
LAS NECESIDADES DE ACTIVIDADES FÍSICAS DE LAS PERSONAS MAYORES EN ESPAÑA. DIFERENCIAS SEGÚN LA CONDICIÓN SOCIAL.

PHYSICAL ACTIVITY NEEDS OF THE ELDERLY IN SPAIN. DIFFERENCES ACCORDING TO SOCIAL STATUS

MARÍA DOLORES GONZÁLEZ RIVERA

Licenciada y Doctoranda en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Departamento de Psicopedagogía y Educación Física,
Universidad de Alcalá

MARÍA MARTÍN RODRÍGUEZ

Licenciada y Doctora en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte-INEF,
Universidad Politécnica de Madrid

JOSÉ EMILIO JIMÉNEZ-BEATTY NAVARRO

Licenciado y Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Departamento de Psicopedagogía y Educación Física,
Universidad de Alcalá

ANTONIO CAMPOS IZQUIERDO

Licenciado y Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte-INEF,
Universidad Politécnica de Madrid

DAVID DEL HIERRO PINÉS

Licenciado y Doctorando en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte-INEF,
Universidad Politécnica de Madrid

RESUMEN

El artículo aborda las necesidades de actividad física de las personas mayores no practicantes pero interesadas en practicar, según sea su condición social. El enfoque metodológico ha sido cuantitativo mediante el método de encuesta, realizándose entrevistas estructuradas cara a cara a una muestra aleatoria y representativa de la población de personas mayores en España. Los resultados parecen indicar claras tendencias en las principales actividades físicas que les gustaría realizar (actividades en sala y actividades acuáticas), y en las expectativas en las características de realización de dichas actividades y los correspondientes servicios. Han sido detectadas ciertas diferencias entre las personas según sea su condición social y el sistema territorial en el que habiten, que convendría seguir estudiando en futuras investigaciones.

PALABRAS CLAVE: actividad física, personas mayores, necesidades, condición social.

ABSTRACT

The article approaches the needs of physical activity of the older persons not practicing but interested in practising, as it is his social condition. The methodological approach has been quantitative by means of the method of survey, there being realized interviews constructed face to face to a random sample of the population of older in Spain. The results seem to indicate clear trends in the principal physical activities that they would like to realize (activities in room and aquatic activities), and in the expectations in the characteristics of accomplishment of the above mentioned activities and the corresponding services. Certain differences between the persons have been detected as it is his social condition and the territorial system in which they live, that would suit to continue studying in future investigations.

KEY WORDS: physical activity, old people, needs, social status.

1. INTRODUCCIÓN

Las personas mayores han estado tradicionalmente distanciadas de la actividad física y del deporte moderno (García Ferrando, 2001, 2006; Delgado, 2002, 2006). Pero desde hace algunos años y tal como han indicado Mosquera y Puig (2002), cuando ha sido posible (oferta de actividades para ellos, mejora de las condiciones de vida,...) los mayores han comenzado a sentirse atraídos por la actividad física y lo van incorporando en sus modos de vida. Así puede observarse un progresivo crecimiento de la práctica física de las personas mayores de 65 años, en los estudios de hábitos deportivos efectuados en España por García Ferrando: en el estudio de 2000 (García Ferrando, 2001) en las personas de 65 a 74 años, se encontró que practicaba actividad física el 8 %. Y en el último estudio de 2005 (García Ferrando, 2006) se encontró con respecto a las personas de 65 a 74 años, que practicaban actividad física, el 17 %.

No obstante, estos estudios de hábitos u otros efectuados en otros países y lugares (Curtis et al., 2000), se centran en estudiar a las personas practicantes, pero no a las personas que no practican pero que les gustaría practicar si no fuera por una serie de barreras que dificultan o impiden dicha práctica (Martínez del Castillo et al., 2007). Y como ha sido señalado el estudio de las necesidades y las expectativas de las personas mayores es uno de los requisitos para una adecuada intervención didáctica (Delgado, 2002, 2007) y un adecuado diseño de programas y servicios (Hernández, De Miguel, Palomo, 2002; Jiménez-Beatty, Martínez del Castillo, 2007).

Sin embargo son todavía escasos los estudios que han perseguido profundizar en el conocimiento de las necesidades de aquellas personas mayores no practicantes pero que desean practicar. Y aún menos frecuentes son los estudios sobre las necesidades y expectativas de estas personas que han investigado también las posibles diferencias según la condición socioeconómica de estas personas. Aspecto que es muy influyente en la relación con la actividad física y el deporte como ha sido demostrado repetidamente por García Ferrando en sus estudios sobre los hábitos deportivos de las personas practicantes de 15 a 74 años (García Ferrando, 2001, 2006). Pues bien entre esas investigaciones sobre la demanda latente en las personas mayores de 65 años según su condición social, se encuentran los estudios de hábitos y demandas efectuados en la provincia de Guadalajara y en la Comunidad de Madrid.

En el estudio efectuado en la provincia de Guadalajara (Jiménez-Beatty, Martínez del Castillo y Graupera, 2006) se encontró que un 20,1% de las personas de 65 años o más, eran no practicantes pero les gustaría realizar al menos alguna actividad, pero por alguna barrera o circunstancia, todavía no podían efectuar dicha actividad (*demanda laten-*

