

LA BRECHA DE GÉNERO EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN ESPAÑA SE REDUCE HASTA MÍNIMOS HISTÓRICOS.

Basado en los informes del Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes junto al Consejo Superior de Deportes y según la última edición de la Encuesta de Hábitos Deportivos (de octubre de 2024 a octubre de 2025), que fue presentada el pasado 29 de enero de 2026, podemos decir que:

- Más de seis de cada 10 personas en España de 15 años en adelante (62,7%) practicó deporte, de forma periódica u ocasional, lo cual refleja un nuevo aumento del número de personas que practican deporte en España.
- La diferencia entre la práctica deportiva de hombres y mujeres se ha reducido en los dos últimos años hasta 6,7 puntos porcentuales (66,2% de los hombres frente al 59,5% de las mujeres).
- La encuesta sitúa a la gimnasia suave e intensa, al senderismo, la musculación, la natación y el ciclismo como las modalidades más practicadas en España.

También es interesante informar de la periodicidad con la que las personas practican alguna modalidad deportiva:

- Un 25,5% de la población practica deporte a diario.
- Un 53,9% de la población lo hace al menos una vez por semana.
- Un 59,9% de la población se activa al menos una vez al mes.
- Y un 61,7% lo hace, como mínimo una vez al trimestre.

Por lo que podemos asegurar que el deporte ha dejado de ser una cita esporádica para consolidarse como un hábito entre las personas que residen en España en el último año.

Sin embargo, hay que destacar que la edad y el nivel de estudios sigue siendo una clara frontera para las mujeres españolas frente al deporte masculino, aunque la brecha anualmente se va estrechando. Como se ha dicho anteriormente, la media anual alcanza al 66,2% de los hombres y al 59,5% de las mujeres, (6,7 puntos porcentuales de diferencia). Si se mira el detalle de la estadística se pueden sacar la siguiente conclusión:

“Las mujeres universitarias (con un 80,4% de participación) o con estudios de educación superior (con un 78,1%) son las que mantienen la tasa de participación femenina en la práctica deportiva”. Es evidente que, dadas estas cifras, es necesario incidir en la población de niveles bajos de formación académica para mejorar la desigualdad social como un indicador considerable.

Tanto mujeres como hombres han manifestado que realizan práctica deportiva principalmente para ESTAR EN FORMA y también es llamativo el porcentaje que tienen otras motivaciones, como principal objetivo para hacer deporte:

- 28,8% para estar en forma.
- 18,9% para relajarse.
- 17,1% por motivos de salud.
- 16,9% por motivos de entrenamiento o diversión.

Lo que es evidente es que el deporte se utiliza como medicina preventiva, pero también como refugio mental y espacio dedicado al disfrute.

Dentro de las personas que no practican ninguna actividad deportiva, debemos pensar en cómo rescatarlas en un futuro próximo:

- 26,3% que no hace deporte por falta de tiempo.
- 11,9% por falta de interés en la práctica deportiva.
- 11,7% por la edad.
- 11,4% por tener la percepción de que ya ha practicado suficientemente en su vida.
- 5,2% por motivos económicos y limitaciones de acceso a instalaciones adecuadas.

Como último detalle a tener en cuenta, debemos destacar el concepto de la herencia deportiva y la socialización a través de la familia. El informe también trata estos dos aspectos importantes, teniendo en cuenta que:

- 59,4% de la población que practica deporte, inició esta actividad antes de los 15 años (70,5% en el caso de los hombres y un 47,7% entre las mujeres).
- 36,7% de la población que practica deporte manifiesta que al menos uno de sus padres practica o ha practicado la actividad que realizan ellos/as. Con un 74,2% entre los jóvenes de 15 a 19 años.
- 50,7% de los adultos practican deporte acompañado de sus hijos/as, tanto en los entrenamientos como en las competiciones.



Figura ilustrativa de resultado del informe.

Según el informe de hábitos deportivos en España, el **bádminton** se encuentra entre los deportes de raqueta con menor número de licencias federativas en comparación con otros deportes de raqueta, aunque cuenta con una base de practicantes estable en todas las comunidades autónomas y cuenta con una práctica considerable en los Centros Escolares.

En datos recientes, el bádminton ha registrado cifras cercanas a las 10.000 licencias en España, lo que lo mantiene en una posición minoritaria dentro del conjunto de deportes federados y olímpicos. Sin embargo, a pesar de no ser un deporte de masas en cuanto a licencias en España, su popularidad ha aumentado en los últimos años al 100% gracias a referentes como Carolina Marín, situándose como un deporte reconocido y muy practicado en entornos escolares y de ocio.

A nivel mundial, el bádminton mantiene una posición mucho más elevada, situándose como uno de los 10 deportes más practicados del mundo, con más de 200 millones de jugadores activos, especialmente debido a su enorme popularidad en países asiáticos.