



Palabras clave

motivos práctica deportiva, dimensiones, adolescentes, género, edad

Dimensiones de los motivos de práctica deportiva de los adolescentes valencianos escolarizados*

Isabel Castillo Fernández

Isabel Balaguer Solá

Unidad de Investigación de Psicología del Deporte.

Área de Psicología Social. Universitat de Valencia

Abstract

The object of our work was to study the motives that Valencian teenagers at school considered important for practising sport, identifying the dimensions of the motives of practice. At the same time we analysed if the motives for sports practice was different according to age and gender. The sample was made up of 1203 students between 11 and 18 years, representatives of the teenage word in the community of Valencia. The students filled out the Inventory of Health in Students translated in Spanish (Wold, 1995; Balaguer, 1999³). The results obtained went in the same direction as previous investigations (see Balaguer and Atienza, 1994) and showed that the most important motives for young people to participate in sport are: improve my health, amuse myself, be in good shape and make new friends. The least important are: to win, be a sporting star and please my parents. The motives of sports practice are structured in three stated dimensions: motives of social approval and demonstration of capacity, motives of health and motives of affiliation. The analysis of the differences in age and gender show that the boys inform in a higher degree than girls in every age group, that the motives of social approval and the demonstration of capacity are very important for sports practice. Additionally with the increase in age these motives are considered less important for teenagers of both sexes. Health motives are more important for 17-years-old girls than for boys of the same age. Finally, affiliation motives are considered more important for 13-years-old boys than girls of the same age group.

Resumen

El objetivo de nuestro trabajo consiste en estudiar los motivos que los jóvenes adolescentes valencianos escolarizados consideran importantes para practicar deporte, identificando las dimensiones de los motivos de práctica. Asimismo analizamos si los motivos de práctica deportiva difieren en función del género y de la edad. La muestra está compuesta por 1203 estudiantes entre 11 y 18 años, representativos del universo de adolescentes de la Comunidad Valenciana. Los estudiantes cumplimentaron el Inventario de Salud en Escolares traducido al castellano (Wold, 1995; Balaguer, 1999a). Los resultados obtenidos van en la línea de investigaciones previas (véase Balaguer y Atienza, 1994) y muestran que los motivos más importantes de los jóvenes para practicar deporte son: Mejorar mi salud, divertirme, estar en buena forma y hacer nuevos amigos. Los menos importantes son: Ganar, ser como una estrella del deporte y agradar a mis padres. Los motivos de práctica deportiva se estructuran en tres dimensiones denominadas: Motivos de aprobación social y de demostración de capacidad, motivos de salud y motivos de afiliación. El análisis de diferencias por género y por grupos de edad muestra que los chicos informan en mayor grado que las chicas en todos los grupos de edad, que los motivos de aprobación social y de demostración de capacidad son razones muy importantes para practicar deporte. Además conforme aumenta la edad estos mo-

* Este trabajo ha sido realizado con el apoyo de: La Dirección General de Enseñanzas Universitarias e Investigación. Conselleria de Cultura, Educación y Ciencia. Comunitat Valenciana (GV-2424/94) y de la Dirección General de Investigación Científica y Técnica. Ministerio de Educación y Ciencia (PB94-1555).



tivos son considerados menos importantes por los adolescentes, tanto en el grupo de los chicos como en el grupo de las chicas. En cuanto a los motivos de salud, para las chicas de 17 años son más importantes que para los chicos de ese mismo grupo de edad. Finalmente, en los motivos de afiliación son los chicos de 13 años los que los consideran más importantes que las chicas de ese mismo grupo de edad.

Dimensiones de los motivos de práctica deportiva de los adolescentes valencianos escolarizados

Los efectos beneficiosos que la práctica regular de actividad física posee tanto para la salud física como para la salud psicológica es un hecho ampliamente constatado en la literatura (Balaguer y García-Merita, 1994; Biddle, 1993; Blasco, 1997; Castillo y Balaguer, 1998a; Garner y Wooley, 1991; Sallis y McKenzie, 1991; Young y Steinhart, 1993). Asimismo también hemos encontrado que en diferentes países, tanto europeos como americanos, la práctica de ejercicio físico y/o deporte de los niños y adolescentes es menor de lo que sería conveniente para obtener dichos beneficios y que de hecho existe un problema de sedentarismo o de inactividad física en la infancia y en la adolescencia (Balaguer, 1999a; Biddle, 1993; Blasco, 1994; Castillo, 1995; Castillo y Balaguer, 1998b; García-Merita y Fuentes, 1998; Mendoza, Sagera y Batista, 1994; Pastor, 1999; Roberts, 1991; U.S. Department of Health and Human Services, 1996).

Dentro del contexto de promoción de la salud, la práctica de actividad física constituye un factor clave en el cambio de conductas que afectan a la salud (US Department of Health and Human Services, 1996). Diversos estudios han indicado que la práctica de actividad física en el tiempo libre está positivamente relacionada con otras conductas que mejoran la salud, tales como la alimentación saludable y una buena higiene dental, y negativamente asociada con conductas no saludables tales como el consumo de tabaco, el consumo de alcohol y el consumo de ali-

mentos insanos (Balaguer, 1999a; Balaguer, Castillo, Pastor, Atienza, y Llorens, 1997; Balaguer, Tomás, Castillo, Martínez, Blasco, y Arango, 1994; Balaguer, Tomás, Castillo, Pastor, Blasco, y Llorens, 1998; Balaguer, Valcárcel, Atienza, Pastor, Castillo, y Pons, 1998; Castillo, 1995; Castillo, Fuentes, Pastor, y Tomás, 1997; García-Merita, y Fuentes, 1998; Pastor, 1999; Nutbeam, Smith, Moore, y Bauman, 1993).

