

NOTA DE PRENSA

Las áreas con menos instalaciones deportivas de Madrid presentan una mayor prevalencia de obesidad y diabetes tipo 2

- Investigadores de la Universidad de Alcalá estudian la relación entre la disponibilidad de instalaciones deportivas y la prevalencia de obesidad y diabetes en la ciudad de Madrid.
- La investigación evidencia que el aumento de prevalencia de ambas enfermedades es mayor en barrios de menor nivel socioeconómico, y aún más en mujeres

Alcalá de Henares, 18 de noviembre de 2021

Un nuevo estudio, desarrollado dentro del proyecto [Heart Healthy Hoods](#) de la Universidad de Alcalá, analiza la [relación entre la disponibilidad de instalaciones deportivas y la prevalencia de obesidad y diabetes tipo 2 en la ciudad de Madrid](#), estudiando una muestra de 1.270.512 adultos de entre 40 y 75 años, que representa el 91% de la población de esta franja de edad que reside en Madrid.

La investigación muestra resultados concluyentes: [las áreas de Madrid que tienen menor disponibilidad de instalaciones deportivas presentan un 22% más de casos de obesidad y un 38% más de diabetes tipo 2 que los barrios que cuentan con una disponibilidad de recursos de ejercicio físico más alta.](#)

El estudio, cuyos resultados han sido publicados en la prestigiosa revista científica [Diabetologia](#), se ha llevado a cabo en colaboración con investigadores del australiano [Royal Melbourne Institute of Technology](#), de la estadounidense [Drexel Dornsife School of Public Health](#) y de la Unidad de Investigación de Atención Primaria de la Comunidad de Madrid.

Mayor efecto en los barrios con menor nivel socioeconómico y en las mujeres

El estudio también ha arrojado unos resultados que sacan a relucir los [efectos de las desigualdades en salud](#); las áreas con menor nivel socioeconómico y baja disponibilidad de instalaciones deportivas presentan una prevalencia de un 13% (en obesidad) y un 17% (en diabetes tipo 2) mayor que las áreas que, teniendo igualmente una baja disponibilidad de instalaciones deportivas, cuentan por el contrario de un mayor nivel socioeconómico.

Esta desigualdad también se manifiesta cuando se observan [diferencias entre hombres y mujeres](#): las mujeres que viven en áreas con baja disponibilidad de instalaciones deportivas y bajo nivel socioeconómico tienen una prevalencia en diabetes de más del doble (24%) que los hombres que viven en áreas de características similares (10%).

Implicaciones y recomendaciones políticas

El estudio evidencia que vivir cerca de espacios donde se pueda practicar ejercicio físico está relacionado con el volumen de casos de obesidad y diabetes en el barrio. Y que esta asociación es aún más agresiva para áreas de menor nivel socioeconómico y para las mujeres.

En este contexto, los investigadores proponen **un aumento de recursos para la práctica de ejercicio físico en aquellas áreas más desfavorecidas**, en forma de nuevas instalaciones deportivas gratuitas o con un bajo precio mensual; ya que hay evidencia de que las instalaciones deportivas con precios variables (como pago por sesión) suponen una barrera de acceso para las poblaciones con menor nivel socioeconómico. Asimismo, hacen hincapié en la necesidad de desarrollar programas de ejercicio físico con perspectiva de género, generando así espacios accesibles a la práctica de actividad física de toda la población.

La importancia del estudio de las instalaciones deportivas

Este estudio aborda, además, un elemento fundamental en la promoción de la salud de la población en relación con la práctica de actividad física, las instalaciones deportivas. Este tipo de destino fomenta una práctica deportiva especialmente beneficiosa en términos de salud, ya que diversos estudios han demostrado que la intensidad del ejercicio físico que se practica en ellas genera unos beneficios significativamente mayores a otras prácticas como caminar o el *running*.

Asimismo, la presencia de recursos humanos que guíen la práctica de ejercicio, podría ser un especial acicate para el inicio a la práctica de actividad física de ciudadanos físicamente inactivos, así como un buen medio para la práctica de ejercicio de calidad, y la prevención de posibles lesiones derivadas de ella. Algo especialmente importante en aquellas personas que inician su práctica de actividad física desde el sedentarismo.

Referencia bibliográfica: Cereijo, L., Gullón, P., Del Cura, I. et al. Exercise facilities and the prevalence of obesity and type 2 diabetes in the city of Madrid. *Diabetologia* (2021). <https://doi.org/10.1007/s00125-021-05582-5>

Contacto

Comunicación Institucional
Universidad de Alcalá

📞 91-885 40 67 ✉️ prensa@uah.es

📘 /UniversidadDeAlcala 📺 @UAHes