

## 2.6 ACTIVIDAD FÍSICA EN NIÑOS DE 8 A 11 AÑOS.

Según el Informe técnico: Hábitos y consumo de alimentos saludables del niño de 5 a 11 años- VIANEV 2021, a nivel nacional, al menos tres de cada cuatro niños de 8 a 11 años practicaron algún deporte, juego o recreación de manera semanal, sin embargo, un cuarto de ellos no lo hicieron.

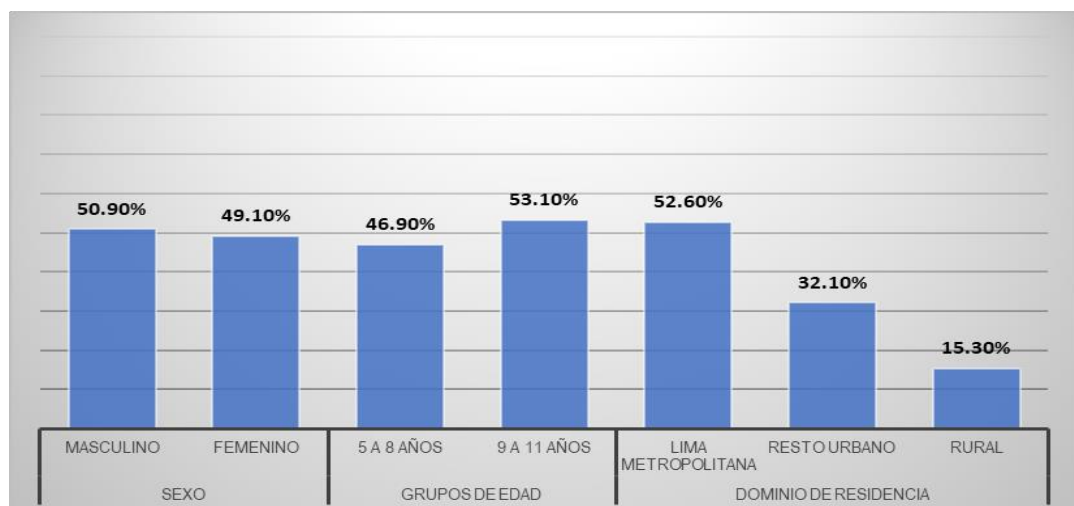
### Proporción de niños de 8 a 11 años que practican algún deporte o juego o recreación semanal (n=473). Perú; 2021



Fuente: INS/CENAN/DEVAN Informe Técnico: Informe técnico: Hábitos y consumo de alimentos saludables del niño de 5 a 11 años - Encuesta Vigilancia Alimentaria y Nutricional por Etapas de Vida - VIANEV 2021

Entre los que practicaron algún deporte, juego o recreación en forma semanal no hubo diferencias en cuanto al sexo (se distribuyeron en la mitad para cada uno), fue muy similar según la edad (46,9% y 53,1% para 8-9 años y 10-11 años respectivamente) y la mayoría fueron de Lima Metropolitana (52,6%); el más bajo en el dominio rural (15,3%).

### Proporción de niños de 8 a 11 años que practican algún deporte o juego o recreación semanal, según sexo, edad y dominio de residencia (n=372). Perú; 2021



Fuente: INS/CENAN/DEVAN Informe Técnico: Informe técnico: Hábitos y consumo de alimentos saludables del niño de 5 a 11 años - Encuesta Vigilancia Alimentaria y Nutricional por Etapas de Vida - VIANEV 2021

Según la frecuencia con que practica algún deporte, juego o recreación a la semana, se pudo observar dos tercios los realizaron 3 o más veces por semana; por tanto, uno de cada tres niños que practican algún deporte o juego o recreación lo hace con menor frecuencia.

