

Diferencias de género en el perfil y los hábitos de practicantes de actividades en el medio natural Gender differences in profile and habits of practitioners of outdoor activities

Laura Martín Talavera, Lázaro Mediavilla Saldaña
Universidad Politécnica de Madrid (España)

Resumen. Los estereotipos de género aún se pueden palpar en el medio natural, pues siguen existiendo determinantes culturales, de tipo sexista, que influyen a la hora de practicar actividades físicas en la naturaleza. El objetivo del presente estudio fue analizar el perfil de los practicantes de actividades en el medio natural, las características y los hábitos de práctica identificando las posibles diferencias de género existentes. La metodología empleada ha consistido en la realización de una encuesta mediante la distribución del cuestionario «Análisis del perfil de los usuarios-visitantes del medio natural» a una muestra aleatoria de la población que se encontraba practicando actividades en el medio natural en la Comunidad de Madrid, concretamente en la Sierra de Guadarrama (n=156; 38.5% mujeres y 61.5% hombres). Los resultados mostraron como la proporción de hombres que declararon practicar modalidades de carácter más comprometido fue superior a la de las mujeres. Sin embargo, no se reflejaron diferencias significativas en relación al motivo de práctica. En base a los resultados, se puede concluir que la proporción de mujeres en el ámbito de las actividades en el medio natural aún sigue siendo menor y que existen diversas diferencias significativas entre el colectivo masculino y el femenino en lo relativo al perfil y a los hábitos de los practicantes de este tipo de actividades.

Palabras clave: Actividad física, recreación, naturaleza, género, investigación cuantitativa.

Abstract. Gender stereotypes can still be perceived in outdoor activities, as there are still cultural determinants of sexist nature that influence the practice of physical activities in the countryside. This study aims to analyse the profile of practitioners of outdoor activities, their characteristics and habits of practice, identifying possible gender differences. The methodology used consisted of carrying out a survey through the distribution of the questionnaire «Analysis of the profile of users-visitors of the outdoor environment» to a random sample of practitioners of activities in the outdoor environment in the Community of Madrid, specifically in Sierra de Guadarrama (n=156; 38.5% women, and 61.5% men). The results showed that the proportion of men who reported practicing more committed modalities was higher than that of women. However, there were no significant differences in the reason for practice. Once the results have been analysed, it can be concluded that the proportion of women in the field of outdoor activities is still lower and that it is possible to establish that there are several significant differences between male and female groups with regard to profile and habits of practitioners of this type of activities.

Key words: physical activity, leisure, nature, gender, quantitative research.

Introducción

El medio natural ha sido, desde siempre, un terreno de juego ideal para la práctica deportiva. En la naturaleza nos encontramos con oportunidades que no nos ofrecen las instalaciones urbanas artificiales y que, en ocasiones, tratan de imitar los propios recursos que el medio natural nos proporciona (López, 2016).

Así, desde su irrupción en la segunda mitad del siglo xx, en las últimas décadas las actividades en el medio natural han experimentado una evolución constante, haciéndose notable el crecimiento de este sector, sustentado en una proliferación constante de nuevas modalidades apoyadas en la tecnología y en un incremento exponencial de practicantes que exigen nuevas experiencias y mayores emociones en contacto con la naturaleza. Por ello, el medio natural ha pasado de estar restringido a grandes especialistas, muy bien preparados y con gran conocimiento y respeto del medio, a convertirse en una instalación deportiva sin límites espaciales, abierta a todo aquel que quiera experimentar nuevas sensaciones y emociones (Inglés, Funollet & Olivera, 2016). Entre algunas de las razones por las que se ha ido produciendo dicho cambio se encuentran el incremento del tiempo libre disponible ligado a una ambiciosa e inconformista cultura de ocio, un cambio en la percepción del riesgo al aumentar los

niveles tolerados para devolver emoción a la vida, la necesidad de la vuelta a la naturaleza promovida por un renovado interés hacia el medio ambiente, el veloz y eficaz desarrollo de materiales y técnicas que proporcionan mayor seguridad, así como el gran desarrollo de las infraestructuras que facilitan el acceso a los lugares de práctica (Colorado, 2006; Lapetra & Guillén, 2010; Sánchez, Fernández & Vázquez, 2010). Todo esto ha favorecido a que la actividad física en el medio natural haya dado paso a una multiplicidad de modalidades vinculadas a este medio y sean consideradas disciplinas emergentes, que cada vez tienen más auge dentro de la sociedad y cuentan con un mayor número de practicantes cada año (López, 2016; Moscoso, 2003; Sánchez, et al., 2010).

La práctica de actividades en el medio natural entre la población española ha ido en aumento en los últimos años, como se puede apreciar en los estudios realizados sobre los hábitos deportivos de los españoles (García & Llopis, 2011; MECD, 2015). Atendiendo a la *Encuesta de Hábitos Deportivos en España 2015*, entre las modalidades deportivas más practicadas se encuentran el senderismo y montañismo (31.9%). Estas han sufrido un incremento del 21.4%, pasando de ser la octava modalidad más practicada en 2010 a la tercera en 2015; siendo también la séptima modalidad más practicada semanalmente (Seguí & Farias, 2018). A su vez, en la encuesta más actual, se puede observar que el 45.9% de practicantes realizan actividad física en el aire libre, siendo este el principal espacio de práctica deportiva (MECD, 2015).