te). Este porcentaje de demanda latente, era muy similar entre las personas de las tres clases sociales contempladas (Alta, Media y Baja). En cuanto a las actividades físicas que les gustaría practicar, la gimnasia de mantenimiento (u otros programas similares de ejercicio físico), seguido por la natación (u otros programas en el medio acuático) son las actividades más deseadas por las personas de las tres clases, si bien algo más por las personas de clases altas y medias que por aquellas de clases bajas. Respecto a la frecuencia de práctica semanal, la práctica totalidad de estas personas desearía practicar dos veces o más a la semana, pero a medida que se asciende en la clase social se incrementa el porcentaje de aquellos que desearían practicar tres veces o más: 57,6% en clases bajas, 66,4% en clases medias y 75% en clases altas. En referencia a cuándo preferirían practicar, casi la mitad de los mayores preferiría por las mañanas y la otra mitad por las tardes, pero por clases sociales se observan algunas diferencias: en las clases altas la mayor parte prefiere más las mañanas que las tardes, pero en las clases medias y bajas se distribuyen más equilibradamente las expectativas entre las mañanas y las tardes. En el modo de organización de la actividad, la mayoría quiere que sea alguna entidad deportiva (el 52%) o un centro de mayores (18%), y un 29,8% prefiere autorganizar su actividad, pero hay alguna diferencia según la clase social: en las clases altas disminuyen las expectativas por los centros de mayores y de autoorganización, pero aumentan las preferencias porque sea una entidad deportiva quien organice la actividad; pero en las clases medias y bajas se producen las tendencias contrarias. En cuanto al tipo de instalación o espacio deseado, la mayor parte querría practicar en una instalación deportiva o centro que cuente con ella, no observándose diferencias entre las clases. Y con respecto al modo de desplazamiento al lugar de práctica, la mayoría (82%) querría ir andando, y sólo un 10,7% y un 5% mencionaron el coche y el autobús, no observándose diferencias entre las clases.

En el estudio efectuado en la Comunidad de Madrid (Jiménez-Beatty, Martínez del Castillo, 2007), se encontró que un 25,2% de las personas de 65 años o más, eran no practicantes pero les gustaría realizar al menos alguna actividad (*demanda latente*). Este porcentaje de demanda latente, era mayor en las clases medias y bajas (29,4 y 23,6% respectivamente) que en las clases altas (20%). En cuanto a las actividades físicas que les gustaría practicar, los programas de ejercicio físico y la natación (u otros programas en el medio acuático) son las actividades más deseadas por el conjunto de estas personas mayores, si bien hay ciertas diferencias en las preferencias por unos u otros programas según las clases: en las clases altas y bajas solicitan más los programas de ejercicio físico en sala que los programas en el medio acuático; y en las clases medias es a la inversa. Respecto a la frecuencia de

práctica semanal, la práctica totalidad de estas personas desearía practicar dos veces o más a la semana (e incluso el 70% practicaría tres veces o más), y no se observan diferencias entre las tres clases. En referencia a cuándo preferirían practicar, más de la mitad de los mayores (el 59%) preferiría por las mañanas y el resto principalmente por las tardes (el 34,4%), no observándose apenas diferencias según las clases. En el modo de organización de la actividad, la mayoría quiere que sea alguna entidad deportiva (el 51,2%) o un centro de mayores (23,6%), y un 25,2% prefiere autorganizar su actividad, pero hay algunas diferencias según la clase social: en las clases altas disminuyen las expectativas por los centros de mayores y de autoorganización, pero aumentan las preferencias porque sea una entidad deportiva quien organice la actividad (el 80%); en las clases medias y bajas se producen las tendencias contrarias, si bien las clases medias prefieren más las entidades deportivas (el 57,4%) y menos los centros de mayores (14,8%), que las clases bajas, en las cuales se distribuyen por igual las preferencias, el 38,5% prefiere entidades deportivas, y el 36,5%, centros de mayores. En cuanto al tipo de instalación o espacio deseado, la mayor parte querría practicar en una instalación deportiva (55,4%) o centro que cuente con ella (23,8%), si bien se observan claras diferencias entre las expectativas de las clases altas y las otras dos clases: en las clases altas, el 90% preferiría practicar en una instalación deportiva o centro que contara con ella y nadie en parques o lugares públicos; pero en las clases medias y bajas, disminuyen algo las expectativas de practicar en instalaciones deportivas o centros que cuenten con ellas (en torno al 79%) y aumentan las expectativas de practicar en parques o lugares públicos, en torno al 11-15%. Y con respecto al modo de desplazamiento al lugar de práctica, la mayoría (82,9%) querría ir andando, y sólo un 8,1% y un 6,5% mencionaron el coche y el autobús, si bien se observaron diferencias entre las clases: en las clases altas, el 70% preferiría ir andando, y un 30% preferiría ir en su coche; pero en las clases medias y bajas, casi todos irían andando (en torno al 84%), pero en torno a un 9% iría en transporte público (autobús, metro) y un 6% en coche.

Pues bien, dada la escasez de estudios en torno a las personas mayores que no practican pero les gustaría practicar, y dado que el conocimiento de sus necesidades y expectativas es uno de los requisitos existentes para que las entidades deportivas puedan plantear adecuadamente sus programas e intervenciones didácticas (Delgado, 2002, 2007; Hernández, De Miguel, Palomo, 2002; Jiménez-Beatty, Martínez del Castillo, 2007), los objetivos planteados en este estudio¹ con respecto a la población de sesenta y cinco años cumplidos y más en España, son:

1. Averiguar la demanda latente en este grupo sociodemográfico, es decir el número de personas mayores que no practican pero les gustaría practicar.
2. En referencia a esas personas de la demanda latente, conocer la principal actividad física semanal que les gustaría realizar, así como sus expectativas en torno al modo de satisfacción de sus necesidades de actividad física.
3. Comprobar si existen diferencias en el modo de satisfacción de las necesidades, según la condición social percibida de esas personas mayores.

2. MÉTODO Y TÉCNICAS

La metodología ha consistido en la realización de entrevistas estructuradas a una muestra estadísticamente representativa de las personas de 65 años cumplidos o más, en España (7.484.392 personas, según el INE y el Padrón Municipal a 1-1-2006). Dado que es una población infinita, la muestra real registra las siguientes características:

- su tamaño es de 933 personas mayores, por lo que trabajando con un intervalo de confianza del 95,5%, y suponiendo en la varianza poblacional el caso más desfavorable de p igual a 50, luego $q = 50$, el margen de error permitido de muestreo es de 3,27%.
- el tipo de muestreo, ha sido probabilístico de tipo polietápico, siendo las unidades de primera etapa los municipios en que residían habitualmente las personas mayores. La afijación de la muestra, ha sido proporcional a la distribución de las personas mayores según tamaño demográfico de los municipios y según género.

