



# MÓDULO DE PRÁCTICA DEPORTIVA Y EJERCICIO FÍSICO **MOPRADEF**



**Resultados noviembre 2022**

# INTRODUCCIÓN

---

El Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) presenta los resultados del **Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF)** 2022. Este ofrece información sobre las características de la práctica de ejercicio físico entre la población de 18 años y más, así como las principales razones que dan quienes no lo practican.

El MOPRADEF se levantó en noviembre de 2022 y contiene datos sobre la actividad físico-deportiva de la población, como: frecuencia, duración e intensidad de la práctica, así como su caracterización y los motivos para desempeñarse en estas actividades. Estos insumos contienen información relevante para las instituciones vinculadas con la salud y el deporte en México.

# OBJETIVO GENERAL

El MOPRADEF tiene la finalidad de generar información estadística sobre la participación de hombres y mujeres de 18 años y más en la práctica de algún deporte o la realización de ejercicio físico en su tiempo libre. El módulo también indaga sobre otras características de interés sobre estas actividades físicas. El objetivo es formular políticas públicas encaminadas a mejorar la salud y la calidad de vida de las personas que residen en México



# OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Identificar las principales características de la práctica deportiva y del ejercicio físico que realiza la población a la semana, tales como frecuencia, duración e intensidad, horario y lugar donde se lleva a cabo.
2. Conocer el motivo principal y la influencia que impulsó la práctica físico-deportiva de la población.
3. 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.
4. Conocer la razón principal para no realizar actividad físico-deportiva y, con ello, identificar oportunidades para el fomento de su práctica.
5. Conocer si la población que no realiza actividad físico-deportiva alguna vez practicó deporte o ejercicio físico y el motivo de su abandono.

# CARACTERÍSTICAS METODOLÓGICAS



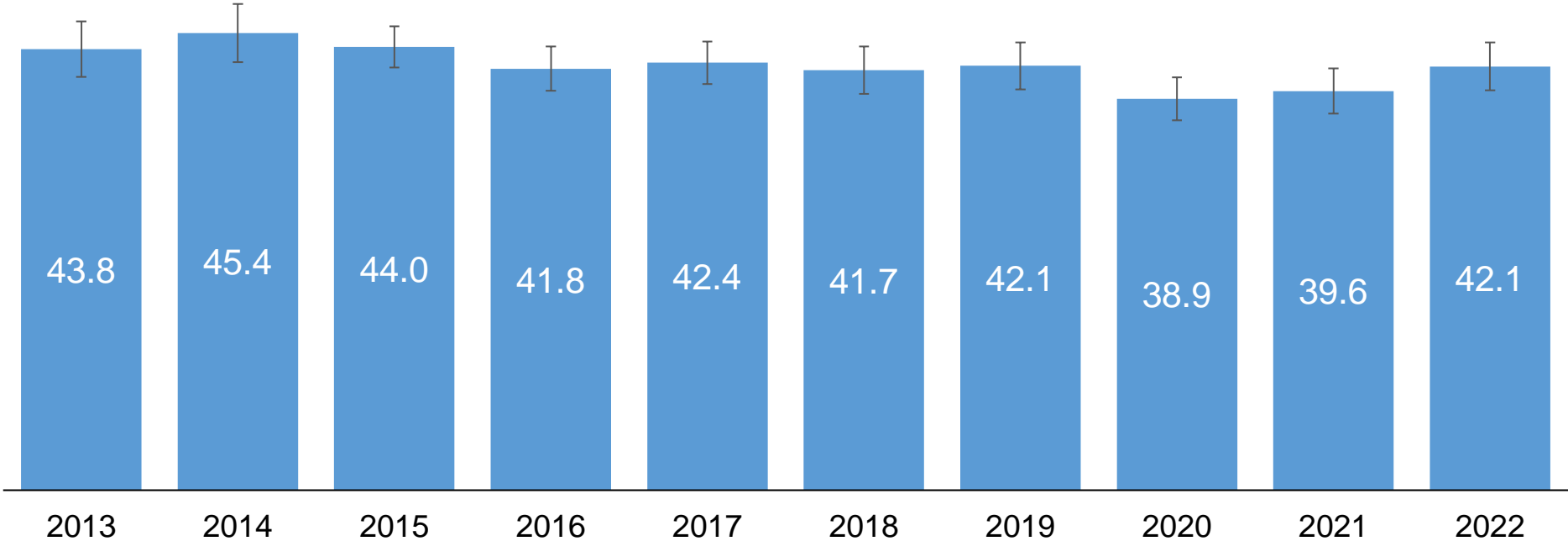


# PRINCIPALES RESULTADOS



# POBLACIÓN ACTIVA FÍSICAMENTE

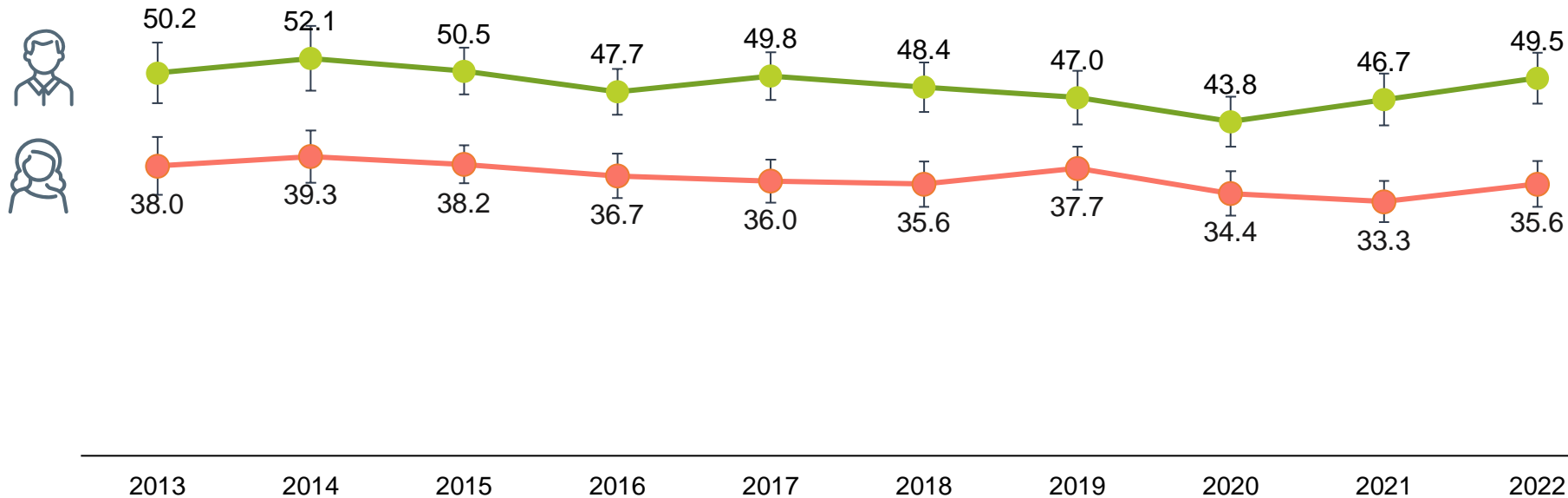
Gráfica 1  
**Población de 18 años y más activa físicamente<sup>1</sup>**  
Porcentaje



