

Autoconcepto físico e interés por la actividad física en estudiantes universitarios mexicanos

Physical self-concept and interest in physical activity in Mexican university students

Oscar Enrique Mato Medina¹, Youhanna Mato Martínez¹, Juan Prieto Noa¹, Julio Macedo Figueroa², Marisol Toledo Sánchez¹ y Marta Linares Manrique³.

RESUMEN

Los objetivos del estudio fueron valorar las percepciones de un grupo de jóvenes universitarios sobre las dimensiones del autoconcepto físico y comprobar las posibles diferencias significativas entre los que manifestaban tener interés por la práctica de actividades físicas extraescolares y los que no sentían interés por la misma. En la investigación se estudiaron 67 estudiantes de la licenciatura en Educación física y deporte (65,7% de la matrícula general); de ellos 16 (23,9%) del género femenino y 51 (76,1%) del masculino. La investigación fue descriptiva y no experimental. Se conocieron las opiniones individuales acerca del autoconcepto general y autoconcepto físico general incorporadas a este cuestionario y sobre autoconcepto físico integrado por las escalas de atractivo físico, condición física, fuerza física y habilidad deportiva. Entre los estudiantes encuestados, reconocieron no tener interés por la práctica de actividades físicas extraescolares 29,4% del género masculino y 31,2% del femenino. Se constataron bajas percepciones de fuerza física y habilidad deportiva siendo más bajo entre las mujeres lo que provoca que las autoridades de la Licenciatura en Educación Física y Deporte deban revalorizar la práctica deportiva de sus estudiantes.

Palabras clave: Autoconcepto físico, actividad física, fuerza, habilidad deportiva.

ABSTRACT

The aims of the study were to assess the perceptions of a group of university students about dimensions of physical self-concept and to check the possible significant differences between those who expressed interest in extracurricular physical activities and those who did not feel interest in it. In the research 67 students of the Degree in Physical Education and Sport (65.7% of the general enrollment) were studied; of them 16 (23.9%) of the female gender and 51 (76.1%) of the male. The research was descriptive and not experimental. The individual opinions about the general self-concept and general physical self-concept and physical self-concept integrated by the dimensions of physical attractiveness, physical condition, physical strength and sports ability were known. Low perceptions of physical strength and sporting ability were found. Among the students surveyed, they acknowledged not having interest in the practice of extracurricular physical activities 29.4% of the male gender and 31.2% of the female. Low perceptions of physical strength and sporting ability were found to be lower among women, which causes that the authorities of the Degree in Physical Education and Sport should revalue the sports practice of their students.

Keywords: Physical self-concept, physical activity, strength, sports ability.

¹ Universidad Autónoma del Carmen. México.

² Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión. Huacho, Perú.

³ Universidad de Granada. España

INTRODUCCIÓN

La actividad física apareció desde el momento mismo en que el ser humano tuvo necesidad de movimiento, el cual se ha manifestado desde el principio de la humanidad en varias facetas tales como el movimiento mecánico, laboral y social (García-Rodríguez y Fonseca-Hernández, 2012). El movimiento que se realiza en la práctica diaria de actividades físicas es una vía muy importante para el mejoramiento de la calidad de vida de las personas. Si se hace de manera regular, se reduce el riesgo de contraer enfermedades y se estimula la conformación de un importante hábito que se debe lograr en la población, independientemente de las edades de los practicantes. Este hábito contribuye al mejoramiento de la salud y a una mejor disposición para realizar las actividades propias de la vida diaria, así como incide en un significativo aumento de la autoestima y de la seguridad en sí mismo.

En México, un serio problema de salud se refiere al sobrepeso y la obesidad de la población de todas las edades y géneros, mismo que ha mostrado incrementos muy rápidos en la última década (FAO, 2018). Por esa razón, en todo el país se lleva a cabo un movimiento abarcador para que las personas modifiquen sus hábitos y estilos de vida incrementando la práctica de actividades físicas y dirigiendo su existencia hacia modos de comportamiento que eliminen el sedentarismo y la aparición de las enfermedades denominadas como del siglo XXI. La actividad física contribuye a la prevención de enfermedades crónico-degenerativas provocadas por el sobrepeso y la obesidad que son males que aquejan a la mayor parte de la población del país.