El trabajo de campo se llevó a cabo durante el mes de diciembre de 2006. En él, los entrevistadores aplicaron el cuestionario escrito mediante entrevista personal estructurada cara a cara, en el domicilio habitual del mayor. Para captar la información necesaria para los objetivos del estudio, se decidió partir del "Cuestionario de Actividad Física y Personas Mayores" elaborado por Graupera Sanz y Martínez del Castillo para medir las demandas de actividad física de las personas mayores, y ya validado en otros estudios sobre personas mayores (Jiménez-Beatty, 2002; Jiménez-Beatty, Graupera, Martínez del Castillo, Martín y Campos, 2007).

Los análisis de datos fueron efectuados, tras ser tabulados y mecanizados informáticamente, mediante el paquete informático de programas SPSS para WINDOWS (V 14.0).

3. ANÁLISIS DE RESULTADOS

La demanda latente en este grupo sociodemográfico, es decir el número de personas mayores que no practican pero les gustaría practicar, es de un 12,8% del total de personas mayores de 65 años cumplidos o más en España. Por lo tanto esta demanda se situaría en torno a 958.002 personas, si se toman como referencia las 7.484.392 personas de 65 años cumplidos o más en España, según el INE y el Padrón Municipal a 1-1-2006. En la clase social percibida, se observa una clara tendencia consistente en que a medida que se asciende en la clase social percibida se van incrementando los porcentajes de demanda latente: en las personas que se autoclasifican como de clase social baja o media baja, sólo hay un 10,7% de demanda latente; mientras que en las personas de clase media es del 13,6%, y en las personas de clase alta o media alta, hay un 15,9% de demanda latente.

Respecto a la *actividad física semanal que desearían realizar* las personas mayores no practicantes pero interesadas en practicar, se aprecia con claridad que las actividades más demandadas, por el 49,2% (Gráfico 1 y Tabla 1), son las ACTIVIDADES FÍSICAS EN SALA (ejercicio físico, gerontogimnasia, taichi, yoga, bailes...). A continuación por categorías de actividades, se sitúan las ACTIVIDADES FÍSICAS ACUÁTICAS, que realizarían una de cada tres personas (el 34,2%). En tercer lugar se ubican los DEPORTES (de raqueta y otros deportes), mencionados por una de cada diez de estas personas mayores de la demanda latente (el 10%). En cuarto lugar de las categorías se sitúan las ACTIVIDADES FÍSICAS AL AIRE LIBRE en el medio urbano, demandadas por el 6,7% de estos no practicantes (paseos en bicicleta, petanca, bolos...).

Ahora bien en las actividades demandadas según la clase social, se observan diferencias (Tabla 1): a medida que desciende la clase social aumentan los demandantes de AF en Sala (42,9% en clases altas; 47,8% en clases medias; y 57,1% en clases bajas); y sobre todo en las AF acuáticas (14,3% en clases altas; 42% en clases medias; y 25,7% en clases bajas). Por otro lado en las clases altas la demanda de actividades es más diversificada que en las otras clases, pues además de las AF en Sala y

acuáticas, se encuentran un 14,3% que desean realizar AF al aire libre y un 28,6% algún tipo de Deporte (sobre todo de Raqueta). Mientras que en las otras dos clases esas demandas de AF al aire libre y de algún tipo de Deporte, son más reducidas: en torno al 2,9% y al 8% de estas personas desearían realizar AF al aire libre o algún Deporte, respectivamente.

En referencia al *número de horas semanales que desearían practicar*, puede apreciarse que estas personas de la demanda latente tienen unas elevadas expectativas de práctica regular, pues la mayoría desearía practicar dos horas o más a la semana: dos horas el 34,2%; tres horas el 22,5%; y más de tres horas, el 27,5%. Tan sólo un 15,8% contestó una hora a la semana (gráfico 2). Respecto a la distribución de estas expectativas según la clase social, no se observan grandes diferencias en el tiempo deseado de práctica semanal de las personas mayores de cada clase (tabla 2).

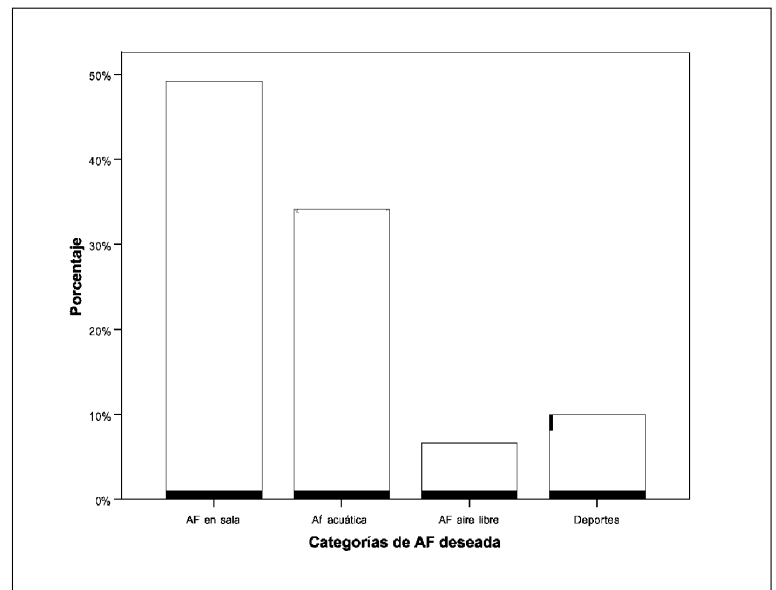


Gráfico 1. Categorías de Actividades físicas deseadas

		% de Clase social			Total
		Alta/media	Media/media	Media/baja	
Categorías de AF deseada	AF en sala	42.9%	47.8%	57.1%	50.0%
	Af acuática	14.3%	42.0%	25.7%	33.9%
	AF aire libre	14.3%	2.9%	8.6%	5.9%
	Deportes	28.6%	7.2%	8.6%	10.2%
Total		100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