Por todo ello y desde una perspectiva de promoción de la salud, es importante incrementar nuestros conocimientos sobre cómo podemos facilitar la participación de los jóvenes en programas de actividad física (Willis y Campbell, 1992). Es decir, necesitamos conocer cuáles son los factores de predisposición, facilitación y refuerzos asociados con la práctica de actividad física con el objetivo de que los jóvenes adquieran un estilo de vida activo y lo mantengan a lo largo del ciclo vital (Blasco, Atienza, y Castillo, 1999; Blasco, Castillo, y García-Merita, 1999; Castillo y Balaguer, 1998a; Castillo, Balaguer, y Tomás, 1997).

Los trabajos que han estudiado los determinantes de la práctica de actividad física han estructurado el análisis entre factores personales, sociales y ambientales (Sallis, Simons-Morton, Stone *et al.* 1992; Castillo *et al.*, 1997). Desde el punto de vista de los factores personales se ha encontrado que atributos personales tales como los motivos de los jóvenes para practicar algún tipo de deporte, ejercicio físico o actividad física, constituyen un elemento importante para comprender cómo se adopta y se mantiene la participación y adherencia a la actividad física entre los niños y los adolescentes (Balaguer y Atienza, 1994; Balaguer, Tomás, Valcárcel, Castillo, Ortega, Ballester, Díaz, y Martínez, 1994; Castillo, Balaguer, y Duda, 1999; Wold y Kannas, 1993). Precisamente este interés por conocer los motivos que llevan a los jóvenes a practicar deporte ha llevado al diseño de numerosas investigaciones con la finalidad de identificarlos (Alderman y Wood, 1976; Balaguer y Atienza, 1994; Brodtkin y Weiss, 1990; Gill, Gross, y Huddleston, 1983; Gould, Feltz, y Weiss, 1985;

Gould y Petlichkoff, 1988; Lloréns, Castillo, y Balaguer, 1999; Roberts, Kleiber, y Duda, 1981; Sutherland y Morris, 1997). La mayoría de las investigaciones realizadas sobre los motivos de práctica de deporte o de ejercicio físico ha revelado que los jóvenes tienen motivos similares para practicar diferentes deportes tanto a nivel recreativo como a nivel de competición, incluyendo entre los motivos más importantes la diversión y la mejora de la salud (Balaguer y Atienza, 1994; Castillo, 1995; García Ferrando, 1997). Asimismo en estos estudios el género y la edad han aparecido como elementos significativamente diferenciadores en algunos de los motivos de práctica deportiva. En general, para los chicos son más importantes que para las chicas los motivos de resultado (por ejemplo: competición, desafíos, recompensas), mientras que para las chicas parecen ser más importantes los aspectos sociales del deporte (por ejemplo: hacer amigos, ver a los amigos). En cuando a los más jóvenes, parece ser que éstos están más motivados que los más mayores por factores externos (por ejemplo: estar con amigos, satisfacer a los padres, las recompensas) (Balaguer y Atienza, 1994; Eccles y Harold, 1991; Sutherland y Morris, 1997; Wold y Kannas, 1993).

Otra característica común de las investigaciones realizadas sobre los motivos de práctica deportiva ha sido la interpretación de los motivos a nivel de factores o dimensiones incluyéndose dimensiones tales como Realización o Estatus, Salud/Forma física, Competencia, Diversión y Afiliación (Balaguer y Atienza, 1994; Castillo, 1995; Gill *et al.*, 1983; Gould *et al.*, 1982; Telama y Silvennoinen, 1979; Wold y Kannas, 1993; Wold, 1989).

El objetivo de nuestro trabajo consiste en estudiar los motivos que los jóvenes adolescentes valencianos consideran importantes para practicar deporte, identificando si es posible las dimensiones de los motivos de práctica. Finalmente estudiaremos las diferencias por género en los motivos de práctica deportiva de los adolescentes valencianos escolarizados y si se producen cambios en estos motivos de práctica conforme aumenta la edad, diferenciando los géneros.

Tabla 1.

Distribución por género y por grupo de edad (n = 1203).

	11 años	13 años	15 años	17 años	Total
Chicos	139	125	156	177	597
Chicas	131	132	186	157	606
Total	270	257	342	334	1.203

Método

Muestra

La muestra de la presente investigación está compuesta por 1203 estudiantes adolescentes representativos del universo de los adolescentes de 6º y 8º de EGB, de 2º de BUP y de 2º de FP-I y de COU y de 2º de FP-II de la Comunidad Valenciana, de los cuales 597 son chicos (Media de edad = 14,48; DT = 2.42) y 606 son chicas (Media de edad = 14,43; DT = 2.30). La distribución por curso es la siguiente: 270 alumnos pertenecen a 6º de EGB (139 chicos y 131 chicas), 257 a 8º de EGB (125 chicos y 132 chicas), 342 alumnos pertenecen a 2º de BUP (n = 232, 109 chicos y 123 chicas) y a 2º de FP-I (n = 110, 47 chicos y 63 chicas) y 334 adolescentes pertenecen a COU (n = 220, 113 chicos y 107 chicas) y a 2º de FP-II (n = 114, 64 chicos y 50 chicas). En los centros en los que estaba instaurada la reforma educativa se seleccionaron los cursos equivalentes a los anteriores en la edad de los alumnos, es decir a alumnos de 2º y de 4º de la ESO. La media de edad de cada grupo es de: 11,1; 13,1; 15,3 y 17,2 años.

