

# El género como factor de variabilidad en las actitudes hacia la práctica de actividad físico-deportiva

## Trabajo realizado en la ciudad de Granada (España). Estudio AVENA\*

### ISAAC JOSÉ PÉREZ LÓPEZ

Doctor en Educación Física. Profesor de ESO en el Colegio Ntra. Sra. de la Consolación (Granada)

### MANUEL DELGADO FERNÁNDEZ

Doctor en Educación Física. Profesor titular del Departamento de Educación Física y Deportiva. Universidad de Granada

### PALMA CHILLÓN GARZÓN

Doctora en Educación Física. Profesora de ESO en el Instituto Fernando III "El Santo". Priego de Córdoba (Córdoba)

### MIGUEL MARTÍN MATILLAS

Licenciado en Educación Física

### PABLO TERCEDOR SÁNCHEZ

Doctor en Educación Física. Profesor titular del Departamento de Educación Física y Deportiva. Universidad de Granada

### Grupo AVENA

#### Resumen

La orientación de las actitudes que los adolescentes manifiestan hacia la actividad físico-deportiva representa un aspecto de gran importancia a la hora de promocionar su práctica como hábito de vida saludable, función fundamental en la labor educativa y, en concreto, en la Educación Física.

En 700 adolescentes granadinos de entre 13 y 18 años, se ha estudiado la orientación de las actitudes hacia la práctica físico-deportiva en función del sexo a partir del "cuestionario CAAFS".

Los resultados muestran que los chicos tienen niveles actitudinales significativamente superiores ( $p < 0.05$ ) a los de las chicas en las actitudes orientadas tanto hacia el proceso (3,69 y 3,45, respectivamente) como hacia el resultado (2,45 ellos y 2,33 ellas). La "mejora de la apariencia" (2,71) es la dimensión actitudinal hacia la que las adolescentes granadinas manifiestan una mayor tendencia, y la dimensión "victoria" lo es en el caso de los varones (2,65).

Por tanto se puede concluir indicando la necesidad de mejorar las actitudes hacia la práctica físico-deportiva en las chicas y considerar la necesidad de diversificar la práctica en función de la orientación de las mismas en función del género.

#### Palabras clave

Actitudes, Adolescentes, Actividad física, Salud.

#### Abstract

*The direction of the attitudes that adolescents show towards physical and sports-related activity represents a very important aspect when it comes to promote their performance in order to achieve a healthy lifestyle, a basic function of the educational task and, concretely, in the Physical Education field.*

*A study was carried out among 700 adolescents from Granada, between the ages of 13 and 18 years. This study focused on the orientation of the attitudes towards physical and sports-related practice considering the gender of the subjects, following the "CAAFS questionnaire".*

*The results reveal that boys present attitudinal levels remarkably superior ( $p < 0.05$ ) to those of girls, not only in the attitudes oriented to the process (3,69 and 3,45 respectively), but also in those oriented to the result (2,45 and 2,33 respectively). The "appearance improvement" (2,71) is the attitudinal sphere towards which adolescent girls from Granada show a greater tendency, and the "victory" sphere in the case of boys (2,65).*

*Therefore one could finish by stating the necessity to improve the attitudes towards physical and sports-related practice in girls and to consider the need to diversify practice depending on the orientation of the said attitudes in function of the subject's gender.*

#### Key words

Attitudes, Adolescents, Physical activity, Health

## Marco teórico

Dentro del ámbito de la actividad físico deportiva y, concretamente, del área de la Educación Física, el tema de las actitudes ha ido ocupando un lugar cada vez más destacado. Sin embargo, en los últimos años

su relevancia ha adquirido aún mayor protagonismo.

