2026

Movimiento en la infancia

Prácticas y creencias sobre el movimiento

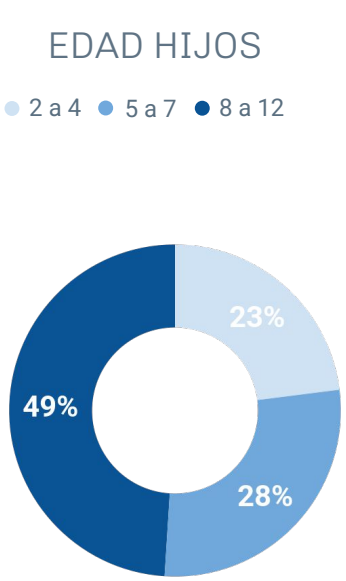
Club de Amigos

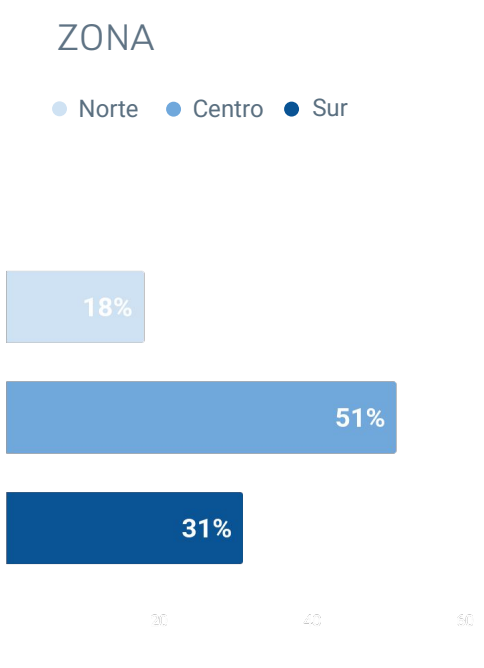
pulsar|uba

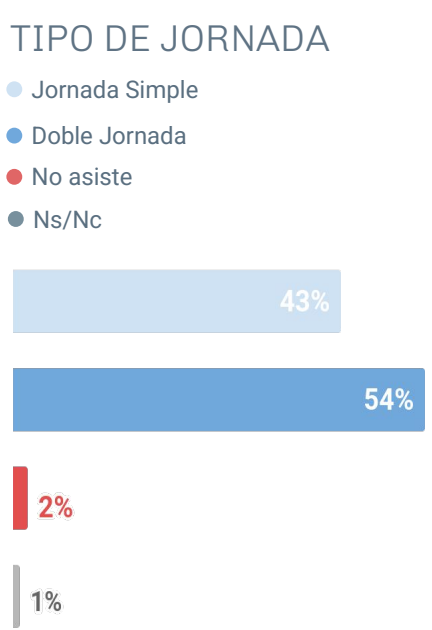
ficha técnica

Universo	Padres de chicos entre 2 y 12 años.
Muestra y cobertura	Población de CABA, 607 casos.
Fecha de relevamiento	Del 01 al 04 de septiembre de 2026.
Técnica de muestreo	No probabilística, con cuotas por zona, sexo de los padres, y edad de los hijos. Relevamiento mixto (N=607): Online 507 casos. y 100 casos presenciales.
Margen de error de referencia	+/- 4.0%. Nivel de confianza: 95%. Al tratarse de un diseño no probabilístico, el margen de error es orientativo.

composición muestral







Resumen ejecutivo

1 Los padres no están satisfechos con la actividad física de sus hijos.

El 77% de los padres querría que su hijo/a hiciera más actividad física de la que realiza. Además, el 44% considera que su hijo/a no se mueve lo suficiente.

2 El deporte aumenta con la edad. El movimiento físico no deportivo, por el contrario, cae.

Hacer deporte fuera del colegio sube de 31% entre los 2-4 años a 67% en 5-7, y 71% en 8-12.

La actividad física no deportiva, no obstante, cae con la edad. El 59% entre 2-4 realiza más de una hora diaria, valor que cae a 50% para 5-7 y a 47% para 8-12.

.

3 Conocer la recomendación de la actividad física afecta positivamente a la práctica.

Los hijos de los padres que conocen la recomendación de actividad diaria mínima son quienes más realizan.

4 El club, donde está el deporte.

La mitad de quienes practican deportes lo hacen en un club, un tercio en un gimnasio privado, y menos del 20% en un polideportivo.

5 Oportunidad en dos segmentos: deporte en pausa por costos (23%) y fuera del radar (16%).

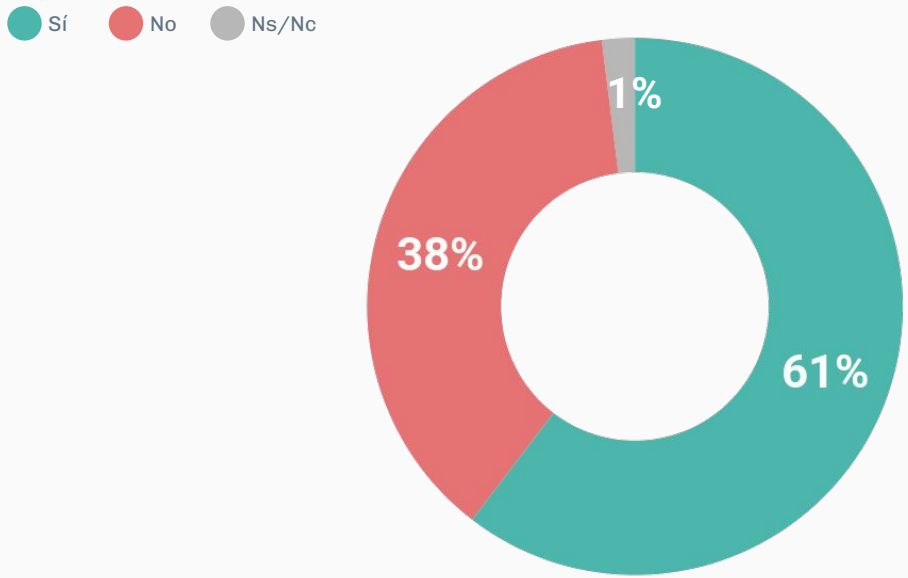
Deporte en pausa (23%): valoran la actividad física y quieren que sus hijos hagan más, pero el costo los frena.

Deporte fuera del radar (16%): tampoco hacen deporte, pero no por plata. Son familias con hijos más chicos y menos contacto con la oferta, y son susceptibles a una campaña.

Actividad física: prácticas deportivas

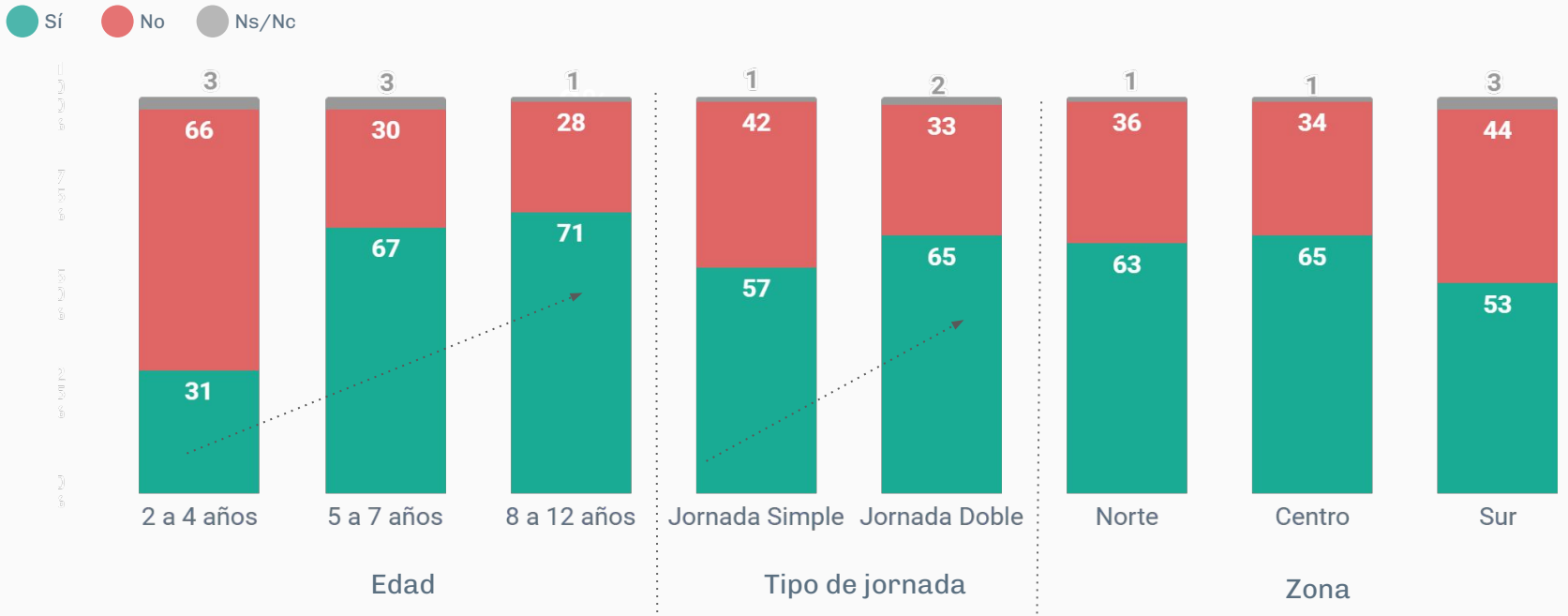
Actividad física fuera del colegio

¿Su hijo/a hace algún deporte o actividad física fuera del horario escolar?



Base: 607 casos - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta “Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia” | Pulsar.UBA

¿Su hijo/a hace algún deporte o actividad física fuera del horario escolar?



