



Hábitos deportivos y práctica de actividad física en la última década en Argentina. Análisis a partir de las Encuestas Nacionales de Actividad Física y Deporte de 2009 y 2021

Sports habits and physical activity practice in the last decade in Argentina. Analysis based on the 2009 and 2021 National Surveys of Physical Activity and Sport

Hábitos esportivos e prática de atividade física na última década na Argentina. Análise baseada nas Pesquisas Nacionais de Atividade Física e Esporte de 2009 e 2021

Nemesia Hijós

Centro de Estudios Sociales y de la Salud, Universidad Nacional de Mar del Plata / CONICET, Argentina
 nemesiahijos@gmail.com

 <https://orcid.org/0000-0002-9854-1563>

Diego Murzi

Escuela Interdisciplinaria de Altos Estudios Sociales, Universidad Nacional de San Martín / CONICET, Argentina
 diegomurzi@gmail.com

 <https://orcid.org/0000-0003-1270-7276>

Resumen

El objetivo de este artículo es analizar de manera comparativa los hábitos deportivos y de actividad física realizados por la población adulta en la República Argentina, a partir de los datos arrojados por las dos ediciones de la Encuesta Nacional de Actividad Física y Deportes (ENAFyD), las de 2009 y 2021. Se presentan los aspectos metodológicos de ambas encuestas y, especialmente, las variables de análisis en relación al tipo de actividades físicas y deportivas (practicada y/o deseada) según sexo, edad y nivel educativo alcanzado, el lugar y la frecuencia de realización de práctica y de no práctica de las personas encuestadas, con el propósito de presentar hipótesis y diagnósticos posibles en relación a los cambios y las continuidades en los hábitos deportivos y en la forma de realizar actividad física en el país en los últimos doce años.

Palabras clave: Deporte, Actividad física, Encuestas nacionales, Argentina.

Abstract

The aim of this article is to make a comparative analysis of sports and physical activity habits of the adult population in Argentina, based on data from the two editions of the National Survey of Physical Activity and Sport (ENAFyD), conducted in 2009 and 2021. The methodological aspects of both surveys are presented and, especially, the variables of analysis connected with the type of physical activity and sport (practiced and/or desired) according to gender, age and educational level achieved, the place and frequency of practice and non-practice of the people surveyed, with the purpose of presenting hypotheses and possible diagnoses in relation to changes and continuities in sports habits and in the way of doing physical activity in the country in the last twelve years.

Keywords: Sport, Physical activity, National surveys, Argentina.

Recepción: 05 Marzo 2023 | Aprobación: 22 Septiembre 2023 | Publicación: 01 Octubre 2023

Cita sugerida: Hijós, N. y Murzi, D. (2023). Hábitos deportivos y práctica de actividad física en la última década en Argentina. Análisis a partir de las Encuestas Nacionales de Actividad Física y Deporte de 2009 y 2021. *Educación Física y Ciencia*, 25(4), e273. <https://doi.org/10.24215/23142561e273>



Resumo

O objetivo do presente artigo é fazer uma análise comparativa dos hábitos de esporte e atividade física da população adulta da República Argentina, com base nos dados das duas edições da Pesquisa Nacional de Atividade Física e Esporte (ENAFyD, pelas suas siglas em espanhol), as de 2009 e 2021. São apresentados os aspectos metodológicos de ambas as pesquisas e, principalmente, as variáveis de análise em relação ao tipo de atividade física e esportiva (praticada e/ou desejada) conforme o sexo, a idade e o nível educacional alcançado, o local e a frequência de prática e não prática das pessoas pesquisadas, visando apresentar hipóteses e possíveis diagnósticos em relação às mudanças e continuidades nos hábitos esportivos e na forma de realizar atividade física no país nos últimos doze anos.

Palavras-chave: Esporte, Atividade física, Pesquisas nacionais, Argentina.

Introducción

En el presente artículo nos proponemos analizar de manera comparativa los hábitos deportivos y de actividad física realizados por la población adulta en la República Argentina, a partir de los datos arrojados por las dos ediciones de la Encuesta Nacional de Actividad Física y Deportes (ENAFyD), las de 2009 y 2021. Cabe mencionar que estos datos primarios elaborados por el Estado son los únicos existentes, al momento, a nivel nacional. Para ello, a continuación, presentamos los aspectos metodológicos de ambas encuestas y, especialmente, las variables de análisis en relación al tipo de actividades físicas y deportivas (practicada y/o deseada) según sexo, edad y nivel educativo alcanzado, el lugar y la frecuencia de realización de práctica y de no práctica de las personas encuestadas, con el propósito de presentar hipótesis y diagnósticos posibles en relación a los cambios y las continuidades en los hábitos deportivos y en la forma de realizar actividad física en el país en los últimos doce años.

La primera Encuesta Nacional de Educación Física y Deportiva (de ahora en más, ENAFyD) fue planificada por el Ministerio de Desarrollo Social de la Nación (bajo la gestión de Alicia Kirchner), mediante su Secretaría de Deporte (por entonces a cargo de Claudio Morresi).¹ La misma se ejecutó conjuntamente con la Encuesta Nacional de Factores de Riesgo (ENFR) del Ministerio de Salud de la Nación, y el relevamiento de los datos se llevó adelante por medio del Instituto Nacional de Estadística y Censos (INDEC) entre 2009 y 2010.

La ENAFyD del año 2009 incluyó una serie de preguntas específicas referidas a las características que asumen los hábitos de actividad física y deportiva a nivel nacional, regional y provincial a través de las categorías de género, franjas etarias, nivel educacional, nivel de ingreso familiar y niveles de necesidades básicas insatisfechas (NBI).

El propósito de la encuesta consistió en diagnosticar de forma clara y precisa el estado de situación poblacional de actividad física y deportiva en las diferentes regiones del territorio argentino, como asimismo “identificar barreras, intereses, necesidades y expectativas reales, o del imaginario colectivo, que dificultan o facilitan el acceso e inclusión en las mismas, a través de las categorías de actividad física y deporte, género, franjas etarias y niveles de educación y de ingresos familiares” (ENAFyD, 2009, p. 11).

Esta encuesta buscó extender la noción de actividad física para que no se vincule solamente a la cuestión de la salud, sino que pueda pensarse como una instancia recreativa y benéfica que acompañe el trabajo creativo (Secretaría de Deporte, 2008, como se citó en la ENAFyD, 2009).²

La realización de una nueva edición de la ENAFyD en 2021, doce años después, fue planificada por el Ministerio de Turismo y Deportes de la Nación, y diseñada y ejecutada por el Observatorio Social del Deporte de la Universidad de San Martín –organismo del que participan profesionales, técnicos/as y académicos/as de universidades nacionales y del Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET)–. Esta encuesta, además de actualizar los datos sobre hábitos deportivos y de actividad física, permitió producir conocimiento respecto del impacto que ha tenido la pandemia de COVID-19 sobre dichas prácticas en la vida de las y los argentinos.

Aspectos formales y metodológicos de las encuestas nacionales

La ENAFyD 2009 incluyó una muestra efectiva de 34.732 personas mayores de 18 años, que vivían en ciudades de más de 5.000 habitantes en todo el territorio nacional. Las preguntas recolectaron datos acerca de las actividades físicas y deportivas practicadas en los últimos 30 días previos a la entrevista. Se indagó acerca del tipo de actividad física o deportiva de preferencia (practicada y/o deseada), lugar y frecuencia de práctica, el motivo(s) de práctica o de no práctica.

Por su parte, el relevamiento para la ENAFyD 2021 se realizó a través del Programa PASCAL de la UNSAM, entre los meses de julio y agosto de 2021. Para la toma de datos se utilizó el procedimiento IVR que tiene como unidad de muestreo a teléfonos celulares particulares de Argentina. Además, esta edición comprendió un mayor rango etario: el público objetivo fueron todas las personas mayores de 16 años

residentes en la República Argentina. Se trató de una encuesta autoadministrada por vía telefónica y el cuestionario tuvo una duración promedio de entre 8 y 15 minutos.

Para la elaboración del cuestionario, en esta última edición de la ENAFyD se tomaron como referencia las definiciones utilizadas en la ENAFyD 2009 y también en otros relevamientos recientes similares realizados en países como México, Francia, España y Uruguay. De este modo, se ordenaron las definiciones de los conceptos actividad física y deporte de forma más clara y precisa que en la encuesta de 2009. En la ENAFyD 2021, la población estudiada fueron personas de 16 años y más. El número total de casos a nivel nacional fue de 5.002, con asignación proporcional al tamaño de cada región.

En cuanto al diseño muestral, ambas encuestas consideraron la totalidad del territorio del país, estratificado en ocho regiones geográficas con asignación proporcional de tamaño. En relación a los datos de perfil de las personas encuestadas, en ambas ediciones se consideraron otras tres variables principales además de la región de residencia: el sexo, la edad y el nivel educativo.

Respecto a la edad y conforme a la lectura de la información, hubo diferencias en la confección de los rangos etarios en cada una de las ediciones de la ENAFyD. En 2009 se reagruparon las edades en cinco rangos (18 a 24 años; 25 a 34 años; 35 a 49 años; 50 a 64 años; 65 y más), mientras que en 2021 se elaboraron solo cuatro rangos etarios (de 16 a 29 años; de 30 a 39 años; de 40 a 49 años; de 50 años en adelante).

