



Editat per:
© Generalitat de Catalunya
Departament d'Esports
Institut Nacional d'Educació
Física de Catalunya (INEFC)

ISSN: 2014-0983

***Correspondència:**
Xènia Ríos-Sisó
xenia.rios@uab.cat

Secció:
Activitat física i salut

Idioma de l'original:
Català

Rebut:
20 de gener de 2025

Acceptat:
4 de juny de 2025

Publicat:
1 d'octubre de 2025

Coberta:
Vista aèria d'un vol en parapent
sobre el fullatge de tardor.
©Adobe Stock. GreenMOM

Desigualtats en l'activitat física de l'adolescència a Catalunya: influència del nivell socioeconòmic, la immigració i el gènere

Eric Roig-Hierro¹ , Laia Garcia-Dalmases¹ , Xènia Ríos-Sisó^{2*} , Núria Ros¹ i Joana Niubò¹

¹ Didàctiques Aplicades, Universitat de Barcelona. Barcelona (Espanya).

² Didàctica de l'Expressió Musical, Plàstica i Corporal, Universitat Autònoma de Barcelona. Barcelona (Espanya).

Citació

Roig-Hierro, E., Garcia-Dalmases, L., Ríos-Sisó, X., Ros, N., & Niubò, J. (2025). Inequalities in adolescent physical activity in Catalonia: The influence of socioeconomic status, immigration, and gender. *Apunts Educación Física y Deportes*, 162, 1-8. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2025/4\).162.01](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2025/4).162.01)

Resum

La pràctica d'activitat física (AF) durant l'adolescència és essencial per al desenvolupament físic, mental i social, però no tots els col·lectius tenen accés a aquests beneficis de manera equitativa. Factors com el nivell socioeconòmic i cultural (NSEC), l'origen migratori i el gènere condicionen la freqüència amb què les persones adolescents participen en activitats físiques. A Catalunya, aquestes desigualtats adquireixen rellevància en un context de diversitat creixent i desigualtats socioeconòmiques persistents. A partir de les dades de l'estudi PISA 2022 de 1524 adolescents catalans de 15 anys, es va analitzar la influència dels factors de desigualtat sobre la pràctica setmanal d'AF. Els resultats mostren diferències significatives en la freqüència setmanal d'AF segons el NSEC de les persones adolescents ($p < .001$). Mentre que el NSEC alt s'associa predominantment amb freqüències intermèdies (2-4 cops/setmana), el NSEC baix mostra una sobrerrepresentació tant en les categories de pràctica baixa (0-1 cop/setmana) com en la de pràctica molt elevada (≥ 5 cops/setmana). Pel que fa a l'origen migratori, els i les adolescents nadius reporten una participació més elevada que aquells de primera generació, especialment en graus de freqüència elevada (≥ 3 cops/setmana). Pel que fa al gènere, els nois superen clarament les noies en pràctiques freqüents, amb un 58.35% que realitza AF 5 cops o més per setmana, enfront del 33.37% de les noies. Aquestes desigualtats evidencien barreres socials, econòmiques i culturals que limiten l'accés dels col·lectius vulnerables a l'AF. Es destaca la necessitat de generar polítiques que promoguin l'AF equitativa, subvencions específiques i programes d'integració cultural, essencials per fomentar un accés equitatiu i assegurar els beneficis del seu impacte en el benestar dels i de les adolescents.

Paraules clau: activitat física, adolescents, desigualtats, gènere, immigració, nivell socioeconòmic

Introducció

L'activitat física (AF) i l'esport són components fonamentals per al desenvolupament saludable de les persones, ja que contribueixen a prevenir malalties, milloren la salut mental, la qualitat de vida i les habilitats socials, i afavoreixen així el benestar global (Dimitri et al., 2020; Poitras et al., 2016). És per aquest motiu que les institucions i els governs han impulsat estratègies per fomentar la pràctica d'AF com a eina de promoció del benestar i de la qualitat de vida (WHO, 2020). Tot i això, aquests beneficis es poden veure limitats durant l'adolescència per diferents barreres invisibles que cal eliminar. Diversos estudis apunten l'existència de desigualtats en la pràctica d'AF entre les persones adolescents associades a factors socials i culturals (Alliott et al., 2022).

En aquesta línia, la literatura existent destaca tres factors de desigualtat fonamentals —el nivell socioeconòmic i cultural (NSEC), l'origen migratori i el gènere— que condicionen la freqüència de la pràctica d'AF (Ferry i Lund, 2016; Kaya et al., 2021; Tandon et al., 2021). En l'àmbit socioeconòmic, els joves amb un NSEC més alt practiquen AF amb més freqüència, fet que s'explica per la seva major capacitat econòmica per accedir a activitats esportives i a instal·lacions adequades (Eime et al., 2017; Tandon et al., 2021). Pel que fa a l'origen migratori, les barreres d'integració social i cultural sovint dificulten l'accés de la població adolescent d'origen immigrant a l'esport i a l'AF organitzada, alhora que la manca de referents esportius o d'espais culturals inclusius pot incrementar aquesta exclusió (Kaya et al., 2021). En aquest sentit, les persones adolescents d'origen immigrant poden experimentar una manca de suport cultural i social (Alliott et al., 2022; Eime et al., 2017).

