

López-López, E.; Navarro-Valdivielso, M.; Ojeda-García, R.; Brito-Ojeda, E.; Ruiz-Caballero, J.A. y Navarro-Hernández, C.M. (2015). Práctica de actividad física y actitudes en los adolescentes de Canarias / Physical Activity Practice and Attitudes in Canarian Teenagers. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. vol. 15 (58) pp. 211-222. [Http://cdeporte.rediris.es/revista/revista58/artpractica563.htm](http://cdeporte.rediris.es/revista/revista58/artpractica563.htm)
DOI: <http://dx.doi.org/10.15366/rimcafd2015.58.002>

ORIGINAL

PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y ACTITUDES EN LOS ADOLESCENTES DE CANARIAS

PHYSICAL ACTIVITY PRACTICE AND ATTITUDES IN CANARIAN TEENAGERS

López-López, E.¹; Navarro-Valdivielso, M.²; Ojeda-García, R.³; Brito-Ojeda, E.⁴; Ruiz-Caballero, J.A.⁵ y Navarro-Hernández, C.M.⁶

1 Doctor por la ULPGC y Profesor de Enseñanza Secundaria. edll@hotmail.es

2 Catedrático EU de la Universidad de Las Palmas de G.C. e-mail: mnavarro@def.ulpgc.es

3 Doctor por la ULPGC y Profesor de la Universidad de Las Palmas de G.C. e-mail: rojeda@def.ulpgc.es

4 Doctora por la ULPGC y Profesora de la Universidad de Las Palmas de G.C..
e-mail: ebrito@def.ulpgc.es

5 Doctor por la ULPGC y Profesor Titular de la Universidad de Las Palmas de G.C. e-mail: jruiz@def.ulpgc.es

6 Licenciada en Ciencias de la Actividad Física y Deporte. e-mail: cmiriamnavarro@yahoo.es

AGRADECIMIENTOS O FINANCIACIÓN

El estudio del que forma parte el presente artículo, se encuentra asociado al proyecto de investigación denominado; Desarrollo de modelos formativos para la aplicación de un programa de promoción de la Actividad Física, la Salud y el Bienestar en la adolescencia, Plan Nacional de I+D+I, acción estratégica: de referencia: DEP2006-56121-C04-04/ACTI.

Código UNESCO / UNESCO Code: 5899 Otras Especialidades Pedagógicas (Educación Física y Deporte) / Other pedagogical specialties (Physical Education and Sport)

Clasificación Consejo de Europa / Council of Europe Classification: 4. Educación Física y deporte comparado / Comparative Physical Education and Sport

Recibido 25 de marzo de 2012 **Received** March 25, 2012

Aceptado 16 de enero de 2013 **Accepted** January 16, 2013

RESUMEN

En el presente estudio de la población adolescente de la Comunidad Autónoma de Canarias, se evidencia que aquellos adolescentes que cumplen con las recomendaciones de práctica de Actividad Física tanto de intensidad

moderada como vigorosa frente a los que no las cumplen, muestran a su vez mejores valores en la percepción del conjunto de actitudes que influyen en los niveles de práctica; competencia motriz, disfrute y valor-utilidad otorgada a la misma. Lo cual nos permite afirmar que este conjunto de factores pueden determinar el tipo y grado de participación en actividades físico-deportivas en este sector de la población.

PALABRAS CLAVE: actividad física, actitudes, disfrute, competencia motriz percibida, valor-utilidad percibido, adolescentes.

ABSTRACT

In this actual study of the adolescent population of the Autonomous Region of the Canary Islands, is evident, that teens who comply with the recommendations of practice of physical activity both of moderate intensity as vigorous intensity, compared with those which do not comply, show the best values in the perception of the set of attitudes that influence the levels of practice; perceived competence, enjoyment, perceived value. Which allows us to affirm that this set of factors can determine the type and degree of participation in physical-sport activities in this sector of the population.

KEY WORDS: physical activity, attitudes, enjoyment, perceived competence, perceived value-utility, adolescents.