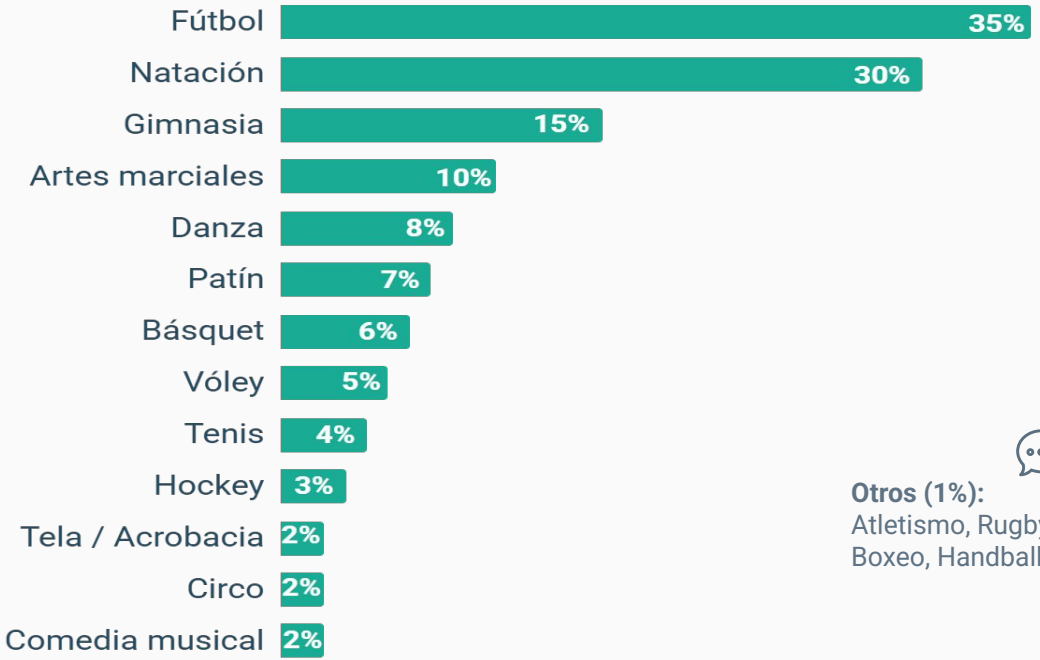
Base: 607 casos - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta “Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia” | Pulsar.UBA

Deportes y actividad física

Se observa una gran brecha de género en tres deportes. Principalmente, **fútbol (62% varones contra 8% mujeres)**, luego gimnasia (6% hombres contra 23% mujeres) y, en menor medida, artes marciales (13% vs 7%, respectivamente).

¿Qué deporte o actividad física realiza su hijo/a fuera del horario escolar?

Respuesta múltiple



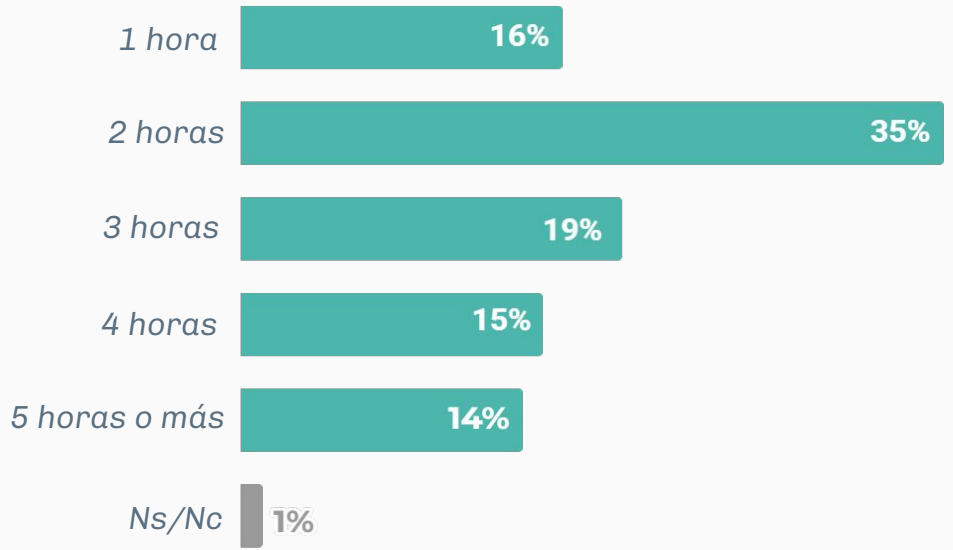
Otros (1%): Atletismo, Rugby, Boxeo, Handball.

Base: 368 casos / quienes hacen deportes fuera del horario escolar - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta "Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia" | Pulsar.UBA

Horas semanales

Los chicos de entre 2 y 12 años de la CABA realizan, en promedio, 2,8 horas de actividad física a la semana.

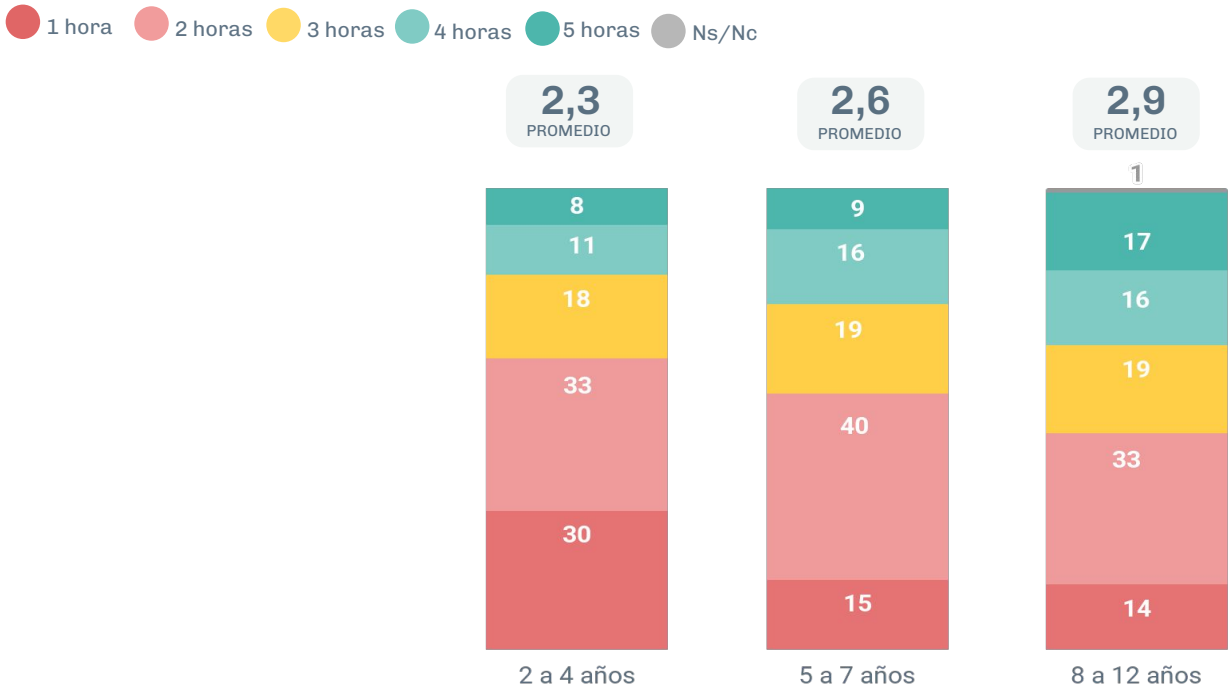
¿Cuántas horas por semana realiza estas actividades deportivas?



Base: 368 casos / quienes hacen deportes fuera del horario escolar - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta “Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia” | Pulsar.UBA

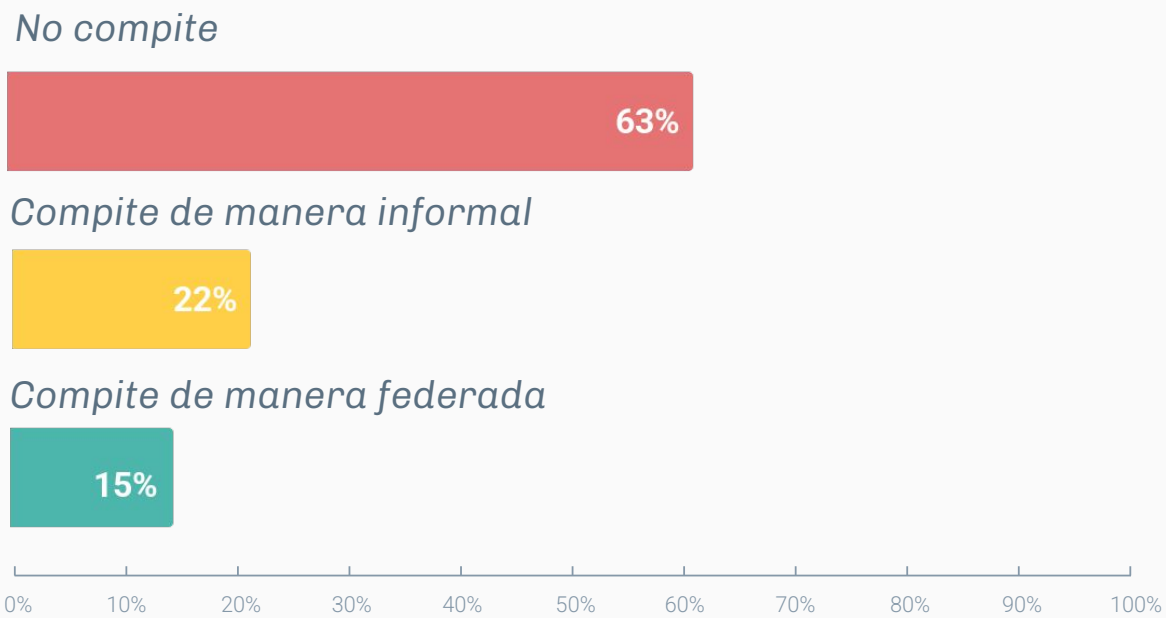
¿Cuántas horas por semana realiza estas actividades deportivas?