Tabla 1. Categorías de Actividades físicas deseadas

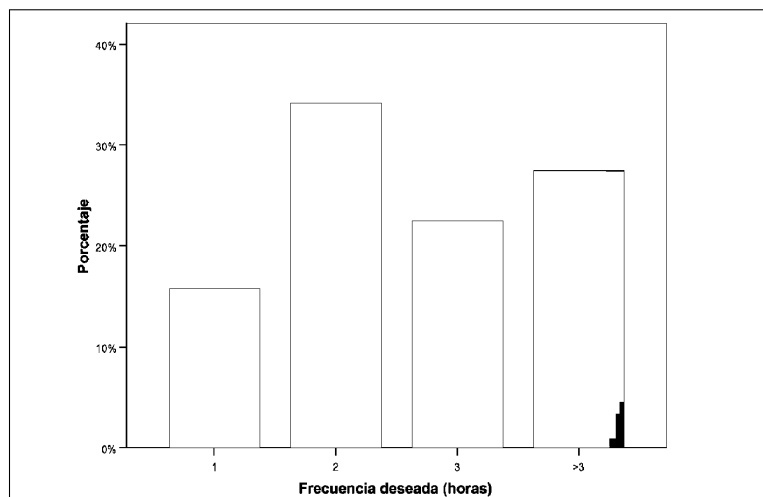


Gráfico 2. Horas semanales deseadas de práctica

% de Clase social		Clase social			Total
		Alta/media	Media/media	Media/baja	
Frecuencia deseada (horas)	1	14.3%	14.5%	17.1%	15.3%
	2	21.4%	39.1%	28.6%	33.9%
	3	21.4%	23.2%	22.9%	22.9%
	>3	42.9%	23.2%	31.4%	28.0%
Total		100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

Tabla 2. Horas deseadas de práctica

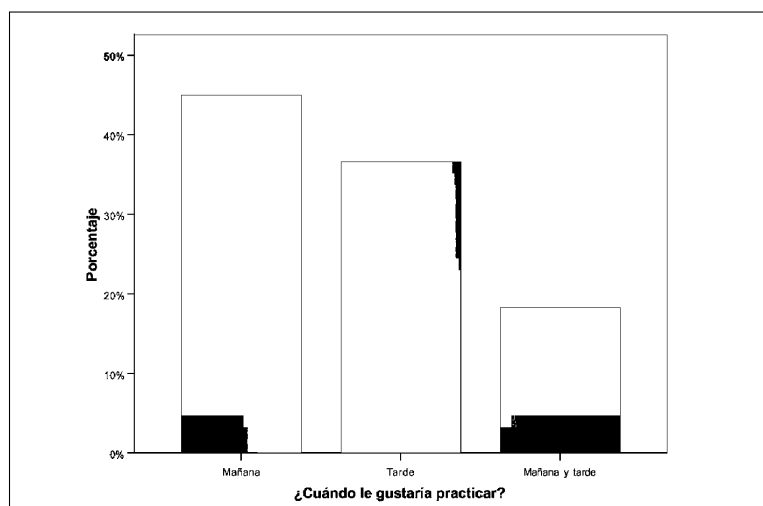


Gráfico 3. Localización temporal de la práctica deseada

% de Clase social		Clase social			Total
		Alta/media	Media/media	Media/baja	
¿Cuándo le gustaría practicar?	Mañana	50.0%	47.8%	37.1%	44.9%
	Tarde	35.7%	34.8%	40.0%	36.4%
	Mañana y tarde	14.3%	17.4%	22.9%	18.6%
Total		100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

Tabla 3. Localización temporal deseada de la práctica

Referente a la *localización temporal*, es decir cuándo les gustaría practicar, el 45% de la demanda latente preferiría acudir por las mañanas a practicar la actividad física deseada y un 36.7% por las tardes. El resto, el 18,3% preferiría por las mañanas y/o por las tardes (gráfico 3). Según la clase social, no se aprecian diferencias en las expectativas en localización temporal entre los mayores de clases altas y medias (tabla 3), en las que la mitad de las personas preferiría por las mañanas. Sin embargo en personas de clases bajas, sólo el 37% preferiría por las mañanas, mientras que un 40% preferiría por las tardes y un 23% manifestó que por las mañanas y/o por las tardes.

En la variable *modo deseado de organización* de la práctica, la mayoría de estas personas preferirían que la actividad les fuera organizada por alguna entidad (gráfico 4): sobre todo algún tipo de entidad deportiva, el 59,6% (y dentro de ellas especialmente las entidades deportivas de los Ayuntamientos – el 44%-; seguidas a mayor distancia por las Asociaciones – el 8%- y los Centros de Empresas Privadas, - el 7,6%-); y en menor medida los propios Centros de personas mayores, el 20,2 %. Tan sólo el 16,7 % prefiere autoorganizar su actividad, bien por su cuenta o con amigos y familiares.

Al estudiar las expectativas en el modo de organización por clases sociales, se observan diferencias (tabla 4). En las personas de las clases medias y bajas, es reducido el porcentaje de aquellas que desean autoorganización (entre el 6 y el 16%) y la mayoría prefiere una entidad deportiva (entre el 61 y el 67%) y en menor medida un Centro de Mayores (el 19.4%). Pero en las clases altas hay un porcentaje muy alto de autoorganización al margen de una entidad (el 35.7%), y un porcentaje más alto de partidarios de un Centro de Mayores (el 28.6%), pero son menos que en las otras clases, el número de los que se decantan por alguna entidad deportiva (el 35.7%).

