

**Mucho
por contar**



Juntos, todo por descubrir
con las personas mayores

**Mucho
por enseñar**



Juntos, todo por descubrir
con las personas mayores

**Mucho
por ofrecer**



Juntos, todo por descubrir
con las personas mayores

**Mucho
por amar**



Juntos, todo por descubrir
con las personas mayores



políticas sociales,
familia e igualdad

MADRID

Programa de Ejercicio al Aire Libre del Ayuntamiento de Madrid

Estudio de Satisfacción de las personas usuarias del
Programa de Ejercicio al Aire Libre
Ayuntamiento de Madrid

Resultados globales

Agosto 2025



Índice.

0. Ficha técnica	3
1. Notoriedad	4
2. Indicadores de impacto	6
3. Organización y prestación	12
4. Valoración global del programa	17
5. Jornada Intergeneracional	25
6. Sesiones de ejercicio al aire libre extraordinarias	31
7. Jornada en Parque del Retiro	34
8. Matriz de actuación estratégica	39
9. Matriz de lealtad	43
10. Datos de clasificación	45



Ficha Técnica.

UNIVERSO:

Personas usuarias del Programa de Ejercicio al Aire Libre incluidas en la base de datos facilitada por la Dirección General de Mayores y Prevención de la Soledad no Deseada con número de teléfono .

TAMAÑO Y ERROR MUESTRAL:

800 entrevistas, lo que supone la obtención de un error muestral del +/- 3,20% (para un intervalo de confianza al 95,5% y bajo el supuesto de máxima indeterminación, donde $p=q=0,5$).

SELECCIÓN DE INFORMANTES:

Censal sobre la base de datos de personas usuarias

TÉCNICA:

Entrevista telefónica asistida por ordenador mediante sistema CATI.

FECHAS DE CAMPO:

Del 18 de junio al 15 de julio de 2025.

AUTORÍA DEL INFORME:

More than research

<https://moretr.com/>



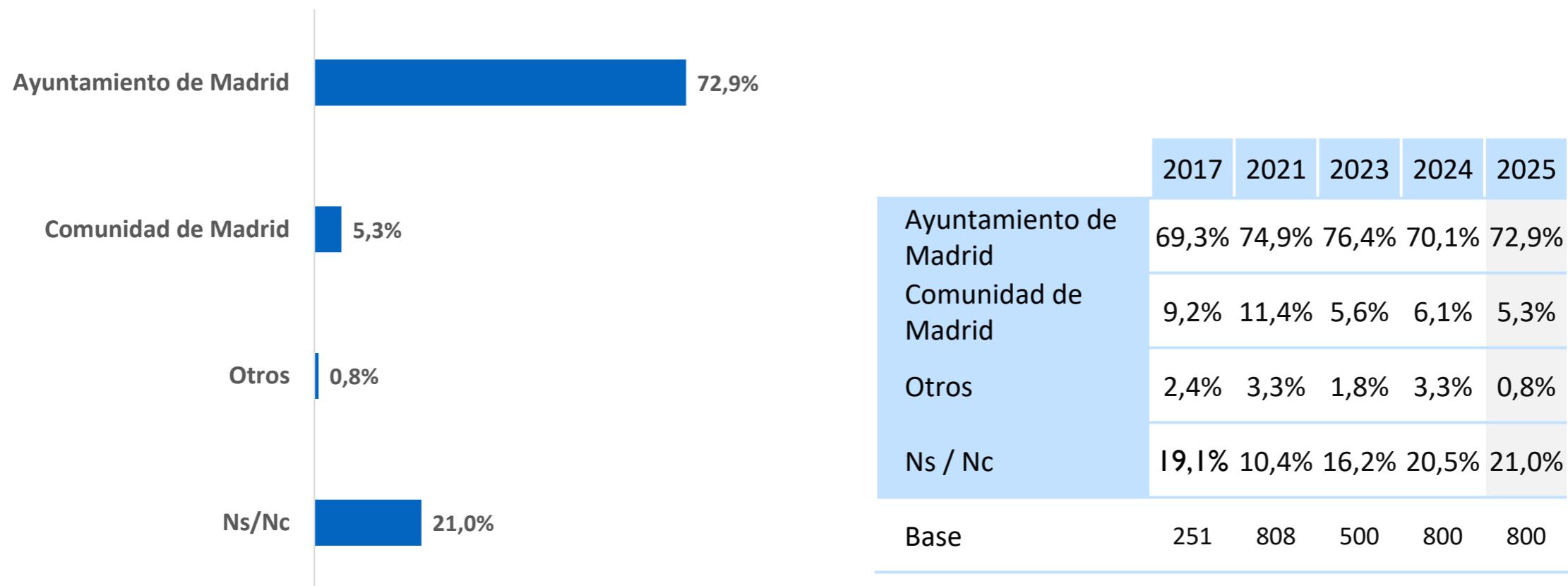
Notoriedad.

Conocimiento del programa.



Entidad.

P.1- ¿Qué entidad u organismo cree usted que gestiona el Programa de Ejercicio al Aire Libre?



B: 800

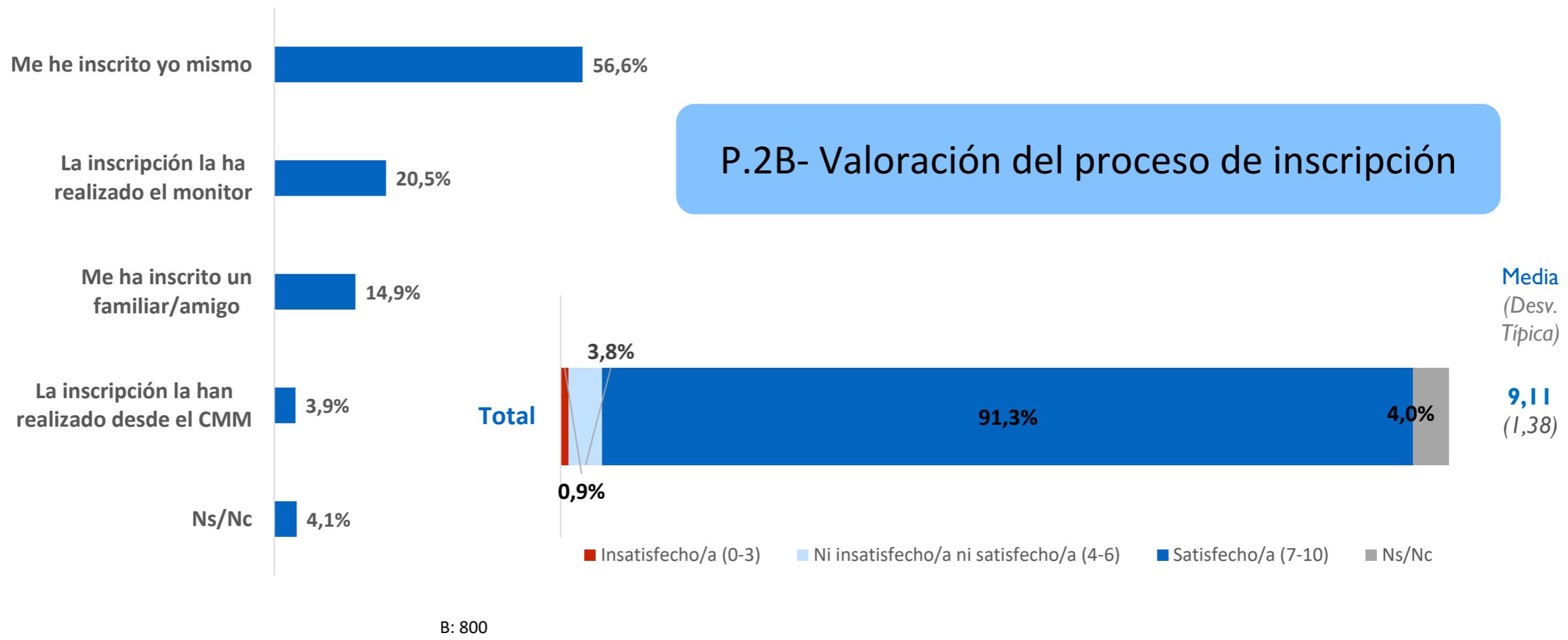


Indicadores de impacto.

Satisfacción de las personas usuarias con determinados indicadores considerados de gran impacto en su calidad de vida y en la de su familia.

Influencia en personas usuarias (I).

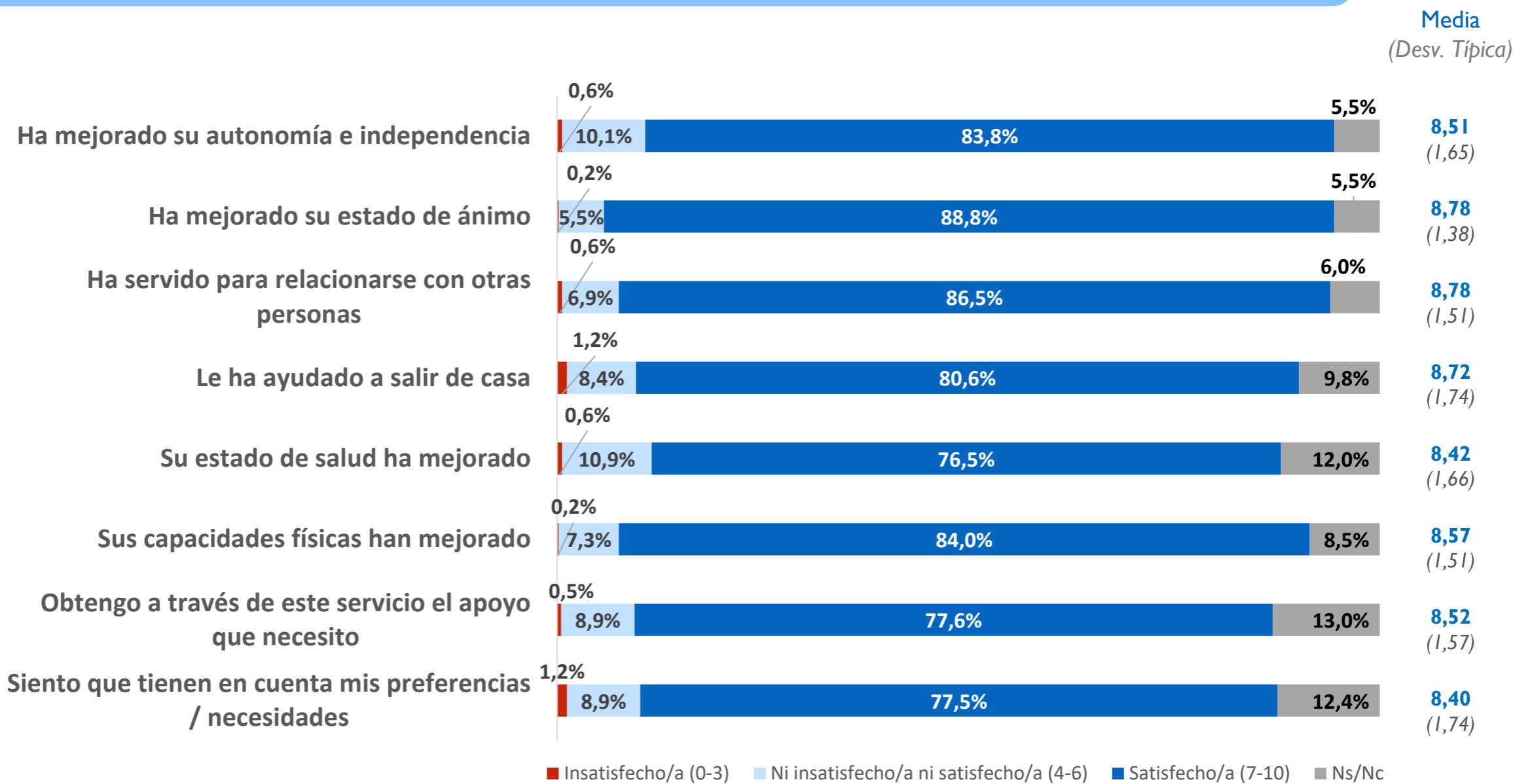
P.2- Cómo ha sido el proceso de inscribirse en los grupos de ejercicio





Influencia en personas usuarias (II).

P.3.1 a P.3.8- Grado de influencia del programa en la vida cotidiana de las personas usuarias.



B: 800



Influencia en personas usuarias (III).

P.3.1 a P.3.8- Grado de influencia del programa en la vida cotidiana de las personas usuarias. Análisis por sexo.

	Total	Hombre	Mujer
3.1 Ha mejorado su autonomía e independencia	8,51	8,24	8,55
3.2 Ha mejorado su estado de ánimo	8,78	8,43	8,83
3.3 Ha servido para relacionarse con otras personas	8,78	8,43	8,83
3.4 Le ha ayudado a salir de casa	8,72	8,20	8,80
3.5 Su estado de salud ha mejorado	8,42	8,31	8,43
3.6 Sus capacidades físicas han mejorado	8,57	8,33	8,61
3.7 Obtengo a través de este servicio el apoyo que necesito	8,52	8,37	8,55
3.8 Siento que tienen en cuenta mis preferencias / necesidades	8,40	8,08	8,44
Base	800	104	696



Influencia en personas usuarias (IV).

