

Disfrute y motivación en la práctica de actividad física y satisfacción con los servicios deportivos durante la adolescencia.

Enjoyment and motivation in the practice of physical activity and satisfaction with sports services during adolescence

Antonio Aznar-Ballesta, Mercedes Vernetta Santana
Universidad de Granada (España)

Resumen. El objetivo del estudio fue conocer el disfrute y/o aburrimiento, tipo de motivación, satisfacción, calidad percibida y la valoración general del servicio deportivo de los adolescentes estudiantes de secundaria que realizan actividad física deportiva extraescolar dada la importancia que tiene su repercusión en la fidelización y el mantenimiento de hábitos de vida saludables. Participaron 307 adolescentes de entre 12 y 18 años ($M=14,78$; $DT=1,72$; 55.7% hombres; 44.3% mujeres). Se aplicaron tres cuestionarios: un cuestionario *ad hoc*, la *Escala de Medida del Disfrute en la Actividad Física* (PACES), la *Escala de Medida de los Motivos para la Actividad Física-Revisada* (MAPM-R) y el *Cuestionario de Valoración de Servicios Deportivos* (EPOD2). Al menos uno de los tres factores del cuestionario EPOD2 fue predictor de cada uno de los factores de los cuestionarios PACES y MAPM-R (calidad percibida-disfrute, satisfacción-aburrimiento, calidad percibida-motivación intrínseca, satisfacción-motivación extrínseca), correlacionando entre sí de forma positiva exceptuando el aburrimiento que lo hace de forma negativa (r de $-.128$ a $-.352$) y la motivación extrínseca con la que no correlaciona ($r=.035$). Los chicos mostraron mayores índices de disfrute que las chicas, ocurriendo al contrario en calidad percibida, satisfacción y valor del servicio. La satisfacción fue un predictor negativo de la motivación extrínseca ($\beta= -.122$). Como conclusión, los deportistas en general disfrutaban, se encuentran motivados y se sienten satisfechos, con valores cercanos al máximo, con el servicio ofertado en las instalaciones deportivas.

Palabras clave: Servicio deportivo, actividad física extraescolar, disfrute, motivación, satisfacción.

Abstract. The objective of the study was to know the enjoyment and/or boredom, type of motivation, satisfaction perceived quality and overall assessment of the sports service of adolescent high school students who engage in extracurricular physical activity given the importance of its impact on loyalty and maintenance of healthy lifestyle habits. 307 adolescents between 12 and 18 years old ($M=14,78$; $DT=1,72$; 55.7% men; 44.3% women) participated. Three questionnaires were applied: an *ad hoc* questionnaire, the *Scale of Measurement of Enjoyment in Physical Activity* (PACES), the *Scale of Measurement of Motives for Physical Activity-Revised* (MAPM-R) and the *Sports Services Assessment Questionnaire* (EPOD2) was applied. At least one of the three factors of the EPOD2 is a predictor of each of the factors of the PACES and MAPM-R questionnaires (perceived quality-enjoyment, satisfaction-boredom, perceived quality-intrinsic motivation, satisfaction-extrinsic motivation) correlated positively with the exception of boredom, which correlated negatively (r from $-.128$ to $-.352$), with the exception of extrinsic motivation, with which it did not correlate ($r=.035$). Boys showed higher indices of enjoyment than girls, with the opposite occurring in perceived quality, satisfaction and service value. Satisfaction was a negative predictor of extrinsic motivation ($\beta= -.122$). In conclusion, athletes in general enjoy, are motivated and feel satisfied, with values close to the maximum, with the service offered in sports facilities.

Keywords: Sports service, extracurricular physical activity, enjoyment, motivation, satisfaction.

Fecha recepción: 13-06-22. Fecha de aceptación: 16-09-22

Antonio Aznar-Ballesta
aaznar@ugr.es

Introducción

La práctica de actividad físico-deportiva (AFD) potencia el desarrollo mental, físico y psicológico de la persona (Amatriain-Fernández et al., 2020; Wang & Ashokan, 2021). La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la actividad física como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía por encima de la tasa de metabolismo basal (OMS, 2020). Son varios los estudios que evidencian su beneficio en el desarrollo del aparato locomotor, del sistema cardiovascular, neuromuscular, mantener un peso corporal saludable, mejor control de la ansiedad y la depresión, así como contribuir al desarrollo social y a la evitación de conductas no saludables (Roth et al., 2019; Warburton & Bredin, 2019). Igualmente, evidencias científicas muestran que con la AFD aumenta la autoestima, creando un efecto positivo en el bienestar de las personas que lo practican, así como sus beneficios entre los jóvenes de una forma integral afectando en todos sus ámbitos: físico, psicológico

y social (Fabio & Towey, 2018; Mazereel et al., 2021; Mygind et al., 2019; Tikac et al., 2022).

Según la OMS, la mayoría de la población adolescente a nivel mundial presenta niveles de actividad física insuficientes para generar amplios beneficios para la salud (OMS, 2020). En este sentido, la práctica deportiva en España se sitúa en el 59.6% (Ministerio de Cultura y Deporte, 2021). Además, el 34% de los jóvenes menores de 25 años tienen sobrepeso (Aranceta-Bartrina et al., 2020), aumentando progresivamente la prevalencia de obesidad y sobrepeso hasta el 53.6% en población más adulta, con valores de sedentarismo en tiempo de ocio en mujeres y hombres del 40.3% y 32.3% respectivamente (Ministerio de Sanidad, Subdirección General de Información Sanitaria, 2021).

Teniendo en cuenta que la adolescencia es una etapa caracterizada como un periodo crítico en la construcción de un estilo de vida saludable que podría extenderse hasta la edad adulta, conocer la motivación, medible mediante diferentes cuestionarios (Balaguer et al., 2007; Gimeno et

al., 1994; Pulido González et al., 2015), que tienen los jóvenes en su práctica se hace necesario para afianzar su fidelización, ya que parece que existe una disminución hacia la práctica de AFD y estilos de vida activo en estos adolescentes a medida que avanza la edad (Aznar-Ballesta et al., 2021; Planas et al., 2020). Además, diferentes estudios indican que los practicantes de deportes individuales tienen una mayor motivación intrínseca (entendida como el deseo de realizar algo con algún propósito partiendo desde el interior de cada persona sin tener en consideración estímulos externos), que extrínseca (entendida como la que aparece cuando existe cualquier tipo de influencia externa), adquiriendo mayor protagonismo la externa en los colectivos y, por lo tanto, conocer hacia donde se orienta su motivación, ayudará a elegir la mejor opción, sin olvidar la importancia que tiene la autoeficacia en el desarrollo de los objetivos en la práctica (Howard et al., 2018; Moradi et al., 2020; Tušak et al., 2022). Aun así, jóvenes con grandes motivos de práctica intrínseca, asegurará en mayor medida un estilo de vida saludable a través del deporte (Fradejas Medrano & Espada Mateos, 2018). Respecto a la motivación extrínseca, uno de los factores que la potencia es el hecho de estar federado o no, por la estimulación del entorno de ganar al contrario (Escamilla-Fajardo et al., 2020). Por otro lado, la satisfacción de los usuarios de entidades deportivas mejorará los índices de hábitos y permanencia en los mismos, siempre y cuando los centros provean de calidad sus servicios (Aparicio Chueca et al., 2018). En este sentido, existen diferentes herramientas de medición de la calidad y satisfacción (Calabuig et al., 2008; Parasuraman et al., 1988; Sanz et al., 2005). Además, el hecho de tener un deportista motivado y satisfecho con la calidad recibida, no garantiza su permanencia ya que pueden existir circunstancias ajenas a esos dos factores que influyan en el disfrute al realizar actividad física, como puede ser el estrés percibido (Dunker et al., 2020), o incluso una falta de percepción de liderazgo por parte del entrenador (Bandura & Kavussanu, 2018). Es por ello que, estudios sobre el disfrute durante la práctica deportiva han demostrado que la percepción del éxito tanto a nivel individual como formando parte de un grupo, además de la sensación de pertenencia e identidad social en un colectivo aumentan este factor y, por lo tanto, mantiene una relación inversamente proporcional con el abandono deportivo (Murray & Sabiston, 2022; Romanova & Sollar, 2019).