Por otro lado, en relación a la estructura social del deporte, la variable género tiene una influencia decisiva sobre esta,

destacando dos evidencias fundamentales. La primera, que frente a los hombres, el número de mujeres que realizan actividad física es menor, y que la forma de relacionarse en el espacio deportivo es muy distinta entre el colectivo masculino y el femenino. De esta forma, las actividades físicas que se realizan en el medio natural no se encuentran ajenas a estos factores (Maza, Moscoso & Estrada, 2008).

Los estudios sociológicos sobre hábitos deportivos en España dirigidos por Manuel García Ferrando, han ido evidenciando la evolución de las desigualdades entre la tasa de práctica deportiva de los hombres y las mujeres en su conjunto; ya sean jóvenes, adultos o mayores (Martín, Barriopedro, Martínez, Jiménez-Beatty & Rivero, 2014). A su vez, diversos estudios que han analizado el género en relación al ámbito deportivo, ponen de manifiesto diferencias en el tipo de actividad física o deporte practicado, en su frecuencia, intensidad, modo de organización, espacio, gasto, motivaciones y expectativas (Espada, Martín, Jiménez, Moscoso, Jiménez-Beatty & Rivero, 2018; Maza et al., 2008; Pedrajas, Martín, Barriopedro & Vives, 2015).

Diferentes trabajos han indagado sobre las razones por las que las mujeres realizan en menor medida o incluso no realizan actividad física (Abbasi, 2014; González, Pérez & Alarcón, 2017). Destacando lo mencionado por ambos estudios y junto al de Alfaro (s.f.), los estereotipos de género, la influencia cultural y las desigualdades biológicas dan lugar a una divergencia entre géneros en este ámbito. Así pues, se pueden apreciar diversas barreras o limitaciones que condicionan la práctica femenina fundamentadas en normas y reglamentos, limitaciones administrativas, material, instalaciones deportivas, modelos deportivos, horarios, nivel de dedicación, limitado protagonismo en los medios de comunicación, etc.

De manera específica dentro del mundo de la naturaleza, las entrevistas de Maza et al. (2008) ponen de manifiesto el predominio de una estructura de tipo patriarcal dentro de los grupos de participantes en actividades físicas en el medio natural en España. Lo cual, deja clara evidencia de que los estereotipos de género se hacen palpables en el medio natural, cosa que refleja también el estudio de Moya-Mata, Ruíz-Sanchis, Martín & Ros (2017).

Tal es así, que según Nisbert (1981) citado en Sánchez et al. (2010), algunas razones para explicar la menor participación de las mujeres en las actividades físicas en el medio natural son las siguientes: la falta de confianza en sus habilidades físicas y en su capacidad de tener éxito, la percepción de no ser lo suficientemente duras o fuertes, la falta de modelos de roles femeninos en el medio natural y la interpretación en los medios de comunicación de que las actividades físicas en el medio natural son un mundo de hombres.

No obstante, aunque en el medio natural la cantidad de mujeres siga siendo inferior a la de los hombres, cada vez son más las que se unen para desplazarse a la montaña y compartir experiencias pensando que ya no existe la necesidad de la soledad de género, pues las mujeres se sienten capaces de enfrentarse a los desafíos que ofrece la naturaleza (López, 2014).

A pesar de este incremento de participación femenina, siguen existiendo diferencias de género cuantitativas y cualitativas en cuanto a la práctica de actividades físicas en el

medio natural. Aunque en el contexto español aún no son numerosas las investigaciones sociales que traten sobre este tipo de prácticas y las vinculen a la variable género, sí se pueden encontrar varios trabajos que profundizan sobre esta temática.

En el estudio llevado a cabo por Maza, Moscoso & Estrada (2005), se analizó la percepción que los practicantes de actividades en la montaña tenían sobre el género opuesto. Así, se reflejó la coexistencia de dos identidades distintas dentro de los deportes realizados en la naturaleza: la identidad del hombre y la identidad de la mujer, *ellos y ellas*. Los resultados obtenidos en dicho estudio, permitieron generar una idea sobre los determinantes culturales, de tipo sexista, que influyen a la hora de realizar actividades físicas que se practican en la naturaleza (Maza, et al., 2008).

Por lo tanto, es posible aceptar la necesidad de conocer de manera precisa si existen diferencias de género, a la hora de realizar actividades en el medio natural, ya que esto permitiría desarrollar propuestas de actuación para promover la práctica de este tipo de actividades entre las mujeres en nuestra sociedad, adecuándose a las necesidades reales de las mismas (Maza, Estrada, Ruíz & Santolaria, 2007).

Para ello, en esta investigación se procede a la realización de una encuesta con la que recoger información que pueda ser analizada, para observar si realmente existen diferencias de género en base a una serie de variables. Dichas variables están relacionadas con aspectos que se tienen en cuenta a la hora de realizar actividades en el medio natural, como pueden ser el tipo de actividades practicadas, los motivos de práctica, la compañía con la que se realizan, la forma de realizar dichas actividades, la frecuencia con la que se acude al medio natural para llevar a cabo la práctica de las actividades, los aspectos de prevención y seguridad que se tienen en cuenta, etc.

