

RE03

¿CUÁLES SON LOS BENEFICIOS SOCIALES NO ECONÓMICOS DE LA EDUCACIÓN?

RE03a Tiempo semanal dedicado al ejercicio físico por la población adulta según nivel de escolaridad (2014)

----- ■

La educación es un derecho humano fundamental que sirve de base para el ejercicio de los demás derechos; es un instrumento que genera importantes beneficios para el desarrollo de los individuos y de la sociedad. Más allá del impacto que la educación escolarizada tiene en las oportunidades laborales, los ingresos y la posición profesional de las personas, así como en el crecimiento económico de los países, la educación también favorece la mejora de la calidad de vida, la salud, la cohesión social y las satisfacción y motivación individuales.

En este constructo se avanza en el análisis de los beneficios sociales de la educación mediante dos indicadores que informan sobre la relación que guarda la escolarización de las personas con la medida en que utilizan su tiempo libre en dos actividades: el ejercicio físico y la lectura no obligatoria, considerando el tiempo semanal que la población de 25 a 64 años dedica a ellas.

Se parte de la premisa de que la participación de las personas en la escuela promueve la adquisición de conocimientos y el desarrollo de capacidades, habilidades y hábitos positivos que ponen en juego a la hora de hacer elecciones en sus prácticas cotidianas (OECD, 2007), como las relacionadas con la salud y con la necesidad de seguir aprendiendo a lo largo de la vida. Los hábitos explorados refieren primero a la realización de actividad físico-deportiva (indicador RE03a), la cual contribuye a mejorar la salud funcional de las personas (sistemas cardiorrespiratorio, muscular y óseo), retardar el deterioro cognitivo, y reducir el riesgo de contraer enfermedades no transmisibles y de padecer depresión mental (OMS, 2002). La inactividad física constituye el cuarto factor de riesgo más importante de mortalidad en todo el mundo, después de la hipertensión, el consumo de tabaco y el exceso de glucosa en la sangre (OMS, 2010).

El segundo hábito explorado es la dedicación de tiempo a la lectura no obligada (indicador RE03b). La lectura, como una actividad socialmente apreciada que fortalece las habilidades

de pensar, interpretar y comunicar, es necesaria para que las personas se desempeñen eficazmente en su actuar cotidiano, porque es una de las herramientas fundamentales para el aprendizaje continuo a lo largo de la vida (Comisión Europea, 2010).

Los datos de estos indicadores provienen de la *Encuesta Nacional sobre Uso del Tiempo 2014* (INEGI, 2015); los principales hallazgos sugieren que las personas dedican en promedio más tiempo a la actividad física y a la lectura no obligada a medida que tienen mayor escolaridad, independientemente del ingreso per cápita del hogar al que pertenecen. Dada la naturaleza muestral de los datos, los análisis estadísticos requirieron la construcción de intervalos a 95% de confianza, mismos que se muestran en el anexo electrónico correspondiente a cada tabla del documento impreso.

RE03a Tiempo semanal dedicado al ejercicio físico por la población adulta según nivel de escolaridad (2014)

Este indicador muestra el número de horas que las personas con diferentes niveles de escolaridad dedican semanalmente a practicar algún deporte o a hacer ejercicio físico. La información se desagrega por estrato de ingreso per cápita, grupo de edad (25 a 44 y 45 a 64 años), tipo de localidad (rural y urbana) y sexo, de modo que se pueda reflexionar sobre qué otros aspectos posiblemente influyan en la realización de estas actividades y observar si continúa siendo significativo o no el nivel educativo de la población observada.

En México, la población de 25 a 64 años con educación superior completa destinó en 2014 un promedio de 2.1 horas a la semana al ejercicio físico; conforme baja el nivel de escolaridad, el promedio de horas también disminuye y llega hasta 0.7 horas (42 minutos) entre quienes no cursaron la educación básica. Los hombres en promedio dedicaron 1.4 horas a la actividad física; por nivel de escolaridad, quienes concluyeron la educación superior dedicaron más tiempo al ejercicio físico (2.5 horas) a diferencia de los que sólo lograron los niveles de educación media superior completa (1.5 horas), básica completa (1.2 horas) o sin básica (0.9 horas). La misma tendencia se observa en el caso de las mujeres (1 hora), ya que aquellas que finalizaron la educación superior dedicaron en promedio 1.7 horas y solamente 1.2, 0.9 y 0.6 horas en los tres niveles inferiores de escolaridad, respectivamente (tabla RE03a-1).