La AFD extraescolar, fuera del contexto de la obligatoriedad de las clases de Educación Física (EF) puede suponer un campo de estudio importante para la promoción de su práctica ya que la satisfacción y el valor percibido de los adolescentes teniendo en cuenta el conjunto de la organización de las actividades deportivas extraescolares son motivo de continuidad y fidelización en ellas según varios estudios (Aznar Cebamanos et al., 2020; Pascual et al., 2020). De ahí que conocer las sensaciones de satisfacción con la entidad deportiva y de disfrute en la práctica durante las clases extraescolares podrían tener una repercusión

positiva respecto a su continuidad en la misma.

En relación a lo anteriormente expuesto según las publicaciones indicadas se plantea como dos hipótesis a) la existencia de diferencias significativas de comparación con el disfrute/aburrimiento, motivación intrínseca y extrínseca, calidad percibida, satisfacción y valor del servicio en función del género (H1); b) señalar a los factores del cuestionario EPOD2 (calidad percibida, satisfacción y valor del servicio) como predictores del disfrute/aburrimiento y motivación extrínseca e intrínseca (H2). Teniendo en cuenta las hipótesis planteadas el objetivo del estudio fue conocer el nivel de disfrute y/o aburrimiento, tipo de motivación, satisfacción, calidad percibida y valoración general de los servicios deportivos extraescolares consumidos por adolescentes practicantes entre 12 y 18 años.

Material y método

Diseño y participantes

Estudio no experimental, de tipo descriptivo y corte transversal, con la participación de 307 adolescentes de entre 12 y 18 años ($M=14,78$, $DT=1,72$), el 55.7% eran hombres ($n=171$) y el 44.3% mujeres ($n=136$), con un tiempo medio de práctica semanal de 4,74 horas, seleccionados a través de un muestreo no probabilístico de tipo intencional. Todos los participantes estaban realizando algún tipo de AFD en centros públicos, clubes, asociaciones y/o empresas del municipio de Maracena (Granada). En la elección de las entidades se tuvo en cuenta todas las existentes en el distrito de Maracena siendo un total de 22 que ofrecían actividades deportivas en instalaciones tanto públicas como privadas: voleibol, atletismo, baile, baloncesto, balonmano, billar, mountain bike, espeleología, fútbol americano, fútbol, gimnasia rítmica, kárate, lucha, taekwondo, voleibol, deportes urbanos y gimnasios privados dedicados al crossfit. La participación fue voluntaria y se recaló el anonimato en la participación. El estudio cumplió con los principios de ética para la investigación con personas humanas que se establecen en la Declaración de Helsinki de 1975 y fue aprobado por el Comité de Ética de la Investigación de la Universidad de Granada (nº: 2286/CEIH/2021).

Instrumentos

Para conocer las características de la AFD realizada se aplicó un cuestionario *ad hoc* de preguntas sociodemográficas relacionadas con la edad, sexo, frecuencia en horas de práctica semanal y tipo de deporte practicado.

Para determinar el disfrute por la práctica de AFD se aplicó el *Physical Activity Enjoyment Scale* (PACES) adaptada al castellano por Moreno et al. (2008). La escala está compuesta por 16 ítems que se puntúa desde el valor mínimo (1) al valor máximo (5), y donde la posición central (3) se correspondía al valor neutro. Los resultados mostraron un coeficiente de alfa de Cronbach de .89 para el factor disfrute (Moreno et al., 2008). La fiabilidad del PACES para este estudio se calculó con el alfa de Cronbach y el omega

de McDonalds coincidiendo con los resultados de .75 para el factor disfrute y .70 para el factor aburrimiento.

El cuestionario utilizado para determinar los motivos de práctica de AFD fue el *Motives for Activity Physical Measure-Revised* (MAPM-R) originalmente creado por Ryan et al (1997) y posteriormente adaptado al español por Moreno Murcia et al. (2007). Consta de 28 ítems, agrupados en cinco factores: disfrute, apariencia corporal, vínculo social, fitness/salud y competencia. Disfrute y competencia demuestran una orientación motivacional intrínseca, mientras que las otras tres subescalas (social, fitness/salud y apariencia) reflejan niveles de motivación extrínseca. Se mide con una escala tipo Likert de siete puntos donde 1 corresponde a “nada verdadero para mí” y 7 a “totalmente verdadero para mí”. Se trata de un instrumento válido y fiable con valores de alfa de Cronbach obtenidos por Moreno Murcia et al (2007) de .84, .87, .81, .80 y .85, respectivamente. Para este estudio el alfa de Cronbach fue de .74, .89, .76, .83, y .84 para los mismos factores y los valores de omega de McDonald .73, .89, .77, .84 y .85.

Finalmente, para medir la satisfacción por la práctica de AFD se usó el *Cuestionario de valoración de servicios deportivos* (EPOD2) (Nuviala et al., 2013). Consta de 25 ítems y 8 factores: (1) monitor/entrenador, (2) instalaciones, (3) material deportivo, (4) actividades, (5) comunicación, (6) personal de la organización, (7) satisfacción en relación a la organización y actividad y (8) relación calidad/precio de la actividad. Los 6 primeros factores pertenecen al área de evaluación de la calidad percibida (Alfa de Cronbach de .89), el factor 7 a la satisfacción (Alfa de Cronbach de .86) y el factor 8 al valor del servicio (solo 1 ítem) (Nuviala et al., 2013). Para el presente estudio el alfa de Cronbach fue de .89 y .88 y el omega de McDonald .89 y .89 para los mismos factores. Se mide a través de una escala Likert de 1 a 5, donde 1 es muy en desacuerdo, 2 en desacuerdo, 3 de acuerdo, 4 bastante de acuerdo y 5 muy de acuerdo.

Procedimiento

Se contactó con entrenadores y deportistas de diferentes entidades deportivas solicitando su colaboración. Los deportistas debían estar matriculados en algún curso de la Educación Secundaria. El cuestionario se realizó en formato papel y se facilitó a los encuestados presencialmente antes o después de comenzar sus actividades o entrenamientos, siendo informados previamente de los objetivos del estudio y con el consentimiento de las familias y equipos directivos de los diferentes clubs y centros.

Análisis Estadístico

Los datos fueron analizados utilizando el programa IBM SPSS Statistic 26 (Chicago, Illinois, U.S.A). Las variables continuas se presentaron con la media, desviación estándar e intervalo de confianza del 95.0% y las categóricas en frecuencias (porcentajes). Se analizó la normalidad de las variables mediante el Test de K-S (*Kolmogorov-Smirnov*). Al no observar una distribución normal se optó por un análisis no paramétrico. Para el análisis principal con variables cuantitativas se realizó una comparación de medias mediante la prueba U de Mann-Whitney y si la variable independiente presentaba más de dos categorías se utilizó la prueba de H de Kruskal-Wallis. Para comprobar la relación de las dimensiones de los diferentes cuestionarios, se utilizó la correlación de Spearman. Además, con variables cualitativas se realizó el test de Chi2 o Fisher. Se utilizó el análisis de regresión múltiple por pasos (stepwise) para explorar que variables podían explicar la variación de la variable dependiente. Los requisitos para incluir una variable independiente en el análisis de regresión múltiple fueron los siguientes: 1) los coeficientes de correlación entre la variable dependiente e independiente fueron significativos; y 2) los coeficientes de correlación entre las variables independientes fueron igual o inferior a .70. La significación estadística se estableció en $p < 0,05$.