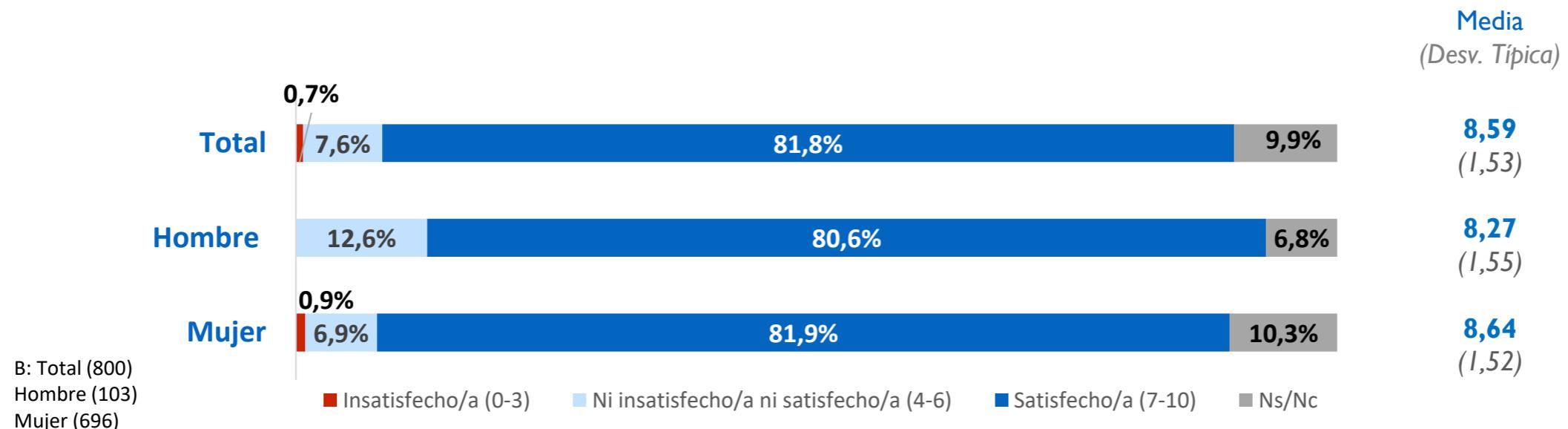
P.3.1 a 3.8 - Evolución (valores medios).

	2017	2021	2023	2024	2025
3.1 Ha mejorado su autonomía e independencia	8,28	8,24	8,02	8,73	8,51
3.2 Ha mejorado su estado de ánimo	8,37	8,52	8,44	8,68	8,78
3.3 Ha mejorado su servicio para relacionarse con otras personas	8,39	8,43	8,45	8,61	8,78
3.4 Le ha ayudado a salir de casa	8,49	8,57	8,53	8,68	8,72
3.5 Su estado de salud ha mejorado	8,18	7,96	8,06	8,22	8,42
3.6 Sus capacidades físicas han mejorado	7,98	8,05	8,05	8,30	8,57
3.7 Obtengo a través de este servicio el apoyo que necesito	-	8,05	8,22	8,28	8,52
3.8 Siento que tienen en cuenta mis preferencias / necesidades	-	7,91	8,06	8,05	8,40

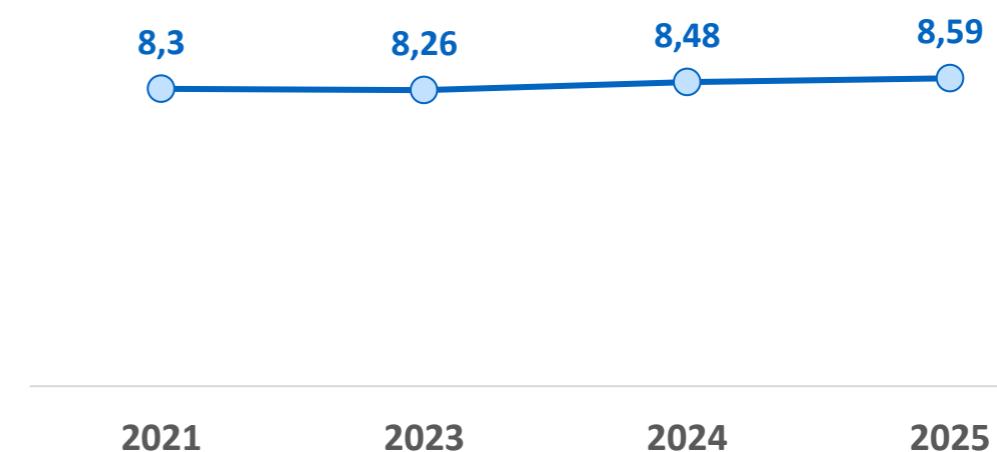


Influencia en personas usuarias (V).

P.3.9- Globalmente, ¿este programa ha mejorado su calidad de vida?



	2021	2023	2024	2025
Media	8,30	8,26	8,48	8,59
% de valoraciones 7-10	85,4%	83,8%	88,0%	81,8%
Base	808	500	800	800





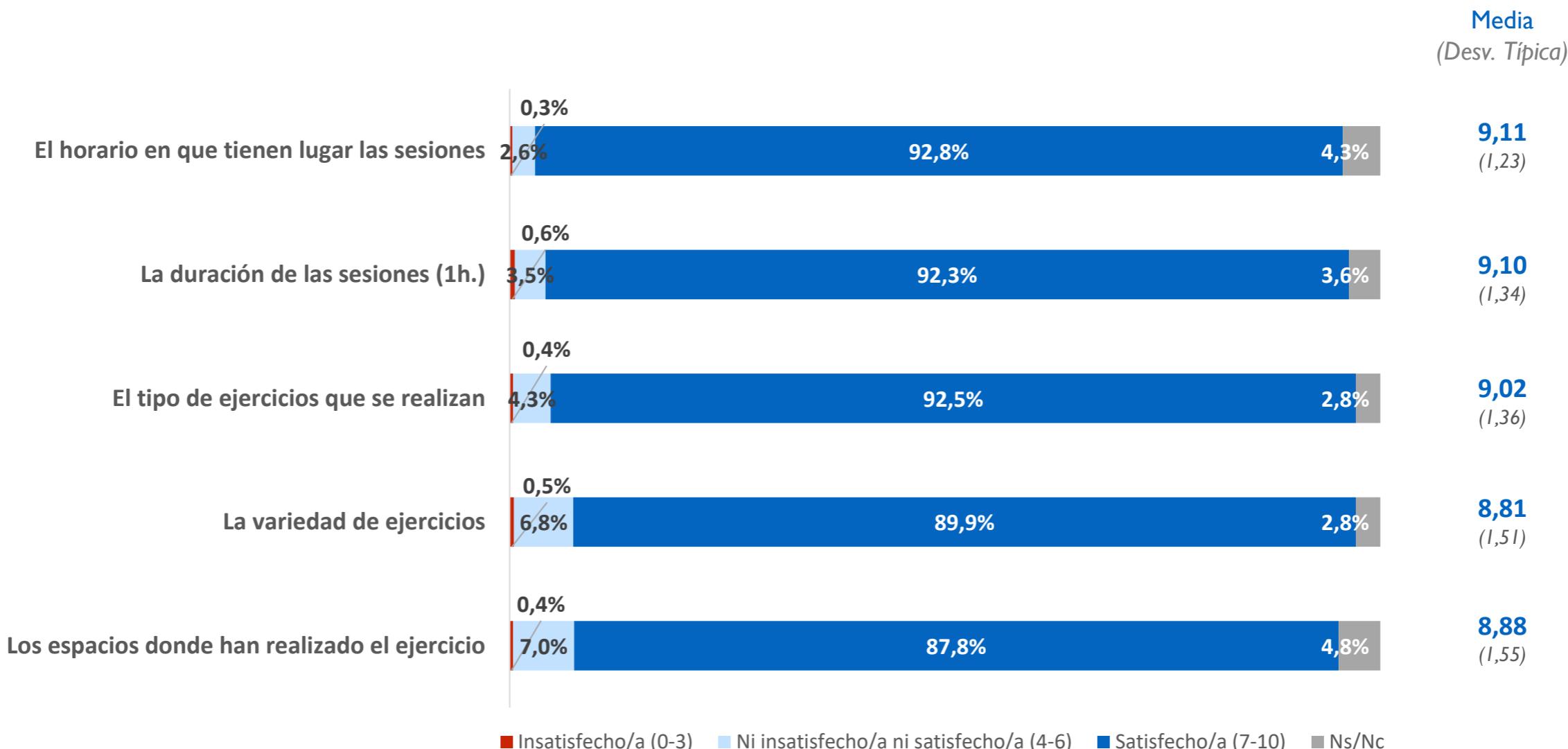
Organización y prestación.

Satisfacción de las personas usuarias con una serie de indicadores que miden el modo en que se organiza y presta el Programa de Ejercicio al Aire Libre.



Estructura organizativa (I).

P.4.1 a 4.5 – Valoración del modo en que está organizado el programa.



B: 800

Estructura organizativa (II).

P.4.1 a 4.5 – Valoración del modo en que está organizado el programa.

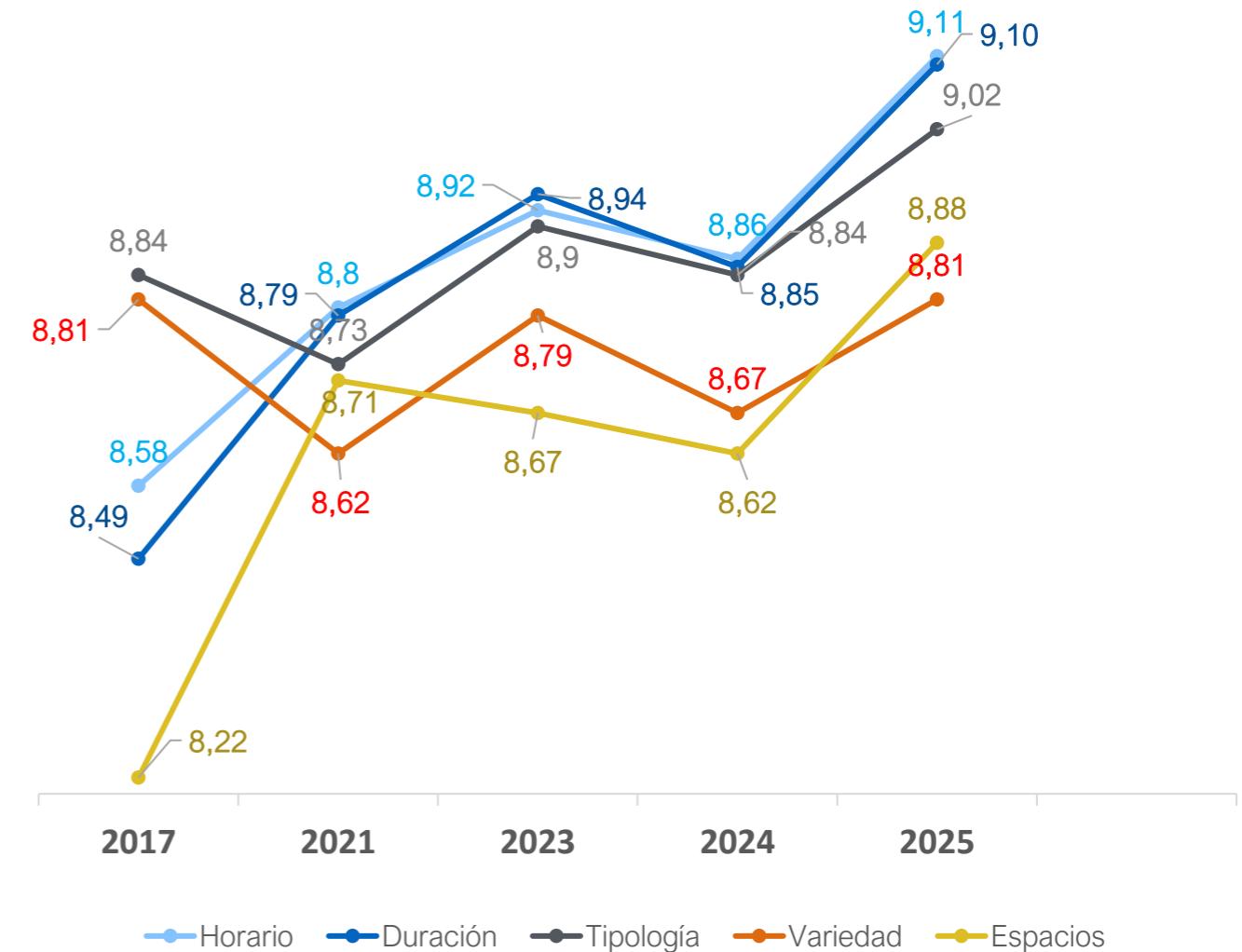
Análisis por sexo.

	Total	Hombre	Mujer
4.1. El horario en que tienen lugar las sesiones.	9,11	8,94	9,13
4.2. La duración de las sesiones (1h).	9,10	8,85	9,15
4.3. El tipo de ejercicios que se realizan.	9,02	8,85	9,05
4.4. La variedad de ejercicios.	8,81	8,68	8,83
4.5. Los espacios donde han realizado el ejercicio.	8,88	8,81	8,89
Base	800	104	696

Estructura organizativa (III).

P.4.1 a 4.5 – Evolución (valores medios).

