



PROYECTO I+D+i NECESIDADES, BARRERAS E INNOVACIONES EN LA OFERTA DEPORTIVA A LAS MUJERES ADULTAS EN ESPAÑA: INFORME PARA PROFESIONALES Y ORGANIZACIONES DEPORTIVAS

DIRECCIÓN



FINANCIACIÓN



PARTICIPAN



COLABORAN



PROYECTO I+D+i NECESIDADES, BARRERAS E INNOVACIONES EN LA OFERTA DEPORTIVA A LAS MUJERES ADULTAS EN ESPAÑA:
INFORME PARA PROFESIONALES Y ORGANIZACIONES DEPORTIVAS

DIRECCIÓN: María Martín.

EQUIPO INVESTIGADOR: Jesús Martínez del Castillo, Kari Fasting, Maribel Barriopedro, José Emilio Jiménez-Beatty, Antonio Rivero, Cristina López de Subijana, David Moscoso, Laura Vargas, Natalia Pedrajas, Silvia Ferro, Gabriel Dorado, Elena Vives.

COLABORAN: Milagros Díaz, Lidia Pérez, José Antonio Sevilla y Manel Valcarcel.

COORDINACIÓN EDITORIAL Y DISEÑO: Miguel Sánchez-Moñita y Lucía Moreno Diz.

EDITA: Grupo de Investigación Psico-social y técnicas aplicadas a la Actividad Física y el Deporte - Universidad Politécnica de Madrid

MADRID/ DICIEMBRE DE 2014

ISBN-10: 84-697-2005-8

ISBN-13: 978-84-697-2005-9

ÍNDICE

0. PRESENTACIÓN/4
1. ¿POR QUÉ INVESTIGAR Y APOSTAR POR LAS MUJERES ADULTAS?/6
2. OBJETIVOS Y METODOLOGÍA/8
2.1. OBJETIVOS
2.2. METODOLOGÍA
3. NECESIDADES ATENDIDAS Y NO ATENDIDAS DE EJERCICIO FÍSICO Y DEPORTE EN PERSONAS ADULTAS/10
3.1. DISTRIBUCIÓN SEGÚN TIPO DE DEMANDA/11
3.2. ACTIVIDADES PRACTICADAS Y SOLICITADAS/12
3.3. MODO DE ORGANIZACIÓN UTILIZADO Y SOLICITADO/15
3.4. ESPACIO DE PRÁCTICA UTILIZADO Y SOLICITADO/18
3.5. GASTO MENSUAL EFECTUADO Y DISPONIBLE/20
3.6. MODO DE DESPLAZAMIENTO UTILIZADO Y SOLICITADO/21
4. BARRERAS PARA LA PRÁCTICA E INNOVACIONES EN LA OFERTA DEPORTIVA A LAS PERSONAS ADULTAS/
4.1. BARRERAS PARA LA PRÁCTICA DEPORTIVA DE LA DEMANDA LATENTE, PERSONAS QUE NO PRACTICAN PERO DESEAN HACERLO/24
5. OPINIÓN DE PROFESIONALES Y EJEMPLOS DE BUENAS PRÁCTICAS/28
6. BIBLIOGRAFÍA/36



PRESENTACIÓN

“Esta investigación describe a los profesionales una realidad con la que habitualmente conviven pero que tiende a pasar muy desapercibida”

Luis Miguel Ruiz Pérez, Gestor del Área de Ciencias del Deporte del Plan Nacional I+D+i.



María Martín

Directora del Proyecto I+D+i
Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
(INEF) de la Universidad Politécnica de Madrid

PRESENTACIÓN

El presente informe recoge los principales resultados del **Proyecto del Plan Nacional I+D+i DEP2010-19801 Investigación social de las necesidades, barreras e innovaciones en la oferta deportiva a las mujeres adultas en España.**

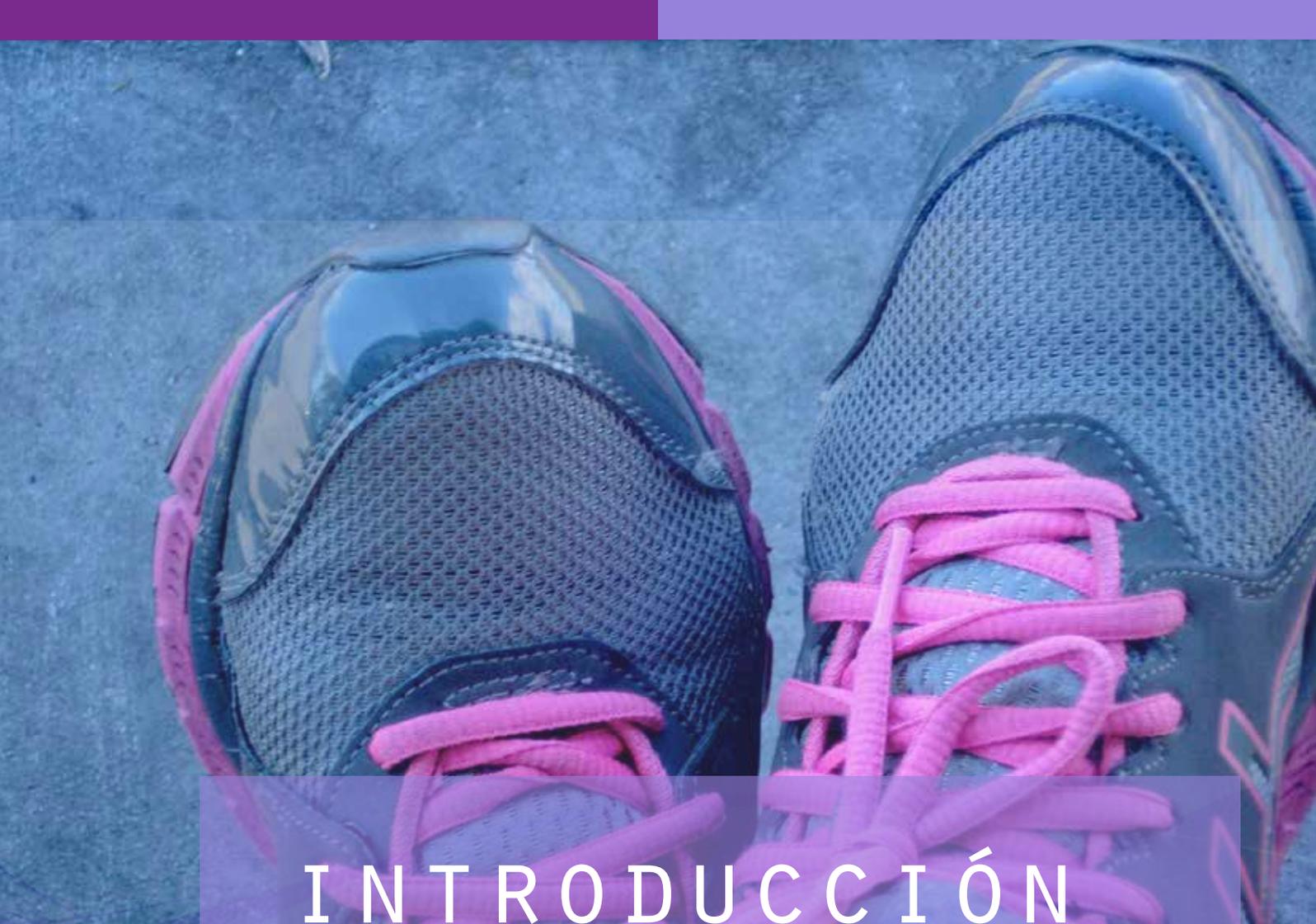
Este proyecto tiene como objetivo generar el conocimiento necesario para que las organizaciones deportivas españolas incorporen las innovaciones oportunas para impulsar la práctica deportiva en las personas adultas, con especial atención a las mujeres, contribuyendo con ello a aumentar el número personas adultas usuarias y clientas de servicios deportivos, mejorar la igualdad en el deporte e impulsar la igualdad en la sociedad a través del deporte.

Este Proyecto I+D+i ha sido financiado por el Ministerio de Economía y Competitividad-Ministerio de Ciencia e Innovación, cuenta con la participación de los Programas Mujer y Deporte del Consejo Superior de Deportes y la Comisión Mujer y Deporte del Comité Olímpico Español, y ha sido desarrollado por un equipo de investigadores de la Universidad Politécnica de Madrid, Universidad de Alcalá de Henares, Universidad Pablo de Olavide de Sevilla, Universidad de Oslo y Universidad de Montpellier. Han co-dirigido las diferentes acciones de este equipo investigador multidisciplinar Jesús Martínez del Castillo, en el área de Organización Deportiva, Kari Fasting, referente internacional en la investigación sobre Mujer y Deporte, y Maribel Barriopedro, en el tratamiento estadístico de los datos.

A través de este estudio se pretendía escuchar las necesidades de la población adulta española, con especial atención a las mujeres. Para ello se realizó una encuesta en una muestra representativa de la población adulta española. Al tratarse de una investigación aplicada, se consideró importante que, posteriormente, diferentes profesionales de la actividad física y el deporte valorasen la viabilidad e interés de estas demandas. Es por ello, que este informe recoge los principales resultados

junto a las valoraciones e ideas aportadas por profesionales en algunos de los diversos foros donde han sido presentados, como la 6ª IWG World Conference on Women and Sport 2014, la World Association of Sport Management Conference 2014 o las Jornadas Nacionales Mujer y Deporte I+D+i 2014.

Una de las principales conclusiones del estudio es que las mujeres adultas son un interesante grupo a considerar por las organizaciones y profesionales del deporte en el actual momento de crisis económica, ya que ellas son las principales clientas y usuarias de servicios deportivos. La práctica aumenta entre las personas adultas, elemento positivo que, a largo plazo, puede impulsar la práctica en la infancia y la vejez. La práctica autónoma al aire libre es mayoritaria en ambos sexos. Las mujeres constituyen una mercado a considerar por las organizaciones deportivas, ya que ellas en mayor medida practican y les gustaría practicar bajo dirección profesional una actividad fitness-wellness que cueste entre 19 y 30 € en una instalación deportiva a la que puedan llegar caminando. El sector privado comercial es el más utilizado por las mujeres practicantes. En torno a 3 de cada 10 mujeres no practica pero desearía hacerlo; la mitad de ellas una actividad organizada en una instalación deportiva municipal. Gran parte de estas mujeres tienen un empleo e hijos menores. La incapacidad de generar tiempo para la práctica deportiva debido al cuidado de sus hijos e hijas, el empleo o los horarios incompatibles, junto a otros factores como el precio y déficits en la oferta deportiva aparecen entre las barreras más mencionadas por estas mujeres. Las innovaciones demandadas fueron la oferta coordinada de programas de adultos y menores (diferentes actividades en el mismo horario e instalación, programas en familia), la incorporación de ludotecas o el desarrollo de programas en de ejercicio físico en el trabajo.



INTRODUCCIÓN

“En el actual momento de crisis económica apostar por las mujeres adultas es bueno para las mujeres, para las organizaciones deportivas, para las generaciones futuras y para la sociedad española”

María Martín Directora del Proyecto I+D+i

1. ¿POR QUÉ INVESTIGAR Y APOSTAR POR LAS MUJERES ADULTAS?

Los cambios demográficos, económicos y sociales pueden modificar el mercado de servicios deportivos en España (Martínez del Castillo et al., 1992): Importante **incremento de la población adulta** -1 de cada 3 personas en España (INE-IM, 2014)- unido a algunos de los **efectos de la crisis económica**, como el incremento del desempleo y el empleo precario, la reducción de ingresos y el consumo (Laparra y Pérez Eransus, 2012), sugieren la conveniencia de realizar investigaciones que tengan como objetivo valorar las repercusiones de estos cambios en el sistema deportivo español.