Tabla 1

Medias y desviaciones típicas de las variables sociodeportivas según los factores del cuestionario PACES

Variables	Disfrute			Aburrimiento			
	M	DT	Sig.	M	DT	Sig.	
Sexo	Hombre (n=171)	4.47	0.53	.242	1.42	0.57	.212
	Mujer (n=136)	4.40	0.58		1.35	0.52	
Etapa educativa	Primer ciclo ESO (n=114)	4.42	0.54	.961	1.35	0.48	.121
	Segundo ciclo ESO (n=121)	4.48	0.43		1.36	0.46	
	Bachillerato (n=72)	4.39	0.73		1.52	0.75	
Tipo deporte	Individual/coreográfico (n=127)	4.51	0.62	.078	1.27	0.46	.001
	Colectivo (n=180)	4.39	0.57		1.47	0.59	
Entidad	Ayuntamiento (n=39)	4.17	0.60	.003	1.53	0.60	.155
	Club/Asociación (n=252)	4.47	0.54		1.37	0.54	
	Empresa (n=16)	4.55	0.33		1.26	0.44	
Horas práctica semanal	1-6 (n=244)	4.40	0.58	.069	1.40	0.59	.440
	7 ó más (n=63)	4.58	0.37		1.35	0.36	
Actividad Competitiva	Si (n=252)	4.44	0.53	.758	1.41	0.54	.027
	No (n=55)	4.44	0.64		1.30	0.59	
Actividad Federada	Si (n=192)	4.50	0.50	.033	1.42	0.54	.040
	No (n=115)	4.35	0.61		1.35	0.56	

PACES: Escala de disfrute de actividad física; M: Media; DT: Desviación Típica; Sig.: Significancia estadística; ESO: Educación Secundaria Obligatoria; n: número de personas respecto a la muestra.

Resultados

En la tabla 1 se muestran las valoraciones medias y des-

viación típica de los factores (disfrute y aburrimiento) del cuestionario PACES en relación a variables sociales y correspondiente a la práctica deportiva extraescolar.

En general toda la muestra revela altos índices de disfrute y bajos de aburrimiento durante la práctica de AFD. No se obtuvieron diferencias significativas en el disfrute o aburrimiento respecto al sexo, etapa educativa y horas de práctica semanal ($p > .05$), aunque se observó un aumento de aburrimiento conforme avanza la edad. De hecho, hubo diferencias en torno al aburrimiento y si el deporte era individual/coreográfico o colectivo ($p = .001$), no siendo significativo con el factor disfrute ($p = .078$). Los que practicaban deportes colectivos sentían más aburrimiento.

También se observó significatividad ($p = .003$) en torno al disfrute respecto a la entidad en la que practicaban AFD, no siendo así con el factor aburrimiento ($p = .155$). Los mayores índices de disfrute se observaron en empresas, seguido de clubes/asociaciones y Ayuntamiento. La relación entre el aburrimiento y la AFD competitiva fue signi-

ficativa ($p = .027$), no siendo así con el disfrute, mostrando un grado mayor de aburrimiento los que competían respecto a los que no. Ambos factores, disfrute y aburrimiento tuvieron una relación estadísticamente significativa ($p = .033$ y $p = .040$ respectivamente) en función si el deportista tenía licencia federativa o no, siendo los federados los que disfrutaban más y los no federados los que más se aburrían.

En la tabla 2 se muestran las valoraciones medias y desviación típica de los factores (motivación intrínseca y motivación extrínseca) y motivación total del cuestionario MPAM-R en relación a variables sociales y correspondiente a la práctica deportiva extraescolar. No se incluyó la variable de "Entidad", debido a que no se consideró relevante en la determinación de la motivación.

Tabla 2

Medias y desviaciones típicas de las variables sociodeportivas según los factores del cuestionario MRAM-R

Variables	Motivación Intrínseca			Motivación Extrínseca			Motivación Total			
	M	DT	Sig.	M	DT	Sig.	M	DT	Sig.	
Sexo	Hombre (n=171)	6.11	0.89	.005	5.47	1.14	.000	5.73	0.91	.000
	Mujer (n=136)	5.84	0.95		4.88	1.27		5.28	1.00	
Etapa educativa	Primer ciclo ESO (n=114)	6.00	0.91	.510	5.31	1.20	.421	5.60	1.00	.440
	Segundo ciclo ESO (n=121)	5.92	0.94		5.11	1.25		5.45	0.98	
	Bachillerato (n=72)	6.06	0.92		5.22	1.23		5.56	0.96	
Tipo deporte	Individual/coreográfico (n=127)	5.81	0.97	.007	4.77	1.35	.000	5.20	1.07	.000
	Colectivo (n=180)	6.10	0.87		5.52	1.03		5.76	0.85	
Horas práctica semanal	1-6 (n=244)	5.93	0.94	.035	5.24	1.17	.849	5.52	0.97	.483
	7 ó más (n=63)	6.19	0.83		5.10	1.43		5.57	1.04	
Actividad Competitiva	Si (n=252)	6.09	0.84	.001	5.38	1.15	.000	5.66	0.91	.000
	No (n=55)	5.52	1.12		4.43	1.30		4.89	1.07	
Actividad Federada	Si (n=192)	6.10	0.83	.026	5.35	1.17	.015	5.65	0.91	.011
	No (n=115)	5.79	1.03		4.97	1.28		5.31	1.06	

MRAM-R: Escala de motivos para la actividad física revisada; M: Media; DT: Desviación Típica; Sig.: Significancia estadística; ESO: Educación Secundaria Obligatoria; n: número de personas de la muestra.

Tabla 3

Medias y desviaciones típicas de las variables sociodeportivas según los factores del cuestionario EPOD2

Variables	Calidad percibida			Satisfacción			Valor del servicio			
	M	DT	Sig.	M	DT	Sig.	M	DT	Sig.	
Sexo	Hombre (n=171)	4.26	0.56	.076	4.66	0.58	.019	4.50	0.85	.019
	Mujer (n=136)	4.37	0.53		4.79	0.51		4.69	0.70	
Etapa educativa	Primer ciclo ESO (n=114)	4.23	0.58	.239	4.72	0.58	.806	4.63	0.75	.823
	Segundo ciclo ESO (n=121)	4.34	0.54		4.74	0.54		4.56	0.79	
	Bachillerato (n=72)	4.38	0.50		4.77	0.54		4.57	0.87	
Tipo deporte	Individual/coreográfico (n=127)	4.58	0.32	.000	4.93	0.19	.000	4.86	0.43	.000
	Colectivo (n=180)	4.12	0.60		4.57	0.67		4.40	0.93	
Entidad	Ayuntamiento (n=39)	4.11	0.66	.010	4.50	0.80	.155	4.46	0.85	.391
	Club/Asociación (n=252)	4.32	0.53		4.75	0.51		4.60	0.79	
	Empresa (n=16)	4.63	0.33		4.73	0.37		4.62	0.72	
Horas práctica semanal	1-6 (n=244)	4.29	0.57	.554	4.71	0.56	.891	4.59	0.80	.920
	7 ó más (n=63)	4.37	0.48		4.74	0.53		4.59	0.79	
Actividad Competitiva	Si (n=252)	4.24	0.57	.000	4.67	0.59	.003	4.53	0.84	.001
	No (n=55)	4.61	0.32		4.90	0.25		4.87	0.43	
Actividad Federada	Si (n=192)	4.25	0.56	.009	4.67	0.56	.009	4.50	0.86	.006
	No (n=115)	4.41	0.52		4.78	0.54		4.74	0.63	

EPOD2: Cuestionario de valoración de servicios deportivos; M: Media; DT: Desviación Típica; Sig.: Significancia estadística; ESO: Educación Secundaria Obligatoria; n: número de personas de la muestra.