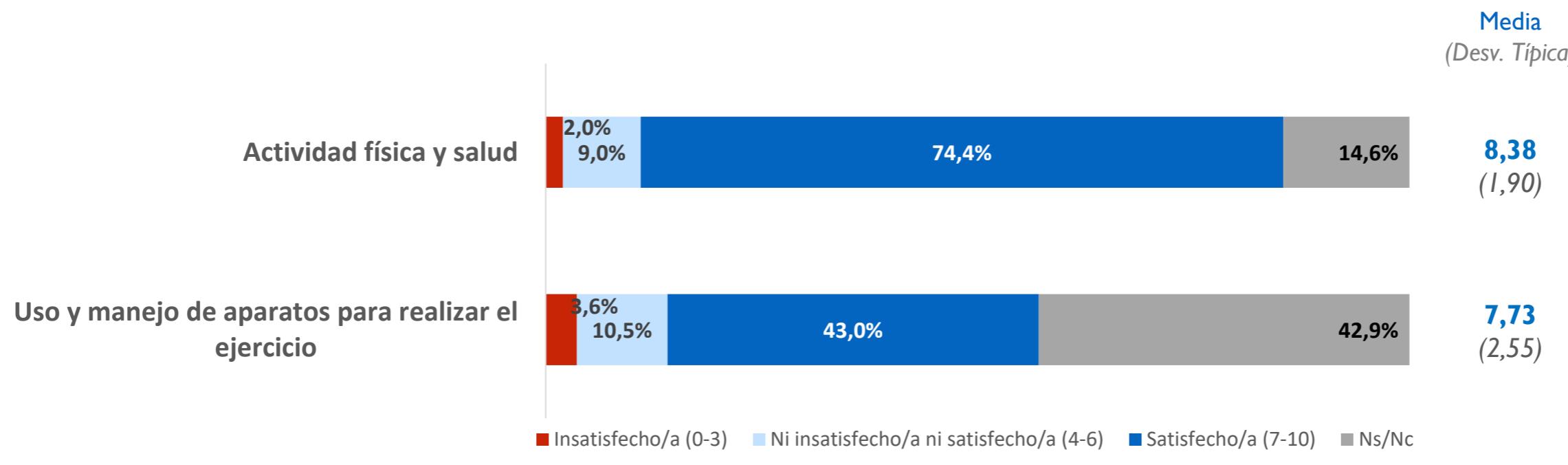
	2017	2021	2023	2024	2025
4.1. El horario en que tienen lugar las sesiones.	8,58	8,80	8,92	8,86	9,11
4.2. La duración de las sesiones (1h).	8,49	8,79	8,94	8,85	9,10
4.3. El tipo de ejercicios que se realizan.	8,84	8,73	8,9	8,84	9,02
4.4. La variedad de ejercicios.	8,81	8,62	8,79	8,67	8,81
4.5. Los espacios donde han realizado el ejercicio.	8,22	8,71	8,67	8,62	8,88





Información

P.5- Valore su satisfacción respecto a la información facilitada sobre aspectos de la actividad física y la salud



	Total	Hombre	Mujer
Actividad física y salud	8,38	8,22	8,40
Uso y manejo de aparatos para realizar el ejercicio	7,73	7,32	7,82
Base	800	104	696



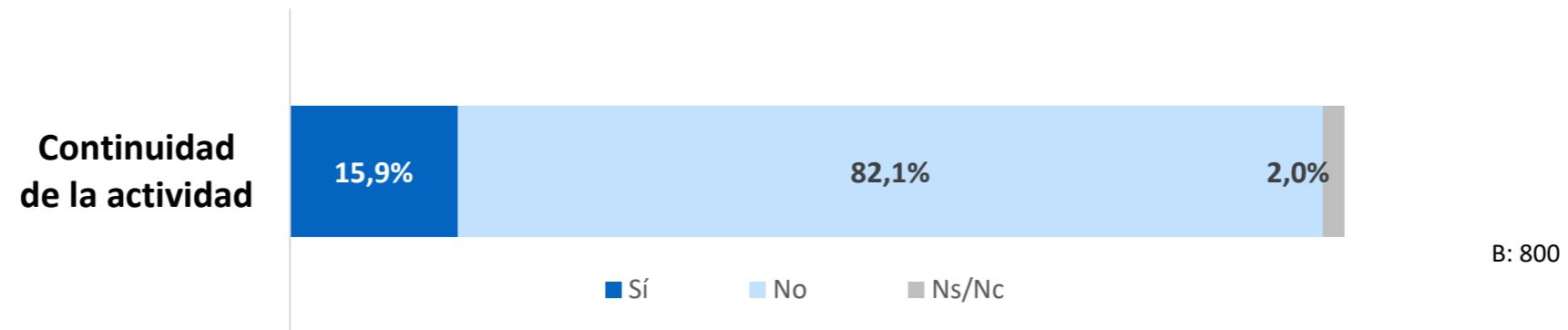
Valoración global del programa.

Beneficios a largo plazo, cobertura de expectativas y valoración general.



Continuidad en la práctica de ejercicio.

P.6- ¿Ha pensado en realizar ejercicio con sus compañeros de grupo sin la dirección del monitor?



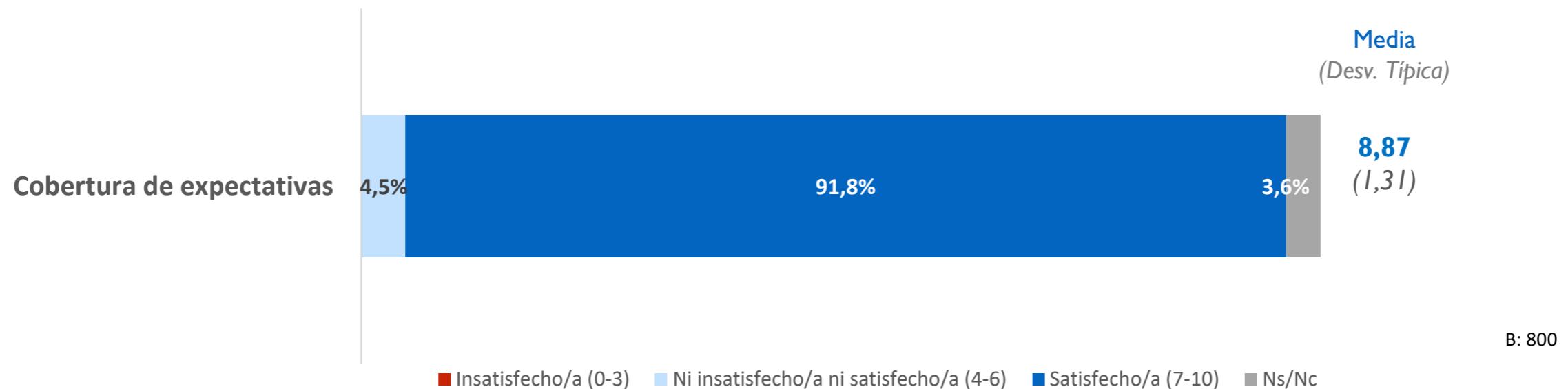
	2017	2021	2023	2024	2025
% continuidad de la actividad	43%	20,2%	10,8%	17,6%	15,9%
Base	251	808	500	800	800

% SI	Total	Hombre	Mujer
Continuidad con la actividad	15,9%	22,3%	14,9%
Base	800	104	696

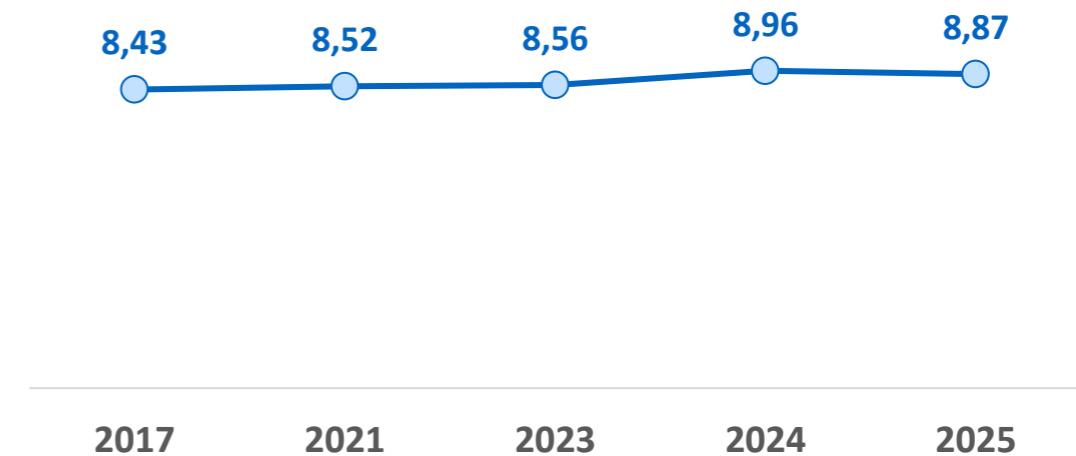


Expectativas.

P.7- Valore su satisfacción respecto a lo que usted esperaba encontrar al inscribirse en el programa y lo que ha encontrado en él.

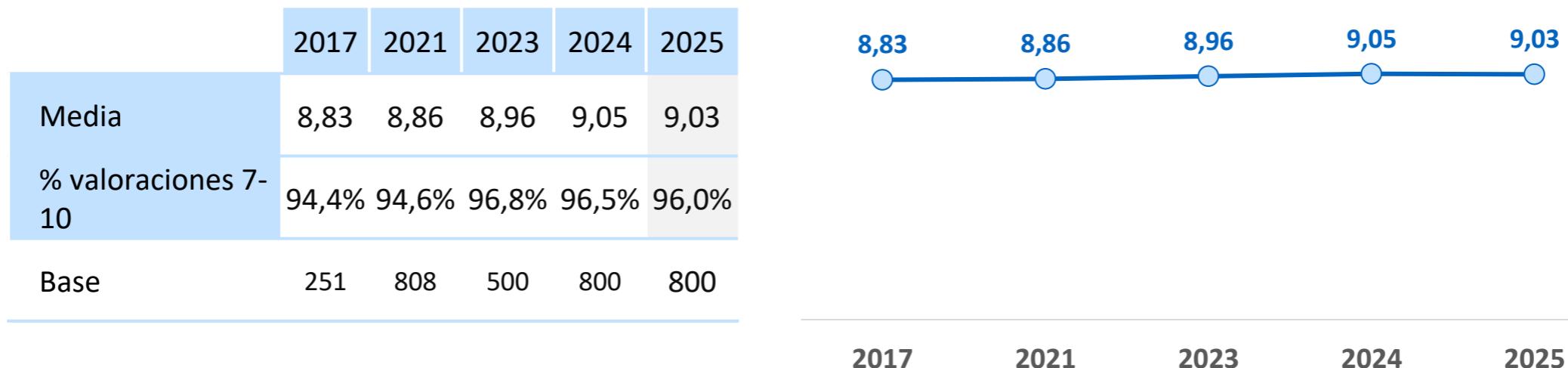
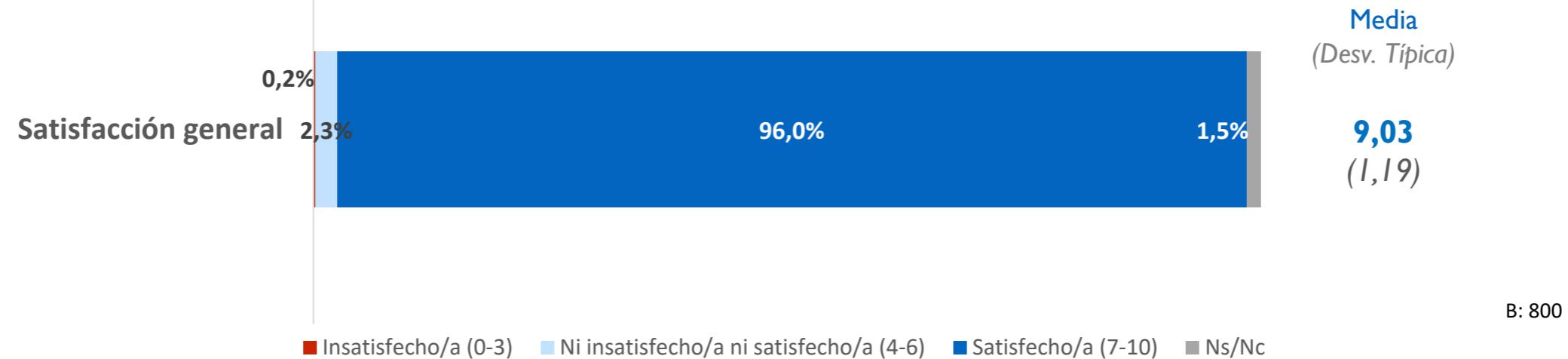


	2017	2021	2023	2024	2025
Media	8,43	8,52	8,56	8,96	8,87
% de valoraciones 7-10	83,3%	89,9%	90,2%	90,4%	91,8%
Base	251	808	500	800	800



