

A teal-tinted photograph of children playing in a park. In the foreground, a girl with long dark hair is smiling and looking towards the camera. To her right, another girl is seen from the back, with her hair in a ponytail, looking down. Other children are visible in the background, slightly out of focus.

GLOBAL MATRIX 5.0

Calificación de la Infancia y
Adolescencia en Euskadi



© 2025 Mondragon Unibertsitatea-HUHEZI. Todos los derechos de autor reservados. Este proyecto se ha desarrollado por encargo del Gobierno Vasco.

Autores/as:

Neritzel Albisua. Líder del proyecto. Mondragon Unibertsitatea, Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación (HUHEZI).

Aitor Martínez de Aguirre. EUNEIZ – Universidad de Vitoria Gasteiz.

Arkaitz Larrinaga. Universidad de Deusto, Facultad de Educación y Deporte.

Ilargi Gorostegi. Universidad del País Vasco (UPV/EHU), Facultad de Educación y Deporte.

Juan Aldaz. Universidad del País Vasco (UPV/EHU), Facultad de Derecho.

Mikel Bringas. Gobierno Vasco, Dirección de Actividad Física y Deporte. Gestor deportivo.



Introducción

Calificación de la Infancia y Adolescencia de Euskadi – Global Matrix 5.0

Global Matrix es una iniciativa internacional impulsada por la organización Active Healthy Kids Global Alliance (AHKGA). Su objetivo es conocer la situación de la actividad física en niños y adolescentes y facilitar la comparación entre países a través de un informe global conjunto.

Cada país, región o territorio participante elabora su propio *Report Card* o informe de calificación utilizando 10 indicadores estandarizados, que abarcan desde los niveles de actividad física general hasta factores como la familia, la escuela, el entorno comunitario o las políticas gubernamentales.

En la edición 2025, han participado **71 países, y Euskadi ha contribuido por segunda vez con su propio informe**, ofreciendo una visión actualizada de la realidad local.

A continuación, se presenta de forma breve y accesible la calificación de nuestro territorio, reflejando los avances y retos que enfrentamos para garantizar una infancia y adolescencia más activa y saludable.



Contexto

En Euskadi, el programa de Deporte Escolar cuenta con una trayectoria consolidada de más de 25 años, ofreciendo a niños y adolescentes oportunidades de práctica física regular en el ámbito educativo. En los últimos años, además, se han impulsado programas más específicos y adaptados a las edades tempranas (6–8 años) para favorecer el desarrollo motriz y la adquisición de hábitos activos desde la infancia. A esto se suma una amplia oferta deportiva municipal (a través de clubes y servicios locales) y la creación de espacios que promueven una urbanística activa, como carriles bici, parques y áreas de juego accesibles.

Sin embargo, también se han identificado retos significativos relacionados con la actividad física, el sedentarismo y la salud en la infancia y adolescencia. En este contexto, resulta imprescindible realizar un diagnóstico preciso de la situación actual y diseñar políticas públicas y estrategias de intervención eficaces que promuevan de forma sostenible la actividad física.



Objetivo

Teniendo en cuenta esta situación, el objetivo principal de este proyecto es:

Conocer los comportamientos sedentarios, actividad física y el nivel de sueño de las personas jóvenes de 6 a 17 años de Euskadi, para desarrollar políticas e intervenciones efectivas. Además, Global Matrix es una herramienta útil para aumentar la conciencia social, orientar las decisiones políticas y determinar las necesidades de investigación.



Metodología

Para la elaboración del informe se ha seguido la metodología establecida por Active Healthy Kids Global Alliance. Las estimaciones se han realizado con datos objetivos y contrastados, basados principalmente en estudios medidos por acelerometría. También se han tenido en cuenta fuentes complementarias como las estadísticas oficiales, los datos del ámbito educativo y sanitario y los informes de los organismos públicos.

