

MÓDULO DE PRÁCTICA DEPORTIVA Y
EJERCICIO FÍSICO (MOPRADEF) 2025

27 de enero de 2026

Página 1/20

CONTENIDO

I. Objetivo	2
II. Ficha metodológica	2
III. Principales resultados	4
Población de 18 años y más en áreas urbanas de 100 mil habitantes y más	4
Población de 12 años y más a nivel nacional	6
<i>Activa físicamente en tiempo libre</i>	6
<i>Nivel de suficiencia de la actividad física</i>	7
<i>Población inactiva físicamente en tiempo libre</i>	11
<i>Actividad física en tiempo comprometido</i>	14
<i>Actividad física total: en tiempo libre o comprometido</i>	16
<i>Instalaciones públicas para realizar deporte</i>	18

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

27 de enero de 2026

Página 2/20

I. OBJETIVO

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 que se realiza 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.

II. FICHA METODOLÓGICA

Antecedentes	<p>El deporte y la actividad física han cobrado importancia y atención al considerarse como una oportunidad para disminuir la mortalidad y el número de enfermedades asociadas al nivel de inactividad física creciente. La Organización Mundial de la Salud (OMS) señala que la inactividad física es el cuarto factor de riesgo más importante de mortalidad en todo el mundo.</p> <p>Debido a los beneficios que reporta la actividad físico-deportiva sobre distintos aspectos de la salud de las personas a nivel físico y mental, diversos países se han preocupado por realizar encuestas sobre el tema: la Encuesta sobre Hábitos Deportivos 2020, 2022 y 2024, de España; la Encuesta Canadiense de Medidas de Salud y la Encuesta Canadiense de Salud Comunitaria de Canadá. En México, la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) tiene la finalidad de actualizar de forma regular el panorama de salud y nutrición en México.</p>
Representatividad	El Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) publica información del Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF) en su sitio oficial cada año. Este Módulo se realizó de forma trimestral desde 2013 y hasta 2014, y anual a partir de 2015. Se levantó como parte de la Encuesta Nacional sobre Confianza del Consumidor (ENCO) hasta 2023. A partir de 2024, el MOPRADEF se estableció como Módulo en un programa estadístico que aborda diversos temas, con un operativo y muestra de viviendas independientes a la ENCO. A partir de 2025, el Módulo tiene una actualización metodológica y conceptual.
Cobertura temporal	Desde 2018, el indicador derivado del MOPRADEF «Porcentaje de población de 18 años y más, activa físicamente en el agregado urbano de 32 ciudades de 100 mil y más habitantes» forma parte del Catálogo Nacional de Indicadores (CNI) del Sistema Nacional de Información Estadística y Geográfica (SNIEG).
Periodicidad	La información tiene cobertura nacional, así como el desglose para el agregado urbano conformado por 32 ciudades de 100 mil y más habitantes, una por cada entidad federativa.
Esquema de captación	Del 2 al 27 de junio de 2025
Elementos conceptuales y metodológicos	<p>Anual</p> <p>Entrevista directa (cara a cara) con dispositivo móvil</p> <p>La OMS recomienda que, para obtener beneficios a la salud, la población de 12 a 17 años debe acumular un mínimo de 180 minutos a la semana de actividad con intensidad moderada o 90 minutos semanal de intensidad vigorosa. Además, deben ser al menos tres veces por semana. Para los adultos de 18 años y más, deben acumular un mínimo de 75 minutos semanales de actividad física vigorosa, o 150 minutos semanales de actividad física moderada y cumplir al menos con tres días de práctica de actividad físico-deportiva.</p> <p>Bajo estas bases dentro del MOPRADEF, se considera:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Frecuencia: número de días de la semana de referencia que la población realizó deporte, ejercicio o actividad física. ▪ Duración: tiempo aproximado en minutos en un día de la semana de referencia que la población realizó actividad físico-deportiva. ▪ Intensidad: magnitud del esfuerzo «moderado o vigoroso (intenso)» realizado en la semana de referencia de la práctica físico-deportiva. <p>Y se clasifica la población activa físicamente de acuerdo con el nivel de suficiencia con el que realiza estas actividades:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Suficiente: se considera cuando se cumple de acuerdo con la edad con la frecuencia (días), duración (minutos) e intensidad (moderada o vigorosa) a la semana, con apego a las recomendaciones de la OMS para obtener beneficios para la salud. ▪ Insuficiente: se considera a la población que realiza actividad físico-deportiva, pero no cumple con la frecuencia, duración e intensidad para obtener beneficios a la salud. ▪ No declarado: surge de la necesidad de incluir a la población que sí realiza actividad físico-deportiva pero la semana de referencia no la realizaron o aquella que no especificó la edad y no es posible determinar el nivel de suficiencia.

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

27 de enero de 2026

Página 3/20

	<p>El MOPRADEF 2025 incrementó el tamaño de muestra para ampliar la cobertura geográfica, lo que permitió, por primera vez, generar resultados nacionales y para la población de 12 años y más. Además, contempló una actualización conceptual, que permitió medir, adicional a la actividad física en el tiempo libre, la actividad física en los tiempos comprometidos como el empleo, el estudio y las labores del hogar.</p>
Actualización temática	<p>La edición 2025 incorpora los siguientes cambios conceptuales:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Práctica deportiva o ejercicio físico en tiempo libre: <ul style="list-style-type: none"> - Inclusión de: Antigüedad de realizar la actividad física. - Ajustes en las siguientes variables ampliando la población a la que se aplica: <ul style="list-style-type: none"> 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 <i>falta de tiempo</i>: <ul style="list-style-type: none"> Motivo de abandono de la actividad físico-deportiva. Motivo de no realizar actividad físico-deportiva. - Se eliminaron las variables: <ul style="list-style-type: none"> Tipo de actividad (deporte, ejercicio físico o ambas). Momento del día para realizar la actividad físico-deportiva. Tipo de personas con quien 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): <ul style="list-style-type: none"> - Frecuencia (número de días). - Tiempo dedicado por día. - Nivel de intensidad (moderada, intensa).
Tamaño de muestra	<p>4 818 viviendas, de las cuales 2 336 tienen cobertura en el agregado de 32 ciudades del país de 100 mil habitantes y más, una por cada entidad federativa, y 2 482 viviendas están distribuidas en el resto del ámbito urbano alto, así como en el complemento urbano y rural del país.</p>

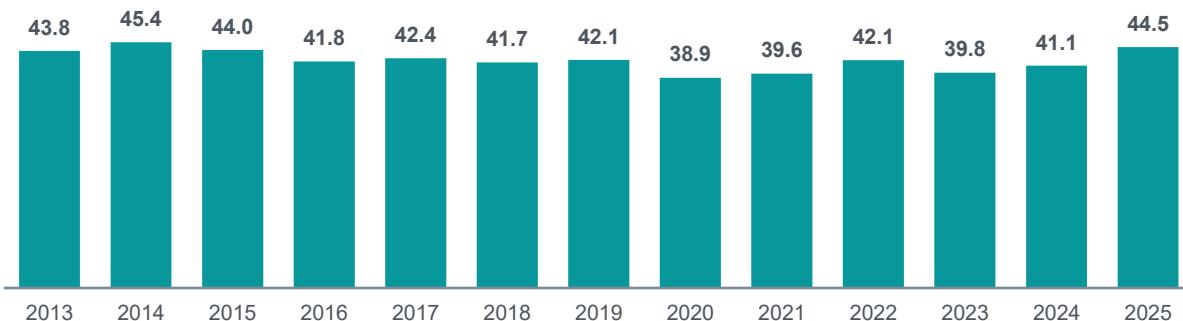
III. PRINCIPALES RESULTADOS

Los resultados se presentan en dos apartados. El primero corresponde a la población de 18 años y más en las 32 ciudades de 100 mil y más habitantes (una por entidad federativa), los cuales se conservan para mantener la comparabilidad histórica del Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF). El segundo apartado presenta los resultados a nivel nacional para la población de 12 años y más. Estos resultados son un reflejo de la actualización metodológica que se implementó para el MOPRADEF 2025.

