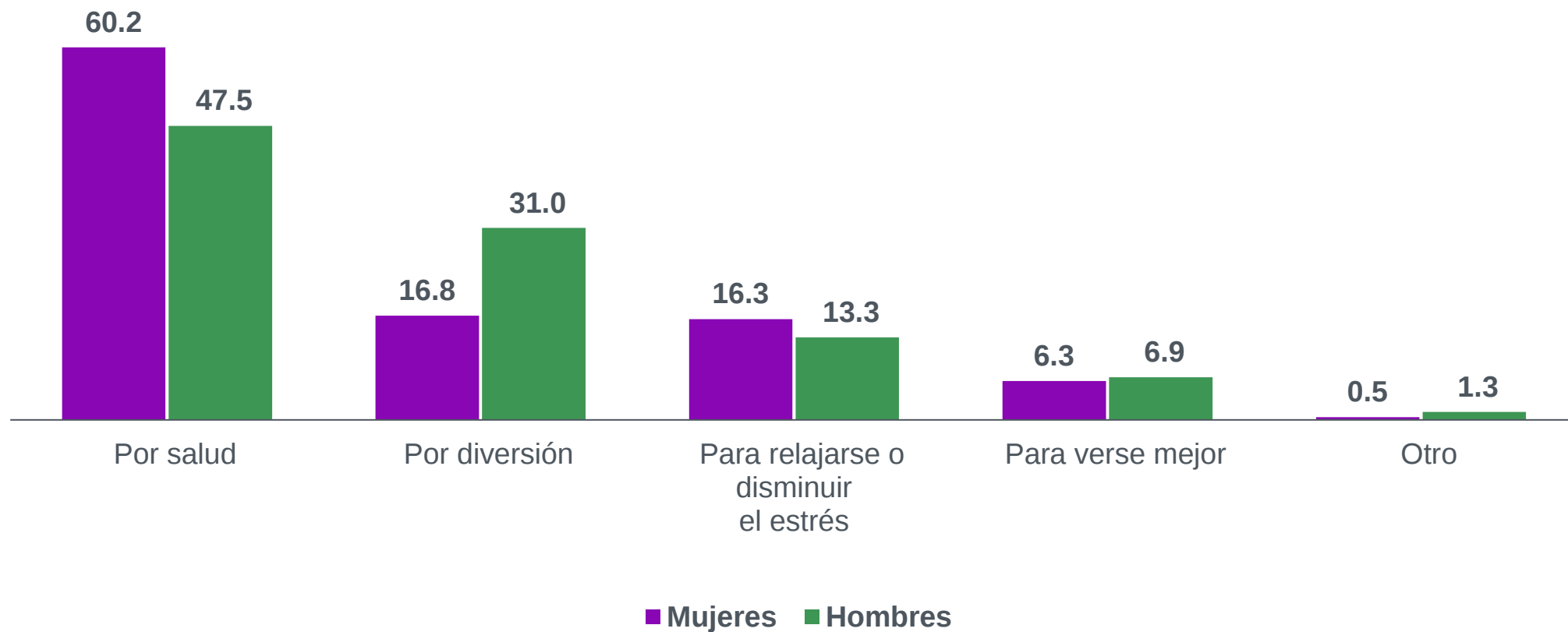


Notas: «En instalaciones o lugares de uso restringido» comprende instalaciones privadas, de estudio, trabajo o domicilios particulares.
«No declarado» incluye a la población que sí realiza práctica físico-deportiva en su tiempo libre pero la semana pasada no la realizó o no se especificó la edad y no es posible determinar el nivel de suficiencia.

Fuente: INEGI. *Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico* (MOPRADEF), 2025.

Población de 12 años y más, activa físicamente en su tiempo libre, por motivo principal de práctica físico-deportiva, según sexo

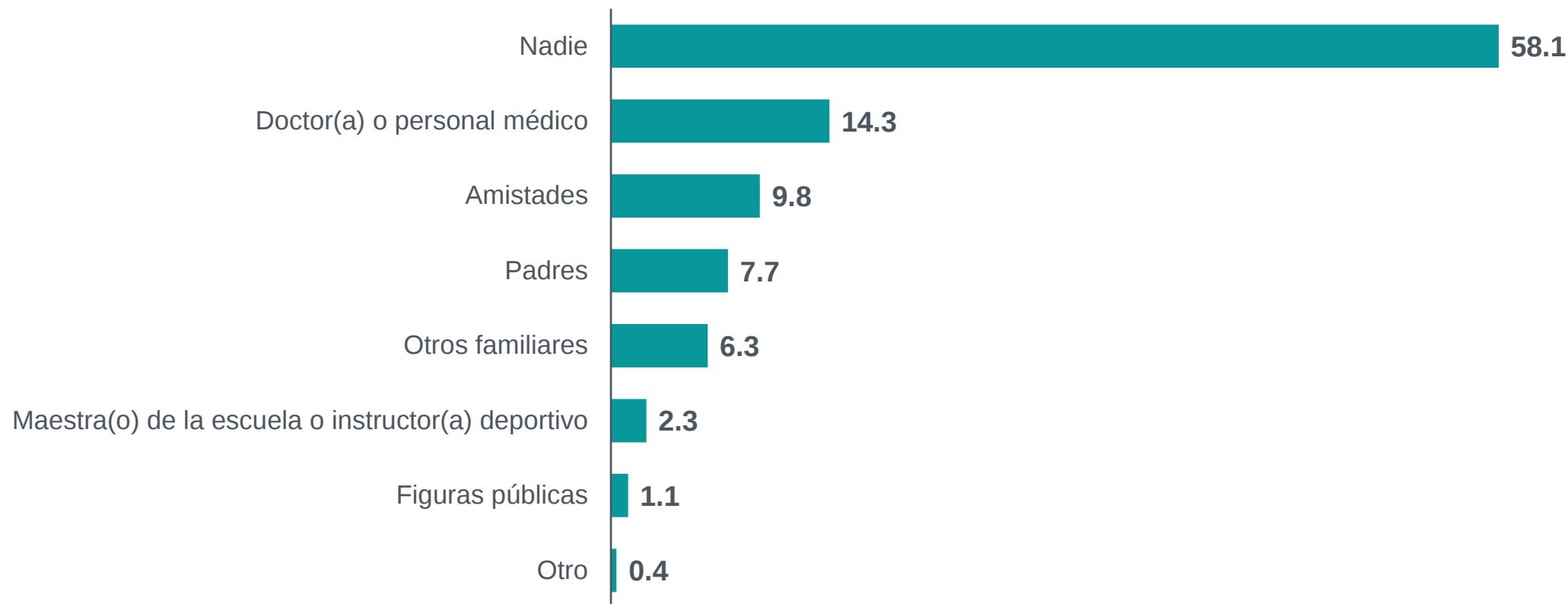
2025
(distribución porcentual)



Nota: La suma de los parciales puede ser diferente a 100 % debido al redondeo.
Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF), 2025.

