

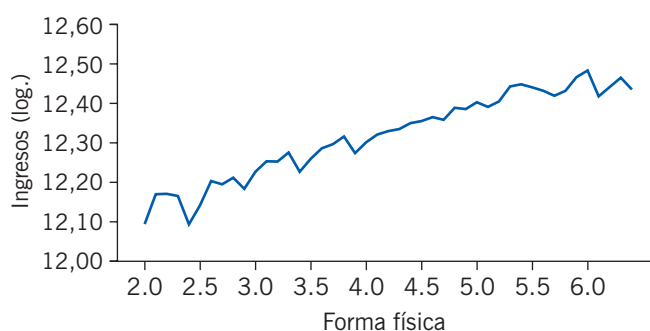
Deporte, ejercicio y resultados en el mercado laboral

Hacer más deporte y ejercicio puede aumentar la productividad y los ingresos

DISCURSO DE ASCENSOR

Tener una fuerza laboral productiva es un objetivo clave de la política económica pública. Los trabajos empíricos recientes indican que aumentar la participación individual en el deporte y hacer más ejercicio pueden ser elementos importantes para conseguir este objetivo. Los beneficios en la productividad y por tanto el aumento de ingresos se suman a los ya bien documentados efectos para la salud pública en los que hasta ahora se ha basado la justificación de las importantes campañas nacionales e internacionales para aumentar la actividad física individual. La cuestión decisiva para la política gubernamental es si hay factores externos, asimetrías de información u otros motivos que hagan que las personas participen en niveles de actividad que sean demasiado bajos desde un punto de vista social más amplio.

Ingresos y forma física. Población total.



Nota: la forma física se ha medido a partir de los vatios máximos conseguidos en una bicicleta fija divididos entre el peso corporal. La variable tiene una media de 4,3, una desviación estándar de 0,7 y se trunca en 2,0 y 6,4.

Fuente: [1].

IZA
World of Labor

HALLAZGOS CLAVE

Pros

- + Hacer deporte y ejercicio mejora la salud física y mental.
- + El deporte y el ejercicio pueden aumentar considerablemente los ingresos.
- + Debido a que requiere tiempo, hacer deporte y ejercicio puede desplazar el uso de tiempo no productivo (por ej., ver televisión no educativa).
- + El deporte y el ejercicio aumentan el capital humano en varias dimensiones, incluidas las habilidades interpersonales (trabajo en equipo, autodisciplina, resistencia, alivio del estrés y autoconfianza).
- + El deporte y el ejercicio mejoran el bienestar individual.

Contras

- El deporte y el ejercicio provocan lesiones.
- Los efectos de hacer más deporte y ejercicio en el empleo, el desempleo y en la jornada de trabajo no están claros.
- Hacer deporte y ejercicio lleva tiempo y puede consumir el uso del tiempo para tareas productivas y de utilidad (como la educación y el tiempo dedicado al trabajo).
- La importancia relativa de los distintos canales que son responsables de los efectos positivos del deporte y del ejercicio no se comprende bien.
- La credibilidad de los estudios empíricos sobre los efectos del deporte y del ejercicio es a veces cuestionable.

MENSAJE PRINCIPAL DE LOS AUTORES

Aumentar la productividad laboral es un objetivo político importante, ya que refuerza la competitividad internacional de la economía y aumenta el bienestar. Hacer deporte y ejercicio puede aumentar la productividad de una persona al mejorar su salud y habilidades cognitivas y no cognitivas, incluida la autodisciplina, gestión del estrés y el trabajo en equipo. Ya que estos factores no solo aumentan la productividad sino que también influyen en el éxito personal laboral, no sorprende que hacer más deporte y ejercicio implique más ingresos y por lo tanto sea un objetivo político importante.