En cuanto a las *instalaciones o espacios para la práctica* de la actividad deseada (gráfico 5), la mayor parte de la demanda latente desearía practicar en una instalación deportiva (el 56.7%), o un centro que contara con ella (un 12.5%). Y en su centro de mayores, un 15.8%. Tan sólo el 3.3% preferiría practicarla en su domicilio y el 6.7% en un parque o lugar público.

Según la clase social percibida (tabla 5), las mayores expectativas en instalaciones o espacios son, en todas las clases, practicar en una instalación deportiva o en un centro que cuente con ella (en torno al 65-70% de las personas de las tres clases). Las diferencias entre las clases parecen situarse por un lado en que las clases altas no desearían practicar en parques u otros lugares públicos al aire libre mientras que a un 7 u 8% de las personas de clases medias y bajas sí le gustaría. Y la otra diferencia observada se sitúa en las expectativas de practicar en los espacios de los centros de tercera edad, pues mientras que en clases bajas sí lo desearía un 23%, en clases medias o altas sólo lo desearía un 13-14% respectivamente.

Con respecto al *modo de desplazamiento deseado* por la demanda latente (gráfico 6), la mayoría, el 89.7%, preferiría ir andando al lugar de práctica. Son muy escasas las menciones a las otras alternativas: un 1.7% en autobús, un 4.3% en coche y otro 4.3% otras opciones.

Según la clase social percibida (tabla 6), no se observan grandes diferencias, deseando la mayoría de las personas de las tres clases sociales, acudir andando al lugar de práctica. No obstante y de manera significativa, las únicas menciones al autobús y las no menciones al coche, tienen lugar sólo en clases bajas. Mientras que en clases altas y medias, no mencionan el autobús y algunos mencionan el coche (6.1% en clases medias y 7.7% en clases altas).

El *tiempo deseado de desplazamiento* al lugar donde realizarían la actividad física semanal se sitúa para la mayor parte de estas personas por debajo de los quince minutos (gráfico 7): el 34% desearía menos de cinco minutos; el 27% entre cinco y diez minutos; y el 24% entre diez y quince minutos. Sólo el 19% contestó un tiempo superior a los quince minutos.

Analizando esta variable de tiempo deseado de desplazamiento por *clases sociales percibidas* (tabla 7), se observa con claridad que a medida que se asciende en la clase social, decrece la media en los tiempos de desplazamiento que dedicarían para realizar su actividad (14.83 minutos en clases bajas, 10.70 en clases medias y 8.29 en clases altas).

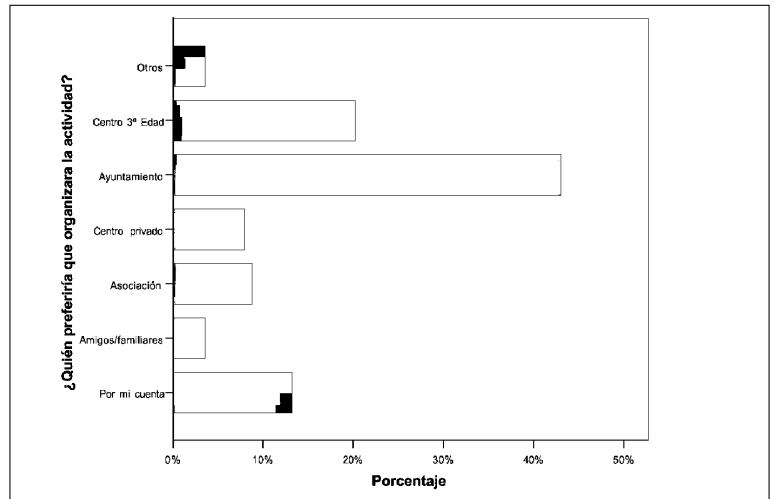


Gráfico 4. Modo deseado de organización para la práctica

% de Clase social		Clase social			Total
		Alta/media	Media/media	Media/baja	
Modo de organización	Auto-organización	35.7%	16.4%	6.5%	16.1%
	Entidad deportiva	35.7%	61.2%	67.7%	59.8%
	Hogar/residencia	28.6%	19.4%	19.4%	20.5%
	Otros		3.0%	6.5%	3.6%
Total		100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

Tabla 4. Modo deseado de organización para la práctica

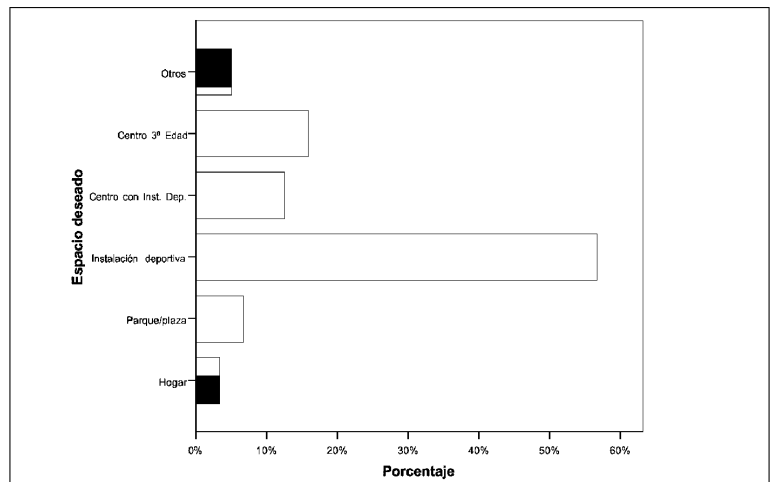


Gráfico 5. Instalaciones o espacios deseados para la práctica

% de Clase social		Clase social			Total
		Alta/media	Media/media	Media/baja	
Espacio deseado	Hogar	7.1%	4.3%		3.4%
	Parque/plaza		7.2%	8.6%	6.8%
	Instalación deportiva	50.0%	58.0%	54.3%	55.9%
	Centro con Inst. Dep.	14.3%	13.0%	11.4%	12.7%
	Centro 3ª Edad	14.3%	13.0%	22.9%	16.1%
	Otros	14.3%	4.3%	2.9%	5.1%
Total		100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