Finalment, el gènere també és un factor determinant, ja que les noies tendeixen a participar menys en activitats físiques (Ferry i Lund, 2016; Gutiérrez i García-López, 2012; Muñoz-Arroyave et al., 2021). Aquesta diferència de participació, segons la literatura, pot ser deguda als estereotips socials, a les expectatives o a la percepció de competència, que influeixen en les decisions de les adolescents a l'hora de participar en activitats físiques (Moreno-Vitoria et al., 2024; Vidal-Conti, 2016). A escala internacional, s'observa una preocupació creixent per aquestes desigualtats associades al gènere, reflectida en instruments com la Convenció Internacional sobre l'Eliminació de totes les formes de Discriminació contra la Dona (CEDAW) i la Carta Internacional revisada de l'Educació Física i l'Esport de la UNESCO (Flores et al., 2022), que promouen la igualtat de gènere en l'esport.

Les desigualtats socioeconòmiques i culturals generen una fractura social que també es reflecteix en la pràctica d'AF entre la població adolescent, amb conseqüències negatives per al seu benestar físic i social. Ara bé, les polítiques dirigides a revertir aquesta situació s'estableixen mitjançant l'assignació de fons, la publicació de directrius formals i l'establiment d'agendes esportives, però els responsables de la seva formulació rarament es relacionen directament amb els usuaris finals. Aquest fet agreuja la distància entre la formulació de polítiques inclusives i la seva execució, reduint l'impacte i l'accessibilitat real d'aquests col·lectius (Dashper et al., 2019). En alguns països, s'han implementat estratègies per garantir un accés equitatiu a les activitats esportives, com la creació de subvencions específiques i programes de suport cultural per a col·lectius amb menys recursos (Hämäläinen et al., 2016), un tipus d'iniciatives que són essencials per fomentar l'AF en adolescents de diferents orígens i situacions socioeconòmiques, i contribuir així a una societat més inclusiva.

Els darrers estudis fets a Catalunya identifiquen aquests tres factors de desigualtat com els més destacats quant a la participació en les extraescolars esportives: l'origen dels infants i adolescents —fins a un 25% de diferència entre els nadius i els d'origen immigrant— (Alegre i Morató, 2025), el nivell socioeconòmic de les famílies —fins a un 24% entre les famílies més avantatjades i les més vulnerables— (Mencía i Samper, 2023), i el gènere (Observatori Català de l'Esport, 2023). No obstant això, les dades disponibles sobre el context català són limitades, especialment pel que fa a infants i adolescents. A excepció de l'enquesta sobre participació extraescolar a Catalunya (Mencía i Samper, 2023), no existeixen estudis específics que analitzin la participació i la freqüència en la pràctica d'AF en infants i adolescents, ni la influència dels factors de gènere, immigració i nivell socioeconòmic en aquesta participació. A més, és crucial analitzar de manera més aprofundida com aquests factors interseccionen i amplifiquen les desigualtats en la freqüència de pràctica d'AF entre els i les adolescents.

Per tot això, aquesta recerca va tenir com a objectiu analitzar la freqüència de pràctica d'AF en funció del NSEC, l'origen migratori i el gènere entre els i les adolescents a Catalunya. Aquest estudi pretenia aportar una major comprensió de la influència dels diferents factors de desigualtat en la pràctica d'AF. Un coneixement que podria esdevenir clau per avançar en el disseny de les polítiques i les intervencions focalitzades a promoure la pràctica d'AF de manera equitativa entre els i les adolescents.

Metodologia

Participants

L'estudi es va fer utilitzant les dades de la base de dades PISA 2022 (OECD, 2023), focalitzant l'anàlisi en la mostra de 1524 adolescents de 4t d'ESO (15 anys) de Catalunya. La selecció d'aquesta franja d'edat va respondre a la mostra incorporada en l'estudi de PISA, que se centra en estudiants de 15 anys per avaluar competències i factors educatius a escala internacional. PISA utilitza un mostreig estratificat, que selecciona aleatòriament escoles que representen el conjunt d'estudiants de cada regió o país.

Aquest estudi es va fer seguint el Codi de Conducta Europeu per a la Integritat en la Investigació (ALLEA, 2023) per garantir les pràctiques ètiques en la recerca, i complint les directrius ètiques de PISA, que van garantir la privacitat dels participants i la confidencialitat institucional. A Espanya, la participació en el programa PISA està regulada per la Llei Orgànica 2/2006 (LOE) i les seves modificacions posteriors, incloses la LOMCE i la LOMLOE, que regulen la participació de les escoles i els estudiants en les avaluacions educatives. A més, els estàndards de protecció de dades estan garantits pel govern espanyol.

Materials i instruments

Per recollir les dades es va utilitzar la base de dades PISA 2022, un estudi internacional estandarditzat que avalua les competències de l'alumnat de 15 anys amb relació a les àrees de llengua, matemàtiques i ciències. El qüestionari va incloure seccions que van permetre recollir informació socioeconòmica, familiar i sobre hàbits de vida, també la pràctica d'AF.

La variable dependent en aquest estudi va ser la freqüència d'AF setmanal, recollida a PISA a través d'un qüestionari que demanava als participants quants dies per setmana practicaven exercici físic fora de l'horari escolar. En total, es van establir 6 categories, des de cap dia de pràctica a 1, 2, 3, 4 i 5 cops o més per setmana. Per tal de facilitar l'anàlisi i la comprensió dels resultats, es va optar per agrupar en una sola categoria els i les participants que practicaven AF 5 o més cops per setmana, atès que aquest llindar permet identificar les persones adolescents amb una pràctica regular i freqüent.