En cuanto al nivel educativo y según máximo nivel alcanzado, en 2009 se agrupó en las siguientes categorías, partiendo de la respuesta del jefe de hogar o respondente: a) hasta primario incompleto; b) Primario completo y secundario incompleto; y c) Secundario completo y más. En 2021 también se confeccionaron tres rangos de información, aunque incorporando y partiendo de un nivel educativo más: a) hasta secundario incompleto; b) secundario completo y c) universitario o terciario incompleto y más. Adicionalmente, en esta última edición de la encuesta se consideró el nivel educativo como correlativo del nivel socioeconómico de las personas, tomando como fundamento el hecho objetivo del vínculo entre el nivel educativo y la escala de deciles de ingreso tal como lo demuestra la tabla de la Encuesta Permanente de Hogares 2019.³

Por último, las dos ENAFyD ejecutadas mantuvieron una organización de la información estrictamente binaria por sexo (varón/mujer), sin la posibilidad de elegir otras alternativas en los cuestionarios.

Comparación de los datos de la ENAFyD 2009 con la ENAFyD 2021

Sobre la realización de deporte y actividad física

A diferencia de la edición 2009 de la ENAFyD, que se limitó estrictamente a indagar sobre la realización de actividad física y deportiva, la edición 2021 incluyó el interés y la atracción por el deporte en términos generales, ya fuera como fenómeno, como práctica o como espectáculo. Este es un dato relevante que amplifica el campo abordado: introduce un corrimiento entre la asunción dicotómica de practicante-activo y espectador-pasivo, para asumir una interrelación de roles dinámicos entre deportistas, espectadores, consumidores, productores y/o prosumidores (Besnier, Brownell & Carter, 2018). En efecto, la edición 2021 señala que si bien hay personas que no realizan deporte ni actividad física, sí pueden estar interesadas en hacerlo en algún momento, o bien ver/escuchar sobre fenómenos deportivos (por TV, radio o internet) y/o presenciarlos en vivo. Adicionalmente, esta última encuesta revela que el consumo de información deportiva también registró un interés elevado.⁴

Según los datos surgidos de la ENAFyD 2009, en cuanto a los rangos etarios, el 50,6% de las/los adultos mayores de 18 años no había realizado ninguna actividad física en los últimos 30 días con el objetivo de mejorar su condición física o hacer deporte. Como contrapartida, el 49,4% sí había realizado alguna actividad física en esos últimos 30 días. Al respecto, se advertía una diferencia entre varones y mujeres, presentando ambos grupos tendencias opuestas: el 54,1% de los varones afirmaba haber hecho alguna actividad, mientras que en el caso de las mujeres, la inclinación se invertía y solo el 45,1% sostenía haber realizado alguna actividad.

En la edición de 2009 se constataba que las personas de menor edad registraban porcentajes más altos de práctica de actividad, el cual iba disminuyendo conforme la edad aumentaba. Así, en el rango de 18 a 24 años, el 57,8% sostenía haber realizado alguna actividad; en el rango de 25 a 34 años esta proporción descendía cinco puntos porcentuales, alcanzando el 52,6%; caída similar que se confirmaba con el 47,7% que realizaba actividad física en el rango de edad de 35 a 49 años. El descenso se hacía más pausado en relación al rango de edad de 50 a 65 años, al bajar hasta el 45,8%. En el último rango –66 años y más– la caída seguía, y los practicantes sumaban el 40,9%.

Durante el período abarcado por la ENAFyD 2021 se observó una leve proclividad a que las personas de menor edad hayan hecho más deporte y actividad física que las de mayor edad. Aquí se observa un punto de regularidad entre la primera y la segunda edición de la ENAFyD. De los cuatro rangos etarios analizados, en tres hay más personas que hacen deporte y actividad física que personas que no hacen, y solo entre los mayores de 50 años, esa orientación se invierte (42,2% que hicieron versus 57,8% que no). Al igual que en 2009, en 2021 se confirma que quienes más deporte y actividad física dijeron hacer son los más jóvenes (56,8% entre los de 16 a 29 años si practican), seguidos por quienes tienen entre 30-39 años (56%) y luego por los de 40-49 años (50,9%). Estas proporciones pueden inferirse partiendo del mayor tiempo destinado al trabajo en los rangos etarios más adultos, que por ende le quita a la práctica deportiva, y la disposición asignada al entrenamiento deportivo en espacios educativos y recreativos en el caso de los rangos más jóvenes (Cléron & Caruso, 2017).

En el caso de la ENAFyD 2021, la temporalidad que se usó en la encuesta tuvo la pandemia de COVID-19 como el eje central. Primeramente, se debe destacar que la pandemia afectó, limitó y condicionó de manera significativa las prácticas y conductas sociales e individuales, de lo que no se exceptúa el deporte y la actividad física, que en algunos casos fue suspendido (Blanco Esmoris e Hijós, 2020; Hang e Hijós, 2020; Hijós, 2020). Frente a la pregunta de si habían realizado actividad física o practicado deportes desde el inicio del COVID-19, el 50,9% de los/las encuestados/as dijo que sí. Lo que equivale a decir que la mitad de las personas hizo algún tipo de actividad física o deporte en un lapso aproximado de un año y medio (de marzo 2020 a julio/agosto de 2021).

A diferencia de la ENAFyD 2009 que reveló que los grupos que en mayor proporción realizaban actividad física y deportiva eran los varones de 18 a 24 años (68,8%) y las mujeres de 50 a 65 años (48,3%),⁵ la ENAFyD 2021 mostró datos muy parejos en cuanto a la distribución por género: tanto en mujeres como en varones los porcentajes de quienes realizaron deporte y actividad física son idénticos a la media general, con la mitad de la población que sí realizó y la mitad que no. Esta “igualdad en la participación” puede responder y estar articulada con las múltiples políticas de inclusión del Estado destinadas a promover la práctica deportiva en las mujeres, junto con programas diseñados por organizaciones, asociaciones deportivas y entidades del sector privado, y demás estímulos (espacios, encuentros, productos, indumentaria) impulsados desde la industria deportiva y especialmente dirigidos “para las mujeres” a través de consignas ligadas a su “empoderamiento” (Garton e Hijós, 2017, 2018; Álvarez Litke e Hijós, 2020). No se puede pasar por alto el punto de quiebre que significó el #NiUnaMenos en nuestra historia, al transformar demandas históricas de los feminismos en problemas públicos que adquirieron legitimidad, masividad y transversalidad en otros espacios sociales, como el consecuente impacto en el plano deportivo. El mundo del deporte en general y el del fútbol en particular, que en Argentina se estructuró desde sus orígenes como un espacio “de hombres y para hombres” fue fuertemente interpelado, incluso por sectores que carecían de un interés previo por este fenómeno (Archetti, 2016; Branz, 2018).

Los debates por la legalización del aborto y la autonomía de los cuerpos de las mujeres y las personas gestantes en el Congreso Nacional durante el año 2018, las movilizaciones por la profesionalización del fútbol femenino en 2019, junto con las discusiones acerca de la participación de las personas transgénero en el deporte, la implementación del cupo femenino y la paridad de género en todos los órganos de las instituciones, la organización de áreas de género en los clubes y asociaciones, la formación en perspectiva de género y diversidad, la aplicación de protocolos de acción institucional contra la violencia de género y el cumplimiento de la Ley Micaela (N° 27.499), entre otras medidas, son elementos que influyeron en la promoción de la equidad de género y en una mayor apertura en campo del deporte y la actividad física en

nuestro país, comprendidos en un proceso de cambio estructural a largo plazo (Hang, Hijós & Moreira, 2021).

Sobre la realización de deporte y actividad física (según nivel educativo alcanzado)

El cuestionario de la ENAFyD 2009 relevó de forma separada la práctica de actividades físicas y/o deportivas según nivel educativo alcanzado, según nivel de ingresos y según necesidades básicas insatisfechas (NBI).

En primer lugar, el análisis de los datos permitió establecer relaciones entre el nivel educativo alcanzado y la práctica de actividad física, resultando que a mayor nivel educativo de la persona encuestada se encuentra una mayor tendencia a realizar alguna actividad física, y viceversa.

En segundo lugar, se verificó que a mayor nivel de ingresos correspondía una mayor proporción de personas que realizaban alguna actividad física. La práctica aumentaba en ambos sexos a medida que se incrementaron los niveles de ingresos. Sin embargo, se observaron diferencias cercanas al 10% en favor de los varones, en todos los niveles de ingreso. La explicación que se puede hacer al respecto es la relacionada a los usos diferenciales del tiempo, haciendo hincapié en las desigualdades existentes desde la modernidad industrial capitalista que ha configurado una distribución singular de tareas, responsabilidades, obligaciones, disfrute, ocio y tiempo libre para varones y mujeres (Barrancos, 2010). Más allá de los avances en materia de derechos y géneros, en la actualidad persisten las desigualdades en la distribución, cantidad de tiempo libre y la calidad del ocio que las personas disponen según los géneros.

El sondeo de 2009 reveló, por ejemplo, que el 70,7% de las personas encuestadas que no habían completado sus estudios primarios no habían realizado ninguna actividad física y/o deportiva en los últimos 30 días. En cambio, esta cifra disminuía al 58,1% entre quienes, habiendo completado sus estudios primarios no terminaron el nivel secundario, y se reducía aún más entre las/los encuestados que terminaron el nivel secundario o superior. En este último caso, el 41,6% reconocía haber realizado algún deporte o actividad física. Era aún más preocupante la situación del primer grupo (personas con nivel educativo primario incompleto): el 54,4% respondió no haber realizado nunca ningún tipo de actividad física, relación que se reducía al 34,9% entre quienes terminaron la primaria, pero que no completaron el secundario y al 18,2% entre quienes culminaron sus estudios secundarios.