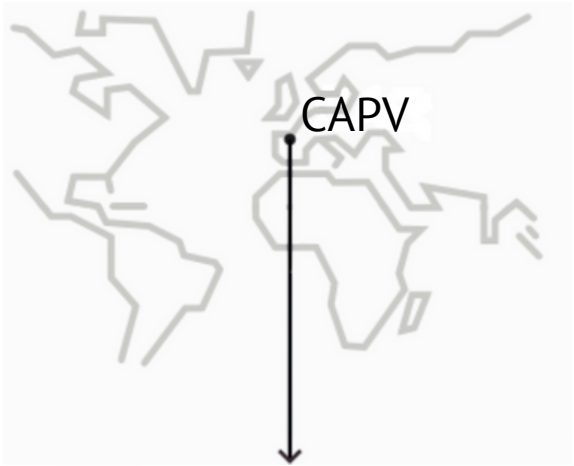
La valoración de cada indicador ha sido realizada por un equipo multidisciplinar, de consenso y contextualizado.



Distribución territorial de la población

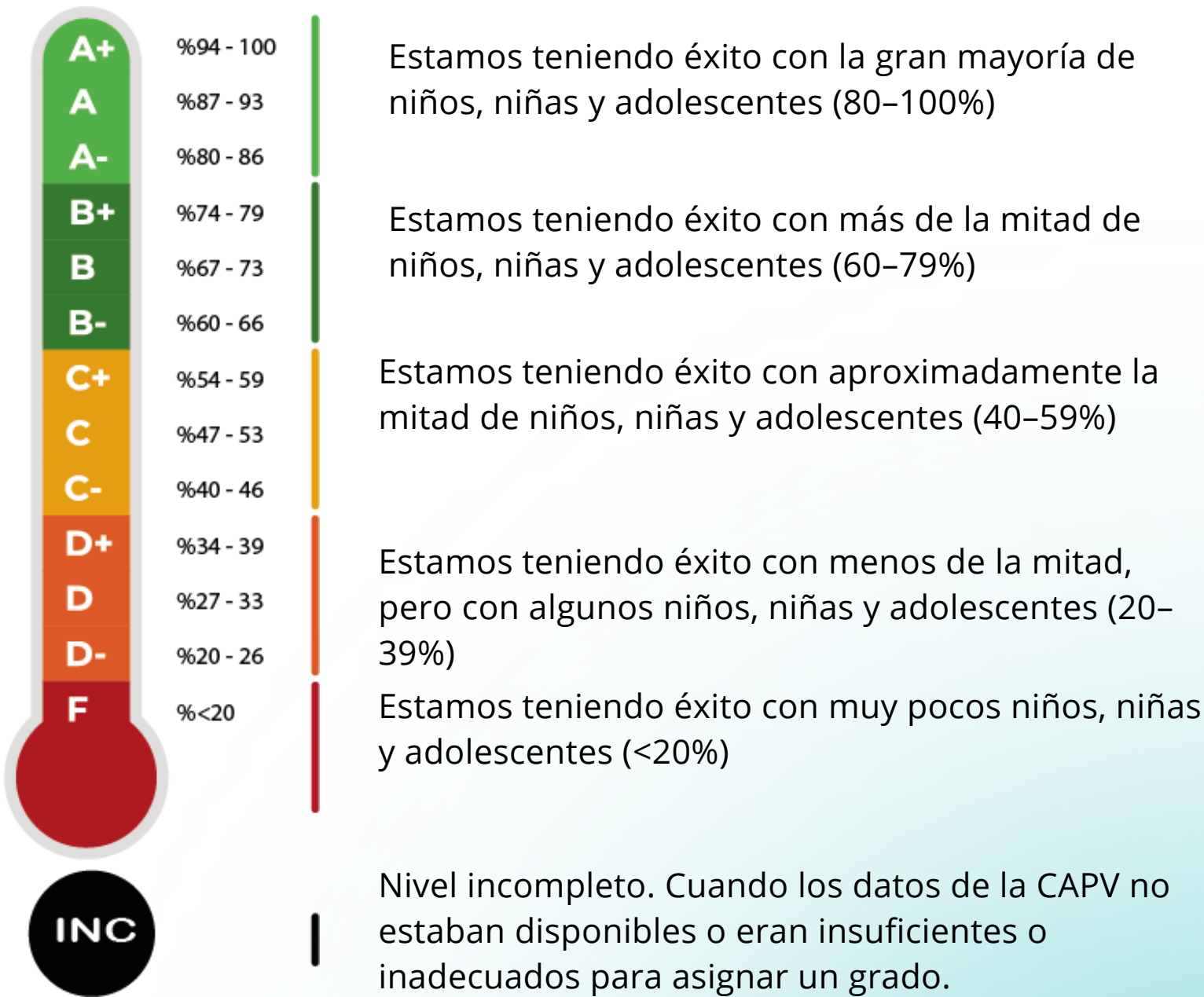
Atendiendo a la distribución de la población de la CAPV en las edades consideradas (6-17 años), la participación de cada territorio histórico en el conjunto de la CAPV se ha tomado de la siguiente manera:

		
Bizkaia	%50,1	%49,8
Gipuzkoa	%34,2	%34,3
Araba	%15,5	%15,8



Valoración de los indicadores

El grupo de trabajo ha analizado 11 indicadores relativos a la actividad infantil y adolescente en Euskadi y su promoción, a partir de los datos disponibles. A cada indicador se le ha asignado un cálculo utilizando la escala de Active Healthy Kids Global Alliance:



1

Actividad Física general



6-11 años
(Primaria)

%91,5

A

%94,1

A+

11-15 años
(Secundaria)

%41,9

C-

%63,9

B-

15-17 años
(Bachillerato)

%18,3

F

%52

C

Global

%50,8

C

%69,4

B



A destacar:

Con la edad, se observa un descenso notable en la actividad física, especialmente entre los chicos. Al final de la adolescencia, aparecen diferencias significativas según el género.

Definición:

Movimientos corporales diarios producidos por los músculos esqueléticos que requieren un gasto de energía.

Referencia:

Porcentaje de niños, niñas y adolescentes que cumplen con las Recomendaciones Globales sobre Actividad Física para la Salud, las cuales recomiendan acumular al menos 60 minutos diarios de actividad física moderada o vigorosa (AFMV) de media. Alternativamente, el porcentaje de quienes realizan al menos 60 minutos de APMV en un mínimo de 4 días a la semana (cuando no se puede estimar una media diaria).

2

Participación en deporte
organizado

		
6-11 años (Primaria)	%70,4 B	%59,6 C+
11-15 años (Secundaria)	%57,3 C+	%64,5 B-
15-17 años (Bachillerato)	%50 C	%65,8 B-
Global	%50 B-	%65,8 B-



A destacar:

Participación más alta en la infancia; descenso en la adolescencia, menos en el caso de las chicas.

La participación de las chicas es más constante; el descenso de los chicos es más acusado con la edad.

Definición:

Formas de actividad física estructuradas, supervisadas y orientadas a objetivos, que incluyen deportes competitivos y actividades no competitivas, como clases de fitness, danza o clubes recreativos.



Referencia:

Porcentaje de niños, niñas y adolescentes que participan en deportes organizados y/o en programas de actividad física.



Global

INC

INC

**A destacar:**

Aunque el juego activo está extendido, no hay datos suficientes para asignar el grado.

Necesidad de mediciones más precisas, sobre todo teniendo en cuenta la intensidad y la duración.

Definición:

El juego es una participación voluntaria en una actividad que resulta divertida y/o gratificante, normalmente impulsada por la motivación intrínseca. El juego activo es una forma de juego que implica actividad física de cualquier intensidad (definición de PLaTO-Net).

Referencia:

Porcentaje de niños, niñas y adolescentes que realizan juego activo no estructurado/no organizado, en espacios interiores o exteriores, a cualquier intensidad, durante más de 2 horas al día.

Porcentaje de niños, niñas y adolescentes que declaran estar al aire libre durante más de 2 horas al día.

4

Transporte activo



	Icono niño	Icono adulto
6-11 años (Primaria)	%70 B	%72,1 B
11-15 años (Secundaria)	%68,3 B	%71,3 B
15-17 años (Bachillerato)	%62,5 B-	%64,8 B-
Global	%67 B-	%69,4 B



A destacar:

Con la edad bajan los desplazamientos activos; pocas diferencias según el nivel de SES, mayor uso en SES más bajos.