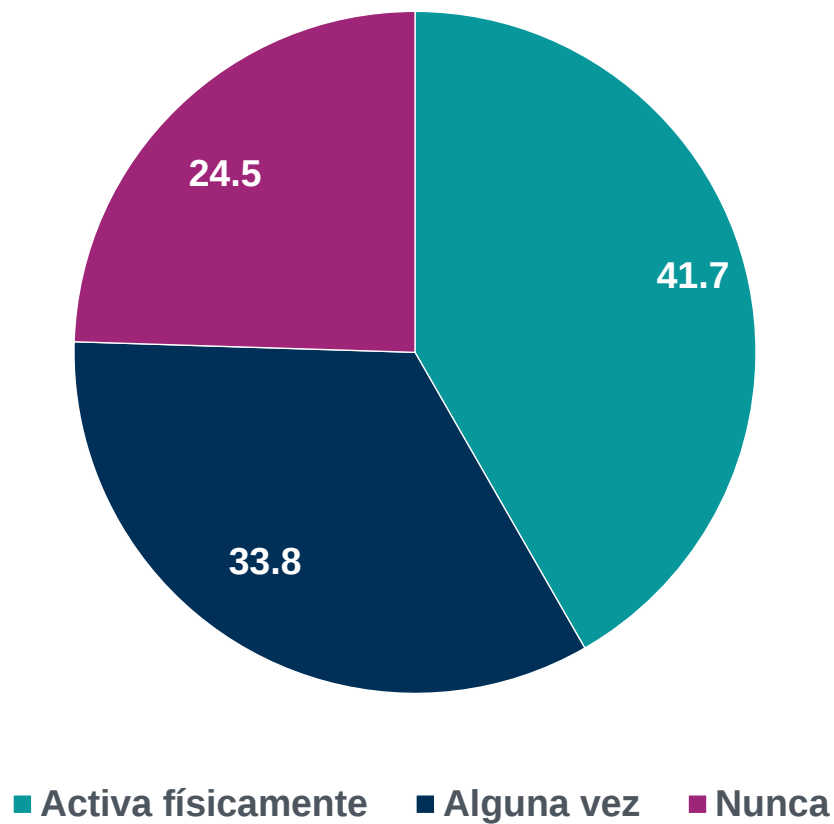
Población de 12 años y más activa físicamente en su tiempo libre, según principal influencia para realizar actividad físico-deportiva

2025
(distribución porcentual)



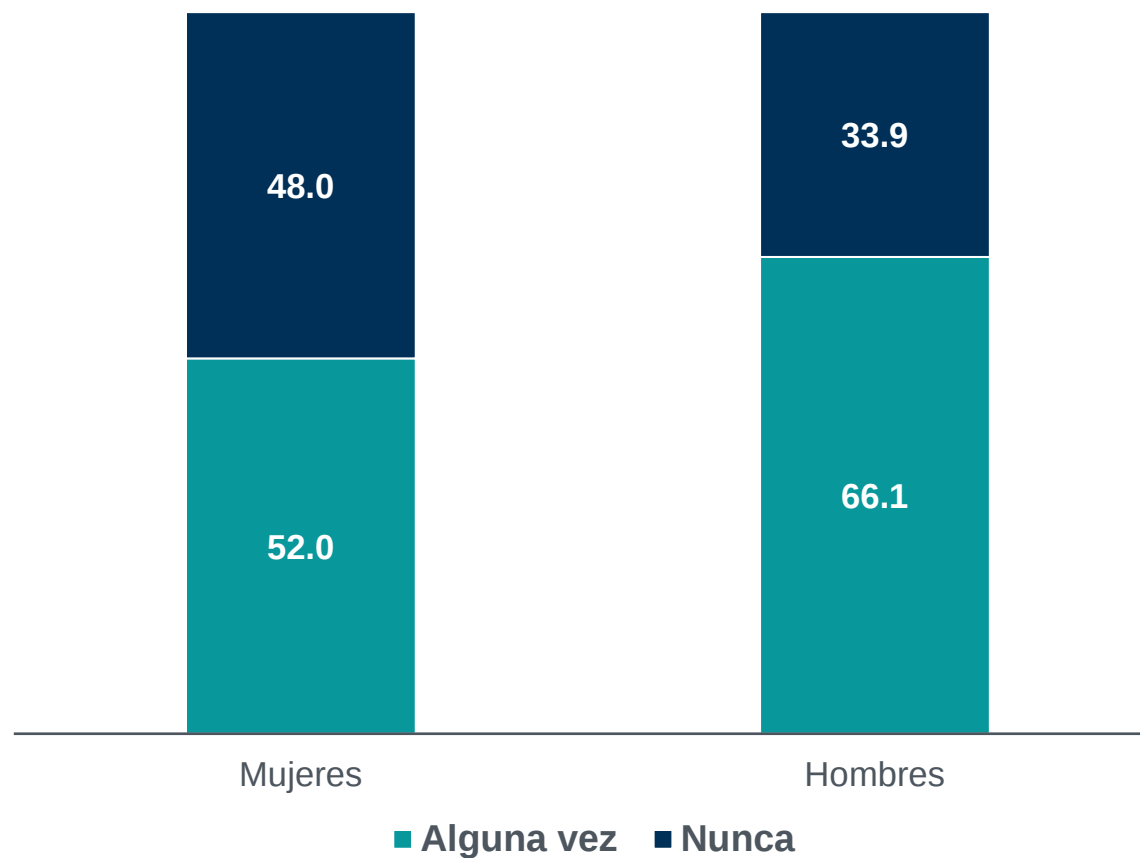
Población de 12 años y más, según condición de práctica físico-deportiva en tiempo libre

2025
(distribución porcentual)



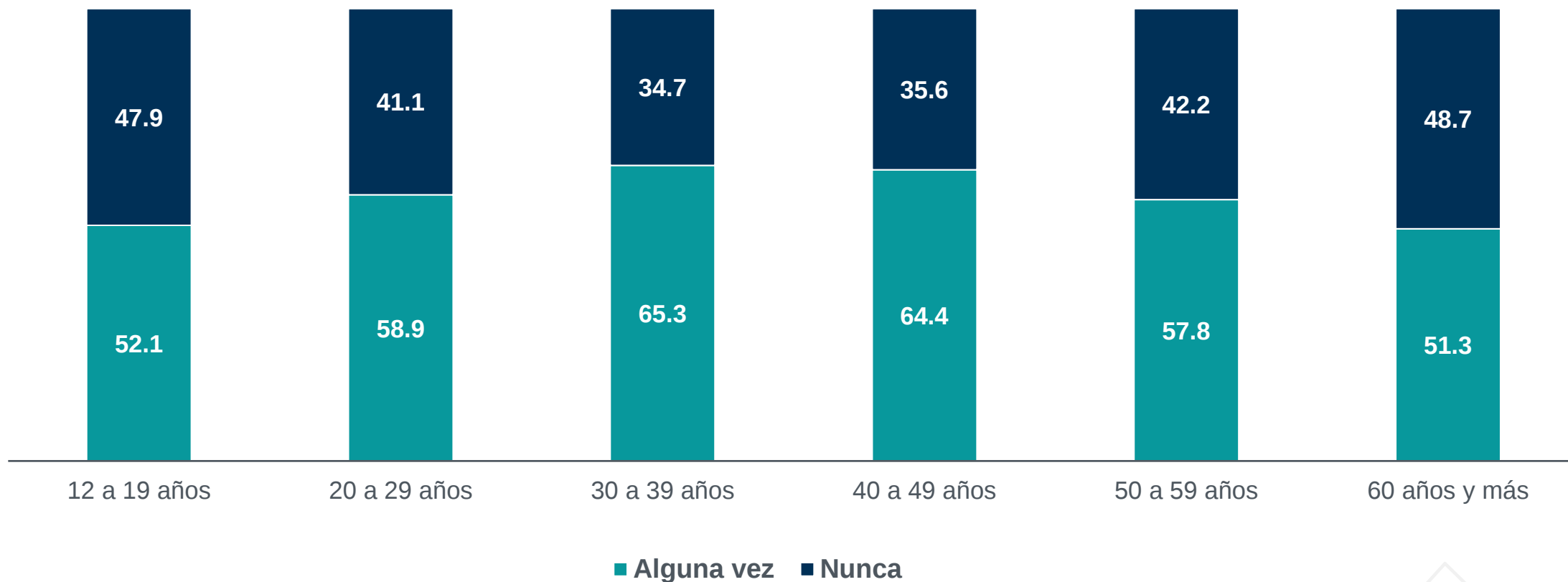
Población de 12 años y más inactiva físicamente en su tiempo libre, según sexo y condición de haber realizado actividad físico-deportiva en el pasado

