

### ACTIVIDAD FÍSICA Y AUTOCONCEPTO: DOS FACTORES DE ESTUDIO EN ADOLESCENTES DE ZONA RURAL

Tamara Espejo, Félix Zurita, Ramón Chacón, Manuel Castro, Asunción Martínez-Martínez y Antonio J. Pérez-Cortés

Universidad de Granada, España

**RESUMEN:** La etapa adolescente se destaca por ser una etapa fundamental en el afianzamiento de la personalidad, atendiendo a factores psicosociales que influyen, así como la adquisición de hábitos que se asentarán en la adultez. Se plantean como objetivos, la descripción de los niveles de autoconcepto y práctica de actividad física en adolescentes de Educación Secundaria Obligatoria de entorno rural, así como las posibles relaciones entre las mismas. Participaron 452 adolescentes de edad entre 14 y 17 años ( $M = 14.88$ ;  $DT = 0.83$ ). Se utilizó un cuestionario Ad hoc para el registro de aspectos sociodemográficos y variables de actividad física, y el cuestionario Autoconcepto Forma-5. Como principales conclusiones, las dimensiones de autoconcepto más valoradas son la familiar y social, los hombres poseen una mayor valoración en el autoconcepto general, emocional y físico de forma significativa a diferencia de las mujeres, siendo éstas más activas físicamente que los hombres.

**PALABRAS CLAVE:** Actividad física, autoconcepto, adolescentes, zona rural.

### PHYSICAL ACTIVITY AND SELF-CONCEPT: STUDY TWO FACTORS TEENS OF RURAL AREA

**ABSTRACT:** The adolescent stage stands out for being a fundamental stage in the strengthening of the personality, attending to psychosocial factors that influence, as well as the acquisition of habits that will settle in adulthood. The objectives, the description of levels of self-concept and practice of physical activity in adolescents of compulsory secondary education in rural areas is discussed, as well as the possible relationships between them. Participated 452 participants age between 14 and 17 years ( $M = 14.88$ ;  $DT = 0.83$ ). It was used ad hoc test for the registration of socio-demographic aspects and variables related to physical activity, and the self-concept questionnaire form-5 (AF-5). As main conclusions, the dimensions of self-concept more valued are the family and social, and the men have a higher rating in the general self-concept, emotional and physical significantly unlike women, these are more physically active than men.

**KEYWORDS:** Physical activity, self-concept, teenagers, rural area.

### ATIVIDADE FÍSICA E AUTO-CONCEITO: DOIS FATORES DE ESTUDO EM ADOLESCENTES DE ZONA RURAL

**RESUMO:** A fase adolescente se destaca como um passo fundamental na consolidação da personalidade, com base em fatores psicossociais que influenciam e hábitos de aquisição que vai resolver na idade adulta. a descrição dos níveis de auto-conceito e prática de atividade física em adolescentes de meio rural escola secundária e as possíveis relações entre eles surge. Participaram 452 adolescentes com idades entre 14 e 17 anos ( $M = 14.88$ ,  $DP = 0.83$ ). Um questionário ad hoc para a gravação de variáveis sociodemográficas e da atividade física e auto-conceito questionário foi utilizado Form-5. As principais conclusões, as dimensões do auto-conceito são mais valorizados familiar e social, os homens têm uma maior valorização da auto-conceito geral, emocional e físico de forma significativa ao contrário das mulheres, sendo estes mais ativos fisicamente do que os homens.

**PALAVRAS CHAVE:** atividade física, auto-conceito, adolescentes, área rural.

Manuscrito recibido: 08/11/2016  
Manuscrito aceptado: 27/04/2017

Dirección de contacto: Tamara Espejo Garcés. Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal. Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad de Granada. Campus de Cartuja, s/n. 18071 Granada (España). Correo-e: tamaraeg@correo.ugr.es

La etapa adolescente se destaca por ser una etapa fundamental en el afianzamiento de la personalidad, así como la adquisición de hábitos que se asentarán en la adultez. De este modo, se considera necesario el estudio de aquellos factores que puedan

influir en la adolescencia, con la finalidad de controlar dichos elementos para alcanzar una estabilidad cognitiva, psicológica, social y física, contribuyendo a una consecuente calidad de vida

positiva (Ruiz-Juan y Ruiz-Ruiseño, 2011; Villarreal, Sánchez y Musitu, 2013).

El autoconcepto se señala como uno de los factores que influyen en la configuración de la personalidad, constructo enlazado con diversos elementos y experiencias de cada persona para su desarrollo (Pastor, Balaguer y García-Merita, 2006). Y del mismo modo, la percepción del autoconcepto se encuentra ligado al bienestar psicológico e interviene en la realización de diversas acciones, provocando en ocasiones graves repercusiones para el estado saludable de la persona (Cazalla-Luna y Molero, 2013).

Álvaro (2015) señala el concepto de salud como aquel estado de bienestar completo, a nivel físico, social y psíquico y no solamente a la ausencia de enfermedad o invalidez como se venía referenciado años atrás.

De este modo, en este estudio se plantea complementar a otros estudios realizados con el análisis de autoconcepto como factor psicosocial y la actividad física como hábito saludable, con la finalidad de exponer datos e información de una muestra de adolescentes perteneciente a zonas rurales en base a estos dos aspectos y sus posibles relaciones.