Hay escasez de estudios sobre mujeres adultas: Es una **población muy numerosa** que se sitúa en uno de los dos momentos claves del abandono deportivo de las mujeres: la primera **maternidad** y la incorporación al **mercado laboral** (Moscoso et al., 2008; García Ferrando y Llopis, 2011)

Para impulsar práctica deportiva en la infancia y juventud hay que intentar que cada vez más padres y madres practiquen deporte: En la actualidad, la principal variable predictora de la práctica deportiva es haber tenido padres y madres practicantes (García Ferrando y Llopis, 2011). El incremento de la obesidad infantil y el sedentarismo juvenil animan a impulsar estrategias que tengan en consideración a los principales **agentes sociales que tienen verdadera influencia** en la adquisición de un estilo de vida físicamente activo: familia, escuela y medios de comunicación (Moscoso et al., 2013)

Para reducir los efectos del sedentarismo sobre la salud, la calidad de vida y el gasto sanitario: Es importante que este grupo tan numeroso incorpore la práctica regular de actividad física a sus estilos de vida, principalmente en el caso de las mujeres. **La práctica en la edad adulta incrementa posibilidades de practicar en la vejez** (Martínez del Castillo et al., 2010), este elemento es clave en una sociedad envejecida como la española, ya que las mujeres tienen una mayor expectativa de vida y prevalencia de enfermedades. Existe una amplia evidencia científica de que las personas físicamente activas poseen niveles más altos de salud física y menores tasas de enfermedades crónicas (USDHHS, 2008). En España, recién-

temente ha sido puesto de manifiesto cómo las personas que practican deporte informan de una **mejor salud y un mayor bienestar** y que, además, **perciben su vida en términos más positivos**; que el deporte es el tipo de actividad física que más contribuye en la mejora de esa percepción y que, junto con la edad, la situación laboral y de convivencia, el deporte es una de las cuatro variables que más influyen sobre la percepción de la calidad de vida de la población adulta en España (Moscoso et al., 2008).

Para conocer las razones por las que, en **España, aumenta la práctica deportiva autónoma y disminuye la organizada:** Los datos proporcionados por última Encuesta de hábitos deportivos en España 2010 del CIS-CSD y el Eurobarómetro 2014 (EC, 2014) señalan que cada vez más personas practican ejercicio físico y/o deporte en España. Sin embargo, García Ferrando y Llopis (2011) indican que la práctica deportiva autónoma ha ido en aumento mientras que disminuye la práctica organizada. Esta tendencia, que constituye un importante cambio en el mercado español de servicios deportivos, ya fue presentándose desde 1990, aunque se ha potenciado en el periodo 2005-2010.

Porque existen **dos culturas deportivas diferentes, la femenina y la masculina, en un sistema deportivo patriarcal:** En España (Puig y Soler, 2004) y en la Unión Europea (EC, 2011) niñas y niños, mujeres y hombres practican diferentes actividades, con diferentes motivaciones y se organizan de manera diferente. Las mujeres principalmente optan por un modelo de práctica wellness orientado a la mejora de la salud y el bienestar; el sector privado-comercial responde en mayor medida que el público a las necesidades y condiciones de vida de estas mujeres, lo que constituye una **desigualdad en el acceso a la práctica deportiva** ya que solo es accesible a mujeres que puedan efectuar este gasto. Kari Fasting et al. (2014) explican que las características, orientaciones y acciones del sistema deportivo están centradas en los hombres, por lo que ignoran en muchos casos los diferentes intereses y condiciones de vida de las mujeres.



OBJETIVOS Y METODOLOGÍA

Foto: Juan EDC. cc

“Sabemos poco sobre un numeroso e interesante grupo: las mujeres adultas. Si el deporte quiere contar con ellas tiene que conocer mejor sus necesidades y barreras”

Kari Fasting, EU Conference Gender Equality in Sport:
Proposal for Strategic Actions 2014-2020

2. OBJETIVOS Y METODOLOGÍA DEL PROYECTO I+D+i NECESIDADES, BARRERAS E INNOVACIONES EN LA OFERTA DEPORTIVA A LAS MUJERES ADULTAS EN ESPAÑA

2.1. OBJETIVOS

El objetivo general del Proyecto I+D+i es generar y divulgar el conocimiento científico y técnico necesario para que las organizaciones deportivas españolas incorporen las innovaciones oportunas para impulsar la práctica deportiva en las personas adultas, con especial atención a las mujeres, contribuyendo con ello a impulsar la práctica deportiva, incrementar usuarias y clientas de servicios deportivos, mejorar la igualdad en el deporte e impulsar la igualdad en la sociedad a través del deporte.

Para ello, incorporando una perspectiva de género, se fijaron los siguientes objetivos específicos:

1. Conocer las necesidades atendidas de ejercicio físico y deporte
2. Conocer las necesidades no atendidas de ejercicio físico y deporte
3. Conocer las barreras para la práctica de ejercicio físico y deporte
4. Conocer las innovaciones organizativas para impulsar la práctica de ejercicio físico y deporte

2.2. METODOLOGÍA

Cuantitativa descriptiva: Encuesta dirigida a la población adulta entre 30 y 64 años residente en España

Ambito: Nacional

Universo: Población adulta entre 30 y 64 años residente en España

Procedimiento de encuestación: Aplicación de cuestionario escrito mediante entrevista personal estructurada cara a cara, en el domicilio habitual de la persona adulta.

Diseño muestral: El objetivo de la muestra fue obtener una buena representatividad de la población española entre 30 y 64 años. El tipo de muestreo fue probabilístico, de tipo polietápico, siendo las unidades de primera etapa los municipios en que residían habitualmente las personas adultas. La afijación de la muestra fue proporcional a la distribución de las personas adultas según tamaño demográfico de los municipios y según sexo. El tamaño de la muestra final ha sido de 3.463 personas, 1.732 hombres (edad media 46.6 ± 9.7) y 1731 mujeres (edad media 44.5 ± 9.6).

Error muestral: El margen de error de muestreo fue de $\pm 1.7\%$ para la muestra general

Tamaño Muestral: 3.463 entrevistas

Trabajo de campo y tratamiento estadístico de resultados: El trabajo de campo se desarrolló durante los meses de Octubre a febrero de 2012 y de octubre a diciembre de 2013(*). El análisis estadístico estuvo coordinado por la Dra. Maribel Barriopedro del Grupo de Investigación Psico-Social de la Actividad Física y del Deporte FCCAFyD (INEF) UPM.

(*El trabajo de Campo fue posterior a la subida del IVA que gravó algunos servicios deportivos.



Foto: IMD Segovia

NECESIDADES

“Las mujeres son las principales usuarias y clientas de servicios deportivos. Practican más en organizaciones privadas y solicitan más actividades fitness-wellness municipales, en instalaciones deportivas próximas a precios económicos”

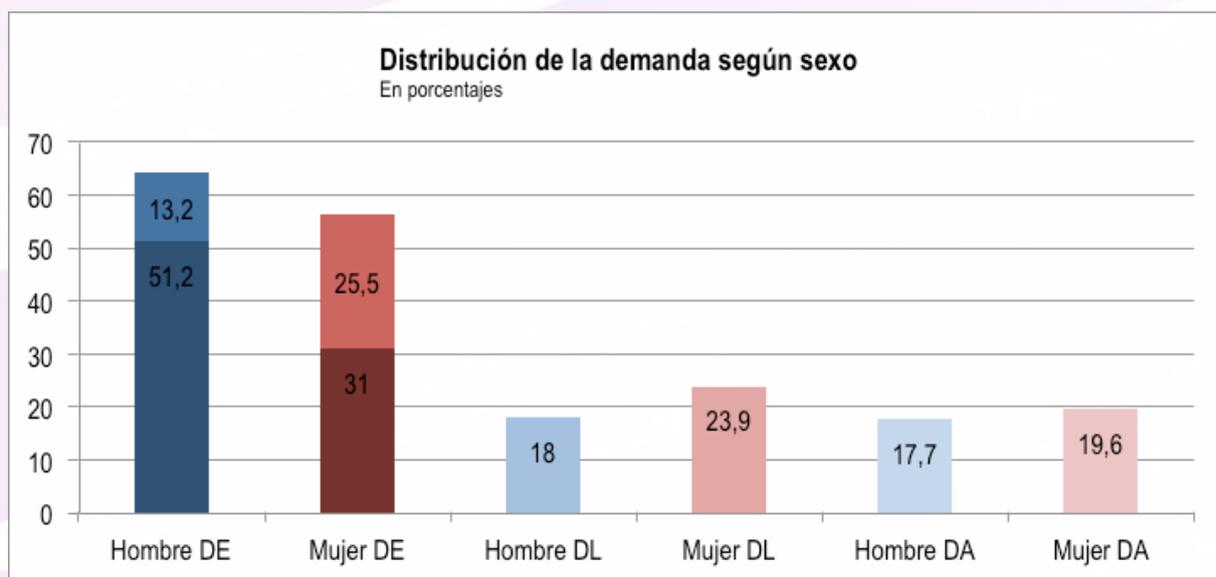
Jesús Martínez del Castillo, Catedrático del Master Oficial en Dirección de Organizaciones e Instalaciones Deportivas UPM-UAH-UL

3. NECESIDADES ATENDIDAS Y NO ATENDIDAS DE EJERCICIO FÍSICO Y DEPORTE EN PERSONAS ADULTAS

3.1. DISTRIBUCIÓN SEGÚN TIPO DE DEMANDA

Los resultados ponen de manifiesto, al igual que otros estudios españoles (CIS-CSD, 2010) y europeos (EC, 2014), que cada vez son más las personas adultas que hacen ejercicio o practican deporte en España. Los análisis estadísticos evidenciaron diferencias significativas entre mujeres y hombres en el tipo de demanda. Más hombres (51.2%) que mujeres (31%) practican algún tipo de ejercicio físico o deporte diferente de caminar. **Los hombres se sitúan por encima de la media de prác-**

tica de la población europea (media población hombres europeos: 40%), mientras que **las mujeres se sitúan por debajo** (34.8%) (EC, 2014). Para más **mujeres** (25.5%) que hombres (13.2%) **caminar es su principal actividad** para hacer ejercicio físico. Son **más las mujeres** (23%) que hombres (18%) que **no practican pero desean hacerlo** y, también, más mujeres (19.6%) que hombres (17.7%) **no practican ni desean hacerlo**.



- Demanda Establecida A: Personas que practican algún tipo de ejercicio físico o deporte diferente de caminar
- Demanda Establecida B: Personas que caminan para hacer ejercicio físico
- Demanda Latente: Personas que no practican pero les gustaría practicar
- Demanda Ausente: Personas que no practican ni están interesadas en practicar

DISTRIBUCIÓN DE LA MUESTRA SEGÚN TIPO DE DEMANDA Y SEXO

En porcentaje

	Demanda Establecida A F-deportivas. (n=1.422)	Demanda Establecida Caminar (n=669)	Demanda Latente (n=726)	Demanda Ausente (n=646)
Hombres (n=1.732)	51.2	13.2	18	17.7
Mujeres (n=1.731)	31	25.5	23.9	19.6
Total (n=3.463)	41.1	19.3	21	18.7

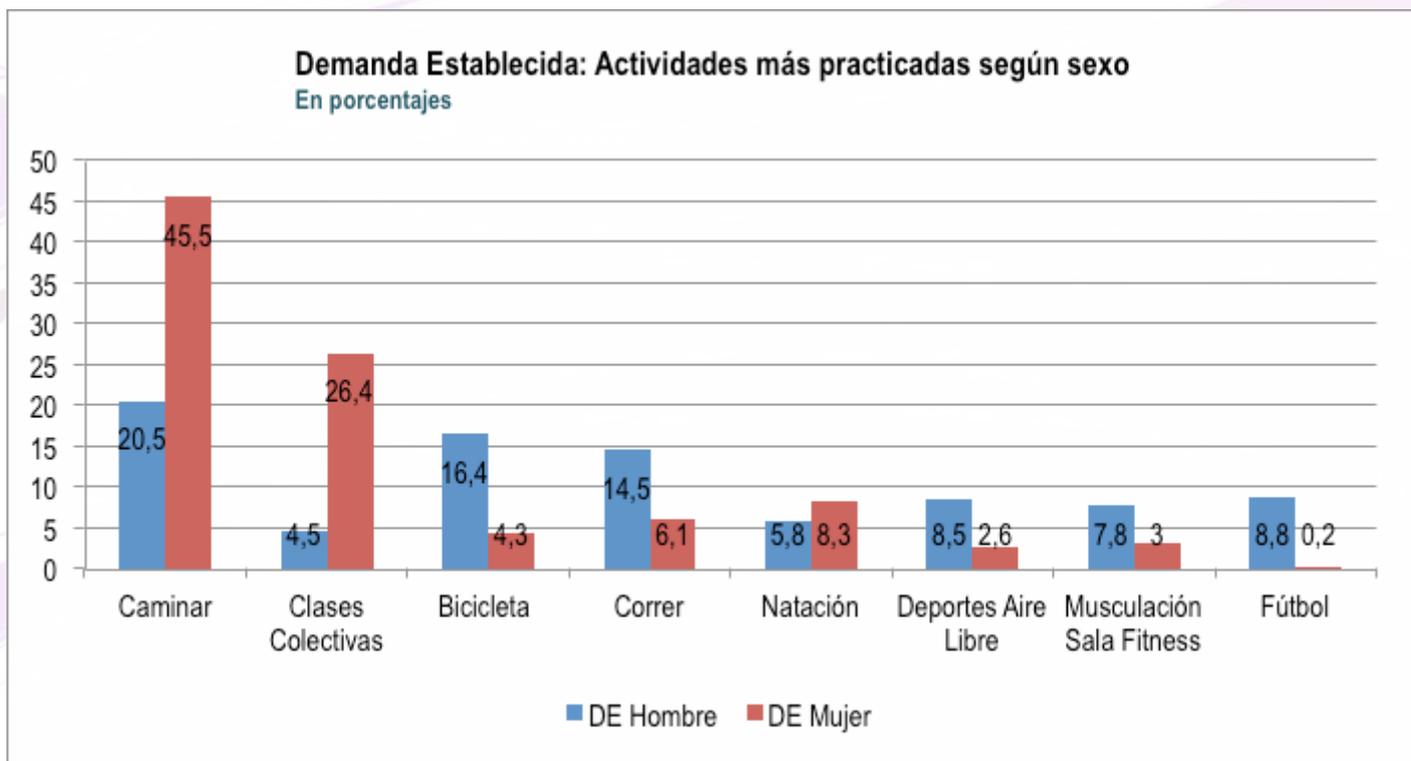


3.2. ACTIVIDADES PRACTICADAS Y SOLICITADAS

Caminar es la actividad más practicada por la Demanda Establecida. Después, ellas eligen las clases colectivas y ellos diversas actividades autónomas al aire libre