La mayor parte de los desplazamientos activos se realizan a pie, por lo que muchos de los desplazamientos realizados a través de transportes motorizados se pueden realizar en bicicleta.

Definición:

El transporte activo se refiere a cualquier forma de desplazamiento impulsado por la propia energía humana (por ejemplo, caminar, ir en bicicleta, usar silla de ruedas, patinar en línea, monopatín, patinete, kayak o esquí de fondo).



Referencia:

Porcentaje de niños, niñas y adolescentes que utilizan transporte activo para ir y volver de distintos lugares (por ejemplo, la escuela, el parque, el centro comercial o la casa de un amigo).

5

Comportamiento sedentario



6-11 años
(Primaria)

552,8 min.

D

524,5 min.

D

11-15 años
(Secundaria)

616 min.

F

623,1 min.

F

15-17 años
(Bachillerato)

629 min.

F

606,5 min.

F

Global

599,3 min.

F

584,7 min.

F



A destacar:

Más de 9 horas sentadas al día; con la edad aumenta el tiempo, pequeñas diferencias entre géneros.

Uso extendido de la tecnología y la comunicación electrónica; larga duración del comportamiento sedentario.

Definición:

El comportamiento sedentario es cualquier conducta en estado de vigilia caracterizada por un gasto energético $\leq 1,5$ equivalentes metabólicos, mientras se está sentado, reclinado o tumbado.

Debido a la falta de límites oficiales de tiempo para el comportamiento sedentario no relacionado con pantallas, este indicador se evalúa mediante una medida indirecta: el tiempo recreativo frente a pantallas. Se entiende por tiempo recreativo frente a pantallas aquel dedicado a actividades con pantallas que no están relacionadas con la escuela o el trabajo.

Referencia:

Porcentaje de niños, niñas y adolescentes que cumplen con las guías canadienses de comportamiento sedentario (de 5 a 17 años: no más de 2 horas diarias de tiempo recreativo frente a pantallas).

6

Condición física



%50

C

%54,8

C+

Global

**A destacar:**

10.197 niñas y 11.416 niños realizaron las pruebas en el sistema Eusfit Mugiment (curso 2023-2024).

Definición:

Características que determinan la realización de una tarea física específica en un entorno físico, social y psicológico determinado.

Referencia:

Nota media obtenida en pruebas específicas estandarizadas de condición física (prueba de ida y vuelta de 20 metros, fuerza de prensión manual y salto de longitud con los pies juntos), comparada con los valores normativos internacionales.

Las pruebas mencionadas están recomendadas por el consenso internacional publicado por Ortega et al., 2025 sobre la batería Youth Fitness International Test (YFIT)

(<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2095254624001704>).

Para la prueba de ida y vuelta de 20 metros, deben utilizarse los valores globales publicados por Tomkinson et al., 2017

(<https://bjsm.bmj.com/content/51/21/1545.long>).

Para la fuerza de prensión manual y el salto de longitud con los pies juntos, deben utilizarse los valores normativos europeos publicados por Tomkinson et al., 2018 (<https://bjsm.bmj.com/content/52/22/1445.long>).

Las calificaciones deben basarse en los percentiles medios de los resultados disponibles.



Global

A

**Key Highlights:**

El currículo vasco de Educación Física establece un marco integral y obligatorio en todas las etapas de la educación obligatoria. La inclusión del alumnado con discapacidad está garantizada explícitamente mediante el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA).

El currículo cumple el 100% de los criterios del benchmark GM 5.0 para una política integral de Educación Física a nivel normativo.

No obstante, todavía no existen datos representativos sobre la implementación real de prácticas inclusivas en los centros escolares.

Definición:

Cualquier política, factor organizativo (por ejemplo, infraestructura, responsabilidad en la implementación de políticas, currículo de Educación Física [EF]) o factor relacionado con el alumnado (por ejemplo, opciones de actividad física según la edad, el género o la etnia) en el entorno escolar que pueda influir en las oportunidades y la participación en actividad física de niños, niñas y adolescentes en dicho entorno. La misma definición se aplica a niños, niñas y adolescentes con discapacidad o condiciones crónicas.