En el caso de los estudiantes universitarios, que tienen una gran intensidad de estudio individual, de tareas y actividades que cumplir, es indudable que la práctica de actividades físicas y deportivas es determinante para mantener una relación positiva con la percepción del autoconcepto físico. Esto se corrobora al sostener el criterio de que la realización de actividad física, lo cual incluye las correspondientes prácticas de algún deporte, aumenta la calidad de vida y contribuye al bienestar de las personas

porque incide en el mejoramiento indiscutible de su salud (Eberth y Smith, 2010 citados por Cruz et al., 2013).

En nuestro contexto, las universidades están obligadas a crear y mantener programas de práctica de actividades físicas como alternativa que contribuya a la preservación de la salud de sus estudiantes y a la solución del problema que se presenta con el sobrepeso, la obesidad y la aparición de las enfermedades crónico-degenerativas para que, con esta solución, se motive a los estudiantes universitarios a encontrar el equilibrio entre sus actividades diarias y el cumplimiento de sus obligaciones. Los jóvenes universitarios son un grupo vulnerable a los estilos de vida impuestos por los medios de comunicación y también son influenciados por la tecnología cada vez más avanzada que los conduce a un modo de vida inactivo aplicando la ley del mínimo esfuerzo físico, condenando a esta población, que representa la fuerza económica futura del país, a padecer enfermedades que son consecuencia del sedentarismo y no sólo a eso, sino también a disminuir su ciclo de vida y de manera determinante la calidad de la misma (García-Rodríguez y Fonseca-Hernández, 2012).

El autoconcepto físico es la imagen que un sujeto posee de sí mismo, de sus atributos, sus limitaciones y su capacidad potencial de interacción con los demás; llegando a ser la guía y el ordenador de todas las manifestaciones conductuales de ese sujeto porque la imagen que tiene de sí mismo ejerce una influencia profunda en la percepción de los otros y del mundo externo en general (Roger, 1995 citado por Massenzana, 2017). En este sentido, Harter (2012) consideró que el autoconcepto es el conjunto de percepciones que un sujeto tiene sobre sí mismo que provoca el modo en que esa persona se representa, conoce y se valora a sí misma, mientras que Franco (citado por Gaeta y Cavazos, 2017) definió que el autoconcepto se refiere al conocimiento que poseen los individuos sobre las características o atributos que utilizan para definirse a sí mismos en relación con el medio en el que se desenvuelven.

Por otra parte, el autoconcepto físico se encuentra tan estrechamente relacionado con la aceptación de sí mismo, que el bienestar o su opuesto constituyen dos polos en los que el autoconcepto se encuentra siempre presente (Massenzana, 2017). Por su parte, según Gargallo et al. (2012), el autoconcepto es un factor que representa la concepción que una persona tiene de sí misma como ser físico, social y espiritual relacionado con la autoestima como un componente afectivo-evaluativo que lo acompaña. La autoestima es el grado de satisfacción personal del individuo consigo mismo. En este sentido, el autoconcepto está enmarcado en cómo se ve la persona a sí misma y la autoestima por cómo valora y aprecia eso que está viendo. Ambos términos se han empleado, en ocasiones, como sinónimos, y en ocasiones como complementarios, o sea, que son dos caras de una misma moneda, integrando el uno la dimensión cognitiva y el otro la dimensión afectiva de una misma realidad.

MATERIAL Y METODOS

Se desarrolló una investigación no experimental, descriptiva y transversal. Para medir el autoconcepto físico se utilizó el Cuestionario de Autoconcepto Físico (CAF) de Goñi et al. (2006) que se definen de la siguiente manera:

- El Autoconcepto general (AG) es el grado de satisfacción con uno mismo y con la vida en general.
- El Autoconcepto físico general (AFG) se forma mediante la opinión y las sensaciones positivas (felicidad, satisfacción, orgullo y confianza) en lo físico.
- Habilidad física (H) es la percepción de las cualidades y habilidades para la práctica de los deportes y la capacidad de aprender deportes; seguridad personal y predisposición ante los deportes.
- La Condición física (C) se resume en la condición y forma física; resistencia y energía física; confianza en el estado físico.
- El Atractivo físico (A) es la percepción de la apariencia física propia; seguridad y satisfacción por la imagen propia.

- La Fuerza Física (F) es verse y/o sentirse fuerte, con capacidad para levantar peso, con seguridad ante ejercicios que exigen fuerza y predisposición a realizar dichos ejercicios.

