

COVID-19 y hábitos deportivos

La pandemia de COVID-19 y las medidas tomadas para frenar la rápida propagación de la enfermedad supusieron cambios importantes en los hábitos de vida de la sociedad. En concreto, en el caso español, las medidas extraordinarias adoptadas en marzo de 2020 implicaron un confinamiento de la población que fue de los más restrictivos de toda la Unión Europea. Existen ya investigaciones empíricas en varios países, y también en España, sobre el cambio en la actividad física a consecuencia de este tipo de medidas de aislamiento social. No obstante, generalmente los estudios se centran en la actividad física realizada durante el confinamiento, en comparación con la situación previa, y suelen analizar muestras de población correspondientes a colectivos concretos o con cuestionarios difundidos a través de las redes sociales o correo electrónico, con los problemas de representatividad que ello puede suponer. La última Encuesta de Hábitos Deportivos, realizada en 2020 por el Ministerio de Cultura y Deporte y el Consejo Superior de Deportes, incorpora algunas preguntas sobre la práctica deportiva en el período de confinamiento (abril y mayo de 2020), así como sobre el cambio en hábitos en los meses posteriores. Esta estadística oficial ofrece datos representativos del total de la población residente en España de 15 o más años y, por tanto, constituye una fuente de información valiosa para analizar qué ha sucedido con la práctica deportiva durante y después del confinamiento. Los datos elevados al total poblacional ponen de manifiesto una reducción en el porcentaje de gente que realizó deporte durante el confinamiento del 59,6% al 41,6%, como era esperable, pero, más allá de las cifras brutas, cabe preguntarse qué factores sociodemográficos están asociados a los cambios en los patrones de comportamiento que se produjeron en esos meses. Una investigación en curso realizada conjuntamente con Jaume García (UPF), y cuyos resultados preliminares han sido presentados el pasado mes de diciembre de 2021 en la *XV Gijón Conference on Sports Economics*, intenta responder a tres cuestiones. La primera cuestión es: ¿hay diferencias en los patrones de práctica deportiva realizada de forma regular y durante el período de confinamiento? La segunda cuestión se centra en las personas que hacen deporte regularmente: ¿qué variables están asociadas a los cambios en la frecuencia de práctica durante el confinamiento de este colectivo? La última cuestión se refiere a las personas que han estado activas durante el confinamiento: ¿qué factores están asociados a los cambios en los hábitos deportivos de estas personas al finalizar el confinamiento? Nuestras estimaciones presentan algunos resultados interesantes. En relación a la primera pregunta, estimamos de forma independiente la probabilidad de realizar deporte y la frecuencia de práctica, tanto de forma regular como en el período de confinamiento, y el resultado más llamativo es que algunas variables sociodemográficas, como el género o la situación laboral en el caso de la participación deportiva, o la educación y la situación laboral en el caso de la frecuencia de práctica, dejan de ser relevantes para explicar el comportamiento durante el confinamiento. Por tanto, parece que las diferencias en la práctica deportiva por grupos sociodemográficos se atenuaron

en ese período, quizás porque se redujo la heterogeneidad individual en los usos del tiempo, dadas las restricciones de movilidad en vigor. En relación a la segunda pregunta, estimamos un logit multinomial comparando la frecuencia de práctica entre los que hacen deporte de forma regular, y encontramos que tanto las mujeres como las personas con elevado nivel educativo tenían mayor probabilidad de haber incrementado la frecuencia deportiva durante el confinamiento. Por último, también analizamos mediante un logit multinomial los cambios en hábitos deportivos tras el confinamiento de las personas que hicieron deporte en dicho período y obtuvimos que las mujeres tendieron a reducir su actividad deportiva. En resumen, uno de los resultados más llamativos es el relativo a las diferencias de género. Mientras que la probabilidad de hacer deporte de forma regular es menor para las mujeres, durante el confinamiento no se observan diferencias significativas respecto a los hombres, ni en la probabilidad de hacer deporte ni en la frecuencia de práctica. Aún más, entre las personas que hacen deporte regularmente, las mujeres parece que aumentaron su frecuencia de práctica durante el confinamiento, para luego reajustar su comportamiento tras dicho período, reduciendo su actividad deportiva. Aunque parece que hemos dejado atrás las etapas más duras de la pandemia y el gobierno español ha relajado recientemente la estrategia de control de la COVID-19, centrando la vigilancia en las personas más vulnerables a la enfermedad, estos resultados pueden ser de utilidad en el diseño de medidas de fomento de la actividad física y el deporte tras el confinamiento o en el (esperemos que improbable) caso de que los gobiernos tuviesen que restringir de nuevo la movilidad y los contactos sociales de la población. Por supuesto, quedan temas interesantes por analizar. Por ejemplo, cabe preguntarse hasta qué punto aquellos que aumentaron la práctica deportiva durante el confinamiento consiguieron compensar la caída de la actividad física en otras actividades, tales como desplazamientos o trabajo. Por otra parte, el tipo de deportes practicados antes de la pandemia podría explicar, al menos en parte, las distintas pautas de comportamiento observadas durante el confinamiento y, a su vez, las restricciones impuestas en el confinamiento y los cambios en hábitos durante ese período han podido alterar el tipo de deportes realizados posteriormente. Otra cuestión relevante es conocer hasta qué punto los cambios en los hábitos deportivos tendrán un carácter temporal o se consolidarán en el tiempo. En definitiva, el estudio de los efectos de la pandemia sobre la práctica deportiva es un campo de investigación que está en su fase inicial y en el que aún hay muchas vertientes por explorar. María José Suárez Fernández Universidad de Oviedo

Link to Original article: <https://www.seed-deporte.es/noticias/covid-19-y-habitos-deportivos?elem=295519>