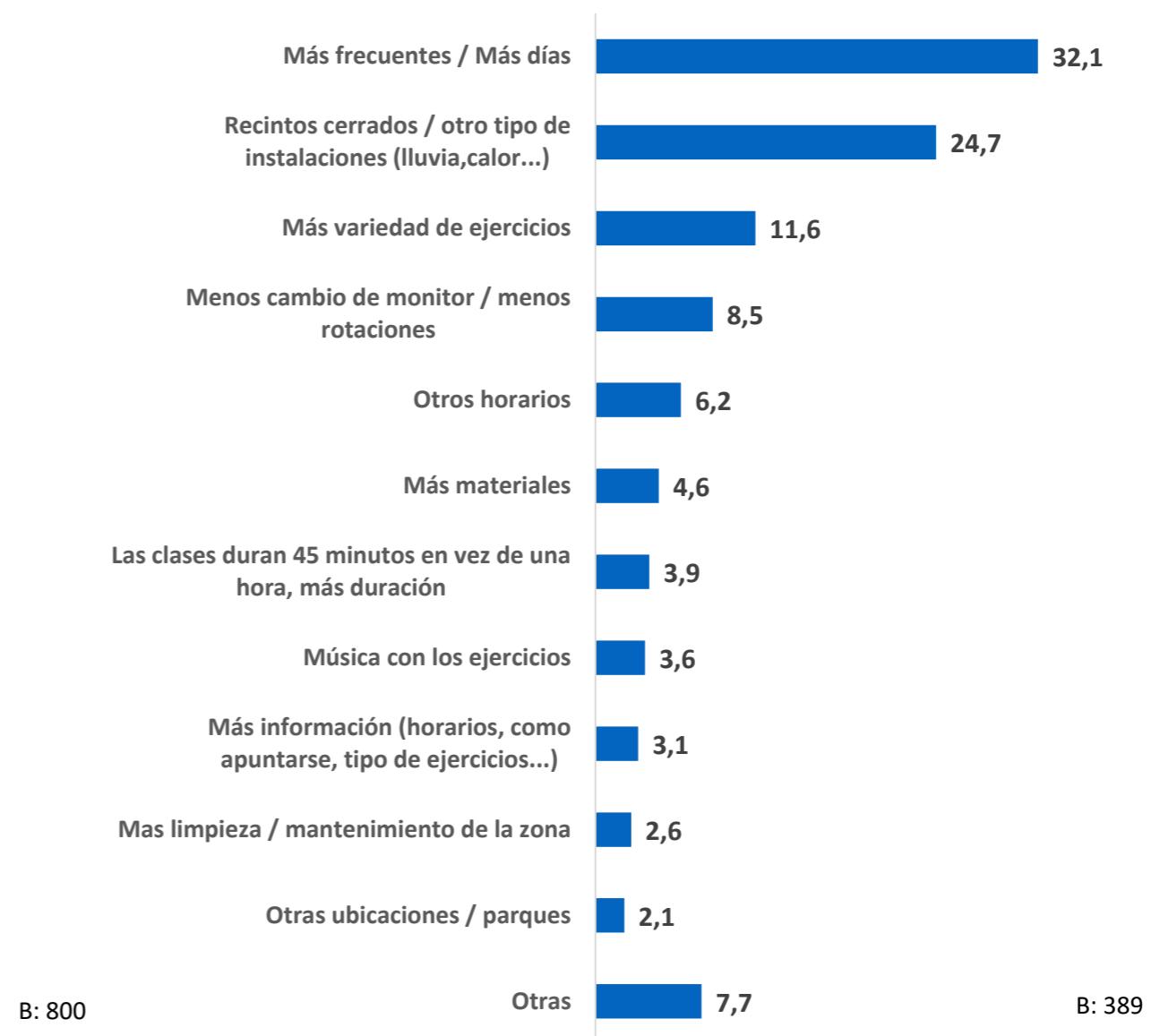
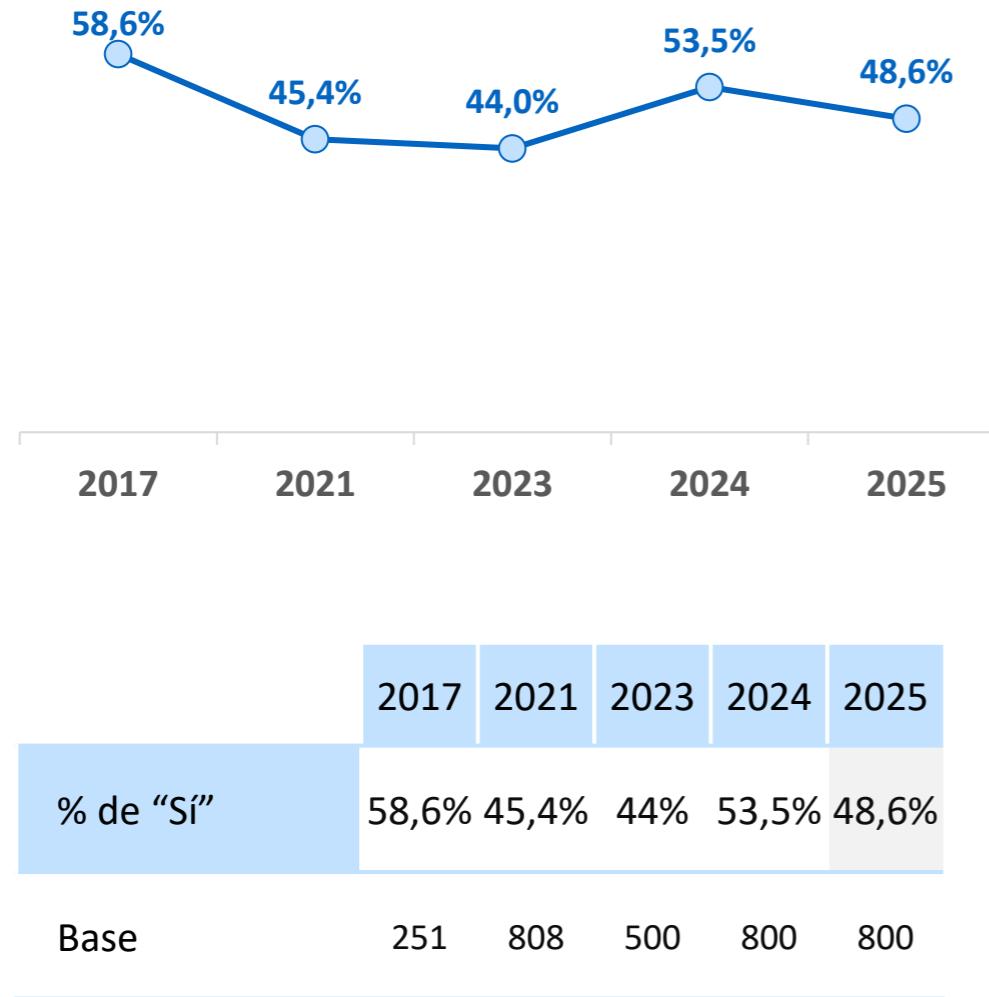
Valoración global.

P.8- En general, y teniendo en cuenta toda su experiencia como participante en el programa, ¿cuál es su grado de satisfacción general?



Sugerencias.

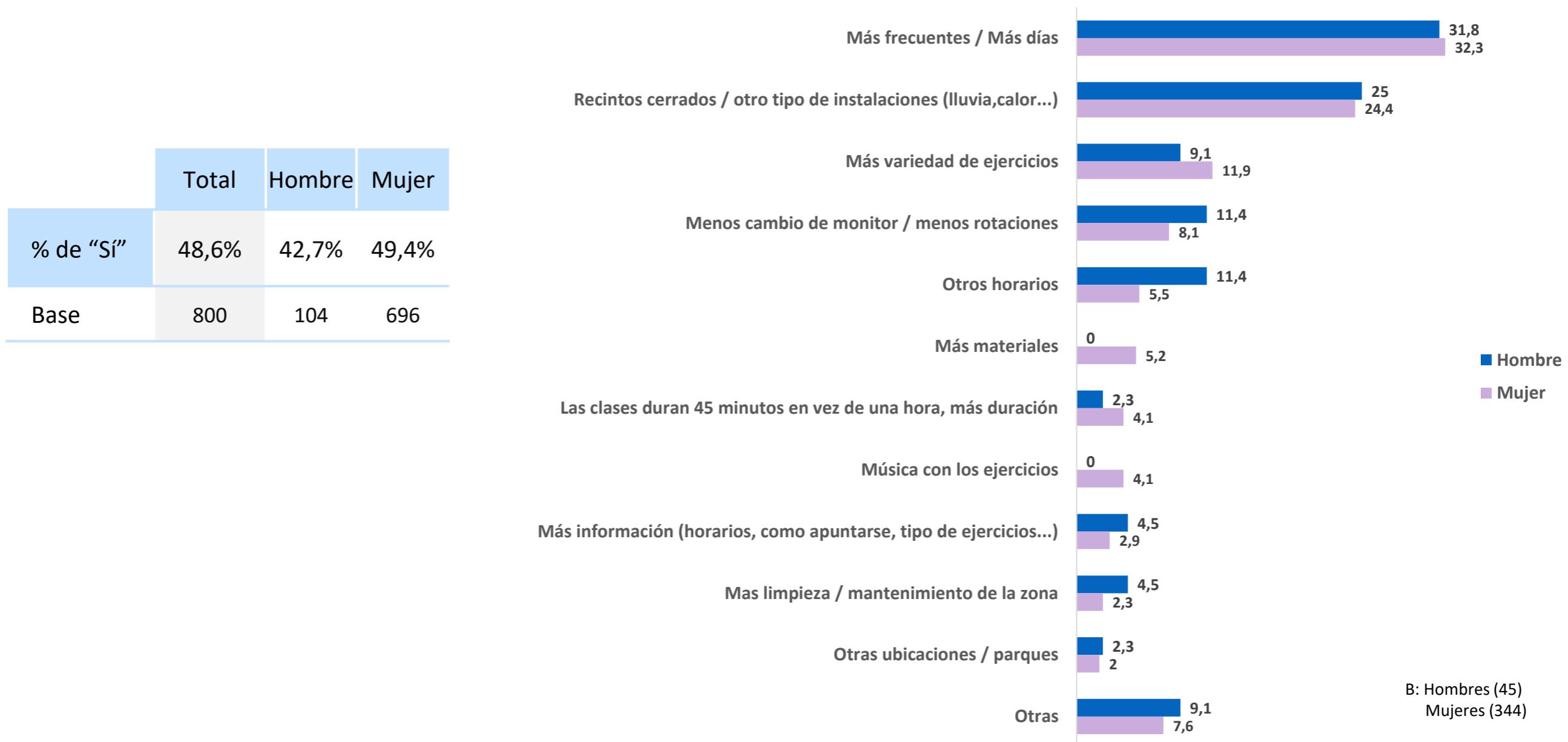
P.9- ¿Tiene alguna sugerencia de mejora sobre el Programa Ejercicio al Aire Libre del Ayuntamiento de Madrid? P.9.B- ¿Cuál?





Sugerencias. Análisis por sexo.

P.9- ¿Tiene alguna sugerencia de mejora sobre el Programa Ejercicio al Aire Libre del Ayuntamiento de Madrid? P.9.B- ¿Cuál?



Fidelidad.

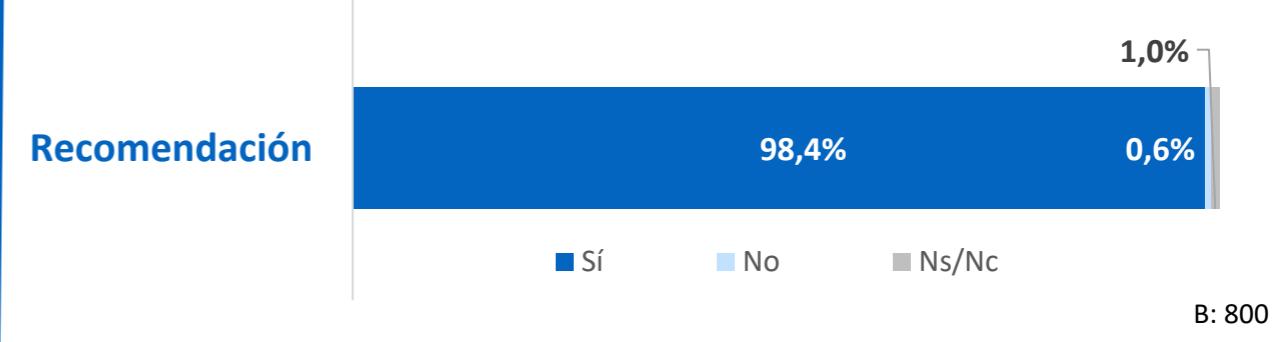
P.10- ¿Volvería a solicitar la participación en el programa?

P.11- ¿Recomendaría usted este programa?

Solicitud del programa en otras ocasiones.



Recomendación a otras personas.



	2017	2021	2023	2024	2025
% recomendación	99,2%	99%	98,6%	99,6%	98,4%
% solicitud en otras ocasiones	98%	96,5%	99,8%	97,5%	97,0%
Base	251	808	500	800	800



Valoración global. Análisis por sexo

P.7- Valore su satisfacción respecto a lo que usted esperaba encontrar al inscribirse en el programa y lo que ha encontrado en él.

P.8- En general, y teniendo en cuenta toda su experiencia como participante en el programa, ¿cuál es su grado de satisfacción general?.

P.10- ¿Volvería a solicitar la participación en el programa?

P.11- ¿Recomendaría usted este servicio?

	Total	Hombre	Mujer
Cobertura de expectativas	8,87	8,67	8,91
Valoración global servicio	9,03	8,80	9,07
Volvería a solicitar el servicio	97	95,1	97,3
Recomendaría	98,4	98,1	98,4
Base	800	104	696



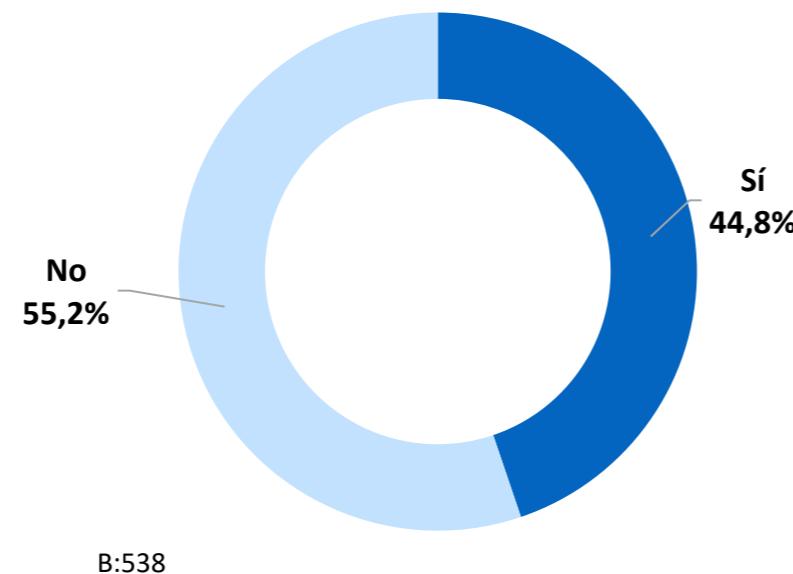
Jornada intergeneracional (con escolares)

Satisfacción sobre la Jornada
intergeneracional realizada

Jornada intergeneracional (I).

P.12- ¿Puede decirme si ha acudido a algún encuentro intergeneracional (con escolares) organizado por el servicio de Ejercicio al Aire Libre?

Participación.