Entre las 6 escalas de este cuestionario se distinguen 2 complementarias que son el Autoconcepto general (AG) y el Autoconcepto físico general (AFG) y 4 que representan dimensiones del autoconcepto físico que son el Atractivo físico (A), la Habilidad física para el deporte (H), la Fuerza física (F) y la Condición física (C).

El cuestionario se contesta mediante una escala del 1 al 5, siendo 1 un grado de desacuerdo alto con lo que se expresa en el ítem porque representa que era falso y 5 muy de acuerdo porque se considera cierto. Una parte de los ítems recibe puntuación en orden ascendente desde falso a cierto, mientras que la otra parte la recibe en orden descendente, de cierto a falso.

Según Esnaola et al. (2008), en el Cuestionario de Autoconcepto físico (CAF) tanto la composición factorial como la consistencia interna de las subescalas ofrecen índices muy aceptables que lo avalan como un instrumento de medida del autoconcepto físico suficientemente fiable y consistente.

Antes de aplicar el Cuestionario de Autoconcepto Físico se definieron dos grupos de estudiantes, uno que manifestaba tener interés por la práctica de actividades físicas extraescolares y otro en el que sus integrantes no sentían este interés. Para ello, se preguntó directamente a cada uno, un día antes de la aplicación del cuestionario para dar tiempo al arrepentimiento de algunos estudiantes que así lo sintieran. La pregunta fue redactada de la siguiente manera:

¿Siente usted interés por la práctica de actividades físicas extraescolares?

Con las respuestas dadas por los estudiantes se formaron dos grupos, uno donde se integraron los sujetos que tenían interés por la práctica de actividades físicas extraescolares y otro con los que no sentían interés por dicha práctica.

La muestra estuvo compuesta por 67 estudiantes, estando todos entre las edades de 19 y 25 años; de ellos 16 mujeres y 51 hombres, de un total de 102 alumnos que representa 65,7% de la población que, en ese momento, estaba inscrita en el programa educativo de Licenciatura en Educación Física y Deporte.

La aplicación del instrumento (Cuestionario de Autoconcepto Físico) se realizó en el segundo semestre del ciclo escolar 2017-2018 y se llevó a cabo en las instalaciones que la Licenciatura en Educación Física y Deporte utiliza para la realización de sus actividades académicas. El Cuestionario de Autoconcepto Físico se aplicó en dos salones con suficiente comodidad y claridad, así como con suficiente privacidad y libertad para cada estudiante. Los participantes del estudio recibieron una explicación sobre el llenado del cuestionario por parte de uno de los docentes que integraban el equipo de investigación.

Antes de la aplicación del instrumento se solicitó a cada estudiante la aceptación de participar en el estudio y se estableció comunicación con ellos para informarles sobre los objetivos de la investigación y algunas características de la misma, así como, que el cuestionario era anónimo y personal. Al final de la aplicación, los cuestionarios fueron

recogidos con total orden y disciplina y se comprobó que todos los ítems de cada cuestionario habían sido respondidos.

El análisis estadístico se llevó a cabo mediante el paquete estadístico SPSS, versión 20, con el que se obtuvieron los mínimos y máximos, así como las medias y desviaciones estándar para cada escala y se hizo el cálculo de la correlación entre las variables medidas. Se utilizó la prueba de correlación de Pearson que es una técnica estadística usada para determinar la relación entre dos o más variables y es un índice que mide el grado de covariación entre distintas variables relacionadas linealmente. Se calcularon las correlaciones a partir del interés por la práctica de actividades físicas extraescolares, teniendo en cuenta los resultados alcanzados en cada género y las valoraciones del autoconcepto expresadas en la encuesta.

RESULTADOS

En cuanto a los resultados del estudio, la primera acción realizada fue la indagación entre los estudiantes para la conformación de los grupos denominados con y sin interés por la práctica de actividades físicas extraescolares. A continuación, se presenta la tabla 1 que muestra el resultado obtenido:

Tabla 1. *Interés por la actividad física extraescolar*

	Total	%	Masculino	%	Femenino	%
Con interés	48	71,6	37	72,5	11	68,7
Sin interés	19	28,4	14	27,5	5	31,3
Total	67	100	51	100	16	100

Seguidamente, se conocieron los resultados del análisis de la correlación de Pearson entre las distintas escalas del autoconcepto. Estos resultados se presentan en las Tablas que se exponen en este apartado.