Les variables independents de l'estudi van ser el nivell socioeconòmic i cultural, l'origen migratori i el gènere. Per al nivell socioeconòmic i cultural es va aprofitar l'escala que PISA construeix de cada alumne a partir de la informació sobre l'ocupació dels pares, el nivell educatiu i els recursos disponibles a la llar. En aquest estudi es van categoritzar

els participants en tres grups (baix, mitjà i alt) utilitzant els percentils del 25%, 50% i 75%. Per a l'origen migratori, l'OECD estableix una classificació en tres grups:

1. Nadius: adolescents amb progenitors nascuts al mateix país.
2. Segona generació: adolescents nascuts al país, però amb almenys un progenitor nascut a l'estranger.
3. Primera generació: adolescents nascuts a l'estranger o amb progenitors nascuts a l'estranger.

Finalment, pel que fa al gènere, l'OCDE es limita a categoritzar la variable dicotòmica en masculí o femení.

Anàlisi de dades

Es van calcular estadístiques descriptives per a cada variable independent i dependent. Posteriorment, es va aplicar la prova de khi quadrat per avaluar la relació entre cada variable independent (índex socioeconòmic i cultural, origen migratori i gènere) i la freqüència d'exercici setmanal. Aquesta prova permet identificar si les diferències observades entre grups són estadísticament significatives. Per identificar on es trobaven les diferències significatives, es van dur a terme proves *post hoc* mitjançant l'anàlisi de residus ajustats estandarditzats. Aquest enfocament va permetre determinar quines combinacions de gènere, nivell socioeconòmic i immigració mostraven desigualtats més marcades en la pràctica d'AF. Per complementar l'anàlisi, es van incloure models de regressió logística multinomial per explorar la interacció entre el gènere, el nivell socioeconòmic i l'origen migratori en la pràctica d'AF. Aquesta aproximació interseccional permet identificar patrons específics de desigualtat derivats de la combinació d'aquests factors.

Per analitzar les dades es va utilitzar el programa SPSS (versió 29.0). El nivell de significació es va establir a $p < .05$. Les associacions significatives es van interpretar com a indicadors de desigualtat en la participació en activitats físiques en funció dels tres factors analitzats.

Resultats

En aquest estudi es va incloure una mostra total de 1524 adolescents de 4t d'ESO, d'una edat mitjana de 15 anys segons l'OCDE (758 noies i 766 nois) participants en l'estudi PISA 2022. No obstant això, la mida de la mostra va variar en funció de les variables analitzades: 1132 adolescents en l'anàlisi segons el nivell socioeconòmic i 1443 en l'anàlisi segons l'origen migratori. Aquesta variació es deu al fet que PISA utilitza qüestionaris personalitzats i no tots els participants responen totes les preguntes. Tot i aquesta reducció, es garanteix una mostra representativa en tots els àmbits analitzats.

Taula 1

Percentils de l'índex d'estatus econòmic, social i cultural que s'han utilitzat en aquesta recerca

Percentil del nivell socioeconòmic i cultural	Percentatge de tall	Valor de tall
Nivell baix	25	-.567200
Nivell mitjà	50	.182900
Nivell alt	75	.792800

Taula 2

Freqüència d'exercici o esport setmanal abans o després de l'escola segons el nivell socioeconòmic i cultural

Nivell socioeconòmic i cultural	No fa exercici o esport	1 cop per setmana	2 cops per setmana	3 cops per setmana	4 cops per setmana	5 cops per setmana o més	TOTAL
Baix	66 (17.74%)	18 (4.83%)	41 (11.02%)	26 (6.98%)	38 (10.21%)	183 (49.19%)	372
Mitjà	60 (15.78%)	12 (3.15%)	48 (12.63%)	47 (12.36%)	47 (12.36%)	166 (43.68%)	380
Alt	40 (10.52%)	10 (2.63%)	49 (12.89%)	58 (15.26%)	56 (14.73%)	167 (43.94%)	380
TOTAL	166 (14.66%)	40 (3.53%)	138 (12.19%)	131 (11.57%)	141 (12.45%)	516 (45.58%)	1132

Nivell socioeconòmic i cultural i freqüència d'exercici o esport

La variable del nivell socioeconòmic es va categoritzar en tres grups (baix, mitjà i alt) basats en percentils de l'índex d'estatus econòmic, social i cultural (vegeu la Taula 1). Els resultats van mostrar una distribució diferenciada de la freqüència de pràctica d'AF segons el nivell socioeconòmic (vegeu la Taula 2).

Pel que fa a les freqüències de pràctica elevada, el 73.93% dels adolescents amb un nivell socioeconòmic alt practicaven exercici 3 o més cops per setmana, essent el grup amb major participació en aquest rang. En canvi, en les freqüències més baixes (mai o 1 cop per setmana) es va observar un percentatge superior d'adolescents de nivell socioeconòmic baix (22.57%) en comparació amb la resta (18.93% de nivell mitjà i 13.15% d'alt). Addicionalment, a partir de 5 cops o més per setmana, el grup amb major participació és el de nivell socioeconòmic baix (49.19%), gairebé un 6% més que els grups de nivell mitjà i alt. En aquesta línia, la prova de khi quadrat va revelar que existeixen associacions significatives entre la variable de nivell socioeconòmic i cultural i la freqüència d'exercici o esport setmanal ($\chi^2(20) = 50.720$; $p < .001$). Els residus corregits estandarditzats van revelar que els grups amb un percentil més baix del nivell socioeconòmic es concentraven en les categories de 0 i 1 cop d'exercici per setmana (residus de 2.0 i 1.7, respectivament), així com en la categoria de 5 o més cops per setmana (residu de 1.7). En canvi, els grups amb un percentil més alt es van concentrar en les categories de 3 i 4 cops per setmana (residus de 2.8 i 1.7).