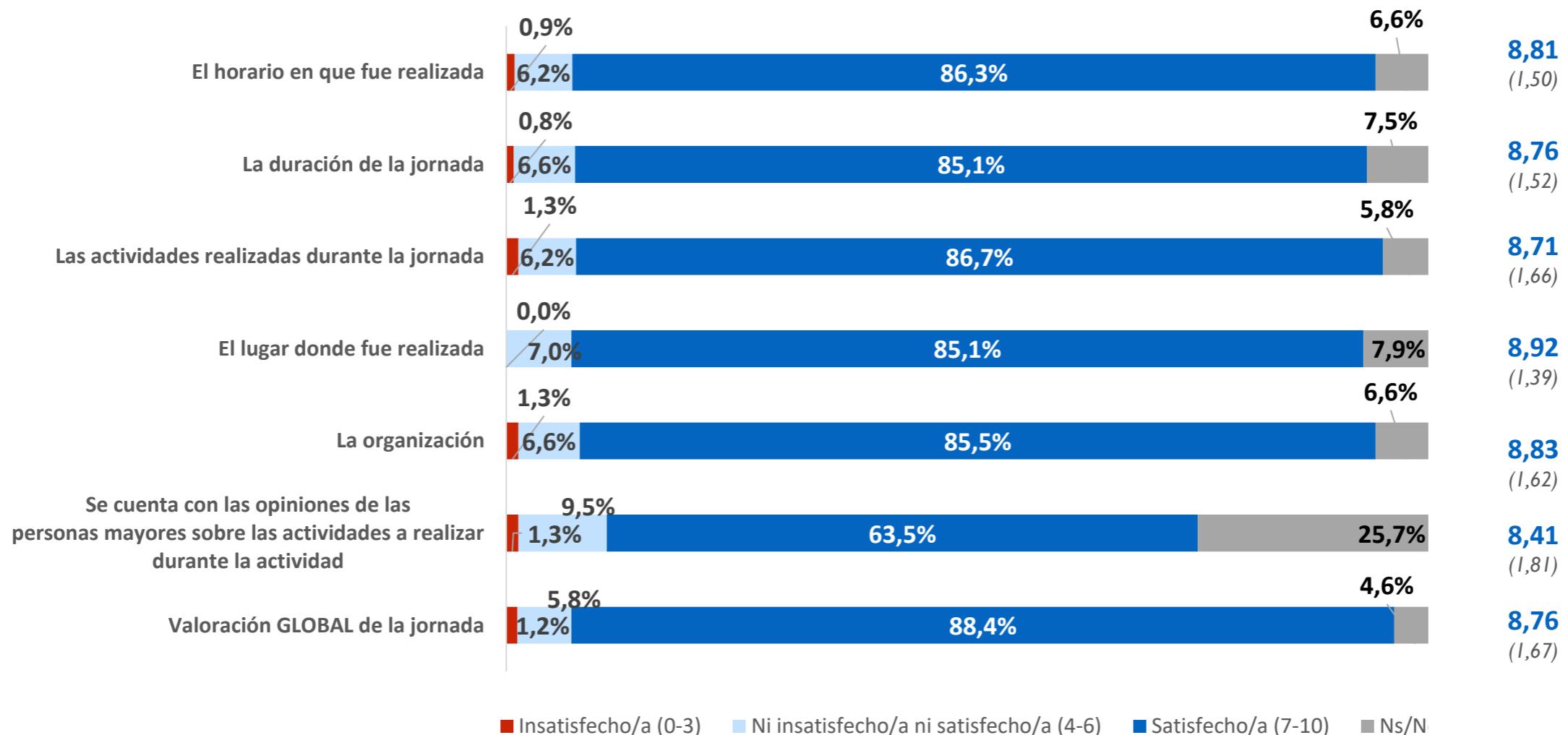
	Total	Hombre	Mujer
% SI	44,8%	36,1%	46,1%
Base	538	72	466



Jornada intergeneracional (II).

P.13- Valoración sobre la organización de la jornada

Media
(Desv. Típica)



B: 241



Jornada intergeneracional (III).

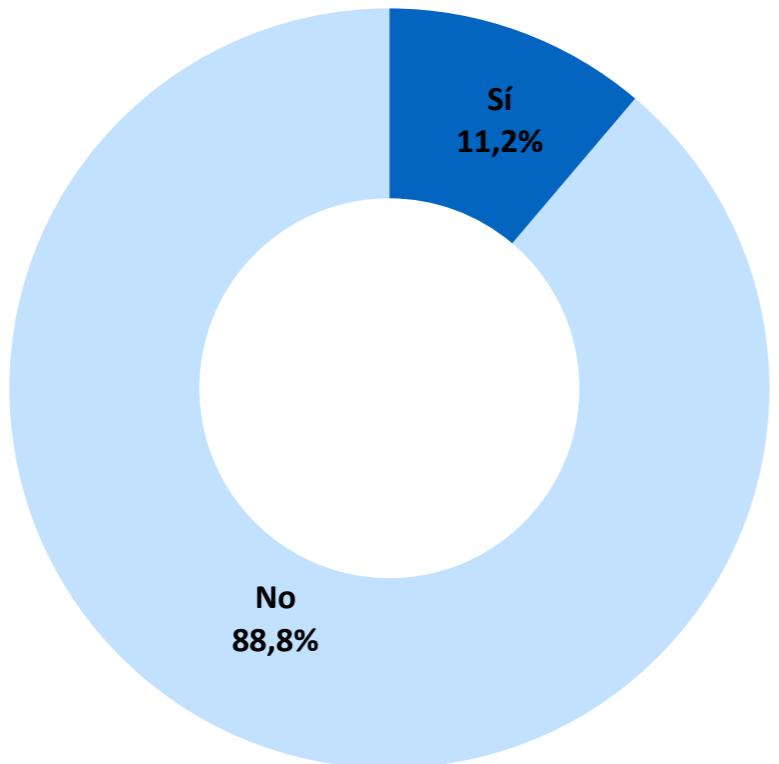
P.13- Valoración sobre la organización de la jornada. Análisis por sexo.

	Total	Hombre	Mujer
13.1. El horario en que fue realizada.	8,81	8,50	8,85
13.2. La duración de la jornada.	8,76	8,33	8,81
13.3 Las actividades realizadas durante la jornada.	8,71	8,13	8,77
13.4. El lugar donde fue realizada	8,92	8,60	8,96
13.5. La organización.	8,83	8,25	8,90
13.6. Se cuenta con las opiniones de las personas mayores sobre las actividades a realizar durante la actividad	8,41	8,18	8,45
13.7 Valoración global de la jornada	8,76	8,16	8,83
Base	241	26	215

Sugerencias (I).

P.14- ¿Tiene alguna sugerencia de mejora para futuras convocatorias de jornadas intergeneracionales? P.14.B- ¿Cuál?

Sugerencia de mejora.



B: 538

Adaptar según edad / Sin niños (llevan otro ritmo)

Más frecuente

Realizar las actividades en otro lugar distinto (sitios cerrados, mejores condiciones, con baño...)

Más información

Grupos más pequeños

Más meses / todo el año

36,7

33,3

6,7

3,3

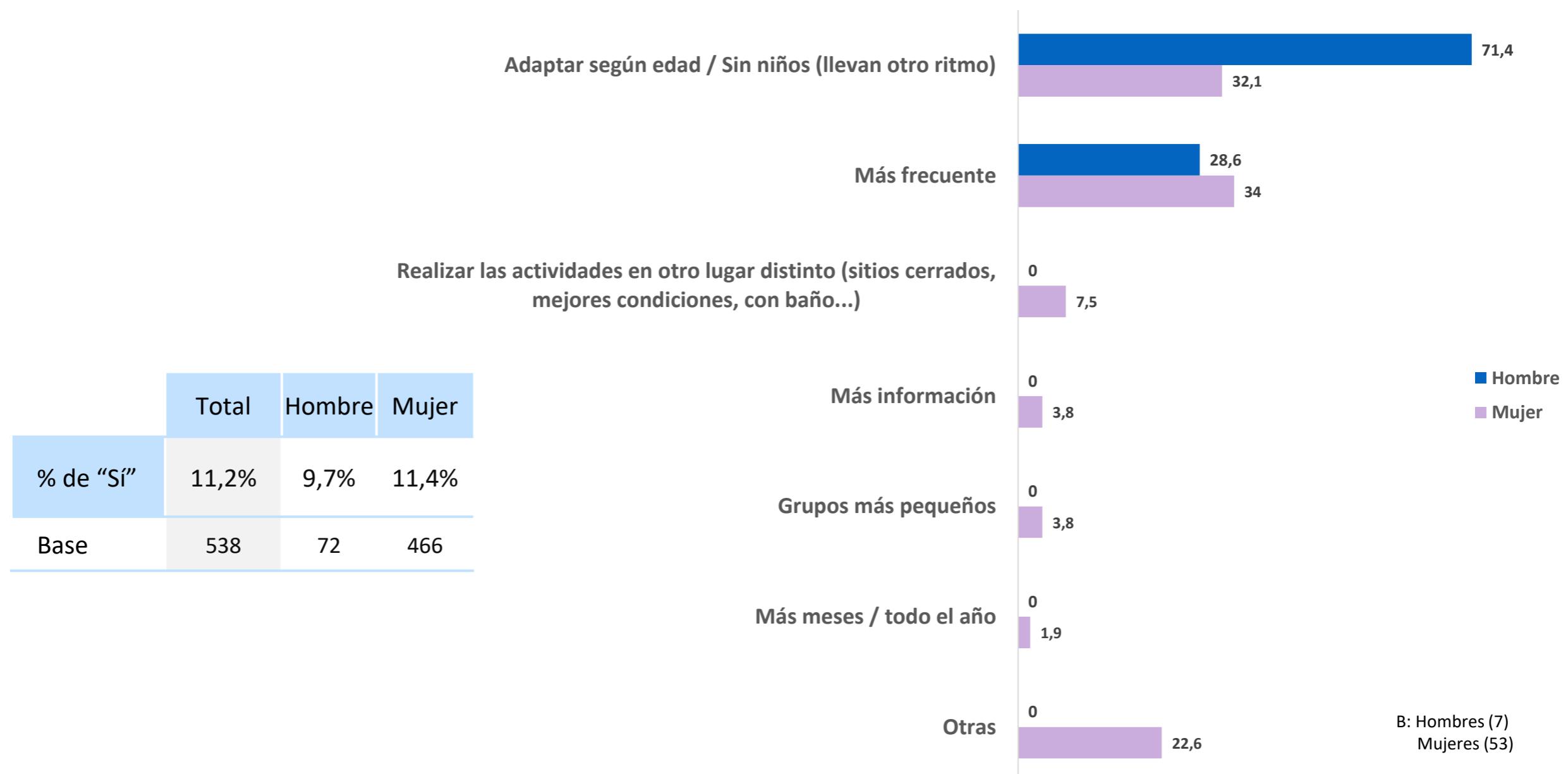
3,3

1,7

B: 60

Sugerencias (II). Análisis por sexo.

P.14- ¿Tiene alguna sugerencia de mejora para futuras convocatorias de jornadas intergeneracionales? P.14.B- ¿Cuál?





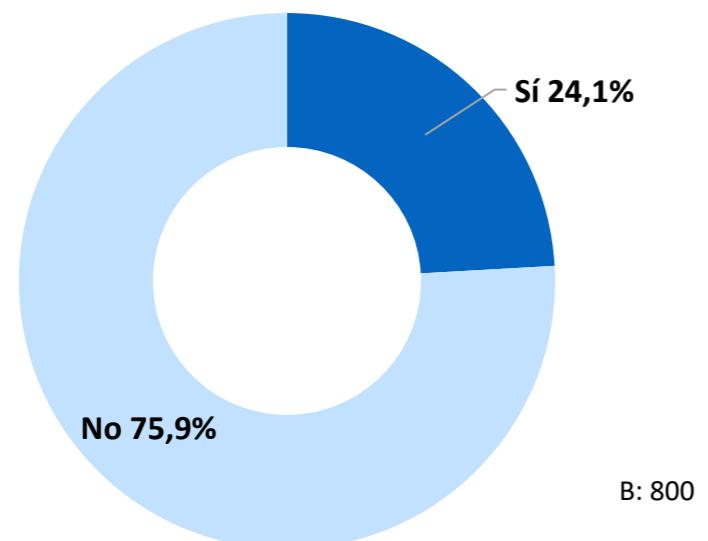
Sesiones de Ejercicio al Aire Libre Extraordinarias.

Sesiones de Ejercicio al Aire Libre Extraordinarias (baile, zumba...).

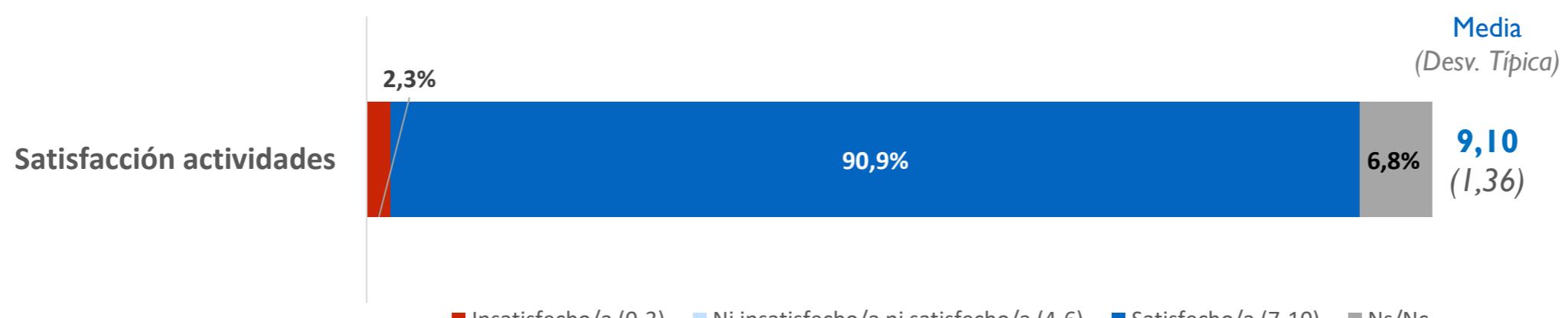
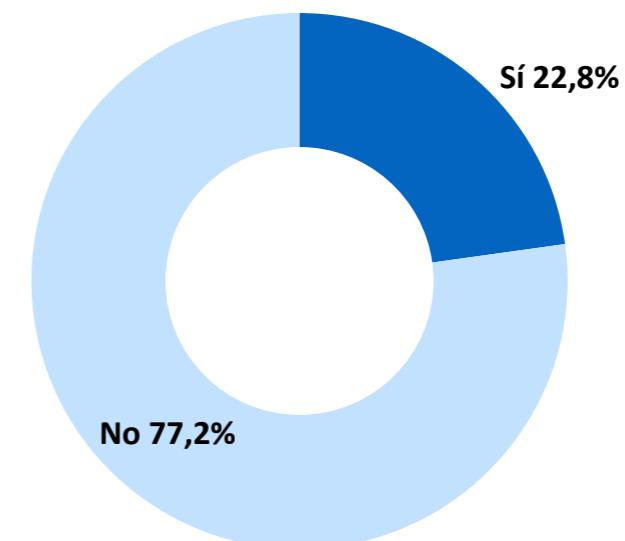
Actividades extraordinarias.

P.15- ¿Puede decirme si le han informado de las actividades extraordinarias (baile, zumba...) organizadas por el programa de Ejercicio al Aire Libre? P.15.B- ¿Puede decirme si ha acudido a alguna de ellas? P.15.C- Por favor, indique su grado de satisfacción con las actividades extraordinarias

Información.



Participación.





Actividades extraordinarias. Análisis por sexo.