Referencia:

% de escuelas con políticas activas relacionadas con la escuela (por ejemplo, EF diaria, actividad física diaria, recreos, enfoque de “todos juegan”, aparcabicicletas en la escuela, medidas de calmado del tráfico en el recinto escolar, tiempo al aire libre).

% de escuelas donde la mayoría ($\geq 80\%$) del alumnado recibe clases impartidas por un/a especialista en EF.

% de escuelas donde la mayoría ($\geq 80\%$) del alumnado recibe la cantidad obligatoria de EF establecida para el estado/territorio/región/país correspondiente.

% de escuelas que ofrecen oportunidades de actividad física (excluyendo EF) a la mayoría ($> 80\%$) del alumnado.

% de madres y padres que informan que sus hijos e hijas tienen acceso a oportunidades de actividad física en la escuela además de las clases de EF.

% de escuelas donde el alumnado tiene acceso regular a instalaciones y equipamientos (por ejemplo, gimnasio, patios exteriores, campos deportivos, espacios polivalentes para actividad física, equipamiento en buen estado).



Actividad física compartida en la familia	%54,6 C+	%46,9 C
Apoyo positivo de los padres	%82,1 A-	%81,9 A-
Apoyo de los amigos	%70,2 C+	
Global	%~62 C+	

**A destacar:**

La actividad física compartida en familia es la dimensión más débil del indicador, especialmente en las chicas. En cambio, el apoyo de los padres y el de los amigos es elevado, lo que refleja un entorno social generalmente favorable para la práctica de actividad física.

Definición:

Cualquier miembro de la familia (por ejemplo, madres, padres, hermanos/as) o del círculo social (por ejemplo, iguales, amistades) que pueda controlar o influir en las oportunidades y la participación en actividad física de niños, niñas y adolescentes en dicho entorno.

Referencia:

% de miembros de la familia (por ejemplo, madres, padres o tutores) que facilitan oportunidades de actividad física y deporte a sus hijos e hijas (por ejemplo, como voluntarios, entrenadores, transportándolos, pagando cuotas de inscripción o material).

% de madres y padres que cumplen con las Recomendaciones Globales de Actividad Física para la Salud, que establecen que las personas adultas deben acumular al menos 150 minutos semanales de actividad física aeróbica de intensidad moderada o al menos 75 minutos semanales de actividad aeróbica vigorosa, o una combinación equivalente de actividad moderada y vigorosa.

% de miembros de la familia (por ejemplo, madres, padres o tutores) que realizan actividad física junto a sus hijos e hijas. % de niños, niñas y adolescentes con amistades e iguales que los animan y apoyan para ser físicamente activos.

% de niños, niñas y adolescentes que animan y apoyan a sus amistades e iguales para ser físicamente activos.

9 Comunidad y ambiente construido



! **A destacar:**
No hay datos suficientes para evaluar este indicador con rigor.

Definición:
Cualquier política o factor organizativo (por ejemplo, infraestructura, responsabilidad en la implementación de políticas) en el entorno local (por ejemplo, pueblo, ciudad o barrio) y las percepciones de las personas residentes sobre dicho entorno (por ejemplo, seguridad, acceso a espacios verdes) que puedan influir en las oportunidades y la participación en actividad física de niños, niñas y adolescentes en este contexto.

Referencia:
% de niños, niñas o padres/madres que perciben que su comunidad local está haciendo un buen trabajo para promover la actividad física (por ejemplo, variedad, localización, coste, calidad).
% de comunidades locales que informan tener políticas para promover la actividad física.
% de comunidades locales que informan disponer de infraestructura (por ejemplo, aceras, senderos, caminos, carriles bici) específicamente orientada a fomentar la actividad física.
% de niños, niñas o padres/madres que informan tener a su disposición instalaciones, programas, parques y zonas de juego en su comunidad.
% de niños, niñas o padres/madres que informan vivir en un barrio seguro donde puedan realizar actividad física.
% de niños, niñas o padres/madres que informan disponer en su comunidad de instalaciones, parques y zonas de juego bien mantenidos y seguros para su uso.