Tabla 5. Instalaciones o espacios deseados para la práctica

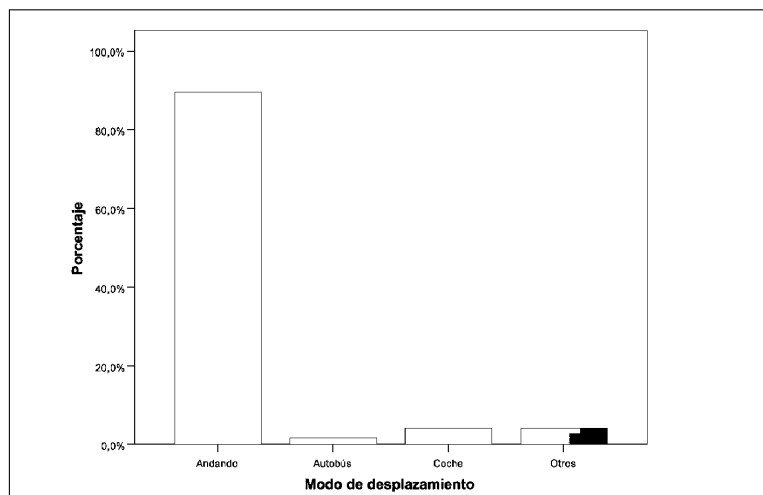


Gráfico 6. Modo deseado de desplazamiento al lugar de la práctica

% de Clase social		Clase social			Total
		Alta/media	Media/media	Media/baja	
Modo de desplazamiento	Andando	84.6%	90.9%	88.6%	89.5%
	Autobús			5.7%	1.8%
	Coche	7.7%	6.1%		4.4%
	Otros	7.7%	3.0%	5.7%	4.4%
Total		100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

Tabla 6. Modo deseado de desplazamiento al lugar de práctica

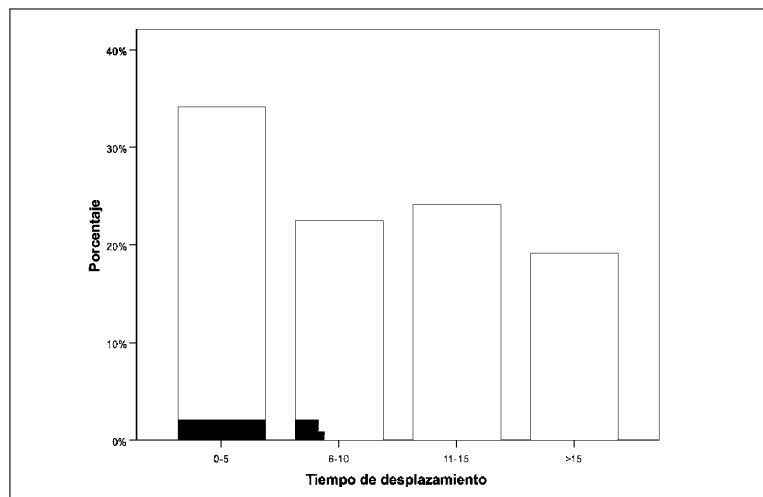


Gráfico 7. Tiempo deseado de desplazamiento al lugar de la práctica

Tiempo de desplazamiento (min.)		
Clase social	Media	Desv. típ.
Alta/media	8.29	4.921
Media/media	10.70	6.779
Media/baja	14.83	10.354
Total	11.64	8.091

Tabla 7. Tiempo deseado de desplazamiento al lugar de práctica según clase social

4. DISCUSIÓN

Con respecto al resultado obtenido en la demanda latente, el 12,8% de todas las personas mayores en España, es muy inferior al obtenido en la provincia de Guadalajara (Jiménez-Beatty, Martínez del Castillo y Graupera., 2006), y en la Comunidad de Madrid (Jiménez-Beatty, Martínez del Castillo, 2007). Ello podría haber sido propiciado por un cambio en la pregunta y por una mayor diversidad de la población estudiada. Respecto a la pregunta, en los estudios de la Comunidad de Madrid y de la provincia de Guadalajara, se preguntó a las personas mayores si desearían realizar actividad física y en el presente estudio se preguntó si desearían realizar actividad física semanalmente. Es decir la nueva versión de la pregunta implicaba un mayor grado de compromiso con la actividad física. Por otro lado la muestra de este estudio en toda España es representativa de todos los tipos de municipios existentes, desde los muy rurales hasta los muy urbanos, por lo que dado que la mayor parte de los municipios de la Comunidad de Madrid son muy urbanos, así como el municipio capital de la provincia de Guadalajara, es probable que en ellos la necesidad de practicar actividad física regular esté ya más arraigada en sus personas mayores que en otro tipo de municipios más rurales y menos desarrollados socioeconómicamente y deportivamente. También existen diferencias en la distribución por clases sociales percibidas de la demanda latente, pues mientras que en el presente estudio a medida que se eleva la clase social se incrementa la demanda latente, en el estudio de Guadalajara no hay apenas diferencias entre las clases y en el estudio de Madrid la mayor demanda latente tiene lugar en las clases media y baja, siendo inferior en las clases altas. En estas diferencias en los resultados obtenidos podría estar influyendo entre otros factores, las peculiaridades de la oferta para personas mayores y de los entornos de socialización deportiva (Martínez del Castillo et al., 2006) existentes en cada sistema territorial.