<sup>1</sup> Población de 18 años y más que declaró realizar deporte o ejercicio físico como fútbol, basquetbol, aeróbics, bicicleta, caminata u otro.  
Nota: En cada barra se presenta la estimación por intervalo de confianza a 90 por ciento.  
Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico, 2013 a 2022

# POBLACIÓN ACTIVA FÍSICAMENTE

Gráfica 2  
Población de 18 años y más activa físicamente, según sexo  
Porcentaje

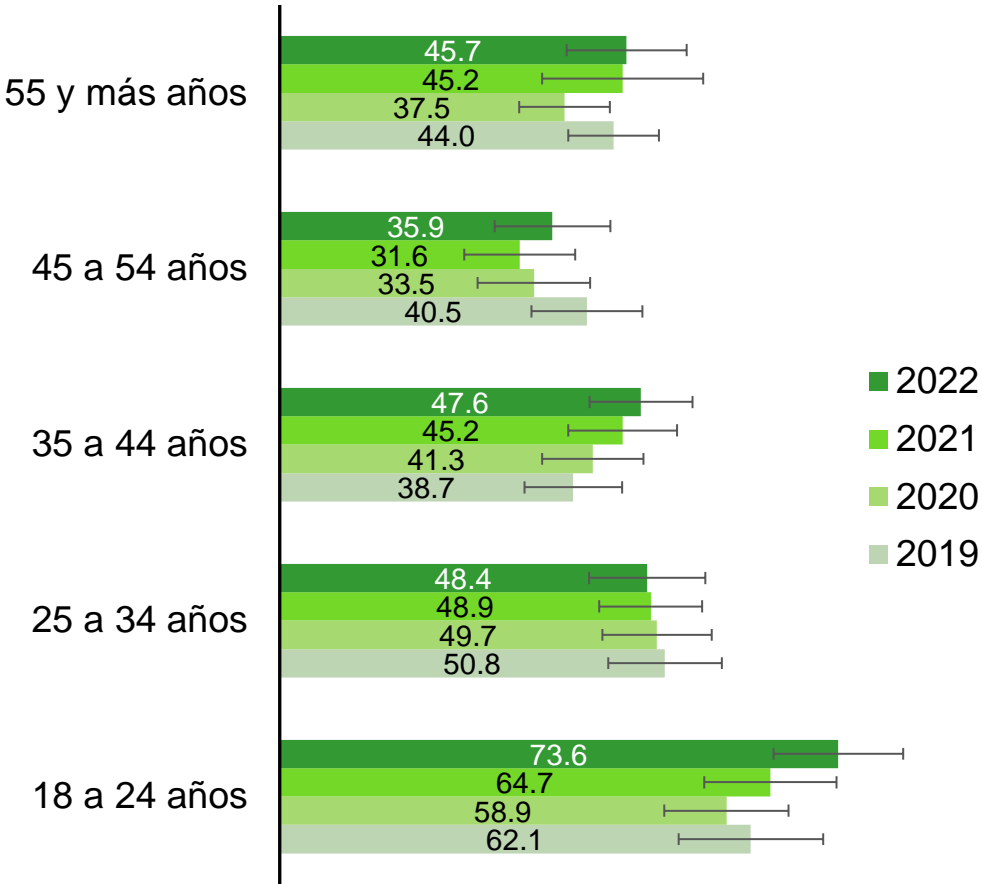


Nota: En cada barra se presenta la estimación por intervalo de confianza a 90 por ciento.  
Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico, 2013 a 2022