2025
(distribución porcentual)



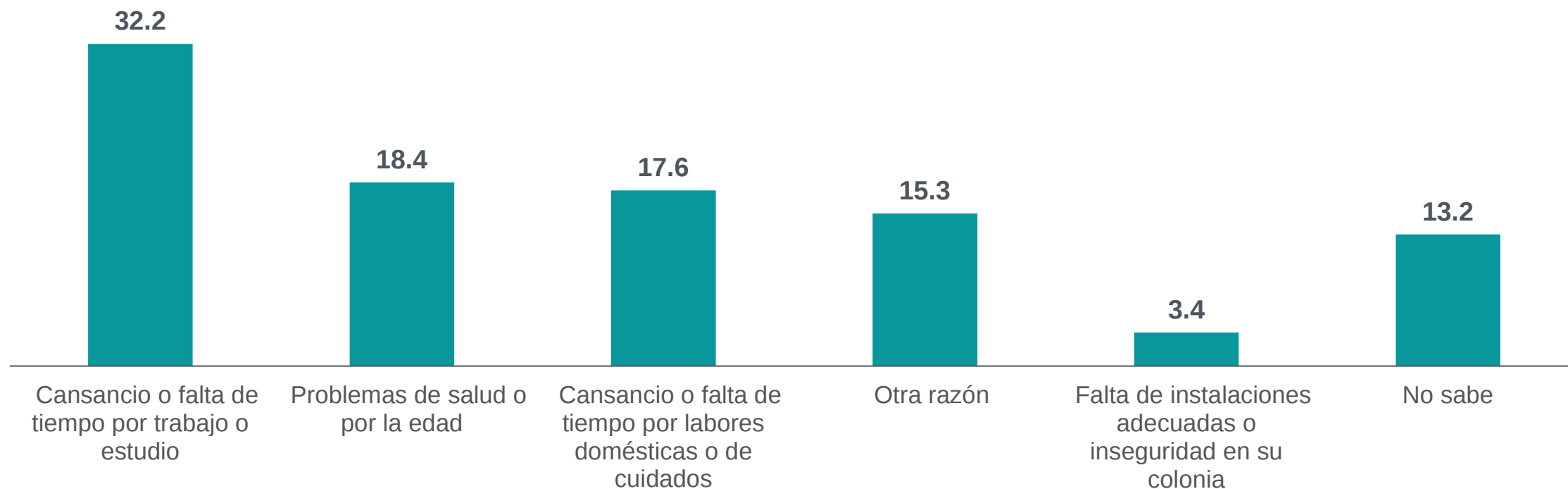
Población de 12 años y más inactiva físicamente en su tiempo libre, por grupos de edad, según condición de haber realizado actividad físico-deportiva en el pasado

2025
(distribución porcentual)



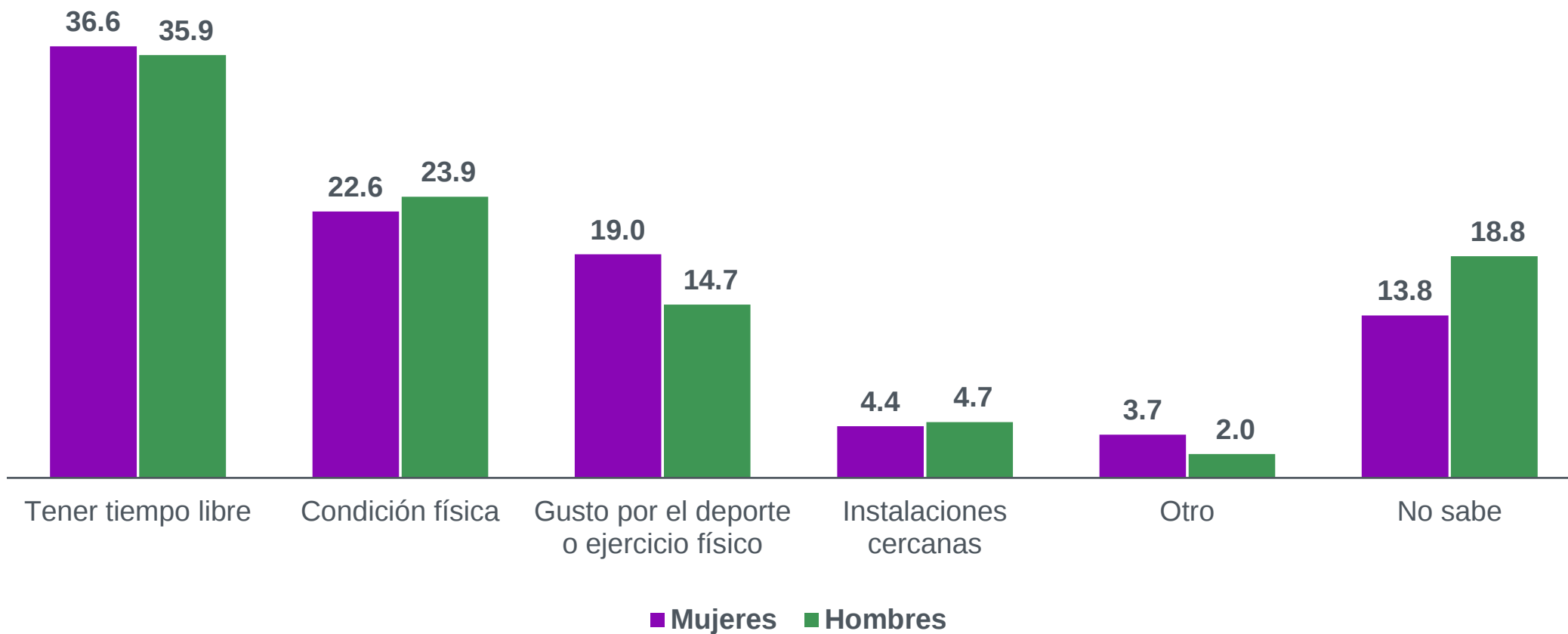
Población de 12 años y más inactiva físicamente en su tiempo libre, según razón principal de inactividad físico-deportiva