Hay diferencias estadísticamente significativas entre mujeres y hombres. Para ambos sexos la actividad más practicada es caminar, aunque ellas lo hacen en mayor medida que los hombres. Las actividades más practicadas por ellos son bicicleta, correr, fútbol, deportes al aire libre y musculación. La natación aparece como un espacio de práctica compartido por ambos sexos, ya que no hay diferencias significativas de

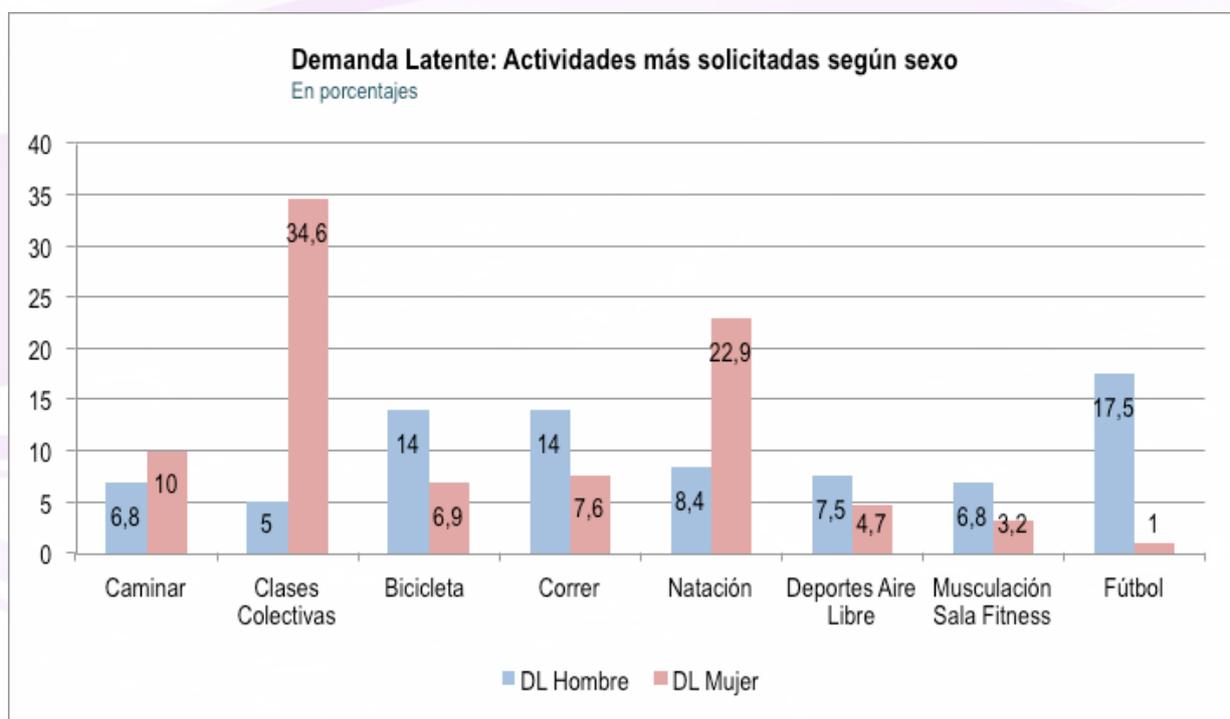
género en esta actividad. Ellas participan en mayor medida en clases colectivas o actividades dirigidas. Un 26% de las mujeres practica algún tipo de clase colectiva o actividad dirigida, como gimnasias de mantenimiento tradicionales y nuevos programas de ejercicio de la industria del fitness (12.2%), actividades cuerpo-mente (8.3%), principalmente pilates y yoga, actividades fitness con música (7.3%), entre las que se encuentran diferentes modalidades de aeróbicos sin (aeróbico, bodycombat, zumba...) y con equipamiento (ciclo indoor), y diversas modalidades de danza (2.2%).



A 5 de cada 10 mujeres de la Demanda Latente les gustaría realizar clases colectivas y actividades en el medio acuático, mientras que los hombres solicitan principalmente jugar al fútbol, carrera y ciclismo

El 34% de las mujeres desearía practicar algún tipo de clase colectiva y el 23% actividades en el medio acuático, mientras que los hombres principalmente desearían jugar al fútbol (17.5%),

correr (14%) y montar en bicicleta (14%). Además de en estos grupos de actividades, hay otras diferencias de género estadísticamente significativas: las actividades al aire libre, musculación, baloncesto, actividades de combate y pádel son más demandadas por los hombres. En caminar, jugar al tenis y practicar otros deportes tradicionales no hay diferencias significativas de género.



ACTIVIDADES MÁS PRACTICADAS POR DEMANDA ESTABLECIDA SEGÚN SEXO

Actividades	HOMBRE n=709 %	MUJER n=589 %	TOTAL N=1298 %
Caminar	16.8	37.9	26.3
Correr	15.2	7	11.5
Ciclismo	17.2	4.4	11.4
Clases Colectivas Gimnasia de Mantenimiento / Programas <i>Fitness</i>	2.8	12.2	7.1
Clases Colectivas Cuerpo-Mente (Pilates-Yoga)	0.3	8.1	3.9
Clases Colectivas Fitness con música (Aeróbicos-Ciclo Indoor)	0.8	7.3	3.8
Clases Colectivas Danza	0.1	2.2	1.1
Natación y Actividades en medio acuático	7.5	12.2	9.6
Fútbol y variantes	11.4	0.3	6.4
Musculación y Sala Fitness	5.8	0.5	3.4
Pádel	3.4	1.5	2.5
Otros Deportes de Raqueta (Tenis, ádminton...)	2.7	0.8	1.8
Otros Deportes de Balón (Baloncesto, Voleibol...)	2.5	1	1.8
AFD Aire Libre: Senderismo	2.4	1.2	1.8
AFD Aire Libre: Riesgo, montañismo y escalada	2.3	0.2	1.3
AFD de Combate (Judo, kárate, boxeo, lucha...)	2	0.8	1.5
AFD Aire Libre: Deslizamiento en agua y tierra (Patinaje, Surf...)	0.4	0.5	0.5
AFD Aire Libre: Deslizamiento en nieve (Esquí, Snowboard...)	0.4	0.5	0.5

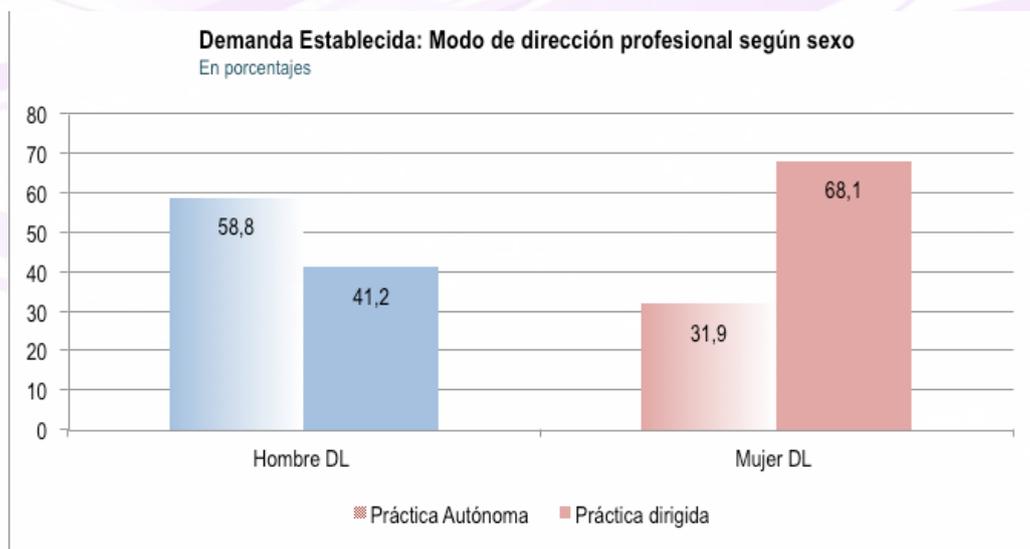
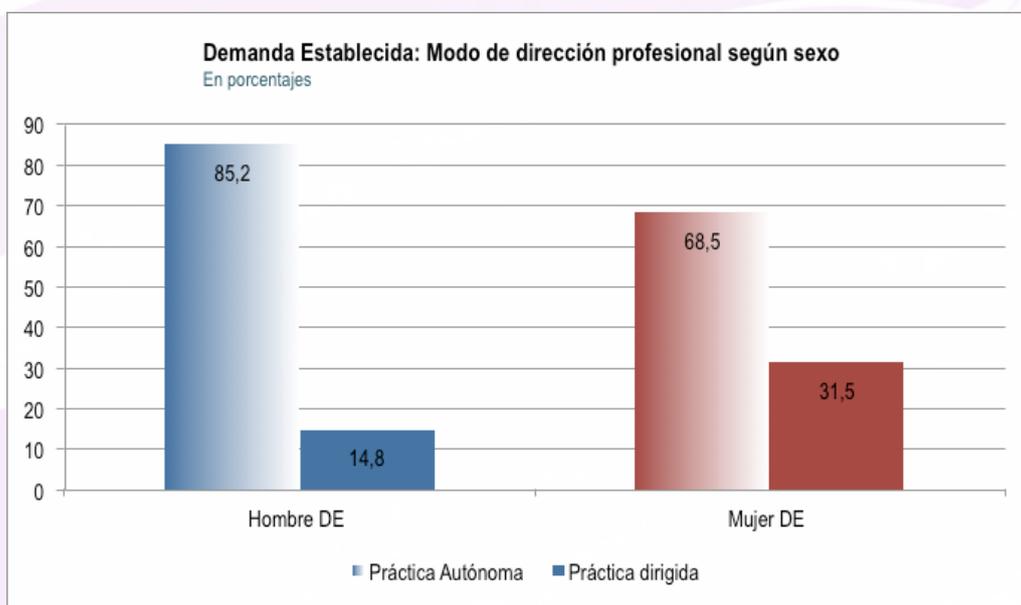
ACTIVIDADES MÁS SOLICITADAS POR DEMANDA LATENTE SEGÚN SEXO

Actividades	HOMBRE n=308 %	MUJER n=407 %	TOTAL n=715 %
Clases colectivas <i>Fitness-Wellness-Danza</i>	3.2	34.6	21.1
Natación y AFD medio acuático	8.4	22.9	16.6
Correr	14	7.6	10.3
Ciclismo	14.3	6.9	10.1
Caminar	6.8	10.3	8.8
Fútbol y variantes	17.5	1	8.1
AFD Aire libre: Senderismo, montaña, riesgo y escalada	7.5	4.7	5.9
Musculación y Sala <i>Fitness</i>	6.8	3.2	4.8
Otros Deportes tradicionales	5.2	3.4	4.2
Baloncesto y variantes	4.9	1.5	2.9
Tenis	3.2	1.7	2.4
AFD Combate	3.6	1.2	2.2
Pádel	3.2	1	2
Otros	1.3	0	0.6
AFD Aire Libre: Riesgo, montañismo y escalada	2.3	0.2	1.3
AFD de Combate (Judo, kárate, boxeo, lucha...)	2	0.8	1.5
AFD Aire Libre: Deslizamiento en agua y tierra (Patinaje, Surf...)	0.4	0.5	0.5
AFD Aire Libre: Deslizamiento en nieve (Esquí, Snowboard...)	0.4	0.5	0.5

