



La inactividad física en los niños alcanzo niveles críticos a nivel global, el reporte compara 49 países y el 75% ha reprobado su evaluación en actividad física

27 DE NOVIEMBRE DE 2018 – Guadalajara Jalisco México– La inactividad física de niños y jóvenes a nivel mundial ha alcanzado niveles alarmantes– incluyendo México donde el 83% de los niños y el 39% de los adolescentes no alcanzan los niveles recomendados de actividad física. En general, los niveles de actividad física de niños y jóvenes no son suficientes para mantener un desarrollo saludable de acuerdo al reporte global llamado *Global Matrix 3.0* que se presentó el día de hoy. México fue comparado con otros 48 países y quedo muy por debajo de la mayoría en todos los indicadores evaluados. El reporte fue desarrollado por Active Healthy Kids Global Alliance (AHKGA) con el objetivo de evaluar las tendencias globales de actividad física en niños y jóvenes mismo que incluye los datos de la Boleta de Calificaciones Mexicana sobre la Actividad Física de Niños y Jóvenes 2018 (<https://www.boletamexicana.org/>).

“Si queremos niños activos y saludables que contribuyan al desarrollo económico y social de México en su edad adulta, debemos hacer la tarea. Dicha tarea consiste en proporcionar a todos los niños y niñas de México educación física de calidad inclusiva”, menciona la Dra. Galaviz, líder de la Boleta Mexicana, investigadora de la Emory University en Atlanta, USA

La Boleta Mexicana sobre la Actividad Física de Niños y Jóvenes muestra que los estilos de vida modernos, incluyendo el aumento de tiempo frente a pantallas, la urbanización de comunidades y el aumento de automatización de tareas realizadas manualmente en el pasado, están contribuyendo a este penetrante problema de salud pública. Mismo que debe de ser reconocido como una prioridad en México y el mundo. Por ejemplo, alrededor del 70% de los niños y jóvenes mexicanos pasan mas de 2 horas al día frente a una pantalla (que es el limite máximo recomendado), mientras que solo el 50% ha reportado participar en algún deporte en el último año.

El reporte Global Matrix 3.0 encontró que Eslovenia y Japón son los países con niños y jóvenes más activos. Esto se debe a las distintas estrategias que estos países emplean para promover la actividad física en estos grupos de la población. Ambos países coinciden en sus profundas normas sociales y culturales en las que ser físicamente activo no es una elección, es una forma de vida.



Basados en los resultados de la Global Matrix 3.0 y la Boleta Mexicana sobre la Actividad Física de Niños y Jóvenes, se hace un llamado hacia la conciencia, el apoyo y la creación de entornos físicos y sociales que promuevan la actividad física. Esto con el fin de que de manera colectiva se pueda hacer un cambio en las normas y hacer de la actividad física parte de la vida cotidiana de los niños y jóvenes. Las prioridades que el equipo de investigadores de la Boleta Mexicana resalta son las siguientes:

1. Proveer educación física de calidad a todos los niños en México. Esto requiere la formación constante y de calidad de profesores de educación física; la provisión de instalaciones y equipo adecuados; el contar con una currícula inclusiva y flexible; la creación de alianzas con la comunidad y establecimiento de mecanismos de monitoreo y evaluación.
2. Establecer un sistema de vigilancia para todos los comportamientos del movimiento en niños y jóvenes de 1-18 años. Actualmente no existen datos en niños de 1-10 años.
3. Evaluar el impacto de las políticas y programas nacionales dirigidas a la promoción de actividad física en niños y jóvenes para determinar si se deben mantener, modificar o descontinuar.

En general, México tiene calificaciones bajas en todos los indicadores y no se han visto grandes mejoras en los últimos seis años. **¡Es hora de hacer la tarea!** y seguir trabajando para mejorar el monitoreo y calificaciones de estos indicadores en los próximos años.

El reporte completo de la Boleta Mexicana sobre la Actividad Física de Niños y Jóvenes esta disponible en <https://www.boletamexicana.org/>

Un mapa interactivo con las respectivas calificaciones por país y otros recursos se pueden encontrar en: <https://www.activehealthykids.org/>

Para mayor información contactar:

Dra. Karla I. Galaviz
Emory University EU
Department of Global Health
karla.galaviz@emory.edu