Todos los casos se encuentran entre $\pm 0,5$ años de la media. Los resultados del estudio se mostraron por grupo de edad redondeando a 11, 13, 15 y 17 años. La distribución de los adolescentes por género y por grupos de edad se presentan en la Tabla 1. La muestra fue seleccionada mediante un procedimiento aleatorio, estratificado y proporcional.

Instrumento

Los motivos de práctica deportiva forman parte del Inventario de Conductas de Salud en Escolares (HBSC - "The Health Behavior School-Children: A WHO cross-national survey"; Wold, 1995), traducido al castellano (Balaguer, 1999a). La formulación de este apartado indica lo siguiente: "Aquí hay una serie de razones que algunos chicos han dado por las que les gusta el deporte. Por favor, lee cada una y señala qué importancia le das tú. La lista de razones aparece en la Tabla 2, y las categorías de respuesta fueron "muy importante", "bastante importante" y "nada importante".

Procedimiento

En las diferentes escuelas seleccionadas los alumnos rellenaron el cuestionario durante el horario escolar en una sala de la escuela en grupos nunca mayores de 5 alumnos. Durante la administración del cuestionario los adolescentes recibieron instrucciones sobre la importancia de su sinceridad en las respuestas y se les indicó que pidiesen ayuda en el caso de que fuera necesaria, para lo cual al menos un investigador estaba siempre presente en el aula. Ninguno de los sujetos de la muestra informaron de problemas a la hora de contestar a las preguntas. El procedimiento aseguraba el anonimato de los alumnos.

Análisis de los datos

Se realizaron análisis factoriales (análisis de componentes principales, rotación varimax) separadamente por género y por grupo de edad. El criterio aplicado para decidir el número de factores a rotar se basó en aquellos factores con un eigenvalue mayor a 1. El número de factores mayores a 1 fueron tres. La solución de 3 factores rotados se presentan en los resultados. Debido a que los resultados de los análisis factoriales fueron similares en todos los grupos (género y edad), únicamente se presentará los resultados del análisis factorial de la muestra total (Tabla 3).

Tabla 2.

Porcentajes de alumnos que informan de los motivos por los que practican deporte considerándolos como "muy importante", "bastante importante" o "nada importante".

Motivos por los que practican deporte	Muy importante %			Bastante importante %			Nada importante %		
	Total	Chicos	Chicas	Total	Chicos	Chicas	Total	Chicos	Chicas
Mejorar mi salud	80,5	79,5	81,5	17,4	17,8	16,9	2,1	2,7	1,5
Divertirme	68,6	72,8	64,5	29,3	25,9	32,7	2,1	1,3	2,8
Estar en buena forma	64,2	65,2	63,2	33,8	32,6	35,0	2,0	2,2	1,8
Hacer nuevos amigos	62,1	61,1	63,0	34,3	34,5	34,0	3,7	4,4	3,0
Ver a mis amigos	41,6	45,9	37,4	45,4	43,7	47,1	13,0	10,5	15,6
Tener buen aspecto	33,8	33,3	34,2	46,4	44,1	48,6	19,9	22,6	17,2
Ser bueno en el deporte	28,3	32,3	24,3	44,7	42,4	46,9	27,0	25,3	28,8
Agradar a mis padres	24,8	26,7	23,0	24,5	22,3	26,6	50,7	51,0	50,4
Ser como estrella deporte	8,6	13,6	3,7	19,4	25,4	13,9	72,0	61,5	82,4
Ganar	8,3	13,2	3,4	28,8	37,4	20,2	63,0	49,4	76,5



Basándonos en los resultados del análisis factorial y en investigaciones previas (Castillo, 1995; Wold, 1989; Wold y Kannas, 1993), construimos 3 índices motivacionales. Estos índices fueron contruidos sumando las variables que se agrupaban en cada factor. Cada variable posee 3 valores: 1: nada importante; 2: bastante importante; 3: muy importante. Para ilustrar cómo lo realizamos, describiremos como ejemplo el índice de motivos de aprobación social y de demostración de la capacidad. Utilizamos los resultados del análisis factorial como una herramienta para identificar los motivos que constituyen el factor que describe los motivos de aprobación social y de demostración de la capacidad. Saturaron 4 de los motivos de práctica deportiva. Estos cuatro motivos se sumaron para formar el índice de motivos de aprobación social y de demostración de la capacidad, por lo que el rango de este índice oscila entre 4 y 12 puntos. Los otros dos índices están compuestos cada uno de ellos de tres motivos, por lo que los rangos oscilan entre 3 y 9 puntos.

Por otra parte calculamos las diferencias de las medias de los tres índices motivacionales por género y por grupo de edad mediante un análisis de varianza (one-way, F-test).