Uno de las principales circunstancias que ha dado lugar al citado protagonismo ha sido el incremento del sedentarismo entre la población adolescente (Tercedor *et al.*, 2003), a causa de la evolución negativa de los

\* Estudio parcial financiado por el Ministerio de Sanidad y Consumo (FIS 00/0015) y las empresas Panrico SA y Manaus SA.

hábitos de ocio y tiempo libre de los adolescentes en la sociedad actual (Martínez González *et al.*, 2001). Sobre él actúan distintos factores como por ejemplo: la reducción de esfuerzo físico durante los desplazamientos al ir a la escuela y el aumento en actividades de ocio pasivas como la televisión o los juegos de ordenador (Piéron, Telama, Almond, y Carreiro, 1999; Steptoe *et al.*, 1997), además de factores de índole más macrosocial y ambiental (García Ferrando, 2001; Laceras, Aznar, Merino y Gil, 2001; Mendoza, 2000).

Del mismo modo, también habría que destacar, como segundo gran motivo, los deficientes hábitos saludables de vida y práctica físico-deportiva en este mismo grupo de edad (Cantera y Devís, 2000; Encuesta Nacional de Salud, 2001; Mendoza, 1994, 2000). Y es que la práctica físico-deportiva y los hábitos de vida han tomado tintes de “salutismo” (inducción de creencias distorsionadas sobre la salud) y mercantilismo (Devís, 2000) en la sociedad actual, apoyados principalmente por los medios de comunicación Watt (2001).

Aarts, Paulussen y Schaalma (1997) manifiestan que en un intento de lograr un mayor acercamiento entre la ocupación del tiempo de ocio y la actividad físico-deportiva de los alumnos habría que prestar una especial atención a las actitudes, pues de ellas, y la norma social, depende en gran medida la decisión deliberada de iniciarse en la práctica de ejercicio físico. El estudio de las actitudes en población adolescente española ha sido poco tratado (Chillón *et al.*, 2003; Polo y López, 2001). Estudios comparativos sobre la eficacia de la Teoría de la Acción Razonada y la Teoría de la Conducta Planificada demuestran que las actitudes tienen un mayor efecto sobre la intención hacia la actividad física que la norma subjetiva y que el control conductual percibido (Fuchs, 1996; Hausenblas, Carron y Mack, 1997).

Por tanto, uno de los principales factores a atender a la hora de erradicar las dos realidades mencionadas anteriormente será la formación y cambio de las actitudes hacia la actividad física relacionada con la salud. Máxime cuando el estudio de las actitudes se centra en uno de los tramos de edad más importantes en cuanto a la adquisición de comportamientos y hábitos de vida, la adolescencia (Cantón y Sánchez, 1997), objeto principal de este estudio.

Las actitudes pueden estar orientadas, siguiendo a Pérez Samaniego (2000):

- Hacia el resultado (AR), entendidas como predisposición a valorar la actividad física como medio para

conseguir diversas consecuencias socialmente consideradas como símbolo de salud, entre las que destacan el desarrollo de la condición física, la mejora de la apariencia, la autosuperación y la victoria.

- Hacia el proceso (AP), entendidas como la predisposición hacia la valoración intrínseca de la actividad física, entre las que destacan las connotaciones afectivo-sociales que acompañan a la vivencia de practicarla como, por ejemplo, la gratificación de llevarla a cabo.

La motivación hacia la práctica de actividad física ha de estar centrada en aspectos intrínsecos y nunca exclusivamente en motivaciones externas, cuya duración en el tiempo será muy limitada (Cervelló, 1996; Peiró, 1996), ya que de esta manera se podría hacer coincidir la ocupación del tiempo de ocio con la salud en los educandos, reorientando las actitudes que manifiestan hacia la actividad física relacionada con la salud al permitir a todos los sujetos experimentar éxito en las actividades propuestas (independientemente del nivel de destreza que posean) sin verse excluidos o eliminados.

Además, Pérez Samaniego (2000) también propone una serie de criterios o dimensiones de actividad física y salud (gratificación, continuidad, adecuación, autonomía, seguridad y crítica), y que se analizarán en este trabajo, con la intención de cumplir una doble función en la adquisición del hábito de práctica física: *a)* ayudar a las personas a conocer más acerca de su propia práctica, y *b)* permitirles un amplio margen de opción para tomar sus decisiones personales.