1. INTRODUCCIÓN

En la actualidad existe un amplio consenso entre la comunidad científica al otorgar enorme valor a la práctica de la actividad física (AF) desde las etapas más tempranas de la vida, al quedar constatados los enormes beneficios que de su práctica se derivan sobre la salud, la calidad de vida y el desarrollo personal de los individuos, frente a los efectos perjudiciales que se asocian con los estilos de vida sedentarios. Sin embargo, los diferentes estudios de ámbito internacional, nacional y local realizados recientemente han constatado que en el estilo de vida de la población adolescente de los países desarrollados se encuentra instalado un patrón de sedentarismo e inactividad física de carácter alarmante (Alimentación y Valoración del Estado Nutricional en Adolescentes "AVENA", Ortega y cols., 2006; Fernández García y cols., 2008; Hernández de Vera, 2008; Serra, 2008; La Actividad Física como Agente Preventivo del Desarrollo de Sobrepeso, Obesidad, Alergias, Infecciones y Factores de Riesgo Cardiovascular en Adolescentes "AFINOS", Martínez y cols., 2009; Organización Mundial de la Salud "OMS", 2010; Martínez, 2010; Healthy Lifestyle in Europe by Nutrition in Adolescence "HELENA", Martínez y cols., 2011; López, 2011; Labrado, 2011).

Por otro lado, un cuerpo importante de investigaciones han indagado sobre los diversos factores y motivos que pueden determinar el tipo y grado de participación en actividades físico-deportivas en las primeras etapas de la vida, identificando como factores positivos, la sensación de disfrute que se

experimenta durante la práctica (Prochaska y cols., 2003; Fernández García y cols., 2003, Macarro, 2008; López, 2011), junto a la percepción de autoeficacia y competencia motriz (Wu & Pender, 2002; Mico, Orona & Piéron, 2002; Gálvez, 2004; Nupponen, Piéron & Telama, 2005; Van der Horst et al., 2007; Serra, 2008; García Cantó, 2010; López, 2011), y de valor-utilidad que los adolescentes otorgan a la misma (Eccles y Harold, 1991; Gálvez, 2004; Simpkins y Davis-Kean, 2005; Nagy et al. 2006; García Cantó, 2010; López, 2011).

A partir de estas dos premisas citadas, a través de nuestro estudio pretendimos comprobar si los adolescentes de nuestro estudio que realizan mayores niveles de práctica de AF frente a los que no, a su vez muestran mejores valores en la percepción del conjunto de actitudes que influyen en los niveles de práctica; disfrute, competencia motriz y valor-utilidad otorgada a la misma.

2. MATERIAL Y MÉTODO

Muestra

El universo de referencia, lo constituyeron el total de alumnos escolarizados en la Comunidad Autónoma de Canarias en las enseñanzas correspondientes a la ESO, en el curso académico 07-08, un total de 88.461 alumnos, 45.295 chicos y 43.166 chicas.

Para la elección de la muestra se realizó un muestreo por conglomerados y unidad final de observación de los estudiantes, combinado con un muestreo aleatorio estratificado con el fin de disponer de una mejor representación de la población. La muestra definitiva quedó formada por 800 adolescentes (413 chicos y 387 chicas) de edades comprendidos entre los 12 y 16 años, los cuales se encontraban cursando la Etapa de la ESO en centros educativos de carácter público pertenecientes a trece municipios de la Comunidad Autónoma de Canarias, optando por una muestra estratificada proporcionalmente por edad y sexo (Tabla 1).

Tabla 1: Distribución de la Muestra en función del género y edad.

| SEXO | EDAD | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | TOTAL |
|----------------|------|------|-------|-------|-------|------|-------------|
| Hombres | n | 70 | 69 | 96 | 117 | 61 | 413 |
| | % | 8,75 | 8,62 | 12 | 14,62 | 7,62 | 51,6 |
| Mujeres | n | 73 | 86 | 81 | 105 | 42 | 387 |
| | % | 9,12 | 10,75 | 10,12 | 13,12 | 5,25 | 48,4 |

Variables del estudio

Las variables del estudio se concretan en las siguientes: niveles de práctica de AF y percepción del conjunto de actitudes que influyen en los niveles de práctica; disfrute, competencia motriz y valor-utilidad otorgada a la misma, lo cual nos permitió posteriormente correlacional ambas variables.