Resultados

Motivos de práctica deportiva

El 80 % de los adolescentes encuestados informaron que el *motivo de salud* “mejorar mi salud” es una razón muy importante para la práctica deportiva (Tabla 2). Más del 60 % de los adolescentes encuestados informaron que *motivos de afiliación* tales como “divertirme” y “hacer nuevos amigos” eran muy importantes, un porcentaje menor (el 41 %) consideraron como muy importante el *motivo de afiliación* “ver a los amigos”. Los *motivos de aprobación social y de demostración de capacidad* fueron considerados como los menos importantes por los adolescentes escolarizados valencianos, siendo un 8 % de los alumnos los que consideraron muy importantes los motivos “ganar” y “ser como una estrella del deporte”.

Tabla 3.

Análisis factorial de los motivos por los que los adolescentes practican deporte.

	Factor 1 Motivos de aprobación social / demostración capacidad	Factor 2 Motivos de salud	Factor 3 Motivos de afiliación
Ser como una estrella	,80		
Ganar	,75		
Ser bueno en el deporte	,73		
Agradar a mis padres	,50		
Estar en buena forma		,76	
Mejorar mi salud		,73	
Tener buen aspecto		,58	
Ver a mis amigos			,72
Hacer nuevos amigos			,69
Divertirme			,61
Eigenvalues	2,5	1,4	1,3
% varianza	24,6	14,4	12,9
% varianza acumulada	24,6	39,0	51,9
Alpha de Cronbach	,67	,64	,60

Dimensiones de la motivación deportiva

En la Tabla 3 se presentan los resultados del análisis factorial (análisis de componentes principales, rotación varimax) de las 10 variables que miden los motivos de práctica deportiva. Basándonos en los resultados del scree test, se decidió que una solución de tres factores era la representación más apropiada de los datos. Las variables relativas a la aprobación social y a la demostración de capacidad se agruparon en un factor, incluyendo las respuestas “ser como una estrella del deporte”, “ganar”, “ser bueno en el deporte” y “agradar a mis padres”. El segundo factor agrupó los motivos relacionados con la salud: “estar en buena forma”, “mejorar la salud” y “tener buen aspecto”. Finalmente el tercer factor agrupó las variables relacionadas con motivos de afiliación tales como “ver a los amigos”, “hacer nuevos amigos” y también introdujo el motivo “divertirme”. En su conjunto las tres dimensiones o escalas de motivación explican el 52 % de la varianza.

La fiabilidad de las escalas de motivación (índices) ofreció un nivel satisfactorio (Véase tabla 3).

Diferencias por género y por edad en la motivación deportiva

Basándonos en los resultados del análisis factorial y en resultados previos en este campo, construimos tres índices de motivación sumando las variables que conforman cada factor.

En los *motivos de aprobación social y de demostración de capacidad* los chicos informan en mayor grado que las chicas que estas son razones muy importantes para practicar deporte (Tabla 4), siendo las diferencias por género significativas. Además conforme aumenta la edad estos motivos son considerados menos importantes por los adolescentes, tanto en el grupo de los chicos como en el grupo de las chicas. La figura 1 nos ilustra este resultado.

Con respecto a los *motivos de salud* no han aparecido diferencias significativas ni por género ni entre los grupos de 11, 13 y 15 años (Tabla 5). Sin embargo sí que han aparecido diferencias significativas en el grupo de adolescentes de 17 años, siendo las chicas las que tienden a puntuar más alto que los chicos en este índice.

Tabla 4.

Medias del índice de motivos de aprobación social y de demostración de capacidad por género y por grupos de edad.

	Media	Chicos D.T.	n	Media	Chicas D.T.	n	Signif. género
11 años	8,17	2,19	138	7,28	1,89	129	***
13 años	7,43	2,36	122	6,43	1,92	126	***
15 años	6,70	1,93	152	5,87	1,39	181	***
17 años	5,95	1,76	175	5,28	1,19	151	***
Significación edad		*			*		

* $p < ,05$; *** $p < ,001$

Tabla 5.

Medias del índice de motivos de salud por género y por grupos de edad.

	Media	Chicos D.T.	n	Media	Chicas D.T.	n	Signif. género
11 años	7,69	1,17	134	7,52	1,12	122	ns
13 años	7,45	1,35	121	7,46	1,26	125	ns
15 años	7,48	1,28	152	7,60	1,14	180	ns
17 años	7,47	1,28	174	7,75	1,09	151	*
Significación edad		ns			ns		

* $p < ,05$; ns = no significativo.

Finalmente en los motivos de afiliación los chicos de 13 años consideran más importante que las chicas de este mismo grupo de edad practicar deporte por *motivos de afiliación* (Tabla 6). En los grupos de 11, 15 y 17 años no han aparecido diferencias significativas por género en lo que respecta a los motivos de afiliación, no obstante los grupos de los chicos puntúan ligeramente más alto que los grupos de las chicas. Asimismo, esta dimensión de motivos de práctica deportiva decrece significativamente en el grupo de los chicos conforme aumenta la edad, mientras que esto no ocurre en el grupo de las chicas donde permanecen estables durante la adolescencia. Un análisis más detallado de las variables que componen el factor motivos de afiliación nos muestra que los motivos “ver a mis amigos” y “hacer nuevos amigos” son cada vez menos importantes para los adolescentes conforme aumenta la edad, esto no ocurre con el motivo “divertirme” que es considerado cada vez más importante por los chicos conforme aumenta la edad,

manteniéndose estable el motivo de diversión durante la adolescencia en el grupo de las chicas (Véase figura 2), lo que nos hace pensar que la motivación intrínseca es la que tiene mayor fuerza en la adherencia al ejercicio.