En la Tabla 2, que se presenta a continuación, se establecen los valores obtenidos del cálculo de la correlación entre las estudiantes del género femenino integrantes del grupo denominado "Con interés por la práctica de actividad física" y sus criterios expresados en las distintas escalas del autoconcepto físico.

Tabla 2. Correlación entre las escalas del autoconcepto del grupo de estudiantes del género femenino Con Interés por la práctica de actividad física.

Escalas	Escalas	Autocongen Fem CI	Autocon fisic gen Fem CI	Atractivo físico Fem CI	Cond. física Fem CI	Fuerza Fem CI	Hab Dep Fem CI
Autoconcepto general Fem Con Interés	Correlación de Pearson	1	,259*	,397**	0,081	,260*	0,241
	Sig. (bilateral)		0,036	0,001	0,519	0,035	0,052
	N	66	66	66	66	66	66
Autoconcepto físico general Fem Con Interés	Correlación de Pearson	,259*	1	,243*	0,123	,422**	,453**
	Sig. (bilateral)	0,036		0,05	0,323	0	0
	N	66	66	66	66	66	66
Atractivo físico Fem Con Interés	Correlación de Pearson	,397**	,243*	1	,336**	,477**	0,216
	Sig. (bilateral)	0,001	0,05		0,006	0	0,082
	N	66	66	66	66	66	66
Condición física Fem Con Interés	Correlación de Pearson	0,081	0,123	,336**	1	,494**	0,103
	Sig. (bilateral)	0,519	0,323	0,006		0	0,41
	N	66	66	66	66	66	66
Fuerza Fem Con Interés	Correlación de Pearson	,260*	,422**	,477**	,494**	1	0,228
	Sig. (bilateral)	0,035	0	0	0		0,066
	N	66	66	66	66	66	66
Habilidad Deportiva Fem Con Interés	Correlación de Pearson	0,241	,453**	0,216	0,103	0,228	1
	Sig. (bilateral)	0,052	0	0,082	0,41	0,066	
	N	66	66	66	66	66	66

*. La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

**.. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

En la Tabla 3, se observan los resultados del cálculo de la correlación entre las escalas del autoconcepto del grupo de estudiantes del género femenino que no tenían interés por la práctica de actividad física.

Tabla 3. Correlación entre las escalas del autoconcepto del grupo de estudiantes del género femenino Sin Interés por la práctica de actividad física.

		Autocon general Fem SI	Autocon fis general Fem SI	Atract fis Fem SI	Condic fis Fem SI	Fuerza Fem SI	Hab Dep Fem SI
Autoconcepto general Fem Sin Interés	Correlación de Pearson	1	-0,002	-0,089	-0,183	-,363*	0,117
	Sig. (bilateral)		0,99	0,64	0,334	0,049	0,536
	N	30	30	30	30	30	30
Autoconcepto físico general Fem Sin Interés	Correlación de Pearson	-0,002	1	-,410*	-0,134	0,22	0,124
	Sig. (bilateral)	0,99		0,025	0,481	0,243	0,514
	N	30	30	30	30	30	30
Atractivo físico Fem Sin Interés	Correlación de Pearson	-0,089	-,410*	1	-0,196	0,163	-0,095
	Sig. (bilateral)	0,64	0,025		0,299	0,391	0,616
	N	30	30	30	30	30	30
Condición física Fem Sin Interés	Correlación de Pearson	-0,183	-0,134	-0,196	1	0,053	-0,165
	Sig. (bilateral)	0,334	0,481	0,299		0,782	0,385
	N	30	30	30	30	30	30
Fuerza Fem Sin Interés	Correlación de Pearson	-,363*	0,22	0,163	0,053	1	0,233
	Sig. (bilateral)	0,049	0,243	0,391	0,782		0,215
	N	30	30	30	30	30	30
Habilidad Deportiva Fem Sin Interés	Correlación de Pearson	0,117	0,124	-0,095	-0,165	0,233	1
	Sig. (bilateral)	0,536	0,514	0,616	0,385	0,215	
	N	30	30	30	30	30	30

*. La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

En la Tabla 4 se exponen los resultados del cálculo de la correlación entre las escalas del autoconcepto del grupo de estudiantes del género masculino que manifestaron no sentir interés por la práctica de actividades físicas.