SEGÚN EDAD



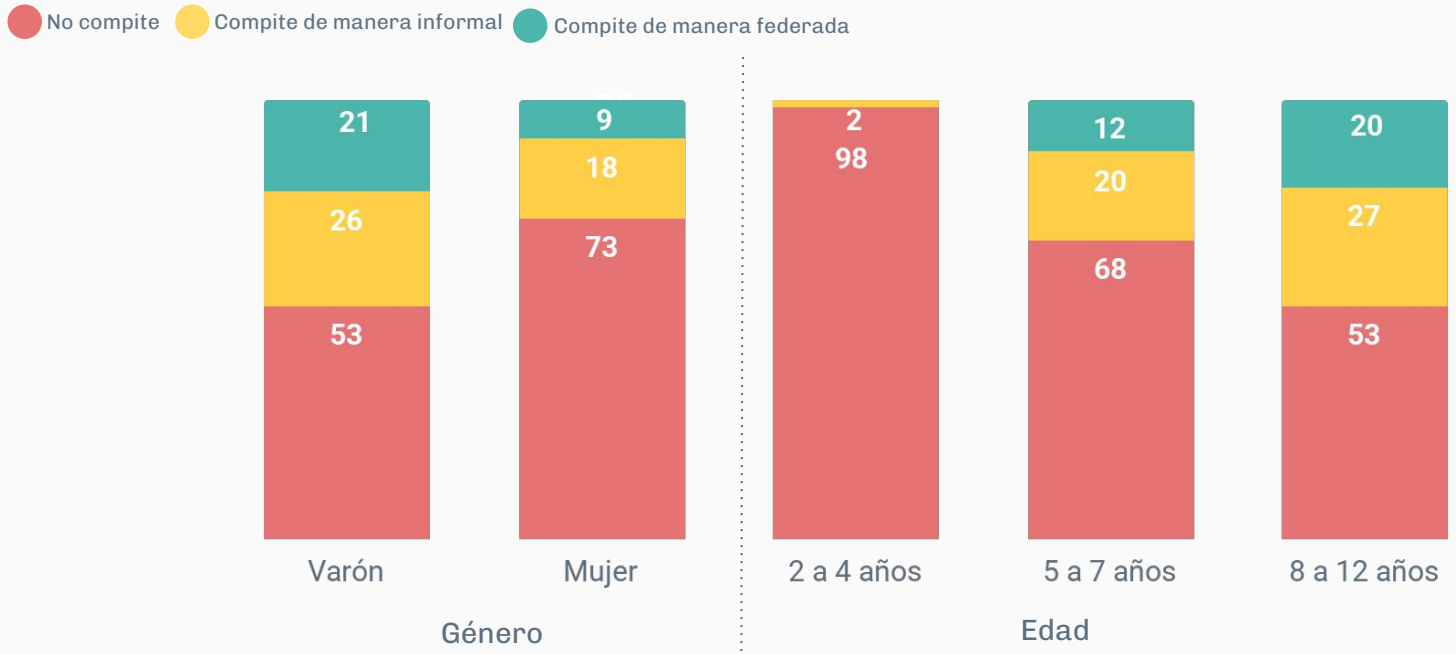
Base: 368 casos / quienes hacen deportes fuera del horario escolar - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta "Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia" | Pulsar.UBA

Competencia



Base: 368 casos / quienes hacen deportes fuera del horario escolar - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta “Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia” | Pulsar.UBA

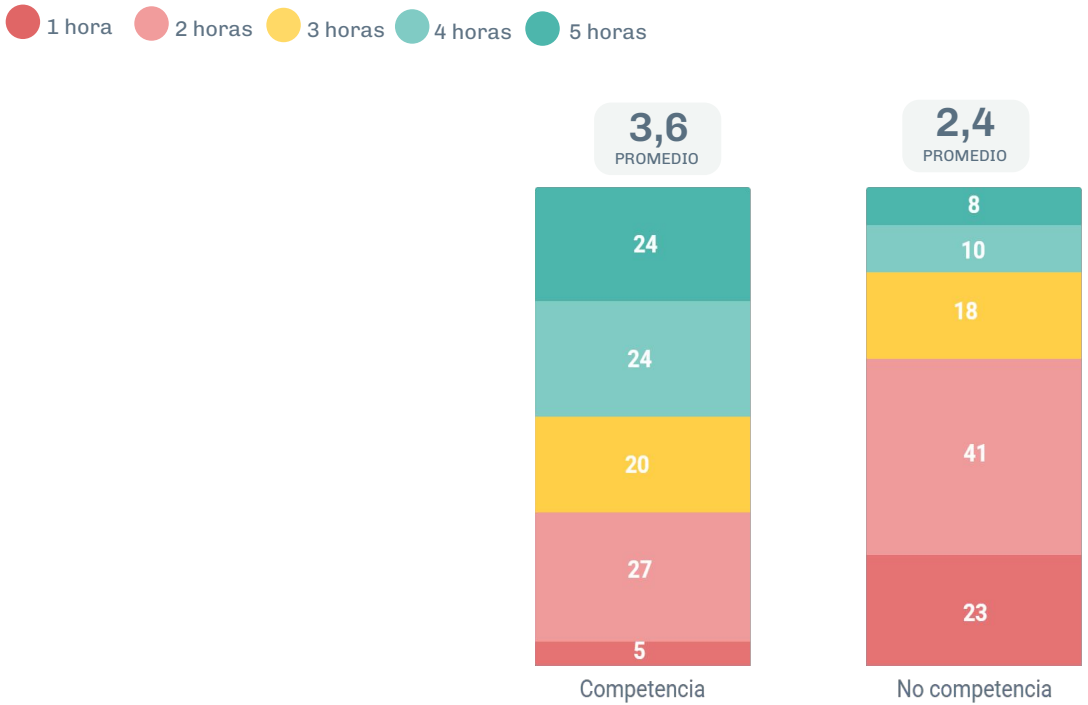
¿Su hijo/a compite, participa en torneos o está federado/a en alguna actividad deportiva?



Base: 368 casos / quienes hacen deportes fuera del horario escolar - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta "Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia" | Pulsar.UBA

¿Cuántas horas por semana realiza estas actividades deportivas?

SEGÚN COMPITE (OFICIAL O INFORMALMENTE) O NO

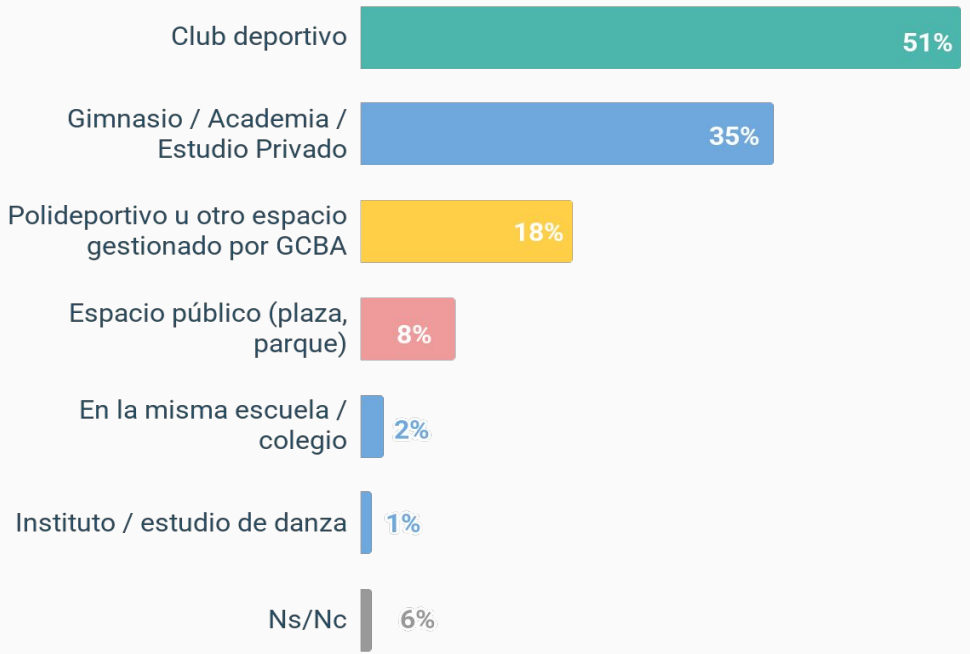


Base: 368 casos / quienes hacen deportes fuera del horario escolar - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta “Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia” | Pulsar.UBA

Instituciones

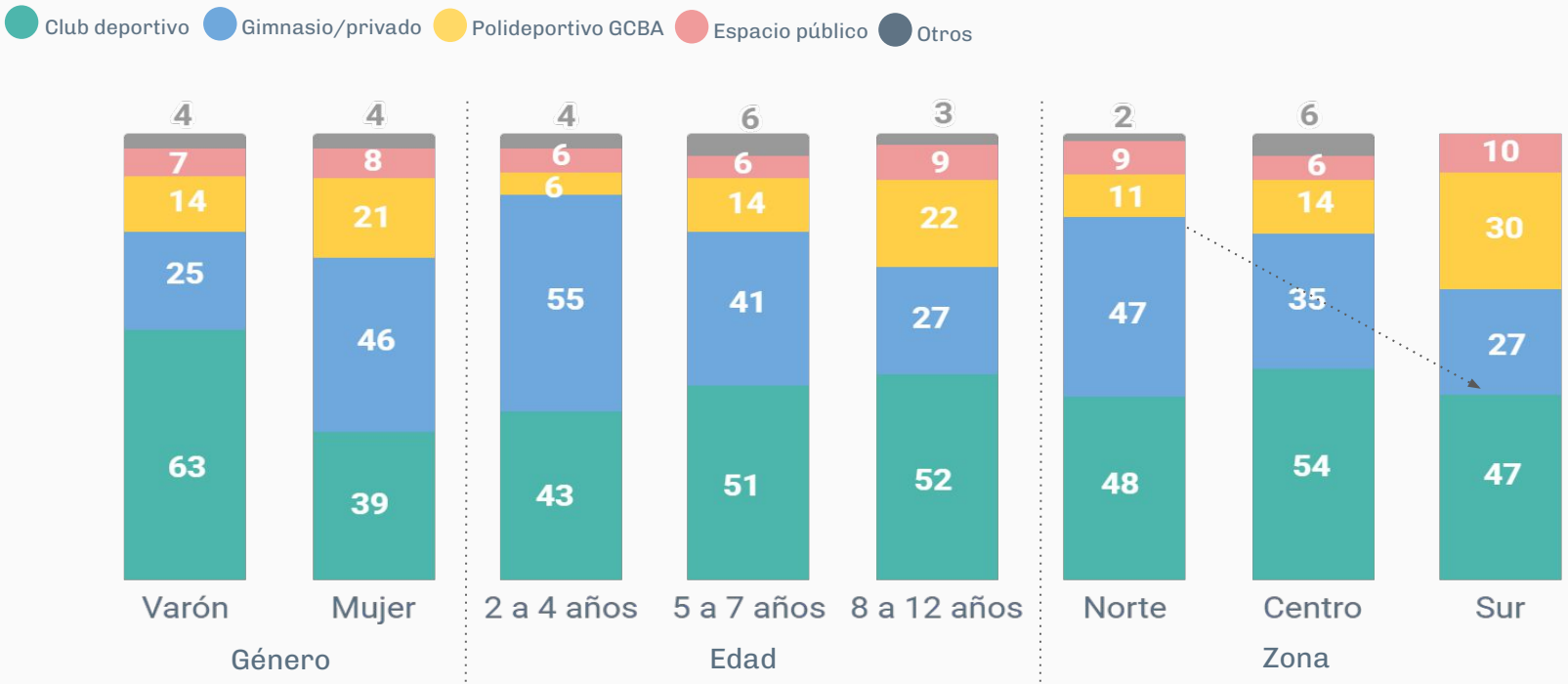
¿En qué institución realiza estas actividades deportivas?