P.15- ¿Puede decirme si le han informado de las actividades extraordinarias (baile, zumba...) organizadas por el programa de Ejercicio al Aire Libre? P.15.B- ¿Puede decirme si ha acudido a alguna de ellas? P.15.C- Por favor, indique su grado de satisfacción con las actividades extraordinarias

	Total	Hombre	Mujer
Le han informado	24,1%	28,2%	23,6%
Base	800	104	696
Ha participado	22,8%	13,8%	24,4%
Base	193	29	164
Satisfacción	9,10	9,25	9,08
Base	44	4	40



Jornada en Parque de El Retiro

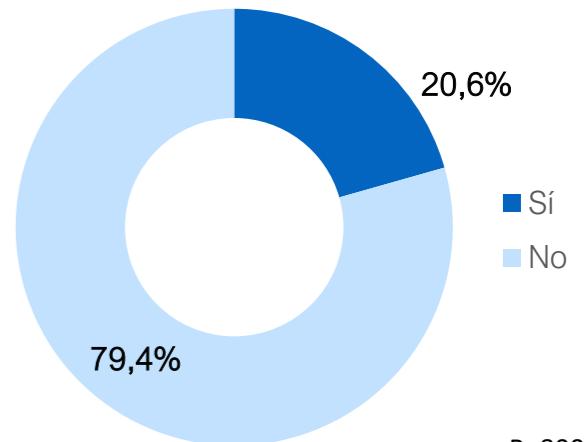
Jornada de ejercicio al aire libre en Parque de El Retiro.



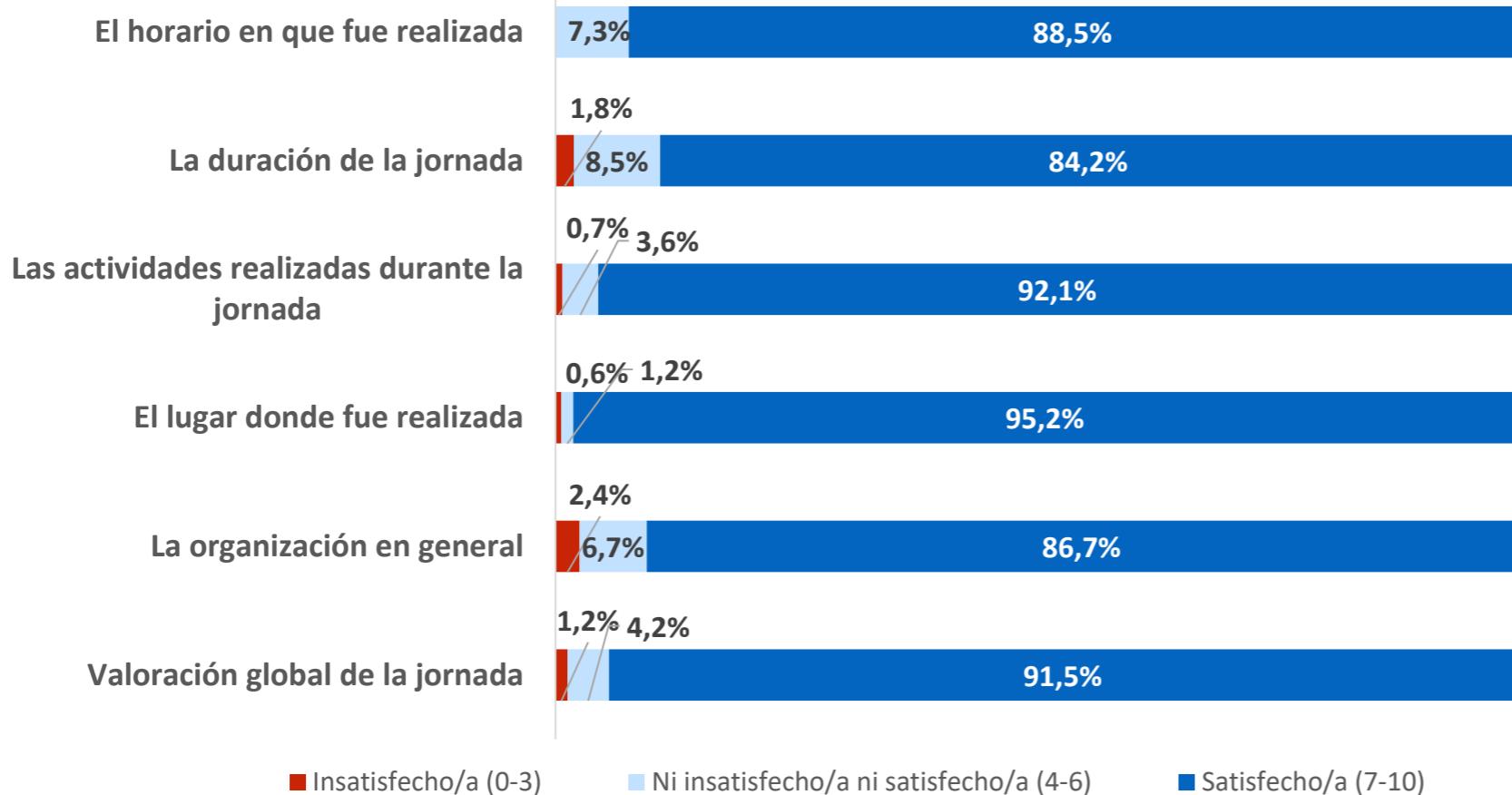
Jornada en Parque de El Retiro (I).

P.16- ¿Puede decirme si acudió a la jornada de Ejercicio al Aire Libre en el Parque de El Retiro el pasado día 6 de junio?

Participación.



P.16.B- Valoración de la Jornada en Parque de El Retiro



Media
(Desv. Típica)

8,79
(1,43)

8,60
(1,68)

8,96
(1,34)

9,30
(1,10)

8,85
(1,85)

8,96
(1,44)

B: 800

B: 165



Jornada en Parque de El Retiro. Análisis por sexo.

P.16- ¿Puede decirme si acudió a la jornada de Ejercicio al Aire Libre en el Parque de El Retiro el pasado día 6 de junio?

	Total	Hombre	Mujer
% de "Sí"	20,6%	23,3%	20,3%
Base	800	104	696

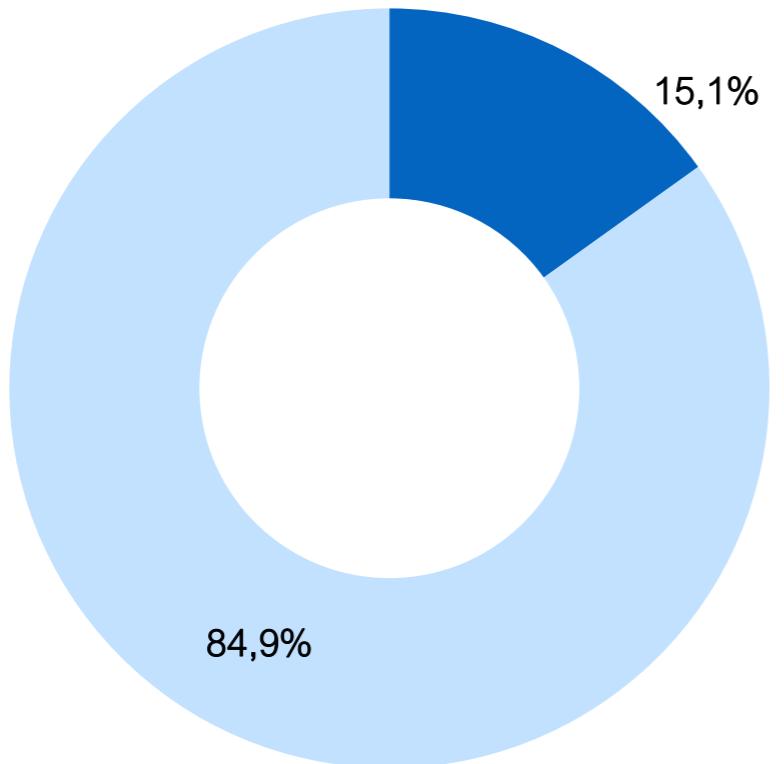
P.16.B- Valoración de la Jornada en Parque de El Retiro

	Total	Hombre	Mujer
16.B1. El horario en que fue realizada.	8,79	8,46	8,84
16.B2. La duración de la jornada.	8,60	8,00	8,71
16.B3. Las actividades realizadas durante la jornada.	8,96	9,00	8,96
16.B4. El lugar donde fue realizada.	9,30	9,33	9,29
16.B5. La organización en general.	8,85	8,67	8,88
16.B6. La valoración global de la jornada	8,96	8,96	8,96
Base	165	24	141

Sugerencias jornadas(I).

P.17- ¿Tiene alguna sugerencia de mejora para futuras convocatorias de jornadas como la de El Retiro? P.17.B- ¿Cuál?

Sugerencia de mejora.



■ Sí
■ No

B: 800

Más frecuente / que se repita

24,8

Que se realicen en otros lugares

19,8

Más información / Mayor difusión

16,5

Mejor organización

14,9

Realizarlo en fechas con menos calor

14

Más horarios

9,1

Que sean más cortas

5,8

Otras

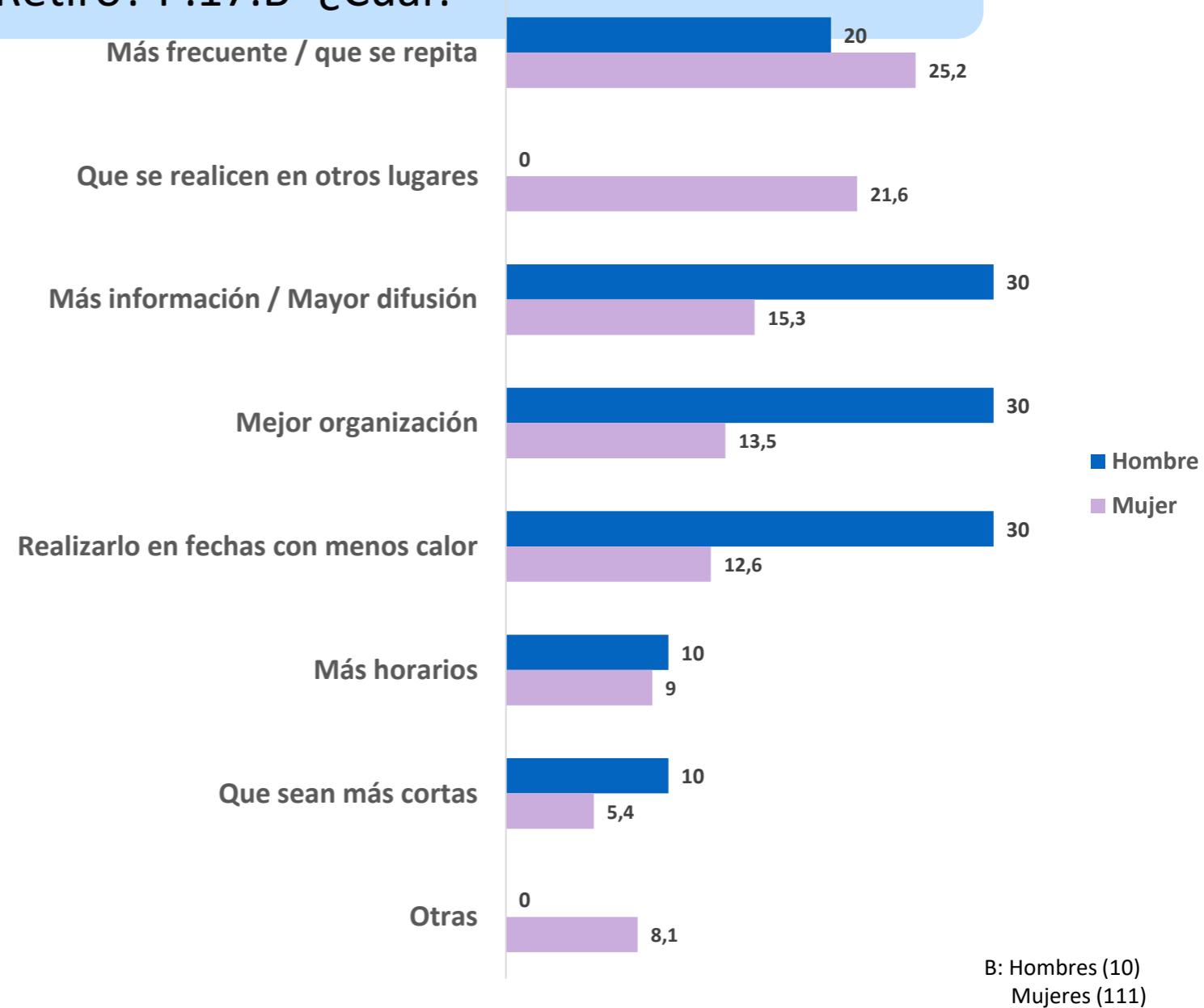
7,4

B: 121

Sugerencias jornadas (II). Análisis por sexo.

P.17- ¿Tiene alguna sugerencia de mejora para futuras convocatorias de jornadas como la de El Retiro? P.17.B- ¿Cuál?