El estudio del autoconcepto está en auge en los últimos años, considerándose un constructo bastante ambiguo para diversos autores (Castro, 2013; García-Montero y De la Morena, 2015), refiriéndose al cúmulo de rasgos, características e imágenes que el individuo acepta como parte de su ser (Kipp, 2016; Veliz-Burgos y Urquijo, 2012).

Son varios los científicos que tratan de clarificar el término autoconcepto en su diferenciación con la autoestima, relacionándose el primero de ellos, con elementos cognitivos y descriptivos de sí mismo (autoimagen) mientras que el segundo hace referencia a aspectos evaluativos y afectivos (Topcu, Orthon, Tayfun, Ucakuerk y Demirel, 2016).

Como compendio a las definiciones revisadas se puede señalar al autoconcepto como un constructo o imagen que un individuo tiene de sí mismo, con atención a un nivel social, físico y espiritual, fundado a partir de las experiencias vividas, relaciones sociales y condicionado por la percepción y asimilación propia de la información externa.

En relación a los modelos teóricos sobre los que se sustenta las concepciones anteriores del autoconcepto, se presenta dos enfoques arraigados a lo largo del estudio de este constructo.

*Enfoque Unidimensional del autoconcepto.* Este enfoque se caracteriza por una perspectiva unidimensional, con referencia al autoconcepto general en base a los diversos dominios de la conducta humana. Tal y como señala Cazalla-Luna y Molero (2013) son los primeros planteamientos referidos a este constructo los basados en la idea de que la percepción propia de cada persona mantiene de sí mismo constituyen un todo, caracterizado por ser indivisible y global. Se reconoce la Escala de Rosenberg (1965) como una de la más utilizada basada en la concepción del autoconcepto global y unidimensional.

*Enfoque multidimensional del autoconcepto.* Este enfoque es propuesto por Shavelson, Hubner y Stanton (1976) atendiendo a una perspectiva multidimensional y jerárquica del autoconcepto, el planteamiento se refiere a unos componentes específicos y diferenciables entre ellos del autoconcepto, señalándose una dimensión académica, social, emocional y física. Este modelo ha sido objeto de estudio de numerosas investigaciones en cuanto

a su definición, medición e interpretación. Se destaca el cuestionario de Autoconcepto Forma 5 de García y Musitu (1999) como uno de los más recurridos para el estudio del autoconcepto de forma multidimensional, siendo cinco dimensiones a tratar, la académica, social, familiar, emocional y física.

El autoconcepto resulta un constructo bastante complejo, siendo en la adolescencia cuando éste se complica aún más, ya que tienen lugar nuevas experiencias, aparecen nuevas capacidades cognitivas, se desarrolla el razonamiento abstracto y las realidades psicosociales surgen con la intención de integrar de forma razonable el pasado, presente y futuro. En este sentido, en la adolescencia se da lugar a la construcción de la identidad de forma principal, quedando el autoconcepto como aquel constructo que colabora para que dicha construcción esté relacionada con aquello que la persona es y espera de sí mismo (McKay, Sumnall, Cole y Percy, 2012; Palacios, 1999).

La identidad construida por los adolescentes está estrechamente relacionada con el autoconcepto percibido de los mismos, depende de una serie de factores como pueden ser algunos de ellos los señalados por Palacios (1999), el momento de la adolescencia, siendo encontrados casos de moratoria en los primeros momentos y al final más casos de identidad lograda; el estilo de relación familiar y la vinculación con los padres, considerándose fundamental para una confianza del adolescente en sí mismo y sus habilidades para relacionarse; las condiciones de vida y posibilidades de futuro y el momento histórico-cultural en el cual a cada persona le toca vivir. La adolescencia representa un periodo crítico en el desarrollo del ser humano, son numerosas las investigaciones centradas en el estudio del autoconcepto y su relevancia en esta etapa, como señalan entre otros, McKay et al. (2012) y Reigal, Videra, Márquez y Parra (2013).

En este sentido, la práctica de actividad física como un hábito saludable se presenta como una opción alternativa a los hábitos sedentarios y nocivos para la salud recurridos por los adolescentes (Cerkez, Culjak, Zenic, Sekulic y Kondric, 2015), generando numerosos beneficios que contribuyen a una mejora en la calidad de vida. Resulta evidente dichos beneficios que se encuentran reflejados en multitud de aspectos, asociándose a la práctica de ejercicio físico la fortaleza mental, la esperanza y el optimismo como el bienestar psicológico (Guillén y Angulo, 2016).

Se destacan las oportunidades sociales, cognitivas y afectivas, al margen de la definida física, de la práctica regular de actividad física en los individuos que la llevan a cabo, favoreciendo al desarrollo personal. Dicha práctica demanda una adaptación al medio, capacidad de autonomía, logro de metas, resolución de problemas, entre otras, que resultan un alce de la percepción de uno mismo de forma positiva (Cera, Almagro, Conde y Sáenz-López, 2015; Méndez-Giménez, Fernández-Río y Cecchini, 2013).