Origen migratori i freqüència d'exercici o esport

Pel que fa a l'origen migratori familiar, els i les adolescents es van agrupar, segons la classificació de la OECD, en tres categories: nadius, segona generació i primera generació. Els participants nadius van presentar una major proporció de pràctica regular d'exercici, amb un 14.10% que en practicava 4 vegades a la setmana, en comparació amb el 9.75% de la segona generació i el 8% de la primera generació. La proporció d'adolescents que no feien cap tipus d'exercici també va augmentar considerablement entre els participants de primera generació (23.20%), en comparació amb els i les adolescents nadius (11.41%). A partir de 3 cops a la setmana, van ser més els i les adolescents nadius que practicaven esport o exercici, mentre que entre cap i 2 cops a la setmana, van ser més els adolescents de primera generació. A la Taula 3 es mostren els resultats detallats.

Quan es va analitzar la distribució de la freqüència d'AF per grup d'origen migratori a partir de la prova de khi quadrat, es va destacar una associació significativa ($\chi^2(20) = 42.087$, $p = .003$). Els residus corregits estandarditzats van revelar que els i les adolescents d'origen immigrant de primera generació tenien una major presència en les categories de 0 i 1 cop a la setmana d'exercici (residus de 3.5 i 1.8, respectivament), mentre que els i les adolescents nadius mostraven associacions positives significatives en les categories de 3 a 5 cops per setmana d'exercici (residus de 2.2, 2.4 i 1.7).

Taula 3*Freqüència setmanal d'exercici o esport segons l'origen migratori*

Origen migratori	No fa exercici o esport	1 cop per setmana	2 cops per setmana	3 cops per setmana	4 cops per setmana	5 cops per setmana o més
Nadiu	127 (11.41%)	31 (2.78%)	140 (12.57%)	156 (14.01%)	157 (14.10%)	502 (45%)
Segona generació	33 (16.09%)	12 (5.85%)	24 (11.7%)	17 (8.29%)	20 (9.75%)	99 (48%)
Primera generació	29 (23.2%)	8 (6.4%)	15 (12%)	14 (11.2%)	10 (8%)	49 (39%)
TOTAL	189 (13.09%)	51 (3.53%)	179 (12.4%)	187 (12.95%)	187 (12.95%)	650 (45%)

Taula 4*Freqüència setmanal d'exercici o esport segons el gènere*

Gènere	No fa exercici o esport	1 cop per setmana	2 cops per setmana	3 cops per setmana	4 cops per setmana	5 cops per setmana o més
Femení	133 (17.54%)	39 (5.14%)	118 (15.56%)	110 (14.51%)	105 (13.85%)	253 (33.37%)
Masculí	65 (8.48%)	14 (1.82%)	68 (8.8%)	80 (10.44%)	92 (12.01%)	447 (58.35%)
TOTAL	198 (12.99%)	53 (3.47%)	186 (12.2%)	190 (12.46%)	197 (12.92%)	700 (45.93%)

Gènere i freqüència d'exercici o esport

La població adolescent de gènere masculí va mostrar una pràctica més freqüent d'exercici físic en comparació amb la de gènere femení. Un 58.35% dels nois va indicar que feien exercici 5 cops per setmana o més, mentre que només el 33.37% de les noies va reportar aquest mateix nivell de freqüència. En contraposició, les noies van mostrar una proporció superior de participants que no practicaven cap exercici o esport (17.54% en dones, en comparació amb 8.48% en homes). A partir de 5 cops per setmana o més es va observar una participació més elevada dels nois, mentre que fins a 4 dies a la setmana hi van predominar les noies que practicaven exercici o esport.

Adicionalment, la prova de khi quadrat va revelar que existeixen associacions significatives entre la variable de gènere i la freqüència d'exercici o esport setmanal ($\chi^2(10) = 126.148$; $p < .001$). Els residus corregits estandarditzats van mostrar que les noies tenien una major presència en les categories de 0, 1 i 2 vegades d'exercici a la setmana (residus de 5.3, 3.5 i 4.0, respectivament) mentre que els nois en la categoria de 5 o més cops d'exercici a la setmana (residus de 4.0 i 7.5).

L'anàlisi de la interacció entre les variables gènere, nivell socioeconòmic i cultural i origen migratori a través de regressió logística multinomial va identificar efectes significatius, especialment en els nivells més baixos de pràctica d'exercici. Els resultats mostren que, en la categoria de 0 cops d'exercici a la setmana, les interaccions entre gènere femení i els percentils 1 i 2 de nivell socioeconòmic

van ser significatives ($p < .001$), i indiquen que les noies amb un nivell socioeconòmic més baix tenen més probabilitats de no practicar exercici. Per contra, aquesta interacció no va ser significativa per al percentil socioeconòmic 3 ($p = .393$), suggerint que el nivell socioeconòmic més alt no influeix de la mateixa manera la pràctica d'exercici entre les noies.

En el cas de la pràctica d'exercici una vegada a la setmana, no es va observar una interacció significativa entre gènere i nivell socioeconòmic. No obstant això, en la categoria de 2 cops d'exercici per setmana, es va recuperar la significativitat per als percentils 1 i 2 de nivell socioeconòmic ($p < .001$), mentre que per al percentil 3 no es va trobar significació ($p = .717$). Pel que fa a l'origen migratori, els resultats no van mostrar efectes significatius en la interacció amb les altres variables.