Discusión

Los resultados del presente estudio informan que para los adolescentes valencianos los motivos más importantes para la práctica deportiva son: “Mejorar la salud”, “divertirme”, “estar en buena forma” y “hacer nuevos amigos”. Los motivos menos importantes para la práctica deportiva han sido: “Ganar”, “ser como una estrella del deporte” y “agradar a mis padres”. Estos resultados van en la línea de los obtenidos en estudios previos (Véase Balaguer y Atienza, 1994) en los que se muestra que desde un punto de vista descriptivo los jóvenes tienen motivos similares para practicar diferentes deportes tanto a

nivel recreativo como a nivel de competición.

El motivo considerado como más importante por los adolescentes valencianos escolarizados para practicar deporte ha sido “mejorar la salud”, incluso entre los más pequeños (11 años). Este resultado es similar al encontrado en estudios previos (Castillo, 1995; Wold y Kannas, 1993). Sin embargo queremos resaltar que sería muy difícil conocer si este resultado refleja realmente la preocupación por la propia salud o más bien refleja una respuesta de deseabilidad social, es decir, un simple reflejo de lo que socialmente se considera que proporciona el deporte. En futuras investigaciones sería interesante preguntar si realmente los niños y los adolescentes se preocupan por la salud a la hora de participar en actividades física-deportivas.

Los resultados del análisis factorial sugieren que los motivos de práctica deportiva medidos en este estudio se estructuran en tres dimensiones o factores denominados: *Motivos de aprobación social y de demos-*



tración de capacidad, motivos de salud y motivos de afiliación. Estos resultados han sido consistentes a través del género y de los distintos grupos de edad que componen la muestra objeto de estudio, por lo que indican la identificación de dimensiones de motivos de práctica deportiva en los adolescentes valencianos escolarizados. Estas dimensiones también han sido observadas en un estudio realizado por Wold y Kannas (1993) con 10.107 adolescentes escandinavos; así como en un estudio piloto realizado por Castillo (1995) con 283 adolescentes valencianos. En estos estudios las dimensiones fueron denominadas: Motivos de resultado, motivos de salud y motivos sociales. Los chicos adolescentes valencianos escolarizados consideran en mayor porcentaje que las chicas que los *motivos de aprobación social y de demostración de capacidad* son muy importantes para practicar

deporte. Estos motivos competitivos tales como ganar o ser como una estrella del deporte decrecen en importancia conforme aumenta la edad tanto para los chicos como para las chicas. Este resultado es similar al encontrado en estudios previos (Balaguer y Atienza, 1994; Wold y Kannas, 1993) donde se mostró que son los más pequeños los que conceden más importancia a motivos tales como sentirse importantes y populares, ganar o ser como una estrella del deporte. Por otra parte las chicas adolescentes de 17 años consideran en mayor porcentaje que los chicos de esa misma edad que los *motivos de salud* son muy importantes para practicar deporte. Este resultado va en consonancia con lo obtenido en estudios previos donde se encontró que las diferencias en los motivos de salud sólo eran significativas en el grupo de los adolescentes de mayor edad y con mayor

puntuación en el grupo de las chicas (Wold y Kannas, 1993). Finalmente en nuestro estudio, así como en estudios previos, a los adolescentes valencianos la práctica deportiva también les ofrece experiencias positivas conociendo a otras personas y viendo a los amigos. Estos motivos sociales y la diversión se encuentran entrelazados en el mismo factor o dimensión, como nos indica el resultado del análisis factorial. Esta dimensión ha sido denominada Motivos de afiliación. Los chicos de 13 años han considerado estos motivos de afiliación muy importantes en mayor porcentaje que las chicas de esa misma edad. Motivos de afiliación tales como hacer nuevos amigos y ver a los amigos disminuyen en importancia conforme aumenta la edad en los grupos de los chicos, mientras que en estos mismos grupos de chicos el motivo diversión aumenta en importancia conforme

Tabla 6.
Medias del índice de motivos de afiliación por género y por grupos de edad.

	Media	Chicos D.T.	n	Media	Chicas D.T.	n	Signif. género
11 años	7,81	1,14	137	7,52	1,29	126	ns
13 años	7,79	1,15	123	7,42	1,33	128	*
15 años	7,60	1,13	154	7,51	1,13	183	ns
17 años	7,41	1,20	176	7,31	1,31	156	ns
Significación edad		**			ns		

* $p < ,05$; ** $p < ,01$; ns = no significativo.

Figura 1.
Porcentaje de adolescentes que informan que "ser bueno en el deporte" es un motivo muy importante para practicar deporte.

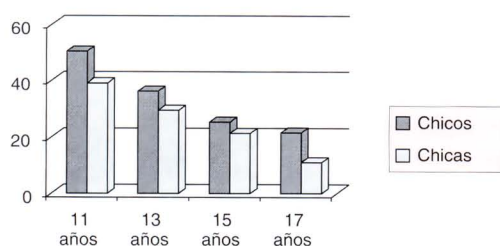
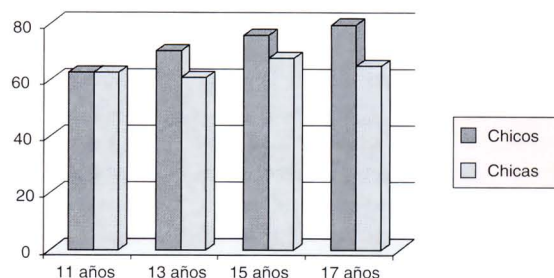


Figura 2.
Porcentaje de adolescentes que informan que "divertirme" es un motivo muy importante para practicar deporte.



aumenta la edad. En los grupos de las chicas los motivos de afiliación se mantienen estables a lo largo de la adolescencia.