Cuando los datos se observan desagregados por estrato de ingreso per cápita, destaca el III, ya que en todos los niveles de escolaridad se dedica más tiempo al ejercicio físico o a la práctica de algún deporte respecto al nivel previo; por ejemplo, aquellos que concluyeron la educación superior dedicaron 30 minutos más al deporte (1.9 horas) en comparación con los que sólo terminaron la educación media superior (1.4 horas)

a la vez éstos realizaron 24 minutos más de ejercicio que los que únicamente acabaron la educación básica (1 hora).

RE03a-1 Tiempo semanal dedicado al ejercicio físico por la población de 25 a 64 años según nivel de escolaridad y subpoblación seleccionada (horas) (2014)

Subpoblación seleccionada	Nivel de escolaridad				Total
	Sin básica	Básica completa	Media superior completa	Superior completa	
Total	0.7	1.1 *	1.4 *	2.1 *	1.1
Estrato de ingreso per cápita¹					
I	0.7	1.0	n.s.	n.s.	0.8
II	0.7	0.9	1.5 *	n.s.	0.9
III	0.8	1.0 *	1.4 *	1.9 *	1.0
IV	1.0	1.3 *	1.4	2.2 *	1.6
Estrato de ingreso per cápita.¹ Hombres					
I	0.9	1.3	n.s.	n.s.	1.1
II	0.9	1.0	1.6	n.s.	1.0
III	1.0	1.2	1.7 *	2.1	1.3
IV	0.9	1.5 *	1.5	2.5 *	1.9
Total	0.9	1.2 *	1.5 *	2.5 *	1.4
Estrato de ingreso per cápita.¹ Mujeres					
I	0.5	0.7	n.s.	n.s.	0.6
II	0.6	0.7	1.3 *	n.s.	0.7
III	0.6	0.8 *	1.1	1.7	0.8
IV	1.0	1.2	1.4	1.8 *	1.4
Total	0.6	0.9 *	1.2 *	1.7 *	1.0
Grupo de edad					
25 a 44 años	0.8	1.0 *	1.3 *	2.2 *	1.2
45 a 64 años	0.7	1.1 *	1.4 *	2.1 *	1.0
Tipo de localidad					
Rural	0.5	0.9 *	1.1	2.0 *	0.7
Urbana	0.8	1.1 *	1.4 *	2.1 *	1.3

¹ Para conocer el procedimiento de construcción del estrato de ingreso, ver la nota técnica RE03 al final del constructo.

* Diferencia estadísticamente significativa a 95% de confianza respecto al nivel previo de escolaridad.

n.s. No hay suficientes casos para mostrar el dato.

Fuente: INEE, cálculos con base en la *Encuesta Nacional sobre Uso del Tiempo 2014*, INEGI (2015h).

En la desagregación por estrato de ingreso y sexo sólo es significativa la diferencia para hombres en los estratos III y IV en algunos niveles educativos: en el III entre básica completa (1.2) y media superior (1.7); en el IV entre media superior completa (1.5) y superior (2.5), y entre básica completa (1.5) y sin básica (0.9). En cambio, para las mujeres se observan diferencias significativas en el estrato II entre media superior completa (1.3) y básica completa (0.7); en el estrato III entre básica completa y sin básica (0.8 y 0.6, respectivamente), y en el estrato IV entre superior completa (1.8) y media superior completa (1.4) (tabla RE03a-1).

Las diferencias entre las horas semanales dedicadas a las actividades ya mencionadas entre los grupos de edad de 25 a 44 años y de 45 a 64 años son significativas en todos los niveles de escolaridad. La brecha más grande se presenta, en ambos grupos de edad, entre quienes tienen educación superior completa y quienes no cuentan con

educación básica: 1.4 horas menos. Asimismo, en las localidades urbanas, las horas promedio dedicadas al ejercicio físico por quienes tienen el nivel de escolaridad superior difieren significativamente de los tiempos que invierten quienes alcanzaron alguno de los niveles previos. No así en las localidades rurales, donde no se encontró diferencia significativa entre los que concluyeron la educación media superior (1.1 horas) y los que sólo obtuvieron la educación básica completa (0.9 horas) (tabla RE03a-1).

Como estadístico complementario se muestra en la tabla RE03a-A3 del anexo electrónico el porcentaje de población que no realiza ningún tipo de actividad físico-deportiva o se ejercita menos de una hora, de modo que se dimensiona la falta de participación de la población en la actividad señalada según el nivel educativo: 83.2% de la población de 25 a 64 años, cuando no cuenta con educación básica, no dedica u ocupa menos de una hora semanal a ejercicio; 55.7% de la población en el mismo grupo de edad con educación superior completa dedica poco tiempo o no usa nada de tiempo.

En síntesis, el indicador en sus distintas desagregaciones muestra que a mayor nivel de escolaridad de la población mayor es el tiempo destinado al ejercicio físico durante el tiempo libre, hábito que repercute positivamente en la salud de los individuos y en el bienestar en general de la población.