3.3. MODO DE ORGANIZACIÓN UTILIZADO Y SOLICITADO

Aunque las mujeres hacen menos ejercicio o deporte, **ellas practican y desearían practicar en mayor medida bajo dirección profesional**, por lo que son un grupo a considerar por las organizaciones y profesionales del deporte. Aunque la práctica autónoma al aire libre es mayoritaria en ambos sexos

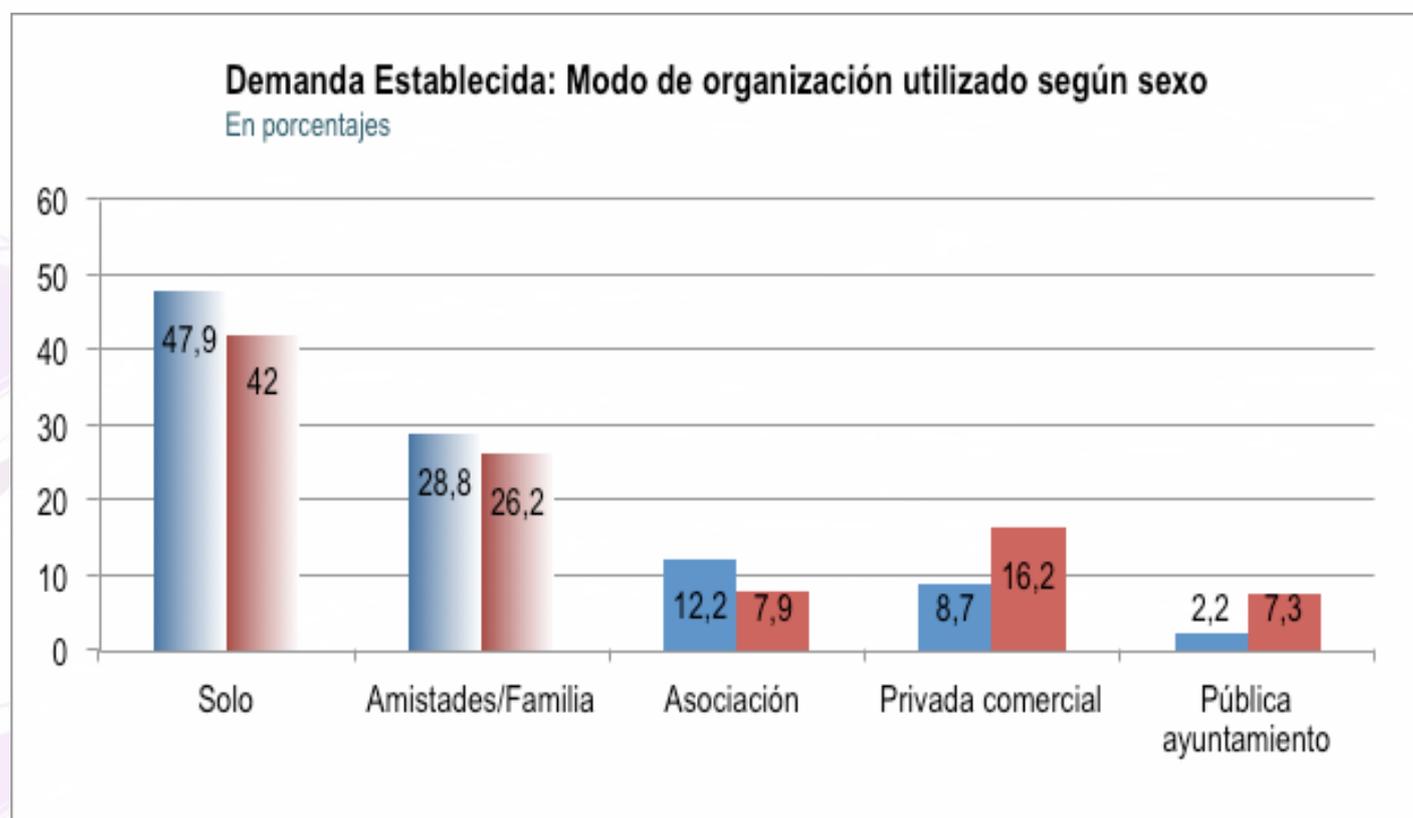
cada 10 hombres y 7 de cada 10 mujeres- hay diferencias de género. Las mujeres practican más bajo dirección profesional y 7 de cada 10 mujeres que no practican, pero desearían hacerlo, querrían realizar alguna actividad bajo dirección profesional.





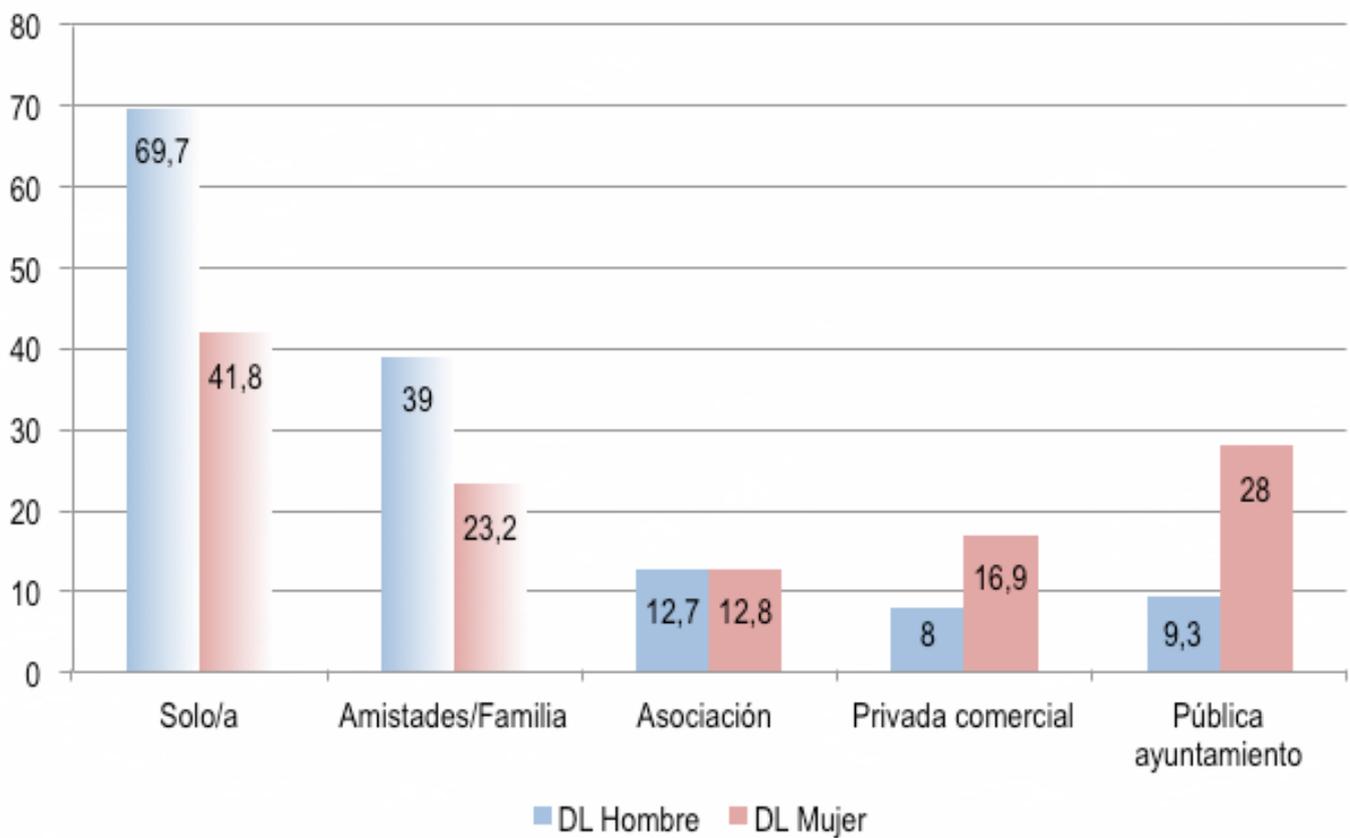
Aunque la práctica en solitario es mayoritaria en ambos sexos -caminando, corriendo o montando en bici-, hay diferencias de género en el modo de organización. Las mujeres practican y solicitan más actividades organizadas. Las **organizaciones privado-comerciales** siguen siendo **las más utilizadas por**

las mujeres pero las más solicitadas son las municipales. Por el contrario los hombres practican más en solitario y a través de una asociación y les gustaría practicar en solitario o con amistades y familiares



Demanda Latente: Modo de organización solicitado según sexo

En porcentajes



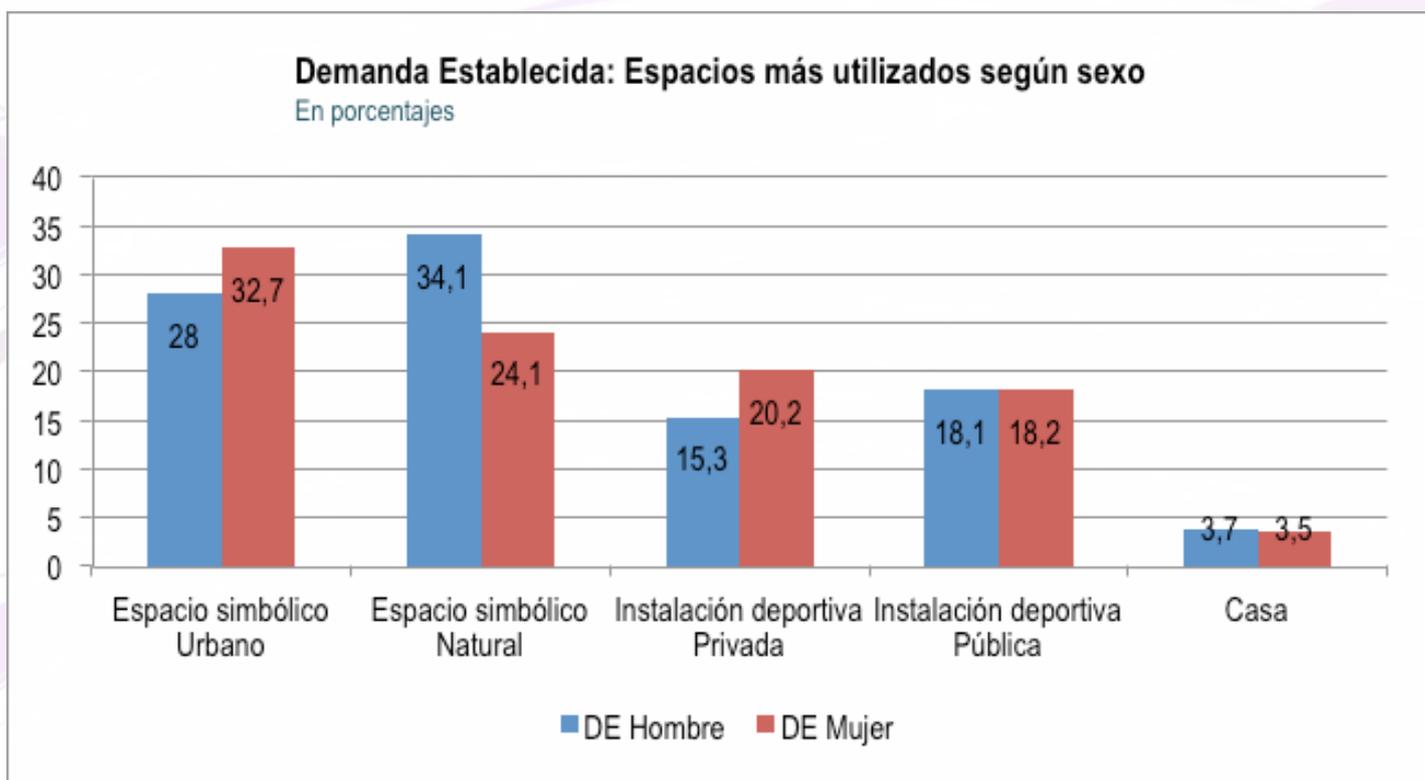


3.4. ESPACIO DE PRÁCTICA UTILIZADO Y SOLICITADO

Los espacios simbólicos al aire libre son los más utilizados para practicar. Las mujeres practican más en instalaciones deportivas privadas pero les gustaría practicar en mayor medida en instalaciones deportivas municipales.