Población de 18 años y más en 32 ciudades de 100 mil habitantes y más

En 2025, el indicador referente al *porcentaje de población de 18 años y más que fue activa físicamente en el agregado urbano de 32 ciudades de 100 mil y más habitantes* alcanzó 44.5 por ciento. Este valor corresponde al segundo más alto de la serie histórica, solo por debajo del que se registró en 2014 (ver gráfica 1).

Gráfica 1
Población de 18 años y más activa físicamente en tiempo libre
 serie 2013-2025
 (porcentaje)



Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF), 2013-2025.

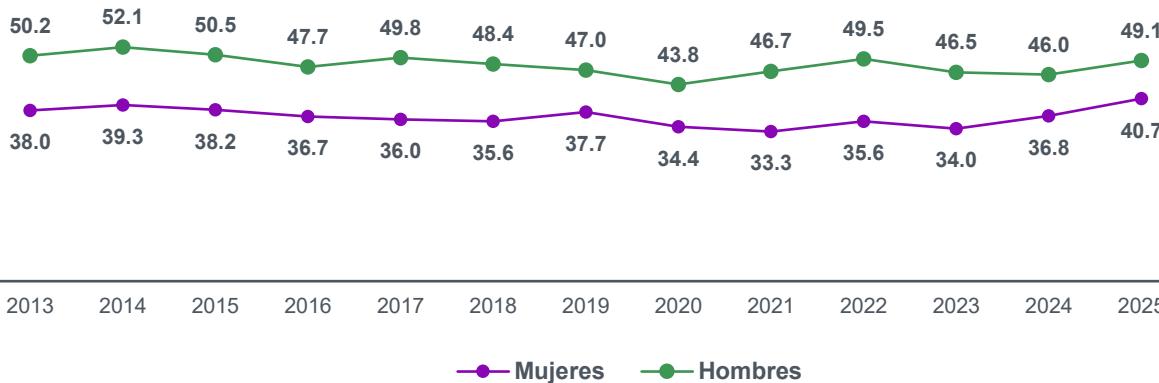
La distinción según sexo señala que hubo una menor proporción de *mujeres* activas físicamente durante el tiempo libre (40.7 %) que de *hombres* (49.1 %). A pesar de que la brecha de género persiste históricamente, en 2025 se registró la menor diferencia en la serie, con 8.4 puntos porcentuales (ver gráfica 2).

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

27 de enero de 2026

Página 5/20

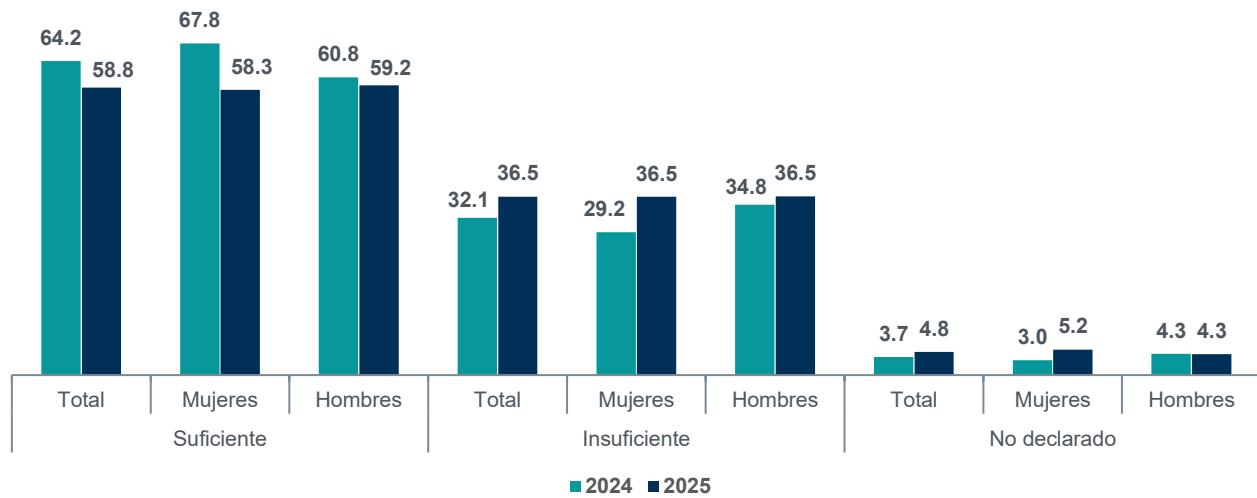
Gráfica 2

Población de 18 años y más activa físicamente en tiempo libre, según sexo
serie 2013-2025
(porcentaje)

Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF), 2013-2025.

En 2025, si bien incrementó la población físicamente activa, descendió el cumplimiento de los niveles mínimos de ejercicio para obtener beneficios para la salud. Al comparar con 2024, disminuyó el porcentaje de personas de 18 años y más que alcanzó el nivel de actividad suficiente. La reducción fue mayor en las *mujeres*, que pasó de 67.8 a 58.3 %, lo que representó un descenso de 9.5 puntos porcentuales (ver gráfica 3).

Gráfica 3

**Población de 18 años y más activa físicamente en tiempo libre
por nivel de suficiencia, según sexo**
2024 y 2025
(porcentaje)

Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF), 2024 y 2025.

Población de 12 años y más a nivel nacional

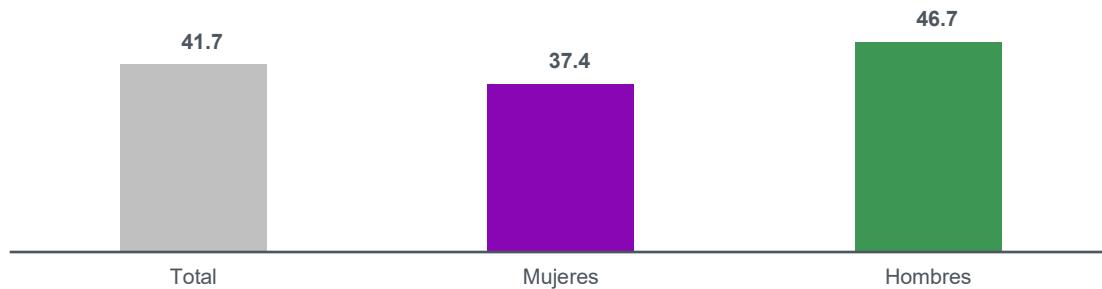
Activa físicamente en tiempo libre

En 2025, 41.7 % de la población de 12 años y más declaró realizar algún deporte o ejercicio físico en su tiempo libre. Al distinguir según sexo, la participación fue de 37.4 % entre las *mujeres* y de 46.7 % entre los *hombres*, una brecha de género de 9.3 puntos porcentuales (ver gráfica 4).