Por este motivo, el presente trabajo se centra en las actividades físicas en el medio natural desde una perspectiva de género, para analizar si existen diferencias entre hombres y mujeres en cuanto al perfil de las personas que realizan este tipo de actividades, los hábitos o las características a la hora de practicarlas. Así pues, los objetivos planteados en el estudio son:

- Analizar el perfil de los practicantes de actividades en el medio natural en función del género.
- Analizar las características de la práctica y los hábitos identificando las posibles diferencias de género existentes.

Material y método

Participantes

La muestra del estudio estuvo compuesta por un total de 156 sujetos residentes en España, mayores de 16 años y practicantes de actividades en el medio natural. Del total de participantes, 96 fueron hombres (61.5%) y 60 mujeres (38.5%). La selección de la muestra se llevó a cabo mediante un muestreo aleatorio. La elección de los sujetos se realizó mediante una constante; es decir, se pidió que rellenase la encuesta a un sujeto de cada cinco que pasaban por delante del investigador responsable de suministrar los cuestionarios, el cual se encontraba en la Sierra de Guadarrama, con-

cretamente en el Centro de Visitantes de la zona de Cotos. Cabe destacar que a los participantes, en cumplimiento de las normas éticas exigidas en la investigación con personas, se procedió a informarles detalladamente de las características y objetivo del estudio en el que participaban, asegurando también la confidencialidad de sus respuestas.

Diseño y procedimiento

Para llevar a cabo este estudio se optó por realizar una investigación de diseño no experimental y seccional; la cual respeta el resguardo a la confidencialidad y cumple con las normas éticas del Comité de Investigación y Declaración de Helsinki de 1975. La metodología seguida para el desarrollo del estudio consistió en la realización de una encuesta, donde se empleó un cuestionario como instrumento para la recogida de datos.

La recogida de datos se realizó a través del cuestionario *Análisis del perfil de los usuarios-visitantes del medio natural* (Pérez y Luque, 2018) elaborado para conocer el perfil del usuario-visitante que acude al medio natural. El cuestionario fue validado y empleado por el Consejo Asesor Científico de las Montañas, perteneciente a la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada. Así, en el procedimiento de validez y fiabilidad del instrumento se realizó una validez de contenido, tanto externa como interna, mediante la consulta de un panel de expertos en la materia a investigar, y se estudió la fiabilidad a través de la consistencia interna, donde la puntuación del Coeficiente Alfa de Cronbach resultó ser .516. Se utilizó dicho instrumento, ya diseñado y empleado por un estudio previo, puesto que permitía recoger la información necesaria para llevar a cabo el presente estudio.

Dicho cuestionario abarca tres grandes bloques, uno sobre el perfil sociodemográfico de la persona encuestada (sexo, edad, país de residencia, estudios, situación laboral y discapacidad), otro sobre los hábitos deportivos y seguridad en relación a la práctica de actividades en el medio natural, y el último, sobre las características del uso-visita de los practicantes al medio natural.

El trabajo de campo se llevó a cabo durante los meses de febrero, marzo y abril de 2019. Para la recogida de datos, se rellenó el cuestionario de forma electrónica mediante la plataforma *Google Forms* para facilitar la transcripción de los datos. El punto de muestreo fue la Sierra de Guadarrama, concretamente en el Centro de Visitantes situado en la zona de Cotos.

Análisis estadístico

Para la fase final correspondiente al análisis estadístico, los datos fueron analizados con el programa SPSS versión 25.0 (IMB Corp., Armonk, NY, USA). El proceso estuvo basado en las técnicas de análisis estadístico descriptivo y análisis estadístico inferencial, para evaluar los datos en función del género de las personas encuestadas y ver si difieren entre sí de manera significativa.

En cuanto al análisis descriptivo, se realizó un análisis exploratorio de los datos donde se calcularon los estadísticos descriptivos básicos (frecuencia y porcentajes). Para la observación simultánea de dos variables, se emplearon tablas de contingencia.

El análisis inferencial, dada la naturaleza de las variables,

ha consistido en la aplicación de la prueba de independencia Chi-cuadrado de Pearson para variables cualitativas. Como índice del tamaño del efecto se calculó la V de Cramer (Vc) y cuya interpretación estuvo basada en los siguientes criterios: Vc <.1 = Asociación despreciable; Vc >.1 hasta <.2 = Asociación débil; Vc >.2 hasta <.4 = Asociación media; Vc >.4 hasta <.6 = Asociación relativamente fuerte; Vc >.6 hasta <.8 = Asociación fuerte; y Vc >.8 hasta 1 = Asociación muy fuerte (Rea y Parker, 1992 citado en Kotlik, J., Williams, H., Jabor, M., 2011). El nivel de significación para todos los procedimientos fue establecido en .05.