Por todo lo expuesto hasta el momento, el objeto de investigación de este trabajo se centra en: conocer las actitudes, y dimensiones de las mismas, del alumnado de Granada hacia la actividad físico-deportiva orientada a la salud, como punto de referencia de gran relevancia a la hora de inculcar hábitos saludables a largo plazo.

## Metodología de investigación

### Objetivos de la investigación

- Conocer si existen diferencias estadísticamente significativas en las actitudes hacia el proceso y en las actitudes hacia el resultado según el sexo del alumnado.
- Identificar hacia qué dimensiones de las actitudes orientadas hacia el proceso y hacia el resultado de la actividad física el alumnado presenta una mayor tendencia considerando el sexo.

## Diseño de la investigación

Se ha utilizado un diseño transversal cruzado basado en una investigación por encuesta. Como herramienta de toma de datos se utilizó la encuesta sobre comportamientos, actitudes y valores sobre actividad física y deportiva (constituido por 38 preguntas) del Grupo Avena (González-Gross *et al.*, 2003). Este estudio forma parte del trabajo de investigación de dicho grupo, presentándose en este caso tan solo los datos de Granada.

En concreto, en este trabajo se presentan los datos relativos a la valoración de las actitudes según la propuesta de Pérez Samaniego (2000), mediante el cuestionario de actitudes hacia la actividad física relacionada con la salud (CAAFS). Ésta constituye la pregunta número 26 del cuestionario global del Grupo Avena, con un total de 21 ítems y una escala de respuesta que va de 1 a 5 (donde el 1 representa la valoración “muy en desacuerdo” y el 5 “muy de acuerdo”). Estableciéndose en esos 21 ítems dos grupos: uno referido a las actitudes orientadas hacia el proceso y otro hacia el resultado, ambos relacionados con la salud (y donde ítems 6, 10, 17 y 20 están formulados en sentido contrario).

A consecuencia de que el cuestionario fue validado con universitarios, en este estudio se analizó la validez de contenido del mismo, no encontrándose problemas en la comprensión de las preguntas. Por otra parte, en un test-retest realizado en un periodo inferior a 24 horas el índice de fiabilidad del cuestionario en su conjunto fue de  $r = 0.91$ .

## Sujetos

Para la selección de la muestra se realizó un muestreo aleatorio estratificado representativo de la población adolescente granadina, considerando como estratos la edad, el sexo y el área urbana. Los participantes del presente estudio son 700 adolescentes granadinos de ambos sexos (54,8 % chicas y 45,2 % chicos), con edades comprendidas entre 13 y 18 años, y estudiantes de Centros públicos o privados de Enseñanza Secundaria, Formación Profesional y Bachillerato (en un total de 13). En cualquier

caso, en el análisis de los resultados posteriores se comprobará que en la mayor parte de los ítems no se va a llegar a este número debido a una incorrecta cumplimentación del cuestionario por parte del alumnado.

## Procedimiento y técnicas estadísticas

La aplicación del cuestionario tuvo lugar durante los cursos 2001-02, 2002-03, de forma negociada con los centros y con la autorización de los directores de los mismos, así como con el consentimiento de los padres, según las pautas que proponen Rojas, Fernández y Pérez (1998). Los cuestionarios fueron autoadministrados a los alumnos a primera hora de la mañana y dentro de su aula. Los encuestadores siguieron un guión unificado para dar las instrucciones oportunas. Por supuesto, previamente se les indicó a los alumnos el objeto de estudio y se les pidió que contestasen con seriedad y máxima sinceridad, asegurándoles la confidencialidad de las respuestas.

Respecto al análisis estadístico, se ha empleado el programa informático SPSS 11 para Windows. Se presentan los valores descriptivos (media y desviación típica). La prueba de Kolmogorov-Smirnov muestra una distribución normal de los datos. Para la comparación por sexo se realizó una prueba de comparación de medias para muestras independientes, comprobando previamente, a través de la prueba de Levene, si las varianzas eran o no iguales. En todos los casos se ha exigido un valor de significación de  $p < 0.05$ .