Gráfica 4

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

2025
(porcentaje)



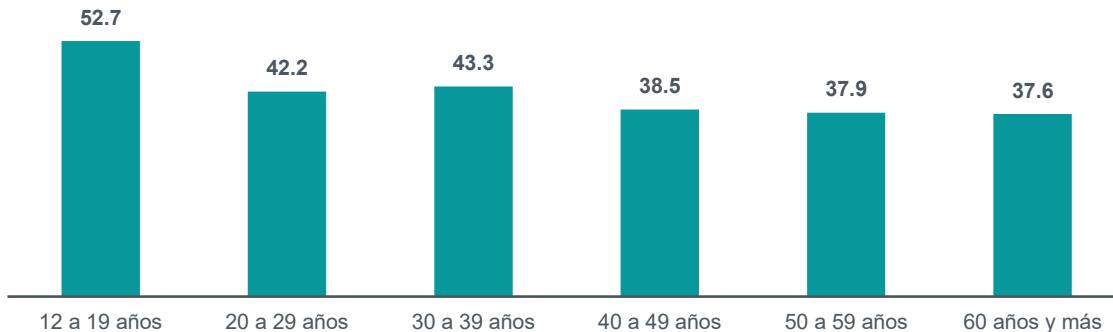
Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF), 2025.

De acuerdo con la edad, destacó la prevalencia de actividad física en tiempo libre entre la población de **12 a 19 años** como el grupo con el mayor porcentaje, con 52.7 %; en el extremo opuesto, la población de **60 años y más** representó 37.6 % de personas activas físicamente (ver gráfica 5).

Gráfica 5

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

2025
(porcentaje)



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

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

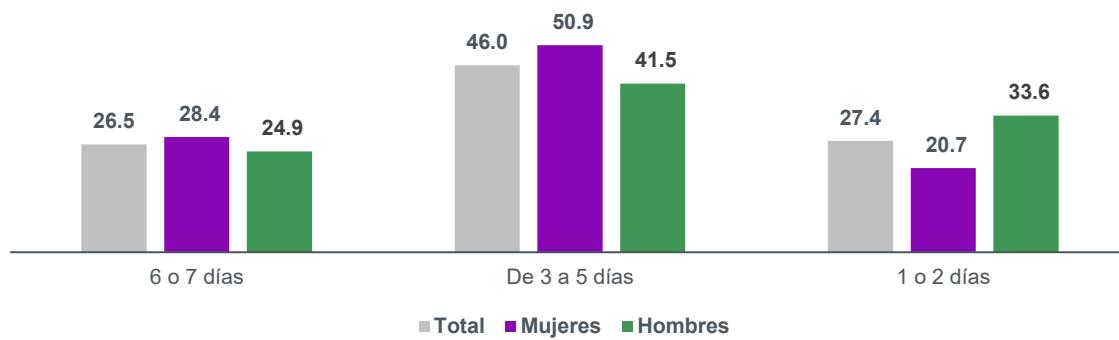
27 de enero de 2026

Página 7/20

Siete de cada 10 personas de 12 años y más (72.6 %) que realizaron actividad física en su tiempo libre lo hicieron tres o más días a la semana. Esta frecuencia fue mayor entre las *mujeres*: 79.3 % cumplió con esta constancia y fue más alta por 12.9 puntos porcentuales que la de los *hombres* (66.4 %). (Ver gráfica 6).

Gráfica 6

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.

Nivel de suficiencia de la actividad física

Seis de cada 10 personas (57.9 %) de 12 años y más activa físicamente, cumplieron con los días, el tiempo y la intensidad recomendados para obtener beneficios a la salud. Entre las *mujeres*, 60.0 % realizó deporte o ejercicio en nivel suficiente; entre los *hombres*, la cifra fue de 55.9 % (ver gráfica 7).

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

27 de enero de 2026

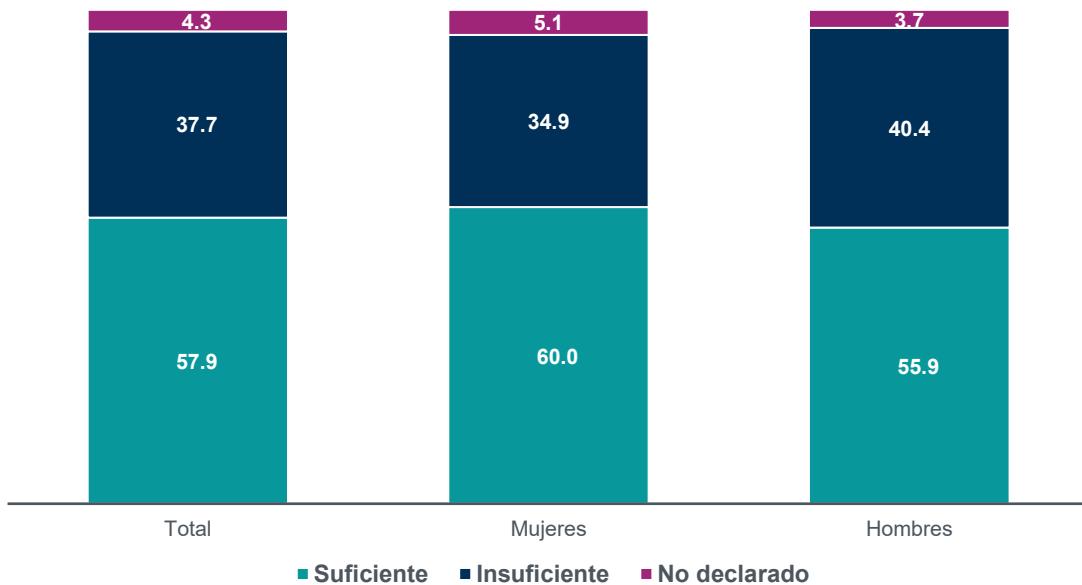
Página 8/20

Gráfica 7

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

2025

(distribución porcentual)


■ Suficiente ■ Insuficiente ■ No declarado

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.

Se identificó que las mujeres con *nivel suficiente* de actividad físico-deportiva registraron un tiempo promedio semanal de 5 horas con 51 minutos. Los hombres acumularon, en promedio, 54 minutos más (ver tabla 1).