Instrumentos

Para la medición de los niveles de práctica de AF, las recomendaciones de práctica de AF empleadas en nuestro estudio se seleccionaron a partir de las siguientes: síntesis a partir de Cavill, Biddle y Sallis, 2001, Statement of the United Kingdom Expert Consensus Conference, Pediatric Exercise Science 13,12-25; y Corbin y Lindsey (2007:64), Fitness for Life, Human Kinetics.

Recomendación 1ª: Al menos 5 días por semana, y preferiblemente todos, de práctica de AF de intensidad al menos moderada durante un total de 60 o más minutos cada día.

Recomendación 2ª: Al menos 3 días a la semana de práctica de AF intensa (vigorosa) durante 20 o más minutos cada día.

Para la medición de la percepción de competencia motriz y valor-utilidad se partió de una utilización parcial del Cuestionario de competencia y creencias sobre la educación física (EF). El cuestionario empleado ha sido el "Competence and Value Beliefs in Sport" de Fredricks y Eccles (2002), compuesto por un total de 12 ítems que integran tres subescalas sobre: interés hacia la EF; competencia percibida en EF e importancia (valor-utilidad percibidos) de la EF, el cual consta de un total de 13 ítems, en formato de escala tipo Likert con respuestas del 1 (valor mínimo) al 7 (valor máximo).

Este cuestionario, se había empleado con anterioridad en el estudio de ámbito nacional de Fernández García y cols. (2008). Por tanto, del citado cuestionario se emplearon las siguientes subescalas.

Subescala de Competencia del Cuestionario sobre Creencias de competencia, importancia e interés en EF, de Fredricks y Eccles (2002), formada por cinco ítems, en un formato tipo Likert dentro de una escala de 1 a 7.

Subescala de Importancia (valor-utilidad) del Cuestionario sobre Creencias de competencia, importancia e interés en EF, de Fredricks y Eccles (2002), formada por cinco ítems, en un formato tipo Likert dentro de una escala de 1 a 7.

Para la medición del grado de disfrute que se experimenta con la práctica de la AF, se utilizó el Cuestionario "Physical Activity Enjoyment Scales (PACES)" de Kendzierski y Decarlo (1991), el cual fue validado al castellano de la escala de disfrute con la AF adaptándola a la población de chicas adolescentes españolas, así como la obtención de una versión reducida de la misma.

Para ello se realizó un análisis de fiabilidad y a continuación, la validez del constructo fue constatada en dos pasos, primero mediante un análisis factorial exploratorio y posteriormente aplicando el modelo de ecuaciones estructurales para la realización de un análisis factorial confirmatorio. La escala se administró a 2.777 chicas adolescentes de Educación Secundaria entre 12 y 18 años, Fernández García y cols. (2008), de forma que los resultados mostraron la fiabilidad de la prueba y la validez del constructo, con un buen ajuste al modelo. La escala adaptada arrojó una reducción a seis ítems, lo que permite disponer de un instrumento breve y eficiente para la medición del disfrute con la actividad física.

Procedimiento

A principios del año 2007 se realizó un estudio piloto, administrando un cuestionario, elaborado en base a una revisión bibliográfica exhaustiva, a una muestra de 232 alumnos de entre 12 y 16 años, de un instituto perteneciente al municipio de Las Palmas de Gran Canaria, lo cual representaba una muestra significativa para el universo de los alumnos de la etapa educativa de la ESO, con el propósito de comprobar la viabilidad y operatividad del cuestionario propuesto, determinar la muestra final y formar a los aplicadores que realizarían posteriormente el trabajo de campo definitivo.