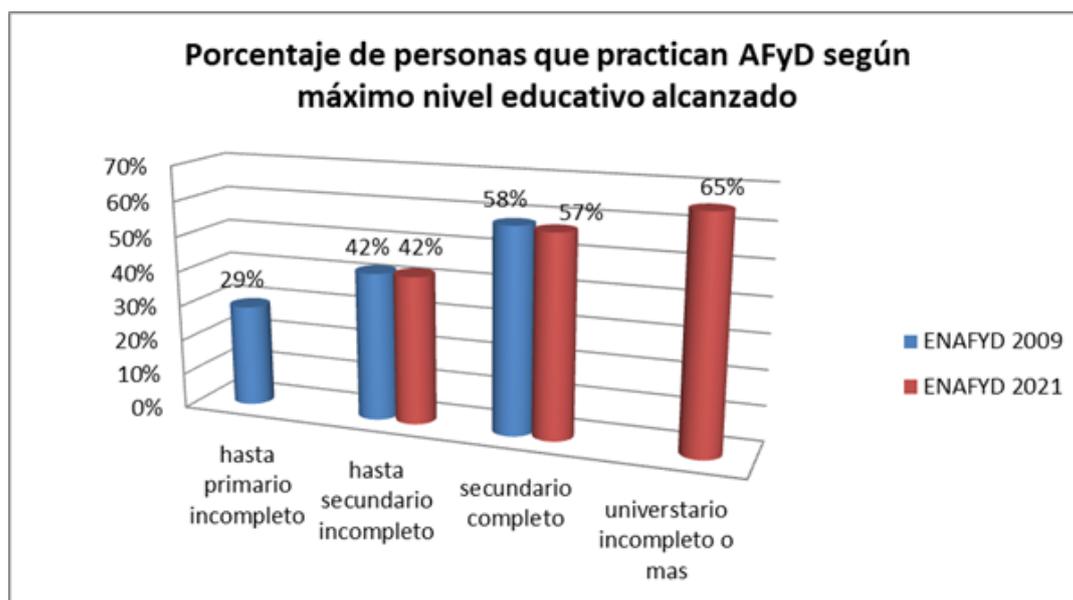
En tercer lugar, la primera edición de la encuesta afirmaba que se reducía considerablemente la predisposición de la población a realizar actividades físicas ante la existencia de necesidades básicas insatisfechas.

A diferencia de la ENAFyD 2009 –que mantenía una distinción entre nivel educativo alcanzado, nivel de ingresos y NBI–, la última edición de 2021 partió de asumir una correlación entre nivel educativo y nivel socioeconómico de la población.⁶ Así, se señaló que la práctica deportiva y de actividad física aparece en buena medida como un privilegio de las clases medias y altas, donde, además, los varones históricamente han contado con una configuración de tareas diferenciadas y consecuentemente mayor disponibilidad para el ocio y el tiempo libre.

De este modo, la ENAFyD 2021 confirma la tendencia anunciada en la edición 2009: la existencia de mayor práctica deportiva y actividad física cuanto mayor es el nivel de escolaridad alcanzado (Gráfico 1). La ENAFyD 2021 muestra que más personas con secundario incompleto o menor nivel de escolaridad realizaron prácticas físicas y/o deportivas (42,7%), en relación al 41,9% reflejado en la ENAFyD 2009. La orientación continúa en los demás grupos según el nivel de escolaridad, lo cual permite deducir una mayor interpelación, inclusión y compromiso con la práctica entre la primera y la segunda edición de la encuesta.

Gráfico 1

Realización de deporte y actividad física según nivel de escolaridad alcanzado



Fuente: ENAFyD.

Deportes y actividades físicas más practicadas

La ENAFyD 2009 arrojó que las actividades más realizadas fueron: caminar (77,5%), hacer gimnasia (37%), jugar al fútbol (36,6%), andar en bicicleta (12,5%), correr (9,7%) y practicar natación (7,1%).⁷

En la segunda edición de la encuesta, la pregunta que indagó sobre los deportes y las actividades físicas practicadas fue de carácter múltiple, con lo cual las/los encuestados pudieron nombrar todas las actividades que realizaron en el período contemplado (Gráfico 2). Al igual que en 2009, caminar fue la actividad más elegida (con 65,4%, es decir, un leve descenso en relación a lo relevado en la primera edición de la encuesta). Luego, la ENAFyD 2021 confirma el aumento exponencial de la práctica del correr (y su reconfiguración como *running*), tendencia semejante a nivel global: mientras que en 2009 se posicionaba en el quinto lugar (con el 9,7% de las respuestas), en 2021 fue la segunda actividad elegida entre las personas encuestadas (50,3%); es decir que la mitad de las personas que hacen alguna actividad física, la eligen. De este modo, si bien caminar puede presentar alguna duda respecto a los fines deportivos del acto, no lo es en el caso de correr, que indudablemente tiene una connotación deportiva. No es un detalle menor la proliferación que han tenido en los últimos 15 años los grupos de entrenamiento para corredores/as (*running teams*) y las políticas públicas que promovieron de forma no arancelada estas actividades en parques y plazas de las ciudades (Acciaresi, 2014; Gelfman, 2017; Gil, 2021; Hijós, 2018, 2021; Uthurralt, 2020).⁸

La elección de andar en bicicleta también creció considerablemente respecto a la primera ENAFyD (12,5%), ubicándose en tercer lugar en 2021 (mencionada en el 50,1% de los casos). Aquí vale la misma aclaración que para la caminata: la bicicleta puede ser utilizada con distintas finalidades, aparte del ejercicio físico.⁹ Más aún si consideramos los tiempos de pandemia de COVID-19 cuando se encontraban vigentes las restricciones de circulación, la movilidad y el uso de transporte público y vehículos particulares. Frente a estas medidas se promovió cada vez más el uso de la bicicleta (y a pie) como medio para desplazarse.¹⁰ Fuera de estas particularidades producto de la pandemia, el notable aumento del uso de la bicicleta es una tendencia a nivel mundial.¹¹ La salud de las personas, lograr ciudades más limpias y con menos tráfico, y el respeto de la distancia social en tiempos de pandemia han sido algunos de los argumentos de gobiernos y especialistas que convierten a la bicicleta en una óptima alternativa de transporte (Zunino Singh *et al.*,

2020). Por último, es un detalle significativo que, de acuerdo a lo revelado en la última ENAFyD, el 73,6% de quienes usan la bicicleta dijeron hacerlo como medio de transporte y el 42% como herramienta de trabajo. En Argentina, el desembarco de las empresas de plataformas de reparto, mensajería o *delivery* a domicilio (como *PedidosYa*, *Rappi*, *Glovo*, *UberEats*) aumentó la circulación tanto de motos como de bicicletas, pero como una actividad de refugio y de precarización (Haidar *et al.*, 2021).

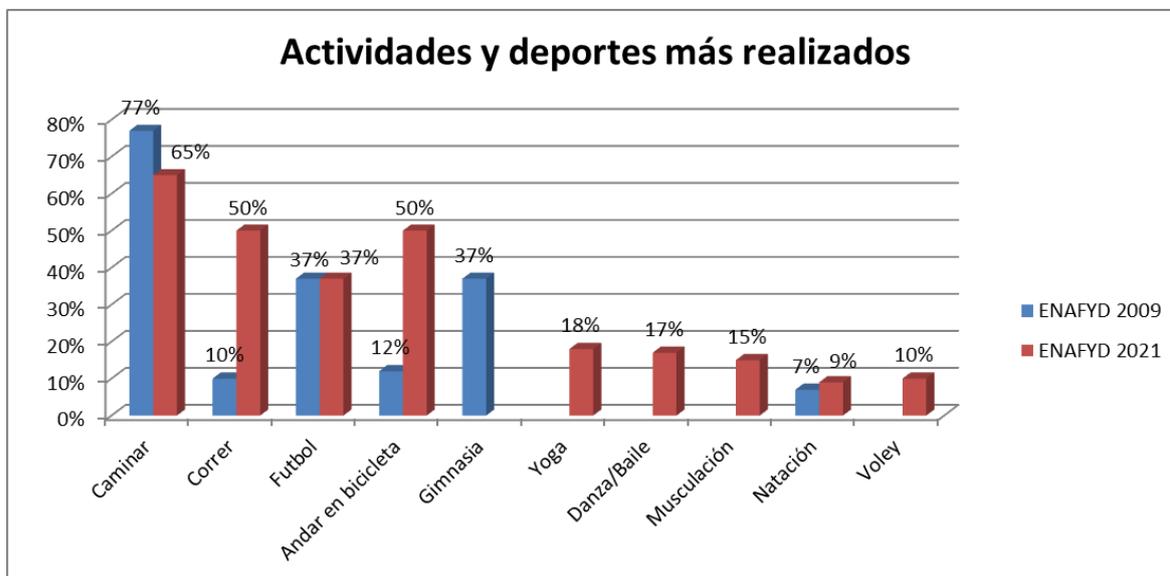
Según los datos relevados en la ENAFyD 2021, el fútbol se confirma como el deporte más practicado en Argentina. En cuanto a las actividades y a diferencia de la edición anterior, en 2021 toman protagonismo prácticas como el yoga (con el 18,4%). Si bien puede estar sobrerrepresentada en el marco temporal de la pandemia de COVID-19 por ser una de las actividades plausibles de realizar en los hogares (al tiempo que estimuladas a través de plataformas de *streaming* y en las redes sociales por *influencers* y comunicadores), no se puede ignorar su actual protagonismo, al igual que la meditación, el *mindfulness*, medicinas “alternativas” y otras terapias orientadas al bienestar y la felicidad, acompañadas por discursos espirituales, con ofertas privadas y gratuitas, incluso promovidas por el Estado (Vargas & Viotti, 2013; Viotti & Funes, 2015; Viotti, 2018).