Tabla 1

**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

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

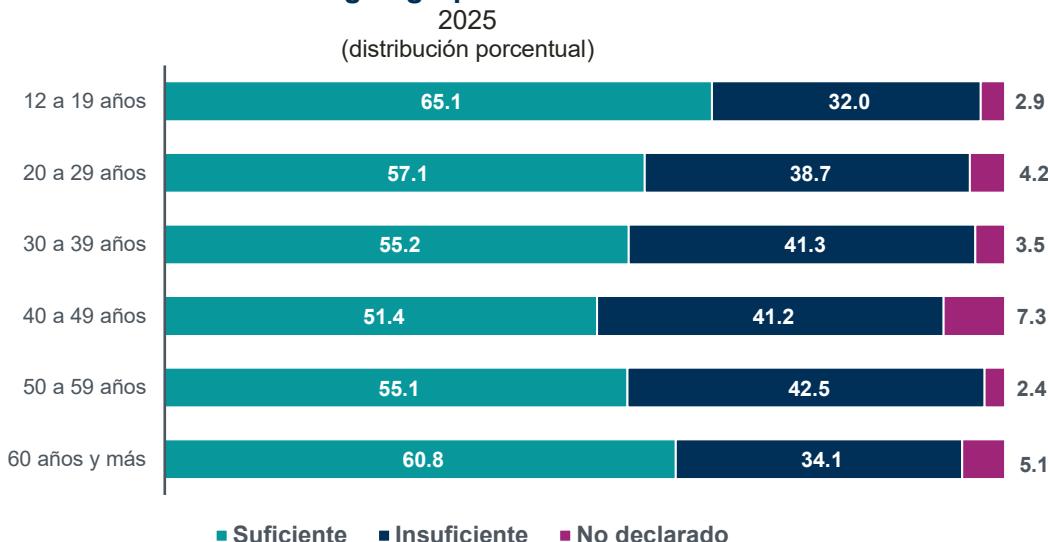
Con respecto a la edad, la mayor prevalencia de personas con suficiencia en la actividad física realizada en tiempo libre se presentó en el grupo de 12 a 19 años (65.1 %). El menor valor (51.4 %) se registró en el grupo de 40 a 49 años. Destaca que entre la población de 60 años y más que era activa, seis de cada 10 realizaron su actividad física de forma suficiente (ver gráfica 8).

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

27 de enero de 2026

Página 9/20

Gráfica 8

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


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.

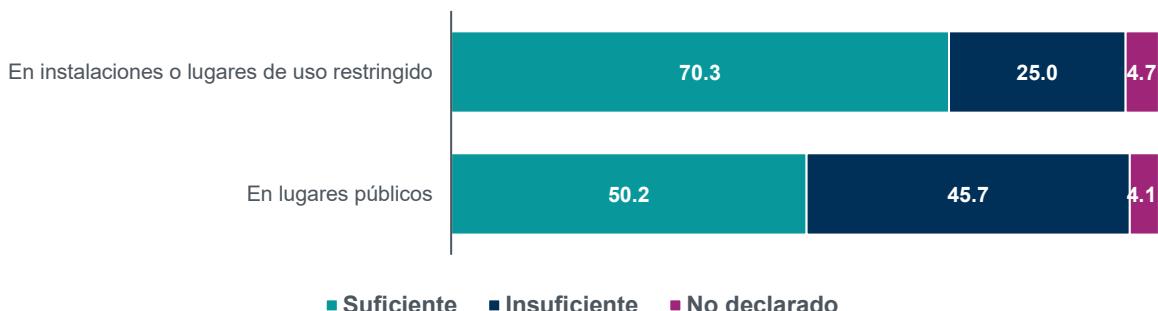
Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF), 2025.

El porcentaje de personas que realizó actividad física con un *nivel suficiente* fue mayor cuando lo hicieron en *instalaciones o lugares de uso restringido* (70.3 %), en comparación con aquellas que lo hicieron en *lugares públicos* (50.2 %). (Ver gráfica 9).

Gráfica 9

**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)



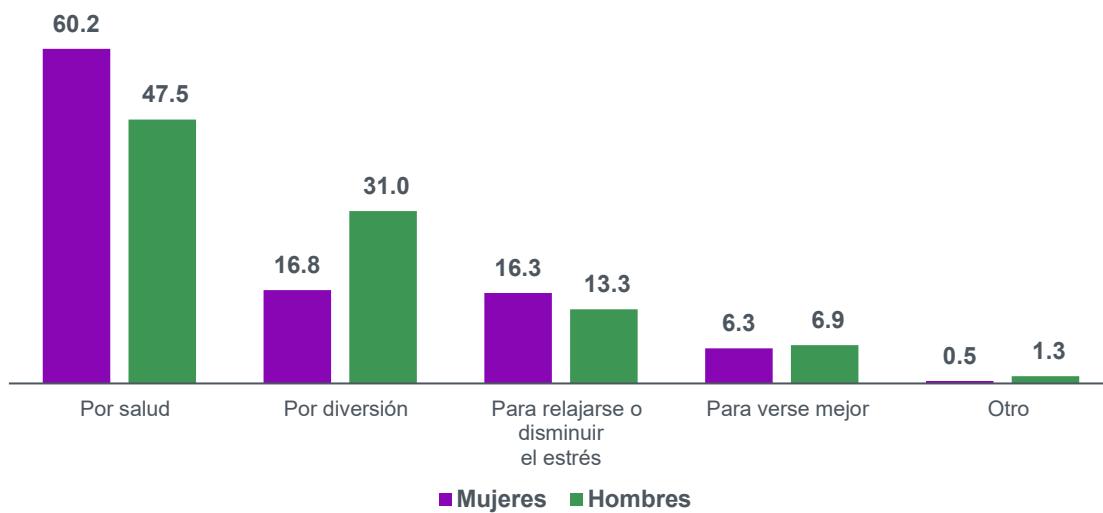
Notas: «En instalaciones o lugares de uso restringido» comprende instalaciones privadas, de estudio, trabajo o domicilios particulares.

«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.

El motivo principal por el cual la población realizó deporte o ejercicio en su tiempo libre fue el *cuidado de la salud*: 60.2 % en *mujeres* y 47.5 % en *hombres*. Destacó una menor proporción de *mujeres* que lo hizo *por diversión* (16.8 %) en comparación con los *hombres* (31.0 %). La *relajación o reducción del estrés* y el *mejoramiento de la apariencia física* presentaron los menores porcentajes (ver gráfica 10).

Gráfica 10
**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.