Respuesta múltiple



Base: 368 casos / quienes hacen deportes fuera del horario escolar - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta “Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia” | Pulsar.UBA

¿En qué institución realiza estas actividades deportivas?



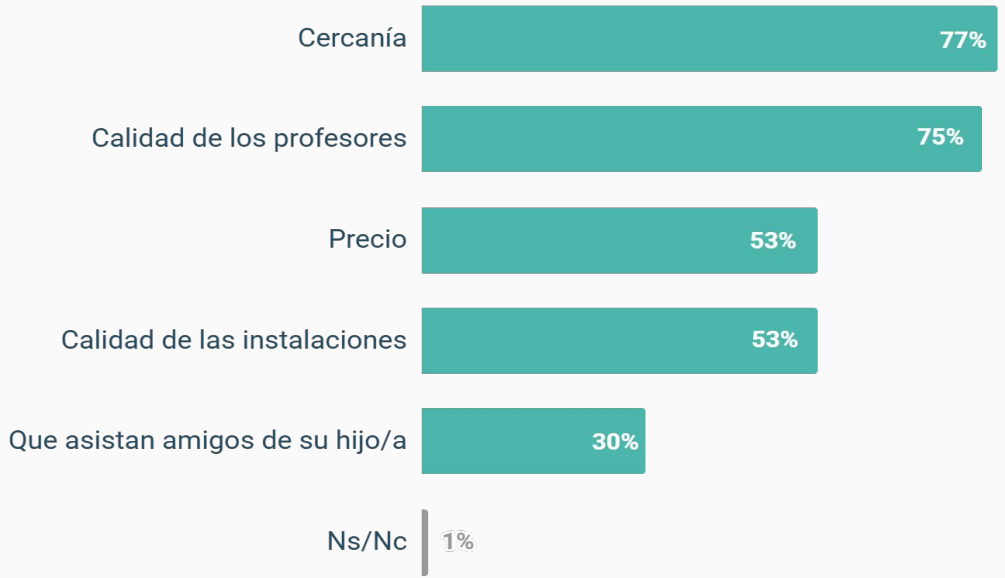
Base: 368 casos / quienes hacen deportes fuera del horario escolar - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta “Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia” | Pulsar.UBA

Valoración del lugar de la actividad

La calidad de las instalaciones se pondera más entre los padres de hijos más chicos: 64% para el segmento 2-4 contra 52% en 5-7 y 49% en 8-12.

¿Qué es lo que más valora de un lugar para que sus hijos/as hagan actividades?

Respuesta múltiple



Base: 607 casos - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta “Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia” | Pulsar.UBA

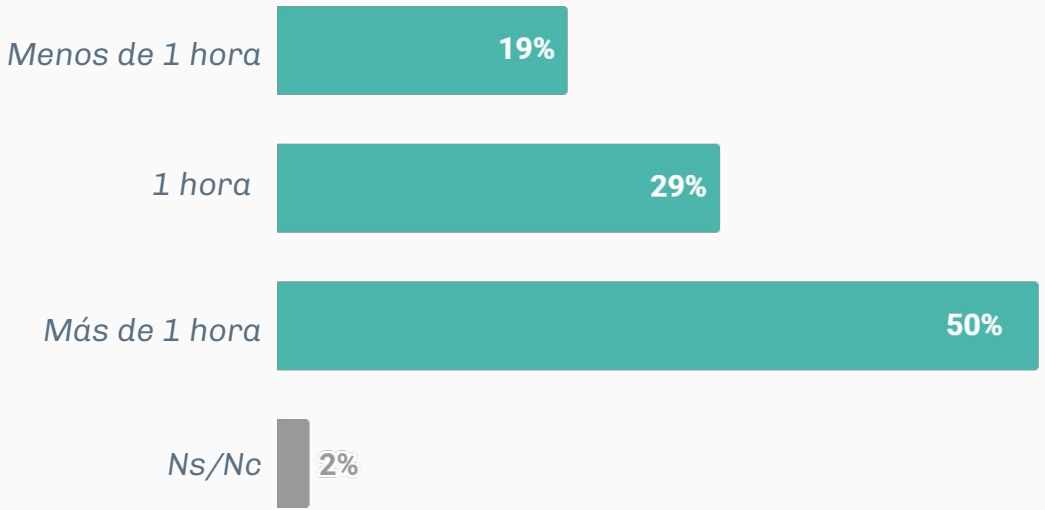
Movimiento: prácticas físicas no deportivas

Horas de movimiento físico no deportivo

La actividad física no deportiva **desciende con la edad**.

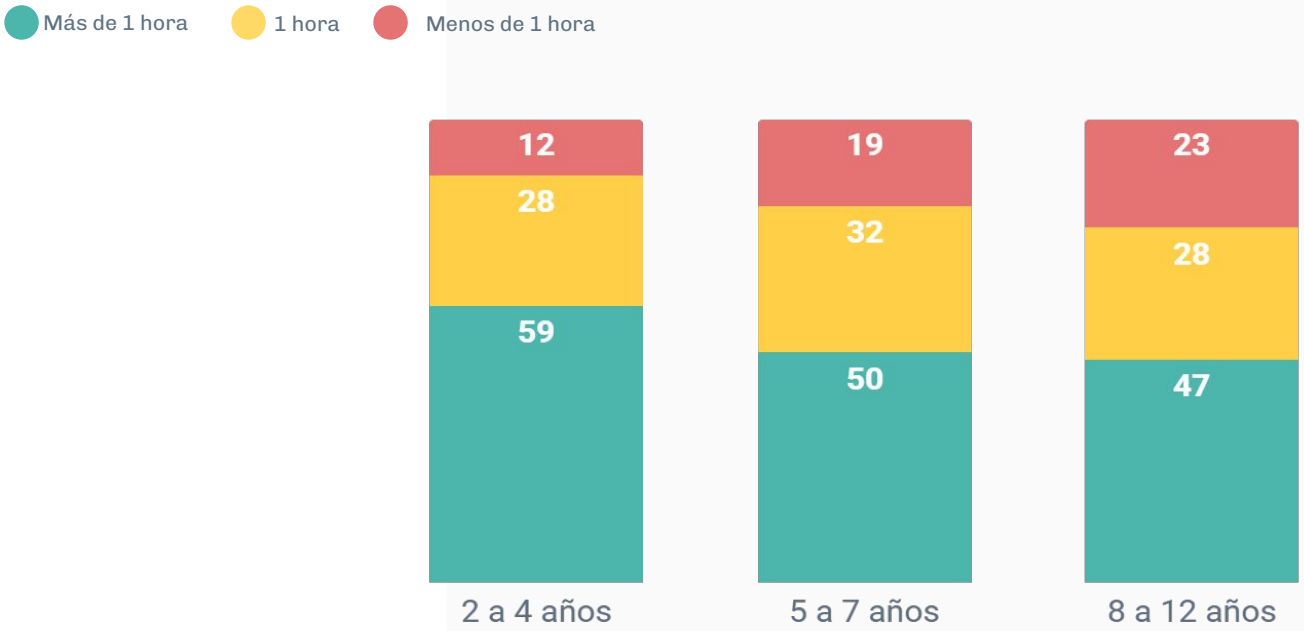
Entre los niños de 2 y 4 años, apenas el 12% realiza menos de 1 hora diaria. Este valor sube a 19% para el segmento 5-7, y a 23% para 8-12.

Sin tener en cuenta los deportes, ¿cuántas horas por día realiza movimiento físico?



Base: 607 casos - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta “Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia” | Pulsar.UBA

Sin tener en cuenta los deportes, ¿cuántas horas por día realiza movimiento físico?