En cuanto a las actividades que desearían realizar, la mayoría de las personas mayores en España (el 83%) se decantan por practicar programas de actividad física en sala, seguidos por actividad física en el medio acuático y de manera más minoritaria otras actividades. El predominio en la demanda de ambas actividades es similar al observado en los estudios de Guadalajara y Madrid. Asimismo, estos dos tipos de actividad tienen una elevada demanda latente en las tres clases so-

ciales consideradas en España, y especialmente en las clases medias y bajas, pues en las clases altas si bien el 57% desea una u otra de esas actividades, también solicitan otras actividades que quizás les son menos ofrecidas a estas personas en sus entornos de residencia que las actividades acuáticas y en sala. No obstante esta distribución observada en la muestra de España según clase social, no es coincidente con los resultados obtenidos en Guadalajara y Madrid, que a su vez tampoco eran coincidente entre sí. Dado que se está hablando de necesidades no atendidas, todo parece indicar que las actividades en sala y piscina son las más demandadas en España por el conjunto de personas mayores, pero las peculiaridades de la oferta existente en cada sistema territorial puede ser uno de los factores explicativos de las diferencias observadas con la distribución de la demanda latente de actividades físicas hallada en los estudios de Guadalajara y Madrid.

En referencia a las expectativas en el número de horas semanales que desearían practicar, la mayoría (el 84%) desearía practicar dos horas o más a la semana, tendencia coincidente con los estudios de Guadalajara y Madrid (si bien debe advertirse que en esos estudios, se preguntaba por veces a la semana, no por horas a la semana, como en el presente estudio). Todo ello parece evidenciar que estas personas mayores serían practicantes muy regulares, si se resolvieran sus barreras percibidas (Martínez del Castillo et al., 2007). Respecto a la distribución por clases sociales no se han encontrado apenas diferencias entre las personas de las tres clases, al igual que en el estudio de Madrid, si bien en el estudio de Guadalajara a medida que ascendía la clase social se incrementaban los demandantes de tres veces o más a la semana.

Referente a la localización temporal de la práctica, casi la mitad de las personas practicaría por las mañanas y algo más de un tercio por las tardes, de manera muy similar a la observada en los estudios de Guadalajara y Madrid. Y en cuanto a la distribución según clase social, en el presente estudio se ha observado que en las clases bajas es algo menor el número de demandantes por las mañanas que en las otras dos clases, quizás por unas mayores responsabilidades domésticas o familiares y unos menores recursos económicos para contratar servicios o personas que atienden esas responsabilidades (atención de familiares dependientes, apoyo a los hijos, cuidado de nietos...). Estas diferencias según clases también fueron detectadas en el estudio de Guadalajara, pero no se observaron en el estudio de Madrid.

En el modo deseado de organización de la actividad, la mayoría desearía que su práctica fuera organizada por alguna entidad: bien deportiva, el 59,6% (sobresaliendo las menciones a los ayuntamientos) o por los centros de mayores, el 20,2%. Sólo el 16,7% prefiere autorganizar su actividad. Estos resultados son muy similares a los observados en los estudios de Guadalajara y Madrid. Con respecto a la distribución por

clases sociales, en el presente estudio son muy similares las expectativas de las personas de clases medias y bajas, y muy próximas a la distribución expuesta, pero se han encontrado claras diferencias con las personas de clases altas, que manifestaron más preferencias por autoorganización y hogares o residencias de mayores y menos por entidades deportivas. Estas expectativas en las clases altas expresan una tendencia totalmente contraria a la observada en las clases altas en Guadalajara y de Madrid, por lo que convendría verificarla en futuros estudios con un tamaño muestral mayor.

En cuanto a la instalación o espacio deseado para la práctica, la mayoría de las personas preferirían practicar en una instalación deportiva o centro que contara con ella (incluidos los centros de mayores), y sólo una pequeña parte menciona la práctica en parques o lugares públicos. Estos resultados son muy similares a los obtenidos en los dos citados estudios de Guadalajara y Madrid. En referencia a la distribución por clases sociales, se han encontrado expectativas muy similares entre las clases, excepto en que las personas mayores de clases altas no desearían practicar en parques o lugares públicos. Esta diferencia también se observó en el estudio de Madrid, pero no en el de Guadalajara.

Con respecto al modo de desplazamiento al lugar de práctica, de manera mayoritaria les gustaría acudir andando (89,7%), siendo escasas las menciones a las otras alternativas como el autobús o el coche. Esta tendencia coincide con la observada en los dos estudios precedentes citados. Y en cuanto a la distribución por clases sociales la mayoría de las personas de las tres clases coinciden en preferir acudir andando. Las únicas diferencias entre las clases altas y bajas, radican en que: entre las clases altas no aparece ninguna mención al transporte público y hay un pequeño porcentaje que menciona el coche, mientras que entre las clases bajas tiene lugar el fenómeno contrario. Tendencia que ya se observó en el estudio de Madrid, pero no en el de Guadalajara, pues en éste no se encontraron diferencias.

En la variable *tiempo deseado de desplazamiento* al lugar donde realizarían la actividad física semanal (no estudiada en investigaciones precedentes), la mayoría de estas personas (81%) preferirían emplear menos de quince minutos. Por *clases sociales percibidas*, se observa con claridad que a medida que se asciende en la clase social, decrece la media en los tiempos de desplazamiento que dedicarían para realizar su actividad (14.83 minutos en clases bajas, 10.70 en clases medias y 8.29 en clases altas). Los resultados obtenidos en esta variable y en la anterior, modo de desplazamiento, parecen evidenciar nítidamente la importancia de una adecuada localización geográfica de las instalaciones y centros de oferta de los programas de servicios de actividad física dirigidos a satisfacer las necesidades de estas personas mayores de la demanda latente.

5. CONCLUSIONES

Existe en España una demanda latente de actividad física en las personas de 65 años cumplidos o más, es decir un conjunto de personas con sus necesidades de actividad física no atendidas, pues no practican semanalmente pero desearían practicar, el 12,8% de estas personas mayores. Este porcentaje, promedio del conjunto de esta población en España, registra variaciones por clases sociales y sistemas territoriales, que convendría seguir abordando en futuros estudios de necesidades de estas personas (en los que se contemplara la posible influencia de las peculiaridades de la oferta de actividad física y de los entornos de socialización deportiva, en las diferentes clases sociales presentes en cada sistema territorial).