Durante los meses de junio a septiembre de 2007 se procedió a organizar el primer contacto con los centros educativos, contactando con el Director de cada centro educativo y los Jefes de los departamentos didácticos de la materia de EF, mediante una carta de presentación donde se detallaban las principales características del estudio que se pretendía realizar junto a un modelo de carta de solicitud de autorización paterna para la participación de su hijo/s en el mismo.

Los instrumentos fueron aplicados a aquellos alumnos que aportaron el consentimiento paterno. La aplicación tuvo lugar durante los meses de octubre a diciembre de 2007, siendo realizada por un equipo de aplicadores que con carácter previo habían realizado un curso de formación y familiarización con los instrumentos para la unificación y protocolo en la toma de datos. Para cada uno de los centros educativos se elaboró una ficha de registro personal que recogía con exactitud el número de alumnos participantes en la toma de datos, el curso, el horario y posibles observaciones e incidencias que hubiesen podido surgir durante el desarrollo de la toma de los mismos.

Análisis estadístico

Para el análisis de diferencias de medias, al objeto de comparar las medias de varios grupos definidos por una variable categórica (variable independiente o factor) en una variable cuantitativa (variable dependiente) se ha utilizado el análisis de varianza (ANOVA) de un factor, que ha permitido contrastar la hipótesis nula de si las medias poblacionales comparadas son iguales. Para ello se comprobó previamente la homocedasticidad con el test de Levene y, en el caso de no verificarse ésta, se ha utilizado la prueba T para desigualdad de varianzas o el ANOVA de Welch. Así, si $p > 0.05$ en la prueba o test de Levene, utilizamos

el estadístico F de la tabla ANOVA y, en caso contrario, el especificado en la prueba de Welch, denotando el estadístico resultante por W.

También se calculó la consistencia interna de las escalas a través del alfa de Cronbach, obteniendo adecuados valores de consistencia y fiabilidad, escala de competencia motriz con la práctica de la actividad física y el deporte (alfa de Cronbach: 0,880), escala de valor-utilidad otorgada a la práctica de la actividad física y el deporte (alfa de Cronbach: 0,856), escala de disfrute que se experimenta con la práctica de la actividad físico-deportiva (alfa de Cronbach: 0,803).

Todos los cálculos estadísticos de este estudio han sido realizados a través del programa informático SPSS (versión 14.0) y del módulo Excel de la aplicación Microsoft Office 2007.

3. RESULTADOS

Relación entre la práctica de actividad física y el conjunto de actitudes hacia la misma en los adolescentes de Canarias

Los resultados de nuestro estudio muestran que los adolescentes del grupo que cumple con las recomendaciones de práctica de AF de intensidad moderada frente a los del grupo que no las cumple, muestran a su vez una mejor percepción de su competencia motriz, en el valor-utilidad que otorgan a la misma, y en la percepción del disfrute que experimentan con su práctica, siendo estas diferencias significativas (Tabla 2).

Tabla 2: Diferencias en las medias de la escalas de competencia motriz percibida, valor-utilidad y disfrute, en función del cumplimiento que muestran los adolescentes de la recomendación de práctica de Actividad Física de intensidad moderada.