## Resultados

En términos generales, en la *tabla 1* se puede observar cómo los valores alcanzados hacia las actitudes orientadas hacia el proceso son más altos que los referentes a las actitudes orientadas hacia el resultado. Además, los chicos muestran una valoración superior que las chicas tanto en las actitudes orientadas hacia el proceso como en las actitudes orientadas hacia el resultado, con diferencias estadísticamente significativas.

	Sexo	N	Media	Desviación típica	Valor de significación
PROCESO*	Hombre	246	3,6947	,54841	,000
	Mujer	302	3,4547	,61686	
RESULTADO	Hombre	253	2,4592	,56180	,008
	Mujer	304	2,3391	,48207	

\* Variables que a través de la prueba de Levene para la igualdad de varianzas no muestran varianzas iguales.

◀  
**Tabla 1**

Análisis comparativo por sexo entre las actitudes orientadas hacia el Proceso y las actitudes orientadas hacia el Resultado.

	Sexo	N	Media	Desviación típica	Valor de significación
GRATIFICACIÓN	Hombre	257	4,2860	,68245	,000
	Mujer	318	3,9984	,76031	
CONTINUIDAD*	Hombre	260	3,8231	1,01030	,000
	Mujer	314	3,2182	1,11811	
ADECUACIÓN*	Hombre	267	3,9476	1,18459	,000
	Mujer	325	3,2677	1,38968	
AUTONOMÍA*	Hombre	269	3,6506	1,07750	,001
	Mujer	324	3,3395	1,14661	
SEGURIDAD	Hombre	264	3,1692	,84747	,002
	Mujer	319	3,3783	,78801	

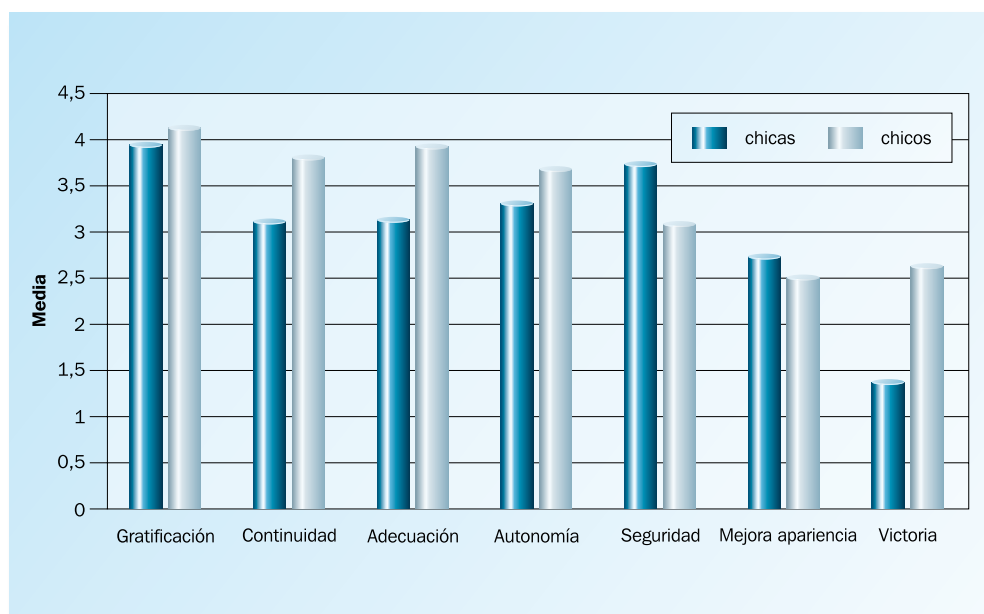
\* Variables que a través de la prueba de Levene para la igualdad de varianzas no muestran varianzas iguales.

**Tabla 2**  
Análisis comparativo por sexo entre los criterios de actividad física y salud de las actitudes orientadas hacia el Proceso.