Resultados

Comenzando con el perfil de los practicantes, los resultados obtenidos muestran que un 36.7% de mujeres y un 30.2% de hombres manifestaron tener entre 16 y 24 años, mientras que el 18.3% de ellas y el 27.1% de ellos tenían entre 25 y 35 años. Por otro lado, 26.7% de mujeres y 29.2% de hombres se encontraban entre los 36 y los 50 años. Fueron menos los sujetos con edades comprendidas entre los 51 y los 64 años, siendo solamente el 16.7% del colectivo femenino y el 12.5% del masculino. Por último, únicamente el 1.7% de mujeres y el 1% de hombres manifestaron tener 65 años o más. Así, la distribución muestral según la edad fue independiente del género ($\chi^2(2,156)=2.312; p=.339; Vc=.122$).

En cuanto a los estudios académicos de los encuestados, se pudo observar que, entre las mujeres, el 55% poseía un grado universitario, el 26.7% un título universitario de postgrado, un 13.3% había estudiado formación profesional y solo el 5% poseía estudios de secundaria. Mientras que en el colectivo de los hombres, el 42.7% era universitario, el 19.8% poseía un título de formación profesional, el 19.8% había estudiado hasta la etapa de secundaria, el 14.6% era universitario postgraduado y el 1% poseía estudios primarios. De esta forma, se encontró una moderada asociación entre el grado de estudio y el género ($\chi^2(2,156)=12.473; p=.014; Vc=.283$).

En relación al hecho de estar federado o asociado a alguna entidad (Tabla 1), mientras que en el ámbito de las licencias federativas no se observaron diferencias de género

Tabla 1. Distribución de la muestra (porcentajes) en función del género, la posesión de licencia federativa y la pertenencia a clubes o asociaciones deportivas.

| | Licencia Federativa | | Asociacionismo | |
|----------------|---------------------|------|----------------|------|
| | Sí | No | Sí | No |
| Hombres (N=96) | 49 | 51 | 63.5 | 36.5 |
| Mujeres (N=60) | 38.3 | 61.7 | 41.7 | 58.3 |
| Total (N=156) | 44.9 | 55.1 | 55.1 | 44.9 |

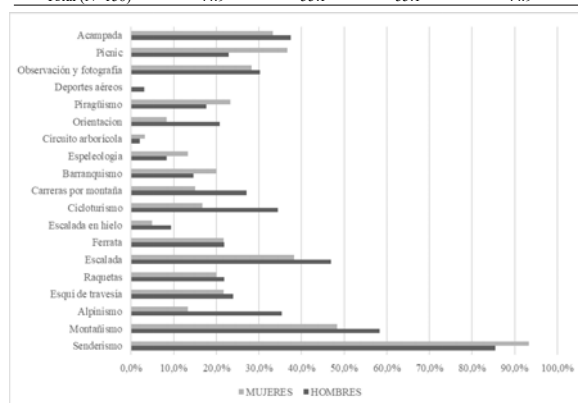


Figura 1. Porcentaje de practicantes de cada actividad según el género.

($\chi^2(2,156)=1.685$; $p=.097$; $Vc=.104$), sí que se produjo una moderada asociación entre el género y la pertenencia o no a alguna asociación deportiva o club ($\chi^2(2,156)=7.142$; $p=.004$; $Vc=.214$).

Dentro del bloque de actividades practicadas, los sujetos debían seleccionar en el cuestionario todas aquellas actividades que solían llevar a cabo cuando acudían al medio natural (Figura 1). Así, se observaron diferencias en función del género de los sujetos solamente en las siguientes modalidades: una moderada asociación entre el género y la práctica de alpinismo ($\chi^2(2,156)=9.152$; $p=.001$; $Vc=.242$); y una asociación débil tanto para el ámbito del ciclismo ($\chi^2(2,156)=5.799$; $p=.008$; $Vc=.193$) como para el de las carreras por montaña ($\chi^2(2,156)=3.098$; $p=.039$; $Vc=.141$), la orientación ($\chi^2(2,156)=4.287$; $p=.019$; $Vc=.166$) y la realización de pic-nic en la naturaleza ($\chi^2(2,156)=3.447$; $p=.031$; $Vc=.149$).

En aspectos relacionados con la seguridad a la hora de realizar actividades en el medio natural, no se encontraron apenas diferencias en función del género. No se hallaron diferencias en cuanto a la planificación ($\chi^2(2,156)=.351$; $p=.277$; $Vc=.047$), ya que la gran mayoría de hombres y de mujeres declararon planificar las actividades previamente (96.9% de hombres y 95% de mujeres). Tampoco hubo diferencias a la hora de consultar la meteorología ($\chi^2(2,156)=.034$; $p=.427$; $Vc=.015$); puesto que el 97.9% de los hombres y el 98.3% de mujeres contestaron afirmativamente. Con respecto a la equipación utilizada, nuevamente no se obtuvieron diferencias entre ambos colectivos ($\chi^2(2,156)=.231$; $p=.315$; $Vc=.038$), el 97.9% de hombres y 96.7% de mujeres afirmaron utilizar el equipamiento adecuado a la actividad que solían realizar. Otro aspecto relativo a la seguridad y donde tampoco se observaron diferencias fue en la pregunta de *¿Conoce si hay cobertura telefónica en el entorno natural en el que realiza actividades?*, ($\chi^2(2,156)=.504$; $p=.239$; $Vc=.057$), donde el 34.4% de hombres y el 40% de mujeres respondieron con un sí. Por último, adentrándonos en el tema de seguros, no se hallaron diferencias en cuanto al género ($\chi^2(2,156)=.427$; $p=.404$; $Vc=.052$), ya que el 58.3% de hombres y el 53.3% de mujeres comunicaron estar en posesión de algún seguro que cubriese las actividades realizadas.