Hay diferencias de género en los espacios deportivos y simbólicos al aire libre. Las mujeres practican más en instalaciones privado-comerciales y espacios urbanos al aire. Ellas solicitan

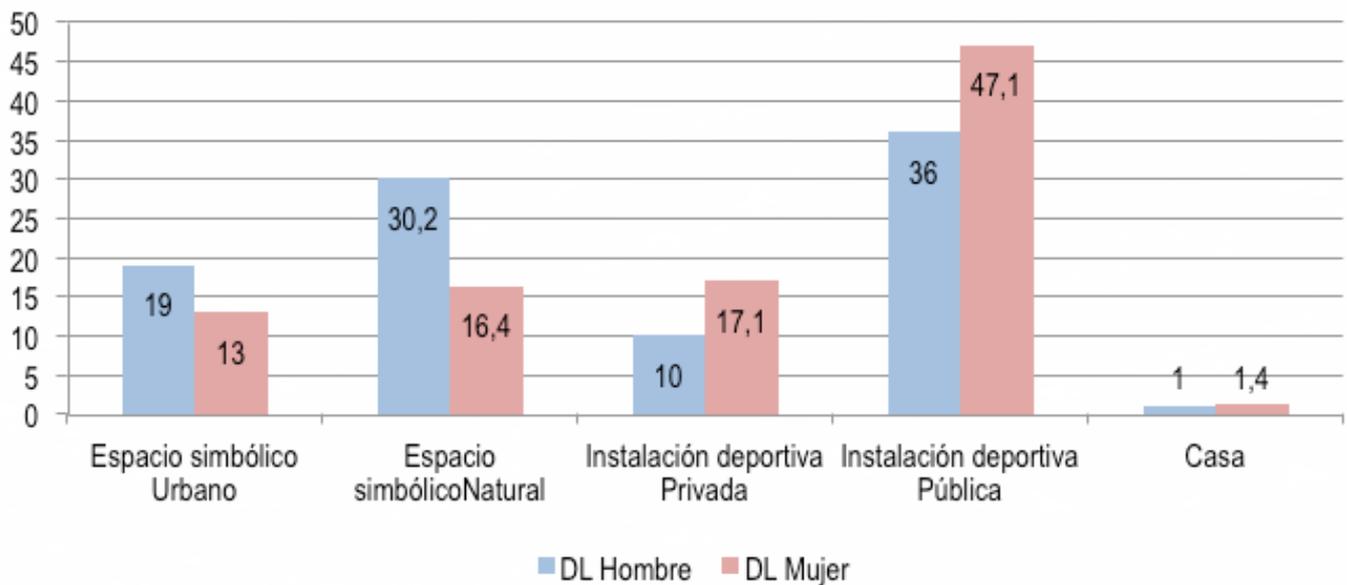
más que los hombres practicar más en instalaciones deportivas, principalmente públicas, ya que 1 de cada 2 mujeres que no practica desearía hacerlo en una instalación deportiva municipal. Los hombres utilizan y solicitan más practicar en los espacios naturales al aire libre y, los no practicantes que desean practicar, solicitan más que las mujeres los espacios urbanos al aire libre.





Demanda Latente: Espacios más solicitados según sexo

En porcentajes



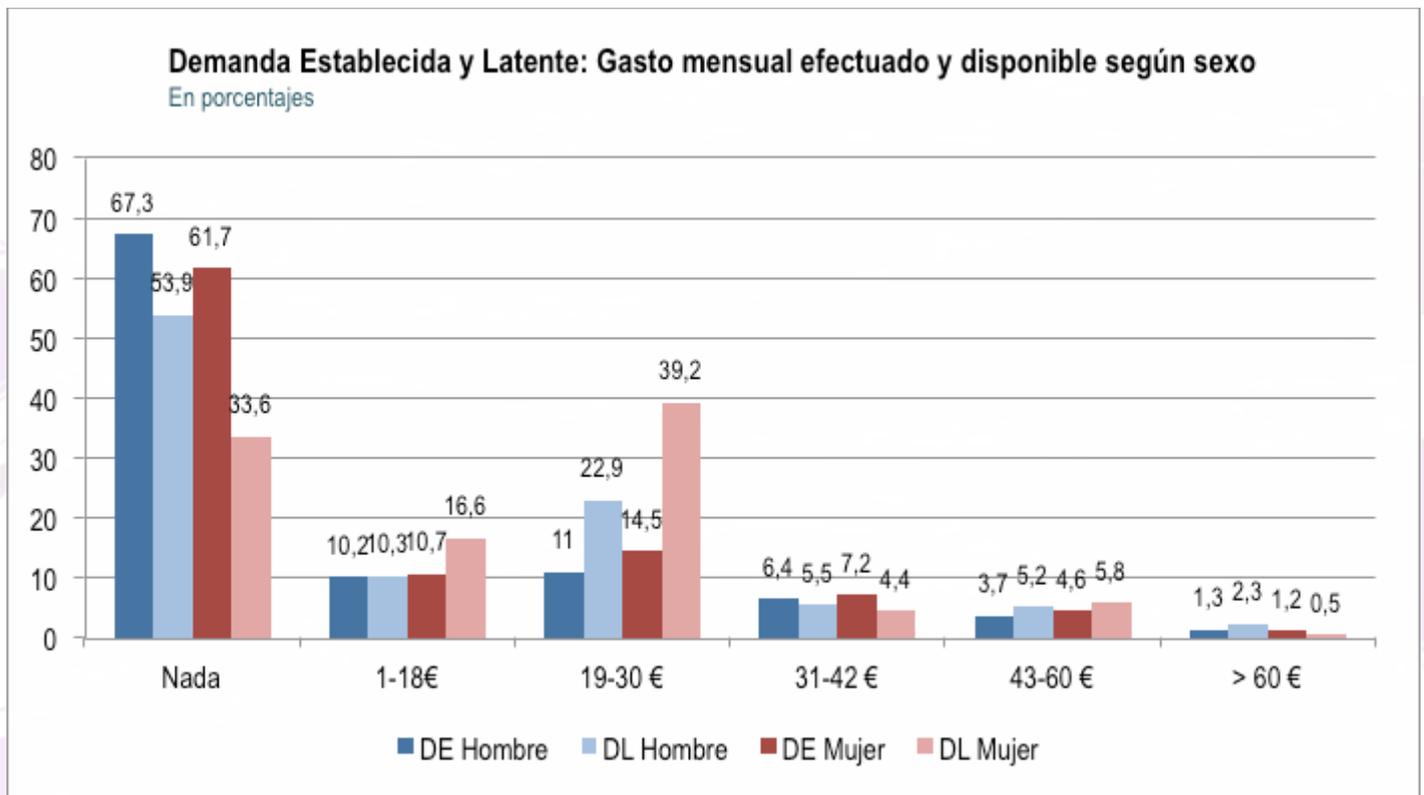


3.5. GASTO MENSUAL EFECTUADO Y DISPONIBLE

Las mujeres gastan y gastarían más que los hombres en la actividad practicada y solicitada

Los análisis estadísticos evidenciaron diferencias significativas entre mujeres y hombres de la Demanda Establecida y Latente-

te. Las mujeres, en promedio, gastan más ($11.36€ \pm 21.3$) que los hombres ($9.52€ \pm 20.5$) en el ejercicio o deporte practicado y, también, las mujeres pagarían más por practicar ($16.08€ \pm 26.1$) que los hombres ($14.1€ \pm 23.9$).

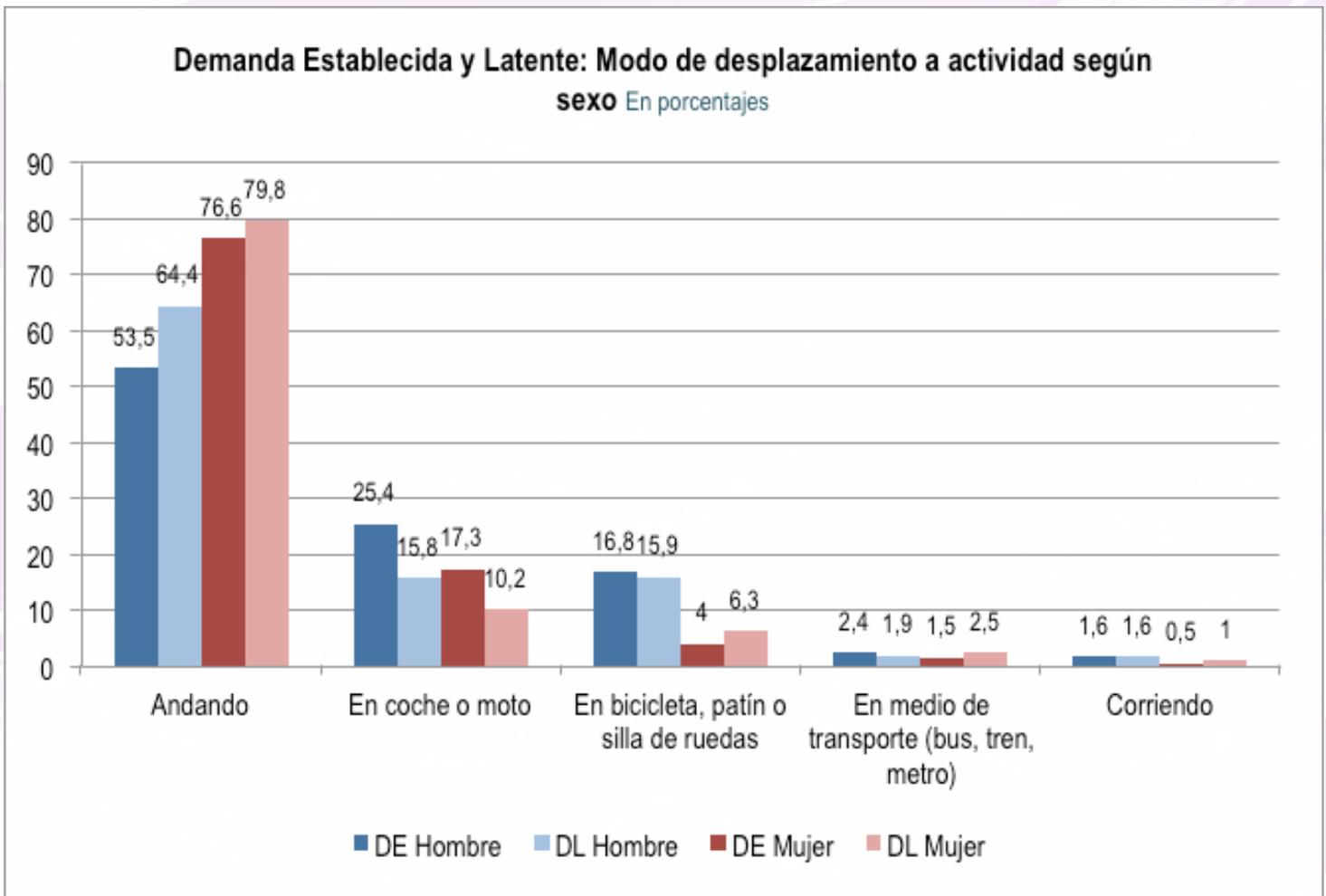


3.6. MODO DE DESPLAZAMIENTO UTILIZADO Y SOLICITADO

La mayoría de las mujeres van y les gustaría llegar caminando al espacio de práctica

Estos resultados ponen de manifiesto la importancia de la proximidad del espacio de práctica. Los análisis estadísticos

evidenciaron diferencias significativas entre mujeres y hombres de la Demanda Establecida y Latente. Ellas van y desearían ir caminando al espacio de práctica en mayor medida que los hombres. Por el contrario, los hombres utilizan y utilizarían más el coche y la bicicleta



A photograph of a woman lying on her back in a grassy field, balancing a young child on her hands. The child is standing on the woman's hands, holding onto her arms. The woman is wearing a purple long-sleeved shirt and dark pants. The child is wearing a blue jacket and dark pants. The background is a blurred field of grass and trees.

BARRERAS E INNOVACIONES

“El grupo más numeroso y con más barreras son las mujeres entre 30 y 44 años, empleadas con hijas/os menores. Las innovaciones más demandadas son ampliar y coordinar la oferta para personas adultas e infancia y programas de actividad física en el trabajo.”