Discussió

Els resultats d'aquest estudi evidencien que el nivell socioeconòmic, l'origen migratori i el gènere són factors de desigualtat en la pràctica d'AF en l'adolescència a Catalunya. La població adolescent amb un nivell socioeconòmic més alt i aquella considerada nadiua presenta una freqüència d'AF més elevada en els llindars d'entre 2 i 4 cops per setmana. Segons els darrers estudis a Catalunya, aquest és el rang de pràctica setmanal més associat a millors impactes en el rendiment acadèmic (Roig-Hierro et al., 2025). De manera inesperada, els adolescents de nivell socioeconòmic més baix mostren una participació superior en la franja

de 5 cops o més per setmana. Tot i que podria semblar un resultat positiu, aquesta freqüència molt elevada també s'ha vinculat amb possibles efectes distractors i impactes negatius en el rendiment acadèmic (Roig-Hierro et al., 2025). Pel que fa al gènere, les noies mostren una menor participació en activitats físiques en comparació amb els nois. Addicionalment, els resultats apunten a una intersecció significativa entre el nivell socioeconòmic i el gènere, la qual amplifica les desigualtats observades. En particular, les noies provinents de famílies amb un nivell socioeconòmic baix presenten una freqüència de pràctica d'AF notablement inferior, tant en comparació amb els nois del mateix estrat com amb adolescents de nivells socioeconòmics més alts. Aquests resultats permeten situar aquests tres factors —el nivell socioeconòmic, l'origen migratori i el gènere— com a elements centrals de desigualtat en la pràctica setmanal d'AF en adolescents.

Estudis previs han assenyalat que el nivell socioeconòmic i l'origen migratori són factors determinants en l'accés a l'AF (Kaya et al., 2021; Tandon et al., 2021; Alegre i Morató, 2025; Mencía i Samper, 2023). En aquest sentit, l'estudi sobre la participació extraescolar a Catalunya impulsat per Educació 360 destaca que les desigualtats en les activitats extraescolars esportives no només es manifesten en la taxa de participació, sinó també en la tipologia d'activitats i la intensitat de pràctica (hores setmanals) (Mencía i Samper, 2023). Aquesta evidència subratlla la importància d'ampliar l'anàlisi més enllà de la mera participació en AF per examinar-ne la freqüència i la tipologia, aspectes clau per comprendre millor les desigualtats en aquest àmbit. Els resultats d'aquest estudi són coherents amb la literatura prèvia, que assenyalava que la població adolescent amb un nivell socioeconòmic alt té més accés a activitats esportives i a instal·lacions de qualitat, gràcies al poder adquisitiu de les famílies (Ramos et al., 2016). Ara bé, cal aprofundir en la interpretació del fet que els adolescents de nivell socioeconòmic baix concentren una proporció més alta de pràctica d'AF (≥ 5 cops/setmana). Encara que pugui reflectir quotes altes de compromís físic, també pot traduir-se en desigualtats encobertes, ja que freqüències tan elevades poden estar associades a factors com nivells baixos d'educació, autoestima baixa o trastorns de conducta alimentària (Caponetto et al., 2021). Aquesta paradoxa obre una línia d'anàlisi rellevant per entendre millor els vincles entre pràctica intensa d'AF i vulnerabilitat social.

Aquestes desigualtats tenen una trajectòria històrica, com mostren les dades de l'Observatori Català de l'Esport (2014) que indiquen que, pel que fa al nivell socioeconòmic, en la classe alta/mitjana-alta, el 17.9% practica un esport i el 46.2% diversos esports, mentre que només el 10.3% no en practica cap. En canvi, entre els obrers no qualificats, el 18.4% practica un esport, el 14.3% diversos esports, i el 32.7% no en practica cap.

Més enllà del nivell socioeconòmic, l'alumnat immigrant, especialment el de primera generació, mostra una pràctica menor d'AF en comparació amb els seus homòlegs nadius. Aquest és un resultat coherent amb estudis que identifiquen les dificultats d'integració social i cultural com una barrera addicional a les limitacions econòmiques (Kaya et al., 2021). A Catalunya, on la diversitat social ha augmentat significativament a causa de la immigració (Ruiz-Trasserra et al., 2017), és essencial garantir la inclusió de tots els col·lectius en l'esport i l'AF. Aquesta evidència subratlla la necessitat d'un suport específic, com mesures d'acompanyament i estratègies d'inclusió, per evitar que aquests joves desenvolupin estils de vida més sedentaris, amb possibles repercussions negatives per a la seva salut i benestar a llarg termini (van Sluijs et al., 2021).

Els resultats del present estudi també confirmen les desigualtats de gènere en la pràctica d'AF, en destacar que les noies tendeixen a participar menys en activitats físiques que els nois. Aquestes diferències de gènere en la pràctica d'AF s'han destacat en diversos estudis (Ferry i Lund, 2016; Gutiérrez i García-López, 2012; Muñoz-Arroyave et al., 2021), els quals atribueixen aquesta desigualtat a estereotips de gènere, a preocupacions sobre el rendiment i l'acceptació social, i a percepcions de les noies sobre un espai esportiu poc inclusiu (Ramos et al., 2016; Vidal-Conti, 2016).