Sin embargo, sí hubo una débil asociación entre el hecho de realizar un entrenamiento previo y el género ($\chi^2(2,156)=3.047$; $p=.040$; $Vc=.140$). El 71.9% de los hombres declararon entrenar, mientras que solamente el 58.3% de mujeres también afirmó hacerlo.

En lo relativo a los hábitos de práctica, el 3.4% de mujeres y el 8.3% de hombres declararon estar menos de medio día en el lugar de práctica, mientras que el 32.2% de ellas y el 31.3% de ellos permanecían medio día. Un número mayor de sujetos afirmó permanecer todo el día en el medio natural cuando realizan actividades, el 50.8% de mujeres y el 46.9% de hombres; y solamente el 13.6% de mujeres y el 13.5% de hombres se quedaban más de un día. Así, no existieron diferencias significativas entre el género y el tiempo que permanecen los sujetos en el medio natural ($\chi^2(2,156)=1.514$; $p=.339$; $Vc=.099$).

Con respecto a la frecuencia con la que acudían al medio natural en busca de realizar alguna actividad (Tabla 2), no existió tampoco ninguna asociación entre esta variable y el género ($\chi^2(2,156)=3.319$; $p=.325$; $Vc=.146$).

Tabla 2. Distribución (porcentajes) de la muestra en función del género y la frecuencia con la que se acude al medio natural para realizar actividades.

| | Frecuencia | | | | | |
|----------------|------------------------|--------------|---------------------|--------------|--------------------------------------|-----------------------------------|
| | Varias veces en semana | Semanalmente | Varias veces al mes | Mensualmente | De vez en cuando (6-11 veces al año) | Raras ocasiones (<5 veces al año) |
| Hombres (N=96) | 21.9 | 19.8 | 29.2 | 15.6 | 11.5 | 2.1 |
| Mujeres (N=60) | 21.7 | 16.7 | 25 | 13.3 | 16.7 | 6.7 |
| Total (N=156) | 21.8 | 18.6 | 27.6 | 14.7 | 13.5 | 3.8 |

Tabla 3. Distribución (porcentajes) de la muestra en función del género y los motivos con los que se acude al medio natural para realizar actividades.

| | Motivos | | | | | | |
|----------------|-------------------|------------------|-----------|---------------------|---------------------|-------------------|------|
| | Mantener la salud | Actividad física | Diversión | Relaciones sociales | Educación ambiental | Riesgo y aventura | Otra |
| Hombres (N=96) | 5.2 | 33.3 | 44.8 | 2.1 | 10.4 | 1 | 3.1 |
| Mujeres (N=60) | 3.3 | 18.3 | 60 | 1.7 | 11.7 | 0.0 | 5 |
| Total (N=156) | 4.5 | 27.6 | 50.6 | 1.9 | 10.9 | .6 | 3.8 |

El análisis de datos (Tabla 3), muestra que no se encontraron diferencias de género a la hora de mencionar el motivo por el que los sujetos llevaban a cabo actividades en este entorno ($\chi^2(2,156)=6.038$; $p=.209$; $Vc=.197$).

Otra de las variables relacionadas con los hábitos a la hora de realizar actividades en el medio natural, fue conocer las características en función de las cuales se elige el lugar de práctica. Solo se observaron diferencias de género en la elección del lugar por la cercanía del mismo ($\chi^2(2,156)=3.656$; $p=.028$; $Vc=.153$); ya que el 81.7% de mujeres no tenía en cuenta este aspecto a la hora de seleccionar el lugar y el 32.3% de los hombres sí. Por otra parte, las mujeres (83.3%) dieron mayor importancia al paisaje que los hombres (75%), mientras que con respecto a la elección del lugar en función de la actividad a realizar ocurre lo contrario (72.9% de hombres frente al 68.3% de mujeres). En cuanto al patrimonio del lugar y el hecho de estar incluido en un Espacio Protegido, el 19.8% de ellos atribuyeron importancia a estos aspectos, mientras que las mujeres que también lo hicieron representan aproximadamente un cuarto del total. Por último, las mujeres otorgaron mayor importancia a los servicios ofertados en los lugares de práctica que los hombres, 8.3% y 3.2% respectivamente. Así, no se encontró una asociación entre el género y la elección del lugar de práctica en función del paisaje ($\chi^2(2,156)=1.504$; $Vc=.098$), del patrimonio cultural ($\chi^2(2,156)=.278$; $Vc=.042$), de los servicios ofertados ($\chi^2(2,156)=2.059$; $Vc=.115$), de la actividad a realizar ($\chi^2(2,156)=.378$; $Vc=.049$) y del hecho de que el lugar se encontrase dentro de un Espacio Protegido ($\chi^2(2,156)=1.518$; $Vc=.099$); siendo $p > .05$ para todas las comparaciones.