No se encontraron diferencias significativas respecto al curso o edad ($p > .05$). Se encontraron diferencias significativas en la motivación intrínseca ($p = .005$), extrínseca ($p = .000$) y total ($p = .000$) respecto al sexo. Además, los hombres se mostraron en general más motivados que las mujeres.

Si el deporte era individual o colectivo se relacionó significativamente con la motivación intrínseca ($p = .007$),

motivación extrínseca ($p = .000$) y motivación total ($p = .000$). Los jóvenes que asistían a deportes colectivos presentaron mayores índices de motivación que en deportes individuales/coreográficos, encontrando mayor valoración de motivación intrínseca que extrínseca en los dos tipos.

Fue significativa la relación entre motivación intrínseca con la cantidad de horas de práctica ($p = .035$), al contrario

de la extrínseca y total ($p > .05$). Los que practicaban siete horas o más a la semana presentaban una mayor motivación intrínseca, mientras que los que practicaban menos tiempo predomina la extrínseca.

La AFD competitiva, obtuvo significatividad respecto a motivación intrínseca, extrínseca y total ($p = .001$, $p = .000$, $p = .000$ respectivamente). Los competidores presentaban mayores índices de motivación que los que no lo hacían, siendo superior la intrínseca respecto a la extrínseca. Los resultados fueron parecidos respecto a si estaban federados o no ($p = .026$, $p = .015$, $p = .011$ respectivamente).

En la tabla 3 se muestran las valoraciones medias y desviación típica de la calidad percibida, satisfacción y valor del servicio del cuestionario EPOD2 en relación a variables sociales y correspondiente a la práctica deportiva extraescolar.

No se obtuvieron diferencias significativas respecto a los ciclos formativos (edad) y horas de práctica ($p > .05$), encontrando diferencias significativas al comparar la satisfacción ($p = .019$) y el valor del servicio ($p = .019$) con el

sexo, no siendo así con la calidad percibida ($p = .076$). Las chicas presentaron mejor valoración respecto a los chicos.

Hubo diferencias significativas de los tres factores EPOD2 respecto al tipo de deporte ($p = .000$) siendo los deportes individuales/coreográficos los mejores valorados.

La calidad percibida mostró significatividad respecto al tipo de entidad ($p = .010$), pero no con la satisfacción y el valor del servicio ($p > .05$). Percibían mayor calidad en las empresas, seguidas de los clubes/asociaciones y por último en Ayuntamiento. Además, la calidad percibida ($p = .000$), satisfacción ($p = .003$) y valor del servicio ($p = .001$) se relacionaron significativamente si competían o no, obteniendo los mismos resultados si los deportistas estaban federados o no ($p = .009$, $p = .009$ y $p = .006$ respectivamente). Los no competidores y los no federados son los que mejor valoran los tres factores del cuestionario.

Análisis de regresión

En la tabla 4 se encuentran las correlaciones entre los factores del cuestionario PACES, MRAP-R y EPOD2.

Tabla 4
Correlaciones bivariadas (Spearman) de los factores

Variables	PACES		MRAP-R		EPOD2		
	Disfrute	Aburrimiento	Motivación Intrínseca	Motivación Extrínseca	Calidad percibida	Satisfacción	Valor servicio
Disfrute	1	-.352**	.293**	.071	.232**	.172**	.093
Aburrimiento	-.352**	1	-.128*	.035	-.236**	-.248**	-.156**
M. Intrínseca	.293**	-.128*	1	.607**	.150**	.114*	.129*
M. Extrínseca	.071	.035	.607**	1	.021	-.129*	-.028
C. percibida	.232**	-.236**	.150**	.021	1	.472**	.479**
Satisfacción	.172**	-.248**	.114*	-.129*	.472**	1	.598**
Valor servicio	.093	-.156**	.129*	-.028	.479**	.598**	1

PACES: Escala de disfrute de actividad física; MRAP-R: Escala de motivos para la actividad física revisada; EPOD2: Cuestionario de valoración de servicios deportivos. Nota * $p < 0,05$); **($p < 0,01$).

Tabla 5
Modelo de regresión lineal múltiple (Stepwise) para determinar posibles predictores de las variables dependientes

Variables dependientes	Variables independientes	β	t	p
Disfrute (PACES)	Aburrimiento (PACES)	-.502	-10.526	.000
	Calidad percibida (EPOD2)	.143	2.967	.003
	Motivación intrínseca (MRAP-R)	.136	2.861	.005
Aburrimiento (PACES)	Disfrute (PACES)	-.521	-10.735	.000
	Satisfacción (EPOD2)	-.115	-2.375	.018
Motivación intrínseca (MRAP-R)	Motivación extrínseca (MRAP-R)	.598	13.615	.000
	Disfrute (PACES)	.174	3.828	.000
	Calidad percibida (EPOD2)	.111	2.442	.015
Motivación extrínseca (MRAP-R)	Motivación intrínseca (MRAP-R)	.623	13.857	.000
	Satisfacción (EPOD2)	-.122	-2.673	.008
	Aburrimiento (PACES)	.114	2.488	.013
Calidad percibida (EPOD2)	Satisfacción (EPOD2)	.420	7.435	.000
	Valor del servicio (EPOD2)	.231	4.095	.000
	Disfrute (PACES)	.153	3.396	.001
Satisfacción (EPOD2)	Valor del servicio (EPOD2)	.425	8.882	.000
	Calidad percibida (EPOD2)	.346	7.146	.000
	Aburrimiento (PACES)	-.110	-2.606	.010
Valor del servicio (EPOD2)	Satisfacción (EPOD2)	.477	8.763	.000
	Calidad percibida (EPOD2)	.223	4.090	.000

PACES: Escala de disfrute de actividad física; MRAP-R: Escala de motivos para la actividad física revisada; EPOD2: Cuestionario de valoración de servicios deportivos.

Se observan correlaciones significativas bajas o muy bajas (r oscila entre .128 y .293), con una correlación negativa entre disfrute y aburrimiento ($r = -.352$), aburrimiento y motivación intrínseca ($r = -.128$), aburrimiento y calidad percibida ($r = -.236$), aburrimiento y satisfacción ($r = -.248$), aburrimiento y valor del servicio ($r = -.156$) y motivación extrínseca con satisfacción ($r = -.129$) y ausencia de correlación entre motivación extrínseca y disfrute

($r = .071$), disfrute y valor del servicio ($r = .093$), aburrimiento y motivación extrínseca ($r = .035$), motivación extrínseca y calidad percibida ($r = .021$) y motivación extrínseca y valor del servicio ($r = -.028$).

En la tabla 5 se muestra la medida en la que las variables que se comportan como independientes son capaces de predecir las dependientes cuando ellas mismas se comportan como tal.