2025
(distribución porcentual)



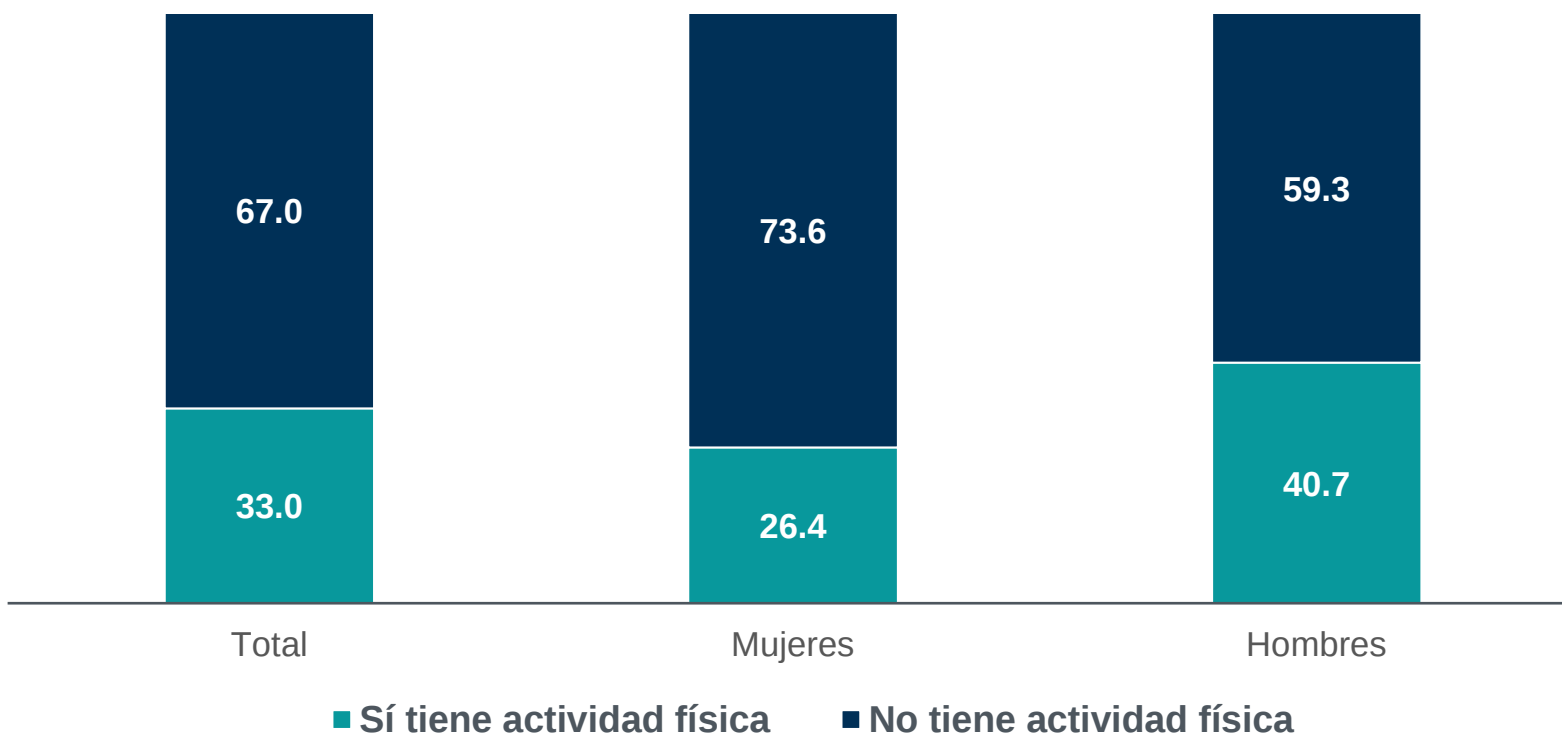
Población de 12 años y más inactiva físicamente en su tiempo libre, por motivación principal para realizar actividad físico-deportiva en el futuro, según sexo

2025
(distribución porcentual)



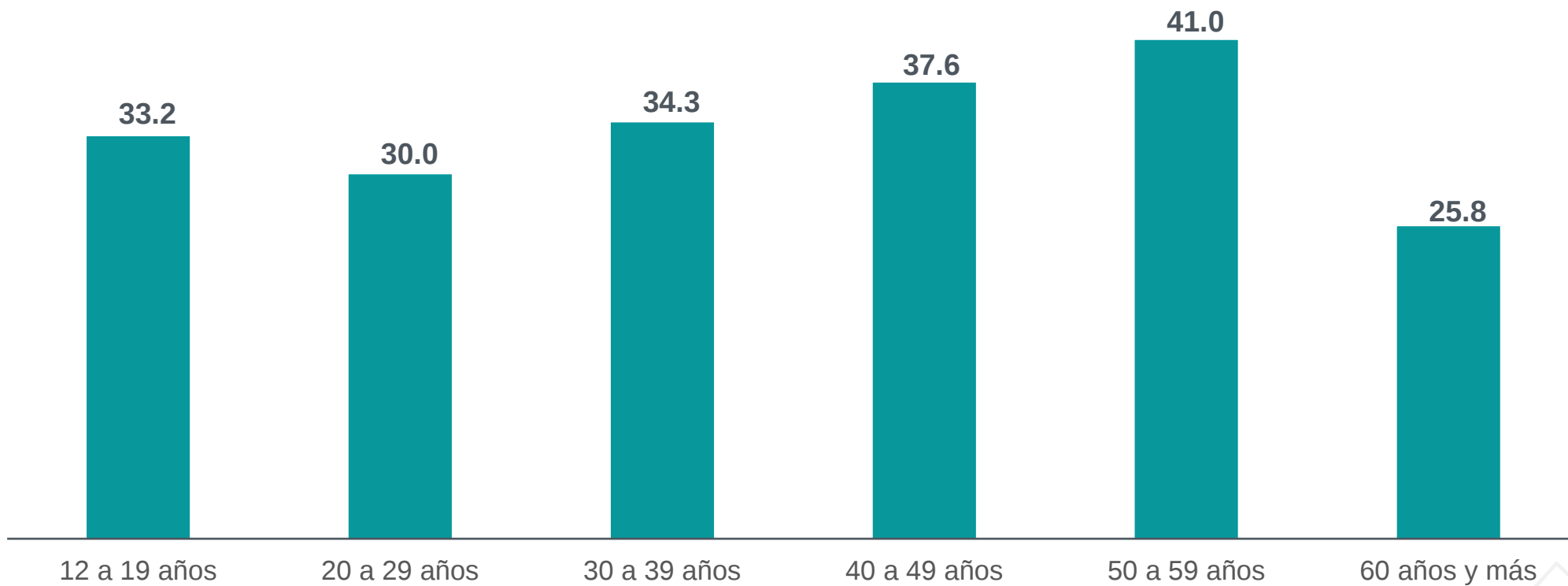
Población de 12 años y más, por condición de tener actividad física en su empleo, escuela o el hogar, según sexo

2025
(distribución porcentual)