Estas diferencias por género podrían ser explicadas como resultado de los patrones de roles de nuestra sociedad (Castillo, 1995; Castillo y Balaguer, 1998b; Mendoza *et al.* 1994; Vázquez, 1993). Los chicos y las chicas son socializados en diferentes roles y aprenden a una edad muy temprana que la participación en los deportes es valorada más positivamente para los hombres que para las mujeres (Balaguer, 1999b; García Ferrando, 1997; Harris, 1981; Vázquez, 1993). Además aprenden que las expectativas asociadas con el rol de "los deportistas" son muy diferentes de las asociadas con el rol de "las deportistas". De acuerdo con estas expectativas de rol los chicos se sentirán más atraídos por la competición y por los resultados que las chicas, y estas se sentirán más atraídas por los aspectos sociales y de diversión del deporte que los chicos. Sin embargo cuando extendemos el ámbito de estudio de los motivos de práctica deportiva a la población española en general, observamos que los hombres se acercan al deporte más por motivos de diversión y de relación social, mientras que las mujeres informan de una mayor preocupación por la salud y por tratar de mejorar el aspecto físico a la hora de hacer algún tipo de deporte o ejercicio físico (García Ferrando, 1997). Esto último iría en consonancia con lo encontrado en nuestro estudio, es decir, los adolescentes varones conforme aumentan de edad informan en mayor porcentaje que el motivo de diversión es muy importante para la práctica deportiva, y son las adolescentes mujeres de mayor edad las que informan en mayor porcentaje que el motivo de mejorar la salud es muy importante para practicar deporte.

Por otra parte, el hecho de que la importancia de los motivos relacionados con la competición, tales como ganar o ser como una estrella del deporte, decrezcan conforme aumenta la edad podría ser una explicación del porqué se produce en la adolescencia el mayor porcentaje de abandonos deportivos. Es curioso que a pesar de que la competición y los resultados pier-

den importancia para los adolescentes conforme aumentan de edad, los deportes que se les ofertan generalmente crecen en importancia competitiva a la vez que los adolescentes se hacen adultos. En la población española sólo un reducido grupo del 4 % señala el gusto por la competición como un motivo para hacer deporte, resultado que está en consonancia con los obtenidos en estudios anteriores, lo que revela que el afán competitivo es minoritario entre los practicantes de deporte (García Ferrando, 1997).

Cabe señalar que en nuestro estudio los resultados muestran que a los adolescentes más jóvenes (tanto chicos como chicas), les interesa los aspectos competitivos de la práctica deportiva, tales como ganar o ser como una estrella del deporte, pero que éstos pierden su importancia conforme aumenta la edad, buscando los más mayores la diversión en la práctica deportiva. Esto debería tenerse en mente a la hora de diseñar programas deportivos para promocionar la práctica deportiva en los adolescentes o para evitar que abandonen dicha práctica. Las actividades deportivas tradicionales deberían modificarse para que permitieran más la cooperación, las relaciones sociales y por ende la diversión que parece ser más atractivo para los chicos y chicas adolescentes, que la oferta deportiva actual que enfatiza los aspectos competitivos y de resultados, tan poco atractivos para los adolescentes.

Por último queremos señalar que estudios como el que aquí se presenta en el que el interés recae principalmente en describir qué es lo que lleva a los adolescentes a practicar deporte tiene sus ventajas y sus limitaciones. En cuanto a las ventajas, este tipo de estudio nos permite conocer los aspectos del deporte que son importantes para los distintos segmentos de la población que se estudie, así como ver su evolución a lo largo de los distintos ciclos vitales. También nos permite interpretar las respuestas sobre los motivos de práctica deportiva a nivel de dimensiones o categorías generales (factores) en lugar de razones específicas de práctica deportiva (ítems). Otra de las ventajas de conocer los motivos de práctica deportiva consiste en que los entrenadores y monitores así

como los promotores de la salud pueden utilizar esta información para diseñar programas deportivos que cubran las necesidades de los jóvenes contribuyendo a la adquisición o mantenimiento de un estilo de vida activo. Finalmente el disponer de un material a nivel de frecuencias resulta de interés para relacionar los motivos de práctica deportiva con otras variables tanto de salud como motivacionales.

En cuanto a las limitaciones de los estudios descriptivos tenemos que señalar que no basta con describir los motivos de práctica deportiva, sino que lo más importante es contar con teorías que nos permitan predecir tanto el inicio como la adherencia y el abandono deportivo, ya que a partir de ahí podremos trabajar a nivel preventivo sobre el posible abandono, así como potenciar en contrapartida la promoción del ejercicio y el aumento de la adherencia. Como señala Rejeski (1995) la ausencia de perspectivas o modelos teóricos ha sido el problema más serio registrado en la investigación sobre la motivación deportiva y es por ello por lo que cada vez se defiende con más insistencia la necesidad de un marco conceptual desde donde interpretar los resultados, plantear hipótesis de trabajo, y agrupar los hallazgos de la investigación. Necesitamos teorías o modelos explicativos que nos ayuden a entender las vías y procesos por las que los jóvenes participan en programas de actividad física o el porqué abandonan. Las teorías cognitivo-sociales ofrecen un buen marco teórico en este sentido. Tanto la teoría cognitivo social de Bandura (Balaguer, 1997, Balaguer, Escartí y Villamarín, 1995) como la teoría de las perspectivas de meta (Duda y Whitehead, 1998; Roberts, 1995) están ofreciendo muy buenos resultados en esta dirección.