	Sexo	N	Media	Desviación típica	Valor de significación
MEJORA APARIENCIA	Hombre	260	2,5894	,73845	,043
	Mujer	317	2,7145	,73544	
VICTORIA*	Hombre	266	2,6560	1,04930	,000
	Mujer	322	1,8991	,89123	
AUMENTO RENDIMIENTO*	Hombre	267	2,5693	1,28243	,300
	Mujer	324	2,4660	1,10253	
OBSESIÓN EJERCICIO	Hombre	264	2,2371	,61290	,351
	Mujer	314	2,1892	,61795	

\* Variables que a través de la prueba de Levene para la igualdad de varianzas no muestran varianzas iguales.

**Tabla 3**  
Análisis comparativo por sexo entre los criterios de actividad física y salud de las actitudes orientadas hacia el Resultado.



**Gráfico 1**  
Valores medios de los criterios con diferencias significativas según el género dentro de las actitudes orientadas hacia el Proceso y el Resultado.

A pesar de ser los chicos los que manifiestan una tendencia más pronunciada en términos generales hacia las actitudes orientadas al proceso, son las chicas las que alcanzan el valor más elevado (*tabla 2*) en el criterio “seguridad”, mientras que los chicos, y también de forma significativa, obtienen el valor más alto en el resto de criterios: “gratificación”, “continuidad”, “adecuación” y “autonomía”.

Por su parte, en el análisis parcial de los cuatro criterios que dan lugar a determinar la existencia, o no, de una orientación de las actitudes hacia el resultado, se puede observar (*tabla 3*) como únicamente en dos de ellas (“mejora de la apariencia” y “victoria”) la diferencia es significativa. En este caso, además, mientras el valor más elevado del primero (“mejora de la apariencia”) pertenece a las chicas, en el segundo (“victoria”) dicho valor recae sobre los chicos.

A modo de resumen, en el *gráfico 1* se presentan los criterios reseñados de actividad física y salud en los que se establecen diferencias significativas en función del género.

## Discusión

En el apartado de resultados se ha podido comprobar como tanto los chicos como las chicas presentan una mayor orientación hacia actitudes relacionadas con el proceso de la actividad físico-deportiva que con actitudes que están más estrechamente relacionadas con el resultado de dicha práctica. Esta circunstancia viene a corroborar los resultados de trabajos anteriores como, por ejemplo, los de Polo y López (2001), Pérez López y Delgado (2003), Chillón *et al.* (2003) o Chillón (2005), con poblaciones similares a la estudiada en la presente investigación. Del mismo modo, Pérez Samaniego (2000) obtiene también resultados en esta misma línea, aunque con una muestra de alumnos de magisterio Especialistas en EF.

Por otra parte, en el estudio sobre intereses y actitudes realizado por Moreno y Rodríguez (2003), con una muestra de 934 escolares a través del Cuestionario de Actitudes hacia la Educación Física (CAEF), se manifiesta que los varones muestran mayor preferencia que las mujeres por la EF y el deporte en su tiempo libre, aunque la escala de medida no nos permite hacer una comparación con el nuestro.

A nivel más particular, en el análisis de las dos orientaciones de las actitudes, en el presente trabajo se han encontrado diferencias significativas tanto en las actitudes hacia el proceso como hacia resultado, a diferen-

cia de los valores obtenidos por Chillón *et al.* (2003), ya que éstos sólo encontraron diferencias significativas en las actitudes hacia el resultado, con una media inferior en las féminas, que coincidiría tanto con los datos de este estudio como con el de Polo y López (2001).

Pérez Samaniego (2000) también destacó la media más elevada de los chicos en las actitudes hacia el resultado, aunque el análisis de estos no mostrara diferencias significativas más que en los ítems: 2, 4, 13 y 15. En uno de estos cuatro ítem, el 2, hacen especial hincapié Polo y López (2001) al confirmar que en él se obtuvieron los valores más altos en las actitudes hacia el resultado, lo que relacionarían los autores con la preocupación de los adolescentes actuales por su apariencia física. Los ítems 2 y 15 forman parte del criterio “mejora de la apariencia”, mientras que los ítems 4 y 13 conforman, ambos, el criterio “victoria”. En estos dos criterios, concretamente, es donde se han alcanzado diferencias significativas entre chicos y chicas en este trabajo, siendo mucho más evidente en el segundo de ellos (con valores más elevados en los chicos) que en el primero (donde son las chicas las que obtienen el valor más alto).