La virtualidad extendida por la pandemia dio apertura a una supuesta democratización de posibilidades y accesos, y propició que muchas personas se volcaran a la práctica física en línea, doméstica e individual. De hecho, el gobierno argentino también se adecuó a estas estrategias e impulsó videos en vivo y clases guiadas por *streaming* con atletas federados/as, profesionales del Centro de Nacional de Alto Rendimiento Deportivo (CeNARD) y referentes del deporte como parte de la campaña #EntrenaDesdeCasa, con el objetivo de garantizar la salud mental y ofrecer un espacio de ejercitación física.

La ENAFyD 2021 también deja ver de modo novedoso el incremento de la danza y el baile (17,5%), la musculación (15%) y otras actividades realizadas mayormente en gimnasios privados como el *CrossFit* (11,5%) y el *spinning* (5%).

Gráfico 2

Tipo de deporte y/o actividad física más practicada. Porcentajes sobre el total de las/los que practican deporte y/o actividad física



Fuente: ENAFyD.

En relación a la distribución por género, la ENAFyD 2009 mostró que los varones elegían practicar mayormente fútbol (34%), luego caminar (26,1%), realizar gimnasia (11,3%), andar en bicicleta (6,8%) y correr (6,2%). Entre las actividades más importantes para las mujeres aparecían caminar (51,7%), hacer gimnasia (26%), andar en bicicleta (5,5%), hacer natación (3,8%) y correr (3,3%). Esto confirma una importante diferencia en relación a la última edición de la encuesta: ahora, caminar y correr son las dos

actividades más realizadas –tanto en varones como en mujeres– seguidas por el fútbol, practicado fundamentalmente por varones (56,2%, contra 19,8% en el caso de las mujeres).

Para el público femenino, en comparación con el sondeo previo, crece la disposición a andar en bicicleta, junto con hacer yoga y otras prácticas “blandas” (como pilates y Tai Chi Chuan). No hay distinciones en términos de género para las prácticas que antes no se imponían como el *CrossFit*. Los valores del esfuerzo, la competencia y la voluntad individual, acompañadas por este entrenamiento militar y colectivo en gimnasios privados, es parejo en ambos sexos y manifiesta la propagación de la moda ligada al “cambio de cuerpo y cambio de vida” (Hijós, 2021b) entre las mujeres. Dejando atrás los modelos de delgadez extrema, la transformación en las representaciones sobre los cuerpos femeninos revela una tendencia aceptable hacia los cuerpos *fit* (Markula, 1995; Landa, 2011; Rodríguez, 2014; Castro & Landa, 2017; Garton, 2017; Garton e Hijós, 2017; Hijós, 2020), lo cual consecuentemente se corresponde con los índices de las actividades físicas elegidas en la última ENAFyD.

En cuanto a la distribución por rangos etarios, tanto en la primera como segunda edición de la ENAFyD, la actividad física que predomina para todas las edades es caminar. La encuesta de 2021 muestra que si bien correr aparece como la segunda práctica más realizada, no ocupa ese lugar entre las personas mayores de 50 años, quienes probablemente se alejen de esta actividad por la exigencia del entrenamiento y/o el impacto que provoca en las articulaciones.

Ambos sondeos también confirman que el fútbol tiene un sesgo de edad: es la práctica dominante para los varones en las primeras franjas etarias, la cual empieza a descender entre los mayores de 40 años. En el caso de las mujeres, la ENAFyD 2009 mostraba la importancia de la gimnasia (con mayores niveles en las franjas etarias de 25 a 34 y de 35 a 49 años), dato que hoy es superado por otra amplitud de ofertas: bicicleta, yoga y demás actividades blandas, entrenamiento y *fitness*, seguido de fútbol y otros deportes colectivos, deportes con raqueta o paleta, boxeo y artes marciales.

Lugares de realización de deporte y actividad física

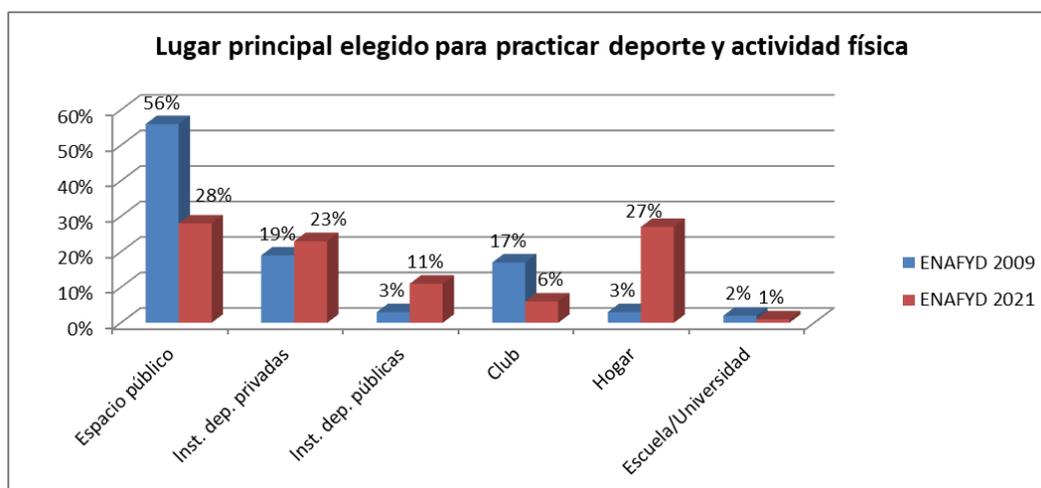
Los datos de la ENAFyD 2009 mostraban la preferencia del uso del espacio público en las diferentes variables sociodemográficas estudiadas, seguidos de los espacios rentados como el gimnasio y el club.

Esta primera edición de la encuesta reveló que el espacio público (calles, parques) era el ámbito predominante donde practicar actividad física o deportiva. De hecho, el 52,6% confirmó haber utilizado estos espacios para realizar, principalmente, caminata (68,5%), fútbol (12,3%), bicicleta (9%) o trote (7,4%). En menores proporciones aparecían los gimnasios (19,4%) y clubes (17,4%), seguidos por los hogares, los centros municipales o provinciales. En suma, en la ENAFyD 2009 ya se posicionaba el espacio público como un ámbito democrático y de uso universal para el ejercicio físico y deportivo, aunque con una marcada preeminencia de las actividades realizadas por mujeres, adultos/as mayores y por los sectores sociales con menor nivel de escolarización o de ingresos (Gráfico 3).

La tendencia se confirmó en la ENAFyD 2021 con un 50,2% de las personas encuestadas manifestando estar asociadas (o haber estado alguna vez asociadas) a un club. En ambas ediciones, más de la mitad respondió tener un vínculo con los clubes, elegidos para practicar deporte o actividad física. No obstante, la ENAFyD 2021 distingue el hecho de estar asociada/o a un club (o haberlo estado en el pasado) y el hecho de optar por ese espacio para la práctica deportiva. Si bien los clubes tienen un peso fundamental en la historia social, cultural, política y democrática argentina, en la actualidad solo el 6% respondió estar eligiendo estos espacios para la práctica deportiva y de actividad física. Es posible, entonces, que muchas personas estén asociadas a estas instituciones pero con el único objetivo de ir al estadio de fútbol a ver a su equipo, sin hacer uso de las instalaciones para practicar actividades físicas y deportivas (Daskal & Moreira, 2017).

Gráfico 3

Lugar principal elegido para la realización de deporte y/o actividad física¹²



Fuente: ENAFyD.

En cuanto a los lugares de práctica y en relación al sexo, la ENAFyD 2009 mostró que las mujeres predominaban en los espacios públicos (56,7%) y en el gimnasio (23,1%); mientras que el 48,9% de los varones también realizaba las actividades físicas y deportivas en los espacios públicos, el 25% en clubes y el 16,1% en gimnasios. Además, esta primera encuesta dio cuenta de que el predominio del uso del espacio público era proporcionalmente menos significativo en los grupos más jóvenes que en los de mayor edad. Entre los más jóvenes, el gimnasio y el club seguían como lugares de práctica, casi con los mismos índices (alrededor del 20%). Dichos espacios empezaban a decrecer en desmedro de los espacios públicos en el rango de edad de 50 a 65 años. El descenso continuaba hasta llegar a la situación de las personas de 66 años o más, entre quienes era absolutamente predominante el espacio público (69,6%) como lugar para la realización de las actividades físicas, apreciándose también el aumento de la práctica hogareña (7,2%), cerca de la realizada en el gimnasio (9,3%) y el club (8%).