Se registraron las correlaciones bivariadas para 7 variables dependientes (tabla 4), mediante las cuales se obtuvieron 7 modelos diferentes de regresión entre ellos (tabla 5).

Los análisis de regresión revelaron que el aburrimiento (PACES), la calidad percibida (EPOD2) y la motivación intrínseca (MPAM-R) cuando se combinaron, fueron predictores significativos del disfrute (PACES) y explicaron el 33.0% de la variación de sus puntuaciones (R^2 ajustado=33.0%; $F=8.184$; $p=.005$), siendo el aburrimiento (PACES) el máximo predictor (tabla 5). Respecto a este último, la combinación del disfrute (PACES) y la satisfacción (EPOD2) explicaron un 30.1% (R^2 ajustado=30.1%; $F=5.64$; $p=.018$), siendo su máximo predictor el disfrute, medido por el cuestionario PACES (tabla 6).

La motivación extrínseca (MPAM-R), el disfrute (PACES) y la calidad percibida (EPOD2), al combinarse fueron predictores significativos y explicaron el 40.9% de la variación de las puntuaciones de la motivación intrínseca (MPAM-R) (R^2 ajustado=40.9%; $F=5.96$; $p=.015$), siendo el máximo predictor la motivación extrínseca (MPAM-R) (tabla 5). La combinación de la motivación intrínseca (MPAM-R), la satisfacción (EPOD2) y el aburrimiento (PACES) explicaron el 39.0% de la motivación extrínseca (R^2 ajustado=39.0%; $F=6.19$; $p=.013$), resultando la motivación intrínseca su mayor predictor y la satisfacción un predictor negativo (tabla 5).

Por último, la regresión reveló que la satisfacción (EPOD2), siendo el mayor predictor (tabla 5), valor del servicio (EPOD2) y disfrute (PACES) fueron predictores significativos de la calidad percibida (EPOD2) y cuando se combinaron, explicaron el 38.9% de la variación de sus puntuaciones (R^2 ajustado=38.9%; $F=11.53$; $p=.001$). Respecto a la satisfacción (EPOD2), la combinación de su máximo predictor (tabla 5), el valor del servicio (EPOD2), la calidad percibida (EPOD2) y el aburrimiento (PACES) (R^2 ajustado=47.5%; $F=6.79$; $p=.000$) explicaron un 47.5%. Para el valor del servicio el modelo explicó el 39.6% combinando la satisfacción (EPOD2) y la calidad percibida (EPOD2) (R^2 ajustado=39.6%; $F=16.73$; $p=.000$), resultando su mayor predictor la satisfacción (tabla 5).

Discusión

El propósito del estudio fue analizar el grado de disfrute y aburrimiento, así como los motivos, calidad percibida, satisfacción y valor del servicio de adolescentes practicantes de AFD extraescolar que cursaban ESO y Bachillerato, así como la posible relación entre variables.

Dando respuesta a la primera hipótesis, los resultados corroboraron en parte la primera hipótesis ya que las únicas diferencias significativas que se obtuvieron en torno al sexo fueron respecto a la satisfacción y el valor del servicio.

El disfrute, no fue significativo respecto a la etapa educativa (edad), aunque encontramos mayores niveles en

edades más tempranas, coincidiendo con el estudio de Romanova & Sollar (2019), en el que establecieron una correlación significativa y negativa ($r=-.23$), utilizando como instrumento de medida el mismo cuestionario (PACES). Los deportes individuales tuvieron una mayor incidencia en el disfrute de los adolescentes de nuestro estudio al igual que en la tesis doctoral de Zubizarreta Cortadi (2020), debido a que el deportista, al ser el responsable de sus resultados genera una mayor resiliencia creando retos personalizados, reduciendo así el aburrimiento. Respecto al papel que juegan los entrenadores, existe un mayor disfrute en la práctica cuando los deportistas perciben un mayor liderazgo por parte de los mismos (Bandura & Kavussanu, 2018). En relación a lo anterior, se encontraron mayores índices de disfrute en clubes y empresas, pudiéndose asociar a las exigencias federativas en torno a la formación de entrenadores a la hora de poder inscribirse en la competición y a nivel empresarial debido a la competitividad del sector, en el que se ha convertido en una exigencia por parte del deportista (de la Cámara et al., 2020; Ortega Martínez et al., 2020; Palomar Olmeda, 2019).

Respecto a la motivación, a diferencia del estudio de Fradejas-Medrano & Espada-Mateos (2018), en el que investigó con una muestra con la misma franja de edad (12-18) en Castilla La-Mancha, no encontraron diferencias significativas respecto al sexo y la edad, sí se obtuvieron en relación al sexo. Los practicantes de deportes colectivos mostraron mayores índices de motivación que los que lo hacían individualmente, coincidiendo con el estudio de Fradejas-Medrano & Espada-Mateos (2018). Entendiendo que la satisfacción tiene un componente emocional importante (Chiu et al., 2019), al igual que la motivación intrínseca. Dueñas-Dorado et al. (2021) en su estudio realizado en centros deportivos públicos en México con deportistas con una media de edad de 19,3 años, demostró que cuanto mayor era la frecuencia en horas de práctica mayor era la satisfacción y, por lo tanto, tiene una relación directa con la significatividad encontrada en nuestro estudio en torno a la motivación intrínseca y la cantidad de horas. Por otro lado, aunque se encontraron estudios que indicaron que existía una mayor motivación extrínseca en deportes competitivos y federados (Escamilla-Fajardo et al., 2020), el nuestro reveló que solo ocurría con la motivación intrínseca.

Al comparar la calidad percibida y género, no se encontraron diferencias significativas con mayores índices en mujeres coincidiendo con diferentes estudios (Medina-Rodríguez, 2010; Nuviala et al., 2012), aunque el estudio de Nuviala Nuviala et al., (2021), utilizando el cuestionario EPOD2, sí reveló significatividad donde las mujeres también valoraban mejor el servicio. Sin embargo, los estudios de Lee et al. (2011) y de Robles et al. (2022), obtuvieron una mayor satisfacción por parte de los hombres. Además, con la edad parece ser que los usuarios tienden a percibir una mayor calidad por la atención personalizada del entrenador (Bernal, 2014; Boceta, 2012;

Ruiz-Alejos, 2015), observando la misma tendencia en nuestro estudio, aunque no significativa.

Las chicas fueron las que se mostraron más satisfechas con el servicio prestado, difiriendo con el estudio de Robles et al. (2022), pudiendo deberse a la diferencia en el contexto mexicano y en el que también utilizó el cuestionario EPOD2, aunque coincidió con los estudios de Aznar Cebamanos (2015), Boceta (2012) y Ruiz-Alejos (2015). Respecto a la edad (etapa educativa) se volvió a encontrar una tendencia positiva, coincidiendo con diferentes investigaciones (Boceta, 2012; Ruiz-Alejos, 2015). La satisfacción con los servicios deportivos fue el factor más valorado ($4.72 \pm .55$), en línea con resultados de otros estudios (Montesinos et al., 2018; Nuviala Nuviala et al., 2021; Prado-Gascó et al., 2018). Teniendo en cuenta que la satisfacción es una valoración que se realiza una vez finalizada la actividad, responde a aspectos emocionales y puede cambiar después de cada práctica (Chiu et al., 2019), y por lo tanto, las direcciones de los centros deben tenerlo en cuenta (Pérez-Ordás et al., 2019). La frecuencia en la práctica también puede ser un indicador de satisfacción (Dueñas-Dorado et al., 2021), aunque no se obtuvieron diferencias significativas, sí se comprobó una mayor satisfacción en quienes practicaban más tiempo.