	Total	Hombre	Mujer
% de "Sí"	15,1%	9,7%	15,9%
Base	800	104	696



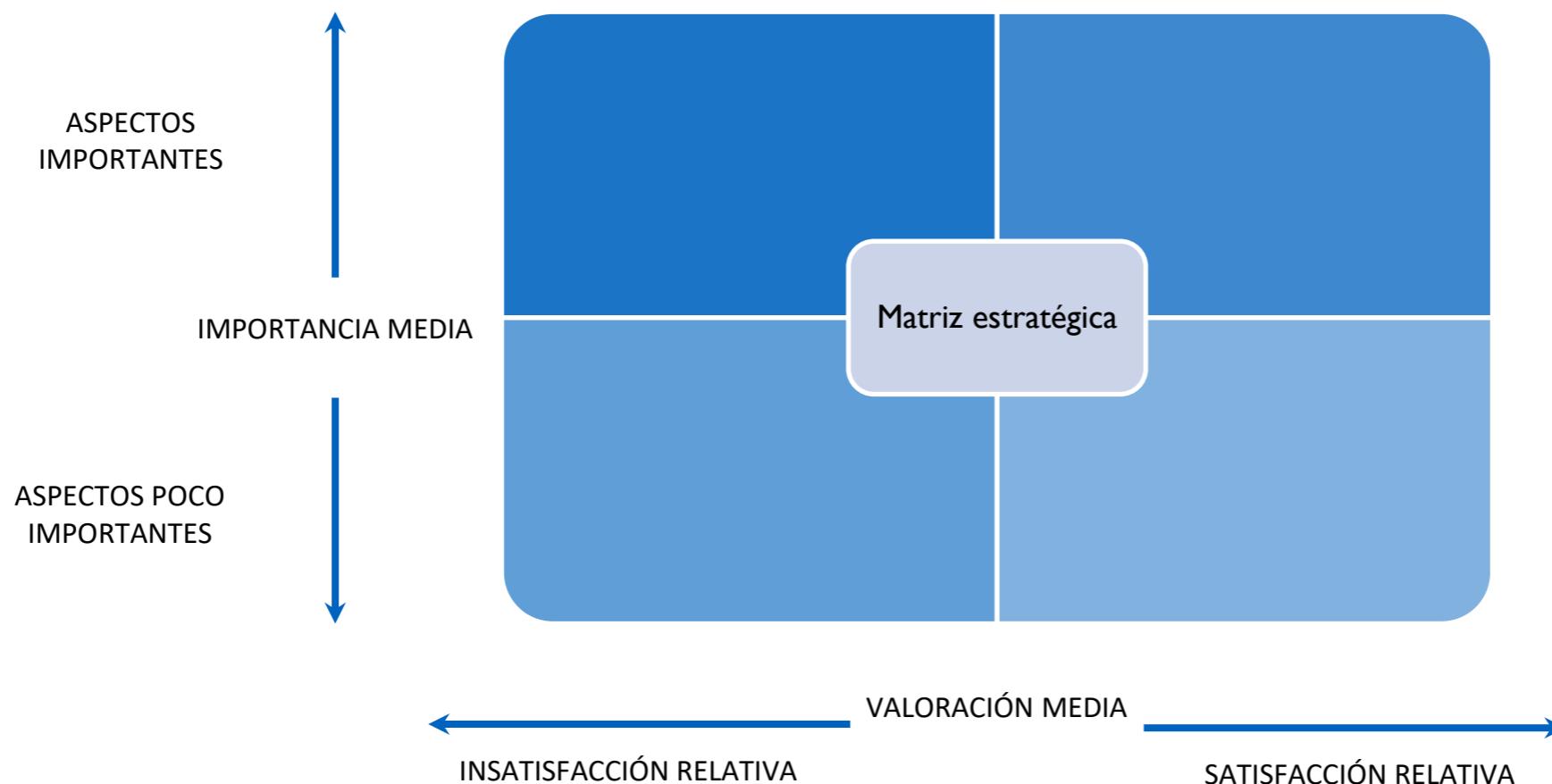


Matriz de actuación estratégica.

Matriz de actuación estratégica.

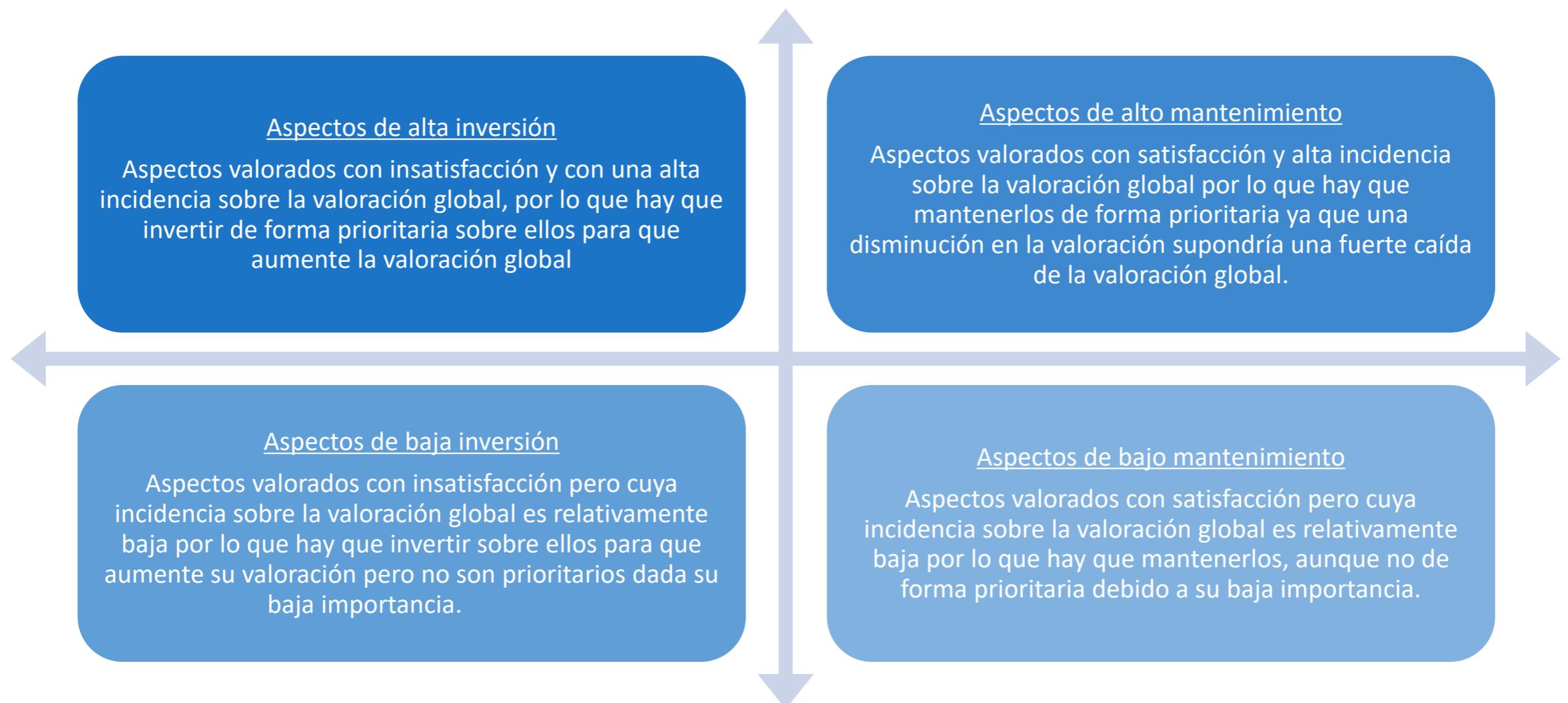
Matriz de actuación(I).

- Esta matriz permite establecer el posicionamiento relativo de los distintos aspectos evaluados en función de la importancia y la valoración otorgada a los mismos. Se trata de un análisis que permite la fijación de políticas estratégicas de mejora de los Servicios Públicos, al identificar prioridades de actuación.
- La importancia se obtiene a partir de análisis de regresión lineal, obteniendo los coeficientes “beta estandarizados” que indican la importancia relativa que tienen cada una de las variables independientes sobre la dependiente: satisfacción global del servicio
- La valoración corresponde a la satisfacción respecto a cada una de las variables, de acuerdo a la respuesta obtenida en el cuestionario en una escala de 0 a 10.



Matriz de actuación (II).

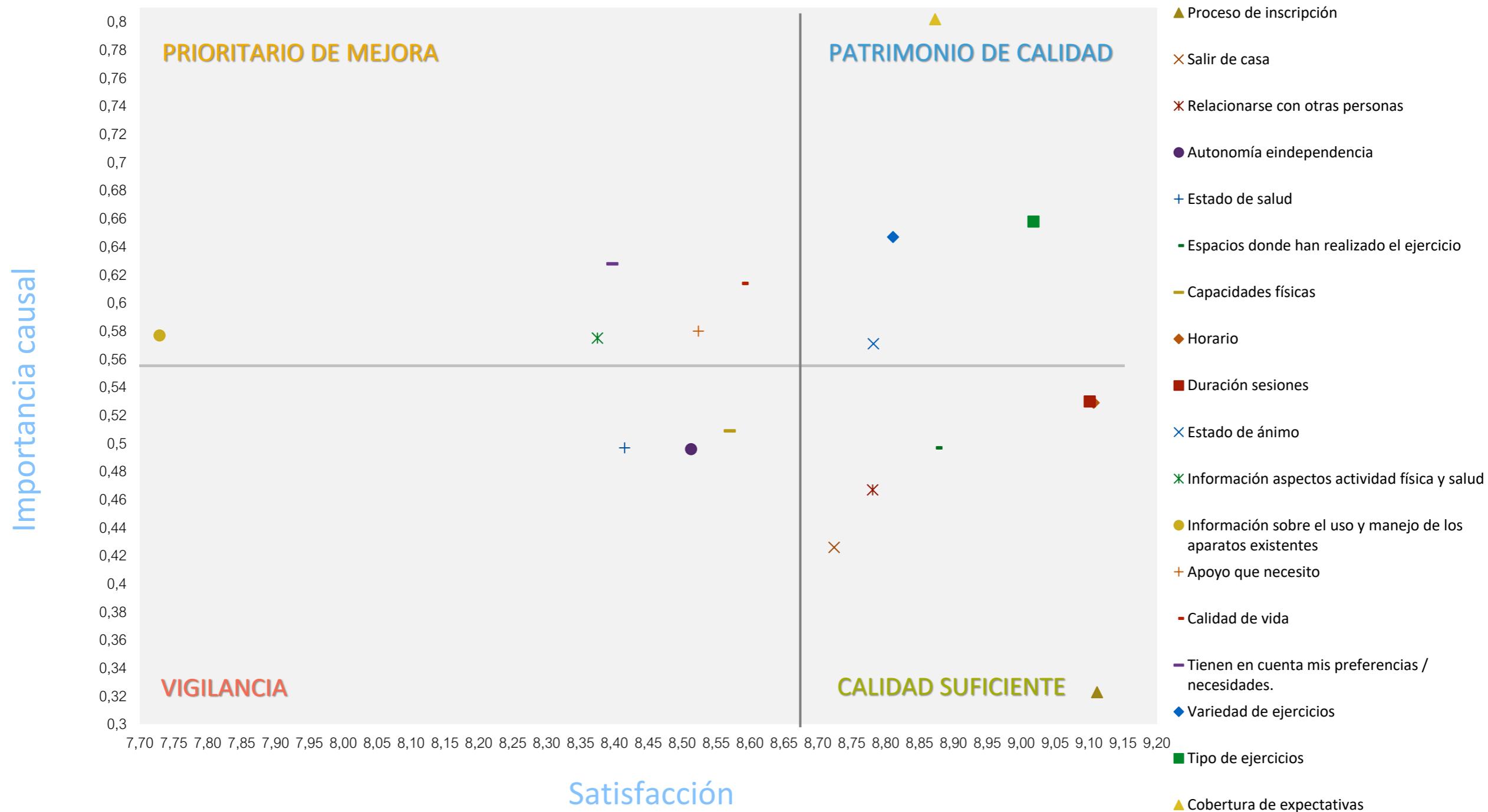
Explicación de los cuadrantes resultantes de la matriz:





Matriz de actuación (III).

Resultados 2025:



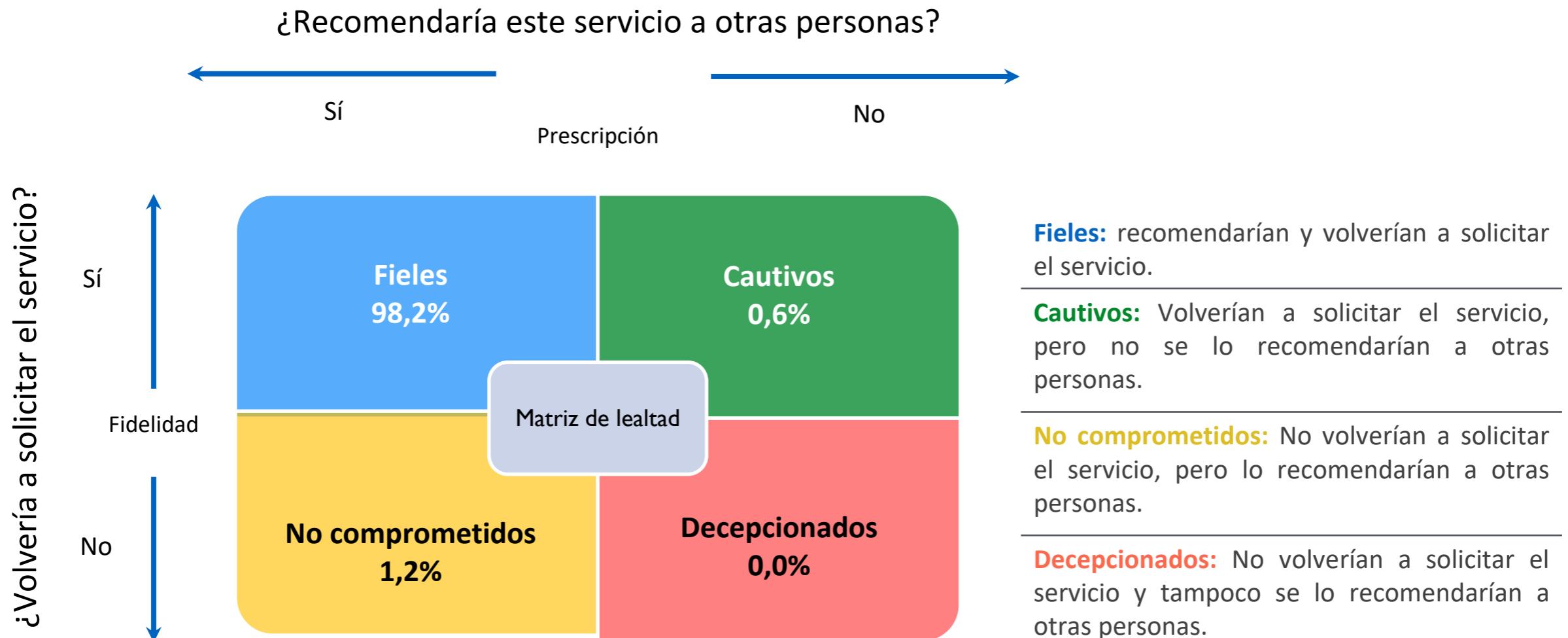


Matriz de lealtad.

Matriz de lealtad.



Lealtad.