Con referencia al lugar donde estas personas realizaron actividad física o deportiva durante el último mes por nivel educativo alcanzado, la ENAFyD 2009 mostró que el lugar de realización de actividades más importante era el espacio público, disminuyendo su importancia conforme aumentaba el máximo nivel educativo alcanzado. El uso del espacio público bajaba al 61,5% entre quienes habían completado la primaria y no habían terminado la secundaria, y comenzaban a incrementarse los porcentajes de quienes realizaban actividades en clubes y gimnasios.

Finalmente, en el caso de quienes habían logrado terminar la secundaria o continuaban estudiando aumentaba significativamente la práctica en gimnasios (23,8%) y clubes (19,6%). En suma, la correlación entre el nivel educativo alcanzado y el nivel socioeconómico de las personas encuestadas para la ENAFyD 2009 confirmó que algunos sectores contaban con el privilegio o tenían la posibilidad de abonar la matrícula de ingreso, inscripción y cuota mensual a un club social y deportivo y/o gimnasio.

La pandemia de COVID-19 afectó y reconfiguró, simultáneamente, los espacios destinados a la sociabilidad y a la práctica física y deportiva (Hijos & Blanco Esmoris, 2020). Estas reconfiguraciones sustanciales impactaron en los datos de la última edición de la ENAFyD. Las personas consultadas destacaron los espacios “libres” y no concebidos específicamente para la práctica de deporte y actividad física, como son los espacios públicos (plazas, calles, parques, etc.) y los hogares. Luego, y a diferencia de la ENAFyD 2009 donde tenían mucho más protagonismo, vendrían las instalaciones deportivas privadas y públicas, y en menor medida los clubes. Conjuntamente, la ENAFyD acentuó que en la actualidad las personas muestran una variación de los lugares de práctica, producto de la pandemia, generando menor

actividad en los espacios públicos (por las restricciones en la circulación) y mayor actividad dentro de los hogares.

Frecuencia de realización de deporte y actividad física

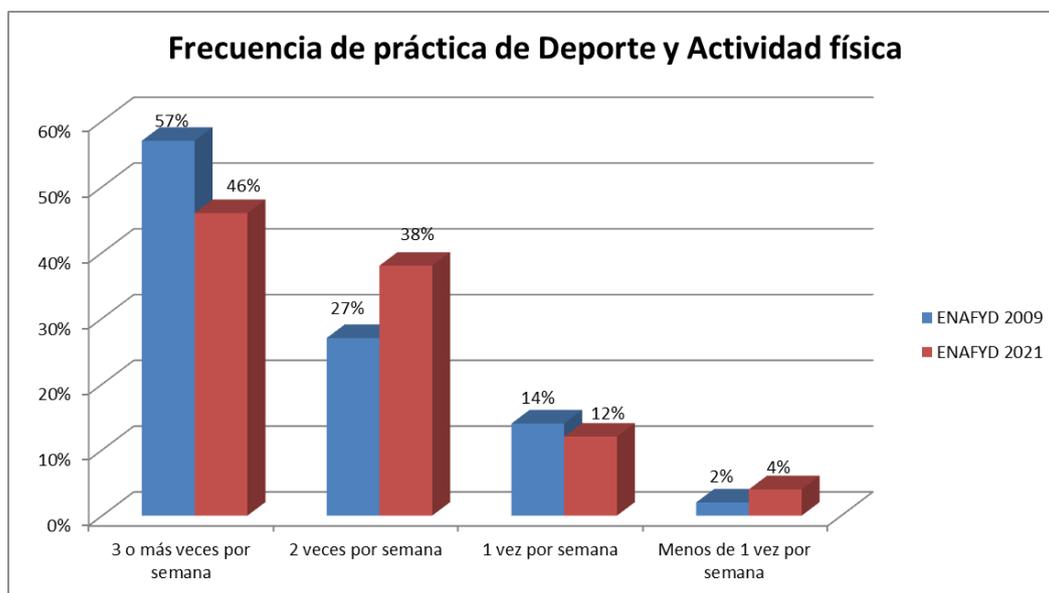
La frecuencia de práctica es otra variable significativa porque refleja la tendencia al hábito de actividad física y deportiva, y la importancia que asignan las personas a esta actividad (que bien puede cobrar carácter de estilo de vida).

A nivel comparativo entre la primera y segunda edición de la ENAFyD, respecto a la frecuencia de práctica, se debe tener presente fundamentalmente el impacto que la pandemia de COVID-19 y sus consecuencias tuvieron sobre las personas y los modos de hacer deporte y actividad física (Gráfico 4).

La ENAFyD 2009 indicó que el 56,8% de las personas encuestadas que habían practicado actividades físicas durante el último mes, lo hacían tres veces por semana o más, el 26,8% dos veces por semana, y el 14,5% una vez por semana. Asimismo, las mujeres mantenían la supremacía en la frecuencia de la práctica en relación a los varones (ya que el 26,7% y el 37,5% de las mujeres lo hacían en tres o más de tres veces por semana respectivamente mientras que en el caso de los varones estos porcentajes descienden a 20,2% y 29,8% respectivamente).

Como se señaló previamente, la ENAFyD 2021 es una foto actualizada de la práctica física y deportiva en Argentina, donde además se dimensiona cómo la pandemia de COVID-19 transformó las rutinas, alteró la forma de realizar deporte y actividad física, y trastocó la cotidianidad de las personas tal como se experimentaba previamente. El formulario de la encuesta permitió ver los cambios y las continuidades antes y después de la crisis sanitaria. Los resultados arrojaron que, a partir de la pandemia, el 50,6% de las personas realizó menos deporte y actividad física que antes, el 35,2% comenzó a hacer más, mientras que el 14,2% manifestó que la pandemia no modificó su frecuencia.

Gráfico 4
Frecuencia de realización de deporte y/o actividad física¹³



Fuente: ENAFyD.

Estos porcentajes no son similares según la distribución por género: los varones (54,5%) son los que empezaron a hacer menos deporte y actividad física. Además, un 38,2% de las mujeres informó que realiza más deporte y actividad física que previo a la pandemia. Por un lado, esto revela que algunas personas

podieron elaborar estrategias de adaptación y transformación de sus quehaceres –a raíz del confinamiento obligatorio– en sus hogares. Por otro, el hecho de que más mujeres hayan continuado realizando deporte y actividad física en tiempos de pandemia, puede responder a que gran cantidad de los contenidos, las rutinas y los ejercicios, los canales y tutoriales *fitness* disponibles en las plataformas como *YouTube*, *Instagram* o *TikTok* están orientados y dirigidos al sector femenino. Simultáneamente, si bien la información sobre entrenamiento guiado fue promovida por *influencers*, “gurús del *fitness*” y referentes del mundo deportivo, estas pautas, retos, desafíos y *challenges* de ejercicio fueron también alentados por profesores/as y quienes se animaban a compartir consejos a través de las tecnologías digitales para seguir activas/os (Hang e Hijós, 2020). En este sentido, la lógica del *do-it-yourself* y “hacer con lo que tenés en casa” animó a que muchas personas se sumaran, profundizaran o continuaran sus entrenamientos, de una forma “flexible y versátil”, durante el tiempo libre o cuando se pudiera, alternando entre el trabajo doméstico, de cuidado y otras tareas laborales y/o profesionales.¹⁴

La virtualidad, en un comienzo, fue el escenario que dio apertura a una supuesta democratización de posibilidades y accesos, y propició a que varias personas se sumaran a realizar actividades físicas y deportivas (como clases de zumba, *hiitbox*, yoga, rutinas de estiramiento, gimnasia localizada, entre otras).¹⁵ Esta alternativa accesible y –en la mayoría de los casos– gratuita, proponía distensión, escape y liberación de endorfinas, además de generar una instancia de encuentro *online* en los casos de clases por *streaming*. No obstante, el solapamiento de las tareas y la hiperdisponibilidad de ofertas, sumado al momento de crisis e incertidumbre, hicieron que muchas personas abandonaran y/o interrumpieran su ejercicio.

Por último, el hecho de que las mujeres hayan sido las que más frecuencia pudieron mantener en la realización de actividad física y deportiva en ningún sentido opaca la desigualdad estructural reflejada en su vida en tiempos de pandemia. Diversos estudios a nivel nacional, regional y mundial (Bidaseca *et al.*, 2020; Comisión Económica para América Latina y el Caribe, 2021; Organización de las Naciones Unidas - ONU Mujeres, 2020) confirmaron que las mujeres han tenido una sobrecarga y un aumento excesivo de responsabilidades asumidas en labores domésticas y de cuidados de otras/os, implicando una considerable inversión de tiempo, esfuerzo y recursos mentales.

A modo de conclusión. Los hábitos deportivos y la actividad física en Argentina de 2009 a 2021

Más allá de las diferencias en términos metodológicos y de diseño muestral en cada edición de la ENAFyD, ambas encuestas producen conocimiento sobre la práctica del deporte y la actividad física en la vida de las y los argentinos, al tiempo que permiten arrojar algunas hipótesis y diagnósticos sobre los cambios y las continuidades en cuanto al estado de situación poblacional de actividad física y deportiva a lo largo de los doce años comprendidos entre ambas, además del impacto que ha tenido la pandemia de COVID-19 en este campo.

Frente a la pregunta de si habían realizado actividad física o practicado deportes desde el inicio del COVID-19, el 50,9% de los/las encuestados/as en 2021 dijo que sí. Esto equivale a decir que la mitad de las personas hizo algún tipo de actividad física o deporte en un lapso aproximado de un año y medio (de marzo 2020 a julio/agosto de 2021, cuando se realizó la ENAFyD 2021).