Global

B-

**A destacar:**

Un marco legislativo sólido en la CAPV, colaboración entre instituciones y planes como Mugiment.

No existe una evaluación sistemática y actualizada del impacto.

Se quiere poner en valor el trabajo realizado, ya que el nivel de aplicación es significativo.

Definición:

Cualquier organismo gubernamental con autoridad para influir en las oportunidades o la participación en actividad física de niños, niñas y adolescentes mediante políticas, legislación o regulación.

Referencia:

Calificación basada en consenso que tiene en cuenta lo siguiente:

Evidencia de liderazgo y compromiso en la provisión de oportunidades de actividad física para todos los niños, niñas y adolescentes. Fondos y recursos asignados para la implementación de estrategias e iniciativas de promoción de la actividad física dirigidas a toda la población infantil y adolescente.

Progreso demostrado a lo largo de las etapas clave de la formulación de políticas públicas (es decir, inclusión en la agenda política, elaboración de la política, implementación, evaluación de la política y decisiones sobre su continuidad futura).

11

Sueño

		
6-11 años (Primaria)	%3,5 	%2,5 
11-15 años (Secundaria)	%5,3 	%8,4 
15-17 años (Bachillerato)	%12,3 	%5,2 
Global	%7 	%5,4 



A destacar:

La situación del sueño es preocupante entre la infancia y adolescencia vasca, lo que evidencia la necesidad de tomar medidas.
Con la edad, la duración del sueño se reduce, aunque los resultados son mejores en las niñas.

Definición:

Factores que influyen en los hábitos de descanso de niños, niñas y adolescentes, incluyendo la duración, la calidad del sueño y las rutinas saludables. Se analiza si se cumplen los tiempos de sueño adecuados para cada edad, teniendo en cuenta tanto la cantidad como la calidad del sueño.

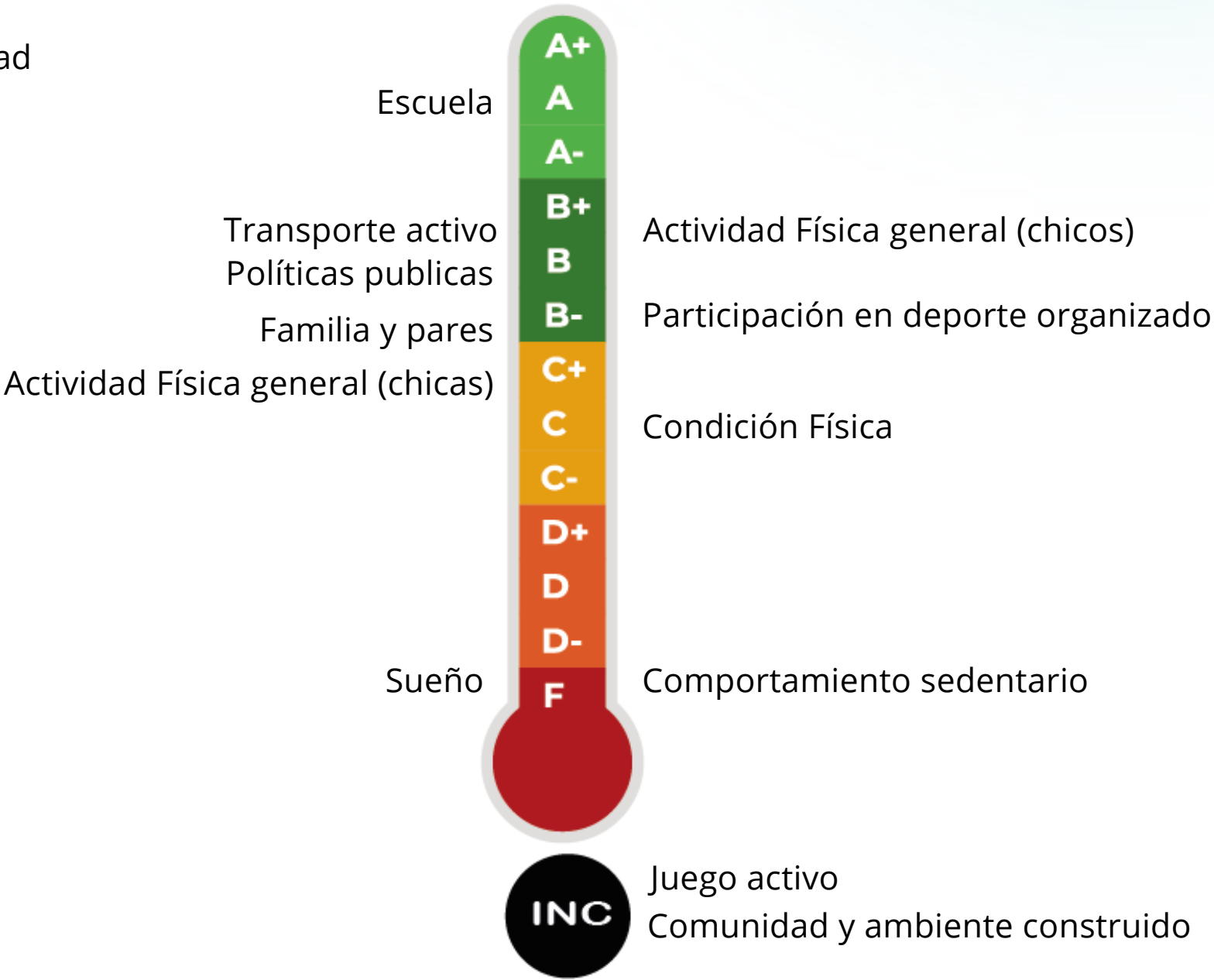
Referencia:

Los niños y niñas de 5 a 13 años necesitan dormir cada noche entre 9 y 11 horas de manera ininterrumpida, mientras que los y las adolescentes de 14 a 17 años requieren entre 8 y 10 horas, manteniendo horarios coherentes para acostarse y levantarse.

Resumen de resultados y conclusiones

Los niños, niñas y adolescentes de Euskadi disponen de oportunidades para participar en actividad física, pero todavía hay algunos retos principales:

- 01. Descenso del nivel de actividad física con la edad
- 02. Excesivo tiempo dedicado a comportamientos sedentarios
- 03. Insuficiente tiempo de sueño
- 04. Aunque en el ámbito de la actividad física persisten brechas de género que parecen desfavorables para las niñas, este análisis pone de manifiesto que la situación de los niños comienza a ser más preocupante en varios aspectos.



Este informe muestra dónde se encuentran las fortalezas, pero también señala en qué ámbitos es necesario seguir trabajando. Si se quiere garantizar la salud y el bienestar a lo largo de toda la vida, es imprescindible promover políticas públicas y oportunidades extraescolares de forma coordinada y con base científica.

Referencias

Albisua Kaperotxipi, N., Larrínaga Undabarrena, A., Sánchez Isla, J. R., Fernández López, J. R., Aitor, C. N., Sáez Gomez de Cadiñanos, I., & Río de Frutos, X. (2025). Valores normativos de sedentarismo y actividad física en escolares vascos. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 439(2), 1–18. <https://doi.org/10.55166/reefd.v439i2.4475>

Bizkaiko Foru Aldundia. (2022). Bizkaiko ikasleen kirol ohiturak. https://www.bizkaia.eus/documents/880303/8962084/_AAFF_Libro_Habitosdeportivosdelapoblacionescolar2022_EUS_WEB.pdf/14902e14-c555-63af-153d-9efec456cb2b?t=1736852404408

Euskadi.eus. (2023). Euskadiko haur eta nerabeen jarduera fisikoa eta portaera sedentarioa deskribatzeko azterlana. https://mugiment.euskadi.eus/contenidos/informacion/mugiment_bideoak/eu_def/Euskadiko-haur-eta-nerabeen-jarduera-fisikoa-eta-portaera-sedentarioa-deskribatzekoazterlana-eu-.pptx.pdf