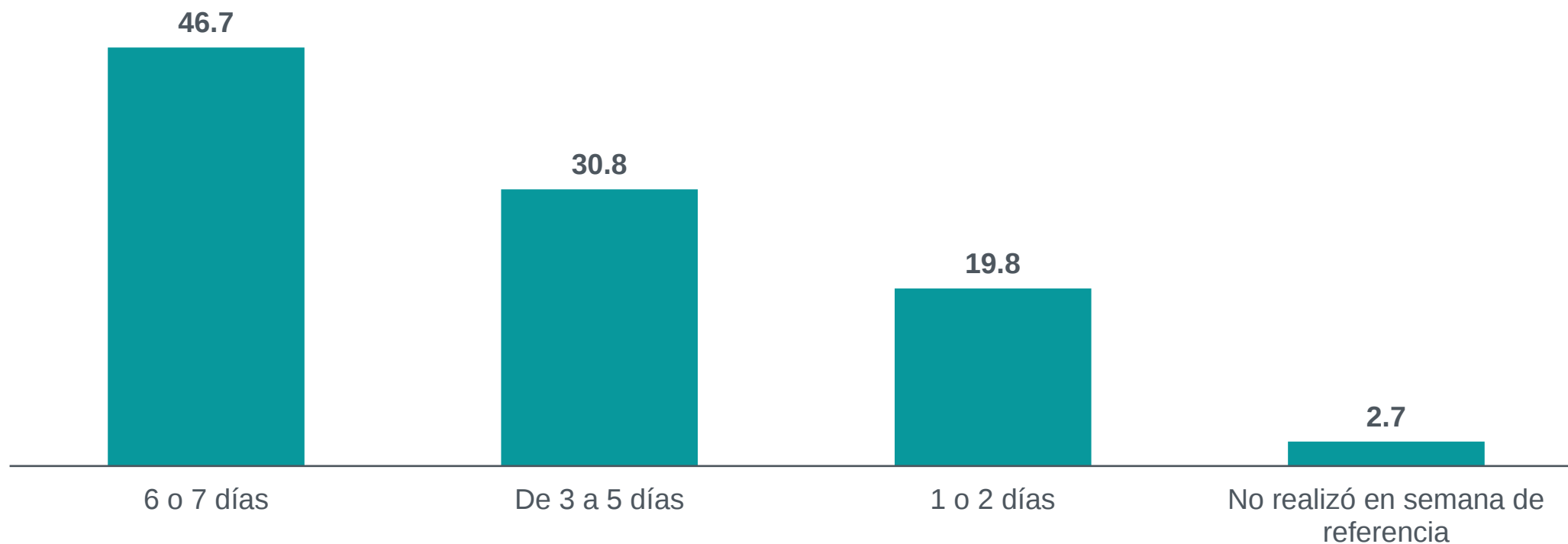
Población de 12 años y más que tuvo una actividad física en su empleo, escuela o el hogar, según grupos de edad

2025
(porcentaje)



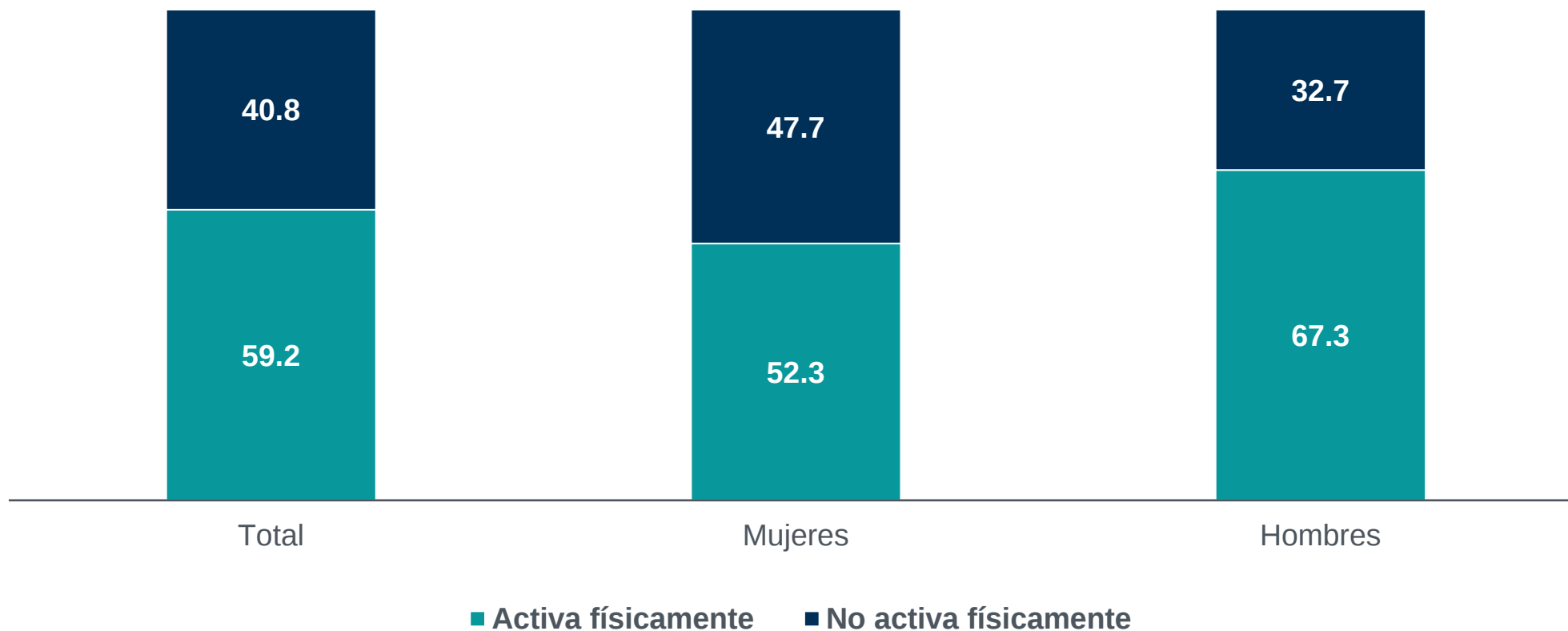
Población de 12 años y más que tuvo una actividad física en su empleo, escuela o el hogar, por número de días

2025
(distribución porcentual)