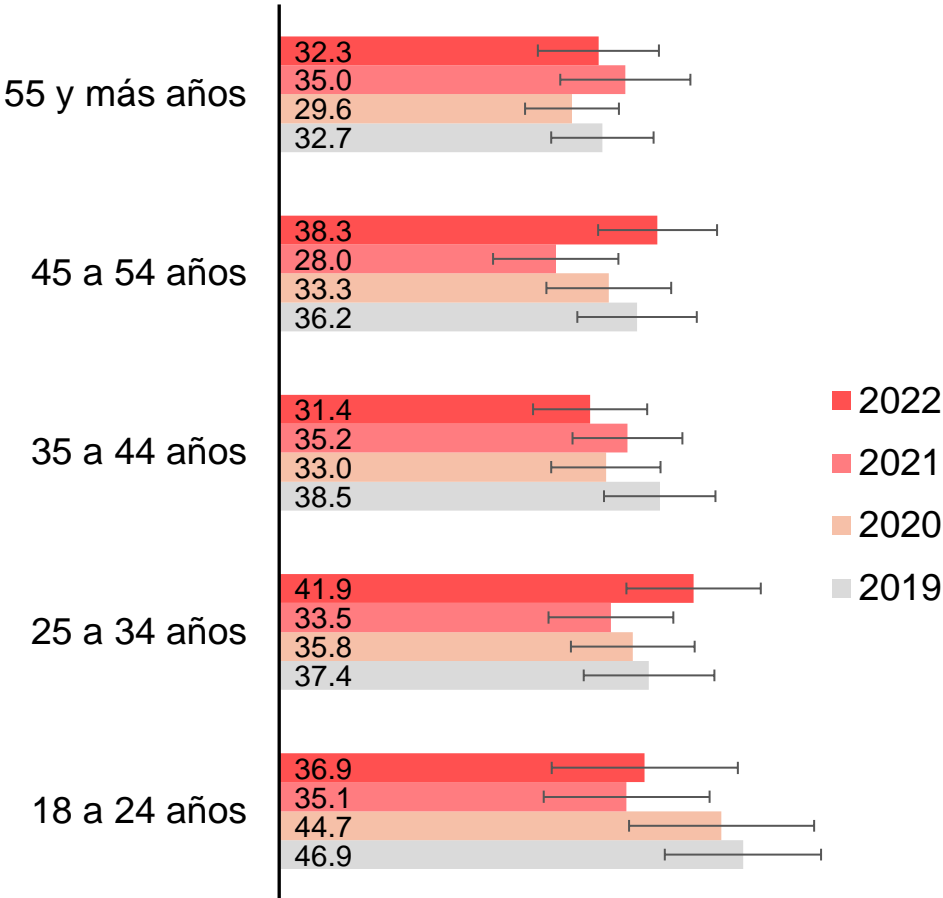
# POBLACIÓN ACTIVA FÍSICAMENTE



Gráfica 3  
**Hombres de 18 años y más activos físicamente, por grupos de edad**  
Porcentaje



Gráfica 4  
**Mujeres de 18 años y más activos físicamente, por grupos de edad**  
Porcentaje



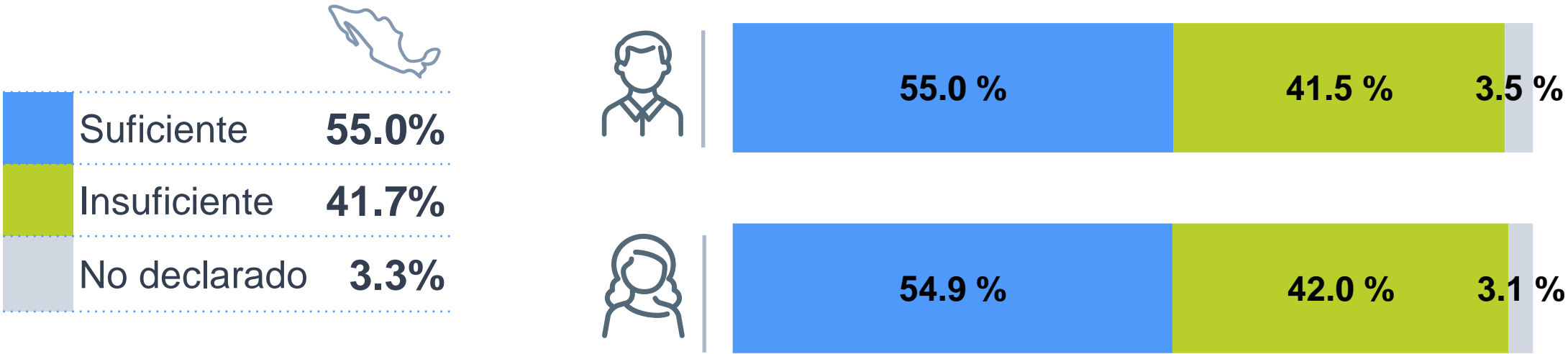


# NIVEL DE SUFICIENCIA

Gráfica 5

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

Distribución porcentual



Nota: En el nivel no declarado está la población que contestó que sí realiza práctica físico-deportiva en su tiempo libre, pero la semana anterior a la entrevista no lo hizo.  
Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico, 2022

Gráfica 6  
**Población de 18 años y más por condición de práctica físico-deportiva en tiempo libre<sup>1</sup>**  
Distribución porcentual

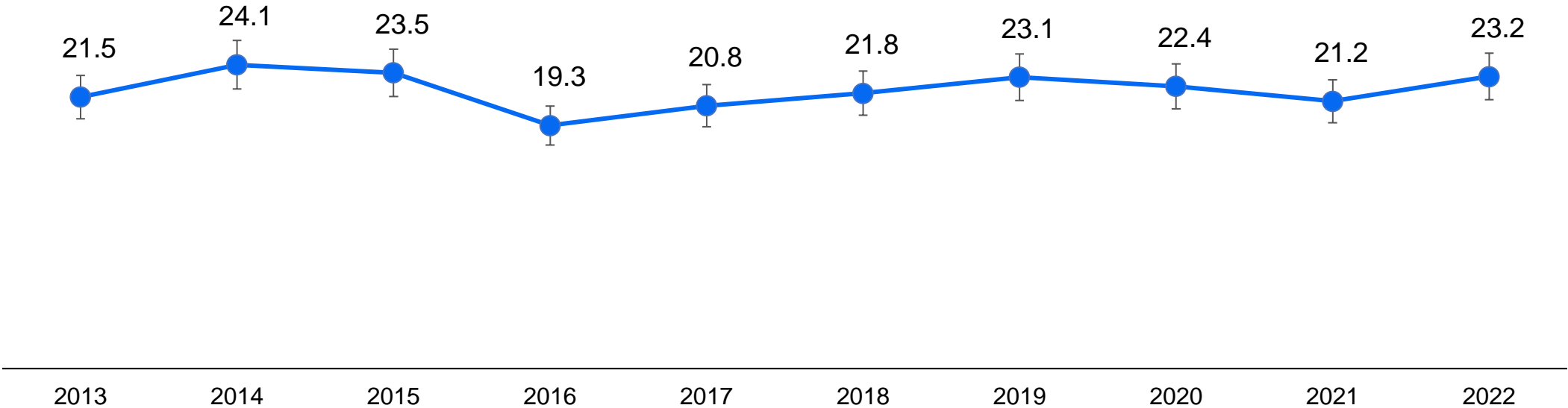
■ Activa físicamente (con nivel suficiente)      ■ No activa físicamente



<sup>1</sup> Condición de actividad física con base en el nivel de suficiencia  
Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico, 2022

# POBLACIÓN CON NIVEL SUFICIENTE

Gráfica 7  
Población de 18 años y más con nivel de suficiencia de actividad física  
Distribución porcentual