Respecto al valor percibido, fueron también las chicas quienes puntuaron más alto el servicio, encontrando diferentes trabajos en consonancia (Bernal, 2014; Nuviala Nuviala et al., 2021; Ruiz-Alejos, 2015). Con la edad, siguiendo la dirección de los resultados anteriores debería aumentar este valor (Nuviala et al., 2013; Nuviala Nuviala et al., 2021; Ruiz-Alejos, 2015), aunque se descubrió una tendencia a la baja.

Al menos uno de los factores del cuestionario EPOD2, influyeron en la predicción de cualquiera de los factores que componen los cuestionarios PACES, MPAM-R y el propio EPOD2, lo que nos permite ratificar la segunda hipótesis. El análisis de regresión, detectó que al menos uno de los tres factores del cuestionario EPOD2 siempre estaba presente como predictor de los factores del resto de cuestionarios y, por lo tanto, serían capaces de mejorar el proceso de fidelización en los servicios deportivos (Nuviala Nuviala et al., 2021), ya que la calidad percibida se genera previa al valor del servicio y el valor del servicio junto con la calidad percibida causan la satisfacción (Nicolás-López & Escaravajal-Rodríguez, 2020). Además, el hecho de que la satisfacción sea un predictor negativo de la motivación extrínseca y viceversa, nos hace reflexionar sobre la idoneidad de centrar los procesos psicológicos y cognitivos del aprendizaje deportivo en la motivación intrínseca, para así evitar el abandono deportivo (Fradejas-Medrano & Espada-Mateos, 2018; Galan-Lopez et al., 2020; Zubizarreta Cortadi, 2020). Esta situación, nos aclaró la forma en la que los tres factores del EPOD2 tienen capacidad de condicionar el disfrute, aburrimiento y motivación intrínseca/extrínseca. En este sentido, tal y como afirman también Nicolás-López & Escaravajal-Rodríguez (2020), en su estudio realizado en el servicio deportivo público de la

Universidad de Murcia y Escamilla-Fajardo & Núñez-Pomar (2014), en el servicio también público de un municipio, los resultados refuerzan la relación entre la satisfacción, la calidad percibida y el valor percibido. Los tres factores que componen el cuestionario EPOD2 mostraron una relación positiva y significativa, coincidente con otros estudios (Bernal, 2014; Nuviala et al., 2013; Ruíz-Alejos, 2015). Así mismo, los resultados que refuerzan la relación de los modelos de predicción de los tres factores han sido apropiados, mostrando una correlación positiva y significativa entre ellos, datos que corroboran lo indicado en diferentes investigaciones (Bernal, 2014; Boceta, 2012; Ruíz-Alejos, 2015).

Como limitaciones del estudio se puede destacar la utilización de un método indirecto mediante cuestionarios para la valoración de las diferentes variables, encontrando dificultad a la hora de administrar los cuestionarios, ya que al pasarlos antes de los entrenamientos o actividades, algunos responsables de las mismas se quejaban de la duración. Sin embargo, se puede indicar que los cuestionarios utilizados están validados a la población española presentando aceptables propiedades de medición en contextos variados y diferentes edades. No obstante, futuros trabajos relacionados con esta línea de investigación deberían evaluar la validez de los cuestionarios en esta población para poder realizar comparaciones en estudios transversales con estas edades o analizar cambios respecto a las variables estudiadas y su relación con la AFD en estudios longitudinales. Otra posible limitación radica en no tener en cuenta variables socio-ambientales como el contexto familiar y económico. Finalmente, los datos no pueden ser extrapolados más allá de los rangos de edades observados en la muestra del estudio.

El estudio tiene diversas implicaciones prácticas ya que, podemos conocer el perfil de los deportistas para tratar de mejorar sus condiciones en función de sus necesidades, pudiendo personalizar los servicios deportivos extraescolares.

La trascendencia de esta investigación está asociada a que, a través de ella, podemos acceder a las percepciones de los deportistas, para comprender mejor su situación y así, favorecer los procesos de fidelización con una consecuentemente mejora de la salud.

En futuras investigaciones sería conveniente conocer si existe una relación entre la satisfacción de los deportistas y la de sus entrenadores.

Conclusiones

A la luz de los resultados de este estudio, se puede concluir que los deportistas en general disfrutaban, se encuentran motivados y se sienten satisfechos con el servicio ofertado en las instalaciones deportivas. Además, la satisfacción fue un predictor negativo de la motivación extrínseca. Las chicas mostraron mayores índices de disfrute y motivación que los chicos, ocurriendo al contrario en calidad percibida, satisfacción y valor del servicio. No

obstante, son ellas las que tienen predilección por deportes individuales/coreográficos y los chicos por colectivos, siendo los clubes/asociaciones las entidades más elegidas para practicar AFD. Ellos prefieren la competición federada, mientras que las chicas, aunque también prefieren en menor medida la competición, lo suelen hacer sin licencia. Los practicantes de deportes individuales muestran valores superiores de disfrute que los de deportes colectivos, presentando mayores índices de motivación intrínseca en deportistas que practicaban con una frecuencia igual o superior a siete horas semanales y la extrínseca en jóvenes que elegían al Ayuntamiento como entidad deportiva.

La calidad percibida tuvo mayor valoración en jóvenes que acudían a empresas deportivas, la satisfacción en los practicantes de deportes individuales y el valor del servicio en personas no competidoras que normalmente están asociadas a actividades relacionadas con el baile.