Todo parece indicar que los programas de actividades físicas en sala y en el medio acuático son las más demandadas por el conjunto de esta población, especialmente en clases medias y bajas, seguidas por otras actividades más minoritariamente demandadas y que varían según sea el sistema territorial estudiado. Probablemente por las peculiaridades de la oferta dirigida a cada clase, y de los entornos de socialización de cada clases, en cada sistema territorial. Estos supuestos también convendría fueran contemplados en futuras investigaciones en este campo.

Estas personas probablemente serían unos practicantes muy regulares, pues la mayoría de las personas con independencia de su condición social, declara que realizaría semanalmente dos horas o más de actividad física. Con respecto a

cuándo realizarían la actividad, casi la mitad la realizaría por las mañanas y algo más de un tercio por las tardes, si bien en las personas de clases bajas, bajan las expectativas en las mañanas y aumentan por las tardes.

La mayoría de estas personas prefieren que sea una entidad quien organice su actividad, en vez de autoorganizarla ellas. Sobresalen las entidades deportivas (especialmente municipales) y a mayor distancia los centros de mayores. Las discrepancias con los estudios precedentes, en los resultados obtenidos en personas de clase alta (no en clases medias y bajas), parece recomendar futuros estudios con un tamaño muestral mayor.

En cuanto a la instalación o espacio deseado para la práctica, la mayoría de estas personas preferirían practicar en una instalación deportiva o centro que contara con ella (incluidos los centros de mayores), y sólo una pequeña parte menciona la práctica en parques o lugares públicos (todas ellas de clases medias o bajas). A dicha instalación o lugar, la mayoría de las personas de las tres clases, acudiría andando y preferiría emplear menos de quince minutos en el desplazamiento.

Nota

Esta investigación forma parte del Proyecto Coordinado de I+D+I DEP2005-00161-C03 y sus tres Subproyectos 01, 02 y 03, que han sido cofinanciados por: el Ministerio de Educación y Ciencia y los fondos europeos FEDER, así como por la Ayuda para apoyar las líneas de I+D de los Grupos de Investigación de la Universidad Politécnica de Madrid: UPM05-C-11203 y la Ayuda para proyectos de investigación de la Universidad de Alcalá.

6. BIBLIOGRAFÍA

- Curtis, J., White, P., & McPherson, B. D. (2000). Age and physical activity among Canadian women and men: findings from longitudinal national survey data. *Journal of Aging and Physical Activity*, 8 (1), 1-19.
- Delgado, M.A. (2002). Las concepciones previas de las personas mayores acerca de la actividad física como base para la intervención didáctica. En A. Merino et al. (comps.), *Actas del I Congreso Internacional de Actividad Física para personas mayores* (pp.227-262). Málaga: Diputación de Málaga.
- Delgado, M.A. (2007). La evaluación en la enseñanza de la actividad física para adultos y mayores. En P. Montiel et al. (comps.), *Actas del II Congreso Internacional de Actividad Física para las personas mayores* (pp.117-128). Málaga: Instituto Andaluz del Deporte.
- García Ferrando, M. (2001). *Los españoles y el deporte: prácticas y comportamientos en la última década del siglo XX*. Madrid: MEC- CSD.
- García Ferrando, M. (2006). *Posmodernidad y Deporte: Entre la individualización y la masificación. Encuesta sobre hábitos deportivos de los españoles 2005*. Madrid: CSD-CIS.
- Hernández, A., De Miguel, F.J. y Palomo, B. (2002). Hábitos deportivos de la tercera edad en Málaga. En A. Merino et al. (comps.), *Actas del I Congreso Internacional de Actividad Física para personas mayores*. Málaga: Diputación de Málaga.
- Jiménez-Beatty, J.E. (2002). *La demanda de servicios de actividad física de las personas mayores*, Tesis Doctoral, Universidad de León.
- Jiménez-Beatty, J.E., Martínez del Castillo, J. y Graupera, J.L. (2006). *Las administraciones públicas de la Provincia de Guadalajara y la integración social de las personas mayores a través de los servicios sociales de actividad físico-deportiva*. Alcalá de Henares: Universidad de Alcalá-Ibercaja (memoria final del proyecto de investigación).
- Jiménez-Beatty, J.E., Graupera, J.L., Martínez del Castillo, J., Martín, M^a, Campos, A. (2007). Motivational factors and physician's advice in physical activity in the older urban population. *Journal of Aging and Physical Activity*, Vol. 15, 3, 241-256.
- Jiménez-Beatty, J.E. y Martínez del Castillo, J. (2007). El estudio de necesidades y la organización de actividades físico-deportivas en las personas mayores. En P. Montiel et al. (comps.) *Actas del II Congreso Internacional de Actividad Física para las personas mayores* (pp.221-240). Málaga: Instituto Andaluz del Deporte.
- Jiménez-Beatty, J.E. (2002). *La demanda de servicios de actividad física de las personas mayores*, Tesis Doctoral, Universidad de León.
- Martínez del Castillo, J., Graupera, J.L., Jiménez-Beatty, J.E., Rodríguez, M.L. (2006). Condiciones de vida, socialización y actividad física en la vejez. *Revista Internacional de Sociología*, 44, 39-62.
- Martínez del Castillo, J., Jiménez-Beatty, J.E., Campos, A., Del Hierro, D.; Martín, M^a; González, M^a.D. (2007) Barreras organizativas y sociales en la práctica de actividad física en la vejez. *European Journal of Human Movement. Motricidad*, Vol.19, 19-35.
- Mosquera, M.J. y Puig, N. (2002). Género y edad en el deporte. En M. García Ferrando, N. Puig, F. Lagardera (Comps.). *Sociología del Deporte* (114-141). Madrid: Alianza Editorial.