Para analizar el modo de organización y planificación de las actividades practicadas (Figura 2), los encuestados tenían la posibilidad de seleccionar todas aquellas respuestas que se adecuaban a su situación. En base a los resultados, solo se encontraron diferencias entre géneros a la hora de realizarlas por cuenta ajena ($\chi^2(7,156)=8.309$; $p=.002$; $Vc=.231$) y a través del centro escolar ($\chi^2(7,156)=6.910$; $p=.004$; $Vc=.210$).

Así mismo, en cuanto a la compañía con la que realizan actividades en el medio natural los practicantes (Figura 3), estos podían seleccionar más de una respuesta en el cuestionario. En base a las respuestas obtenidas, se observó una asociación moderada entre el género y el hecho de acudir solo ($\chi^2(7,156)=14.043$; $p<.001$; $Vc=.300$) y la práctica realizada con un monitor ($\chi^2(7,156)=6.653$; $p=.005$; $Vc=.207$).

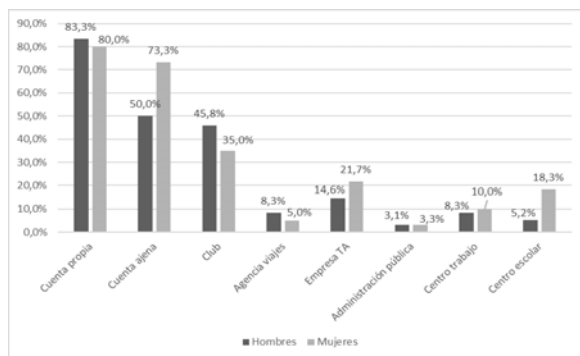


Figura 2. Forma de organización y planificación de las actividades realizadas en el medio natural según el género.

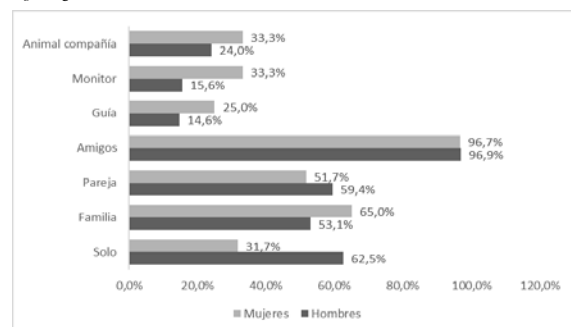


Figura 3. Compañía con la que se acude al medio natural para realizar actividades según el género.

Discusión

Los resultados ponen de manifiesto que en el presente estudio, al igual que en los llevados a cabo por Maza et al. (2005), Pérez et al. (2018) y Sánchez et al. (2010), la proporción de mujeres que practican actividades en el medio natural es menor que la de los hombres, 61.5% hombres y 38.5% mujeres. Esto queda reforzado por la idea de que la práctica de actividades en el medio natural realizada por mujeres es menos numerosa que por hombres (Maza et al., 2008). Además, dichos datos también concuerdan con las estadísticas globales del deporte, donde el género femenino es menos visible que el masculino (Espada et al., 2018; García et al., 2011; Martín et al., 2014; MECD, 2015).

En términos relativos a la edad, no se encontraron diferencias entre géneros. Pérez et al. (2018) evidencian que solamente el 7.1% del total de la muestra se encontraba entre los 16 y los 24 años, lo cual difiere de los resultados obtenidos en este estudio, pues aproximadamente un tercio de participantes, tanto hombres (30.2%) como mujeres (36.7%), afirmaron encontrarse en esa franja de edad. Tampoco se encuentra una similitud entre ambos estudios para la edad comprendida entre los 36 y 50 años; sin embargo, ambos coinciden en que el grupo de 65 años o más es donde se refleja una menor cantidad de practicantes.

Dentro del ámbito federativo y la posesión o no de una licencia federativa, no se encontraron diferencias (49% de los hombres sí estaban federados y el 38.3% de mujeres también); lo cual concuerda con el trabajo de Sánchez et al. (2010), donde tampoco se obtuvieron diferencias de género estadísticamente significativas en este ámbito. Pero a pesar de no encontrar diferencias significativas, sí se observa una menor proporción de mujeres federadas, lo que concuerda con los hábitos generales deportivos de la población española, donde se observa una mayor cantidad de hombres que de mujeres federados en alguna modalidad deportiva (MECD, 2015).

En cuanto a las actividades, se puede observar que, aunque no existan grandes diferencias entre hombres y mujeres, estas últimas optan por modalidades más accesibles como el senderismo (93.3%), el montañismo (48.3%), la escalada (38.3%), el picnic (36.7%) o la acampada (33.3%). Los resultados mostrados coinciden con el trabajo de Lagardera et al. (1995b) y Maza et al. (2005), pues estos autores ponen de manifiesto el hecho de que las mujeres, sobretodo las de mayor edad, optan por actividades de fácil acceso como marchas o acampadas por el monte y que la presencia de mujeres suele ser inversamente proporcional a la altitud y envergadura de la excursión. Así, en modalidades más comprometidas, como puede ser el alpinismo, la participación de hombres es superior a la de mujeres. Sin embargo, dentro de este último bloque de actividades, cabe destacar que estas, aunque en menor proporción que los hombres, se decantan por modalidades como el barranquismo (20%), el esquí de travesía (21.7%) o las vías ferratas (21.7%).