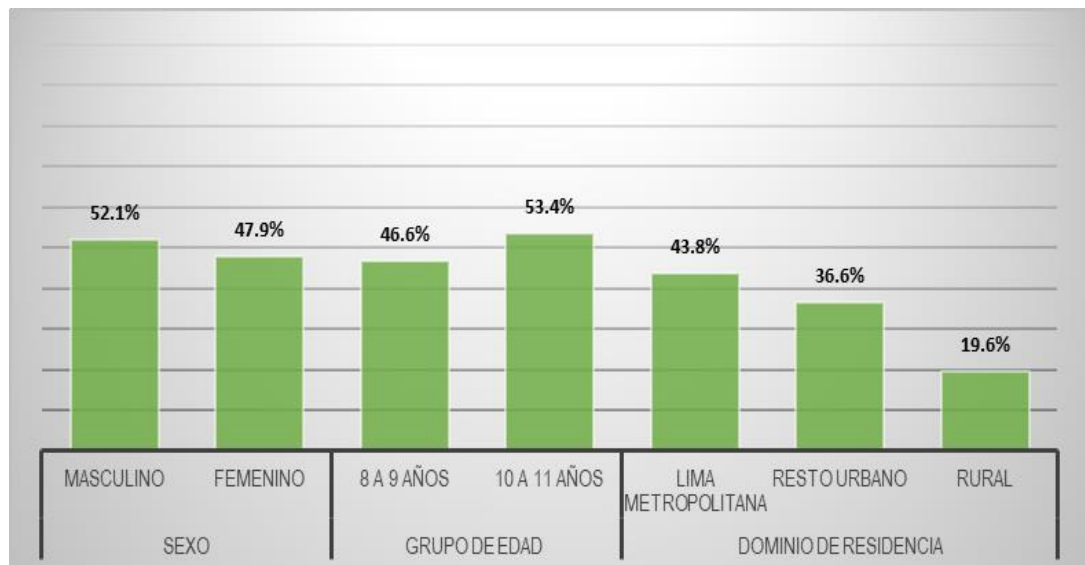
### Proporción de niños de 8 a 11 años que practican algún deporte o juego o recreación 3 o más veces por semana (n=372). Perú; 2021



Fuente: INS/CENAN/DEVAN Informe Técnico: Informe técnico: Hábitos y consumo de alimentos saludables del niño de 5 a 11 años - Encuesta Vigilancia Alimentaria y Nutricional por Etapas de Vida - VIANEV 2021

La práctica de algún deporte, juego o recreación de 3 o más veces por semana fue similar según sexo y edad, pero fue más frecuente en el dominio urbano, especialmente en Lima Metropolitana, y poco frecuente en el dominio Rural.

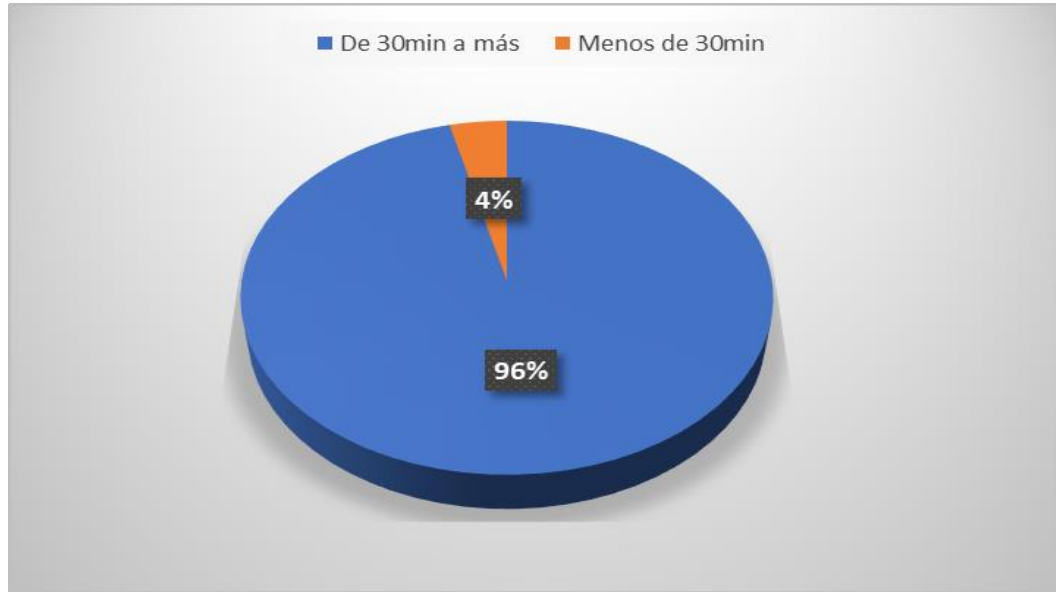
### Proporción de niños de 8 a 11 años que practican algún deporte o juego o recreación 3 o más veces por semana, según sexo, edad y dominio de residencia (n=285). Perú; 2021