B: 780 (Excluidos Ns/Nc)



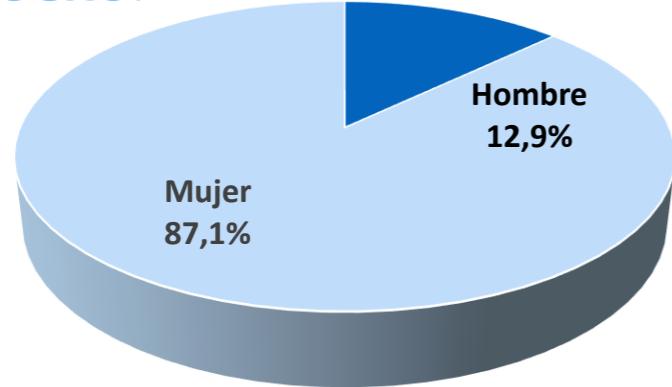
Datos de clasificación.

Clasificación sociodemográfica, de salud y de estilo de vida de las personas entrevistadas.

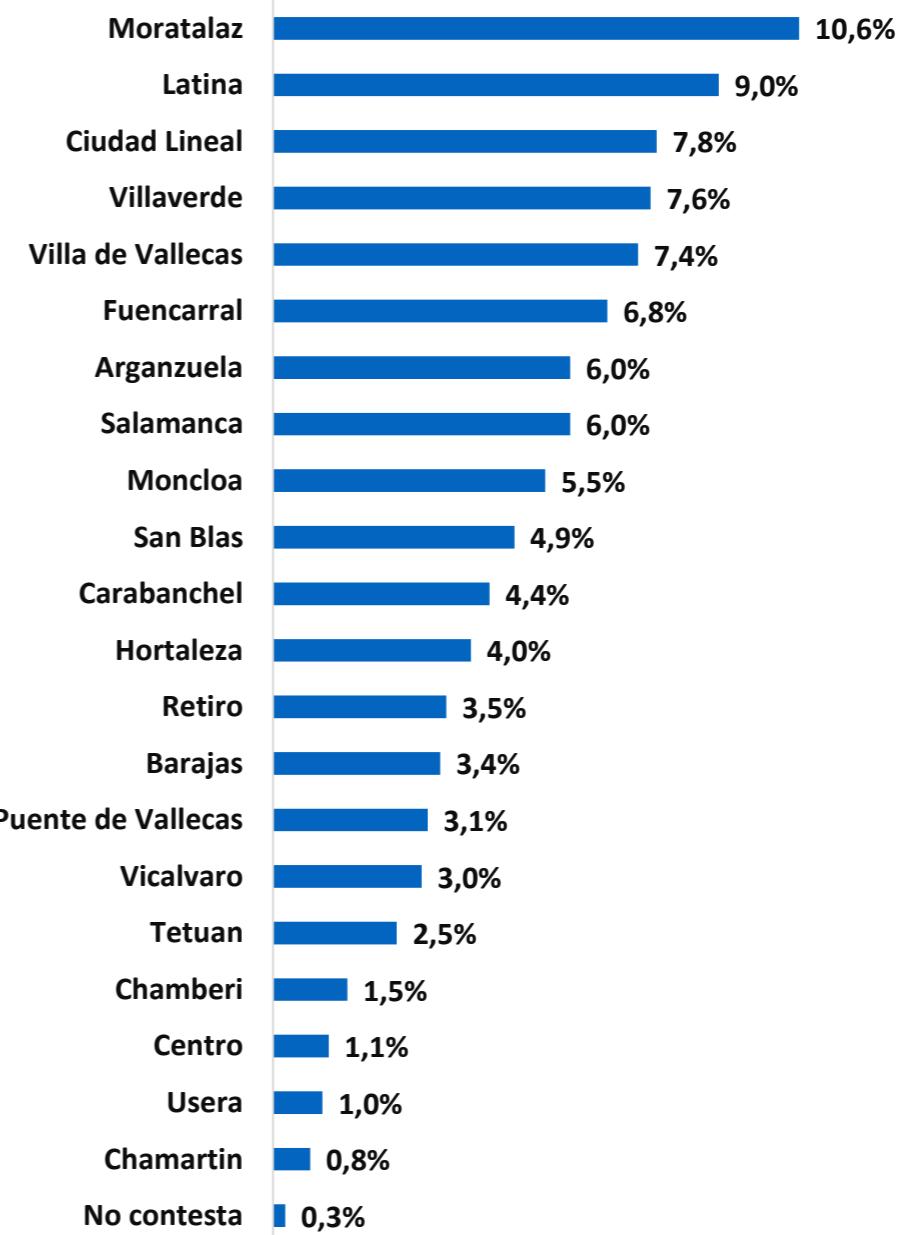
Sexo y distrito de residencia.

Datos sociodemográficos de las personas participantes.

Sexo.

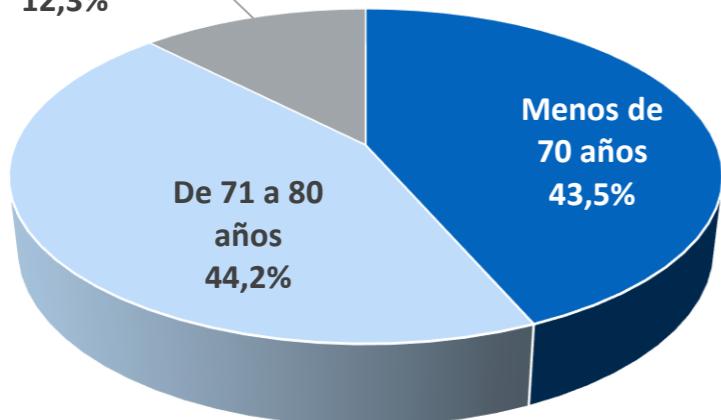


Distrito.



Más de 80
años
12,3%

Edad.



B: 800

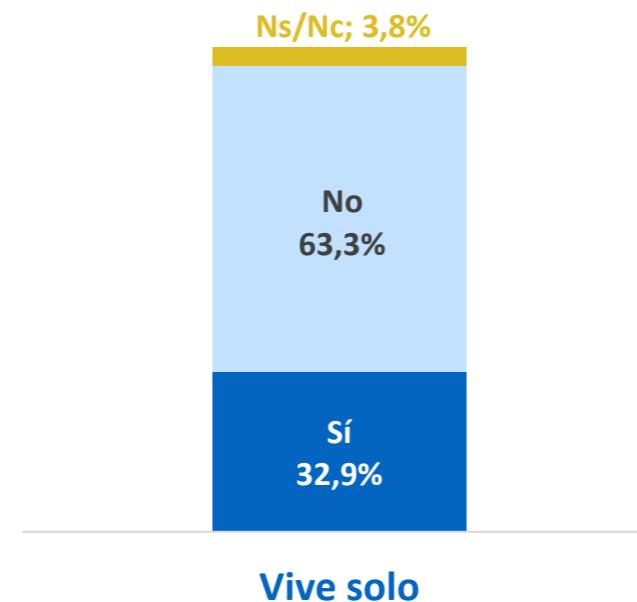
B: 800

B: 800



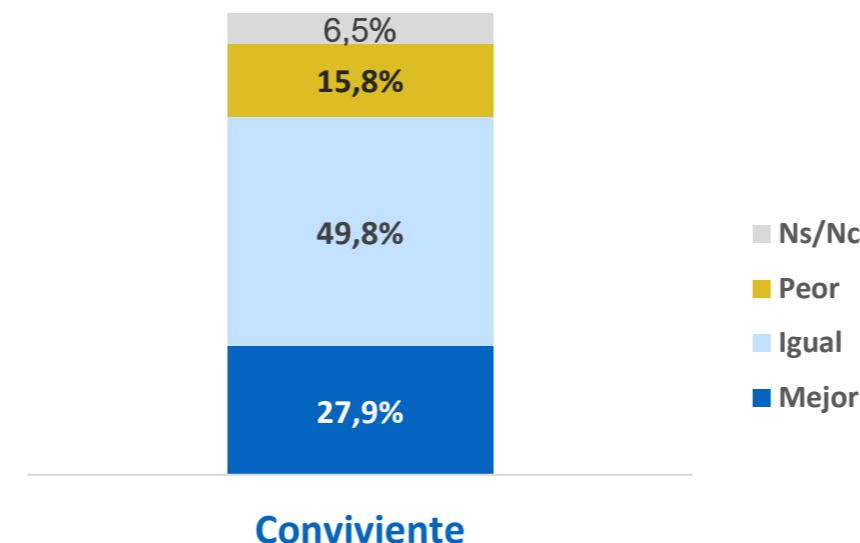
Personas participantes (I).

C.2- ¿Vive solo/a?



B: 800

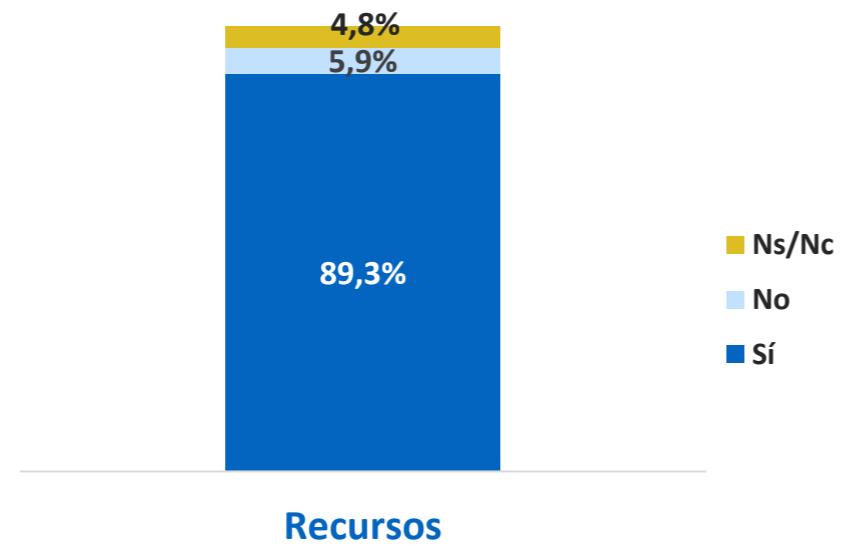
C.3- ¿La persona con la que convive se encuentra mejor, igual o peor que usted?



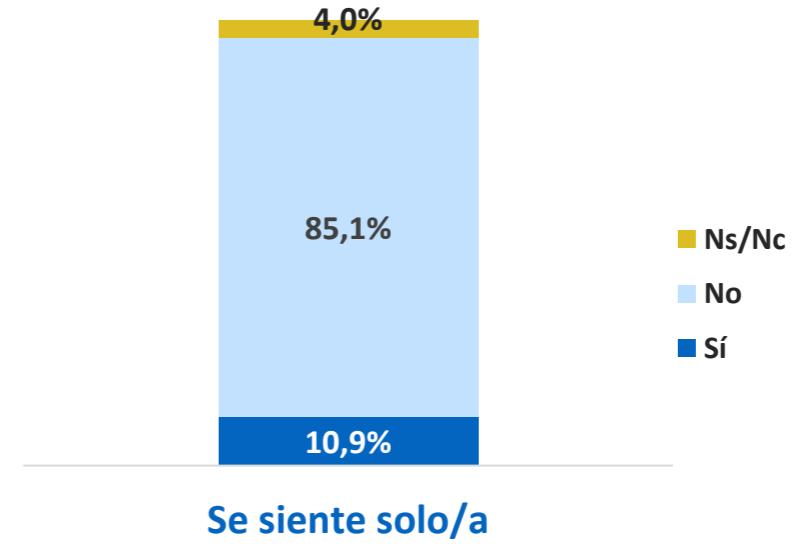
B: 506

Personas participantes (II).

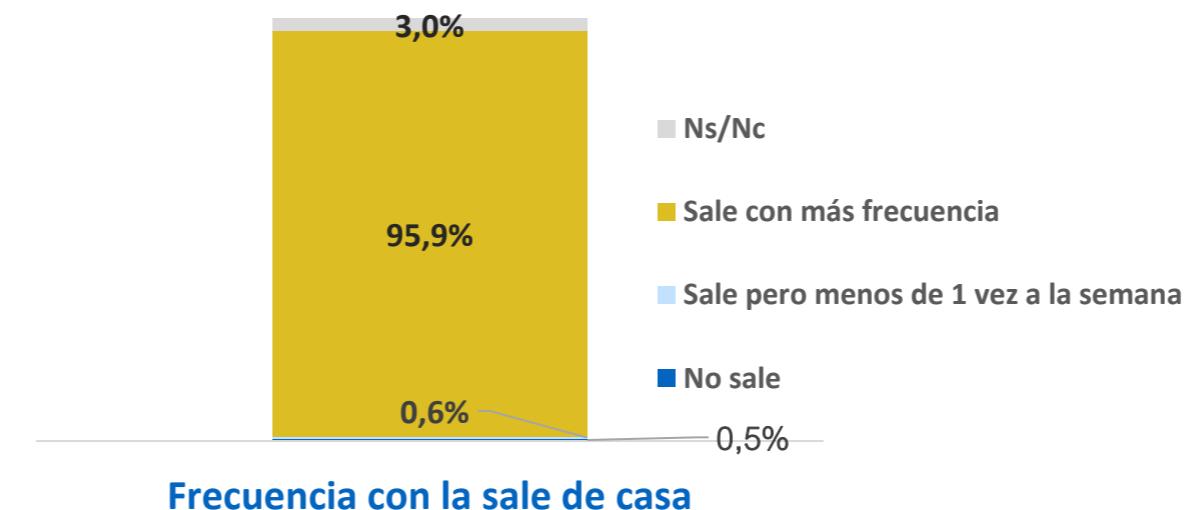
C.4- ¿Tiene usted a quien acudir si necesita ayuda?



C.5- ¿Podría decirme si se siente solo a menudo?



C.6- Debido a su situación, ¿con qué frecuencia sale usted de su domicilio?



B: 800

**Mucho
por amar**



Juntos, todo por descubrir
con las personas mayores

**Mucho
por contar**



Juntos, todo por descubrir
con las personas mayores

**Mucho
por ofrecer**



Juntos, todo por descubrir
con las personas mayores

**Mucho
por enseñar**



Juntos, todo por descubrir
con las personas mayores