Referencias

- Amatriain-Fernández, S., Simón Murillo-Rodríguez, E., Gronwald, T., Machado, S., & Budde, H. (2020). Benefits of Physical Activity and Physical Exercise in the Time of Pandemic. *Psychological Trauma-Theory Research Practice and Policy*, 12(S1), S264–S266. <https://doi.org/10.1037/tra0000643>
- Aparicio Chueca, P., Elasri Ejjaberi, A., & Triadó Ivern, X. M. (2018). La satisfacción de los usuarios de actividades dirigidas de los Centros deportivos municipales de Barcelona. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias Del Deporte*, 7, 27–34. <https://doi.org/10.6018/sportk.343071>
- Aranceta-Bartrina, J., Gianzo-Citores, M., & Pérez-Rodrigo, C. (2020). Prevalencia de sobrepeso, obesidad y obesidad abdominal en población española entre 3 y 24 años. Estudio ENPE. *Revista Española de Cardiología*, 73(4), 290–299. <https://doi.org/10.1016/J.RECESP.2019.07.011>
- Aznar Cebamanos, M. (2015). *Análisis de las actividades físicas y deportivas extraescolares en los centros de enseñanza secundaria de la ciudad de Zaragoza* [Tesis doctoral, Universidad Pablo de Olavide]. <http://hdl.handle.net/10433/2091>
- Aznar Cebamanos, M., Nuviala Nuviala, R., Grao-Cruces, A., & Nuviala, A. N. (2020). Sports technicians' organizational culture and its relationship with extracurricular sports activities users' satisfaction and perceived value. *Retos*, (38), 606–612. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.74548>
- Aznar-Ballesta, A., Salas, A., Peláez Barrios, E.M. & Vernetta, M. (2021). Análisis de las actividades físicas deportivas de los adolescentes en el Ayuntamiento de Maracena (Granada-España) en J. C. Figueroa-Benítez & R. Mancinas-Chávez (Eds.), *Las redes de la comunicación. Estudios multidisciplinares actuales* (pp. 879–902). Dykinson. <https://www.dykinson.com/libros/las-redes-de-la-comunicacion-estudios-multidisciplinares-actuales/9788413775609/>
- Balaguer, I., Castillo, I., & Duda, J. L. (2007). Propiedades psicométricas de la Escala de Motivación Deportiva en deportistas españoles. *Revista Mexicana de Psicología*, 24, 197–207. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=243020637005>
- Bandura, C. T., & Kavussanu, M. (2018). Authentic leadership in sport: Its relationship with athletes' enjoyment and commitment and the mediating role of autonomy and trust. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 13(6), 968–977. <https://doi.org/10.1177/1747954118768242>
- Bernal, A. (2014). *Fidelización de clientes en organizaciones deportivas: calidad, valor percibido y satisfacción como factores determinantes* [Tesis doctoral, Universidad Pablo Olavide] <http://hdl.handle.net/11441/53492>
- Boceta, M. (2012). *Calidad percibida, satisfacción y valor percibido por los usuarios de servicios prestados por el instituto municipal del deporte del ayuntamiento de Sevilla en centros deportivos de gestión directa. Segmentación de usuarios* [Tesis doctoral, Universidad Pablo Olavide] <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=111726>
- Calabuig, F., Quintanilla, I., & Mundina, J. (2008). La calidad percibida de los servicios deportivos: Diferencias según instalación, género, edad y tipo de usuario en servicios náuticos. *RICYDE. Revista Internacional De Ciencias Del Deporte*, 4(10), 25-43. Enlace a Google académico
- Chiu, W., Won, D., & Bae, J. S. (2019). Customer value cocreation behaviour in fitness centers: how does it influence customers' value, satisfaction, and repatronage. intention? *Managing Sport and Leisure*. 24(1-3), 32-44. 10.1080/23750472.2019.1579666
- de la Cámara, M., Valcarce-Torrente, M., & Veiga, O. L. (2020). Encuesta Nacional de Tendencias de Fitness en España para el Año 2020. *Retos*, 37, 434–441. <https://doi.org/10.47197/RETOS.V37I37.74179>
- Dueñas-Dorado, L. A., Pérez-garcía, J. A., Tristán-rodríguez, J. L., Cunha-, F., & Nuviala, A. (2021). Etapas de cambio y regulación en usuarios de servicios deportivos. Relación con la satisfacción y la lealtad. *Retos*, 41, 27–34. <https://doi.org/https://doi.org/10.47197/retos.v42i0.83480>
- Dunker, F., Freund, P.A., & Engels, E.S. (2020). Does Perceived Stress Affect the Relationship Between Personality and Sports Enjoyment? *European Journal of Health Psychology*, 27(2), 45–54. <https://doi.org/10.1027/2512-8442/a000048>
- Escamilla-Fajardo, P., & Núñez-Pomar, J.M. (2014). Satisfacción y valor percibido en un servicio deportivo público: una propuesta de análisis y acciones de gestión. *Journal of Sports Economics & Management*, 4(1), 4-21. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5238899>
- Escamilla-Fajardo, P., Alguacil-Jiménez, M., & Huertas-González-Serrano, M. (2020). Variables predictoras de la motivación deportiva en estudiantes de secundaria federa-

- dos y no federados. *Retos*, 38, 58–65. <https://doi.org/https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.73551>
- Howard, S. J., Vella, S. A., & Cliff, D. P. (2018). Children's sports participation and self-regulation: Bi-directional longitudinal associations. *Early Childhood Research Quarterly*, 42, 140–147. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2017.09.006>
- Fabio, R. A., & Towey, G. E. (2018). Cognitive and personality factors in the regular practice of martial arts. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 58(6), 933–943. <https://doi.org/10.23736/S0022-4707.17.07245-0>
- Fradejas-Medrano, E., & Espada-Mateos, M. (2018). Evaluación de la motivación en adolescentes que practican deporte en edad escolar. *Retos*, 33, 27–33. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i33.52779>
- Galan-Lopez, P., Gisladóttir, T., & Ries, F. (2020). Adherencia a la Dieta Mediterránea, Motivos para la Práctica de Ejercicio Físico y Composición Corporal en Adolescentes Islandeses (Adherence to the Mediterranean Diet, Motives for Physical Exercise and Body Composition in Icelandic Adolescents). *Retos*, 38, 552–559. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.73821>
- Gimeno, F., Buceta, J. M., & Pérez-Llantada, M. C. (1994). El cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo (CPRD): Características psicométricas. En A. López de la Llave, M. C. Pérez-Llantada y J. M. Buceta (Eds.), *Investigaciones breves en psicología del deporte* (pp. 65–76). Madrid: Dykinson. <https://doi.org/10.14417/ap.346>
- Lee, J. H., Kim, H. D., Ko, Y. J., & Sagas, M. (2011). The influence of service quality on satisfaction and intention: A gender segmentation strategy. *Sport Management Review*, 14(1), 54–63. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2010.02.002>
- Mazereel, V., Vansteelandt, K., Menne-Lothmann, C., Decoster, J., Derom, C., Thiery, E., Rutten, B. P. F., Jacobs, N., van Os, J., Wichers, M., De Hert, M., Vancampfort, D., & van Winkel, R. (2021). The complex and dynamic interplay between self-esteem, belongingness and physical activity in daily life: An experience sampling study in adolescence and young adulthood. *Mental Health and Physical Activity*, 21, 100413. <https://doi.org/10.1016/j.mhpa.2021.100413>
- Medina-Rodríguez, R. (2010). Opinión de los usuarios/deportistas acerca de los servicios ofrecidos por una entidad deportiva municipal. *Revista Mexicana de Investigación en Cultura Física y Deporte*, 2(2), 236–252. <https://redial.uanl.mx/Record/eprints-6482>
- Ministerio de Cultura y Deporte. División de Estadística y Estudios. Secretaría General Técnica (2021). *Encuesta de Hábitos deportivos en España 2020*. Recuperado enero 19, 2022, de <https://www.culturaydeporte.gob.es/servicios-al-ciudadano/estadisticas/deportes/encuesta-habitos-deportivos-en-espana.html>
- Ministerio de Sanidad. Secretaría General de Salud Digital, Información e Innovación del SNS. Subdirección General de Información Sanitaria (2021). *Encuesta Europea de Salud en España (ESEE) 2020*. Recuperado mayo 3, 2022, de https://www.sanidad.gob.es/estadEstudios/estadisticas/EncuestaEuropea/Enc_Eur_Salud_en_Esp_2020.htm
- Montesinos, E., Vegara, J. M., Morales, V., López, J. M., López, F., & Angosto, S. (2018). Perceived quality, perceived value, satisfaction and future intentions in participants in swimming crossings. *Journal of Physical Education and Sport*, 18(1), 1316–1322. <http://doi.org/10.7752/jpes.2018.s3195>
- Moradi, J., Bahrami, A., & Dana, A. (2020). Motivation for participation in sports based on athletes in team and individual sports. *Physical Culture and Sport, Studies and Research*, 85(1), 14–21. <https://doi.org/10.2478/pcsr-2020-0002>
- Moreno Murcia, J. A., Cervelló Gimeno, E., & Martínez Camacho, A. (2007). Validación de la Escala de Medida de los Motivos para la Actividad Física-Revisada en españoles/ : Diferencias por motivos de participación. *Anales de Psicología*, 23(1), 167–176. <https://revistas.um.es/analesps/article/view/23071>
- Moreno, J.A., González-Cutre, D., Martínez, C., Alonso, N. & López, M. (2008). Propiedades psicométricas de la *Physical Activity Enjoyment Scale* (PACES) en el contexto español, *Estudios de Psicología*, 29:2, 173–180. <https://doi.org/10.1174/021093908784485093>
- Murray, R. M., & Sabiston, C. M. (2022). Understanding Relationships Between Social Identity, Sport Enjoyment, and Dropout in Adolescent Girl Athletes, *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 44(1), 62–66. <https://journals.humankinetics.com/view/journals/jsep/44/1/article-p62.xml>
- Mygind, L., Kjeldsted, E., Hartmeyer, R., Mygind, E., Bolling, M., & Bentsen, P. (2019). Mental, physical and social health benefits of immersive nature-experience for children and adolescents: A systematic review and quality assessment of the evidence. *Health and Place*, 58. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2019.05.014>
- Nicolás-López, J., & Escaravajal-Rodríguez, J. C. (2020). Satisfaction with sports services of University Campus of Espinardo. *SPORT TK: Revista Euroamericana de Ciencias Del Deporte*, 9(1), 105–112. <https://doi.org/10.6018/sportk.412571>
- Nuviala, A., Tamayo, J. A., Nuviala, R., Pereira, E., & Carvalho, J. (2012). Predicción del abandono deportivo en la adolescencia a través del estudio de la calidad percibida. *Movimiento*, 18(1), 221–239. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.23555>
- Nuviala, A., Grao-Cruces, A., Tamayo, J. A., Nuviala, R., Álvarez, J., & Fernández-Martínez, A. (2013). Diseño y análisis del cuestionario de valoración de servicios deportivos (EPOD2). *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de La Actividad Física y El Deporte*, 13(51), 419–436.