| Media de la escala de Competencia Motriz Percibida en la práctica de la AF y el deporte. | | N | Media | Desviación típica | Mínimo | Máximo | ANOVA | |
|--|--------------|------------|-------------|-------------------|----------|----------|---------|----------|
| | | | | | | | w | p valor |
| Grupos Regularidad práctica de AF de intensidad moderada. | No cumplen | 477 | 4,46 | 1,199 | 1 | 7 | 111,576 | 0,000*** |
| | Sí cumplen | 317 | 5,31 | 1,061 | 2 | 7 | | |
| | Total | 794 | 4,80 | 1,219 | 1 | 7 | | |
| Media de la escala de Valor/Utilidad hacia la AF y el deporte. | | N | Media | Desviación típica | Mínimo | Máximo | ANOVA | |
| | | | | | | | W | p valor |
| Grupos Regularidad práctica de AF de intensidad moderada. | No cumplen | 474 | 5,08 | 1,274 | 1 | 7 | 86,86 | 0,000*** |
| | Sí cumplen | 316 | 5,87 | 1,077 | 1 | 7 | | |
| | Total | 790 | 5,40 | 1,259 | 1 | 7 | | |
| Media de la escala de Disfrute en la práctica de la AF y el deporte. | | N | Media | Desviación típica | Mínimo | Máximo | ANOVA | |
| | | | | | | | W | p valor |
| Grupos Regularidad práctica de AF de intensidad moderada. | No cumplen | 479 | 5,15 | ,854 | 1 | 7 | 62,891 | 0,000*** |
| | Sí cumplen | 321 | 5,58 | ,668 | 3 | 7 | | |
| | Total | 800 | 5,32 | ,812 | 1 | 7 | | |

Esta misma tendencia se observa en la práctica de AF de intensidad vigorosa, donde nuevamente los resultados de nuestro estudio muestran que los adolescentes del grupo que cumple con las recomendaciones de práctica de AF de intensidad vigorosa frente a los del grupo que no las cumple, muestran a su vez una mejor percepción de su competencia motriz, en el valor-utilidad que otorgan a la misma, y en la percepción del disfrute que experimentan con su práctica, siendo igualmente estas diferencias significativas (Tabla 3).

Tabla 3: Diferencias en las medias de la escalas de competencia motriz percibida, valor-utilidad y disfrute, en función del cumplimiento que muestran los adolescentes de la recomendación de práctica de Actividad Física de intensidad vigorosa.

| Media de la escala de Competencia Motriz Percibida en la práctica de la AF y el deporte. | | N | Media | Desviación típica | Mínimo | Máximo | ANOVA | |
|--|--------------|------------|-------------|-------------------|----------|----------|---------|----------|
| | | | | | | | F | p valor |
| Grupos Regularidad práctica de AF de intensidad vigorosa. | No cumplen | 255 | 4,19 | 1,21 | 1 | 7 | 106,364 | 0,000*** |
| | Sí cumplen | 539 | 5,09 | 1,11 | 1 | 7 | | |
| | Total | 794 | 4,80 | 1,22 | 1 | 7 | | |
| Media de la escala de Valor/Utilidad hacia la AF y el deporte. | | N | Media | Desviación típica | Mínimo | Máximo | ANOVA | |
| | | | | | | | W | p valor |
| Grupos Regularidad práctica de AF de intensidad vigorosa. | No cumplen | 254 | 4,88 | 1,34 | 1 | 7 | 60,894 | 0,000*** |
| | Sí cumplen | 536 | 5,64 | 1,14 | 1 | 7 | | |
| | Total | 790 | 5,40 | 1,26 | 1 | 7 | | |
| Media de la escala de Disfrute en la práctica de la AF y el deporte. | | N | Media | Desviación típica | Mínimo | Máximo | ANOVA | |
| | | | | | | | W | p valor |
| Grupos Regularidad práctica de AF de intensidad vigorosa. | No cumplen | 256 | 5,01 | 0,83 | 2 | 7 | 58,695 | 0,000*** |
| | Sí cumplen | 544 | 5,47 | 0,76 | 1 | 7 | | |
| | Total | 800 | 5,32 | 0,81 | 1 | 7 | | |

4. DISCUSIÓN

Los resultados de nuestro estudio se muestran coincidentes con las evidencias aportadas por diversos estudios de ámbito internacional y nacional, que en relación a los diversos factores y motivos que pueden determinar el tipo y grado de participación en actividades físico-deportivas han identificado como factores positivos, la sensación de disfrute que se experimenta con su práctica, la percepción de competencia motriz y el valor-utilidad que los adolescentes otorgan a la misma.