En otro estudio reciente realizado por Hicks *et al.* (2001), también se analizan las diferencias según el género en sujetos de 8 a 10 años, en las actitudes hacia la actividad física empleando el cuestionario CATPA (Children’s Attitudes toward Physical Activity inventory) de Schutz *et al.* (1985), obteniendo valores inferiores en los chicos respecto a las chicas en la “subescala estética”, resultados coincidentes con el estudio de Santaella y Delgado (2003) realizado en escolares españoles de primaria. En esa ocasión también emplearon como instrumento evaluador el test CATPA, aunque adaptado de Simon y Smoll (1976), distinguiendo seis magnitudes actitudinales: experiencia social, búsqueda de la emoción de riesgo, experiencia estética, catarsis, experiencia ascética (esfuerzo), y condición física y salud.

De todo lo comentado hasta el momento (y teniendo presente que no se pueden excluir otras variables de diversa índole que determinan la creación de actitudes como la personalidad del sujeto, el estilo de vida, el nivel de estudios y los factores contextuales, entre otros –Lasheras *et al.* 2001; Steptoe *et al.*, 1997–) llama especialmente la atención el hecho de que sean ellos los que alcancen un valor global más elevado, aunque con pequeñas matizaciones parciales (como sucede en el criterio “mejora de la apariencia”, donde existen diferencias ligeramente significativas, y donde son las chicas las que poseen el valor más alto). Sin embargo, en el últi-

mo trabajo revisado al respecto (Chillón, 2005) también son los chicos los que presentan valores superiores al de las chicas en este mismo criterio (aunque sin llegar a la significatividad), lo que lleva a pensar en un progresivo aumento del interés de los chicos por la apariencia física y el cuidado de su imagen, que aunque tradicionalmente se vincula más con el género femenino, actualmente está adquiriendo mayor importancia entre la población masculina, preocupada cada vez más por su estética. Por tanto, si a la tradicional preocupación femenina por el cuidado de su imagen se une el presumible interés masculino, se corrobora la incertidumbre de muchos autores (Devís, 2000; Sparkes, 2001; Toro, 1996, 2000) en torno a que en la etapa adolescente la preocupación por el cuerpo ha cobrado una importancia inusitada en la sociedad actual, llegando a convertirse en una especie de objeto de adoración o de culto.

En una línea similar, y a consecuencia igualmente de los valores que ensalza la sociedad de hoy, otro factor a destacar es el de la búsqueda de la victoria o el éxito en la competición, por delante de cualquier otro valor o como finalidad prioritaria, aunque en esta ocasión de manera mucho más evidente entre la población masculina que en la femenina, como se manifiesta en estudios como el de Martindale, Devlin y Vyse (1990), con población universitaria, donde los autores coinciden en atribuir a los hombres una mayor predisposición hacia el deseo por ganar y la búsqueda de status. Dicha circunstancia también se repite en el trabajo de Chillón (2005), donde se obtienen diferencias significativas, desde un punto de vista estadístico, para los chicos en tres dimensiones, siendo una de ellas la victoria (junto a la de continuidad y la de gratificación –en el pretest–, coincidiendo así con los resultados de este estudio). Por su parte, las chicas presentan una orientación significativamente mayor hacia la seguridad en la práctica deportiva, al igual que se ha expuesto aquí en el apartado de resultados.

La reflexión anterior, en torno a la dimensión victoria, alcanza mayor relevancia al tratarse de población adolescente, pues en muchas ocasiones poseen una deficiente formación de la conciencia crítica necesaria que les permita contrarrestar con autonomía el constante bombardeo al que están siendo sometidos, a través de sugerentes mensajes que, de manera implícita, promueven la competitividad y el deseo de ganar como objetivo a alcanzar de cara a ocupar un lugar destacado en la sociedad. Todo ello, evidentemente tiene una serie de implicaciones nada positivas en el desarrollo de hábitos

saludables de práctica físico-deportiva, puesto que quienes realizan cualquier tipo de práctica física bajo estas perspectivas limitan su actividad al momento en el que logran el objetivo propuesto, desapareciendo posteriormente dicha práctica, o cesando en el intento y, por consiguiente, abandonando la actividad que estaban llevando a cabo al no lograr el propósito que les llevó a iniciarla (Dishman, 1994, Cervelló, 1996).