- <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista51/artdiseno388.htm>
- Nuviala Nuviala, R., Pérez Ordás, R., Morán Gámez, G., & Falcón Miguel, D. (2021). Incidencia del género y la edad sobre la calidad, satisfacción y valor percibido de los usuarios de actividades deportivas organizadas. *Retos*, 42, 37–46. <https://doi.org/10.47197/retos.v42i0.83480>
- Organización Mundial de la Salud. (26 de noviembre de 2020). *Actividad física. Datos y cifras. Recuperado mayo 12, 2022, de* <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/physical-activity>
- Ortega Martínez, J. I., Lourenço Martins, F. M., González-Villora, S., & Campos, F. (2020). Estudio sobre la calidad percibida de los usuarios de fitness: a partir de sus características y preferencias según sexo y edad. *Retos*, 39, 477–482. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i39.80061>
- Palomar Olmeda, A. (2019). Viabilidad de una ley estatal ordenadora de la profesión. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 425, 103–130. <https://www.reefd.es/index.php/reefd/article/view/744>
- Parasuraman, A., Zeithaml, V. A., & Berry, L. (1988). SERVQUAL: A multiple-item scale for measuring consumer perceptions of service quality. *Journal of Retailing*, 64(1), 12–40. Enlace a Google académico
- Pascual, F. G., Jiménez, M. A., & García, N. M. (2020). Predicción de la lealtad de los usuarios de centros deportivos privados: Variables de gestión y bienestar subjetivo. *Retos*, (38), 16–19. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.73345>
- Pérez-Ordás, R., Aznar Cebamanos, M., Nuviala, R., & Nuviala, A. (2019). Evaluation of extracurricular sports activities as an educational element for sustainable development in educational institutions. *Sustainability*, 11(12), 34–74. <https://doi.org/10.3390/su11123474>
- Planas, A., Reig, F., Palmi, J., Arco, I. del, & Prat, J. A. (2020). Motivaciones, barreras y condición física en adolescentes según el estadio de cambio en ejercicio físico. *Revista de Psicología del Deporte*, 29(2), 125–134. <https://www.rpd-online.com/index.php/rpd/article/view/25>
- Prado-Gascó, V., Calabuig, F., Crespo, J., & Núñez-Pomar, J. (2018). Satisfaction of users of aquatic activities: Free swimming vs. guided activities. *Journal of Physical Education and Sport*, 18(3), 1427–1434. <http://doi.org/10.7752/jpes.2018.s3211>
- Pulido González, J. J., Sánchez-Oliva, D., González-Ponce, I., Amado Alonso, D., Montero Carretero, C., & García-Calvo, T. (2015). Adaptación y validación de un cuestionario para valorar la motivación en el contexto deportivo. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 15(3), 17–26. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232015000300002&lang=pt
- Robles, M. R., Gurrola, O. C., Elena, R., & Rodríguez, M. (2022). Calidad , satisfacción y valor percibido en usuarios de servicios deportivos en México. *SPORT TK-EuroAmerican, Journal of Sport Sciences*, 11, 1–17. <https://doi.org/https://doi.org/10.6018/sportk.475801>
- Romanova, M., & Sollar, T. (2019). Enjoyment of Physical Activity and Perception of Success in Sports High School Students. *Ad Alta-Journal of Interdisciplinary Research*, 9(1), 249–251. http://www.magnanimitas.cz/ADALTA/0901/papers/A_romanova.pdf
- Roth, S. E., Gill, M., Chan-Golston, A. M., Rice, L. N., Crespi, C. M., Koniak-Griffin, D., Cole, B. L., Upchurch, D. M., & Prelip, M. L. (2019). Physical Activity Correlates in Middle School Adolescents: Perceived Benefits and Barriers and Their Determinants. *Journal of School Nursing*, 35(5), 348–358. <https://doi.org/10.1177/1059840518780300>
- Ruíz-Alejos, C. (2015). *Análisis de la calidad percibida, satisfacción, valor percibido e intenciones futuras de los usuarios de los servicios deportivos públicos gestionados por Logroño Deporte* [Tesis doctoral, Universidad de la Rioja]. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=46490>
- Ryan, R.M., Frederick, C.M., Lepes, D., Rubio, N., & Sheldon, K.M. (1997). Motivación intrínseca y adherencia al ejercicio. *Revista Internacional de Psicología del Deporte*, 28, 335–354.
- Sanz, I., Castán, J. C. R., Gutiérrez, P., & Sáenz, G. C. (2005). La satisfacción en los practicantes de spinning: elaboración de una escala para su medición. *European Journal of Human Movement*, 13, 17-36. Enlace a Google académico
- Tikac, G., Unal, A., & Altug, F. (2022). Regular exercise improves the levels of self-efficacy, self-esteem and body awareness of young adults. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 62(1), 157–161. <https://doi.org/10.23736/S0022-4707.21.12143-7>
- Tušák, M., Corrado, D. Di, Coco, M., Tušák, M., Žilavec, I., & Masten, R. (2022). Dynamic Interactive Model of Sport Motivation. *International Journal of Environmental Research and Public Health Article*, 19(4202). <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/ijerph19074202>
- Wang, Y., & Ashokan, K. (2021). Physical Exercise: An Overview of Benefits From Psychological Level to Genetics and Beyond. *Frontiers in Physiology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fphys.2021.731858>
- Warburton, D. E. R., & Bredin, S. S. D. (2019). Health benefits of physical activity: A strengths-based approach. *Journal of Clinical Medicine*, 8(12), 1–15. <https://doi.org/10.3390/JCM8122044>
- Zubizarreta Cortadi, A. (2020). *Deportes individuales vs. Deportes colectivos: diferencias en diversión, orientación motivacional y resiliencia* [Tesis doctoral, Universidad del País Vasco]. https://addi.ehu.es/bitstream/handle/10810/50580/TESIS_ZUBIZARRETA_CORTADI_ARKAITZ.pdf?sequence=1