En relación al grado de disfrute que los adolescentes experimentan con la práctica de la AF, los resultados de nuestro estudio también se muestran coincidentes con otros estudios realizados tanto en el contexto internacional como el nacional en los que se ha evidenciado una asociación positiva entre esta variable y la práctica de la AF (Prochaska y cols., 2003; Fernández García y cols., 2003, Macarro, 2008).

En cuanto a la percepción de auto-eficacia que en el contexto de la EF se asocia a la percepción de competencia motriz, es para muchos autores una de las influencias más poderosa y consistente en la realización de AF a cualquier edad asociándola con estilos de vida físicamente activos (Nupponen, Piéron & Telama, 2005; Van der Horst et al., 2007), incluso hasta el punto de indicar que podría ser el más importante predictor de la intención de práctica (Wu & Pender, 2002). Observando en nuestro estudio que los adolescentes que realizan mayores niveles de práctica de AF muestran a su vez una mejor

percepción de su competencia motriz.

En el contexto de nuestro país, los resultados de nuestro estudio se muestran congruentes con los obtenidos en el estudio de Gálvez (2004), el cual evidenció que la percepción de competencia motriz aumentó significativamente los niveles de AF en los adolescentes en ambos géneros. Así como con los que arroja el estudio realizado por García Cantó (2010), que constató que una mayoría de los adolescentes poseían una autopercepción aceptable de su competencia motriz, la cual influía directamente en los niveles globales de AF habitual, apreciándose este efecto con mayor intensidad en la subescala que representa la actividad durante el tiempo de ocio, de forma que los sujetos con mayor percepción en esta variable, se incorporaban con mayor decisión a reproducir sus modelos de práctica físico-deportiva de forma repetida.

Además en relación a la asociación positiva entre práctica de AF y el valor-utilidad que los adolescentes otorgan a la misma, los resultados de nuestro estudio se muestran coincidentes con el estudio realizado por Gálvez (2004), en el que se evidenció que la opinión favorable sobre la utilidad de las sesiones de EF aumentaba significativamente los niveles de AF habitual en ambos sexos. Así como con el estudio realizado por García Cantó (2010), que evidenció que la percepción de utilidad de las sesiones de EF, es una variable que incrementaba de forma significativa en ambos sexos los niveles globales de AF.

5. CONCLUSIONES

A través de nuestro estudio hemos constatado que los adolescentes que cumplen con las recomendaciones de práctica de AF de intensidad moderada y vigorosa, muestran a su vez mejores valores en la percepción del conjunto de actitudes que influyen en los niveles de práctica; competencia motriz, disfrute y valor-utilidad otorgada a la misma.

Finalmente, aunque no se han obtenido directamente en esta investigación, este conjunto de hallazgos nos permiten sugerir la puesta en marcha de un conjunto de acciones que tengan por objeto el incremento de los niveles de práctica de AF, tanto en horario escolar como extraescolar, a través de la puesta en práctica de programas de intervención de promoción de la AF y la salud dirigidos a este sector de la población, precedidos por un diseño de actividades y tareas motrices no excluyentes, las cuales propicien a su vez el incremento en la percepción del conjunto de actitudes que influyen en los niveles de práctica.

Limitaciones y prospectiva

Como todos los estudios de investigación, éste también presenta sus limitaciones. Entre ellas es preciso citar el carácter transversal del mismo, el cual nos aporta un conocimiento de una realidad puntual del comportamiento de las variables abordadas.

Por ello de cara a futuras investigaciones, se sugiere el profundizar en la realización de estudios de corte longitudinal que permitan una mayor