Cierto es que los avances tecnológicos aportan ciertas comodidades y facilidades en la sociedad actual, pero a su vez se adquieren mayores niveles de estrés y problemas de salud, como lo es el sedentarismo (Chacón et al., 2015). De este modo, son diversos los estudios que aluden a la práctica de actividad física de forma regular por sus numerosos beneficios no exclusivamente para una salud física adecuada, sino para la mental y social de las personas en los diversos periodos de la

vida (Castro et al., 2015; Salazar, Feu, Vizuete y De la Cruz, 2013). Es en esta línea, en la que se orienta una gran preocupación sobre la forma de vivir las personas, aquellos estilos de vida que determinan ser beneficiosos o perjudiciales para la salud, en búsqueda de un marco de condiciones apropiadas y factibles para una calidad vida óptima (Bonilla, Romero y Cabrera, 2015).

De este modo, el tratamiento de los presentes factores de estudio en la población rural suscita el interés de diversos autores (Cruz, Lara, Zagalaz y Torres-Luque, 2014; De Hoyo y Sañudo, 2007; Urzua, Caqueo-Urizar, Albornoz, Jaraz, 2013) a distintas edades recogiendo mayores niveles de sobrepeso en las zonas rurales que en las urbanas, pero del mismo modo mejores resultados en pruebas de condición física y en los niveles de resiliencia de los primeros que de los últimos. Se señala la estructura familiar y las condiciones del medio como aquellas que favorecen la realización de actividades físico-deportivas, recreativas y de ocio en el medio natural.

El presente trabajo de investigación se plantea como principales objetivos, describir los niveles de autoconcepto y práctica de actividad física en adolescentes que cursan segundo ciclo de Educación Secundaria Obligatoria. Del mismo modo, establecer posibles relaciones entre el autoconcepto y sus dimensiones con la práctica de actividad física en adolescentes de entorno rural de Granada.

## MÉTODO

### Diseño y participantes

Se trata de un estudio no experimental, de tipo descriptivo y corte transversal, con la participación de 452 participantes de Educación Secundaria Obligatoria. El rango de edad es comprendido entre 14 y 17 años ( $M = 14.88$ ;  $DT = 0.83$ ), quedando representada la muestra con un 50.9% ( $n = 230$ ) hombres y 49.1% ( $n = 222$ ) mujeres. Se realizó una selección de la muestra no aleatoria siendo por conveniencia, debido al interés por la zona y facilidad de acceso y acuerdo. Los centros educativos participantes fueron seis todos ellos centros de zonas rurales con una población inferior a 8500 habitantes.

### Variables

Sexo, Edad, Localidad del centro, actividad física extraescolar, tipo de actividad física (categorizado en deportes individuales referidos a aquellos con o sin contacto; deportes colectivos sin o con contacto; actividades de gimnasio u otros), federado/a y autoconcepto general y sus dimensiones académica, social, emocional, familiar y física.

### Instrumentos

*Cuestionario sociodemográfico* y de variables relacionadas con la actividad física.

*Cuestionario Autoconcepto Forma-5 (AF-5)* elaborado por García y Musitu (1999) estructurado por 30 ítems valorados con una escala Likert de cinco opciones (1 = nunca; 2 = pocas veces; 3 = algunas veces; 4 = muchas veces; 5 = siempre). Se establece una sumatoria de los ítems para la determinación del Autoconcepto General, mientras que para las dimensiones del mismo se realiza una sumatoria de los siguientes ítems: Autoconcepto Académico (AA) los ítems 1, 6, 11, 16, 21, 26; Autoconcepto Social (AS) los ítems 2, 7, 12, 17, 22, 27; Autoconcepto Emocional (AE) los ítems

3, 8, 13, 18, 23, 28; Autoconcepto Familiar (AFa) los ítems 4, 9, 14, 19, 24, 29 y para el Autoconcepto Físico (AF) los ítems 5, 10, 15, 20, 25 y 30. La fiabilidad establecida en su versión original es de  $\alpha = .810$  similar a la determinada en este estudio con un  $\alpha = .833$ ; siendo por dimensiones, AA:  $\alpha = .773$ ; AS:  $\alpha = .702$ ; AE:  $\alpha = .697$ ; AFa:  $\alpha = .778$ ; AF:  $\alpha = .721$ .

### Procedimiento

La colaboración de los participantes fue requerida mediante una carta informativa sobre la naturaleza del estudio, la cual fue dirigida a los centros educativos y a los padres de los estudiantes, formalizada por el Departamento de Didáctica de Expresión Musical, Plástica y Corporal de la Universidad de Granada.

Respecto a la recogida de los datos tuvo lugar en horario lectivo, se contó con el consentimiento y colaboración de tutores y profesores de los diferentes cursos y centros referidos anteriormente, sin incidencias a señalar en su desarrollo. Destacar el respeto al derecho de confidencialidad y anonimato de los participantes para la realización del estudio que abarca fines estrictamente científicos. Para la aplicación y desarrollo adecuado de los cuestionarios descritos se precisó del grupo de investigación para la resolución de problemas o dudas que se plantean por parte de los participantes.

### Análisis de datos

Los datos se analizaron mediante el programa estadístico SPSS 22.0, con un análisis descriptivo mediante frecuencias, medias, desviación típica y porcentajes. Y para un estudio relacional atendiendo a las diferentes variables, se utilizaron tablas de contingencia, prueba *t* de Student o el ANOVA de un factor para muestras independientes, en función de si el número de grupos a comparar es de dos o de más. Para la determinación de la significatividad entre las variables se manejó la prueba Chi-cuadrado de Pearson (.05\*; .01\*\*; .000\*\*\*).