En contraste con la ENAFyD 2009, la ENAFyD 2021 dio a conocer que hay personas que no realizan actividad física o deportiva, pero que se muestran interesadas en el deporte como fenómeno, como práctica y/o como espectáculo. Este dato conduce a la apertura de un nuevo campo de acompañamiento y aplicación de políticas públicas que contemple a las y los ciudadanos no solo como deportistas o practicantes, sino también como espectadores, consumidores, productores o “prosumidores” de contenidos deportivos. Adicionalmente, esta última encuesta revela que el consumo de información deportiva también registró un elevado interés.

Un punto de regularidad entre la primera y la segunda edición de la ENAFyD es la leve tendencia a que las personas de menor edad hayan hecho más deporte y actividad física que las de mayor edad. Al igual que la ENAFyD 2009, en la ENAFyD 2021 se confirma que quienes más deporte y actividad física dijeron

hacer son los más jóvenes (56,8% entre los de 16 a 29 años que practican), seguidos por quienes tienen entre 30-39 años (56%) y luego por los de 40-49 años (50,9%). Estas proporciones pueden inferirse partiendo del mayor tiempo destinado al trabajo en los rangos etarios más adultos, que por ende le quita a la práctica deportiva, y la disposición asignada al entrenamiento deportivo en espacios educativos y recreativos en el caso de los rangos más jóvenes. Asimismo, revela la necesidad imperante de desarrollar acciones en pos de generar una oferta más democrática e inclusiva para las/los adultos mayores, que atienda su salud y bienestar al tiempo que habilite nuevos espacios de sociabilidad y encuentro.

A diferencia de la ENAFyD 2009 que reveló que los grupos que en mayor proporción realizaban actividad física y deportiva eran los varones de 18 a 24 años (68,8%) y las mujeres de 50 a 65 años (48,3%), la ENAFyD 2021 mostró datos muy parejos en la distribución por género: tanto en mujeres como en varones los porcentajes de quienes realizaron deporte y actividad física son idénticos a la media general, con la mitad de la población que sí realizó y la mitad que no.

En disparidad con la ENAFyD 2009 –que mantenía una distinción entre nivel educativo alcanzado, nivel de ingresos y NBI–, la última edición de la ENAFyD partió de asumir una correlación entre nivel educativo y nivel socioeconómico de la población. Se destacó que la práctica deportiva y de actividad física aparece en buena medida como un privilegio de las clases medias y altas, donde, además, los varones históricamente han contado con una configuración de tareas diferenciadas y consecuentemente mayor disponibilidad para el ocio y el tiempo libre. Así, la ENAFyD 2021 confirma la orientación anunciada en la edición 2009: a mayor nivel educativo se encuentra una mayor tendencia a realizar alguna actividad y viceversa.

Tanto en la primera como en la segunda edición de la ENAFyD, caminar fue la actividad más elegida entre las y los practicantes (con 65,4%, es decir, un leve descenso en relación a lo relevado en la primera edición de la encuesta, cuando alcanzaba el 77,5%). Esta actividad predomina en todos los rangos etarios en 2009 y 2021. Aunque en ninguno de los dos casos se pidió especificar si el acto de caminar se hacía con fines deportivos, más que de desplazamiento obligatorio, la mención es igualmente relevante a fines estadísticos ya que las propias personas lo perciben como una actividad física.

La ENAFyD 2021 confirma el aumento exponencial de la práctica del correr (y su reconfiguración como *running*), preferencia semejante a nivel global: mientras que en 2009 se posicionaba en el quinto lugar (9,7%), en 2021 fue la segunda actividad elegida entre las personas encuestadas (50,3%); es decir que la mitad de las personas que hacen alguna actividad física, la eligen (tanto varones como mujeres). Este informe corrobora la propagación que ha tenido en la última década esta práctica, acompañada por el estímulo de la industria deportiva y la organización de carreras a nivel municipal, provincial y nacional, junto con, fundamentalmente, la proliferación de grupos de entrenamiento guiado (*running teams*) y otras políticas públicas de entrenamiento no arancelado en parques y plazas de las ciudades del país.

La elección de andar en bicicleta también creció considerablemente respecto a la primera ENAFyD, ubicándose en tercer lugar en 2021. El notable aumento del uso de la bicicleta es una tendencia a nivel mundial y Argentina no es la excepción. De acuerdo a lo revelado en la última ENAFyD, el 73,6% de quienes usan la bicicleta dijeron hacerlo como medio de transporte y el 42% como herramienta de trabajo.

En el caso de las mujeres, la ENAFyD 2009 mostraba la importancia de la gimnasia (con mayores niveles en las franjas etarias de 25 a 34 y de 35 a 49 años), dato que hoy es superado por otra amplitud de ofertas: bicicleta, yoga y demás actividades blandas, entrenamiento y *fitness*, seguido de fútbol y otros deportes colectivos, deportes con raqueta o paleta, boxeo y artes marciales.

Según los datos relevados en la ENAFyD 2021, el fútbol se confirma como el deporte más practicado en Argentina (fundamentalmente por varones: 56,2%, contra 19,8% en el caso de las mujeres). La primera y la segunda edición de la encuesta confirman que el fútbol tiene un sesgo de edad: es la práctica dominante para los varones en las primeras franjas etarias, la cual empieza a descender entre los mayores de 40 años.

En contraste con la edición anterior, en 2021 tomaron protagonismo prácticas como el yoga (18,4%). Si bien puede estar sobrerrepresentada en el marco temporal de la pandemia de COVID-19 por ser una de las actividades plausibles de realizar en los hogares, no se puede ignorar el actual protagonismo de esta disciplina, al igual que la meditación, el *mindfulness*, medicinas “alternativas” y otras terapias orientadas al

bienestar y la felicidad, acompañadas por discursos espirituales, con ofertas privadas y gratuitas, incluso promovidas por el Estado.

La ENAFyD 2021 también deja ver de modo novedoso el incremento de la danza y el baile (17,5%), la musculación (15%) y otras actividades realizadas mayormente en gimnasios privados como el *CrossFit* (11,5%) y el *spinning* (5%).

En la ENAFyD 2009 ya se posicionaba el espacio público como un ámbito democrático y de uso universal para el ejercicio físico y deportivo, aunque con una marcada preeminencia de las actividades realizadas por mujeres, adultos/as mayores y por los sectores sociales con menor nivel de escolarización o de ingresos.

La tendencia se confirmó en la ENAFyD 2021 con un 50,2% de las personas encuestadas respondiendo estar asociadas (o haber estado alguna vez asociadas) a un club. En ambas ediciones, más de la mitad respondió tener un vínculo con los clubes, elegidos para practicar deporte o actividad física.

El impacto de la pandemia COVID-19 también se advierte en los espacios destinados a la sociabilidad y a la práctica física y deportiva. Las personas consultadas en la ENAFyD 2021 destacaron los espacios “libres” y no concebidos específicamente para la práctica de deporte y actividad física, como son los espacios públicos (plazas, calles, parques, etc.) y los hogares. Luego, y a diferencia de la ENAFyD 2009 donde tenían mucho más protagonismo, vendrían las instalaciones deportivas privadas y públicas, y en menor medida los clubes. Conjuntamente, la ENAFyD acentuó que hoy las personas muestran una variación de los lugares de práctica, producto de la pandemia, generando menor actividad en los espacios públicos (por las restricciones en la circulación) y mayor actividad dentro de los hogares. Si bien está aún por verse si estas tendencias colectivas y temporales impulsadas por el COVID-19 se terminan afianzando e instalando, en algunos casos, no quita la responsabilidad del Estado en seguir desarrollando e invirtiendo en garantizar la disposición y acceso democrático a lugares de práctica. En definitiva, de acuerdo a estos resultados, preservar el espacio público y adecuarlo para la actividad física y deportiva, debe y deberá ser un compromiso compartido entre todos los niveles del Estado, comenzando por los municipios y las comunas. Junto con ello, resulta necesario continuar apoyando (con asistencia, formación legal y administrativa, asignación de subsidios y demás) a los clubes sociales y deportivos, de barrio y de pueblo, por sus fines, por su historia y por el valor social que han tenido y tienen en nuestro imaginario, en la cultura popular y en la vida pública de la ciudadanía del país.

En relación a la frecuencia de práctica, la comparación entre la ENAFyD 2009 y 2021 revela un descenso en la periodicidad de quienes mantenían una práctica física y/o deportiva de entre tres veces por semana o más. Hoy esa regularidad disminuyó (de 56,8% en 2009 a 46% en 2021), pero aumentó considerablemente a una asiduidad a dos veces por semana (de 26,8% en 2009 a 37,7% en 2021).

Los resultados arrojaron que, a partir de la pandemia, el 50,6% de las personas realizó menos deporte y actividad física que antes, el 35,2% comenzó a hacer más, mientras que el 14,2% manifestó que el COVID-19 no modificó su frecuencia.

El hecho de que las mujeres hayan sido las que más frecuencia pudieron mantener en la realización de actividad física y deportiva en ningún sentido opaca la desigualdad estructural reflejada en su vida en tiempos de pandemia. Diversos estudios a nivel nacional, regional y mundial confirmaron que las mujeres han tenido una sobrecarga y un aumento excesivo de responsabilidades asumidas en labores domésticas y de cuidados de otras/os, implicando una considerable inversión de tiempo, esfuerzo y recursos mentales.