Tiempo semanal dedicado al ejercicio físico por la población adulta según nivel de escolaridad

Definición

Es el número de horas que en promedio la población entre 25 y 64 años con determinado nivel de escolaridad dedica semanalmente a hacer ejercicio físico o a practicar algún deporte.

Fórmula de cálculo

$$\widehat{PHD}_{niv} = \frac{\sum_{i=1}^N \widehat{HD}_{i,niv}}{\widehat{N}_{niv}}$$

\widehat{PHD}_{niv}	Estimación del promedio de horas que la población adulta en el nivel de escolaridad <i>niv</i> dedica al ejercicio físico o a la práctica deportiva.
\widehat{N}_{niv}	Estimación del volumen de población adulta (25 a 64 años) en el nivel de escolaridad <i>niv</i> .
$\widehat{HD}_{i,niv}$	Estimación del número de horas que el adulto <i>i</i> con nivel de escolaridad <i>niv</i> dedica semanalmente a actividades físicas o deportivas.
<i>niv</i>	Nivel de escolaridad máximo alcanzado: sin básica, básica, media superior y superior.

Interpretación

Este indicador da cuenta de la relación que existe entre la escolaridad alcanzada y el tiempo dedicado por las personas a la práctica deportiva o a la realización de ejercicio físico. Los resultados de este indicador evidencian la asociación que guarda la educación con las decisiones personales sobre las prácticas de salud preventiva. Asimismo, refuerzan la idea de que la escuela contribuye a desarrollar aprendizajes, hábitos, competencias y habilidades que se traducen en mayores capacidades de las personas para modificar los contextos en los que se desenvuelven cotidianamente (OECD, 2006a y 2007). Se esperaría que las personas más escolarizadas realizaran las elecciones más saludables a

la hora de decidir qué consumir y cómo utilizar su tiempo libre. La investigación internacional muestra que dedicar tiempo a la actividad física reduce el riesgo de contraer enfermedades no transmisibles como la osteoporosis, las cardiopatías y la diabetes, y mejora la calidad con que las personas desempeñan los papeles que les corresponden en la sociedad (OMS, 2002 y 2010).

Utilidad

El indicador muestra que impulsar la escolarización de la población contribuye a que las personas decidan ocupar más tiempo a realizar ejercicio físico y, por lo mismo, a reducir el riesgo de contraer enfermedades, lo cual significa un mayor bienestar social en salud. Esto a la vez disminuye los gastos individuales y sociales destinados a la atención médica.

Ofrece elementos para evaluar las siguientes dimensiones de la calidad educativa

Impacto, pertinencia y relevancia de la educación

Desagregación

Este indicador se presenta en su máximo nivel de desagregación: estrato socioeconómico¹ (I, II, III y IV), sexo y tipo de localidad (urbana y rural).

Fuente de información

INEGI (2015h). *Encuesta Nacional sobre Uso del Tiempo 2014* (base de microdatos).

Notas

¹ Debido a que la ENUT 2014 no registró el ingreso corriente total de los hogares y a que no es posible ligar la información de esta encuesta con la de la ENIGH 2014, el estrato de ingreso se construyó con base en variables sobre características de la vivienda, bienes del hogar y características sociodemográficas de los individuos (ver nota técnica RE03).

Tiempo semanal dedicado al ejercicio físico por la población adulta de 25 a 64 años según nivel de escolaridad (2009 y 2014)

Año	Horas totales	Sin básica	Básica completa	Media superior completa	Superior completa
2009	1.0	0.5	0.9	1.4	1.8
2014	1.1	0.7	1.1	1.4	2.1

Fuente: INEE, cálculos con base en la *Encuesta Nacional sobre Uso del Tiempo 2009 y 2014*, INEGI (2015h).

RE03a-A2 Intervalos a 95% de confianza del tiempo semanal dedicado al ejercicio físico por la población adulta de 25 a 64 años según nivel de escolaridad y subpoblación seleccionada (horas) (2014)

