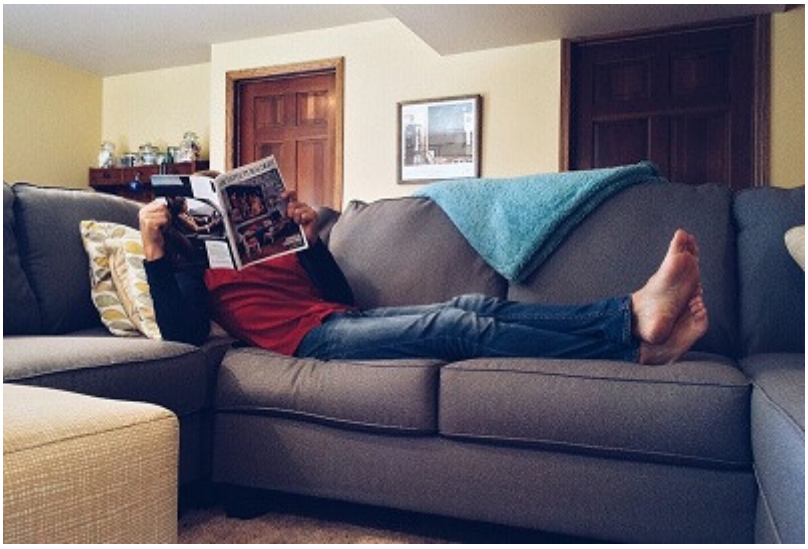
España es el cuarto país de Europa con más población sedentaria



Un nuevo estudio realizado por **Ipsos** y el **Foro Económico Mundial** sitúa a España como el cuarto país europeo con un mayor porcentaje de población sedentaria. Este estudio se ha realizado para conocer la relación de los ciudadanos de 29 países analizados con la actividad física y el deporte.

Los principales resultados del estudio muestran que, de media, el 70% de los ciudadanos está muy o bastante satisfecho con su estilo de vida. España tiene el mismo porcentaje, situándose como el tercer país europeo menos satisfecho. Por el contrario, Países Bajos y Reino Unido se sitúan como los más satisfechos a nivel europeo, con un 85% y 81% respectivamente.

A nivel global, los ciudadanos dedican de media 6,1 horas semanales a hacer ejercicio, disminuyendo en el caso de España hasta las 5,2 horas semanales. Asimismo, España es el cuarto país europeo con mayor porcentaje de personas que no hacen nada de ejercicio, con un 15%, situándose por detrás de países como Italia y Polonia (26%) o Francia (22%). Países Bajos vuelve a ser el país que lidera la lista, ya que sólo el 4% declara no hacer nada de ejercicio.

En cuanto a los deportes más practicados a nivel internacional, en primer lugar se sitúa el fitness, con un 20%, seguido del running (19%), el ciclismo (13%) y el fútbol (10%). En el caso de España, el fitness también lidera la lista, con un 20%, siendo el cuarto país europeo que más lo practica. También destacan en España la natación (11%), el running

y ciclismo (9%) y el fútbol (8%).

En relación a la satisfacción con el nivel de actividad física que se realiza, el 58% de media a nivel global declara que querrían hacer más deporte. En España este porcentaje sube hasta el 20%, siendo el segundo país europeo que más lo desea.

Por otro lado, el 37% de los encuestados están felices con el ejercicio que practican, disminuyendo hasta el 36% en el caso de España, siendo el segundo país europeo que menos satisfecho está. Los países más satisfechos son Reino Unido (55%), Países Bajos (51%) y Alemania (49%).

Las barrera principal por la que la población no realiza más ejercicio es la falta de tiempo (37%), seguido de la falta de dinero (18%) y las condiciones climáticas (17%). En España los datos son similares, siendo las principales la falta de tiempo (34%), la falta de dinero (15%) y las condiciones climáticas (14%). Estos datos sitúan a España en un término medio a nivel europeo.

Fuente: **Munideporte.com**

Link to Original article: https://www.circulodegestores.com/blog/espana-es-el-cuarto-pais-de-europa-con-mas-poblacion-sedentaria?elem=269463