Com es destaca en el present estudi, és possible que les desigualtats de gènere, alhora, interseccionin amb altres factors de desigualtat, com el nivell socioeconòmic. Aquesta interacció suggereix que la combinació de desigualtats socials pot tenir un efecte acumulatiu que limita encara més les oportunitats d'accés a l'AF. Això subratlla la necessitat de dur a terme polítiques inclusives que abordin conjuntament aquestes desigualtats i donin resposta a les necessitats específiques dels col·lectius més vulnerables (Hämäläinen et al., 2016).

Per promoure una major equitat en la pràctica d'AF, les polítiques d'inclusió són crucials i han d'anar més enllà de la comptabilització de l'oferta i considerar més àmpliament la plèthora de barreres existents a les quals s'enfronten aquests col·lectius (Dashper et al., 2019). Els factors facilitadors podrien incloure subvencions per reduir els costos d'inscripció a activitats esportives adreçades a famílies amb pocs recursos, així com programes específics dirigits a joves immigrants que fomentin un entorn segur i inclusiu per a la pràctica d'AF (Ajuntament de Barcelona, 2023). Així mateix, seria necessari fomentar un canvi cultural en l'esport escolar, adoptant estratègies per trencar amb els estereotips de gènere i oferint activitats diverses que atreguin tant nois com noies. L'adopció d'aquestes mesures pot contribuir a reduir les desigualtats en l'AF, i permetre que tots els i les adolescents accedeixin als beneficis físics i psicològics de l'activitat esportiva.

Tots aquests factors facilitadors han d'inserir-se dins d'un compromís més ampli per part de l'administració pública. Els resultats del present estudi evidencien una problemàtica estructural que no pot abordar-se únicament amb mesures aïllades o accions puntuals. Cal una estratègia global que integri aquests elements en una política educativa d'extraescolars esportives amb mecanismes concrets per garantir l'accés equitatiu a l'AF, especialment per als col·lectius en situació de vulnerabilitat.

Tal com assenyalen Alegre i Morató (2025), tot i l'existència de programes d'extraescolars destinats a aquests grups en diversos municipis, la seva implementació és heterogènia i depèn en gran mesura dels recursos disponibles a escala local. Això posa de manifest la necessitat d'incorporar aquestes iniciatives dins d'un marc polític estable i coordinat, que situï l'AF com un element clau de l'agenda educativa. L'objectiu ha de ser garantir una oferta d'activitats esportives de qualitat, accessibles i diversificades, promovent així una veritable equitat en l'accés als beneficis físics, socials i psicològics de l'esport i l'AF.

En aquesta línia, existeixen diverses iniciatives que poden servir com a exemple per a futures polítiques. A la ciutat de Barcelona, el programa de subvencions d'activitats extraescolars esportives per a famílies amb menys recursos demostra un compromís per millorar l'accés a l'AF (Ajuntament de Barcelona, 2023). Projectes culturals com el Criquet Jove a BCN promouen la integració de joves immigrants en un context esportiu adaptat als seus interessos culturals, creant espais segurs de pràctica d'AF i contribuint a la cohesió social (CEAi i FEEB, 2024). Altres programes, com l'Escola Esport Ciutat (Ajuntament de Barcelona, 2024), difonen esports no convencionals a les escoles, ofereixen l'oportunitat d'ampliar la varietat d'activitats disponibles dirigides a l'estudiantat, faciliten el descobriment de nous esports i promouen hàbits de vida actius des de joves i la vinculació en horari extraescolar. Una possibilitat addicional seria incorporar mecanismes específics d'identificació i inclusió de col·lectius vulnerabilitzats, basats en criteris individuals i no només territorials, dins de programes ja actius a Catalunya com el Fitjove (Generalitat de Catalunya, 2023).

Limitacions i propostes de futur

Aquest estudi presenta diverses limitacions que cal considerar en la interpretació dels resultats. En primer lloc, la mostra inclou només adolescents de 15 anys, atès que les dades provenen de l'informe PISA, fet que dificulta l'extrapolació a altres franges d'edat dins de l'adolescència. Seran necessàries futures recerques longitudinals o centrades en altres grups d'edat per analitzar l'evolució de la pràctica d'AF al llarg del temps. Addicionalment, cal complementar aquest estudi amb una perspectiva d'anàlisi més qualitativa que permeti comprendre en profunditat les motivacions i barreres percebudes pels adolescents en situació de vulnerabilitat. En segon lloc, l'estudi

se centra en un context geogràfic concret, Catalunya, i en un conjunt limitat de variables, la qual cosa pot restringir la generalització dels resultats a altres territoris o realitats socioculturals. L'ampliació a altres contextos i variables podria oferir una visió més global de les desigualtats en l'AF.

A més, l'anàlisi no aprofundeix en el tipus d'AF realitzada, un aspecte clau per entendre millor les diferències observades. La influència de factors com els recursos econòmics o les dinàmiques culturals també mereix una exploració més detallada, especialment mitjançant metodologies qualitatives. Finalment, la freqüència d'AF s'ha mesurat amb una única pregunta del qüestionari PISA, fet que pot introduir biaixos d'autopercepció. Seria recomanable que futures investigacions utilitzessin instruments validats com el PAQ-C (Bello et al., 2020) per obtenir mesures més precises i fiables.