Tabla 4. Correlación entre las escalas del autoconcepto del grupo de estudiantes del género masculino Sin Interés por la práctica de actividad física.

		Autoc gen Masc SI	Autoc fis gen Masc SI	Atrac fis Masc SI	Cond fis Masc SI	Fuerza Masc SI	Hab Dep Masc SI
Autoconcepto general Masc Sin Interés	Correlación de Pearson	1	0,245	,279*	-0,162	0,152	0,1
	Sig. (bilateral)		0,074	0,041	0,242	0,273	0,47
	N	54	54	54	54	54	54
Autoconcepto físico general Masc Sin Interés	Correlación de Pearson	0,245	1	0,006	0,101	,299*	0,19
	Sig. (bilateral)	0,074		0,966	0,468	0,028	0,168
	N	54	54	54	54	54	54
Atractivo físico Masc Sin Interés	Correlación de Pearson	,279*	0,006	1	0,18	0,113	0,224
	Sig. (bilateral)	0,041	0,966		0,194	0,414	0,104
	N	54	54	54	54	54	54
Condición física Masc Sin Interés	Correlación de Pearson	-0,162	0,101	0,18	1	,555**	,381**
	Sig. (bilateral)	0,242	0,468	0,194		0	0,004
	N	54	54	54	54	54	54
Fuerza Masc Sin Interés	Correlación de Pearson	0,152	,299*	0,113	,555**	1	0,261
	Sig. (bilateral)	0,273	0,028	0,414	0		0,056
	N	54	54	54	54	54	54
Habilidad Deportiva Masc Sin Interés	Correlación de Pearson	0,1	0,19	0,224	,381**	0,261	1
	Sig. (bilateral)	0,47	0,168	0,104	0,004	0,056	
	N	54	54	54	54	54	54

*. La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Por último, se presenta la Tabla 5 donde se expresan los resultados del cálculo de la correlación entre las escalas del autoconcepto del grupo de estudiantes del género masculino denominado “Con Interés por la práctica de actividad física”.

Tabla 5. Correlación entre las escalas del autoconcepto del grupo de estudiantes del género masculino Con Interés por la práctica de actividad física.

		Autoc gen Masc CI	Autoc fis gen Masc CI	Atrac fis Masc CI	Cond fis Masc CI	Fuerza Masc CI	Hab Dep Masc CI
Autoconcepto general Masc Con Interés	Correlación de Pearson	1	,212**	,178**	-,368**	-0,093	0,088
	Sig. (bilateral)		0,001	0,005	0	0,142	0,166
	N	252	252	252	252	252	252
Autoconcepto físico general Masc Con Interés	Correlación de Pearson	,212**	1	-,229**	-0,068	-0,017	-0,011
	Sig. (bilateral)	0,001		0	0,279	0,792	0,862
	N	252	252	252	252	252	252
Atractivo físico Masc Con Interés	Correlación de Pearson	,178**	-,229**	1	-0,06	-,144*	0,061
	Sig. (bilateral)	0,005	0		0,347	0,023	0,332
	N	252	252	252	252	252	252
Condición física Masc Con Interés	Correlación de Pearson	-,368**	-0,068	-0,06	1	,234**	0,116
	Sig. (bilateral)	0	0,279	0,347		0	0,065
	N	252	252	252	252	252	252
Fuerza Masc Con Interés	Correlación de Pearson	-0,093	-0,017	-,144*	,234**	1	,315**
	Sig. (bilateral)	0,142	0,792	0,023	0		0
	N	252	252	252	252	252	252
Habilidad Deportiva Masc Con Interés	Correlación de Pearson	0,088	-0,011	0,061	0,116	,315**	1
	Sig. (bilateral)	0,166	0,862	0,332	0,065	0	
	N	252	252	252	252	252	252

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

*. La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

DISCUSIÓN

En la Tabla 1 se aprecia la distribución por grupos relacionados con el interés por la práctica de actividades físicas extraescolares en los estudiantes universitarios de ambos géneros. Es importante conocerlo por la vinculación que esta preferencia tiene con la salud individual de los jóvenes, sobre todo por su incidencia en la prevención del sobrepeso y la obesidad para evitar los problemas de salud que estas dos afecciones provocan en la población.