Si bien para la última edición de la ENAFyD se advirtieron los resultados de estas políticas públicas que estimularon y colaboraron a que parte de la ciudadanía pudiera desenvolverse en actividades físicas y deportivas, otras causas afectaron negativamente sobre la práctica, propiciando el alejamiento, la interrupción y el abandono. Entre estas, la crisis económica y sanitaria que trajo aparejada la pandemia de COVID-19 en nuestro país.

En suma, nuestro análisis arroja que las continuidades en los hábitos deportivos y en la práctica actividad física en Argentina están vinculados con los antecedentes culturales de nuestro país, esto es, la importancia y el lugar que ocupa, por ejemplo, el fútbol y los clubes sociales en nuestra historia. De eso se podría desprender quiénes y dónde lo practican. En ese sentido, las actividades físicas y los deportes que se

practican y se han practicado en nuestro país en la última década dan a conocer quiénes somos y reflejan elementos de nuestra identidad. Es ahí donde podemos establecer una continuidad entre la ENAFyD 2009 y la ENAFyD 2021. Mientras que los cambios de hábitos entre una y otra encuesta pueden desprenderse y responder a las tendencias del mercado y las novedades del sistema capitalista neoliberal que han tomado terreno a través de propuestas privadas y públicas en el campo del deporte y la actividad física. No obstante, estas tendencias están sujetas a las tensiones y negociaciones entre lo local y lo global, además de las revisiones que introduce la nueva ola del feminismo en nuestros modos de actuar.

Referencias

- Acciaresi, P. L. (2014). *“Ya se me había hecho un hobby, una droga”: Goce, dolor e identificación en un grupo platense de corredores* [Tesis de Licenciatura en Sociología, Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación, Universidad Nacional de La Plata]. Recuperado de <https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/tesis/te.1085/te.1085.pdf>
- Álvarez Litke, M. & Hijós, N. (2020). «Juntas imparables». Género, clase y feminismo en las estrategias comerciales de Nike en Argentina. *Debates En Sociología*, 50, 91-115. <https://doi.org/10.18800/debatesensociologia.202001.004>
- Archetti, E. P. (2016). *Masculinidades: fútbol, tango y polo en la Argentina*. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Deldragón.
- Barrancos, D. (2010). *Mujeres en la sociedad argentina: una historia de cinco siglos*. Buenos Aires: Sudamericana.
- Besnier, N., Brownell, S. & Carter, T. F. (2018). *Antropología del deporte. Emociones, poder y negocios en el mundo contemporáneo*. Buenos Aires: Siglo Veintiuno Editores Argentina.
- Bidaseca, K., Araújo Guimarães Costa, M., Brighenti, M. & Ruggero, S. (2020). *Diagnóstico de la situación de las mujeres rurales y urbanas, y disidencias en el contexto de COVID-19. Resumen Ejecutivo*. Ministerio de Ciencia, Tecnología e Innovación. CONICET - unidad Coronavirus. Ministerio de las Mujeres, Géneros y Diversidad, Argentina. Recuperado de https://www.conicet.gov.ar/wp-content/uploads/resumen_ejecutivo_mujeres_y_covid_-_mincyt-conicet_-_mingen.pdf
- Blanco Esmoris, M. F. & Hijós, N. (2020). Entre la felicidad y la contingencia: cuerpos y casas durante el aislamiento. Un análisis etnográfico sobre clases medias en Buenos Aires, Argentina. *LICERE - Revista Do Programa De Pós-graduação Interdisciplinar Em Estudos Do Lazer*, 23(4), 156-172. <https://doi.org/10.35699/2447-6218.2020.26650>
- Blanco Esmoris, M. Florencia & Hijós, N. (22-25 de septiembre de 2021). *Do-It-Yourself-At-Home: between performance culture and agency. Experiences of the urban middle classes in Buenos Aires*. III Convegno Nazionale della Società Italiana di Antropologia Culturale(SIAC). Roma, Italia.
- Branz, J. B. (2018). *Machos de verdad. Masculinidad, deporte y clase en Argentina: Una etnografía sobre hombres de sectores dominantes que juegan al rugby*. La Plata: Malisia Editorial.
- Castro, A. L. de & Landa, M. I. (Orgs.) (2017). *Corpos, poderes e processos de subjetivação: discursos e práticas na cultura contemporânea*. São Paulo: Cultura Acadêmica.
- Civeira, G. & Rositano, F. (2020). Evaluación ambiental en áreas urbanas y periurbanas de la Región Metropolitana de Buenos Aires: ¿cuál es la relación entre servicios de los ecosistemas e indicadores demográficos? *Cuaderno Urbano*, 28(28), 181-198. Recuperado de <https://revistas.unne.edu.ar/index.php/crn/article/view/4330>
- Cléron, É. & Caruso, A. (2017). Le sport, d’abord l’affaire des jeunes. *INJEP Analyses & synthèses*, 1, 1-4. Recuperado de http://www.cdos71.asso.fr/images/actualites/ias1_le_sport.pdf
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) (febrero 2021). *La autonomía económica de las mujeres en la recuperación sostenible y con igualdad*. CEPAL. Recuperado de <https://repositorio.cepal.org/handle/11362/46633>
- Daskal, R. & Moreira, V. (2017). *Clubes argentinos. Debates sobre un modelo*. Buenos Aires: UNSAM Edita.
- Encuesta Nacional de Educación Física & Deporte (ENAFyD) (2021). Ministerio de Turismo y Deportes. Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina. Recuperado de https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/2021/06/encuesta_nacional_1.pdf

- Encuesta Nacional de Educación Física & Deportiva (ENAFyD) (2009). Ministerio de Desarrollo Social, Secretaría de Deporte. Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) (2020). *El impacto del COVID-19 en la salud mental de adolescentes y jóvenes*. Recuperado de <https://www.unicef.org/lac/el-impacto-del-covid-19-en-la-salud-mental-de-adolescentes-y-j%C3%B3venes>
- Garton, G & Hijós, N. (2018). “La deportista moderna”: género, clase y consumo en el fútbol, *running* y hockey argentinos. *Antípoda. Revista de Antropología y Arqueología*, 30, 23-42. <https://dx.doi.org/10.7440/antipoda30.2018.02>
- Garton, G. (2017). “Fitgirls”. Corporalidad, identidad y género en las representaciones de mujeres futbolistas. *Bajo Palabra. Revista de Filosofía*, 16, 39-49. Recuperado de <http://www.bajopalabra.es/numeros-anteriores/epoca-n-ii-n-16-ano-2017/item/720-fit-girls-corporalidad-identidad-y-genero-en-las-representaciones-de-mujeres-futbolistas>
- Garton, G. & Hijós, N. (2017). La mujer deportista en las redes sociales: un análisis de los consumos deportivos y sus producciones estéticas. *Hipertextos*, 5(8), 88-110. Recuperado de <https://revistas.unlp.edu.ar/hipertextos/article/view/7980>
- Gelfman, N. (2017). *Carreras shopping: un estudio de la práctica del running en Buenos Aires* [Tesis de Maestría en Ciencias Sociales y Humanidades, Universidad Nacional de Quilmes]. Recuperado de <http://ridaa.unq.edu.ar/handle/20.500.11807/269>
- Gil, G. J. (2021). *Terapia de la felicidad: etnografía del running en la Argentina contemporánea*. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Antropofagia.
- Haidar, J. (Coord.), Diana Menéndez, N., Bordarampé, G., Pérez, M. A. & Arias, C. (2021). *Las plataformas de reparto en Argentina: entre el cambio de gobierno y la pandemia*. Colección #MétodoCITRA, Número 8. CABA: CITRA. Recuperado de <https://citra.org.ar/wp-content/uploads/2021/12/Metodo-Citra-08.pdf>
- Hang, J. & Hijós, N. (14 de junio de 2020). Los cuerpos en la cuarentena. *Página/12*. Recuperado de <https://www.pagina12.com.ar/256137-los-cuerpos-en-la-cuarentena>
- Hang, J., Hijós, N. & Moreira, V. (2021). Género y alto rendimiento en Argentina. Una aproximación desde las políticas públicas deportivas y las experiencias de atletas de élite. En R. Soto-Lagos y V. Moreira (Eds.), *Políticas públicas del deporte en Latinoamérica* (pp. 49-68). Ciudad Autónoma de Buenos Aires: CLACSO.
- Hijós, N. (13 de junio de 2020). Ni locos ni idiotas, *runners*. *Página/12*, pág. 32. Recuperado de <https://www.pagina12.com.ar/271925-ni-locos-ni-idiotas-runners>
- Hijós, N. (2018). La historia del *running* en Argentina. *Materiales para la Historia del Deporte*, 17, 122-135. Recuperado de http://polired.upm.es/index.php/materiales_historia_deporte/article/view/4072
- Hijós, N. (2020). *Influencers*, mujeres y *running*. Algunas consideraciones para entender los nuevos consumos deportivos y los estilos de vida saludable. En M. F. Blanco Esmoris, H. Confino, L. De Abrantes, R. González Tizón, A. Raffaele y J. Verdenelli (Comps.), *Experiencias en contexto: Artículos seleccionados de las III Jornadas Interdisciplinarias de Jóvenes Investigadores del Instituto de Altos Estudios Sociales* (pp. 187-214). San Martín: UNSAM Edita. Recuperado de <http://www.unsamedita.unsam.edu.ar/product/experiencias-en-contexto/>
- Hijós, N. (2021a). *Runners. Una etnografía en una plataforma de entrenamiento de Nike*. Buenos Aires: Gorla.
- Hijós, N. (2021b). *Hacer carrera: construcción de subjetividades contemporáneas en los grupos de corredores de la Ciudad de Buenos Aires* [Tesis de Doctorado en Ciencias Sociales, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Buenos Aires].