profundización sobre los factores que influyen en los niveles de práctica de AF más allá de esta etapa concreta de sus vidas, con el propósito de consolidar y completar el conocimiento de una realidad puntual que nos aportan los estudios de corte transversal.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Cavill, N.; Biddle, S., & Sallis, J.F. (2001). Health entrancing physical activity for young people: statement of the united kingdom expert consensus conference. *Pediatric Exercise Science*, 13 (1), 12-25.
- Corbin, C., & Lindsey, R. (2007). *Human Kinetics Fitness for Life, Updated 5th Edition-Paper*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Brito-Ojeda, E. (2003): *Estudio sobre la valoración de la condición física y biológica en escolares de la isla de Gran Canaria*. Tesis doctoral. Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.
- Eccles, J. S., & Harold, R. D. (1991). Gender differences in sport involvement: Applying the Eccles' expectancy-value model. *Journal of Applied Sport Psychology*, 3, 7-35. <http://dx.doi.org/10.1080/10413209108406432>
- Fernández, E., Camacho, M.J., Vázquez, B., Blández, J., Mendizábal, S., Rodríguez, I., Sánchez, F., Sánchez, M., & Sierra, M.A. (2008). Estudio de los estereotipos de género vinculados con la actividad física y el deporte en los centros docentes de educación primaria y secundaria: Evolución y vigencia. Diseño de un programa integral de acción educativa. Ministerio de Igualdad. Instituto de la Mujer.
- Fernández, E.; Contreras Jordán, O.R.; Sánchez Bañuelos, F.; & Fernández-Quevedo Rubio, C. (2003). Evolución de la práctica de la actividad física y el deporte en mujeres adolescentes e influencia en la percepción del estado general de salud. *Revista IcD. Estudios sobre Ciencias del Deporte. Serie de Investigación*. Nº 35. Consejo Superior de Deportes – Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, Madrid, 25-60.
- Fernández, E., Sánchez Bañuelos, F., & Salinero, J.J. (2008). Validación y aceptación de la escala PACES de disfrute con la práctica de la actividad física para adolescentes españolas. *Psicothema*, 20 (4), 890-895. [en línea] <http://www.psicothema.com/pdf/3571.pdf> Consulta: octubre, 2010.
- Fredricks, J.A., & Eccles, J.S. (2002). *Cuestionario sobre creencias de competencia, importancia e interés en Educación Física*.
- Gálvez, A. (2004). *Actividad física habitual de los adolescentes de la región de Murcia. Análisis de los motivos de práctica y abandono de la actividad físico-deportiva*. Tesis doctoral. Departamento Expresión Plástica, Musical y Dinámica. Facultad de Educación. Universidad de Murcia.
- García Cantó, E. (2010). *Niveles de Actividad Física Habitual en escolares de 10 a 12 años de la región de Murcia*. Tesis doctoral. Universidad de Murcia.
- Hernández de Vera, O. (2008). *La Condición Física, hábitos de vida y salud del alumnado de Educación Secundaria del norte de la isla de Gran Canaria*. Tesis doctoral. Universidad de Las Palmas de G.C..
- Kendzierski, D., & Decarlo, K.J. (1991). Physical activity enjoyment scale: Two validation studies. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13, 50-64.
- Labrado, S., Mendizábal, S., Rioja, N., Jiménez Díaz, F., Rubio Arias, J.A., & Martínez Sánchez, F. (2010). Análisis de los niveles de práctica de

actividad física y hábitos saludables en la población adolescente de Castilla-La Mancha. *Archivos de Medicina del Deporte*, 27 (136), 127-128.[en línea]

http://femede.es/documentos/Comunicaciones_120_136.pdf Consulta realizada: mayo 2011.