Com a crida a l'acció, es proposa que les institucions públiques reforcin la implementació de polítiques d'inclusió que garanteixin l'accés equitatiu a l'AF per a tots els adolescents, amb una atenció especial als col·lectius més vulnerables. Més enllà d'aquestes mesures, el desenvolupament d'una política educativa integral, basada en el model Educació 360, podria ser una eina fonamental per promoure la participació en activitats extraescolars esportives entre infants i joves en situació de risc. Això requereix d'un abordatge estructural, que passi per modificar l'accés i visibilitat de les oportunitats d'AF com a espais educatius i de desenvolupament essencials de les persones adolescents. Es tracta de fer una aposta ferma, sistemàtica i sostenible per l'accés i aprofitament universal de l'AF. Per assolir aquest objectiu, és imprescindible un suport interinstitucional sòlid i la implicació coordinada de l'ecosistema educatiu i comunitari que envolta la comunitat adolescent. Cal construir polítiques transversals, en coordinació amb els diversos departaments implicats (esports, educació, joventut, drets socials i feminismes), així com una acció concertada entre administracions locals, centres educatius, entitats esportives i famílies per avançar cap a una major equitat en la pràctica de l'AF i la promoció d'estils de vida actius i saludables entre la joventut catalana.

Conclusions

A Catalunya existeixen desigualtats significatives en la pràctica d'AF entre adolescents associades al nivell socioeconòmic, l'origen migratori i el gènere. Els i les adolescents de famílies amb menys recursos i aquells amb antecedents migratoris, especialment de primera generació, presenten una freqüència menor de pràctica d'AF, mentre que, generalment, les noies practiquen menys AF que els nois, perpetuant les desigualtats de gènere. Aquests resultats subratllen la necessitat d'intervencions específiques que abordin de manera integrada aquestes barreres estructurals per tal de promoure la pràctica d'AF de manera equitativa i inclusiva en aquests grups poblacionals.