- Hijos, N. & Blanco Esmoris, M. F. (2020). La adaptación a la supervivencia: cuerpos y casas durante el aislamiento. Reflexiones sobre la vida cotidiana en los sectores medios del Área Metropolitana de Buenos Aires. *Revista Científica Arbitrada de la Fundación MenteClara*, 5(167). <https://doi.org/10.32351/rca.v5.167>
- Landa, M. I. (2011). *Las tramas culturales del fitness en Argentina: los cuerpos activos del ethos empresarial emergente* [Tesis de Doctorado en Teoría Literaria y Literatura, Universidad Autónoma de Barcelona].
- Markula, P. (1995). Firm but Shapely, Fit but Sexy, Strong but Thin: The Postmodern Aerobicizing Female Bodies. *Sociology of Sport Journal, Human Kinetics Publishers*, 12, 449-450.
- Organización de las Naciones Unidas - ONU Mujeres (19 de mayo de 2020). *Los efectos del COVID-19 sobre las mujeres y las niñas*. ONU Mujeres. Recuperado de <https://interactive.unwomen.org/multimedia/explainer/covid19/es/index.html>
- Rodríguez, A. (2014). *El fitness es un estilo de vida: Gimnasios y sociabilidad en una perspectiva crítica*. VIII Jornadas de Sociología de la UNLP, 3 al 5 de diciembre de 2014, Ensenada, Argentina. En: Actas. La Plata: UNLP. FAHCE. Departamento de Sociología. Recuperado de https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.4733/ev.4733.pdf
- Uthurralt, R. (2020). *Esos locos que corren: Perfil de los corredores de fondo aficionados en Argentina y sus motivaciones para el ejercicio sostenido de la actividad* [Tesis de Maestría en Sociología, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad Católica Argentina].
- Vargas, P. & Viotti, N. (2013). Prosperidad y espiritualismo para todos: un análisis sobre la noción de emprendedor en eventos masivos de Buenos Aires. *Horizontes Antropológicos*, 19(40), 343-364. <https://dx.doi.org/10.1590/S0104-71832013000200013>
- Viotti, N. (2018). Más allá de la terapia y la religión: una aproximación relacional a la construcción espiritual del bienestar. *Salud Colectiva*, 14(2), 241-256. Recuperado de <http://revistas.unla.edu.ar/saludcolectiva/article/view/1519>
- Viotti, N. & Funes, M. E. (2015). La política de la Nueva Era: El Arte de Vivir en Argentina. *Debates Do Ner*, 2(28), 17-36. Recuperado de <http://seer.ufrgs.br/index.php/debatesdoner/article/view/61266>
- Zunino S., Pérez, V., Hernández, C. & Velázquez, M. (2020). Movilidad pública, activa y segura. Reflexiones sobre la movilidad urbana en tiempos de COVID-19. *Prácticas de oficio*, 1(25), 67-84. Dossier “Pandemia y sociedad. Claves, efectos y desafíos”. Recuperado de <http://revistas.ungs.edu.ar/index.php/po/article/view/34>

Notas

1 Consecuentemente, bajo la presidencia de Cristina Fernández de Kirchner y durante la gestión de Alicia Kirchner en el Ministerio, se creó el Observatorio Nacional del Deporte y la Actividad Física (ONDAF) con el objetivo de concientizar acerca de los beneficios derivados de la práctica del deporte y la actividad física, entendidas éstas como herramientas para la promoción comunitaria y el desarrollo humano y social.

2 En este sentido, se entiende que a partir de las políticas públicas implementadas desde el año 2003 y hasta el momento de la realización de la ENAFyD 2009 (en adelante) se podían verificar mayores niveles de actividad física y deportiva, en comparación con períodos anteriores. Acciones de gobierno como los Juegos Nacionales Evita, “Argentina Nuestra Cancha”, el Programa Nacional de Clubes de Barrio –entre otros de carácter nacional, provincial y municipal– demostraban la voluntad política de avanzar en la orientación mencionada.

3 Ver página 7 de la ENAFyD 2021.

4 En esta sección comparativa solo se tendrán en cuenta los datos que coinciden en ambas ediciones.

5 Por el contrario, los grupos que presentaban menor práctica eran las personas de 66 años y más, tanto para los varones (41,2%) como entre las mujeres (40,7 %). Esto quiere decir que, en el caso de los varones, a medida que aumentaba la edad, disminuía la realización de actividades físicas y/o deportivas, mientras que entre las mujeres era relativamente homogénea entre los distintos rangos etarios.

6 Indicado en el apartado introductorio de la ENAFyD 2021, tomando como fundamento el hecho objetivo del vínculo entre el nivel educativo y la escala de deciles de ingreso tal como lo demuestra la tabla de la Encuesta Permanente de Hogares 2019. Ver tabla ilustrativa en la página 7 del primer informe de la ENAFyD 2021. <https://www.argentina.gob.ar/turismoydeportes/observatorio-social-del-deporte/encuesta-nacional-de-actividad-fisica-y-deporte>

7 La ENAFyD 2021 no cuenta con la categoría “gimnasia”. Las personas encuestadas pudieron detallar los deportes y las actividades físicas practicadas, lo que resultó en la identificación de porcentajes esparcidos en categorías como “danza / baile”, “yoga”, “pilates” y “otros”, que probablemente estén reemplazando lo que en un momento anterior fue percibido como “hacer gimnasia” (con 37% en 2009). Por otro lado, el hecho de que la ENAFyD2009 no tuviera esta amplitud de categorías para elegir, llevó a agruparlas como “otros” (22,8%) al momento del análisis, sin reconocerlas en su magnitud y posiblemente invisibilizándolas como actividades emergentes. Ver Gráfico 2.

8 Entre los primeros programas que extendieron la práctica del *running* se encuentra “Buenos Aires Corre” (BAC) de la Subsecretaría de Deportes de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires. El programa se implementa de forma gratuita desde el año 2010 con dos turnos, en distintas sedes y parques de la ciudad.

9 Cabe mencionar la distinción entre “andar en bicicleta” y “hacer *spinning*”, reflejada en las respuestas de la ENAFyD 2021. El *spinning* hace referencia al entrenamiento aeróbico que se desarrolla sobre una bicicleta estática, usualmente al ritmo de la música, de forma colectiva y en un gimnasio (*indoor*). Al igual que se puede establecer con el *running* (que previamente fue trote y *jogging*), se identifica una aceleración en el ritmo de la práctica vinculada a la bicicleta: como paseo, como medio de transporte, como herramienta de trabajo y como ejercicio aeróbico de alto impacto (*spinning*).

10 Al respecto, un grupo de investigadores del Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET) relevó en una encuesta el uso del transporte público y privado en el Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA) y los cambios proyectados en cada usuario/a a partir de la propagación del virus SARS-CoV-2. Entre los resultados, observaron que la principal opción para moverse en el AMBA una vez pasadas las restricciones seguiría siendo el transporte público entre las/los encuestados, pero con mayor interés por el uso de la movilidad activa, sea en bicicleta o a pie. Ver más en: <https://www.conicet.gov.ar/movilidad-publica-en-tiempos-de-pandemia/>

11 Según asegura la Cámara Argentina de Comercio e Industria de Bicicletas, Partes, Rodados y Afines (COMMBI, octubre 2021) en el caso argentino, pero también a nivel mundial, hubo una explosión en el consumo lo que incrementó la demanda entre un 60 y 70% sobre la actividad regular.

12 La ENAFyD 2021 ejemplifica la categoría “espacio público” con calles, parques, playas, etc., y refiere las “instalaciones deportivas privadas” con gimnasios, centros de entrenamiento, canchas de fútbol, etc. Por otro lado, advierte que las “instalaciones deportivas públicas” no deben confundirse con los espacios públicos; son instalaciones construidas específicamente para el uso deportivo.

13 La ENAFyD 2021 utilizó otra agrupación en las variables de respuestas. Mientras que en la ENAFyD 2009 aparecía la posibilidad de responder “más de tres veces por semana” de forma separada, en la última edición se consideraba de forma conjunta (“tres veces o más por semana”). Asimismo, se debe tener en cuenta el impacto de la pandemia de COVID-19 (ver pregunta 2.3 de la ENAFyD 2021).

14 Algunos trabajos indagan en las interacciones corporales y transformaciones espaciales virtualmente mediadas en tiempos de pandemia. Ver, por ejemplo, las experiencias de las clases medias en Buenos Aires en: Blanco Esmoris e Hijós (2021).

15 De hecho, las conclusiones de la ENAFyD 2021 revelan que prácticas como el yoga, la musculación y el *Cross Fit* fueron más practicadas a partir del inicio de la pandemia y, por el contrario, la natación y algunos deportes como el vóley, el básquet y el handball bajaron su nivel de practicantes a partir de marzo de 2020. Esto se desprende de que el primer grupo de actividades es posible de llevarse a cabo en espacios reducidos como los hogares y en soledad, mientras que el segundo grupo necesita de instalaciones específicas como piscinas y canchas (muchas de ellas no disponibles durante el ASPO y el DISPO), así como de un número significativo de compañeros/as y rivales.