Bibliografía

- Alderman, R. B. y Wood, N. L. (1976), "An analysis of incentive motivation in young Canadian athletes", *Canadian Journal of Applied Sport Sciences*, 1 (7), pp. 169-176.
- Balaguer, I. (1997), "La autoeficacia en el deporte y en el ejercicio: Áreas de aplicación y campos de aplicación". En *XII-XIII Jornades de Psicologia de l'Activitat Física i de l'Esport* (pp. 114-138). Ge-



- neralitat de Catalunya: Secretaria General de l'Esport.
- (1999a), *Estilo de vida de los adolescentes de la Comunidad Valenciana: Un estudio de la socialización para estilos de vida saludable*. DGICYT (PB94-1555).
- (1999b), Género y deporte. *Conferencia impartida en la Universiada 99*. Mallorca.
- Balaguer, I. y Atienza, F. L. (1994), "Principales motivos de los jóvenes para jugar al tenis", *Apunts*, Vol. XXXI, pp. 285-299.
- Balaguer, I.; García-Merita, M. (1994), "Ejercicio físico i benestar psicològic", *Anuari de Psicologia*. Vol. 1, pp. 3-26.
- Balaguer, I.; Castillo, I.; Pastor, Y.; Atienza, F. y Llorens, A. (1997), Healthy lifestyles and physical activity in spanish adolescents. En R. Lidor y M. Bar-Eli (Eds.), *Innovations in sport psychology: Linking theory and practice. Proceedings of the IX World Congress of Sport Psychology: Part I* (pp. 91-93). Netanya, Israel: Ministry of Education, Culture and Sport.
- Balaguer, I.; Escartí, A.; Villamarín, F. (1995) "Autoeficacia en el deporte y en la actividad física: estado actual de la investigación", *Revista de Psicología General y Aplicada*, 48, 139-149.
- Balaguer, I.; Tomas, I.; Castillo, I.; Pastor, Y.; Blasco, P.; Llorens, A. (1998) Direct and indirect effects of sport participation on perceived health: A study of adolescents. *The 12th Conference of the European Health Psychology Society. Prevention and Intervention*. Vienna. Austria.
- Balaguer, I.; Tomas, I.; Valcárcel, P.; Castillo, I.; Ortega, P.; Ballester, A.; Díaz, J. y Martínez, I. (1994), "Health motivation: Sports as the pathway to good health". *8th Conference of the European Health Psychology Society*. Alicante.
- Balaguer, I.; Valcárcel, P.; Atienza, F.; Pastor, Y.; Castillo, I. y Pons, D. (1998), "Health behaviors in Spanish older adolescents". *The 12th Conference of the European Health Psychology Society. Prevention and Intervention*. Vienna. Austria.
- Balaguer, I.; Tomas, I.; Castillo, I.; Martínez, V.; Blasco, P.; Arango, C. (1994), "Healthy lifestyles and physical activity". *8th Conference of the European Health Psychology Society*. Alicante.
- Biddle, S. (1993), "Psychological benefits of exercise and physical activity", *Revista de Psicología del Deporte*, 4, 99-106.
- Blasco, P. (1997), *Beneficios psicológicos de la práctica deportiva en estudiantes universitarios valencianos*. Tesis Doctoral. Facultad Psicología. Universitat de València.
- Blasco, P.; Atienza, F. L. y Castillo, I. (1999), Determinantes personales y sociales de la práctica deportiva en universitarios valencianos. *I Congreso sobre la Actividad Física y el Deporte en la Universidad*. Valencia.
- Blasco, P.; Castillo, I. y García-Merita, M. L. (1999), Variables psicológicas predictoras de la práctica de deporte de competición en universitarios valencianos. *I Congreso sobre la Actividad Física y el Deporte en la Universidad*. Valencia.
- Blasco, T. (1994), *Actividad física y salud*. Martínez Roca.
- Brodin, P. y Weiss, M. (1990), "Developmental differences in motivation for participating in competitive swimming", *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 12, pp. 248-263.
- Castillo, I. (1995), *Socialización de los estilos de vida y de la actividad física: Un estudio piloto con jóvenes valencianos*. Tesis de Licenciatura. Universitat de València.
- Castillo, I. y Balaguer, I. (1998a), "Relaciones entre la salud percibida y el ejercicio físico", *Informació Psicológica*, pp. 67, 22-27.
- (1998b), "Patrones de actividades físicas en niños y adolescentes", *Apunts, Educación física y deportes*, 54, pp. 22-29.
- Castillo, I.; Balaguer, I. y Duda, J. L. (1999), "Goal orientations and their relationship to sport participation motivation among spanish adolescents", *AAASP Conference* (p. 64). Banff. Canada.
- Castillo, I.; Balaguer, I. y Tomas, I. (1997), "Predictores de la práctica de actividad física en niños y adolescentes", *Anales de Psicología*, 13, nº 2, pp. 189-200.
- Castillo, I.; Fuentes, I.; Pastor, Y. y Tomás, I. (1997), "Ejercicio físico como determinante del consumo de tabaco y alcohol". *XII y XIII Jornades de Psicologia de l'Activitat física i de l'Esport* (p. 157). Barcelona: Generalitat de Catalunya.