Eusko Jaurlaritza. (2023). 15/2023 Legea, uztailaren 6koa, jarduera fisikoari eta kirolari buruzkoa. Euskal Herriko Agintaritzaren Aldizkaria (EHAA). <https://www.euskadi.eus/web01-bopv/eu/bopv2/datos/Azkena.shtml>

Eusko Jaurlaritza. (2023). 76/2023 Dekretua, maiatzaren 23koa, Derrigorrezko Bigarren Hezkuntzako eta Batxilergoko curriculumari buruzkoa. Euskal Herriko Agintaritzaren Aldizkaria, 103. <https://www.euskadi.eus/y22-bopv/eu/bopv2/datos/2023/05/2302853e.pdf>

Eusko Jaurlaritza. (2023). 77/2023 Dekretua, maiatzaren 23koa, Lehen Hezkuntzako curriculumari buruzkoa. Euskal Herriko Agintaritzaren Aldizkaria, 103. <https://www.euskadi.eus/y22-bopv/eu/bopv2/datos/2023/05/2302854e.pdf>

Eusko Jaurlaritza. (2023). 2025-2030: MUGIMENT EKINTZA PLANA. Eusko Jaurlaritza. https://drive.google.com/file/d/1SjYN3pBNF6hVLdhjgRyLW6_E1p8ImGLh/view

Eusko Jaurlaritza. (2024). Eusfit Mugiment: Euskal gazteen sasoi fisikoaren ebaluazioa. <https://mugiment.euskadi.eus/eusfit-mugiment/webmug00-content/eu/>

Gipuzkoako Foru Aldundia. (2024). Gipuzkoako eskola-adineko haurren jarduera fisiko eta kirol ohiturak: 2023-2024 ikasturtea. https://www.gipuzkoa.eus/documents/4004868/0/Kirol%20Ohitu_Infografia_2023-24_EUS.pdf/84915700-200c-fbf3-8b6e-6a2b3b873987?t=1717485001099

Larrinaga-Undabarrena, A., Albisua, N., Sanchez-Isla, J. R., Sáez, I., Fernández-López, J. R., Jauregi-Crespo, A., Coca, A., & Río, X. (2024). Valores de referencia en los parámetros del sueño en escolares de Educación Básica en Euskadi [Reference values for sleep parameters in Basic Education school children in the Basque Country]. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (61), 1449–1457.

Larrinaga-Undabarrena, A., Río, X., Sáez, I., Angulo-Garay, G., Aguirre-Betolaza, A. M., Albisua, N., Martínez de Lahidalga Aguirre, G., Sánchez Isla, J. R., García, N., Urbano, M., Guerra-Balic, M., Fernández, J. R., & Coca, A. (2023). Physical Activity Levels and Sleep in Schoolchildren (6–17) with and without School Sport. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(2), 1263. <https://doi.org/10.3390/ijerph20021263>

Larrinaga-Undabarrena, A., Río, X., Sáez, I., Martinez Aguirre-Betolaza, A., Albisua, N., Martínez de Lahidalga Aguirre, G., Sánchez Isla, J. R., Urbano, M., Guerra-Balic, M., Fernández, J. R., & Coca, A. (2023). Effects of Socioeconomic Environment on Physical Activity Levels and Sleep Quality in Basque Schoolchildren. *Children*, 10(3), 551. <https://doi.org/10.3390/ijerph20021263>

Mugiment. (2024). 2024ko Mugiment egitasmoaren ebaluazioa [txostena]. https://mugiment.euskadi.eus/contenidos/informacion/mugiment_bideoak/es_def/2024ko-ebaluazioa-Mugiment.pdf

The background of the entire page is a photograph of several children. A girl in the foreground on the left is smiling and looking towards the camera. To her right, another girl is seen from the back, looking down. Other children are visible in the background, slightly out of focus. The entire image is covered with a semi-transparent teal color overlay.

GLOBAL MATRIX 5.0

Calificación de la Infancia y
Adolescencia en Euskadi