Base: 607 casos - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta “Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia” | Pulsar.UBA

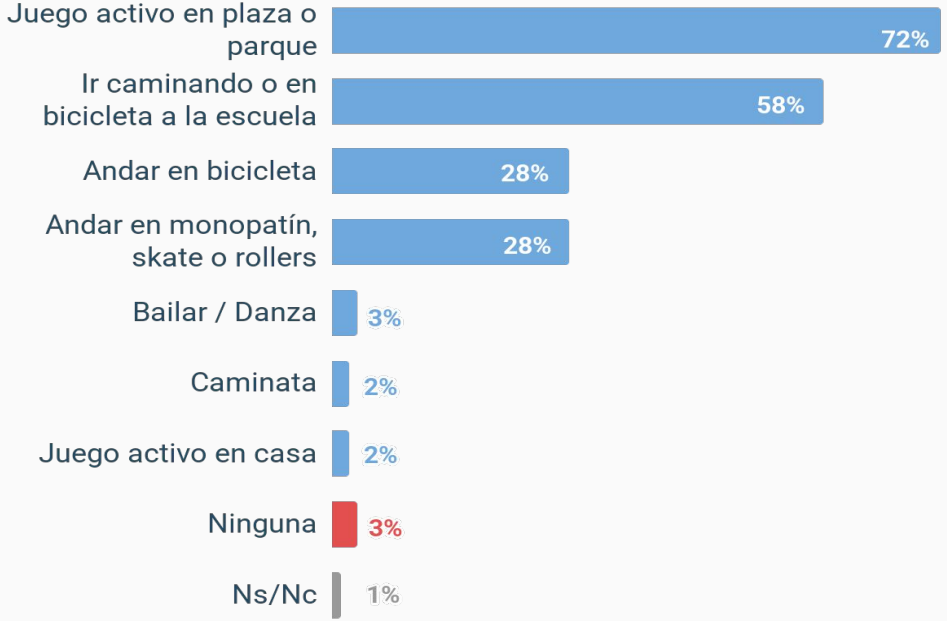
Movimiento físico no deportivo

El juego activo en plaza o parque se mantiene alto durante toda la infancia y cae recién al ingresar a la preadolescencia, a partir de los 10 años.

Entre los 2 y 9 años, el uso de la plaza es alto y estable. El quiebre sucede a los 10 años, donde el porcentaje de juego activo pasa del 81% a los 9 al 47% a los 10.

¿Qué tipo de actividades de movimiento físico no deportivo realiza?

Respuesta múltiple

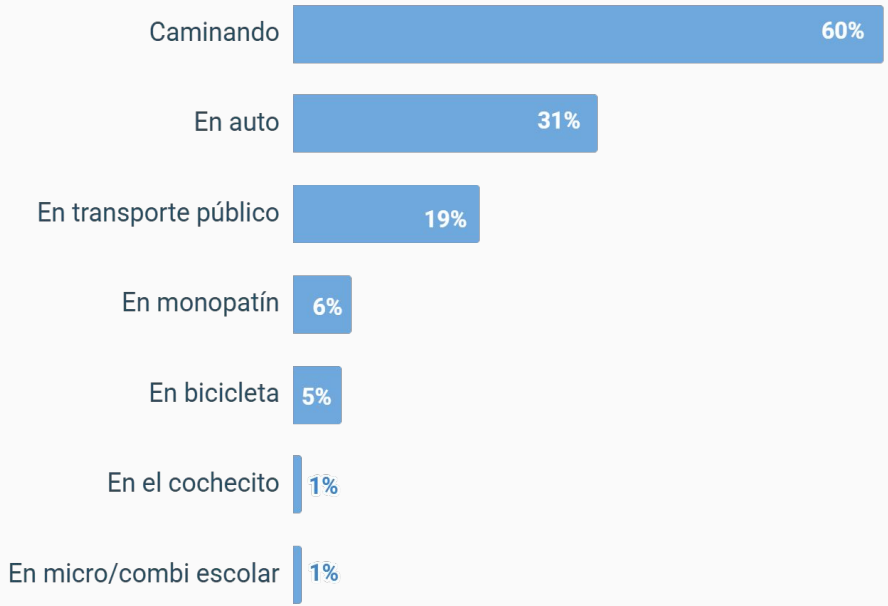


Base: 607 casos - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta “Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia” | Pulsar.UBA

Movilidad hacia el colegio

¿Cómo va habitualmente al colegio?

Respuesta múltiple



Base: 607 casos - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta “Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia” | Pulsar.UBA

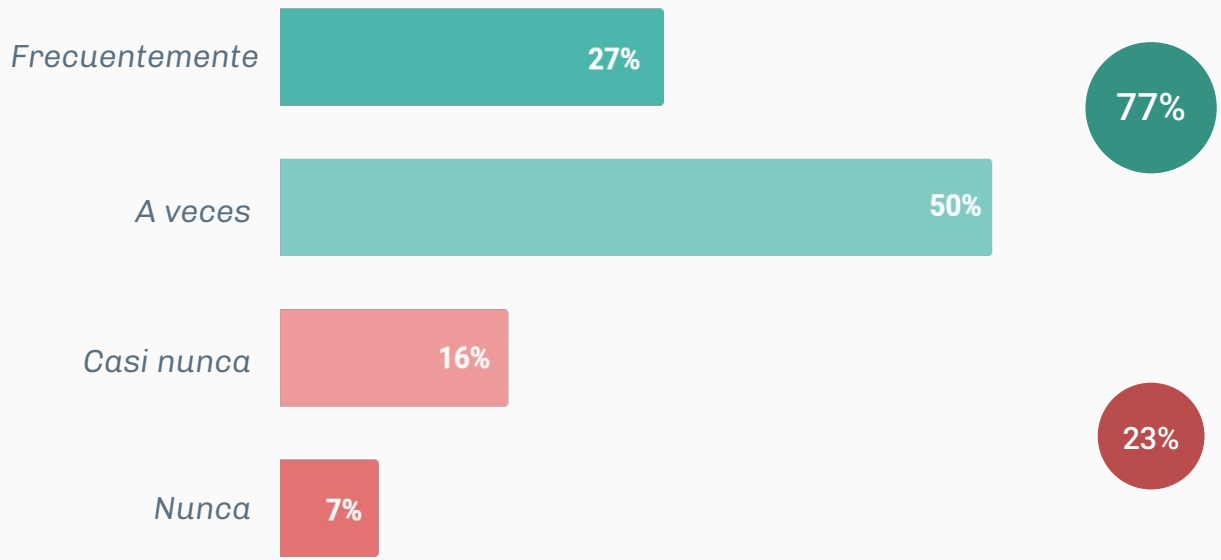
Familia

Actividad física familiar

La práctica cae a medida que los hijos crecen.

Entre los niños de 2 y 4 años, el 37% realiza actividad física familiar frecuentemente. Este valor cae a 26% para el segmento 5-7, y a 23% para 8-12.

¿En su familia suelen hacer actividad física juntos?

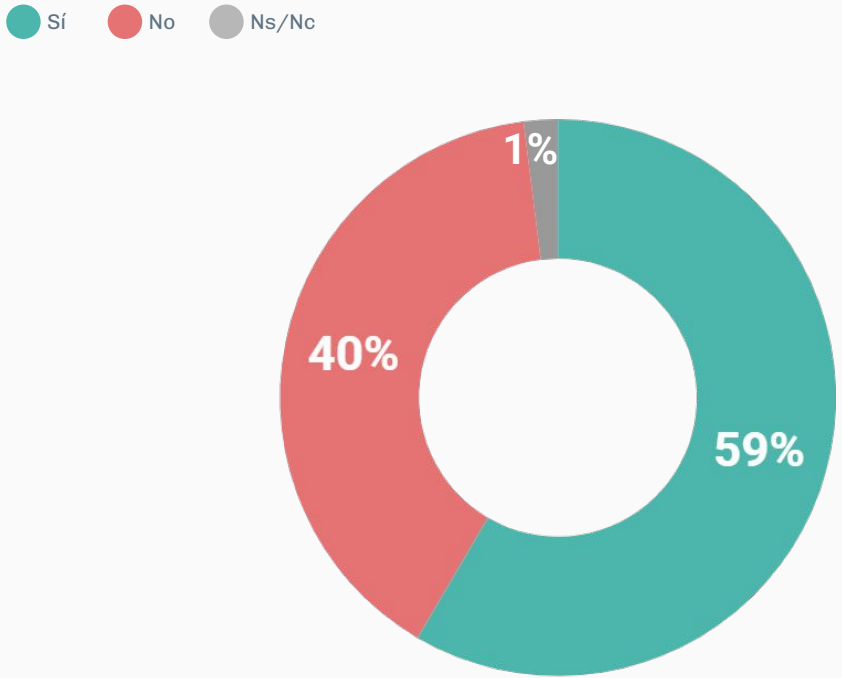


Base: 607 casos - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta "Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia" | Pulsar.UBA

Actividad física padres

Los padres residentes en el Norte y el Centro declaran realizar mayor actividad física que los de Sur: 62% y 63% contra 49%.

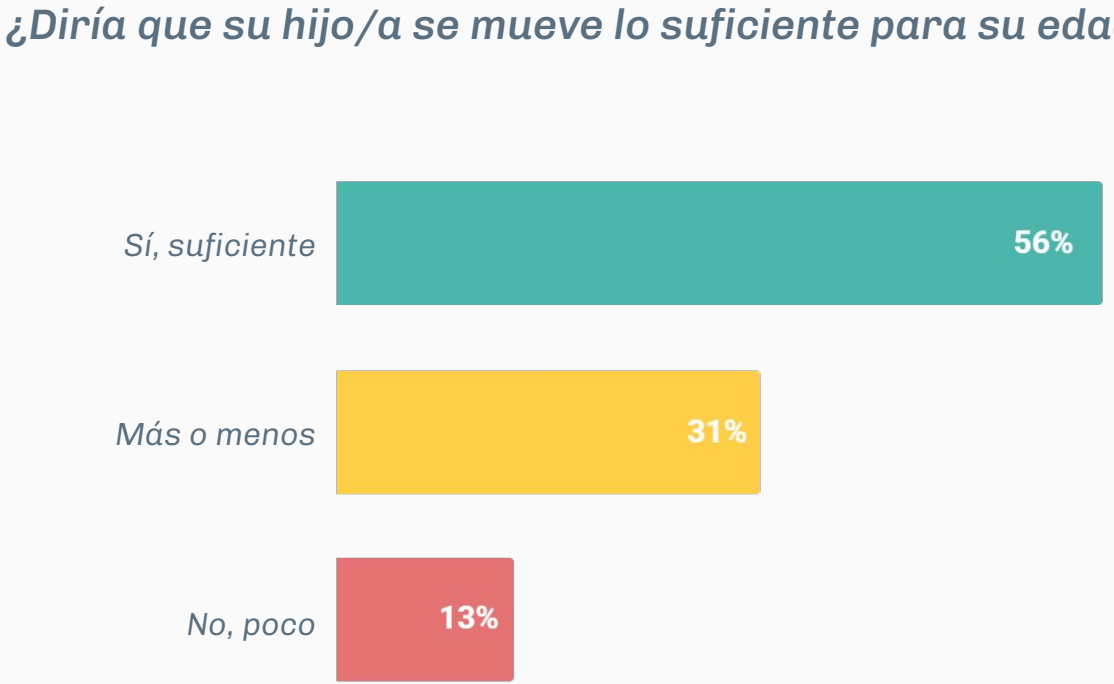
¿Usted hace actividad física regularmente?