## RESULTADOS

Los datos obtenidos en el estudio relativos al sexo, actividad física, alcohol y autoconcepto con la intención de describir la muestra en este sentido se encuentran en la Tabla 1.

La distribución de la muestra es homogénea en cuanto al sexo, siendo un 50,9% hombres y un 49,1% mujeres. Así mismo, resultaron que un 72,6% ( $n = 328$ ) sí practicaba actividad física extraescolar mientras que un 27,4% ( $n = 124$ ) no lo hacían. Dándose en cuanto al tipo de actividad física realizada que un 41,6% ( $n = 188$ ) practicaban deportes colectivos, un 13,5% ( $n = 61$ ) deportes individuales, mientras que un 7,1% ( $n = 32$ ) realizaban actividades de gimnasio y un 10,4% ( $n = 47$ ) otros no categorizados en los anteriores. Respecto a si realizaban una practica federativa, un 23,9% ( $n = 108$ ) sí lo hacían, mientras que aquellos que no lo hacían eran un total de 76,1% ( $n = 344$ ).

En función del autoconcepto percibido por la muestra estudiada se obtuvo con valores medios más altos el autoconcepto familiar ( $M = 4.18$ ;  $DT = 0.74$ ) y el social ( $M = 4.02$ ;  $DT = 0.62$ ), estableciéndose menos valorados el autoconcepto general ( $M = 3.66$ ;  $DT = 0.45$ ), el emocional ( $M = 3.40$ ;  $DT = 0.72$ ), físico ( $M = 3.39$ ;  $DT = 0.78$ ) y, por último, el académico ( $M = 4.18$ ;  $DT = 0.45$ ).

Tabla 1  
 Descriptivos básicos de la muestra

			Sexo	
			Hombre	Mujer
	Si	72.6% (n = 328)	50.9% (n = 230)	
	No	27.4% (n = 124)	49.1% (n = 222)	
AF extraescolar	Deportes Individuales	13.5% (n = 61)	<i>M ± DT</i>	
	Deportes Colectivos	41.6% (n = 188)	Autoconcepto G.	3.66 ± .45
	Actividades de Gimnasio	7.1% (n = 32)	A. Académico	3.30 ± .75
	Otros	10.4% (n = 47)	A. Social	4.02 ± .62
Tipo de AF	No práctica	27.4% (n = 124)	A. Emocional	3.40 ± .72
	Si	23.9% (n = 108)	A. Familiar	4.18 ± .74
Federado/a	No	76.1% (n = 344)	A. Físico	3.39 ± .78

Nota: AF = Actividad Física; G = General; A = Autoconcepto

Atendiendo a los aspectos tratados sobre la actividad física realizada por la muestra según el sexo (Tabla 2). Se obtuvieron diferencias estadísticamente significativas en la realización de actividad física extraescolar ( $p = .012^*$ ), observándose que de aquellos que sí realizan dicha práctica un 67.4% ( $n = 155$ ) son hombres y un 77.9% ( $n = 173$ ) son mujeres, mientras que los que

no realizan actividad física extraescolar son un 32.6% ( $n = 75$ ) hombres y un 22.1% ( $n = 49$ ) mujeres. No encontrándose diferencias estadísticas en función del sexo y el tipo de actividad física practicada y si dicha práctica es federativa ( $p = .096$ ;  $p = .502$ ; respectivamente).

Tabla 2  
 Aspectos relacionados con la actividad física en función del sexo

		Sexo		<i>p</i> valor
		Hombre	Mujer	
AF extraescolar	Si	67.4% (n=155)	77.9% (n=173)	.012*
	No	32.6% (n=75)	22.1% (n=49)	
Tipo de AF	Deportes Individuales	13.0% (n=30)	14.0% (n=31)	.096
	Deportes Colectivos	38.7% (n=89)	44.6% (n=99)	
	Actividades de Gimnasio	5.2% (n=12)	9.0% (n=20)	
	Otros	10.4% (n=24)	10.4% (n=23)	
Federado/a	No práctica	32.6% (n=75)	22.1% (n=49)	.502
	Si	25.2% (n=58)	22.5% (n=50)	
	No	74.8% (n=172)	77.5% (n=172)	

En la tabla 3, se puede observar el autoconcepto percibido por la muestra según el sexo, dándose diferencias estadísticamente significativas en el autoconcepto general ( $p = .013^*$ ) y en dos de sus dimensiones, autoconcepto emocional ( $p = .001^{**}$ ) y autoconcepto físico ( $p = .000^{***}$ ). Los datos muestran que el autoconcepto general percibido por los hombres ( $M = 3.71$ ) es

mayor que en el caso de las mujeres ( $M = 3.61$ ), al igual que ocurre respecto al autoconcepto emocional donde los valores medios son superiores en los hombres ( $M = 3.51$ ) que en las mujeres ( $M = 3.29$ ) y con una mayor diferencia en el caso del autoconcepto físico entre los hombres y las mujeres ( $M = 3.65$ ;  $M = 3.13$ ; respectivamente).