## Conclusiones

Por todo lo expuesto anteriormente se puede concluir que:

- Los adolescentes granadinos presentan una mayor orientación de sus actitudes hacia el proceso que hacia el resultado de la práctica de actividad físico-deportiva
- Los chicos manifiestan unos niveles actitudinales significativamente superiores a los de las chicas en los dos ámbitos estudiados (de proceso y de resultado).
- La dimensión de las actitudes orientadas al resultado hacia la que las adolescentes granadinas manifiestan una mayor tendencia es la de “mejora de la apariencia”, mientras que los varones lo hacen hacia la dimensión “victoria”.

## Referencias bibliográficas

- Aarts, H., Paulussen, T. y Schaalma, H. (1997). Physical exercise habit: on the conceptualization and formation of habitual health behaviours. *Health Education Research*, 12 (3), 363-374.
- Cantera, M. A. y Devís, J. (2000). Physical activity Levels of secondary School Spanish Adolescents. *European Journal of Physical Education*, 5-1, 28-44.
- Cantón, E. y Sánchez, M.<sup>a</sup> C. (1997). Deporte y calidad de vida: motivos y actitudes en una muestra de jóvenes valencianos. *Revista de Psicología del Deporte*, 12, 119-135.
- Cervelló, E. (1996). *La motivación y el abandono deportivo desde la perspectiva de las metas de logro*. Valencia: Servicio de publicaciones de la Universidad de Valencia.
- Chillón, P.; Pérez, I.; Tercedor, P.; Delgado, M.; Ortega, F.; Martín, M.; González-Gross, M.; Montero, A.; Moreno, L. A.; De Rufino-Rivas, P.; Torralba, C. y the Avena Group. (2003). Attitudes towards physical activity and sports practice in spanish adolescents. avena study. En AA.VV., *Actas del II Congreso Mundial de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Deporte y Calidad de Vida*. Granada: F.CC.A.F. y D. Edición digital.
- Chillón, P. (2005). *Efectos de un programa de intervención*