En el estudio llevado a cabo con los estudiantes de la Licenciatura en Educación Física y Deporte se conoció que, en general, 71,6% de los estudiantes encuestados sentían interés por la práctica de actividades físicas extraescolares, mientras que 28,4% no lo sentía, a pesar de que estaban estudiando en este programa educativo.

Por géneros, en el masculino, 72,5% de los estudiantes expresaron el criterio de tener interés por la práctica de actividades físicas extraescolares, mientras que entre las mujeres esta preferencia fue 68,7%. En contraposición, los encuestados que dieron respuestas de no sentir ningún interés por la práctica de actividades físicas extraescolares fueron un total de 14 hombres (27,5%) y 5 mujeres (31,3%) quienes, paradójicamente, son estudiantes de la licenciatura en Educación Física y Deporte por lo que, al menos, debían sentir algún interés por la actividad física.

Este resultado se puede comparar con los resultados de una investigación realizada con estudiantes de la Universidad Autónoma de Baja California en 2012. En esta investigación, que se debe reconocer no fue hecha con estudiantes de Educación Física, se comprobó que la práctica de actividad física por los estudiantes era baja, según la apreciación de los investigadores, ya que 55% de ellos hacía algún tipo de actividad física y 45% no lo realizaba. En otro resultado, se conoció que, del total de encuestados, 65,3% eran activos físicamente mientras 34,7% eran sedentarios; de ellos 84,5%, la inmensa mayoría, eran mujeres (Martínez-Alvarado et al., 2012).

En la Tabla 2 se reflejan los cálculos de la correlación entre las escalas del autoconcepto físico del grupo de estudiantes del género femenino considerado con Interés por la práctica de actividades físicas extraescolares. En esta Tabla se puede apreciar que, al 95% de significación, existió correlación significativa positiva entre las estudiantes que demostraron interés por la práctica de actividades físicas extraescolares y las siguientes escalas del autoconcepto físico: entre el autoconcepto general y el autoconcepto físico general; entre el autoconcepto general y la fuerza, y entre el autoconcepto físico general y el atractivo físico.

Por otra parte, es importante reconocer que al 99% existe correlación significativa positiva entre las siguientes comparaciones: entre el autoconcepto general y el atractivo físico, entre el autoconcepto físico general y la fuerza, entre el autoconcepto físico general y la habilidad deportiva, entre el atractivo físico y la condición física, entre el atractivo físico y la fuerza, entre la condición física y la fuerza.

Llama la atención que la correlación para la mayor parte de las variables se calculó al 99% de significación lo que permite afirmar que esta correlación es muy fuerte y al ser positiva en todos los casos se asegura que las estudiantes que sienten interés por la práctica de actividades físicas presentaron una autovaloración mucho más positiva que las que no lo tienen. Esto significa que se presenta una relación entre una variable y la otra y que esta relación es lineal y directa, que un cambio en una variable predice un cambio similar en la otra, o sea, que ambas variables varían al mismo tiempo por lo que la correlación es directamente proporcional, que a valores altos de una le corresponden valores altos de la otra sucediendo lo mismo con los valores bajos. En este grupo, el atractivo físico, el autoconcepto general y el autoconcepto físico general fueron las escalas mejor valoradas, mientras que la habilidad deportiva fue la menos valorada.

En la Tabla 3, se exponen los resultados del cálculo de la correlación entre las escalas del autoconcepto físico del grupo de estudiantes del género femenino catalogadas como sin interés por la actividad física. En esta Tabla se

observa que solo existieron correlaciones al nivel de 95% de significancia, entre el autoconcepto general y la fuerza y entre el autoconcepto físico general y el atractivo físico y que todas fueron negativas lo que significa que las dos variables se correlacionan en sentido inverso, o sea, que cuando se presentan valores altos de una le corresponden valores bajos de la otra y viceversa.

La Tabla 4 está dedicada a exponer los resultados del cálculo de la correlación entre las escalas del autoconcepto del grupo de estudiantes del género masculino considerados sin Interés por la práctica de actividad física. En esta Tabla se puede apreciar que existe correlación, tanto al 95 como al 99% de significación, entre varias escalas del autoconcepto físico en cuanto a los valores alcanzados por estos estudiantes que estudian Educación Física y Deporte, pero pertenecen al grupo de los que no tienen interés por practicar actividades físicas.