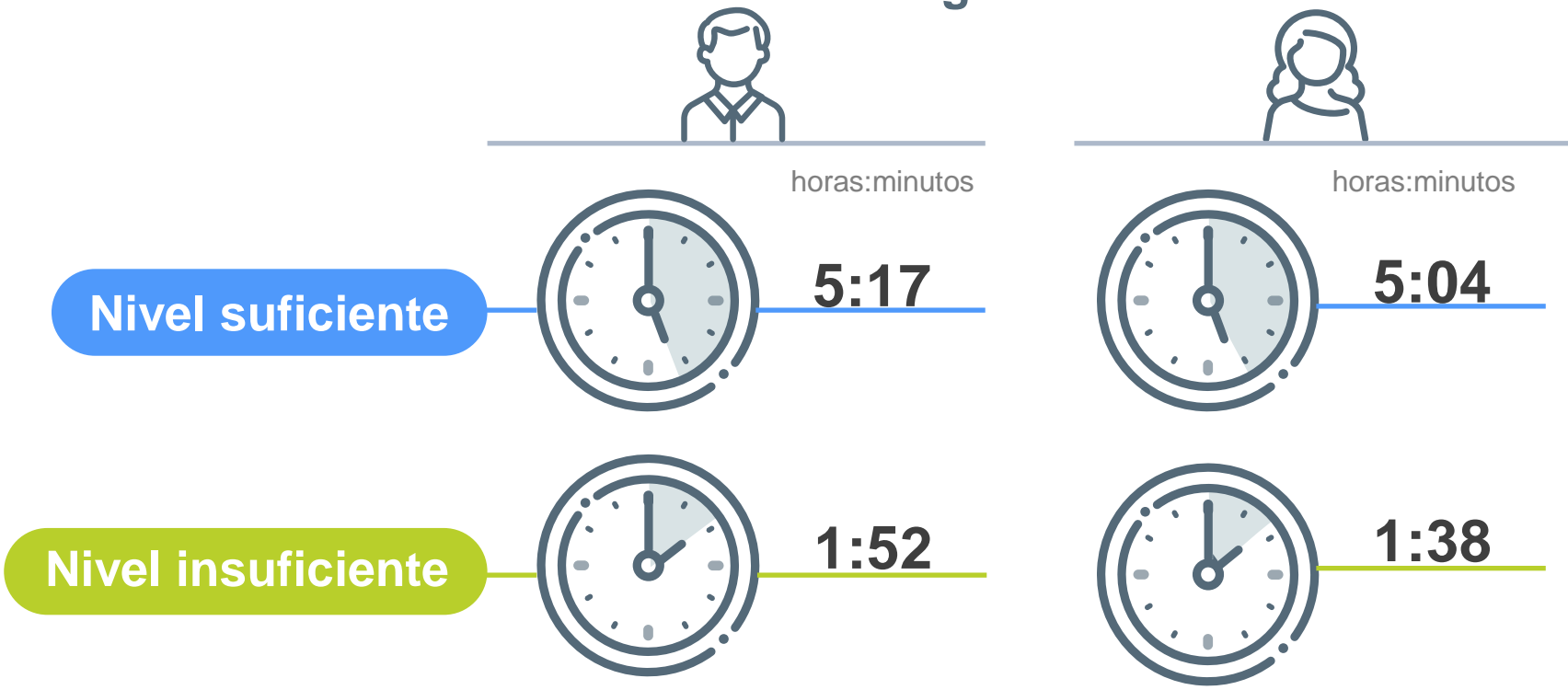


Nota: En cada barra se presenta la estimación por intervalo de confianza a 90 por ciento.  
Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico, 2013 a 2022

# TIEMPO DE PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

Gráfica 8

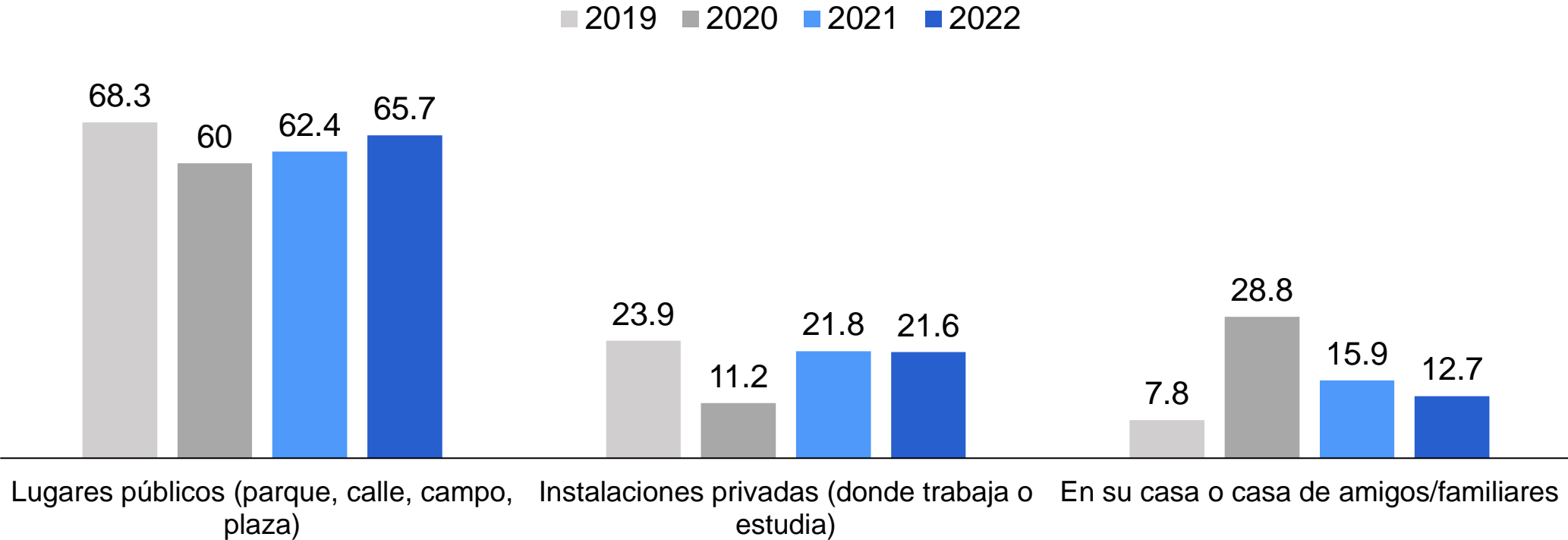
Tiempo promedio semanal de práctica físico-deportiva en tiempo libre de la población de 18 años y más activa físicamente, por nivel de suficiencia según sexo



Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico, 2022.