- de Educación Física para la Salud en adolescentes de 3º de E.S.O. Tesis doctoral inédita. Granada: Universidad de Granada.
- Devís (coord.) (2000). *Actividad física, deporte y salud*. Barcelona: INDE.
- Dishman, R.K., (1994). Prescribing exercise intensity for healthy adults using perceived exertion. *Medicine Science in Sport and Exercise*, 26; 1087-1094.
- Encuesta Nacional de Salud (2001). <http://www.msc.es/Diseno/sns/sns-sistemas-informacion.htm> [consulta: 20/9/2004]
- Fuchs, R. (1996). Causal models of physical exercise participation: testing predictive power of the construct pressure to change. *Journal of applied psychology*, 26 (21), 1931-1960
- García Ferrando, M. (2001). *Los españoles y el deporte: prácticas y comportamientos en la última década del siglo XX*. Madrid: Consejo Superior de Deportes. Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.
- González-Gross, M.; Castillo, M. J.; Moreno, M.; Nova E.; González-Lamuño, D.; Pérez-Llamas, F. y grupo AVENA. (2003). Alimentación y Valoración Nutricional de los Adolescentes Españoles (Estudio AVENA). Evaluación de riesgos y propuesta de intervención. I Descripción metodológica del proyecto. *Nutrición Hospitalaria*, 18, 15-27.
- Hausenblas, H.; Carron, A. y Mack (1997). Application of theories of reasoned action and planned behaviour to exercise behaviour: a meta-analysis. *Journal of sport & exercise psychology*, 19, 36-51.
- Hicks, M. K.; Wiggins, M. S.; Crist, R.W. y Moode, F.M. (2001). Sex differences in grade three student's attitudes toward physical activity. *Perceptual and motor skills*, 93 (1), 97-102.
- Lasheras, L.; Aznar, S.; Merino, B. y Gil, E. (2001). Factors associated with physical activity among spanish youth through the nacional health survey. *Preventive Medicine*, 32, 455-464.
- Martindale, E.; Devlin, A. S. y Vyse, S. A. (1990). Participation in college sports: motivational differences. *Perceptual and Motor Skills*, 71, 1139-1150.
- Martínez-González, M. A.; Varo, J. J., Santos, J. L.; De Irala, J.; Gibney, M.; Kearney, J. y Martínez, J. A. (2001). Prevalence of physical activity during leisure time in the European Union. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 33 (7), 1142-1146.
- Mendoza, R. (2000). Diferencias de género en los estilos de vida de los adolescentes españoles: implicaciones para la promoción de la salud y para el fomento de la actividad físico-deportiva. En AA.VV. *Educación Física y Salud. Actas del Segundo Congreso Internacional de Educación Física* (pp. 765-790). Jerez: FETE-UGT-Cádiz.
- Mendoza, R.; Sagrera, M. R. y Batista, J. M. (1994). *Conductas de los escolares españoles relacionadas con la salud (1986-1990)*. Madrid: C.S.I.C.
- Moreno, J. A. y Rodríguez, P. (2003). Intereses y actitudes hacia la Educación Física. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 11 (2), 14-28.
- Peiró, C. (1996). *El proceso de socialización deportiva de las orientaciones de meta en la adolescencia*. Tesis doctoral. Universidad de Valencia.
- Pérez López, I. J. y Delgado, M. (2003). Modificación de las actitudes del alumnado de secundaria hacia la práctica de actividad física orientada a la salud tras un programa de intervención. *Revista de Psicología del Deporte*, 12 (2), 165-179.
- Pérez Samaniego, V. (2000). *Actividad física, salud y actitudes*. Valencia: Edetania ediciones.
- Piéron, M.; Telama, R.; Almond, L. y Carreiro da Costa, F. (1999). Estilo de vida de jóvenes europeos: un estudio comparativo. *Revista de Educación Física*, 76, 5-13.
- Polo Martínez, I. y López, M.P. (2001). Estudio de las actitudes hacia la actividad física en los alumnos del Alto Jalón. *Revista Apuntes*, 11.
- Rojas, A.; Fernández, J. S. y Pérez, C. (1998). *Investigar mediante encuestas*. Madrid: Síntesis.
- Santaella, L. F. y Delgado, M. (2003). Modificación de actitudes hacia la actividad física salud en primaria. *Apuntes Educación Física y Deportes* (73), 49-55.
- Sparkes, A. (2001). Las identidades deportivas y el cuerpo: una relación problemática. En J. Devís. (coord.), *La educación física, el deporte y la salud en el siglo XXI* (pp. 181-201). Alicante: Marfil.
- Stephoe, A.; Wardle, J.; Fuller, R.; Holte, A.; Justo, J.; Sanderman, R. y Wichstrom, L. (1997). Leisure-time physical exercise: Prevalence, attitudinal correlates, and behavioural correlates among young Europeans from 21 countries. *Preventive Medicine*, 26, 845-854.
- Tercedor, P.; González-Gross, M.; Delgado, M.; Chillón, P.; Pérez, I.; Ruiz, J. R.; Montero, A.; Moreno, L. A.; de Rufino-Rivas, P. y Torralba, C. (2003). Motives and frequency of physical activity practice in spanish adolescents. The avena study. *Annual Nutrition Metabolims*, 47, 499.
- Toro, J. (1996). *El cuerpo como delito. Anorexia, bulimia, cultura y sociedad*. Madrid: Ariel.
- (2000). Educación Física y trastorno del comportamiento alimentario. En AA.VV., *Educación Física y Salud. Actas del Segundo Congreso Internacional de Educación Física* (pp. 309-312). Jerez: FETE-UGT-Cádiz.
- Watt, N. (2001). Comunicación on-line. Emisión en abierto. En FERE, *Una escuela que conecta* (pp. 63-92). Madrid: San Pío X.