Subpoblación seleccionada	Nivel de escolaridad								Total	
	Sin básica		Básica completa		Media superior completa		Superior completa		L.I.	L.S.
	L.I.	L.S.	L.I.	L.S.	L.I.	L.S.	L.I.	L.S.		
Estrato de ingreso per cápita¹										
I	0.4	1.0	0.7	1.4	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	0.6	1.1
II	0.6	0.9	0.7	1.0	1.0	1.9	n.s.	n.s.	0.8	1.0
III	0.7	0.9	0.9	1.1	1.2	1.5	1.5	2.3	0.9	1.1
IV	0.8	1.1	1.2	1.5	1.3	1.6	2.0	2.3	1.5	1.7
Total	0.7	0.8	1.0	1.1	1.3	1.5	2.0	2.3	1.1	1.2
Estrato de ingreso per cápita.¹ Hombres										
I	0.5	1.4	0.8	1.8	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	0.8	1.4
II	0.7	1.1	0.8	1.2	0.9	2.3	n.s.	n.s.	0.9	1.2
III	0.9	1.2	1.0	1.3	1.4	1.9	1.5	2.7	1.2	1.4
IV	0.7	1.2	1.2	1.7	1.3	1.7	2.3	2.7	1.7	2.0
Total	0.8	0.9	1.1	1.3	1.4	1.6	2.3	2.7	1.3	1.4
Estrato de ingreso per cápita.¹ Mujeres										
I	0.1	0.8	0.2	1.2	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	0.3	0.9
II	0.4	0.8	0.5	0.9	0.8	1.8	n.s.	n.s.	0.6	0.9
III	0.5	0.7	0.7	0.9	0.8	1.3	1.1	2.3	0.7	0.9
IV	0.8	1.2	1.1	1.4	1.2	1.6	1.6	1.9	1.3	1.5
Total	0.5	0.7	0.8	1.0	1.1	1.3	1.6	1.9	0.9	1.0
Grupo de edad										
25-44 años	0.7	0.8	1.0	1.1	1.2	1.5	2.0	2.3	1.2	1.3
45-64 años	0.6	0.7	1.0	1.2	1.2	1.6	1.9	2.2	1.0	1.1
Total	0.7	0.8	1.0	1.1	1.3	1.5	2.0	2.3	1.1	1.2
Tipo de localidad										
Rural	0.5	0.6	0.8	1.1	0.8	1.5	1.5	2.5	0.7	0.8
Urbana	0.7	0.9	1.0	1.2	1.3	1.5	2.0	2.3	1.2	1.3
Total	0.7	0.8	1.0	1.1	1.3	1.5	2.0	2.3	1.1	1.2

¹ Para conocer el procedimiento de construcción del estrato de ingreso, ver la nota técnica RE03 al final del constructo en la obra impresa.

L.I. Límite inferior de confianza.

L.S. Límite superior de confianza.

n.s. No hay suficientes casos para mostrar el dato.

Fuente: INEE, cálculos con base en la *Encuesta Nacional sobre Uso del Tiempo 2014*, INEGI (2015h).

RE03a-A3 Porcentaje de población de 25 a 64 años que no dedica tiempo o dedica menos de una hora semanal al ejercicio físico según nivel de escolaridad y estrato de ingreso per cápita (horas) (2014)

Estrato de ingreso per cápita ¹	Nivel de escolaridad				Total
	Sin básica	Básica completa	Media superior completa	Superior completa	
I	83.7	71.0	n.s.	n.s.	79.6
II	83.3	77.2	66.9	n.s.	79.2
III	81.6	75.9	69.0	62.4	76.2
IV	76.2	71.9	68.1	55.0	65.0
Total	83.2	74.4	69.1	55.7	73.9

¹ Para conocer el procedimiento de construcción del estrato de ingreso, ver la nota técnica RE03 al final del constructo en la obra impresa.

n.s. No hay suficientes casos para mostrar el dato.

Fuente: INEE, cálculos con base en la *Encuesta Nacional sobre Uso del Tiempo 2014*, INEGI (2015h).

RE03a-A4 Intervalos a 95% de confianza del porcentaje de población de 25 a 64 años que no dedica tiempo o dedica menos de una hora semanal al ejercicio físico según nivel de escolaridad y estrato de ingreso per cápita (horas) (2014)

Estrato de ingreso per cápita ¹	Nivel de escolaridad								Total	
	Sin básica		Básica completa		Media superior completa		Superior completa		L.I.	L.S.
	L.I.	L.S.	L.I.	L.S.	L.I.	L.S.	L.I.	L.S.		
I	80.0	87.4	62.1	79.9	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	75.7	83.4
II	80.8	85.7	73.8	80.6	59.0	74.7	n.s.	n.s.	77.2	81.3
III	79.8	83.3	73.8	78.0	65.6	72.3	55.3	69.5	74.9	77.5
IV	73.0	79.4	69.6	74.1	65.9	70.3	52.7	57.2	63.7	66.3
Total	82.3	84.1	73.3	75.6	67.5	70.7	53.8	57.6	73.2	74.6

¹ Para conocer el procedimiento de construcción del estrato de ingreso, ver la nota técnica RE03 al final del constructo en la obra impresa.

L.I. Límite inferior de confianza.

L.S. Límite superior de confianza.

n.s. No hay suficientes casos para mostrar el dato.

Fuente: INEE, cálculos con base en la *Encuesta Nacional sobre Uso del Tiempo 2014*, INEGI (2015h).