Tabla 3  
 Características de la muestra atendiendo al autoconcepto en función del sexo

	Sexo	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>	Prueba de Levene		Prueba <i>t</i> Sig. (bilateral)
					<i>F</i>	Sig.	
Autoconcepto G.	Hombre	230	3.71	0.45	0.002	.447	0.013*
	Mujer	222	3.61	0.45			
A. Académico	Hombre	230	3.24	0.75	0.069	.962	0.082
	Mujer	222	3.37	0.75			
A. Social	Hombre	230	3.98	0.62	0.124	.793	0.221
	Mujer	222	4.05	0.62			
A. Emocional	Hombre	230	3.51	0.71	0.235	.725	0.001**
	Mujer	222	3.29	0.70			
A. Familiar	Hombre	230	4.17	0.71	0.035	.628	0.834
	Mujer	222	4.19	0.77			
A. Físico	Hombre	230	3.65	0.73	0.580	.851	0.000***
	Mujer	222	3.13	0.74			

El estudio del autoconcepto percibido por los participantes en función de la práctica de actividad física (Tabla 4) señala

diferencias estadísticamente significativas en el autoconcepto social ( $p = .006^{**}$ ). De este modo, se puede apreciar que los que

sí realizan actividad física poseen una puntuación media mayor ( $M = 4.07$ ) en cuanto al autoconcepto social que los que no la realiza siendo dicho valor medio menos evaluado ( $M = 3.88$ ).

En relación a la realización actividad física federada, el análisis del autoconcepto percibido por los participantes y la práctica federativa no demuestran diferencias estadísticamente significativas, en ninguna de sus dimensiones como se puede apreciar en la Tabla 5.

Del mismo modo, sobre el estudio del autoconcepto en función del tipo de deporte llevado a cabo, no se establecen diferencias estadísticamente significativas (Tabla 6).

Tabla 4

*Características de la muestra atendiendo al autoconcepto en función de la práctica AF extraescolar*

	AF extraescolar	N	M	DT	Prueba de Levene		Prueba t Sig. (bilateral)
					F	Sig.	
Autoconc. G.	Si	328	3.67	0.46	0.137	.711	0.294
	No	124	3.62	0.43			
A. Académico	Si	328	3.29	0.74	0.114	.736	0.737
	No	124	3.32	0.78			
A. Social	Si	328	4.07	0.60	1.866	.173	0.006**
	No	124	3.88	0.65			
A. Emocional	Si	328	3.41	0.69	3.233	.073	0.834
	No	124	3.39	0.78			
A. Familiar	Si	328	4.19	0.75	0.417	.519	0.795
	No	124	4.17	0.70			
A. Físico	Si	328	3.41	0.80	4.191	.041	0.445
	No	124	3.35	0.70			

Nota:  $p < .01^{**}$ . G: general. A: autoconcepto. AF: actividad física

Tabla 5

*Relación del autoconcepto percibido en función de práctica de AF federada*

Federado/a	N	M	DT	Prueba de Levene		Prueba T Sig. (bilateral)	
				F	Sig.		
Autoconcepto G.	Si	108	3.69	0.48	1.132	.288	0.483
	No	344	3.65	0.44			
A. Académico	Si	108	3.21	0.79	1.224	.269	0.166
	No	344	3.33	0.74			
A. Social	Si	108	4.09	0.62	0.045	.832	0.183
	No	344	4.00	0.62			
A. Emocional	Si	108	3.48	0.67	0.564	.453	0.198
	No	344	3.38	0.73			
A. Familiar	Si	108	4.22	0.77	0.041	.840	0.477
	No	344	4.17	0.73			
A. Físico	Si	108	3.42	0.81	0.858	.355	0.652
	No	344	3.39	0.77			

G: general. A: autoconcepto.

## DISCUSIÓN

La presente investigación se centra en el estudio del autoconcepto y la práctica de actividad física en una muestra de adolescentes, siendo en este caso un total de 452 participantes, resultando similar a otros estudios realizados por Dieppa, Guillén, Machargo y Luján (2008), Román, Pérez y Pinillos, (2014) y Álvaro (2015).

En revisión de los descriptivos básicos, la muestra en su mayoría realizaba actividad física, siendo los deportes colectivos la opción más destacada por los participantes, de forma no federativa en su práctica. Estos datos concuerdan con los arrojados por Lázaro (2011) mostrando niveles positivos en cuanto a la práctica de actividad física, señalando Córdoba et al. (2014) en cuanto a la adecuación de dicha práctica que solo un 25.4% lo hacen correctamente. Respecto a ello, Folgar, Boubeta y Cristobal (2014) señalaban una disminución de actividad física federativa entre los adolescentes, destacando la motivación como papel fundamental en estos datos.

Asimismo, se señala que la realización de actividad física regular dada en las zonas rurales es debida a la cercanía y accesibilidad a espacios abiertos y naturales para un cómodo y

fácil desarrollo, siendo las zonas urbanas aquellas dotadas de equipamientos varios y diversidad de actividades que atraen motivaciones hacia otras tareas. Lazo y Barroso (2009) consideran que en las zonas urbanas se destaca un mayor interés por el ocio tecnológico mientras que éste es sustituido por los espacios exteriores en las zonas rurales dando lugar a la realización de actividad física. En esta línea, Méndez-Giménez, Cecchini, Fernández-Río y González (2012) recogen en su estudio la importancia de la motivación en la realización y consecución de actividades, resultando en el caso contrario una causa del sedentarismo o inactividad física.