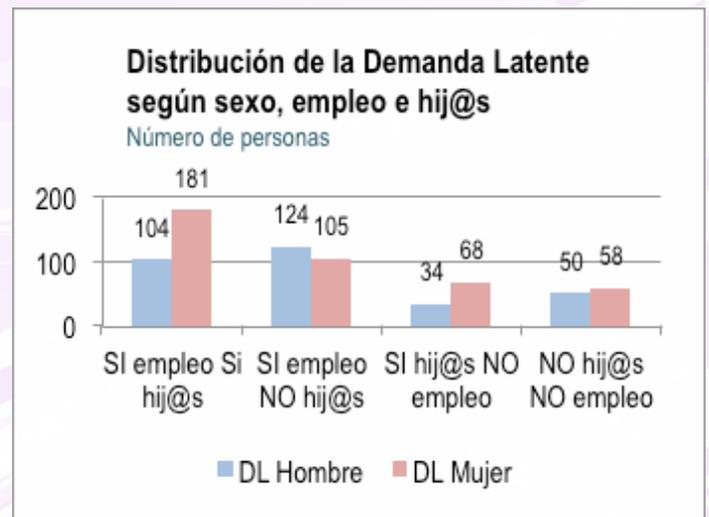
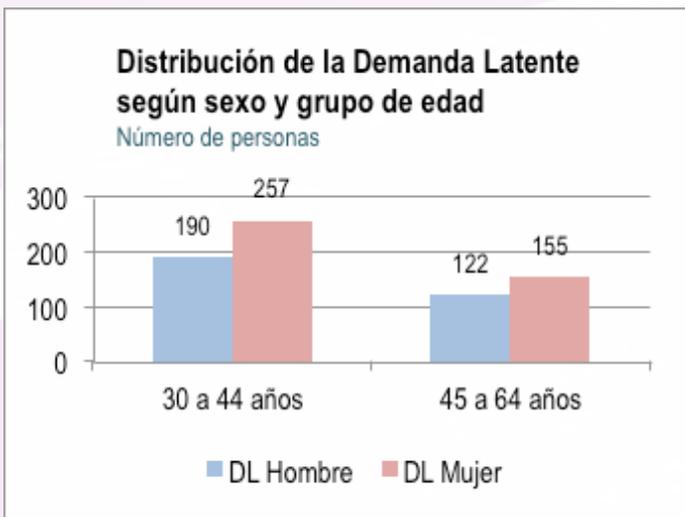
Maribel Barriopedro, Profesora Titular FCCAFyD (INEF) UPM, Responsable del Área de Estadística del Proyecto I+D+i

4. BARRERAS E INNOVACIONES EN LA OFERTA DEPORTIVA DE LAS PERSONAS ADULTAS

4.1. BARRERAS PARA LA PRÁCTICA DEPORTIVA DE LA DEMANDA LATENTE, PERSONAS QUE NO PRACTICAN PERO DESEAN HACERLO.

De la muestra general 412 mujeres y 312 hombres integraron la Demanda Latente ya que, aunque no practicaban deseaban hacerlo. Dentro de este grupo de personas adultas, potenciales usuarias y clientas de servicios deportivos, **el grupo más**

numeroso y que presentaba mayores barreras fueron las mujeres entre 30 y 44 años, muchas de ellas empleadas y con hijos menores.



Para conocer las barreras se elaboró un cuestionario que recogía las principales barreras identificadas en estudios precedentes. Los diversos análisis estadísticos realizados identificaron 12 principales barreras, agrupando éstas de acuerdo a la Teoría bioecológica de Bronfenbrenner. Esta teoría postula que el comportamiento individual está condicionado por una serie de

factores (culturales, ambientales, interpersonales e individuales) que se influyen mutuamente. El cuestionario obtuvo buenos resultados de validez y fiabilidad, mostrando el modelo estructural que las barreras Ocupación-Culturales y Ocupación-Empleo-Tiempo estaban relacionadas

Cuestionario de BARRERAS de las personas adultas para la práctica deportiva

Barreras Oferta deportiva

- ✓ No tengo espacios próximos donde practicar
- ✓ No se donde hacer ejercicio
- ✓ No se oferta la actividad que me gusta
- ✓ Es demasiado caro

Barreras Ocupación-Culturales

- ✓ Tengo que cuidar a mis hij@s
- ✓ Tengo que ocuparme de las tareas del hogar

Barreras Ocupación-Empleo-Tiempo

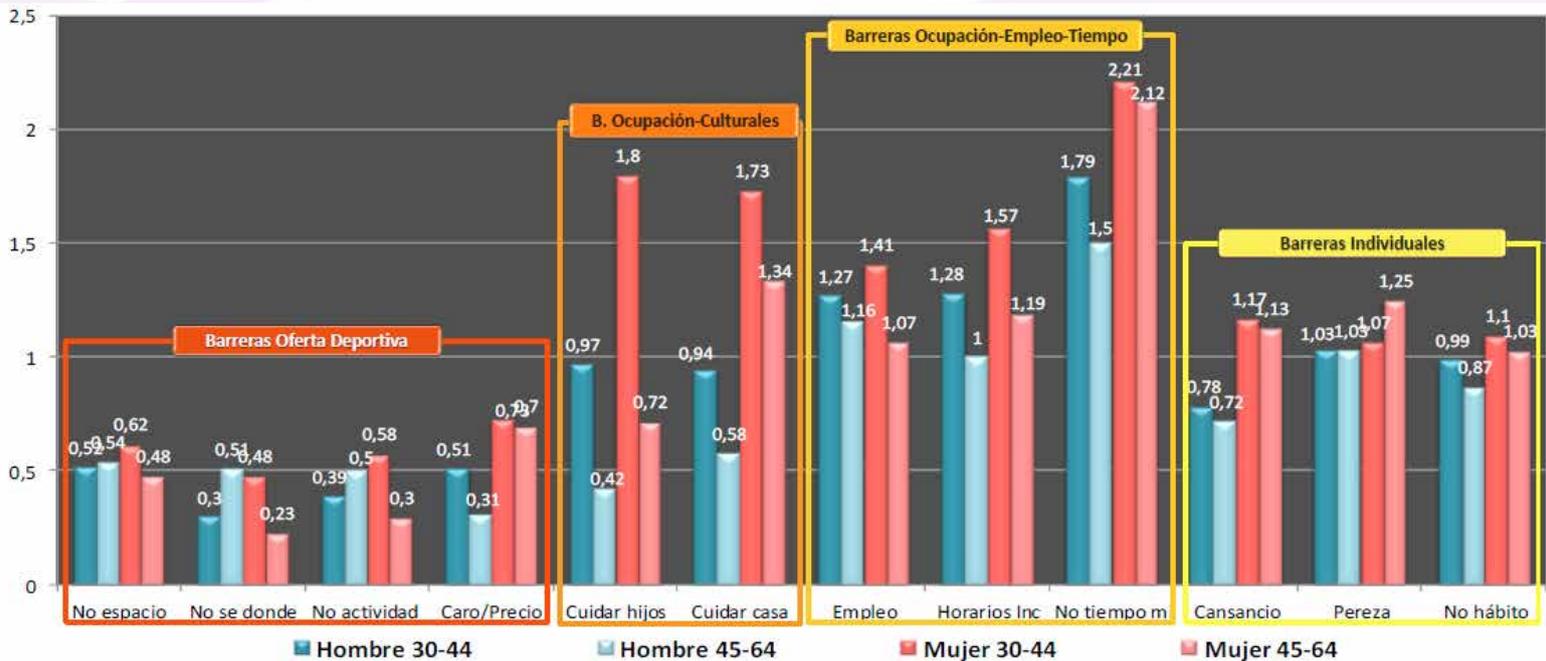
- ✓ Mi empleo actual me lo impide
- ✓ Horarios incompatibles
- ✓ No saco tiempo para mí

Barreras Individuales

- ✓ Me da pereza
- ✓ Por falta de costumbre
- ✓ No me gusta hacer ejercicio o deporte

DEMANDA LATENTE (PERSONAS ADULTAS QUE NO PRACTICAN PERO DESEAN HACERLO):
BARRERAS PARA LA PRÁCTICA DEPORTIVA SEGÚN SEXO Y GRUPO DE EDAD

Puntuaciones medias



La barrera más importante para ambos sexos y edades es la dificultad de generar tiempo personal. Otras barreras importantes para las mujeres fueron el cuidado de hijos y hogar, los horarios incompatibles y el empleo. En el caso de los hombres los horarios incompatibles y el empleo. Los análisis estadísticos multivariados y univariados, según sexo y edad, aportan claves de interés a considerar:

Barreras Oferta Deportiva: El **precio** es la barrera de este grupo más importante para las mujeres entre 30 y 44 años y de mediana edad. La barrera “No se oferta la **actividad** que me gusta” es más importante para mujeres entre 30 y 44 años. Quizás ambas barreras sean más importantes para las mujeres porque ellas desean en mayor medida que los hombres practicar bajo dirección profesional en una instalación deportiva. La barrera relacionada con carencias en la **información de oferta** deportiva es más importante para mujeres entre 30 y 44 años y hombres de mediana edad.

Barreras Ocupación-Culturales: Las barreras relacionadas con el **rol cultural tradicional de cuidado** de hijos y hogar atribuido a las mujeres son más importantes para ellas. El cuidado de hijos es más importante para los adultos jóvenes, mujeres y hombres entre 30 y 44 años, esto pudiera deberse a la mayor atención que demandan los menores. La barrera

relacionada con el cuidado de hijos e hijas pudiera reducirse en gran medida si la oferta deportiva incorporara innovaciones relacionadas con la oferta coordinada o conjunta edad adulta-infancia y el cuidado de menores en la instalación deportiva donde practican las madres y padres.

Barreras Ocupación-Empleo-Tiempo: Las barreras de este grupo (dificultad de generar tiempo de ocio personal para la práctica deportiva, empleo y horarios incompatibles) son más importantes para las personas jóvenes adultas entre 30 y 44 años. La dificultad de **generar tiempo** para una misma y los horarios incompatibles son barreras más importantes para mujeres

Barreras Individuales: Las mujeres adultas y de mediana edad perciben más el **cansancio** como barrera que los hombres.

A las personas que alcanzaron altas puntuaciones en las barreras ocupacionales de cuidado de hijos/as y empleo (2 o más sobre 3) se les preguntó sobre diferentes acciones e innovaciones en la oferta deportiva que pudieran disminuir estas barreras: como la oferta de programas conjuntos adultos/niños, programas de ejercicio en el trabajo o acciones complementarias de cuidado de hijos e hijas.

A las personas que alcanzaron altas puntuaciones en las barreras ocupacionales de cuidado de hijos/as y empleo (2 o más sobre 3) se les preguntó sobre diferentes acciones e innovaciones en la oferta deportiva que pudieran disminuir estas barreras: como la oferta de programas conjuntos adultos/niños, programas de ejercicio en el trabajo o acciones complementarias de cuidado de hijos e hijas. La innovación más demandada por ambos sexos fue actividad conjunta para ellas/ellos y sus hijos e hijas.

Las mujeres a continuación señalaron actividades para ellas y sus hijos en el mismo horario e instalación (1.75), actividad física en el trabajo (1.55), guardería en instalación deportiva (1.30), convenidos entre centro de trabajo y organizaciones deportivas próximas al centro de trabajo (1.26), ludoteca (1.25)