- Duda, J. L. y Whitehead, J. (1998), "Measurement of goal perspectives in physical domain". En J.L. Duda (Ed.), *Advances in sport and exercise psychology measures* pp. 21-48. Morgantown, WV: FIT Press.
- Eccles, J. S.; Harold, R. D. (1991), "Gender differences in sport involvement: Applying the Eccles's expectancy-value model", *Journal of Apply Sport Psychology*, 3, pp. 7-35.
- García Ferrando, M. (1997), *Los españoles y el deporte, 1980-1995 (Un estudio sociológico sobre comportamientos, actitudes y valores)*. Consejo Superior de Deportes. Tirant lo blanch.
- García-Merita, M. L. y Fuentes, I. (1998), *Un estudio de los estilos de vida de los estudiantes valencianos de BUP, COU y FP*. Generalitat Valenciana. GV94-2424.
- Garner, D. M.; Wooley, S. C. (1991), "Confronting the failure of behavioral and dietary treatments for obesity", *Clinical Psychology Review*, 11, pp. 729-780.
- Gill, D. L.; Gross, J. B.; Huddleston, S. (1983), "Participation Motivation in Youth Sports", *International Journal of Sport Psychology*, 14, pp. 1-14.
- Gould, D.; Fetis, D. y Weiss, M. (1985), "Motives for participation in competitive youth swimming" *International Journal of Sport Psychology*, 16, pp. 126-140.
- Gould, D. y Pettichoff, L. (1988), Participation Motivation in young athletes. En F.L. Smoll, R. A. Magill y M.J. Ash (Eds.), *Children in sport* (3ª Ed.) (161-178). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Harris, D. V. (1981), "Women in society and their participation in sport", *Olimpic Review*, 161, pp. 163-168.
- Llorens, A.; Castillo, I. y Balaguer, I. (1999), "Motivos de práctica deportiva de las chicas adolescentes: Análisis de las diferencias según la edad y la participación en competiciones". En I. Balaguer e Y. Moreno (Coord.), *Rendimiento y Bienestar en los Deportistas de Elite. Resúmenes*, pp. 33-34. Valencia: Cristóbal Serrano.
- Mendoza, R.; Sagrera, M. R. y Batista, J. M. (1994), *Conductas de los Escolares Españoles relacionadas con la salud (1986-1990)*. CSIC.
- Nutbeam, D.; Smith, C.; Moore, L. y Bauman, A. (1993), "Warning! Schools can damage your health: Alineation from school and its impact on health behaviour", *Journal of Pediatrics and child health*, 20, (1), 25-30.
- Pastor, Y. (1999), *Un estudio de la influencia del autoconcepto multidimensional sobre el estilo de vida saludable en la adolescencia media*. Tesis Doctoral. Universitat de València.
- Roberts, G. C. (1991), "La motivación en el deporte infantil", *Revista de Psicología Social Aplicada*, 1, 1, 7-24.
- (1995), "Motivación en el deporte y el ejercicio: Limitaciones y convergencias conceptuales". En G.C. Roberts (Ed.), *Motivación en el deporte y el ejercicio*, pp. 27-55. Bilbao: Desclee de Brouwer.
- Roberts, G. C.; Kleiber, D.; Duda, J. L. (1981), "An analysis of motivation in children's sport: The role of perceived competence in participation", *Journal of Sport Psychology*, 3, pp. 206-216.
- Sallis, J. F. y McKenzie, T. L. (1991), "Physical education's role in public health", *Research Quarterly for Exercise and Sport* 62 (2). 124-137.
- Sallis, J. F.; Simons-Mortons, B. G.; Stone, E. J.; Corbin, C. B.; Epstein, L. H.; Faucette, N.; Iannotti, R. J.; Killen, J. D.; Klesges, R. C.; Petray, C. K.; Rowland, T. W.; Taylor, W. C. (1992) "Determinants of physical activity and interventions in youth", *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 24, 6, S248-S257.
- Sutherland, G. y Morris, T. (1997), "Gender and participation motivation in 13 to 15 year old adolescents". En R. Lidor y M. Bar-Eli (Eds.), *Innovations in sport psychology: Linking theory and practice. Proceedings of the IX World Congress of Sport Psychology: Part II* (pp. 676-678). Netanya, Israel: Ministry of Education, Culture and Sport.
- US Department of Health and Human services (1996), *Physical Activity and Health: A Report of the Surgeon General*. Atlanta, GA.
- Vázquez, B. (1993), *Actitudes de la mujer hacia la práctica deportiva*. Instituto de la Mujer. Ministerio de Asuntos Sociales.
- Willis, J. D. y Campbell, L. F. (1992), *Exercise psychology*. Champaign, IL: Human Kinetic Publishers.
- Wold, B. (1989), *Lifestyles and Physical Activity*. Thesis for the degree. Norway: University of Bergen.
- (1995), *Health behavior in school children: A WHO cross-national survey. Resorce Package of Questions 1993-94*. Norway: University of Bergen.
- Wold, B. y Kannas, L. (1993), "Sport motivation among young adolescents in Finland, Norway and Sweden", *Scandinavian Journal of Medicine Science Sports*, 3, 283-291.
- Young, D. R. y Steinhardt, M. A. (1993), "The importance of physical fitness versus physical activity for coronary artery disease risk factors: A cross-sectional analysis". *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 64(4), pp. 377-384.