Igualmente, en esta investigación resultó que los hombres realizaban menos actividad física extraescolar que las mujeres, dato considerado como relevante debido a que no es común en la literatura revisada, señalándose como aquellos que demandan la actividad física en mayor medida a los hombres a diferencia de las mujeres (Castro et al., 2015; Lázaro, 2011). De este modo se observa una diversidad en cuanto al tipo de actividad física desarrollado por las mujeres mientras que los hombres se centran por un tipo concreto de actividad, esto puede deberse a lo señalado por Castro et al. (2015) donde los

hombres se orientan más al clima ego dando una mayor importancia a la competitividad mientras que las mujeres se orientan más al clima tarea, es decir al realizar una actividad por

la finalidad que aporta, y por ello que realicen diversidad de tareas con la finalidad de mantenerse en forma y mejorar su calidad de vida.

Tabla 6  
Relación del autoconcepto percibido en función del tipo de deporte practicado

	Tipo deporte	N	M	DT	F	Sig.
Autoconcepto G.	D. Individuales	61	3.60	0.43	1.34	.254
	D. Colectivos	188	3.69	0.44		
	Act. Gimnasio	32	3.78	0.44		
	Otros	47	3.63	0.55		
	No practica	124	3.62	0.43		
A. Académico	D. Individuales	61	3.11	0.73	1.21	.303
	D. Colectivos	188	3.35	0.73		
	Act. Gimnasio	32	3.33	0.71		
	Otros	47	3.28	0.83		
	No practica	124	3.32	0.78		
A. Social	D. Individuales	61	4.07	0.65	2.08	.082
	D. Colectivos	188	4.06	0.58		
	Act. Gimnasio	32	4.15	0.54		
	Otros	47	4.05	0.68		
	No practica	124	3.88	0.65		
A. Emocional	D. Individuales	61	3.50	0.70	0.68	.602
	D. Colectivos	188	3.40	0.69		
	Act. Gimnasio	32	3.45	0.60		
	Otros	47	3.28	0.73		
	No practica	124	3.39	0.78		
A. Familiar	D. Individuales	61	4.09	0.88	1.48	.207
	D. Colectivos	188	4.18	0.73		
	Act. Gimnasio	32	4.46	0.65		
	Otros	47	4.13	0.72		
	No practica	124	4.17	0.70		
A. Físico	D. Individuales	61	3.21	0.75	1.51	.198
	D. Colectivos	188	3.46	0.82		
	Act. Gimnasio	32	3.51	0.71		
	Otros	47	3.41	0.82		
	No practica	124	3.35	0.70		

Nota: G: general. A: autoconcepto. Act: Actividad.

Por otro lado, en función del autoconcepto percibido por la muestra las dimensiones más valoradas fueron la familiar y la social, dándose como la menos valorada la dimensión académica. Ello puede deberse a que en la etapa educativa en la que se encuentran los participantes es la Educación Secundaria Obligatoria, en la cual los estudiantes experimentan un gran cambio en cuanto a contenidos y metodología con la Educación Primaria provocando en ellos una disminución de su autoconcepto académico. Los resultados obtenidos concuerdan con los arrojados por Pastor et al. (2006) y García-Montero y De la Morena (2015) afirmándose la idea de que un autoconcepto adecuado favorece a un buen ajuste psicológico, competencia personal y disminución de problemas conductuales.

Respecto al autoconcepto percibido por sexo se establece que los hombres poseen mejores niveles en el autoconcepto general que las mujeres, del mismo modo se encuentran estas diferencias en la dimensión emocional y física. Son diversos los estudios que presentan que las mujeres presentan peor autoconcepto que los hombres, destacándose el autoconcepto general y la dimensión física (Esnaola 2005; Fraine, Van Damme y Onghena (2007); Molero, Ortega, Valiente y Zagalaz, 2010). En este sentido, Veliz (2010) sostiene la idea de que esta diferencia de sexo en las dimensiones del autoconcepto se encuentra

ligada a patrones de socialización y estereotipos de género. Dándose ausencia de diferencias entre sexos en muestras de edades menores tal y como recogen en su estudio Guillén y Ramírez (2011).

Asimismo, de acuerdo con los resultados hallados sobre el autoconcepto percibido en base a la práctica de actividad física, se señala la dimensión social como aquella destacable respecto a las otras. En este sentido, los resultados se apoyan en lo señalado por Kipp (2016) y Murgui, García y García (2016) que afirmaban que la práctica de actividad física regular generaba un aumento en el autoconcepto, haciendo un mayor hincapié a nivel social. Existiendo otros estudios que comprueban un beneficio a través de la práctica de actividad física en las dimensiones física y académica (Reigal, Videra, Parra y Juárez, 2012; Kyle, Hernández, Reigal y Morales, 2016). Resulta coherente dicha relación entre la actividad física y la dimensión social, pues se trata de una tarea que presenta un componente social no solo en las actividades colectivas sino también en las individuales ya que se trata de un tema de actualidad siempre recurrente en reuniones de amigos y familiares

Como conclusiones extraídas del presente estudio se señalan las siguientes:

Los estudiantes de segundo ciclo de Educación Secundaria Obligatoria presentaron unos valores medios normales en relación al autoconcepto, siendo las dimensiones más valoradas la familiar y social.

Los niveles de actividad física son aceptables dado que siete de cada diez estudiantes la practican de forma asidua, siendo los deportes colectivos la opción más destacada como tipo de actividad realizada en dos quintas partes de la muestra. Del mismo modo, dos de cada diez participantes se encuentran en nivel federativo.