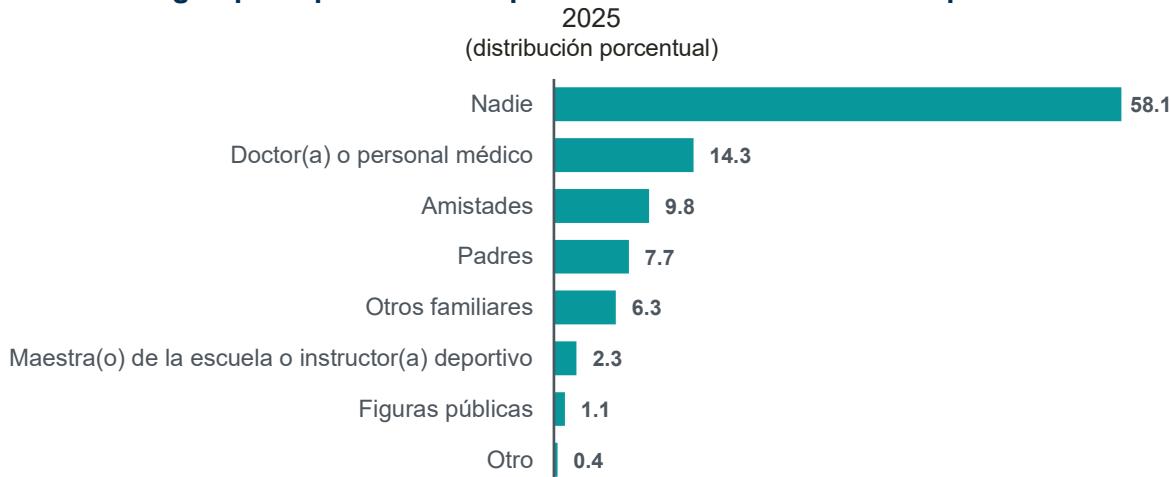
Entre la población de 12 años y más, 58.1 % declaró no haber recibido influencia de alguien para realizar actividad física-deportiva. Entre las influencias externas, se presentó *personal médico* (14.3 %), *amistades* (9.8 %) y *padres* (7.7 %). (Ver gráfica 11).

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

27 de enero de 2026

Página 11/20

Gráfica 11

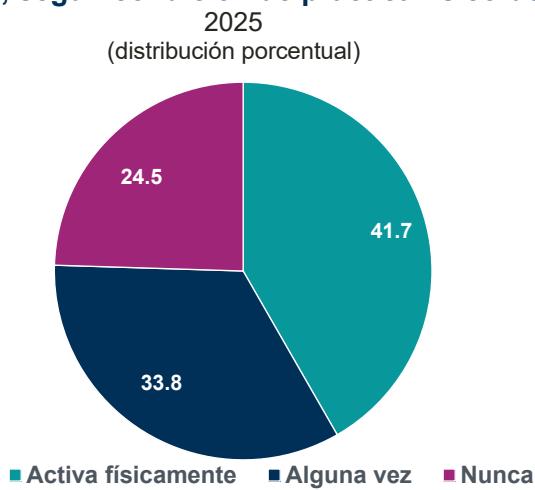
**Población de 12 años y más activa físicamente en su tiempo libre,
según principal influencia para realizar actividad físico-deportiva**


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

Población inactiva físicamente en tiempo libre

De la población de 12 años y más, 33.8 % reportó haber practicado deporte o ejercicio en algún momento de su vida durante su tiempo libre, mientras que 24.5 % indicó que nunca lo había hecho (ver gráfica 12).

Gráfica 12

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


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

La proporción de *mujeres* inactivas que nunca habían realizado deporte o ejercicio físico en su tiempo libre fue superior, 48.0 %, en comparación con 33.9 % en los *hombres* (ver gráfica 13).

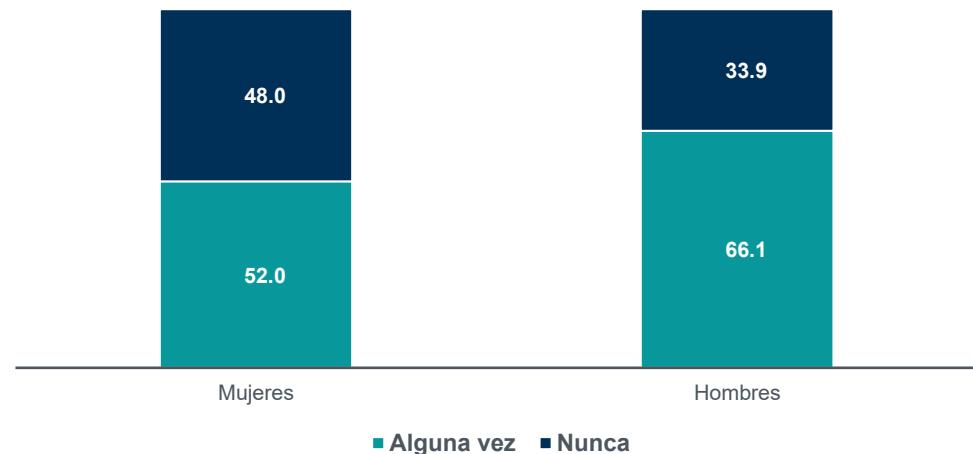
**MÓDULO DE PRÁCTICA DEPORTIVA Y
EJERCICIO FÍSICO (MOPRADEF) 2025**

27 de enero de 2026

Página 12/20

Gráfica 13

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)

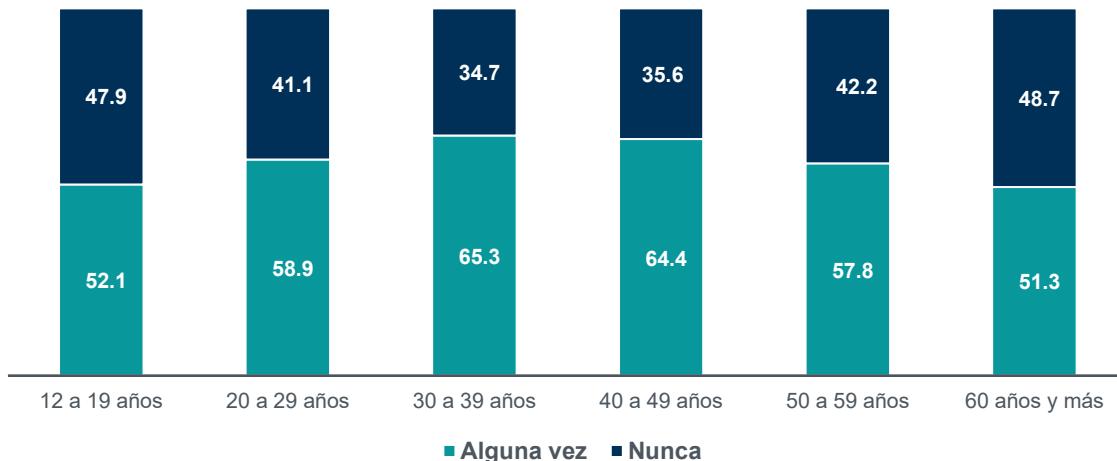


Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF), 2025.

Según grupos de edad, 48.7 % de las personas de 60 años y más que no realizaron actividad física en su tiempo libre nunca la han hecho. Por otra parte, en el grupo de 30 a 39 años se registró el mayor porcentaje (65.3 %) de personas inactivas, pero que *alguna vez realizaron actividad físico-deportiva en su tiempo libre* (ver gráfica 14).