- Labrado, S. (2011). *Diferencias de género en los niveles de práctica de actividad física y hábitos saludables en la población adolescente de Castilla-La Mancha Eficacia de un Programa de Intervención*. Tesis doctoral. Universidad de Castilla-La Mancha.
- López, E. (2011). *Compromiso de los adolescentes de Canarias con un estilo de vida físicamente activo y saludable*. Tesis doctoral. Universidad de Las Palmas de G.C..
- Macarro, J. (2008): *Actitudes y motivaciones hacia la práctica de la Actividad Físico Deportiva y el área de Educación Física, del alumnado de la provincia de Granada al terminar la ESO*. Tesis doctoral. Universidad de Granada.
- Martínez, R. (2010). *Valoración de la condición física en relación con la salud en escolares preadolescentes de la provincia de León: influencia de la actividad física en el sobrepeso, la obesidad y el riesgo de síndrome metabólico*. Tesis doctoral. Universidad de León.
- Martínez Gómez, D., Welk, G.J., Calle, M.E., Marcos, A., & Veiga, O.L. the AFINOS Study Group (2009). Preliminary evidence of physical activity levels measured by accelerometer in Spanish adolescents; The AFINOS Study. *Nutrición Hospitalaria*, 24 (2): 226-32.
- Mico, J., Orona, L., & Piéron, M. (2002). La participación de los adolescentes andorranos en las actividades físicas y deportivas extraescolares. *Actas del Congreso Internacional de la AIESEP*. La Coruña: AIESEP.
- Nagy, G., Trautwein, U., Baumert, J., Köller, O., & Garrett, J. (2006). Gender and course selection in upper secondary education: Effects of academic selfconcept and intrinsic value. *Educational Research and Evaluation*, 12(4), 323-245. <http://dx.doi.org/10.1080/13803610600765687>
- Nupponen, H., Piéron, M., & Telama, R. (2005). Physical activity among young people in the context of lifestyle. *European Physical Education Review*, 11(2), 115-137. <http://dx.doi.org/10.1177/1356336X05052892>
- Martínez Gómez, D., Ortega, F.B., Ruiz, J.R., Vicente-Rodríguez, G., Veiga, O.L., Widhalm, K., Manios, Y., Béghin, L., Valtue-a, J., Kafatos, A., Molnar, D., Moreno, LA, Marcos, A, Castillo, M J, & Sjöström, M; ON BEHALF OF THE HELENA STUDY GROUP (2011). Excessive sedentary time and low cardiorespiratory fitness in European adolescents: the HELENA study. *Archives of Disease in Childhood*, 96: 240-246. <http://dx.doi.org/10.1136/adc.2010.187161>
- Organización Mundial de la Salud (2010): Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud. [en línea] <http://whqlibdoc.who.int/publications/2010/9789243599977spa.pdf> Consulta: octubre, 2010.
- Ortega, F.B., Ruíz, J.R., Castillo, M.J., Moreno, L.A., González-Gross, M., Warnberg, J., & Gutiérrez, A. (2005): Bajo nivel de forma física en los adolescentes españoles. Importancia para la salud cardiovascular futura (Estudio AVENA). *Revista Española de Cardiología*, 58: 898-909.

[en línea] <http://www.revespcardiol.org/en/node/2040547> Consulta: noviembre, 2010.

- Patrick, K., & Sallis, J. F. (1994). Physical activity guidelines for adolescents: Consensus statement. *Pediatric Exercise Science*, 6(4), 302-314.
- Prochaska, Sallis, & Long (2001), Cuestionario PACE Adolescent Physical Activity Measure.
- Prochaska, J.J.; Sallis, J.F., Slymen, D.J. y McKenzie, T. L. (2003). A longitudinal study of children's enjoyment of physical education. *Pediatric Exercise Science*, 15, 170-178.
- Serra, J.R. (2008). *Factores que influyen en la práctica de Actividad física en la población adolescente de la Provincia de Huesca*. Tesis doctoral. Departamento Expresión Musical, Plástica, y Corporal. Universidad de Zaragoza.
- Simpkins, S. D., & Davis-Kean, P. E. (2005). The intersection between self-concepts and values: links between beliefs and choices in high school. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 110, 31-47.
- Van der Horst, K., Paw, M. J., Twisk, J. W., & Van Mechelen, W. (2007). A brief review on correlates of physical activity and sedentariness in youth. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 39(8), 1241-1250.
- Wu, T. Y., & Pender, N. J. (2002). Determinants of physical activity among Taiwanese adolescents: An application of the health promotion model. *Research in Nursing & Health*, 25(1), 25-36.

Número de citas totales / Total references: 31 (100%)

Número de citas propias de la revista / Journal's own references: 0 (0%)