Fuente: INS/CENAN/DEVAN Informe Técnico: Informe técnico: Hábitos y consumo de alimentos saludables del niño de 5 a 11 años - Encuesta Vigilancia Alimentaria y Nutricional por Etapas de Vida - VIANEV 2021

Respecto a la duración de la práctica de algún deporte, juego o recreación semanal se encontró que casi todos lo hacían durante 30 minutos a más por sesión o vez que realizaban la práctica.

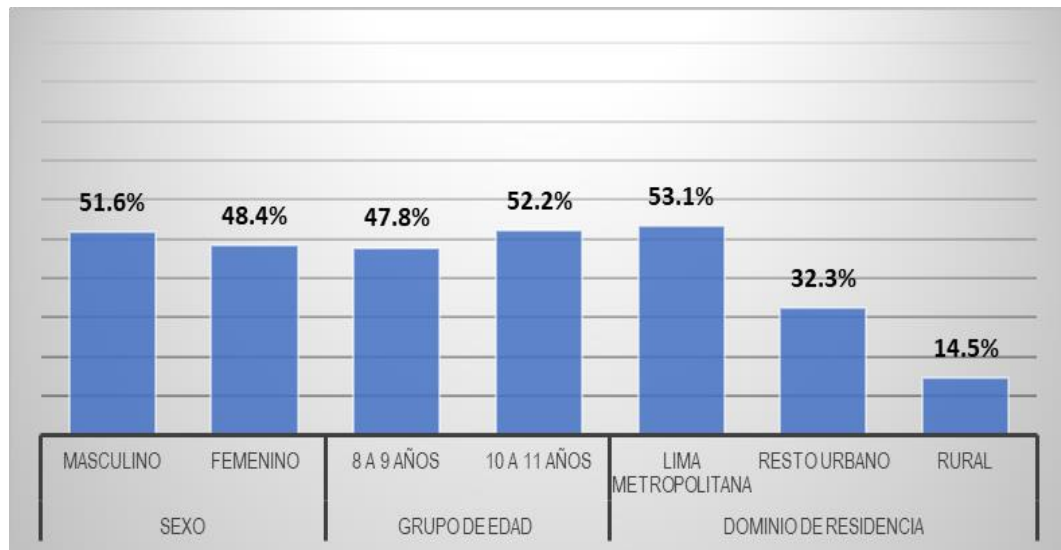
**Proporción de niños de 8 a 11 años que practican algún deporte o juego o recreación 30 minutos a más por sesión (n=372). Perú; 2021**



Fuente: INS/CENAN/DEVAN Informe Técnico: Informe técnico: Hábitos y consumo de alimentos saludables del niño de 5 a 11 años - Encuesta Vigilancia Alimentaria y Nutricional por Etapas de Vida - VIANEV 2021

Se pudo observar que en los niños cuya duración de la práctica de algún deporte, juego o recreación semanal era 30 minutos a más por sesión, no se encontraron diferencias según sexo y edad, pero fue más frecuente en Lima Metropolitana.