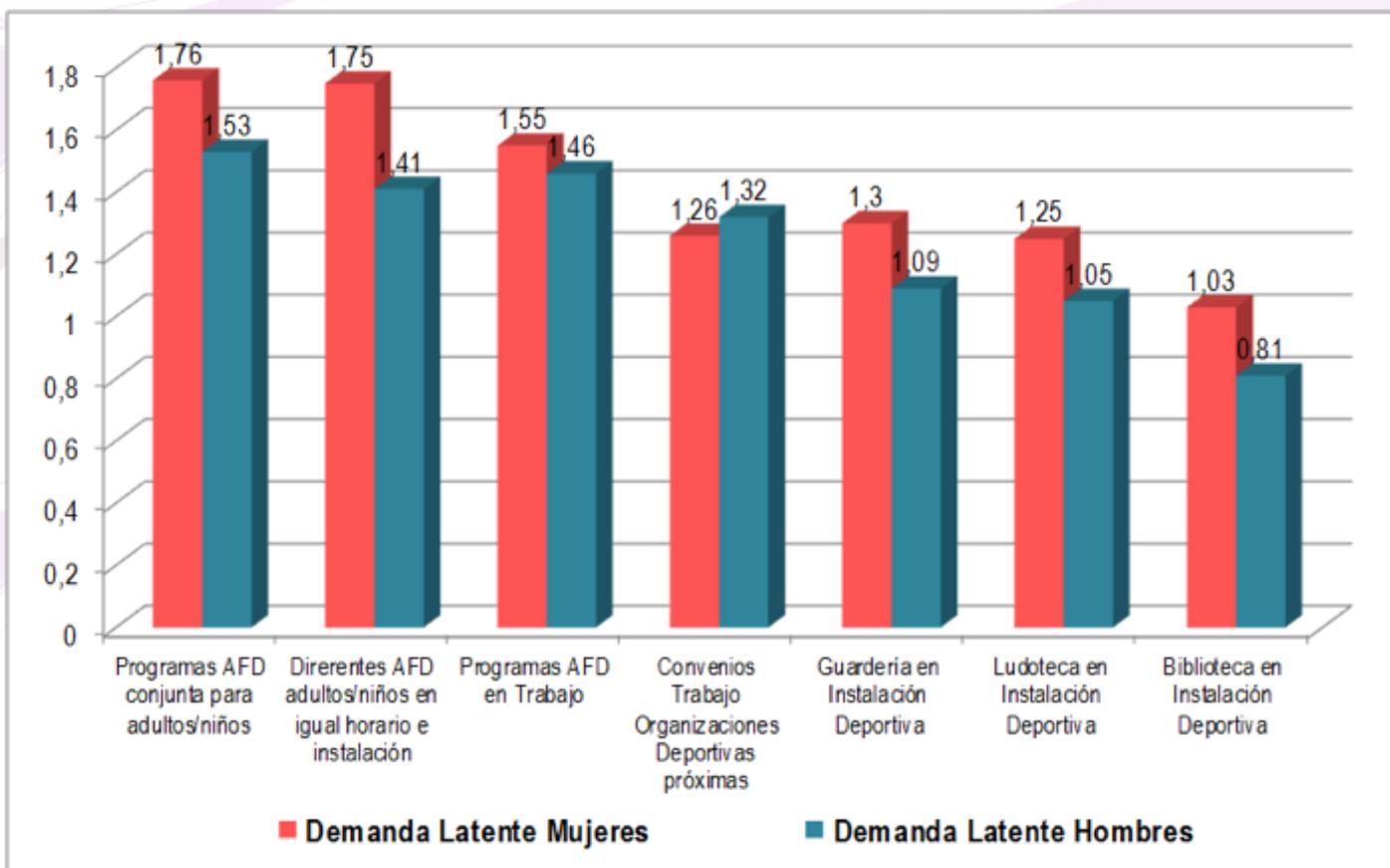
y biblioteca en la instalación deportiva (1.03).

Los hombres, en cambio, mencionaron en segundo lugar programas de actividad física en el trabajo (1.46) seguida de oferta de actividades en la misma instalación y horario para ellos y sus hijas/os (1.41), convenios trabajo y organizaciones deportivas próximas (1.32), guardería (1.09), ludoteca (1.05) o biblioteca (0.81) en la Instalación Deportiva.

Los análisis estadísticos multivariados y univariados mostraron efecto significativo del género únicamente en “oferta en el mismo horario e instalación de actividades diferentes para personas adultas y niños/as”, siendo esta una innovación más valorada por las mujeres.

DEMANDA LATENTE (PERSONAS ADULTAS QUE NO PRACTICAN PERO DESEAN HACERLO): INNOVACIONES SOLICITADAS POR PERSONAS CON BARRERAS CUIDADO DE HIJOS E HIJAS Y EMPLEO

Puntuaciones medias



EJEMPLO DE BUENAS PRÁCTICAS

“Experiencias como la Ludoteca del Polideportivo Municipal de Alcobendas en Madrid señalan el elevado éxito de conciliación que han alcanzado estas innovaciones allí donde se han aplicado y la mayor asistencia de mujeres que han propiciado. La oferta de programas de actividad física en el centro de trabajo o para trabajadores/as de una organización es una alternativa que ya está siendo puesta en práctica en diferentes ciudades desarrolladas del mundo, como Madrid, por empresas innovadoras en sus estilos de dirección y en sus políticas de recursos humanos. Empresas que suele coincidir que son líderes u ocupan buenas posiciones en sus respectivos mercados. Empresas que aplican los resultados de las investigaciones que han revelado la importancia de la satisfacción de sus clientes internos y de las pausas activas en las jornadas laborales como un medio de articular simultáneamente satisfacción, salud e incremento de la productividad de sus recursos humanos”./ **Jesús Martínez del Castillo, Catedrático del Máster Oficial en Dirección de Organizaciones e Instalaciones Deportivas UPM-UAH-UL**



Basándonos en los resultados del Women and Sport Progress Report 1994-2014 From Brighton to Helsinki, una de las cuatro acciones prioritarias para mejorar la igualdad en el Deporte en los próximos años sería el desarrollo de programas de cuidado de hijos e hijas para personas involucradas en el deporte en diferentes roles y áreas./ **Kari Fasting Miembro del equipo investigador Proyecto I+D+i. Profesora Emérita de la Universidad de Oslo, Grupo de Expertos EU Gender Equality in Sport 2014-2020, Expresidenta del WomenSport International 6th IWG World Conference on Women and Sport 2014**

Ofertar en el mismo horario e instalación actividades infantiles y para personas adultas es una acción desde hace años demandada que no termina de implementarse en el sector público municipal./ **María Martín Directora del Proyecto I+D+i**





OPINIÓN DE PROFESIONALES

“Hay argumentos económicos para que el deporte “piense en femenino”. Hay también argumentos sociales para apostar por igualdad en el deporte y por mejorar la igualdad en la sociedad a través del deporte”.

María Martín, Directora del Proyecto I+D+i.



MANEL VALCARCE

DIRECTOR GERENTE DE VALGO INVESTMENT, MARKETING MANAGER TRAININGYM.COM, ASESOR DESARROLLO DE NEGOCIO RADSPORT INVESTMENT

“Durante la actual crisis económica hay tres variables que concretan si podemos desarrollar un modelo de negocio u otro: “Liderazgo en costes”, “Segmentación por nichos de mercado” y “Exclusividad en el servicio”. El proyecto I+D+i proporciona claves importantes: un 23% de mujeres adultas no practica pero desea hacerlo, gran parte de ellas pagaría entre 20 y 30€ mensualmente y son mujeres empleadas con

hijos menores que buscan un servicio dirigido en una instalación deportiva próxima a su casa, preferiblemente municipal. Algunos de estos datos, como el precio, explican el “boom” de los Gimnasios Low Cost y nos proporcionan pistas claves para sobrevivir, e incluso crecer, durante la actual crisis económica”.



MILAGROS DÍAZ

PRESIDENTA DEL CÍRCULO DE GESTORES DEPORTIVOS DE MADRID, GERENTE DEL PATRONATO DEPORTIVO DEL AYUNTAMIENTO DE ALCOBENDAS, CIUDAD EUROPEA DEL DEPORTE 2015

“En la edad adulta, la práctica femenina en grupos organizados es paritaria o superior a la del hombre aunque en datos globales la masculina se mantiene por encima. Actualmente en el Patronato Deportivo de Alcobendas tenemos un 60% de usuarias y un 40% de usuarios. Entre los 18 y 64 años hay un 70% de mujeres y un 30% de hombres. Las mujeres de gimnasia de mantenimiento son uno de los grupos más fieles que tenemos. Los profesionales que llevamos años trabajando en la gestión deportiva municipal sabemos que tenemos que “cuidar” a las mujeres. Ofertamos actividades para ellas en el

mismo horario que las actividades infantiles y contamos con ludoteca. La mujer, aunque quiere practicar, sigue teniendo como barreras las mismas que en anteriores estudios, como la falta de tiempo o el cuidado de hijos e hijas. Pero el auténtico reto para el sector deportivo es conseguir, que el grupo que se mantiene en la “no práctica”, en el que también hay hombres pero son más las mujeres, rompan su sedentarismo y se incorporen a la actividad física como elemento imprescindible de salud y calidad de vida”.



JOSÉ ANTONIO SEVILLA

DIRECTOR DE ALTAMARCA – GESTIÓN INDIRECTA SERVICIOS DEPORTIVOS DEL AYUNTAMIENTO DE SAN SEBASTIÁN DE LOS REYES. SOCIO FUNDADOR DE ALTAFIT, GIMNASIO LOW COST Nº1 EN ESPAÑA

“En la gestión indirecta municipal quizás no sea posible bajar precios pero si podemos añadir valor al servicio; nos diferenciamos de los gimnasios Low Cost en que nosotros damos la bienvenida a los menores de 16 años. ¿Cómo afrontamos la expansión del Low Cost y la subida del IVA en ALTAMARCA-San Sebastián de Los Reyes?. Convertimos nuestro complejo deportivo en un espacio de ocio activo familiar que facilita la conciliación durante todo el año mediante campamentos, ludoteca y actividades en familia. Nuestro lema es “Somos parte de ti” y tratamos de proporcionar experiencias agradables cuidando oferta de actividades e instalaciones. Ofertamos clases colectivas en el mismo horario que actividades infantiles, incluimos sesiones express (30 a 40 minutos). Ofrecemos actividades de entrenamiento al aire libre con asesoramiento: master class, club corredor, surf, organización eventos populares. Desarrollamos programas de actividad física en el trabajo. Trabajamos en nuevos precios y abonos que mejoren la percepción del valor de los servicios ofertados, incidiendo en la fidelización y captación”

“El fenómeno de los gimnasios Low Cost, ha llegado para quedarse y han ocupado el segmento del bajo precio en un mercado cada vez más polarizado, con la excepción de las grandes concesiones municipales que están ocupando el mid market. El denominado gimnasio Low Cost es un modelo de negocio que se caracteriza por la optimización de costes desde su origen (renta, inversión y costes de explotación). Este ajuste en los costes, permite ofrecer un precio económico al cliente final, pero no merma la calidad del servicio, al menos en ALTAFIT. Nuestra compañía actualmente lidera el segmento en cuanto al número de centros abiertos con tan solo dos años de vida y seguiremos creciendo, pero nuestra principal preocupación es ganar el corazón de nuestros clientes pues ellos son los principales actores que nos garantizarán el éxito de todas las unidades abiertas. La competencia en estos momentos es grande, con la incursión de las cadenas internacionales, con un gran apoyo financiero.”



LIDIA PÉREZ.
DIRECTORA DE EXPANSIÓN Y FRANQUICIA DEL
GRUPO FITNESS 19.

“Gracias a estudios de investigación como este, podemos recoger los datos que nos interesan de cara a crear el producto adaptado al cliente. La empresa del siglo XXI es aquella que primero pregunta al cliente sus intereses, y después se las ingenia para conseguir que, además de hacer felices a las personas, la organización sea rentable. Si de verdad queremos hacerles felices... ¿por qué no les damos lo que nos piden? Bajo precio, actividades innovadoras, instalaciones cerca de casa, horarios adaptados a sus rutinas, personal cualificado. Nosotros lo vamos a intentar con nuestra nueva marca Get Active, centros sólo de actividades dirigidas en los que sólo pagas por la clase a la que asistes. Sin permanencias, sin cuotas y adaptado a las consumidoras actuales”.

GET ACTIVE



HOMBRES

5

MUJERES

95

GET ACTIVE
FITNESS EXPERIENCE

**¡TU NUEVO GIMNASIO,
SOLO DE CLASES!**

FUN MIND COMBAT TRAINING

- Las mejores instructoras,
- la mejor ambientación,
- la mejor iluminación,
- el mejor sonido,
- y por supuesto las clases favoritas.

Se adaptan a:
sus necesidades,
sus motivaciones,
sus compromisos.