En cuanto al sexo, se señala que las mujeres son más activas físicamente que los hombres en relación a la práctica de actividad física extraescolar. No se encontraron asociaciones entre el nivel federativo, el tipo de actividad física y el sexo de los participantes.

Asimismo, en relación al autoconcepto percibido por sexo, los hombres poseen una mayor valoración en el autoconcepto general, emocional y físico de forma significativa a diferencia de las mujeres.

Respecto al autoconcepto, las valoraciones son más positivas para el autoconcepto general y sus dimensiones en aquellos que sí practican actividad física extraescolar, destacándose la dimensión social con mayor significación.

Este estudio cuenta con algunos aspectos limitantes que se han detectado a lo largo de su desarrollo como se destaca el rango de edad estudiado y el número de muestra, siendo considerable el aumento de dicho rango y muestra con el fin de determinar en qué momento la práctica de actividad física se deteriora, así como el estudio de otros factores que puedan influir en los niveles de autoconcepto y sus dimensiones de una forma más específica.

## REFERENCIAS

- Álvarez, J. I. (2015). *Análisis del autoconcepto en relación con factores educativos, familiares, físico y psicosociales en adolescentes de la provincia de Granada* (Tesis Doctoral no publicada). Universidad de Granada, Granada, España.
- Bonilla, P., Romero, L., y Cabrera, J. (2015). Calidad de vida, indicadores antropométricos y satisfacción corporal en un grupo de jóvenes colegiales. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 27, 62-66.
- Castro, M., Zurita, F., Chacón, R., Martínez-Martínez, A., Espejo, T., y Álvarez, J. I. (2015). Sustancias nocivas y clima motivacional en relación a la práctica de actividad física. *Health and Addictions*, 15(2), 115-126.
- Castro, R. (2013). *Diferencias de personalidad, autoconcepto, ansiedad y trastornos de alimentación en deportistas de musculación: patrones psicológicos asociados a la vigorexia* (Tesis Doctoral no publicada). Universidad de Jaén, Jaén, España.
- Cazalla-Luna, N., y Molero, D. (2013). Revisión teórica sobre el autoconcepto y la importancia en la adolescencia. *Revista Electrónica de Investigación y Docencia*, 10, 43-64.
- Cera, E., Almagro, B. J., Conde, C., y Sáenz-López, P. (2015). Inteligencia emocional y motivación en educación física en secundaria. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 27, 8-13.
- Cerkez, I., Culjak, Z., Zenic, N., Sekulic, D., y Kondric, M. (2015). Harmful alcohol drinking among adolescents: The influence of sport participation, religiosity and parental factors. *Journal of Chil & Adolescent Substance Abuse*, 24(2), 94-101.
- Chacón, R., Zurita, F., Castro, M., Espejo, T., Martínez-Martínez, A., y Linares, M. (2015). Estudio sobre la aplicabilidad de exergames para la mejora de los índices de obesidad y la imagen corporal en escolares. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 11(1), 97-105.
- Córdoba, R., Camaralles, F., Muñoz, E., Gómez, J., Díaz, D., Ramírez, J. I., ... y Cabezas, C. (2014). Recomendaciones sobre el estilo de vida. *Atención Primaria*, 46(6), 16-23.
- Cruz, A., Lara, A., Zagalaz, M. L., y Torres-Luque, G. (2014). Análisis y evaluación de la condición física en estudiantes de educación primaria de un medio rural y urbano. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 118, 44-51. doi:10.5672/apunts.2014-0983.es.(2014/2).116.04
- De Hoyo, M., y Sañudo, B. (2007) Motivos y hábitos de práctica de actividad física en escolares de 12 a 16 años en una población rural de Sevilla. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 7(26), 87-98.
- Dieppa, M., Guillén, F., Machargo, J. y Luján, I. (2008). Autoconcepto general y físico en jóvenes españoles y brasileños que practican actividad física vs. no practicantes. *Revista de Psicología del Deporte*, 17(2), 221-239.
- Eснаola, I. (2005). Autoconcepto físico y satisfacción corporal en mujeres adolescentes según el deporte practicado. *Apunts: Educación Física y Deporte*, 80, 5-12.
- Folgar, M., Boubeta, A., y Cristobal, R. (2014). Motivaciones para la práctica deportiva en escolares federados y no federados. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 25, 80-84.
- Fraine, B., Van Damme, J. y Onghena, P. (2007). A longitudinal analysis of gender differences in academic self-concept and language achievement: A multivariate multilevel latent growth approach. *Contemporary Educational Psychology*, 32, 132-150.
- García, F. y Musitu, G. (1999). *AF-5: Autoconcepto Forma 5*. Madrid: TEA Ediciones.
- García-Montero, E. y De la Morena, M. (2015). Analizando el autoconcepto y la imagen: aplicación del mapa mental a la construcción de la marca personal. *Opción*, 31(2), 396-424.
- Guillén, F. y Angulo, J. (2016). Análisis de rasgos de personalidad positiva y bienestar psicológico en personas mayores practicantes de ejercicio físico vs no practicantes. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 11(1), 113-122.
- Guillén, F. y Ramírez, M. (2011). Relación entre autoconcepto y condición física en alumnos del tercer ciclo de primaria de un centro escolar. *Revista Psicología del Deporte*, 20(1), 45-59.
- Kipp, L. (2016). Psychosocial aspect of youth physical activity. *Pediatric Exercise Science*, 28(1), 28-31. doi:10.1123/pes.2016-0009
- Kyle, T. L., Hernández, A., Reigal, R. E., y Morales, V. (2016). Efectos de la actividad física en el autoconcepto y la autoeficacia en preadolescentes. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 29, 61-65
- Lázaro, C. J. (2011). *Hábito de consumo de alcohol y su relación con la condición física saludable en adolescentes de la región de Murcia* (Tesis Doctoral no publicada). Universidad de Murcia, Murcia, España.