# LUGAR DE PRÁCTICA

Gráfica 9  
**Población de 18 años y más activa físicamente, por el lugar de práctica**  
Distribución porcentual



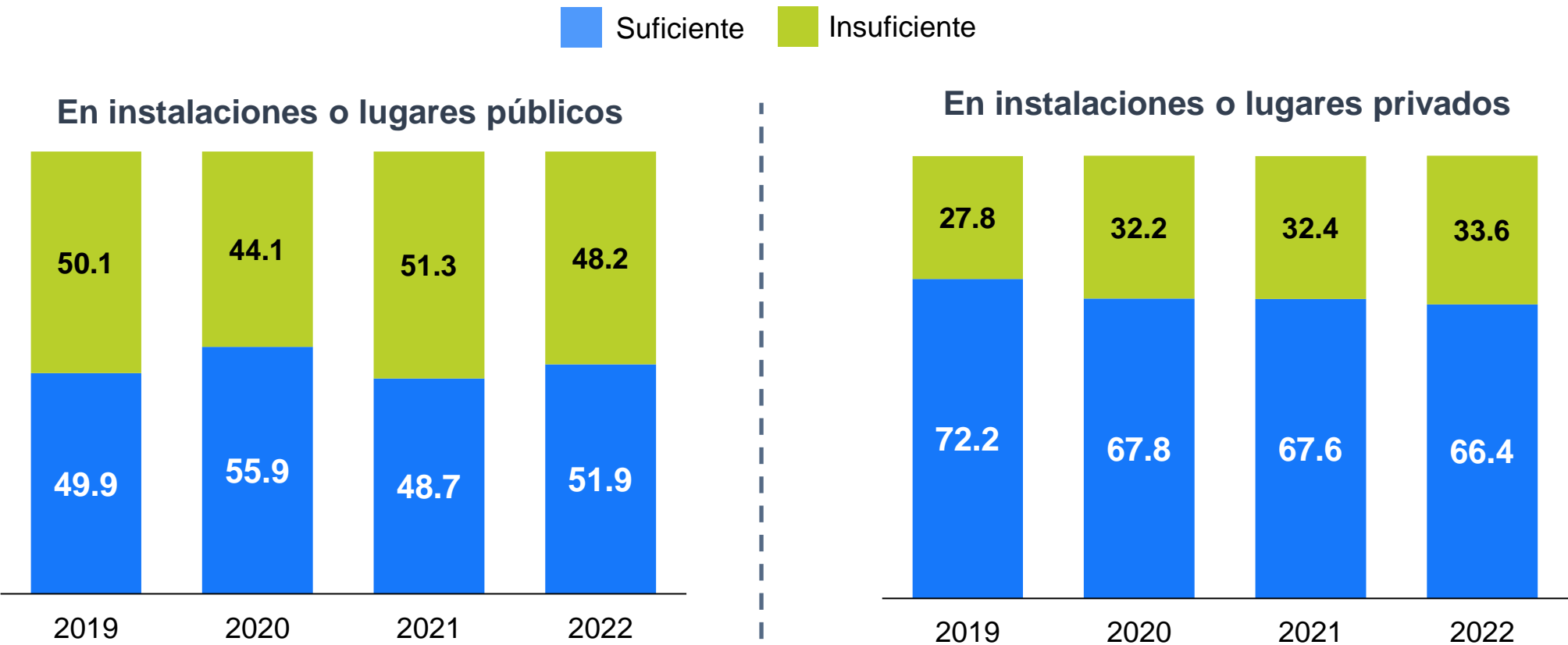
Nota: «Instalaciones privadas (donde trabaja o estudia)» incluye la opción «otro».  
Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico, 2019 a 2022

# LUGAR DE PRÁCTICA Y NIVEL DE SUFICIENCIA

Gráfica 10

Población de 18 años y más activa físicamente, por nivel de suficiencia según lugar de práctica físico-deportiva

Distribución porcentual



Nota: «Instalaciones o lugares privados» comprende instalaciones privadas, de estudio, trabajo o domicilios particulares.

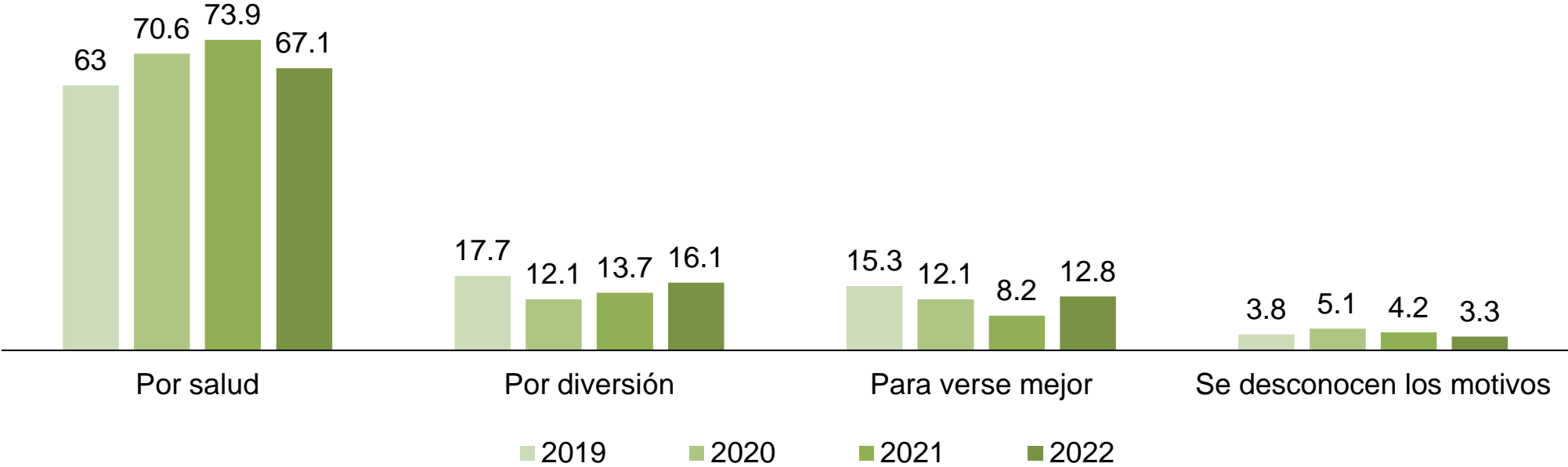
Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico, 2019 a 2022