**paga sólo cuando
vayas a clase.**

**FITNESS
EXPERIENCE**

www.getactive.es
info@getactive.es



OPINIONES DE INTERÉS EN RELACIÓN A LOS RESULTADOS DEL PROYECTO I+D+I

“Según el Eurobarómetro 2014 el sector del fitness está considerado en Europa una de las industrias deportivas con mayor incremento de practicantes. Estos datos corroboran lo anunciado por IHRSA (2012) donde a nivel mundial, Reino Unido o España se posicionan entre los países con mayor facturación, número de clientes y número de instalaciones. Las mujeres casadas de más de 40 años con formación básica y que tardan menos de 15 minutos en desplazarse al gimnasio, son el grupo poblacional que perciben un menor esfuerzo por ir un centro de fitness Low Cost”. /**Jerónimo García, Universidad de Sevilla World Association Sport Management Conference 2014**

“El fenómeno low cost se ha consolidado en Europa, emergen las oportunidades en los centros pequeños especializado. El “negocio” fitness-wellness es ayudar a otras personas a estar más satisfechos y felices en sus vidas, tratar de ofrecer buenas experiencias porque su clientela dispone de muchas opciones en las cuales invertir su dinero y tiempo de ocio ¿Cómo puede mi gimnasio seguir siendo una parte importante para mi clientela? Es una pregunta que deben hacerse continuamente. Tienen que ser claros en su enfoque y abrazar la innovación si quieren tener éxito. /**Ray Algar 14º Congreso Europeo Anual de IHRSA 2014**

¿Cuántas personas en tu centro están invirtiendo el tiempo en innovar para superar las expectativas de la clientela? /**Jonas Kjelberg, 14ª Congreso Europeo Anual de IHRSA 2014**

De acuerdo los resultados de las 9 encuestas mundiales ACSM anteriores se posicionan en los primeros puestos de la lista ACSM 2015 TOP 20 actividades incorporadas en los últimos años, como el entrenamiento con el peso propio (nº1) y el High-Intensity Interval Training (nº2 en 2015, nº1 en 2014), mientras que otras han destacado nuevamente, como los Profesionales con experiencia, certificación y formación (puesto 3, nº1 en 2013), el entrenamiento personal, yoga, programas en el centro de trabajo. Otras salen de lista

del TOP20, como pilates, ciclo Indoor, zumba, aeróbicos de combate, entrenamiento online, clases de embarazo y postparto, entrenamiento en el agua o fitball, actividades que están presentes pero que oscilan en su popularidad por lo que podrían calificarse como modas y no tendencias. Cabe mencionar que, se califican como tendencias, prácticas que perduran en el tiempo (normalmente descrito como un cambio de comportamiento), mientras que una moda va y viene. Un ejemplo es el zumba (nuevos aeróbicos coreografiados con ritmos latinos), tuvo una rápida escalada entre 2010 y 2013, pero salió de la lista TOP 20 el año pasado y continúa cayendo. /**Resultados de la 9ª ACSM 2015 Worldwide Survey of Fitness Trends.**

“El aumento de la práctica autónoma en ambos sexos y diversas edades constituye un importante cambio en el mercado español de servicios deportivos, esta tendencia fue presentándose desde 1990, aunque se ha potenciado en el periodo 2005-2010”. /**Manuel García Ferrando y Ramón Llopis. Encuesta sobre hábitos deportivos en España 2010 CIS-CSD**

“El importante aumento de la práctica autónoma en España creo que no solo se debe a los efectos de la crisis económica ya que esta es una tendencia que se presenta también en otros países desarrollados, aunque menos acentuada”. /**Claire Hanlon Victoria University, World Association for Sport Management Conference 2014**

“En periodos de crisis económica parece aumentar el interés por las carreras populares y la participación en pruebas cada vez más exigentes. La participación de las mujeres en este movimiento es clara y contundente. Estudios como el presente y Jornadas como las celebras demuestran el ímpetu que mueve a la población femenina española a tener presencia y a eliminar las barreras que les impiden disfrutar plenamente de su decisión de practicar actividad física y deporte. Llegará un tiempo en que todo esto no sea nada más que historia y que

nuestras preocupaciones sean cómo mover a los ciudadanos a adoptar formas de vida más saludables, más allá de que sean hombres o mujeres”. / **Luis Miguel Ruiz, Catedrático FCCAFyD (INEF) Universidad Politécnica de Madrid**

“En Segovia cada vez más personas utilizan su cinturón verde para ponerse en forma caminando o corriendo. Por ello pusimos en marcha el Grupo de Entrenamiento y Ocio deportivo, que es una de las actividades que más practicantes ha ganado, 2/3 hombres y 1/3 mujeres. Está dirigido por licenciados INEF que además son deportistas de referencia en el Duatlón segoviano. Ofertamos entrenamientos dirigidos e itinerarios accesibles en nuestra web. Empezaron preparándose para la Media Marathón pero ahora participan en diferentes pruebas como la Carrera de la familia. Cada vez tenemos más mujeres que practican Juegos tradicionales. Unimos fuerzas clubes y concejalías para cubrir una pista ubicada junto a un parque infantil, dotado de un circuito para mayores, al que se puede acceder por un carril bici. Antes era solo un parque, ahora es un espacio de movimiento muy frecuentado por niñas y mujeres. Segovia “piensa en femenino” apoyándose en la I+D+i, no es casualidad que haya sido Capital Europea de la Igualdad y sea Ciudad amiga de la infancia” / **Javier Arranz, Concejal de Deportes del Ayuntamiento de Segovia**

“Entiendo las instalaciones deportivas como el soporte material de la actividad física y el deporte, que va más allá de los espacios deportivos convencionales. La planificación tradicional autonómica de instalaciones deportivas ha favorecido la creación de instalaciones acordes a las preferencias de los hombres (pabellones, campos de fútbol). Podríamos decir que no se ha planificado con perspectiva de género. Este estudio I+D+i nos puede ayudar a redirigir el rumbo. Es necesario mejorar la polivalencia de las instalaciones deportivas y potenciar otros espacios para la actividad física que se adapten a las necesidades de las personas. Crear itinerarios para caminar, incorporar salas polivalentes o ludotecas puede

facilitar el acceso de las mujeres a la práctica deportiva. Nos preocupamos porque los niños y niñas adquieran hábitos saludables, es casi obvio, los niños aprenden de lo que viven (De Mafalda: “Educar es más difícil que enseñar, porque para enseñar Ud. Precisa saber pero para educar se precisa ser”). Sus madres, sus familias, deberían ser. Hay que facilitar el acceso a la práctica deportiva para ellas y para las familias, y hay que sensibilizar sobre sus beneficios y crear la cultura en la que la actividad física sea lo normalizado. Despertar el interés de las que aún no lo tienen, ayudarlas a superar el lastre cultural”. / **María Aranzazu González, Jefa del Servicios de Instalaciones Deportivas de la Dirección General de Deportes de Castilla la Mancha**

“El crecimiento del número de personas que practican deporte en las últimas décadas no ha tenido como consecuencia una democratización real, ya que las desigualdades y diferencias continúan afectando a las mujeres, incluso en los grupos de menor edad. Menos mujeres que hombres practican deporte en Europa y existen desigualdades de género en el acceso a la práctica deportiva. Chicas y chicos, mujeres y hombres no tienen el mismo entusiasmo por el deporte, no participan en las mismas actividades, ni de la misma manera y tienen diferentes motivaciones. Al igual que otros atributos individuales, el género influye en la participación en el deporte” / **Gender Equality in Sports, Consejo de Europa, 2011.**

“La consecución de la igualdad de género efectiva pasa necesariamente por visibilizar las voces de las mujeres “ausentes” de la práctica de actividad físico-deportiva, y dar una respuesta a sus necesidades. En esta línea, el proyecto I+D+I identifica propuestas de actuación concretas para adecuar la oferta deportiva a las mujeres, facilitando que el deseo de incorporar este hábito al estilo de vida se convierta en una posibilidad real”. / **Dra. M^a José Camacho Profesora Titular de la Universidad Complutense de Madrid** Investigadora en el área de género y actividad física.



“El trabajo a favor de la igualdad entre hombres y mujeres es beneficioso para las entidades, para ellas mismas y también para su entorno. Las experiencias de éxito en el ámbito de las entidades deportivas orientadas al deporte de recreación pueden ser una referencia y un modelo para otras entidades deportivas orientadas al deporte de competición (clubs y federaciones especialmente), así como al ámbito educativo: hay que repensar el tipo de actividades, los contextos, las estrategias de comunicación, etc. para conseguir llegar a todos los públicos”. /**Dra. Susanna Soler Prat INEFC Barcelona (Centro adscrito a la U. de Barcelona) Grup d’Investigació Social i Educativa de l’Activitat Física i l’Esport (GISEAFE)**

“La incorporación efectiva de la perspectiva de género en la gestión de la oferta deportiva de cualquier ámbito (laboral, educativo, federativo, recreativo...) supone un criterio de calidad y de responsabilidad social ineludible que deberían contemplar los entes públicos como privados. Constituye uno de los ejes presentes y futuros sobre los que existen claros rangos de mejora e innovación para poner en valor aquellas características de la oferta deportiva que fidelizan a una parte de la demanda establecida y que dan respuesta a las necesidades de la demanda potencial que representan las niñas, adolescentes, mujeres adultas y mayores.”/ **Silvia Ferro López, Coordinadora Practicum de Gestión de Recursos, Instalaciones y Programas de Actividad Física y Deporte (FCCAFyD- INEF Madrid) Universidad Politécnica de Madrid**

Basándonos en los resultados del Women and Sport Progress Report 1994-2014 From Brighton to Helsinki, una de las cuatro acciones prioritarias para mejorar la igualdad en el Deporte en los próximos años sería el desarrollo de programas de cuidado de hijos e hijas para personas involucradas en el deporte en diferentes roles y áreas. /**Kari Fasting, Grupo de Expertos EU Gender Equality in Sport 2014-2020, Ex-presidenta del WomenSport International. 6ªIWG World Conference on Women and Sport 2014**

Siempre es muy satisfactorio conocer los resultados de una investigación que ha sido desarrollada por personas imaginativas y capaces. Y si el asunto tratado es sobre la mujer y las actividades físicas, esta satisfacción es doble. Esta investigación describe a los profesionales una realidad con la que habitualmente conviven pero que tiende a pasar muy desapercibida”.**Luis Miguel Ruiz Pérez, Gestor del Área de Ciencias del Deporte del Plan Nacional I+D+i.**



BIBLIOGRAFÍA

- CSD-FEMP (2011). Guía para la incorporación de la perspectiva de género a la gestión deportiva local. Madrid: Consejo Superior de Deportes – Federación Española de Municipios y Provincias
- EC (2014). Special Eurobarometer 412. Sport and physical activity. Bruselas: European Commission
- Fasting, K., Sand, T.S., Pike, E., y Matthews, J. (2014). From Brighton to Helsinki. Women and Sport Progress Report 1994-2014. Valo: International Working Group Women and Sport-Finish Sport Confederation
- García-Ferrando, M. y Llopis, R. (2011). Ideal democrático y bienestar personal, Encuesta sobre los hábitos deportivos en España 2010. Madrid: Centro de Investigaciones Sociológicas-Consejo Superior de Deportes
- INE-IM (2014). Mujeres y hombres en España 2013. Madrid: Instituto de la Mujer
- Laparra, M.; y Pérez-Eransas, B. (Coord.), Lasheras, R., Carbonero, M.A., Guinea-Martín, D., Zugasti, N., Ayala, L., Martínez, L., Sarasa, S., García, A., Guillén, A.M., Pavolini, E., Luque, D., Anaut, S. (2012). Crisis y fractura social en Europa. Causas y efectos en España. Colección Estudios Sociales n° 35. Barcelona: Fundación La Caixa
- Martín, M., Barriopedro, M.I., Martínez del Castillo, J., Jiménez-Beatty, J.E. & Rivero, A. (2014). Diferencias de género en los hábitos de actividad física de la población adulta en la Comunidad de Madrid. RICYDE Revista Internacional de Ciencias del Deporte, 10 (38) 319-335
- Martínez del Castillo, J., Navarro, C., Fraile, A., Puig, N., Jiménez, J., y de Miguel, C. (1992). Deporte, sociedad y empleo. Proyección del mercado deportivo laboral en la España de los noventa. En los sectores de entrenamiento, docencia, animación y dirección. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia - Consejo Superior de Deportes
- Martínez del Castillo, J. (dir.); Vázquez, B.; Graupera, J.L.; Jiménez-Beatty, J. E.; Alfaro, E.; Hernández, M.; Ríos, D.A. (2005). La actividad física y deportiva de las mujeres en el municipio de Madrid. Madrid: Dirección General de Igualdad de Oportunidades del Ayuntamiento de Madrid
- Martínez del Castillo, J.; Jiménez-Beatty, J.E.; Graupera, J.L.; Martín, M.; Campos, A.; y Del Hierro, D. (2010). Being physically active in old age: relationships with being active earlier in life, social status and agents of socialization. *Aging and Society*, 30, 1097-1113
- Moscoso, D. & Moyano E. (Coords.); Biedma, L.; Fernández-Ballesteros, R.; Martín, M.; Ramos, C.; Rodríguez-Morcillo, L., y Serrano, R. (2008). Deporte, salud y calidad de vida. Colección Estudios Sociales n° 26. Barcelona: Fundación La Caixa
- Moscoso, D.; Martín, M.; Pedrajas, N. y Sánchez, R. (2013). Sedentarismo activo. Ocio, actividad física y estilos de vida de la Juventud españolas. *Archivos de Medicina del Deporte*, 30(6), 260-270
- Puig, N. y Soler, S. (2004). Mujer y deporte en España: estado de la cuestión y propuesta interpretativa. *Apunts Educación Física y Deportes*, 76, 71-78
- Talleu, C. (2011). Gender Equality in Sports: Handbook on good practices. Access for Girls and Women to Sport Practices. Bruselas: European Commission
- Thompson, W. (2014). Worldwide Survey of Fitness Trends for 2015. What's driving the market. *ACSM's Health & Fitness Journal* (18)6, 8-17
- USDHHS (2008). Physical Activity Guidelines Advisory Committee Report, 2008. Washington, DC: United States Department of Health and Human Services.