Los resultados obtenidos referidos a los motivos por los que se llevan a cabo actividades en el medio natural son opuestos a los encontrados en la mayoría de los estudios (García et al., 2011; Martín et al., 2014; Sánchez et al., 2010). Mientras que en el presente trabajo no se han encontrado diferencias significativas entre hombres y mujeres a la hora de definir la razón de práctica, en los trabajos mencionados esas diferencias sí que fueron significativas.

En el presente estudio, al analizar la compañía con la que realizan actividades en el medio natural las mujeres, esta no difiere mucho de la de los hombres; puesto que para ambos, los amigos, la familia y la pareja son las principales opciones. Lo que merece ser destacado es el hecho de que exista una gran diferencia entre el colectivo masculino y el femenino a la hora de realizar actividades en solitario; ya que solamente el 31.7% de mujeres frente al 62.5% de hombres manifestaron acudir solas al medio natural, lo cual coincide con lo reflejado por Espada et al. (2018), donde se obtuvo que los hombres tienden a preferir actividades más autónomas y al aire libre, mientras que las mujeres prefieren actividades guiadas o en compañía.

Cabe mencionar también que, a pesar de existir pequeñas diferencias de género en algunos de los aspectos analizados tanto del perfil de los practicantes como de sus hábitos y características de la práctica, en términos generales no se han observado diferencias significativas entre hombre y mujeres. Esto concuerda con los resultados obtenidos en el estudio de Sánchez et al. (2010) donde tampoco aparecieron, en términos absolutos, diferencias de género significativas. Lo que demuestra que las mujeres cada vez se incorporan más a este tipo de actividades y que además, tanto el colectivo masculino como el femenino, siguen pautas similares a la hora de la práctica.

Conclusiones

En base a los resultados obtenidos, el primer aspecto destacable es el hecho de que la proporción de mujeres que realizan actividades en el medio natural es menor que la de los hombres. Y que además, comparando ambos colectivos se pueden encontrar diferencias en el perfil y en diversos aspectos relacionados con la práctica de este tipo de acti-

vidades.

En cuanto al perfil de los practicantes, en lo relativo a la edad de los sujetos, tanto el colectivo masculino como el femenino, se encontraba principalmente entre los 16 y 50 años. Sin embargo, en lo referente a los estudios cursados por los practicantes de este tipo de actividades, las mujeres manifestaron poseer mayor grado de estudio que los hombres; ya que más de la mitad de estas habían realizado estudios universitarios, frente al 42.7% de hombres. Menos de la mitad de practicantes (49% de hombres y 38.3% de mujeres) declararon estar en posesión de una licencia federativa. A la hora de asociarse a una entidad con la que colaborar o realizar actividades en el medio natural, los hombres se mostraron más participativos que las mujeres, puesto que más de la mitad de estas confesaron no estar vinculadas a ningún tipo de asociación.

Desde una perspectiva de género, se pueden apreciar diversas diferencias en relación a la práctica de actividades en el medio natural, sus hábitos y características. Los resultados de este estudio ponen de manifiesto la existencia de diferencias entre hombres y mujeres relacionadas con la elección de actividades, el hecho de realizar un entrenamiento previo a la práctica, el motivo por el que se elige el lugar al que acudir para practicar las actividades, la forma de organizarlas y el colectivo con el que se acude al medio natural.

Limitaciones y perspectivas de futuro

Limitaciones del estudio:

La recogida de datos se realizó únicamente en un lugar concreto de la Sierra de Guadarrama y el tamaño de la muestra podría considerarse pequeño, por lo que los resultados no se pueden extrapolar a la población general.

La puntuación del Coeficiente Alfa de Cronbach que hace referencia a la fiabilidad del instrumento empleado para la recogida de datos es inferior a lo recomendable.

Perspectivas de futuro:

Ampliar el tamaño de la muestra y los puntos de muestreo, para realizar un estudio global de toda la población de practicantes de actividades en el medio natural en el territorio nacional.

Referencias

Abbasi, I. (2014). Socio-cultural barriers to attaining recommended levels of physical activity among females: A review of literature. *Quest*, 66(4), 448-467. Recuperado de: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/00336297.2014.955118>

Alfaro, É. (s.f.). *Las mujeres y el deporte: Evolución y situación actual*. Recuperado de http://www.munideporte.com/imagenes/documentacion/ficheros/20100805132024_Elida%20Alfaro.pdf

Colorado, J. (2006). *Montañismo y trekking: Manual completo* (3ª edición). Madrid: Ediciones Desnivel.

Diputación Territorial de Aragón. (1997). *Género femenino y actividades físico – deportivas en la naturaleza. El caso de la mujer aragonesa*. 1º Edición. Zaragoza: Diputación Territorial de Aragón.