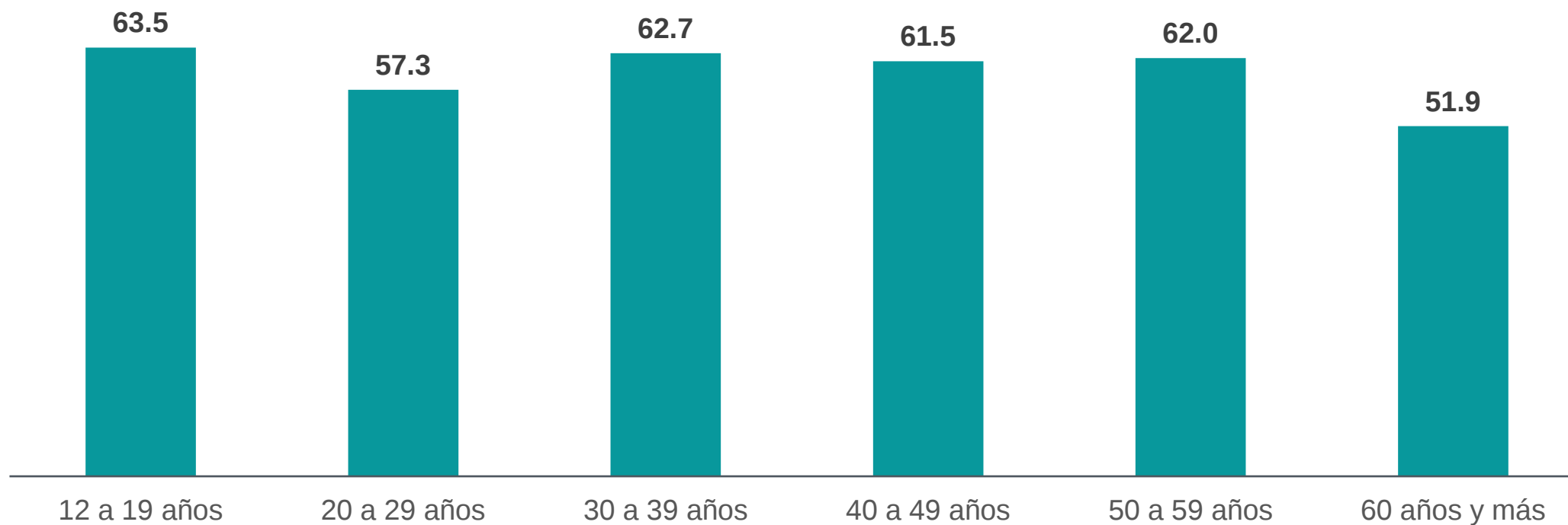
Población de 12 años y más, por condición de realizar actividad física en tiempo libre o comprometido, según sexo

2025
(distribución porcentual)



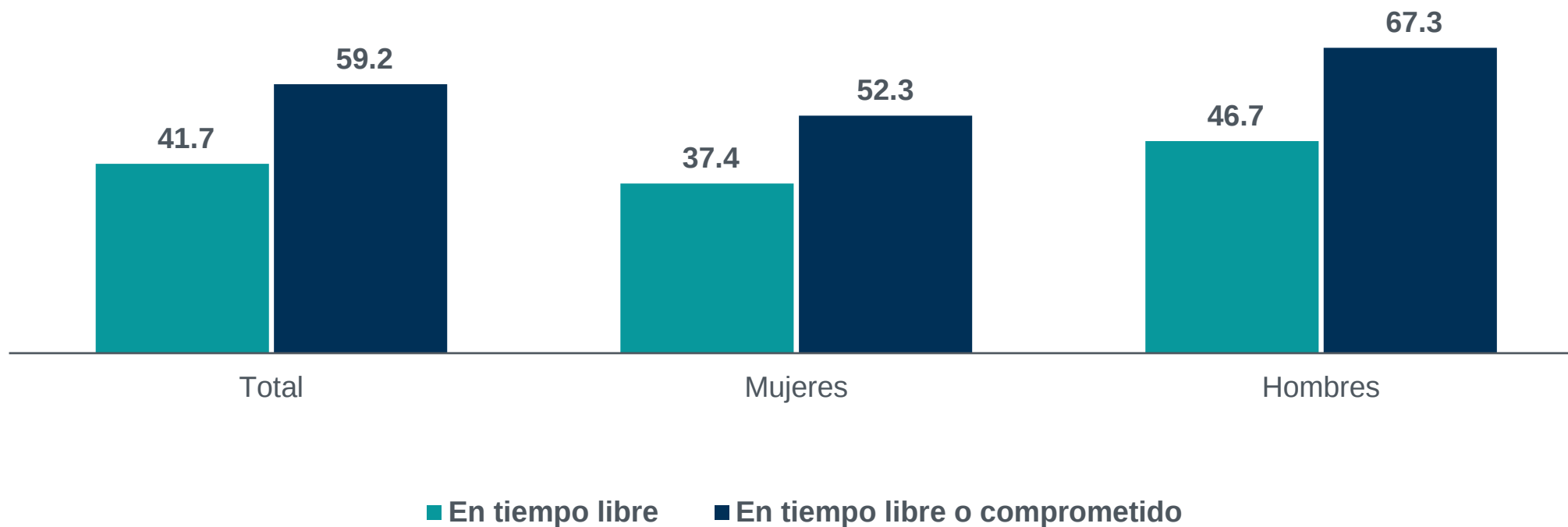
Población de 12 años y más que realizó actividad física en tiempo libre o comprometido, por grupos de edad

2025
(porcentaje)



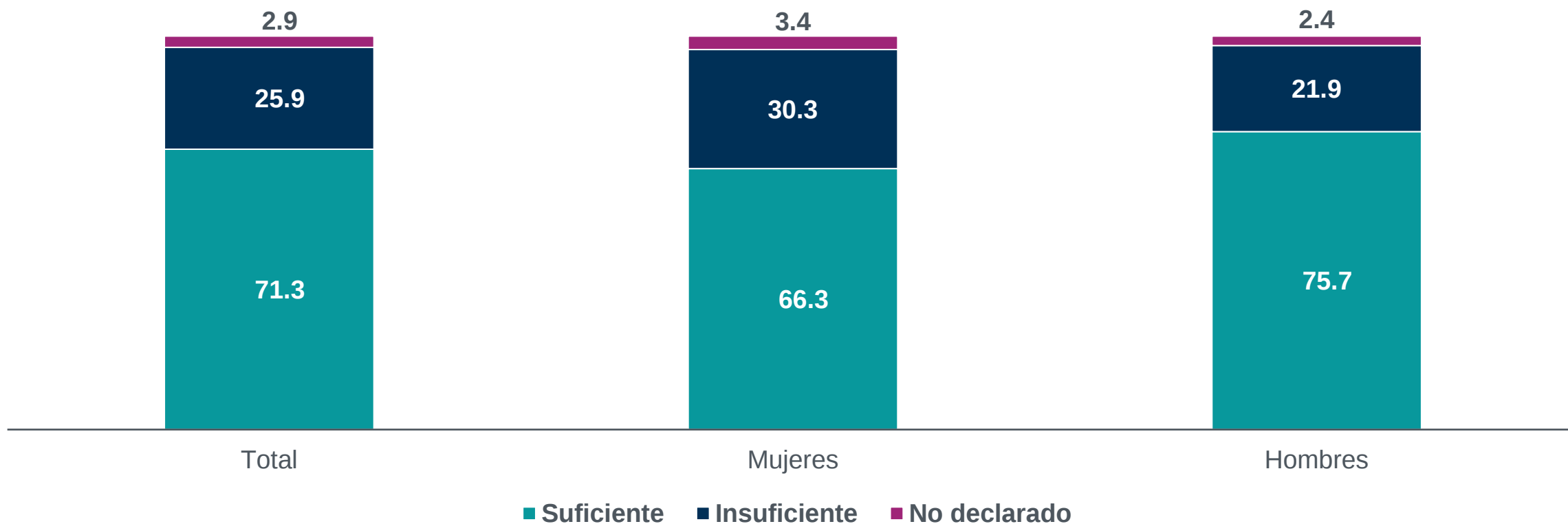
Población de 12 años y más que realizó actividad física en tiempo libre o comprometido, según sexo

2025
(porcentaje)