# MOTIVO DE LA PRÁCTICA

Gráfica 11

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

Distribución porcentual



Nota: La suma de los porcentajes no corresponde a 100 %, ya que en 2019 se omite 0.3 %; en 2020, 0.1 % y en 2022, 0.7 % de la opción «otro motivo», como salir a caminar por ejercitar a la mascota o por no gastar en transporte.

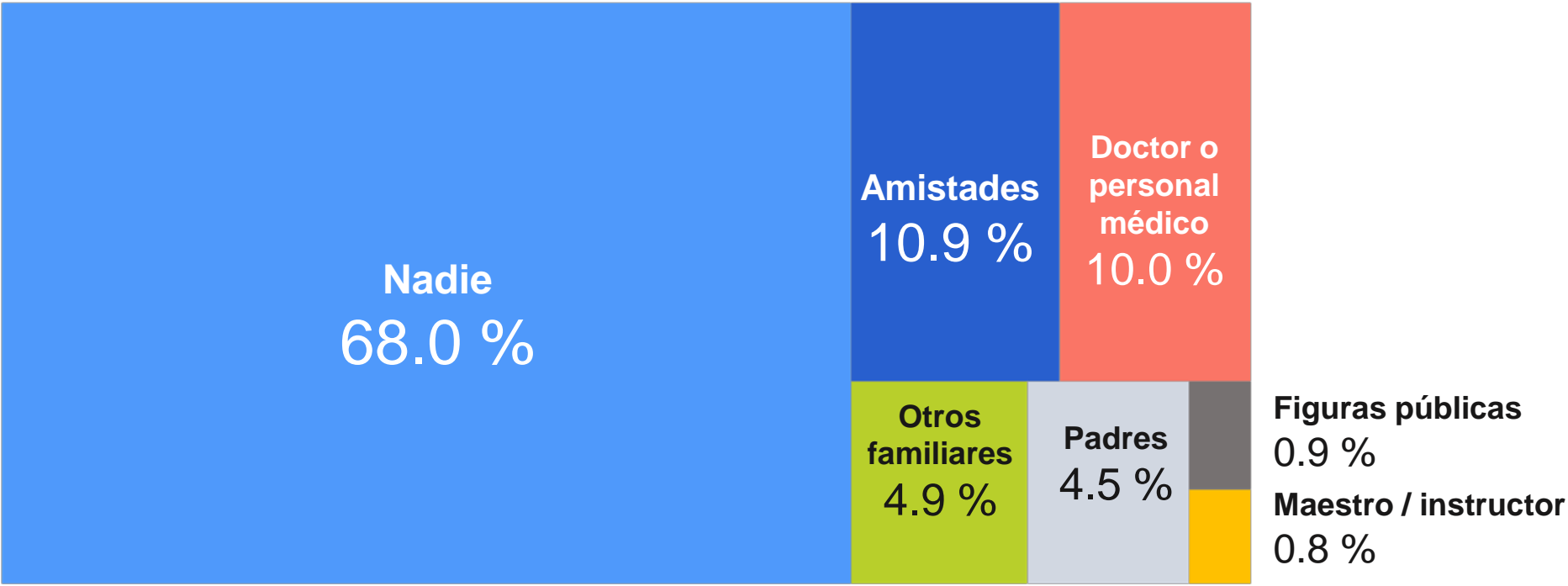
Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico, 2019 a 2022

# INFLUENCIA PARA REALIZAR EJERCICIO

Gráfica 12

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

Distribución porcentual



Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico, 2022.

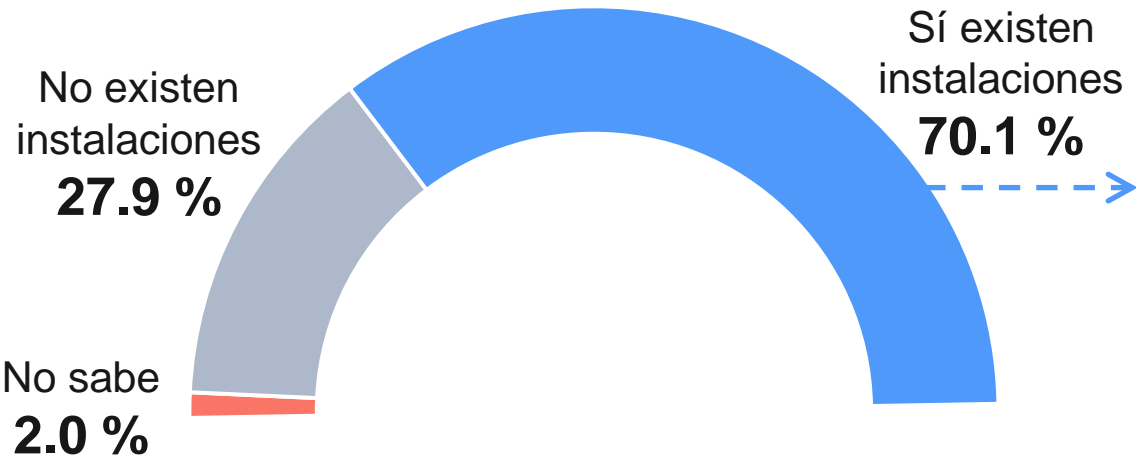


# EXISTENCIA DE INSTALACIONES

Gráfica 13

Población de 18 años y más años activa físicamente que reportó realizar actividad física la semana pasada, por existencia de instalaciones en su colonia para realizar actividad físico-deportiva