- Lazo, C. M., y Barroso, J. A. (2009). Diferencias en el consumo audiovisual y multimedia de los menores: entorno rural y urbano. *Anàlisi: quaderns de comunicació i cultura*, 39, 203-206.
- Molero, D., Ortega, F., Valiente, I., y Zagalaz, M. L. (2010). Estudio comparativo del autoconcepto físico en adolescentes en función del género y del nivel de actividad físico-deportiva. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (17), 38-41
- McKay, M. T., Sumnall, H. R., Cole, J. C., y Percy, A. (2012). Self-esteem and self-efficacy: Associations with alcohol consumption in a sample of adolescents in Northern Ireland. *Drugs-Education Prevention and Policy*, 19(1), 72-80. doi:10.3109/09687637.2011.579585
- Méndez-Giménez, A., Cecchini, J. A., Fernández-Río, J., y González, C. (2012). Autodeterminación y metas sociales: un modelo estructural para comprender la intención de práctica, el esfuerzo y el aburrimiento en educación física. *Aula Abierta*, 40(1), 51-62.
- Méndez-Giménez, A., Fernández-Río, J., y Cecchini, J. A. (2013). Climas motivacionales, necesidades, motivación y resultados en Educación Física. *Aula Abierta*, 41(1), 63-72.
- Murgui, S., García, C., y García, A. (2016). Efectos de la práctica deportiva en la relación entre las habilidades motoras, el autoconcepto físico y el autoconcepto multidimensional. *Revista de Psicología del Deporte*, 25(1), 19-25.
- Palacios, J. (1999). *Desarrollo del Yo*. En F. López, I. Etxebarria, M. Fuentes, y M. Ortiz (Eds.), *Desarrollo Afectivo y Social* (pp. 231-246). Madrid: Pirámide.
- Pastor, Y., Balaguer, I., y García-Merita, M. (2006). The relationship between self-concept and healthy lifestyle in adolescence: an exploratory model. *Psicothema*, 18(1), 18-24.
- Reigal, R., Videra, A., Márquez, V. M., y Parra, J. (2013). Autoconcepto físico multidimensional y barreras para la práctica física en la adolescencia. *Apunts de Educación Física y Deportes*, 1(111), 23-28. doi:10.5672/apunts.2014-0983.es.(2013/1).111.02
- Reigal, R., Videra, A., Parra, J. L., y Juárez, R. (2012). Actividad física deportiva, autoconcepto físico y bienestar psicológico en la adolescencia. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 22, 19-23.
- Román, P. A., Pérez, J. C., y Pinillos, F. (2014). Búsqueda de sensaciones y hábitos de tabaquismo, consumo del alcohol y práctica deportiva en estudiantes de Educación Secundaria. *Salud mental*, 37(2), 145-152.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Ruiz-Juan, F., y Ruiz-Ruiseño, J. (2011). Variables predictoras de consumo de alcohol entre adolescentes españoles. *Anales de Psicología*, 27(2), 350-359.
- Salazar, C., Feu, S., Vizuete, M., y De la Cruz, E. (2013). IMC y actividad física de los estudiantes de la Universidad de Colima. *International Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport*, 13(51), 569-584.
- Shavelson, J., Hubner, J. J., y Stanton, G. C. (1976). Self-concept: validation of construct interpretations. *Review of Educational Research*, 46(3), 407-442. doi:10.3102/00346543046003407
- Topcu, S., Orthon, F. S., Tayfun, M., Ucakuerk, S. A., y Demirel, F. (2016). Anxiety, depression and self-esteem levels in obese children: a case-control study. *Journal of Pediatric Endocrinology & Metabolism*, 29(3), 357-361. doi:10.1515/JPEM-2015-0254
- Urzua, A., Caqueo-Urizar, A., Albornoz, N., y Jaraz, C. (2013). Calidad de vida en la infancia: estudio comparativo entre una zona rural y urbana en el norte de Chile. *Revista Chilena de Pediatría*, 84(3), 276-284.
- Veliz, A. L. (2010). *Dimensiones del autoconcepto en estudiantes chilenos: un estudio psicométrico* (Tesis Doctoral no publicada). Universidad del País Vasco, Donostia, España.
- Veliz-Burgos, A., y Urquijo, P. A. (2012). Niveles de autoconcepto, autoeficacia académica y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la ciudad de Temuco. *Salud & Sociedad*, 3(2), 131-150.
- Villarreal, M. E., Sánchez, J. C., y Musitu, G. (2013). Análisis psicosocial del consumo de alcohol en adolescentes mexicanos. *Universitas Psychologica*, 12(3), 857-873. doi:10.11144/Javeriana.UPSY12-3.apca.