Al 95% de significación existe correlación en las siguientes comparaciones: entre el autoconcepto general y el atractivo físico, entre el autoconcepto físico general y la fuerza. Por su parte, al 99%, se encontró correlación entre las siguientes dimensiones: entre la condición física y la fuerza, y entre la condición física y la habilidad deportiva.

Es llamativo que exista correlación en las respuestas de los estudiantes que no tienen interés por practicar actividades físicas en varias dimensiones del autoconcepto ya que significa que se ha encontrado una asociación lineal estadísticamente significativa entre estas variables lo que constituye la comprobación de que existe relación proporcional entre ellas. Significa, además, que los estudiantes del género masculino, aún sin tener interés por la práctica de actividades físicas, presentan mejores percepciones sobre sí mismos. Se debe señalar que la correlación entre el autoconcepto general y la condición física es negativa y no significativa, aunque la condición física tuvo correlación significativa con la fuerza y la habilidad deportiva.

El hecho de que la habilidad deportiva, en los grupos estudiados, sea la escala del

autoconcepto menos valorada por ambos géneros refleja un problema para la licenciatura en Educación Física y Deporte que debe establecer nuevas acciones para la preparación deportiva de sus estudiantes y para incrementar en ellos el gusto por los deportes.

En una investigación de la Universidad de Castilla La Mancha, España, titulada Autoconcepto físico según la actividad físico-deportiva realizada y la motivación hacia ésta, de Fernández y colaboradores, se comprobó que en los jóvenes del género masculino estudiados no existieron importantes correlaciones, positivas o negativas, entre las dimensiones del autoconcepto y el interés hacia la práctica deportiva. Los autores explicaron este resultado por la menor preocupación de los hombres por su imagen corporal que provocaba un bajo número de practicantes de actividad física (Fernández et al., 2010).

En la Tabla 5 se presentan los resultados del cálculo de la correlación entre las escalas del autoconcepto físico del grupo de estudiantes del género masculino considerado con interés por la práctica de actividad física. Se observan resultados muy llamativos en el sentido de que, al igual que en el grupo femenino con interés por la práctica de actividades físicas extraescolares, existía correlación entre muchas escalas del autoconcepto físico, siendo los grupos donde mejores resultados se obtuvieron demostrando que los estudiantes de ambos géneros con interés por la práctica de actividades físicas presentaban mejores percepciones de su autoconcepto físico que los grupos sin interés por esta práctica.

En el grupo de estudiantes del género masculino considerado con interés por la práctica de actividades físicas extraescolares se encontró correlación significativa positiva, al 95%, entre el atractivo físico y la fuerza. Llama la atención que se encontraron mayores relaciones cuando el nivel de significación fue del 99%. En este sentido, se encontró correlación significativa positiva entre las siguientes comparaciones: entre el autoconcepto general y el autoconcepto físico general, entre el autoconcepto general y el atractivo físico, entre el autoconcepto general

y la condición física, entre el autoconcepto físico general y el atractivo físico, entre la condición física y la fuerza, entre la fuerza y la habilidad deportiva.

Los resultados de la correlación de los estudiantes del género masculino catalogados con Interés por la práctica de actividad física y la correlación alcanzada con las escalas del autoconcepto físico demuestran que hay mayoría de variables correlacionadas al 99% de significación. Todas las correlaciones encontradas en este grupo fueron positivas.

En una investigación llevada a cabo en España, en 2010, se hizo un estudio comparativo del autoconcepto físico en adolescentes, en función del género y del nivel de actividad físico-deportiva y se comprobó que las dimensiones con mejores valoraciones por los adolescentes no deportistas fueron el Autoconcepto general y el Autoconcepto físico general mientras que en los deportistas se repitió el Autoconcepto general, pero se incluyó la Habilidad deportiva (Molero et al., 2010).

En 2015, se realizó una investigación con alumnos de un Instituto de Educación Secundaria Obligatoria, en la que se comprobó que la percepción inicial que tenían los alumnos sobre su autoconcepto físico era diferente significativamente entre el grupo masculino y el femenino, sobre todo en los factores de fuerza física y de autoconfianza donde las diferencias se presentaron a favor del género masculino (Hortigüela-Alcalá y Pérez-Pueyo, 2015).