Población de 12 años y más que realizó actividad física en tiempo libre o comprometido, por nivel de suficiencia, según sexo

2025
(distribución porcentual)



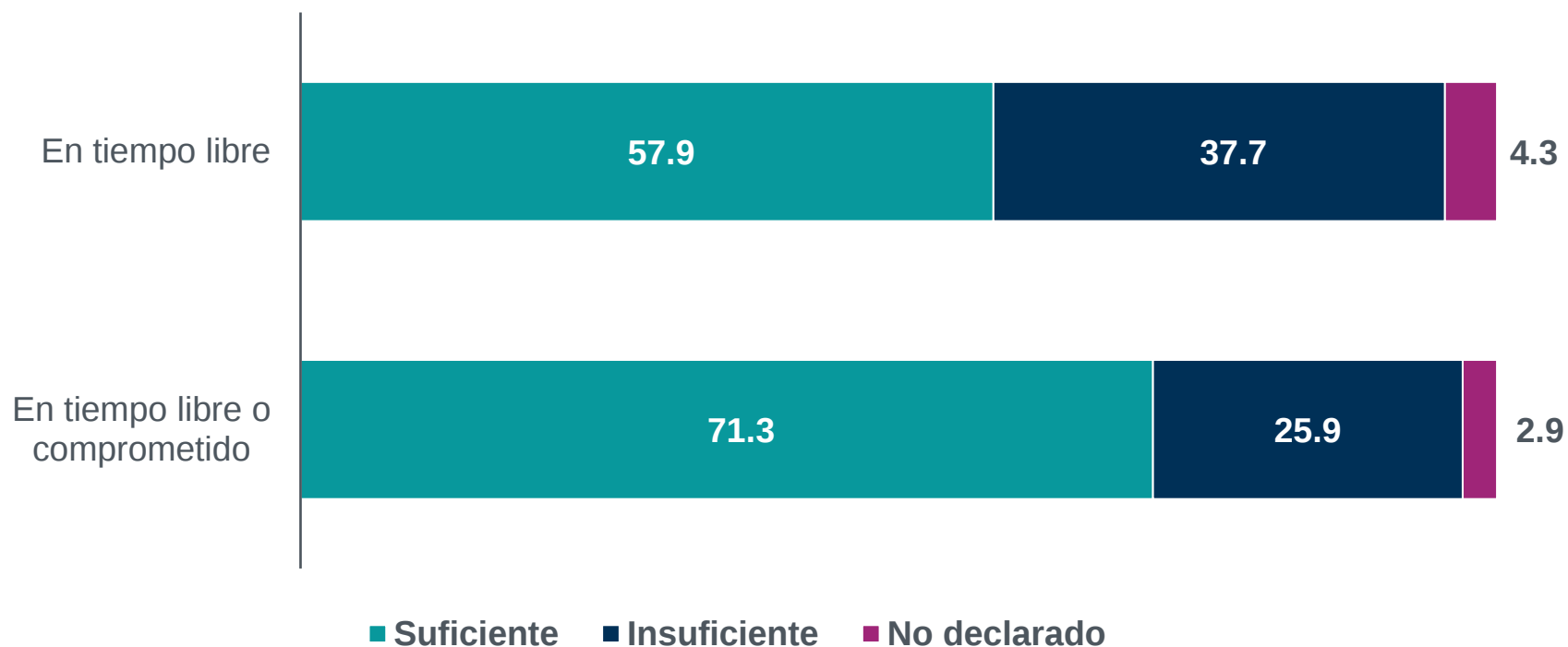
Notas: La suma de los parciales puede ser diferente a 100 % debido al redondeo.

«No declarado» incluye a la población que sí realiza actividad física pero la semana pasada no la realizó o no se especificó la edad y no es posible determinar el nivel de suficiencia.

Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF), 2025.

Población de 12 años y más que realizó actividad física en tiempo libre o comprometido, por nivel de suficiencia, según sexo

2025
(distribución porcentual)



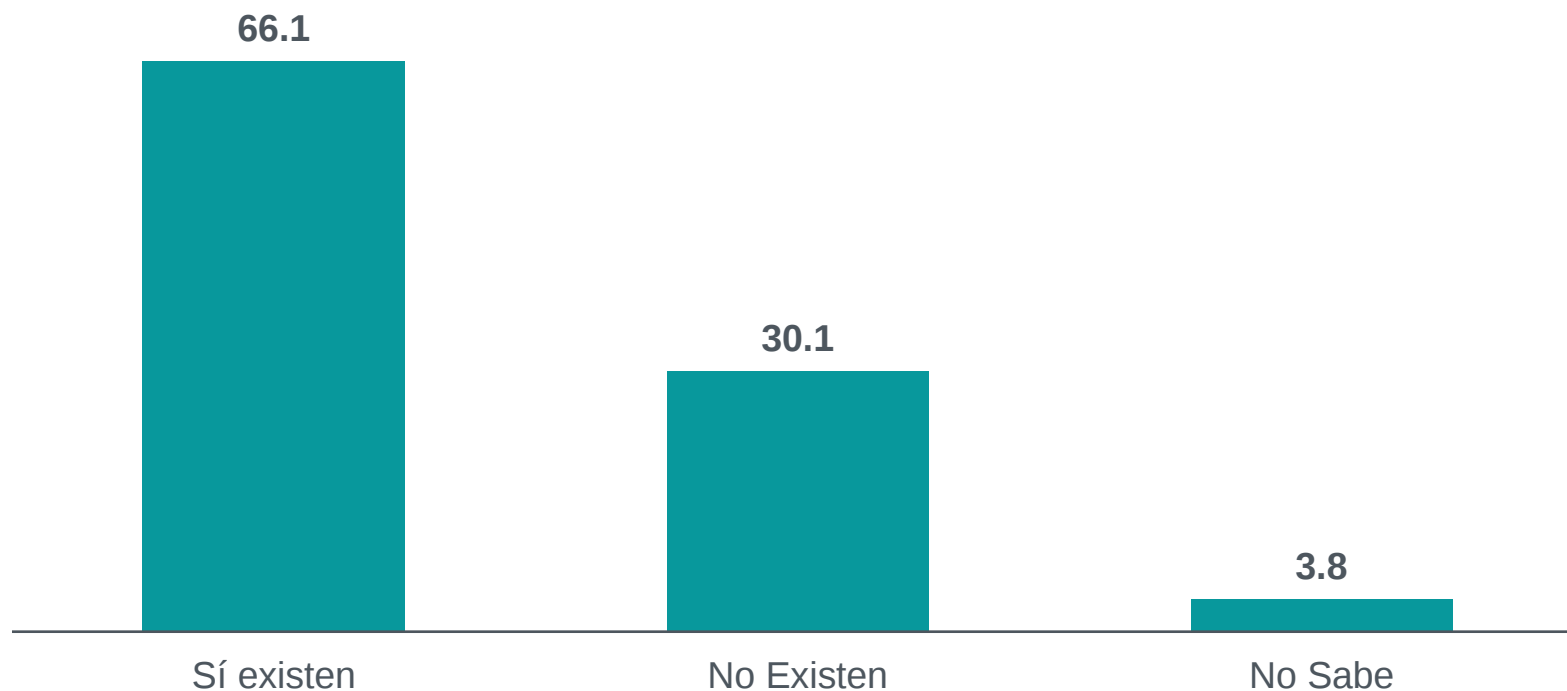
Notas: La suma de los parciales puede ser diferente a 100 % debido al redondeo.