Espada, M., Martín, M., Jiménez, V., Moscoso, D., Jiménez-Beatty, E. y Rivero, A. (2018). Leisure sports habits in Spanish adults: gender and social differences. *OBETS. Revista de Ciencias Sociales*, 13(2), 495-513. Recuperado de: https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/85227/1/OBETS_13_2_2.pdf

García, M. & Llopis, R. (2011). *Ideal democrático y bienestar personal: encuesta sobre los hábitos deportivos en España 2010*. Madrid: Consejo Superior de Deportes, Centro de Investigaciones Sociológicas.

González, E., Pérez, J. & Alarcón, P. (2017). Principales causas inductoras de la actividad física deportiva en la mujer. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 129, 108-118. Recuperado de: <https://www.revista-apunts.com/es/hemeroteca?article=1793>

Inglés, E., Funollet, F. & Olivera, J. (2016). Las actividades físicas en el medio natural. Presente y futuro. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 124, 51-52. Recuperado de: <https://www.raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/view/310651/0>

Kotlik, J., Williams, H., & Jabor, M. (2011). Reporting and interpreting effect size in quantitative agricultural education research. *Journal of Agricultural Education*, 52(1), 132-142. Recuperado de <https://eric.ed.gov/?id=EJ955682>

Lagardera, F., Canales, I., & Perich, M. J. (1995a). El femení en les activitats físiques a la natura. *Revista Apunts*, 41, 141-150. Recuperado de <http://www.revista-apunts.com/es/hemeroteca?article=826>

Lagardera, F., Martínez, R., Canales, I. & Perich, M.J. (1995b). Género femenino y actividad físico deportiva en la naturaleza: el caso de la mujer aragonesa. Zaragoza: Gobierno de Aragón.

Lapetra, S. & Guillén, R. (2010). *Ocio deportivo en la naturaleza*. Zaragoza: Prensas Universitarias de Zaragoza.

López, A. (2016). Organización de actividades deportivas en el medio natural: contratación y aspectos jurídicos relevantes. *Revista española de educación física y deportes*, 412, 45-57. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5481979>

López, V. (2014). La invisibilidad del género femenino en los deportes de alta montaña. En Villegas, J., Zalduendo, R. y Tornero, J. (Eds). *II international conference gender and communication: libro de actas* (760-771). Recuperado de <https://idus.us.es/xmlui/handle/11441/36742>

Martín, M., Barriopedro, M., Martínez, J., Jiménez-Beatty, J. & Rivero, A. (2014). Diferencias de género en los hábitos de actividad física de la población adulta en la Comunidad de Madrid. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 38 (10), 319-335. Recuperado de: <https://www.cafyd.com/REVISTA/ojs/index.php/ricyde/article/view/706>

Maza, P., Estrada, A., Ruiz, E., & Santolaria, I. (2007). *Programa mujer y deporte*. Recuperado de <http://www.fedme.es/index.php?mmod=staticContent&IDf=326>

Maza, P., Moscoso, D. & Estrada, A. (2005). *Práctica de los deportes de montaña en España: aproximación desde una perspectiva de género*. Zaragoza: PRAMES.

Maza, P., Moscoso, D., & Estrada, A. (2008). La construcción de la identidad de género en la práctica de los deportes de montaña. En Pinasa, V. (Ed). *Comunicación y deporte*, 83-88. Madrid: Librerías Deportivas Esteban Sanz.

Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, MECD. (2015). *Estadística 2015: Encuesta de hábitos deportivos en España*. España: Secretaría General Técnica, Subdirección General de Documentación y Publicaciones. Recuperado de: <https://www.culturaydeporte.gob.es/dam/jcr:ebf5ee1a-69c8-4809-9e7d-30ca5425e8d9/encuesta-de-habitos-deportivos-2015.pdf>

Moscoso, D. (2003). *La montaña y el hombre: en los albores del siglo XXI, una reflexión sociológica sobre la situación en España*. Benasque: Barrabes Editorial.

Moya-Mata, I., Ruiz-Sanchis, L., Martín, J. & Ros, C. (2017). Estereotipos de género en las imágenes que representan las actividades en el medio natural en los libros de Educación Física de Primaria. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 14(40), 15-23. Recuperado de: <https://cd.ucam.edu/index.php/revista/article/view/1222>

Pedrajas, N., Martín, M., Barriopedro, M. & Vives, E. (2015). La demanda latente de ejercicio físico y deporte de la población adulta de la Comunidad de Madrid: Diferencias de género en las actividades demandadas. *Ágora para la Educación Física y el deporte*, 17(3), 220-236. Recuperado de: http://agora-revista.blogs.uva.es/files/2015/12/agora_17_3b_pedrajas_et_al.pdf

Pérez, P., & Luque, P. (2018). *Análisis del perfil de los usuarios-visitantes del medio natural en España, 2017-2018*. Barcelona: FEDME.

Sánchez, J., Fernández, E., & Vázquez, B. (2010). *Actividades físicas deportivas en el medio natural y género* (Tesis doctoral). Universidad Politécnica de Madrid, Madrid.

Seguí, J. & Fariás, E. (2018). El trail running (carreras de o por montaña) en España. Inicios, evolución y actual estado de la situación. *RETOS. Nuevas tendencias en educación Física, Deporte y Recreación*, 33, 123-128. Recuperado de: <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/56462>