Gráfica 14

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)


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

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

27 de enero de 2026

Página 13/20

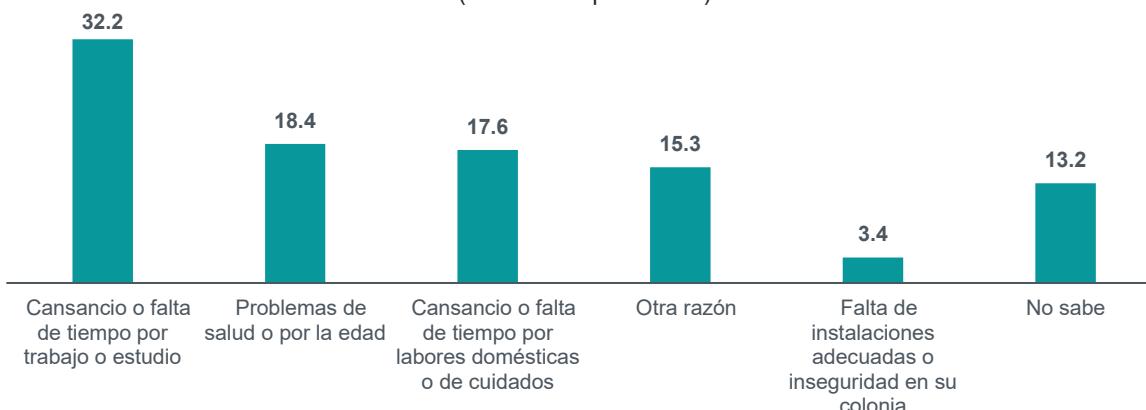
El *cansancio o falta de tiempo por trabajo o estudio* fue la razón principal de abandono o de nunca haber realizado actividad física en 32.2 % de los casos. Siguieron los *problemas de salud o por la edad* (18.4 %) y el *cansancio o falta de tiempo por labores domésticas o de cuidados* (17.6 %). (Ver gráfica 15).

Gráfica 15

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

2025

(distribución porcentual)



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

En cuanto a las motivaciones para iniciar o retomar la práctica de deporte o ejercicio entre la población inactiva, la principal razón fue *disponer de tiempo libre*: 36.6 y 35.9 % de *mujeres* y *hombres*, respectivamente. Destaca un menor porcentaje de *mujeres* (13.8 %) que de *hombres* (18.8 %) que respondió que *no sabe* cuál sería su motivación para hacer actividad física (ver gráfica 16).

Gráfica 16

**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)



■ Mujeres ■ Hombres

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

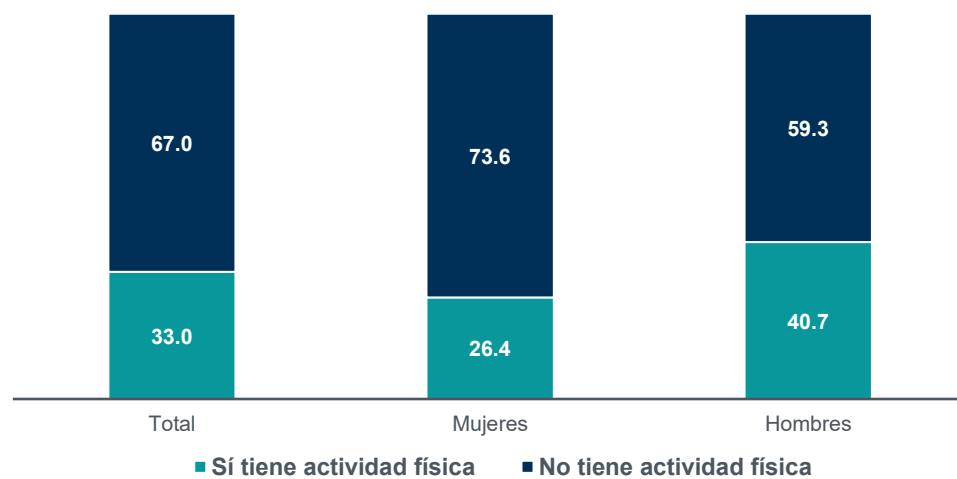
Actividad física en tiempo comprometido

La actividad física no se limita exclusivamente al ejercicio recreativo o en tiempo libre. Según la Organización Mundial de la Salud, esta se manifiesta en diversos dominios de la vida cotidiana. Estos incluyen el tiempo dedicado a la actividad ocupacional, las tareas domésticas, los desplazamientos activos durante estas actividades, entre otros. Por lo tanto, el esfuerzo físico que se realiza durante el tiempo comprometido «empleo, estudio o labores domésticas» contribuye al cumplimiento de las metas de salud, siempre que alcance la intensidad y duración recomendadas.

A nivel nacional, 33.0 % de la población de 12 años y más declaró que, dentro de las labores ya sea de su empleo, del hogar o en la escuela, realizó algún tipo actividad física que le implica un esfuerzo moderado o intenso. Según sexo, la participación en este tipo de actividad física fue menor en las mujeres (26.4 %) en comparación con los hombres (40.7 %), lo que representó una brecha de 14.3 puntos porcentuales (ver gráfica 17).

Gráfica 17
**Población de 12 años y más, por condición de tener actividad física en su empleo,
escuela o el hogar, según sexo**

2025
(distribución porcentual)



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

Según grupos de edad, 41.0 % de las personas de 50 a 59 años mencionó que su empleo, la escuela o labores del hogar le implicaron un esfuerzo físico, mientras que el grupo de 60 años y más reportó la menor prevalencia con 25.8 % (ver gráfica 18).

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

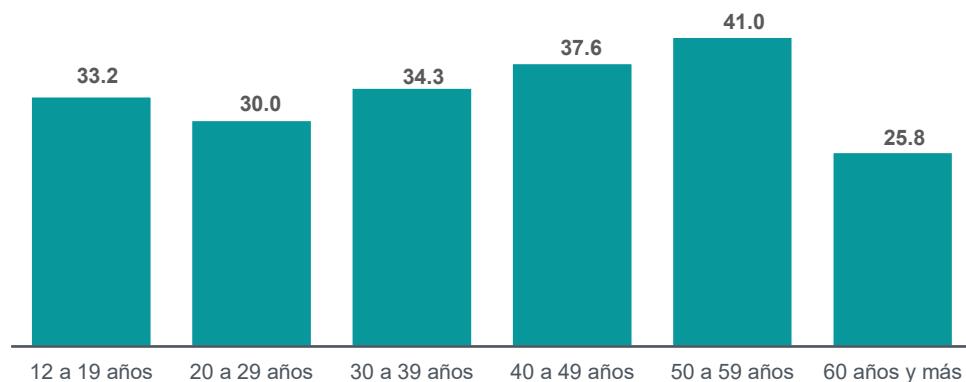
27 de enero de 2026

Página 15/20

Gráfica 18

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

2025
(porcentaje)



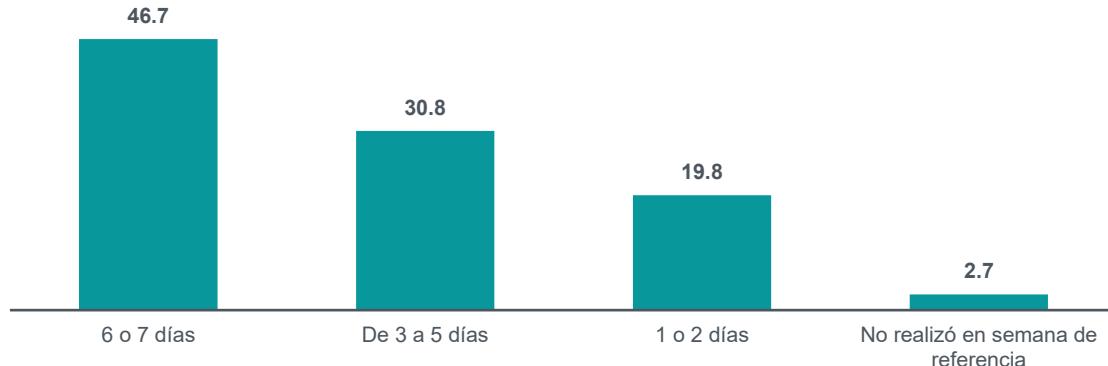
Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF), 2025.