Base: 607 casos - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta “Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia” | Pulsar.UBA

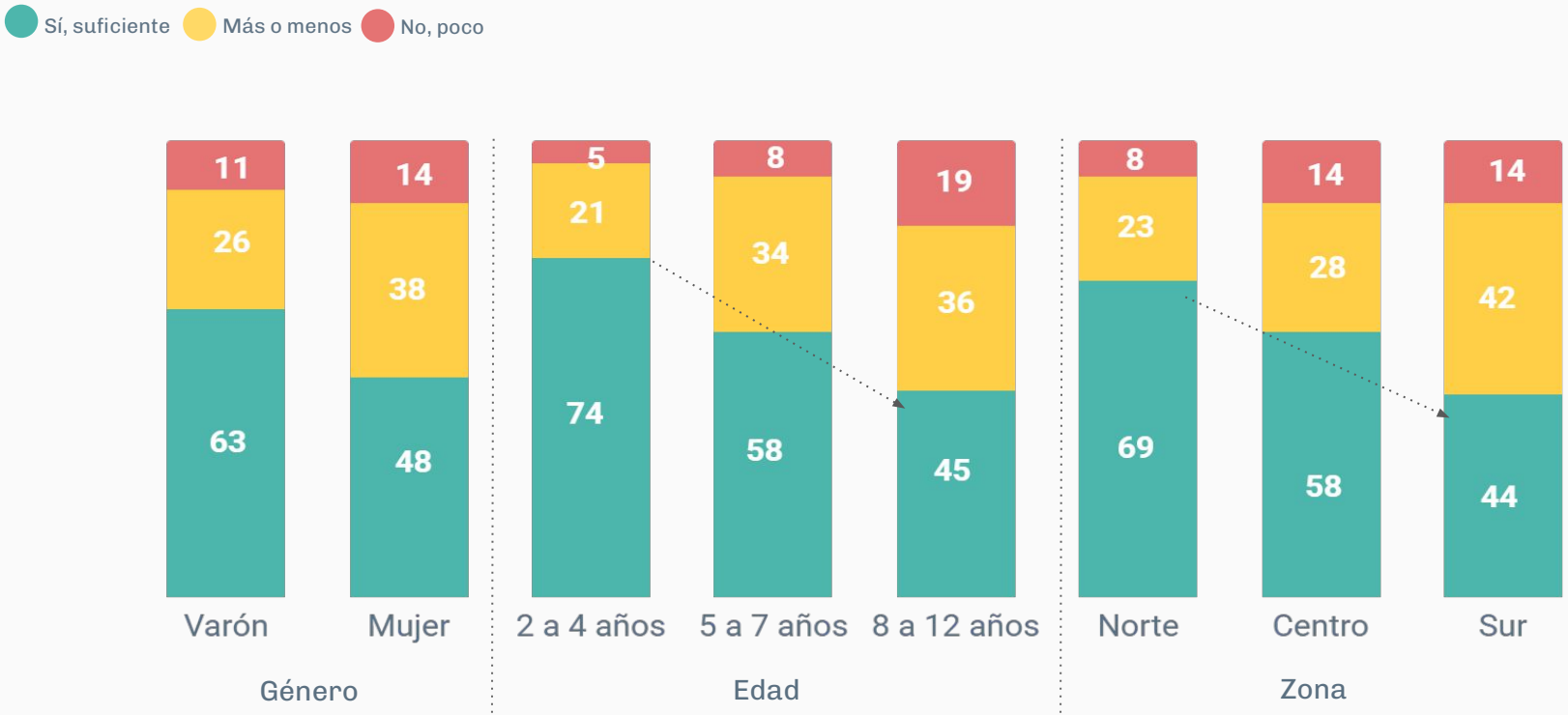
Creencias y demandas

Satisfacción con la actividad física actual



Base: 607 casos - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta “Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia” | Pulsar.UBA

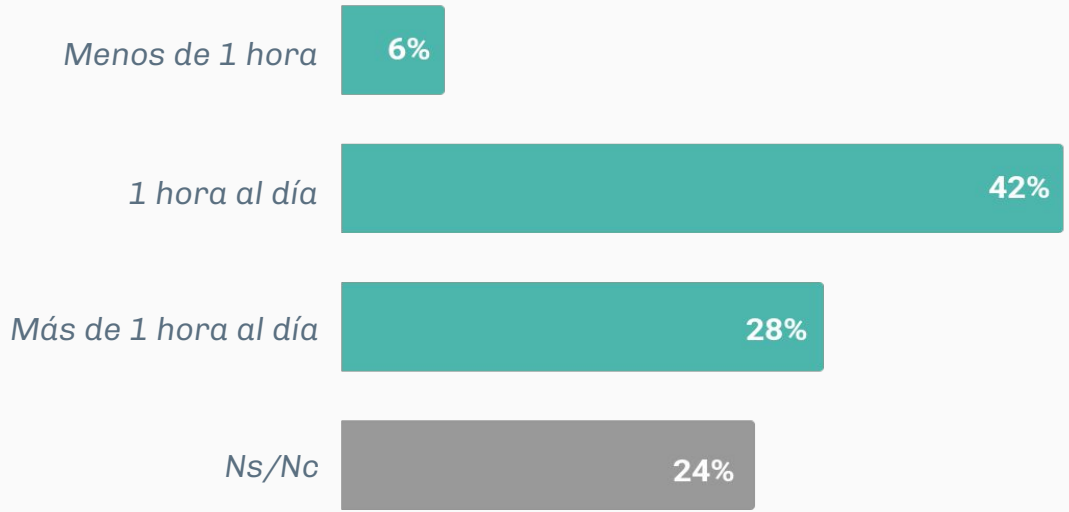
¿Diría que su hijo/a se mueve lo suficiente para su edad?



Base: 607 casos - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta “Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia” | Pulsar.UBA

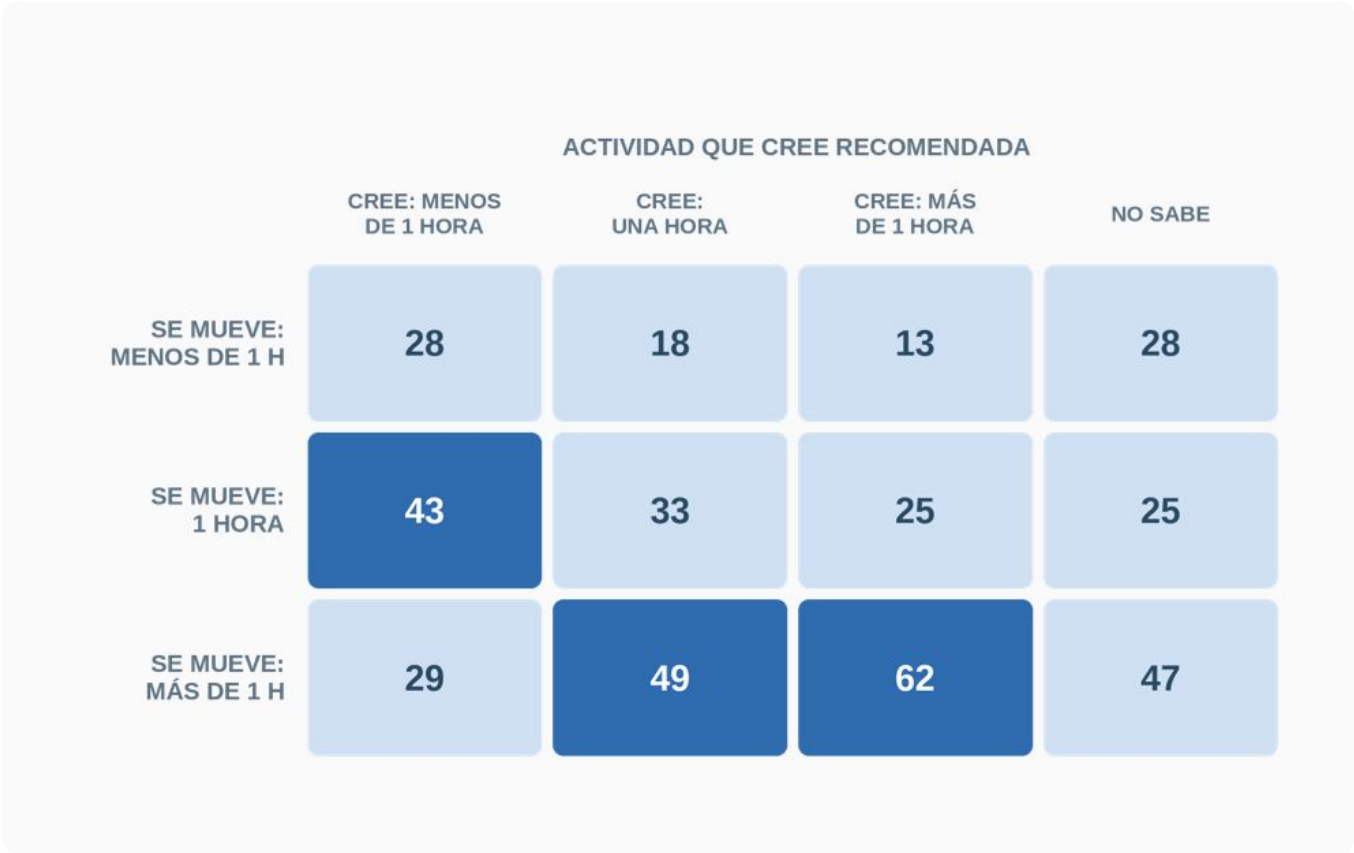
Actividad física diaria recomendada

Por lo que sabe o escuchó, ¿cuánta actividad física diaria recomiendan los especialistas para chicos de la edad de su hijo/a?