Referències

- Ajuntament de Barcelona (2023). Pla Esport Escolar. Subvencions. https://www.plaesportescolarbcn.cat/ca/subvencions_302069
- Ajuntament de Barcelona (2024). *Escola Esport Ciutat*. <https://www.escolaesportciutat.cat/>
- Alegre, M. À., & Morató, L. (2025). *L'educació venç la pobresa*. Fundació Bofill. <https://fundaciobofill.cat/publicacions/l-educacio-venc-la-pobresa>
- ALLEA. (2023). *The European Code of Conduct for Research Integrity* (Revised edition 2023). ALLEA - All European Academies. <https://doi.org/10.26356/ECOC>
- Alliott, O., Ryan, M., Fairbrother, H., & Sluijs, E. (2022). Do adolescents' experiences of the barriers to and facilitators of physical activity differ by socioeconomic position? A systematic review of qualitative evidence. *Obesity Reviews*, 23(3), e13374-n/a. <https://doi.org/10.1111/obr.13374>
- Bello, C. M., Vicente-Rodríguez, G., Casajús, J. A., & Gómez-Bruton, A. (2020). Validation of the PAQ-C and IPAQ-A questionnaires in school children. *Cultura, ciencia y deporte*, 15(44), 177–187. <https://doi.org/10.12800/ccd.v15i44.1460>
- Caponnetto, P., Casu, M., Amato, M., Cocuzza, D., Galofaro, V., La Morella, A., Paladino, S., Pulino, K., Raia, N., Recupero, F., Resina, C., Russo, S., Terranova, L. M., Tiralongo, J., & Vella, M. C. (2021). The Effects of Physical Exercise on Mental Health: From Cognitive Improvements to Risk of Addiction. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(24), 13384. <https://doi.org/10.3390/ijerph182413384>
- Centre d'Estudis Africans i Interculturals (CEAi) & Fundació per a l'Esport i l'Educació de Barcelona (FEEB). (2024). *Criquet Jove a BCN*. <https://criquetjovebcn.com/>
- Dashper, K., Fletcher, T., & Long, J. (2019). 'Intelligent investment'? Welsh sport policy and the (in)visibility of 'race.' *Leisure Studies*, 38(6), 762–774. <https://doi.org/10.1080/02614367.2019.1653355>
- Dimitri, P., Joshi, K., & Jones, N. (2020). Moving more: physical activity and its positive effects on long term conditions in children and young people. *Archives of Disease in Childhood*, 105(11), 1035–1040. <https://doi.org/10.1136/archdischild-2019-318017>
- Eime, R. M., Harvey, J., Charity, M. J., Casey, M., Westerbeek, H., & Payne, W. R. (2017). The relationship of sport participation to provision of sports facilities and socioeconomic status: a geographical analysis. *Australian and New Zealand Journal of Public Health*, 41(3), 248–255. <https://doi.org/10.1111/1753-6405.12647>
- Ferry, M., & Lund, S. (2016). Pupils in upper secondary school sports: choices based on what? *Sport, Education and Society*, 23(3), 270–282. <https://doi.org/10.1080/13573322.2016.1179181>
- Flores, Z., Chávez, B. F., Mier, R., & Obregón, K. A. (2022). Violencia de género en el deporte (Gender violence in sport). *Retos (Madrid)*, 43, 808–817. <https://doi.org/10.47197/retos.v43i0.85842>
- Generalitat de Catalunya. (2023). *Fitjove*. Departament de la Presidència, Secretaria General de l'Esport i de l'Activitat Física. https://esport.gencat.cat/ca/arees_dactuacio/escolar/fitjove/index.html
- Gutierrez, D., & García-López, L. M. (2012). Gender differences in game behaviour in invasion games. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 17(3), 289–301. <https://doi.org/10.1080/17408989.2012.690379>
- Hämäläinen, R.-M., Sandu, P., Syed, A. M., & Jakobsen, M. W. (2016). An evaluation of equity and equality in physical activity policies in four European countries. *International Journal for Equity in Health*, 15(1), 191–191. <https://doi.org/10.1186/s12939-016-0481-y>
- Kaya, A., Faulkner, P. E., Baber, C. R., & Rotich, J. P. (2021). Insights from Immigrant and Refugee Youth on Resilience through Sport Participation during Adaption to a New Country. *Journal of Immigrant & Refugee Studies*, 20(1), 33–48. <https://doi.org/10.1080/15562948.2021.1890303>
- Mencía, L., & Samper Sierra, S. (2023). *La cara i la creu de la participació extraescolar. Oportunitats i desigualtats educatives*. Fundació Bofill. <https://fundaciobofill.cat/publicacions/la-cara-i-la-creu-de-la-participacio-extraescolar-oportunitats-i-desigualtats-educatives>
- Moreno-Vitoria, L., Cabeza-Ruiz, R., & Pellicer-Chenoll, M. (2024). Factors that influence the physical and sports participation of adolescent girls: a systematic review. *Apunts Educación Física y Deportes*, 157, 19–30. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2024/3\).157.03](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2024/3).157.03)
- Muñoz-Arroyave, V.; Pic, M.; Luchoro-Parrilla, R.; Serna, J.; Salas-Santandreu, C.; Damian-Silva, S.; Machado, L.; Rodríguez-Arregi, R.; Prat, Q.; Duran-Delgado, C. & Lavega-Burgués, P. (2021). Promoting Interpersonal Relationships through Elbow Tag, a Traditional Sporting Game. A Multidimensional Approach. *Sustainability* 2021, 13(14), 7887. <https://doi.org/10.3390/su13147887>
- Observatori Català de l'Esport. (2014). *Pràctica esportiva. Nivell de participació esportiva de la població entre 16 i 75 anys*. Observatori Català de l'Esport. Recuperat de https://www.observatoridelesport.cat/indicador.php?id_n1=3&id_n3=8
- Observatori Català de l'Esport. (2023). *Dones i esport català. Dossier estadístic 2023*. https://dones.gencat.cat/web/contenut/03_ambits/Observatori/03_dossiers_estadistics/2023/Dones-i-esport-catala-2023.pdf
- OCDE. (2023). *PISA 2022 database*. OECD Publishing. <https://www.oecd.org/pisa/data/>
- Poitras, V.J., Gray, C.E., Borghese, M.M., Carson, V., Chaput, J.P., Janssen, I., Katzmarzyk, P.T., Pate, R.R., Connor, S., Gorber, M., Kho, E., Sampson, M. & Tremblay, M.S. (2016). Systematic review of the relationships between objectively measured physical activity and health indicators in school-aged children and youth. *Applied Physiology, Nutrition and Metabolism*, 41(6), 197–239. <https://doi.org/10.1139/apnm-2015-0663>
- Ramos, P., Jiménez-Iglesias, A., Rivera, F., & Moreno, C. (2016). Evolución de la práctica de la actividad física en los adolescentes españoles (Physical Activity Trends in Spanish Adolescents). *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de La Actividad Física y Del Deporte*, 62(2016), 335–353. <https://doi.org/10.15366/rimcafd2016.62.010>
- Roig-Hierro, E., Ríos-Sisó, X., Buscà, F., Guillem, M., & Batalla, A. (2025). The positive impact of physical activity on academic performance among catalan adolescents. *Cogent Education*, 12(1). <https://doi.org/10.1080/2331186X.2025.2497139>
- Ruiz-Trasserra, A., Pérez, A., Continente, X., O'Brien, K., Bartoli, M., Teixidó-Compañó, E., & Espelt, A. (2017). Patterns of physical activity and associated factors among teenagers from Barcelona (Spain) in 2012. *Gaceta Sanitaria*, 31(6), 485–491. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2016.10.004>
- Tandon, P. S., Kroshus, E., Olsen, K., Garrett, K., Qu, P., & McCleery, J. (2021). Socioeconomic Inequities in Youth Participation in Physical Activity and Sports. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(13), 6946. <https://doi.org/10.3390/ijerph18136946>
- van Sluijs, E. M. F., Ekelund, U., Crochemore-Silva, I., Guthold, R., Ha, A., Lubans, D., Oyeyemi, A. L., Ding, D., & Katzmarzyk, P. T. (2021). Physical activity behaviours in adolescence: Current evidence and opportunities for intervention. *The Lancet*, 398(10298), 429–442. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(21\)01259-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)01259-9)
- VidalConti, J. (2016). Identificación de predictores de actividad física en escolares según el modelo socio-ecológico mediante un análisis multifactorial. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 11(31), 51–59. <https://doi.org/10.12800/ccd.v11i31.642>
- World Health Organization. (2020). *WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour: at a glance*. World Health Organization. <https://www.who.int/europe/publications/item/9789240014886>

Conflicte d'interessos: les autories no han comunicat cap conflicte d'interessos.



© Copyright Generalitat de Catalunya (INEFC). Aquest article està disponible a l'URL <https://www.revista-apunts.com/ca/>. Aquest treball està publicat sota una llicència Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License. Les imatges o qualsevol altre material de tercers d'aquest article estan inclosos a la llicència Creative Commons de l'article, tret que s'indiqui el contrari a la línia de crèdit; si el material no s'inclou sota la llicència Creative Commons, els usuaris hauran d'obtenir el permís del titular de la llicència per reproduir el material. Per veure una còpia d'aquesta llicència, visiteu <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.ca>