En cuanto a la frecuencia con la que la población realizó alguna actividad física en su tiempo comprometido, la mayor proporción lo hizo *6 o 7 días* por semana (46.7 %). Siguió el grupo que realizó *de 3 a 5 días* (30.8 %), mientras que 19.8 % declaró hacerlo *solo uno o 2 días*. Finalmente, 2.7 % no realizó este tipo de actividades durante la semana de referencia (ver gráfica 19).

Gráfica 19

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

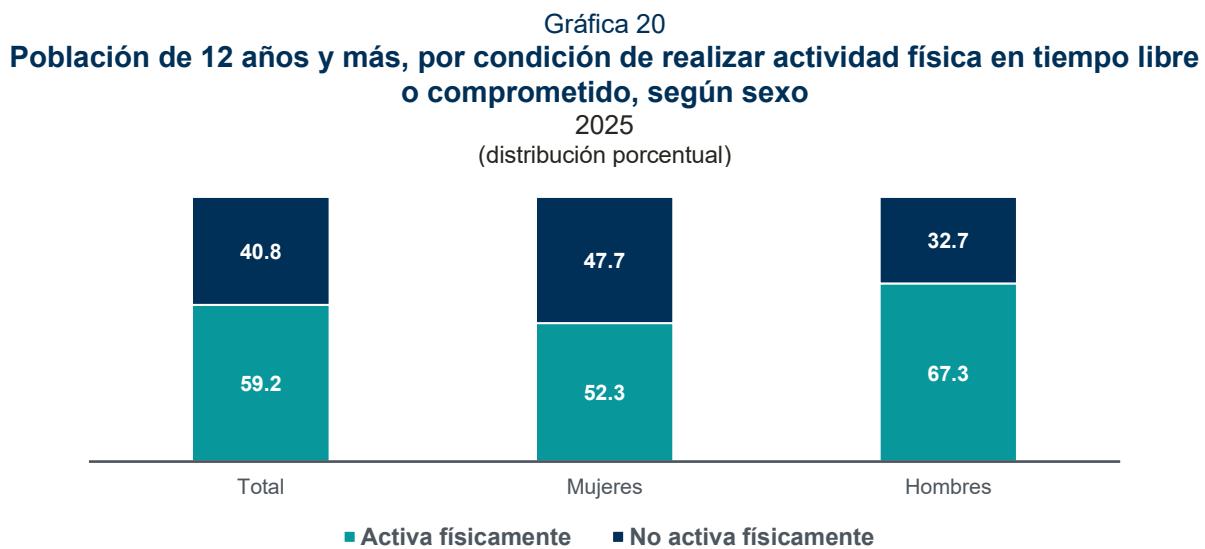
2025
(distribución porcentual)



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

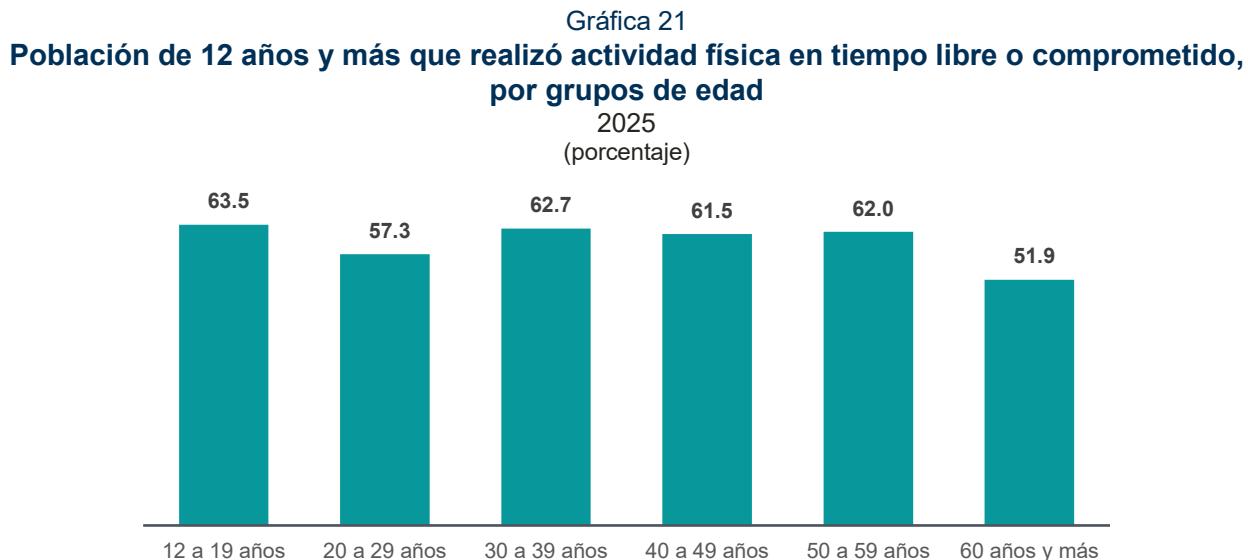
Actividad física total: en tiempo libre o comprometido

Al considerar tanto a la población de 12 años y más que realizó deporte o ejercicio físico durante su tiempo libre como aquella que efectúa alguna actividad física en tiempo comprometido, 59.2 % *realizó alguna actividad física*. Al considerar ambos tipos de actividad, la brecha entre *mujeres* y *hombres* fue de 15 puntos porcentuales (ver gráfica 20).



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

Por grupos de edad, se identificó que en todos se superó la mitad de la población que fue activa físicamente en tiempo libre o comprometido. El porcentaje más bajo se ubicó en la población de *60 años y más*, con 51.9 (ver gráfica 21).



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

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

27 de enero de 2026

Página 17/20

El incremento en el porcentaje de la población que realizó alguna actividad física «cuando se incluyen las actividades realizadas en el empleo, la escuela o el hogar, además de la práctica de deporte en el tiempo libre» fue de 17.5 puntos porcentuales en el total: 14.9 puntos para las *mujeres* y 20.6 para los *hombres* (ver gráfica 22).