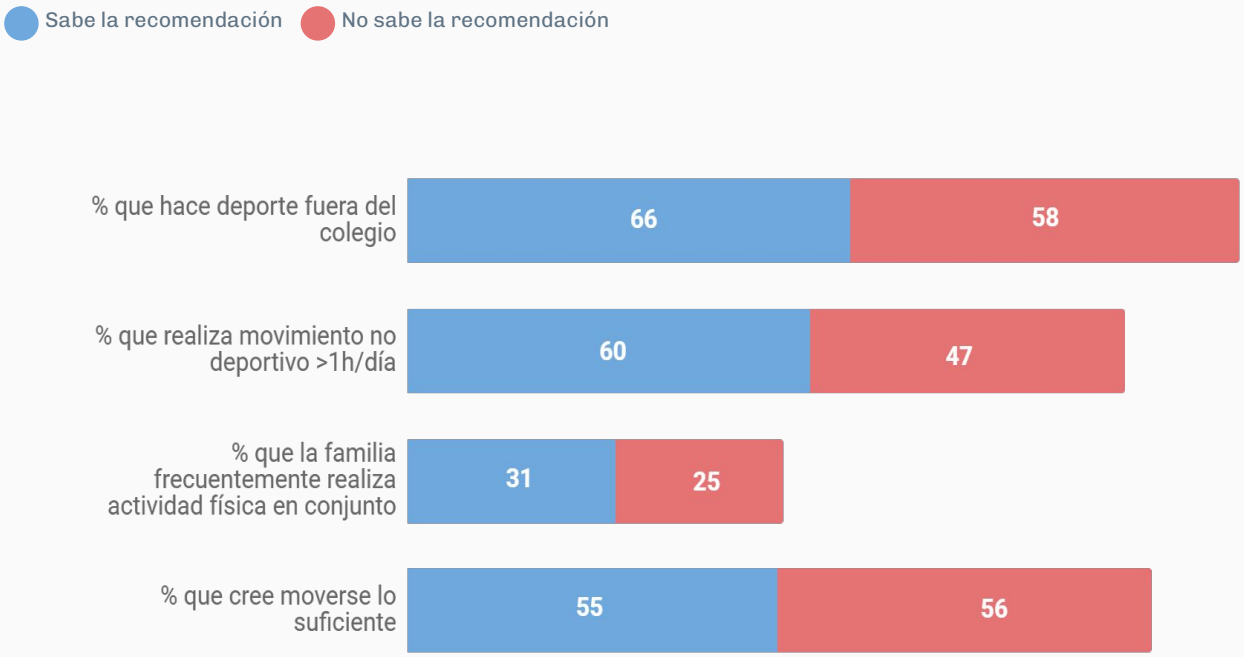
Base: 607 casos - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta “Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia” | Pulsar.UBA

Conocimiento de la actividad recomendada y actividad real



Base: 607 casos - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta “Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia” | Pulsar.UBA

Influencia de la recomendación en las prácticas

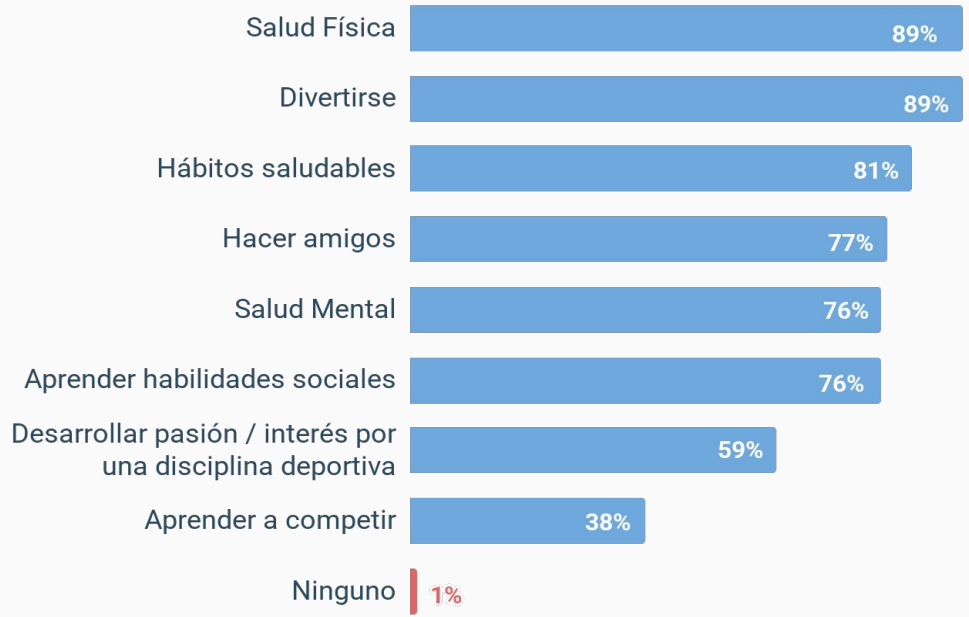


Base: 607 casos - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta “Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia” | Pulsar.UBA

Beneficios de la actividad física

¿Cuáles considera que son los principales beneficios de que su hijo/a haga actividad física?

Respuesta múltiple



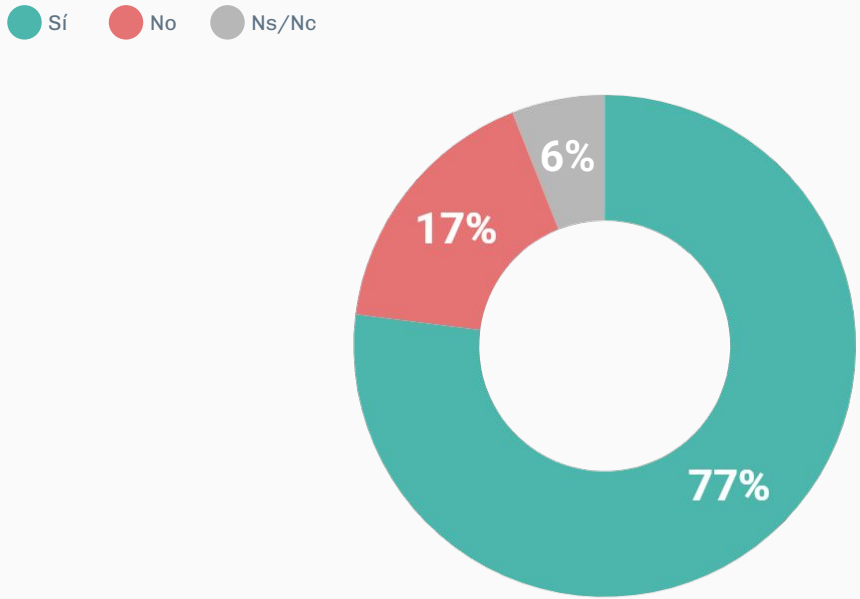
Base: 607 casos - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta “Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia” | Pulsar.UBA

Actividad física deseada

Las respuestas no se distribuyen igual en cada zona.

En las familias que viven en el Norte de la Ciudad el valor es del 67%, cifra que sube a 76% en el Centro y a 83% en el Sur.

Si pudiera, ¿le gustaría que su hijo/a hiciera más actividad física?

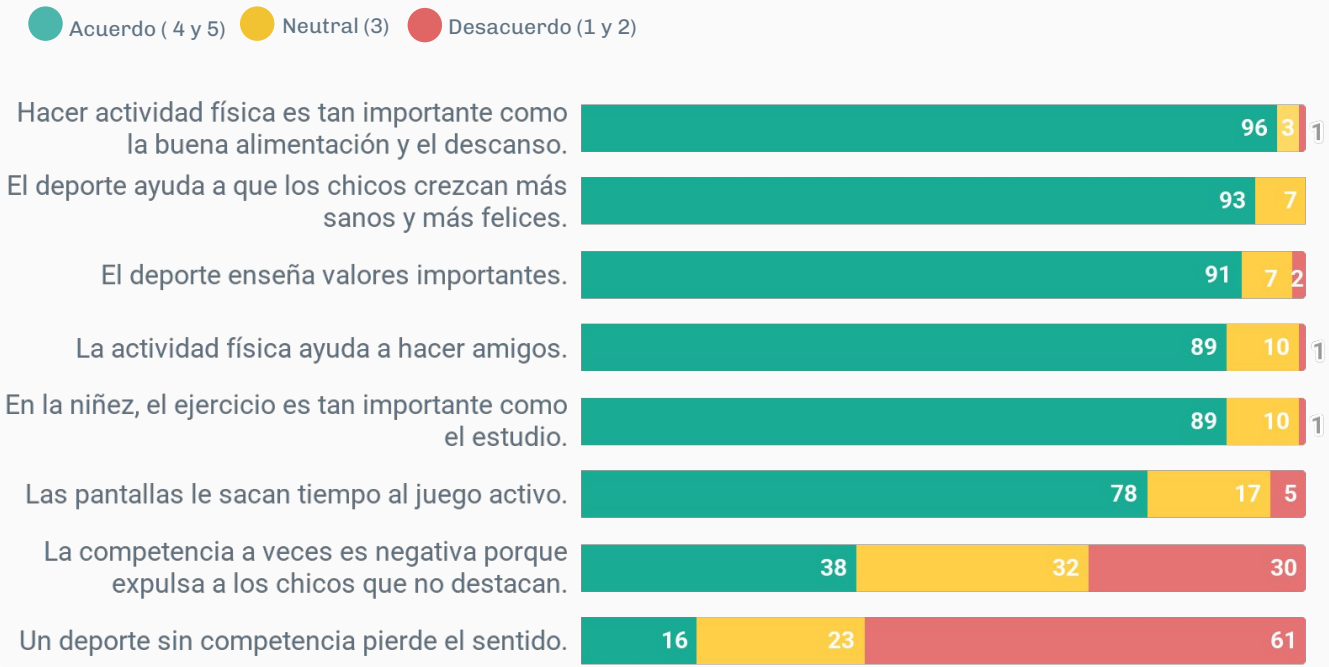


Base: 607 casos - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta “Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia” | Pulsar.UBA

Actividad física, valores y competencia

Nivel de acuerdo...