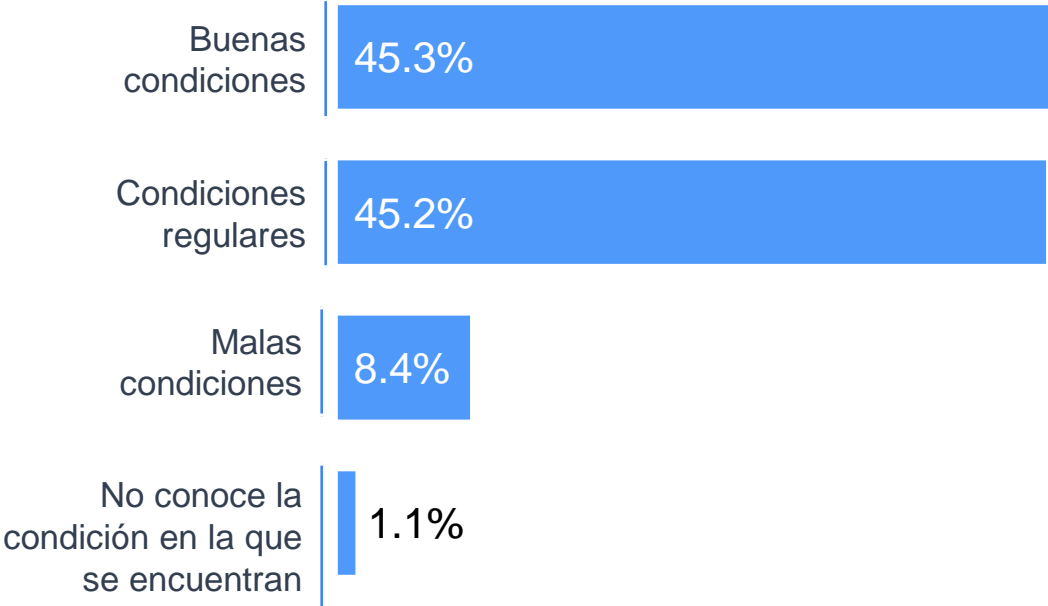
Distribución porcentual



Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico, 2022.

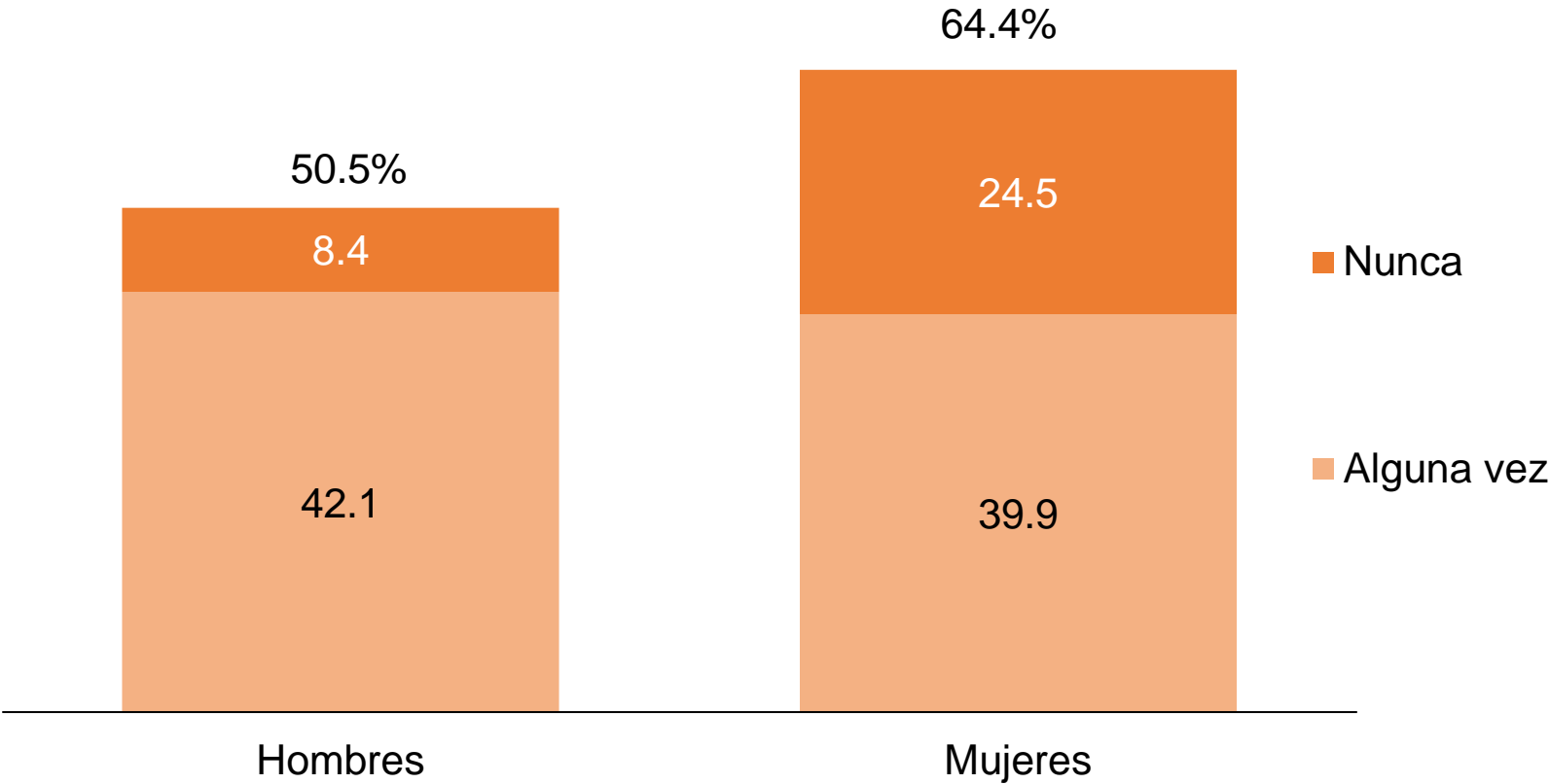
## Condición de las instalaciones

Distribución porcentual



# ANTECEDENTE DE PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

Gráfica 14  
Población de 18 años y más inactiva físicamente, por antecedente de práctica físico-deportiva según sexo  
Distribución porcentual