«No declarado» incluye a la población que sí realiza actividad física, pero la semana pasada no la realizó o no se especificó la edad y no es posible determinar el nivel de suficiencia.

Fuente: INEGI. *Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico* (MOPRADEF), 2025.

Población de 12 años y más, según condición de existencia de instalaciones públicas en su colonia para realizar deporte o ejercicio físico

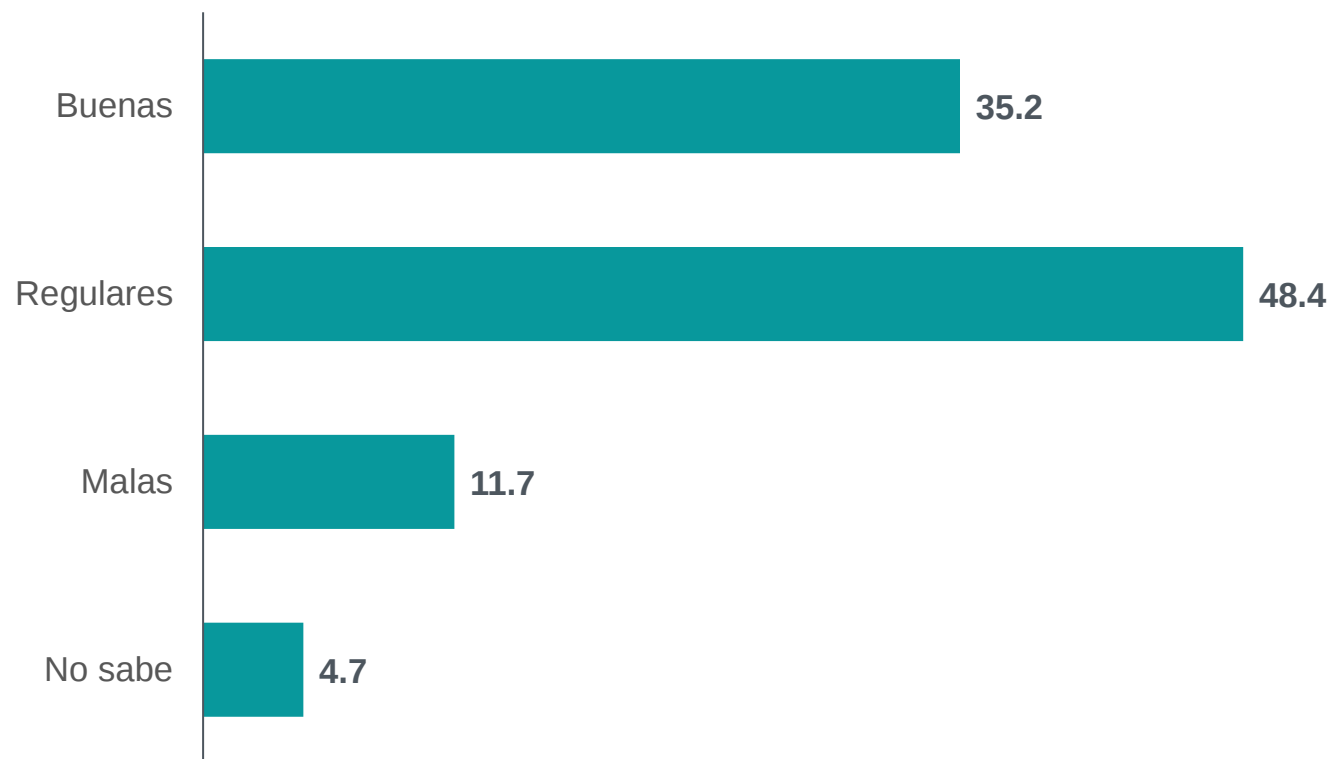
2025
(distribución porcentual)



Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF), 2025.

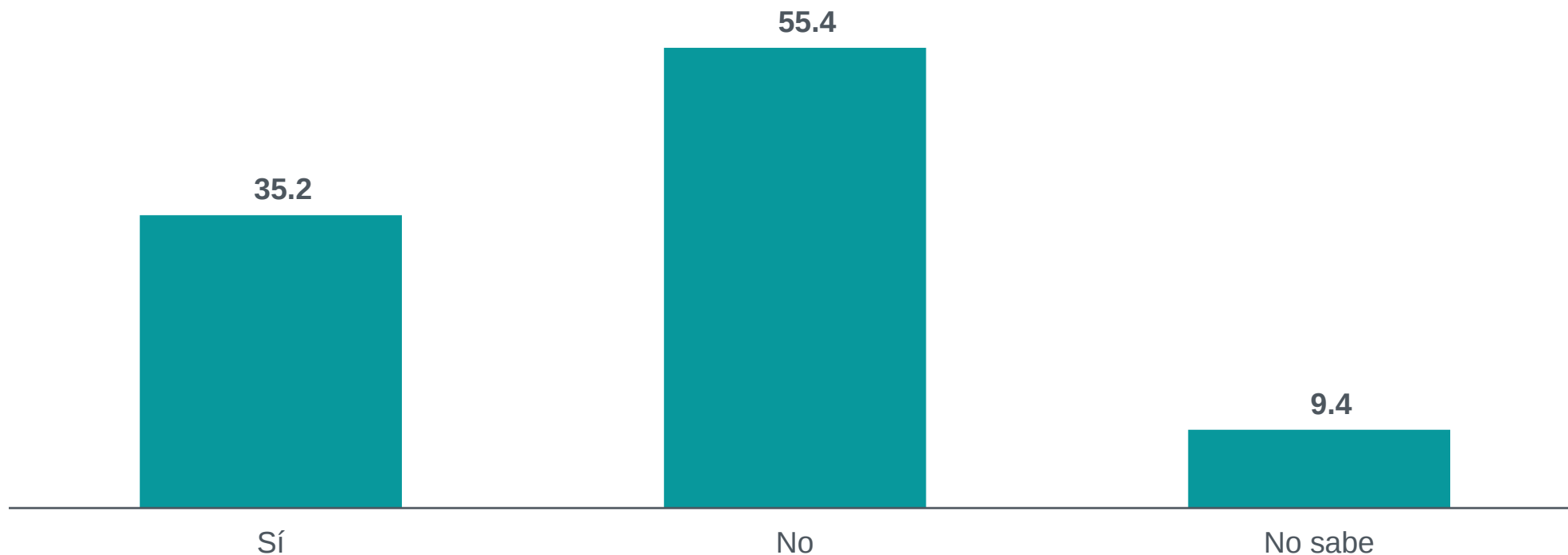
Población de 12 años y más con instalaciones públicas en su colonia para realizar deporte o ejercicio físico, según condiciones de las instalaciones

2025
(distribución porcentual)



Población de 12 años y más con instalaciones públicas en su colonia para realizar deporte o ejercicio físico, según existencia de personas instructoras en las instalaciones

2025
(distribución porcentual)





800 111 46 34

atencion.usuarios@inegi.org.mx



inegi.org.mx