Escala del 1 al 5, donde 1 significa "nada de acuerdo" y 5 significa "Totalmente de acuerdo".

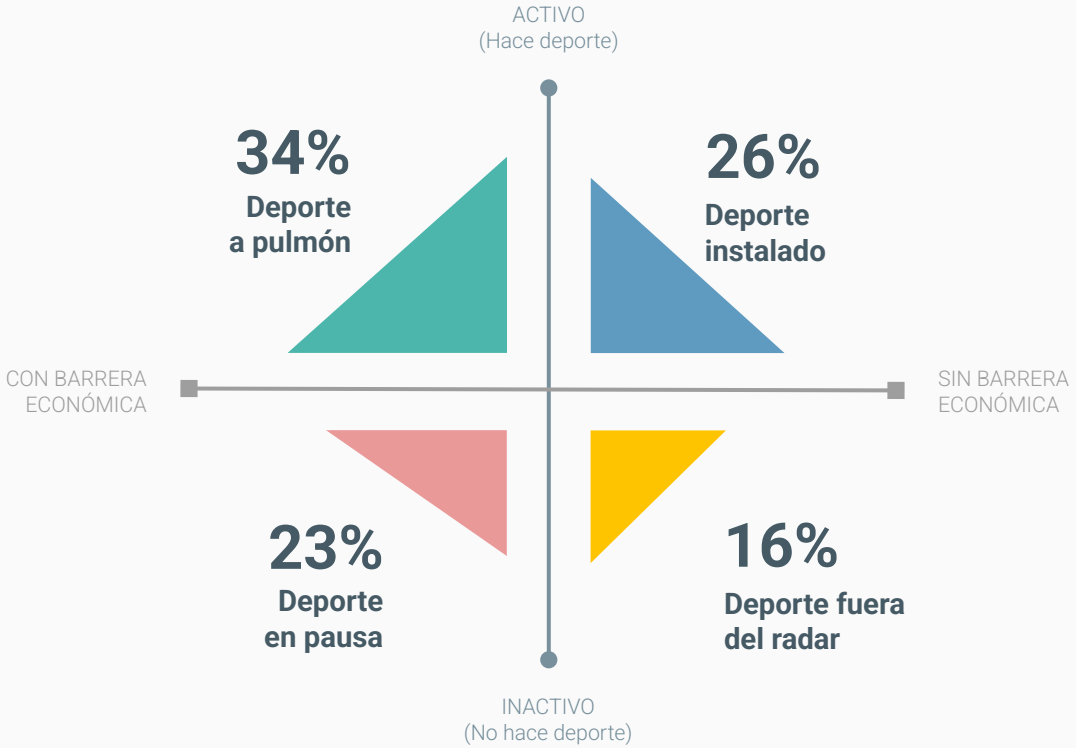


Base: 607 casos - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta "Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia" | Pulsar.UBA

Perfiles

Perfiles

- **Deporte a pulmón:** Hace deporte pero el costo pesa; los padres lo sostienen con esfuerzo y quieren que haga más.
- **Deporte instalado:** Hace deporte y sin freno económico. NSE alto, deporte ya instalado como hábito.
- **Deporte en pausa:** No hace, pero valora y quiere: lo frena el bolsillo.
- **Deporte fuera del radar:** No hace y no es por plata; hijos más chicos y menor enganche con la oferta.



Base: 607 casos - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta “Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia” | Pulsar.UBA

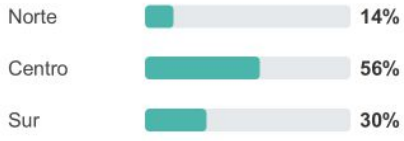
HACE DEPORTE · CON BARRERA ECONÓMICA

Deporte a pulmón

34%

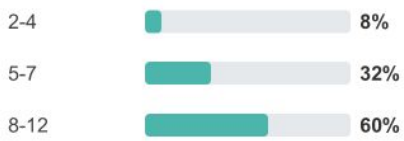
Hace deporte pero el costo pesa; lo sostienen con esfuerzo y quieren que haga más.

ZONA



GÉNERO DEL HIJO/A

EDAD DEL HIJO/A



PRÁCTICA DEPORTIVA

Se mueve lo suficiente	51%
≥3 hs semanales de AF	42%
Compite / federado	12%

MIRADA DEL ADULTO

El adulto hace AF	59%
Quiere que haga más AF	86%
Conoce la recomendación de la OMS	26%

Base: 607 casos - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta “Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia” | Pulsar.UBA

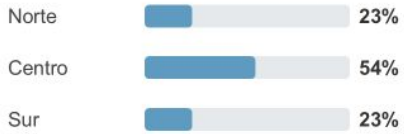
HACE DEPORTE · SIN BARRERA ECONÓMICA

Deporte instalado

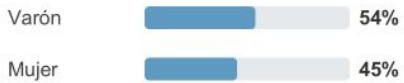
26%

Hace deporte y sin freno económico. Nivel socioeconómico alto, deporte ya instalado como hábito.

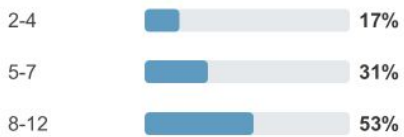
ZONA



GÉNERO DEL HIJO/A



EDAD DEL HIJO/A



PRÁCTICA DEPORTIVA

Se mueve lo suficiente	71%
≥3 hs semanales de AF	54%
Compite / federado	19%

MIRADA DEL ADULTO

El adulto hace AF	67%
Quiere que haga más AF	54%
Conoce la recomendación de la OMS	36%

Base: 607 casos - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta “Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia” | Pulsar.UBA

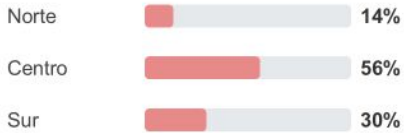
NO HACE DEPORTE · CON BARRERA ECONÓMICA

Deporte en pausa

23%

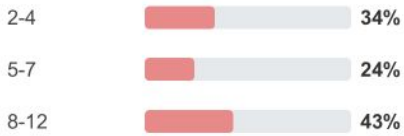
No hace, pero valora y quiere: lo frena el bolsillo.

ZONA



GÉNERO DEL HIJO/A

EDAD DEL HIJO/A



PRÁCTICA DEPORTIVA

Se mueve lo suficiente	43%
≥3 hs semanales de AF	—
Compite / federado	0%

MIRADA DEL ADULTO

El adulto hace AF	48%
Quiere que haga más AF	94%
Conoce la recomendación de la OMS	25%

Base: 607 casos - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta “Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia” | Pulsar.UBA

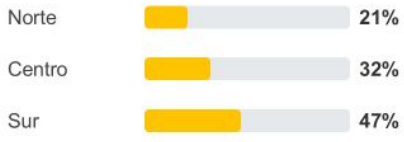
NO HACE DEPORTE · SIN BARRERA ECONÓMICA

Deporte fuera del radar

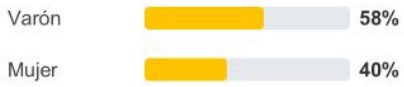
16%

No hace y no es por plata; hijos más chicos y menor enganche con la oferta.

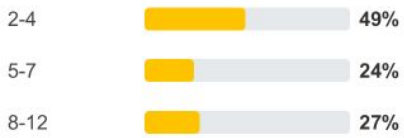
ZONA



GÉNERO DEL HIJO/A



EDAD DEL HIJO/A



PRÁCTICA DEPORTIVA

Se mueve lo suficiente	57%
≥3 hs semanales de AF	—
Compite / federado	0%

MIRADA DEL ADULTO

El adulto hace AF	61%
Quiere que haga más AF	68%
Conoce la recomendación de la OMS	23%

Base: 607 casos - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta “Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia” | Pulsar.UBA

Hallazgos

Hipótesis

Hipótesis	Veredicto	Evidencia clave
H1 · El NSE condiciona la actividad física.	**Confirmada**	Hace deporte/AF 51% (hasta secundario) vs 66% (terc./univ.). Por zona: 53% (Sur) vs 63% (Norte) y 65% (Centro).
H2 · La barrera es material.	**Confirmada**	Frenan la falta de tiempo (48%) y el costo económico (45%); solo el 17% tiene "poco interés" y el 6% "prefiere otras actividades".
H3 · Lo cultural/artístico dezplaza al deporte.	**No confirmada**	Solo 6% deja de hacer por "preferir otras actividades". Frenan el tiempo (48%) y el costo (45%).
H4 · Las pantallas compiten con el movimiento.	**Confirmada**	"Se mueve lo suficiente": 40% (consumo de pantalla ≥3h) vs 68% (<1h). El 78% global cree que las pantallas restan tiempo de juego.
H5 · La actividad física construye vínculos.	**Confirmada**	89% acuerda que ayuda a hacer amigos; 77% lo menciona como beneficio y 76% "habilidades sociales".
H6 · Muchos hijos complican la organización.	**Parcial**	Hace deporte/AF con 1–2 hijos (62/60%); cae con 3+ (38%). "Complica mucho" organizar: 56% (2 hijos) → 61% (3+).
H7 · El ejemplo de los padres transmite el hábito.	**Parcial**	Adulto activo → hijo hace deporte/AF 64% vs 55% cuando el adulto no hace.
H8 · Saber la recomendación sobre las pantallas no alcanza para cumplirla.	**Confirmada**	45% sabe que el máximo de pantalla es <1h, pero solo 20% de los chicos lo cumple.
H9 · Saber la recomendación de AF condiciona la práctica.	**Parcial**	Cambia la práctica pero no la percepción sobre la movilidad. Hace deporte/AF 66% (sabe) vs 58% (no sabe). Considera que se mueve lo suficiente 55% (sabe) vs 56% (no sabe).
H10 · Hay demanda insatisfecha.	**Confirmada**	El 77% global querría que su hijo hiciera más AF (83% en el Sur). El 86% global ve relevante una campaña.

Base: 607 casos - Septiembre 2026.
Fuente: Encuesta "Hábitos y percepciones sobre la actividad física en la infancia" | Pulsar.UBA

pulsar|uba