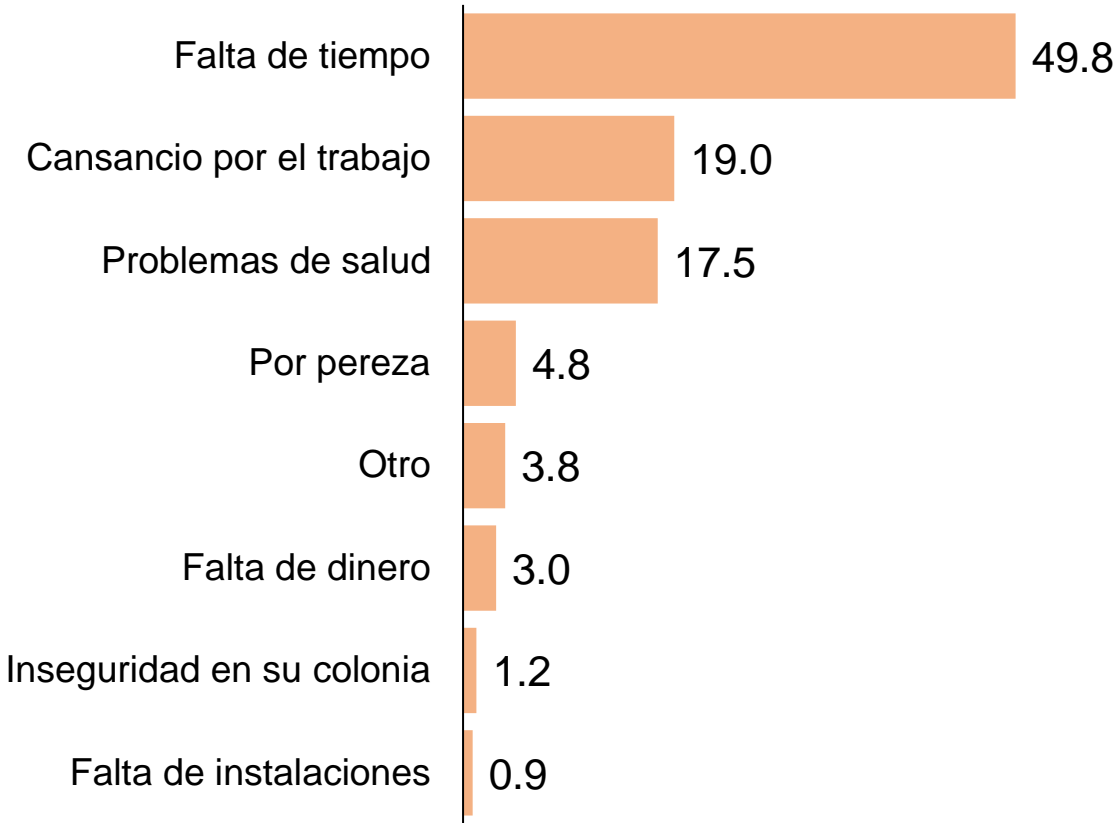
Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico, 2022.

# POBLACIÓN INACTIVA FÍSICAMENTE

Gráfica 15

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

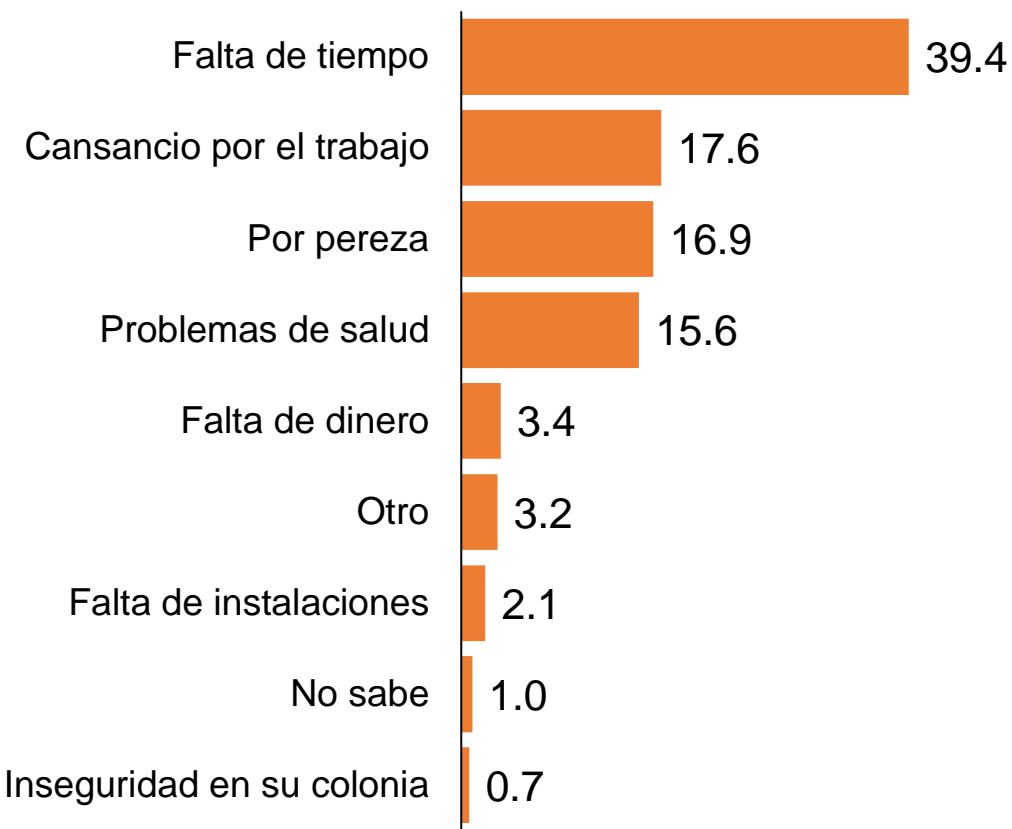
Distribución porcentual



Gráfica 16

**Población de 18 años y más inactiva físicamente que nunca ha realizado práctica físico-deportiva, por razón principal**

Distribución porcentual



# Conociendo México

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