**Proporción de niños de 8 a 11 años que practican algún deporte o juego o recreación 30 minutos a más por sesión, según edad, sexo y dominio de residencia (n=344). Perú; 2021**



Fuente: INS/CENAN/DEVAN Informe Técnico: Informe técnico: Hábitos y consumo de alimentos saludables del niño de 5 a 11 años - Encuesta Vigilancia Alimentaria y Nutricional por Etapas de Vida - VIANEV 2021

Por otro lado, tres de cada cinco niños de 8 a 11 años practicaron algún deporte, juego o recreación por 30 a más minutos por sesión y de tres a más veces por semana; sin embargo, un niño de cada tres no alcanzaba esa frecuencia de actividad física.

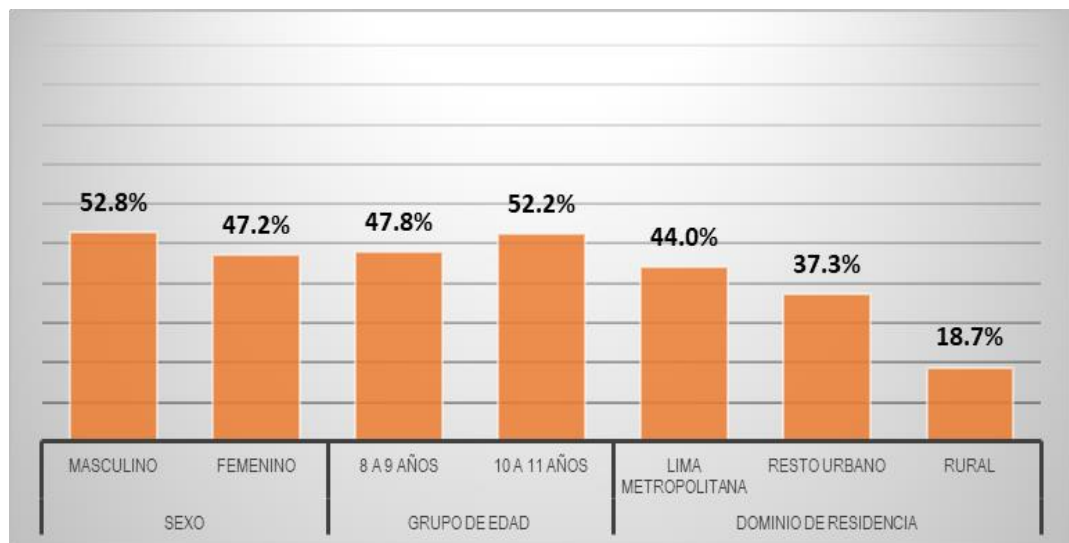
**Proporción de niños de 8 a 11 años que practican algún deporte o juego o recreación 30 minutos a más por sesión y de 3 o más veces por semana (n=372). Perú; 2021**



**Fuente:** INS/CENAN/DEVAN Informe Técnico: Informe técnico: Hábitos y consumo de alimentos saludables del niño de 5 a 11 años - Encuesta Vigilancia Alimentaria y Nutricional por Etapas de Vida - VIANEV 2021

La práctica de algún deporte, juego o recreación que lo hacían por 30 a más minutos por sesión y de tres a más veces por semana no mostró diferencias según sexo y edad, pero fue más frecuente en el dominio urbano (Lima Metropolitana y Resto urbano).

**Proporción de niños de 8 a 11 años que practican algún deporte o juego o recreación 30 minutos a más por sesión y de 3 o más veces por semana, según sexo, edad y dominio de residencia (n=263). Perú; 2021**



**Fuente:** INS/CENAN/DEVAN Informe Técnico: Informe técnico: Hábitos y consumo de alimentos saludables del niño de 5 a 11 años - Encuesta Vigilancia Alimentaria y Nutricional por Etapas de Vida - VIANEV 2021