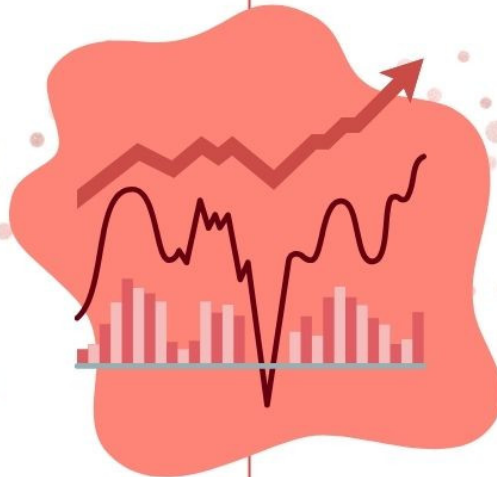


# FSC Huelva Training - Comunicaciones

<https://www.crossfithuelva.es/>

**NIVEL EDUCATIVO Y  
ESTATUS  
SOCIOECONOMICO**



**Y EJERCICIO  
FÍSICO DURANTE  
EL EMBARAZO**

Notoriamente, SI. Las investigaciones muestran **mayor nivel educativo y estatus socioeconómicos asociados a la realización de EF gestacional** (Ning y. Et al, 2003; Patel N. Et al, 2017). Además, en este post comparto resultados de encuesta a ??? mujeres que han participado en el ?????????? ???s???s ?????? en Huelva observando que:

??Por nivel de formación, mayores tasas de práctica de Ejercicio Físico entre aquellas mujeres con **educación superior** (universitaria), **81,8%**, seguida de formación

profesional, **13,6%**. Las tasas más bajas se registran en mujeres con ESO y no se registra ninguna mujer sin estudios en la participación de Ejercicio Físico dentro del Programa Cosmos Mujer.

Se puede observar, una relación coherente de dichos resultados con los que muestra la Encuesta de hábitos deportivos de España, 2022 donde las mayores tasas de participación se dan en personas con Educación Superior.

?? Por otro lado, ante la pregunta **qué persona les insta** a realizar Ejercicio Físico durante el embarazo, la mayoría es por **ella misma**, lo cual, podríamos considerar la relación de las creencias sobre el EF durante el embarazo y nivel educativo.

?Sabiendo la **importancia** de la **iniciación y/o continuidad de la práctica de EF durante el embarazo** me planteo **varias CUESTIONES**.

1??Necesidad de establecer cauces (privados y públicos)donde podamos **llegar a más mujeres** especialmente a las que están en niveles educativos más bajos para que puedan beneficiarse del movimiento??

2??La vinculación entre cómo vemos el mundo en base a nuestras creencias, experiencias y relación con el entorno. Necesario apoyar en una **mirada más amplia que permita tomar consciencia** de AUTOCUIDADO en el embarazo.

3??Más **apoyo** y motivación por parte de los **profesionales de obstetricia y Ginecología** para que más mujeres conozcan la importancia de la relación EF-Bienestar materno-bebé. (**!! Tan solo un 5,3% motivó** a las mamás cósmicas a participar en un programa de EF??)

4??Se requieren más intervenciones de estas características por parte de **profesionales cualificados** que acompañen en el proceso EF-Embarazo-Postparto.

?Por ello desde COSMOS MUJER contamos con asignación de plaza para mujeres con un perfil en **riesgo de exclusión social y/o especialmente vulnerable y/o con bajos recursos socioeconómicos**.

¡Feliz semana y feliz comienzo de mes!

**Link to Original article:** <https://www.crossfithuelva.es/comunicaciones?elem=305599>