Una conclusión importante del estudio fue que, en todos los grupos, las escalas que recibieron mejor valoración por parte de los estudiantes encuestados fueron el autoconcepto general y el autoconcepto físico general y la de menor valoración fue la habilidad deportiva. Los estudiantes que presentaron menos interés para la práctica de actividades físicas extraescolares también tuvieron baja percepción sobre su atractivo físico y sobre su condición física.

En los grupos denominados con Interés por la práctica de actividad física, de ambos géneros, hubo mejor correlación significativa.

Los estudiantes pertenecientes a los grupos con Interés por la práctica de actividades físicas extraescolares presentaron una autovaloración mucho más positiva sobre sí mismos que los que no tienen interés por la actividad física.

La Licenciatura en Educación Física y Deporte debe otorgar una atención mayor al trabajo que se realiza en la aplicación de acciones para mejorar la motivación para la realización de práctica de actividades físicas y deportivas de los estudiantes y, con ello, incidir positivamente en su percepción sobre el autoconcepto físico. Se estima necesario proponer que se profundice el trabajo que se lleva a cabo al interior del programa educativo y de la Facultad sobre los tipos de actividad física que realizan los estudiantes y sobre los deportes que practican de manera individual y colectiva.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Clerici, G. y García, M. (2010). Autoconcepto y percepción de pautas de crianza en niños escolares. Aproximaciones teóricas. *Revista Anuario de Investigaciones Psicológicas*, 17 (1), 178-189.
- Cruz, R., Salazar, J. y Cruz, A. (2013). Determinantes de la actividad física en México. *Revista Estudios Sociales*, 21 (41), 185-209.
- Eснаоla, I., Goñi, A., y Madariaga, J. (2008). El autoconcepto: perspectivas de investigación. *Revista de Psicodidáctica*, 13(1), 69-96.
- FAO, FIDA, UNICEF, PMA y OMS. (2018). *El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo. Fomentando la resiliencia climática en aras de la seguridad alimentaria y la nutrición*. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), Roma.
- Fernández, J., Contreras, O., García, L. y González, S. (2010). Autoconcepto físico según la actividad físico-deportiva realizada y la motivación hacia ésta. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 42 (2), 251-263.
- Gaeta, M. y Cavazos, J. (2017). Autoconcepto físico y académico en niños de contextos marginados en México. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 19 (2), 114-124.
- García-Rodríguez, J., y Fonseca-Hernández, C. (2012). La actividad física en los y las jóvenes mexicanos y mexicanas: un análisis comparativo entre las universidades públicas y privadas. *Revista de Ciencias del Movimiento Humano y Salud*, 9 (2), 1-29.
- Gargallo, B., Suárez, J., García, E., y Sahuquillo, P. (2012). Autoconcepto en estudiantes universitarios excelentes y en estudiantes medios. *Revista Iberoamericana de Educación*, 60 (1 Especial), 6-11.
- Goñi, A., Ruiz de Azúa, S. y Rodríguez, A. (2006). *Cuestionario del Autoconcepto Físico. Manual*. Madrid: EOS.
- Goñi, E. (2009). *El autoconcepto personal: estructura interna, medida y variabilidad*. Tesis doctoral. Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación. Universidad del País Vasco, Vitoria-Gasteiz, España.
- Harter, S. (2012). *The Construction of Self: Developmental and Sociocultural Foundations*. New York: The Guilford Press.
- Hortigüela-Alcalá, D., y Pérez-Pueyo, Á. (2015). Análisis del autoconcepto físico del alumnado en las clases de educación física. Diferencias encontradas en función del género. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1 (1), 567-578.
- Martínez-Alvarado, J., Sámano-Sánchez, A., Asadi-González, A., Magallanes-Rodríguez, A. y Rosales-Bonilla, R. (2012). Práctica de actividad física, deporte y niveles de sedentarismo en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento*. 3(2), 23-32.
- Massenzana, F. (2017). Autoconcepto y autoestima: ¿sinónimos o constructos complementarios?. *Revista de Investigación en Psicología Social*. 3 (1), 39-52.
- Molero, D., Ortega, F., Valiente, I. y Zagalaz, M. (2010). Estudio comparativo del autoconcepto físico en adolescentes en función del género y del nivel de actividad físico-deportiva. *Revista Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*. 17(1), 38-41.

Correo electrónico: mlinar@ugr.es

Revisión de Pares:

Recibido: 07-05-2018

Aceptado: 20-06-2018