

La pandèmia fa créixer la població sedentària un 11% a Reus

Segons un enquesta d'hàbits esportius de Reus Esport i Lleure



Imatge d'arxiu d'una caminada popular a Reus | Reus.cat

El regidor d'esports, Pep Cuerba, ha presentat al Consell Municipal de l'Esport els **resultats de l'enquesta d'hàbits** esportius de la ciutadania, orientada "a conèixer i comparar els hàbits d'abans de la pandèmia, l'impacte i transformació d'aquests hàbits durant aquesta i la previsió de futur dels ciutadans en relació a la postpandèmia i l'exercici físic", segons fonts de l'Ajuntament.

L'estudi s'inclou en l'objectiu de conèixer els canvis i tendències en relació a l'esport i l'activitat física dels ciutadans comparada amb l'enquesta de l'any 2019 i preveure aquelles accions o canvis en les propostes esportives municipals i en la planificació d'equipaments que ha de sortir del **MIEM** que es troba en fase final de redacció i revisió i que molt probablement haurà de incloure algunes correccions fruit de l'impacte de la Covid a tots els nivells.

L'estudi del qual s'ha presentat la metodologia, univers i mostreig així com l'explicació de l'eina de recollida ha anat a càrrec del gabinet Ceres.

Més esport a casa

La pandèmia ha tingut un rellevant impacte en la pràctica esportiva dels ciutadans de Reus, amb

un **augment de les persones que no realitzen cap tipus d'activitat física** ni esport del 19% al 30% (increment de l' 11% persones sedentàries). S'aprecien alguns canvis en els tipus d'esports practicats, amb un augment d'activitats a l'aire lliure, com ara **caminar, ciclisme i esports d'aventura**, i una davallada d'esports que requereixen d'instal·lacions específiques, com **el gimnàs, la natació o el crossfit**.

També **han augmentat la pràctica d'esports individuals** de competició, en detriment dels col·lectius, i s'aprecia l'aparició de la pràctica d'exercicis a casa. Respecte la periodicitat, destaca l'augment de dies per setmana de la pràctica de gimnàs, natació, esports individuals de competició o tennis, i el descens de la periodicitat de caminar, d'esports col·lectius de competició o el *crossfit*.

Respecte als espais, **la prioritat era i ha seguit sent la pràctica d'esport a l'aire lliure**, però s'aprecia un augment de popularitat de realitzar **esport a casa** després de la pandèmia, ocupant actualment una segona posició quant a espais utilitzats per a fer esport, relegant a una tercera posició el gimnàs i centres de fitness. També s'aprecia la disminució de la pràctica a les instal·lacions esportives, especialment, el gimnàs o centre de *fitness*. De cara al futur, es preveu que es recuperi l'ús del gimnàs a nivells pre-pandèmia, i que augmenti la popularitat d'altres centres o modalitats com ara centres específics d'activitats dirigides, altres instal·lacions esportives i ús de piscina.

Es podria dir que la **pràctica de caminar** entre els reusencs, ha quedat més consolidada amb la pandèmia i sembla que en el futur ho pugui ser més. També cal reflexionar sobre la importància de la pràctica a casa que ha portat la pandèmia, recolzada per la guia de vídeos tutorialis a Internet. Finalment, les dades donen a pensar que la pandèmia ha pogut consolidar o reforçar la importància de fer exercici entre els que ja en feien, o fins i tot a fer-ne més del que es feia.

A nivell tècnic les dades de l'enquesta són reveladores més enllà de la situació puntual i de relació causa efecte de la Covid, l'enquesta amb un **univers de persones majors de 15 anys** reflecteix que les activitats orientades a la millora de la qualitat de vida i de la condició física en general guanya adeptes i a més del sortir a caminar crida l'atenció el nombre de practicants de les modalitats ciclistes si bé aquests tenen un índex de freqüència entre un i dos dies setmanals el que indica que el factor disponibilitat horari en horari diürn es determinant.

Un altre aspecte és el de l'intenció de tornar a les activitats supervisades o controlades per professionals i també en espais amb suport de maquinària i tecnologia. L'esport federat resisteix i manté molts dels paràmetres si bé especialment els esports federats d'equip han patit més l'impacte de la pandèmia .

Pel a Cuerba, aquesta enquesta, com la del 2019, és imprescindible per avaluar, revisar i ajustar les polítiques esportives, tant a curt com a mig i llarg termini i molt especialment la planificació i actuació sobre l'actualització dels espais esportius?.

La reunió del Consell Municipal de l'Esport també va aprovar entre altres acords la **proposta de creació de la taula sectorial del Futbol**, un espai de debat i concreció de les propostes al voltant del futbol com els aspectes de formació o la creació d'un codi ètic de les entitats esportives.