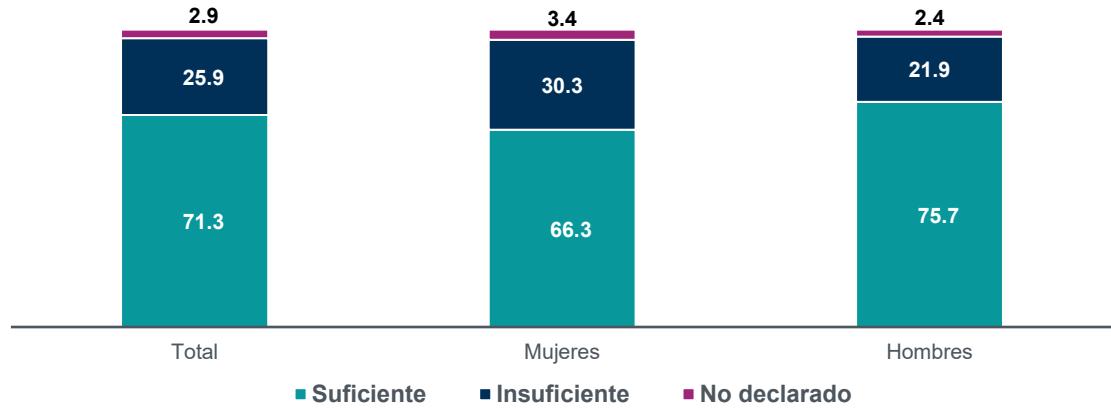
Gráfica 22

**Población de 12 años y más que realizó actividad física en tiempo libre o comprometido,
según sexo**
2025
(porcentaje)

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

La mayoría (71.3 %) de la población de 12 años y más que realizó actividad física, ya sea en tiempo libre o comprometido, alcanzó un *nivel suficiente*, es decir, cumplió con la frecuencia, duración e intensidad recomendadas para obtener beneficios a la salud. Según sexo, la cifra fue 66.3 % en las *mujeres* y 75.7 % en los *hombres* (ver gráfica 23).

Gráfica 23

**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.

De igual manera, la proporción de personas que realizó actividad física sin la suficiencia requerida disminuyó de 37.7 % (si solo se considera el tiempo libre) a 25.9 por ciento. Este porcentaje considera a quienes la realizan en tiempo comprometido (ver gráfica 24).



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.

Instalaciones públicas para realizar deporte

El MOPRADEF 2025 recopiló información sobre la existencia de instalaciones o lugares públicos en la colonia para realizar deporte o ejercicio físico, independientemente de que la persona realizara o no actividad física; 66.1 % de la población reportó que *sí existen* instalaciones en su entorno, mientras que 30.1 % señaló que *no existen* y 3.8 % indicó *no saber* (ver gráfica 25).

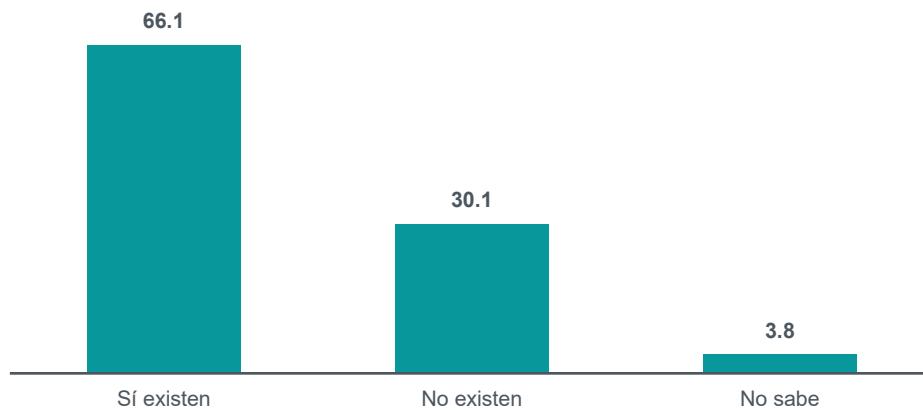
**MÓDULO DE PRÁCTICA DEPORTIVA Y
EJERCICIO FÍSICO (MOPRADEF) 2025**

27 de enero de 2026

Página 19/20

Gráfica 25

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)

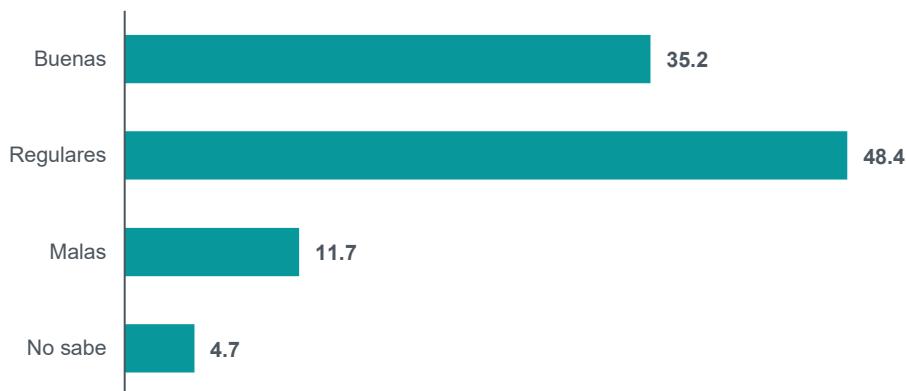


Fuente: INEGI. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF), 2025.

En cuanto a las condiciones de las instalaciones públicas para realizar deporte o ejercicio físico, 83.6 % declaró que se encuentran en *buenas o regulares* condiciones. En contraste, 11.7 % reportó que están en *malas* condiciones y 4.7 % indicó *no saber* su estado (ver gráfica 26).

Gráfica 26

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)


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

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

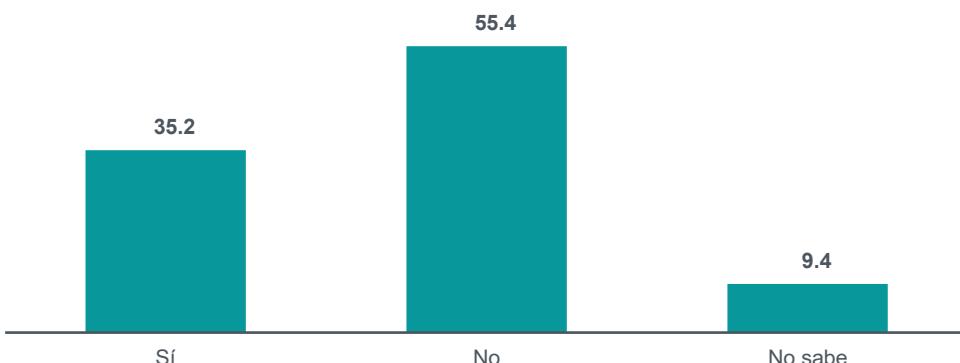
27 de enero de 2026

Página 20/20

Entre las personas que señalaron la existencia de instalaciones públicas en su colonia para realizar deporte o ejercicio físico, 35.2 % indicó que sí cuentan con alguna persona instructora en estos espacios, mientras que 55.4 % reportó que *no existe* este tipo de personal y 9.4 % manifestó desconocer dicha información (ver gráfica 27).

Gráfica 27

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)


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

La base de datos y los resultados del MOPRADEF se pueden consultar en la siguiente liga:
<https://www.inegi.org.mx/programas/mopradef/>

La información estadística y geográfica que genera el INEGI es un bien público y nos permite a todas y a todos tomar mejores decisiones. ¡Conócela, úsala y compártela!


INEGIINFORMA