

Moreno, J. A.; Martínez Galindo, C.; González-Cutre, D. y Marcos, P. (2009). Perfiles motivacionales de practicantes en el medio acuático frente al medio terrestre. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte vol. 9 (34) pp. 201-216 [Http://cdeporte.rediris.es/revista/revista34/artperfiles128.htm](http://cdeporte.rediris.es/revista/revista34/artperfiles128.htm)

## PERFILES MOTIVACIONALES DE PRACTICANTES EN EL MEDIO ACUÁTICO FRENTE AL MEDIO TERRESTRE

### MOTIVATIONAL PROFILES OF AQUATIC VERSUS TERRESTRIAL EXERCISERS

Moreno, J. A.<sup>1</sup>; Martínez Galindo, C.<sup>2</sup>; González-Cutre, D.<sup>3</sup> y Marcos, P.<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Doctor en Psicología. E-mail: j.moreno@umh.es Web del grupo de investigación: <http://gicom.umh.es> Universidad Miguel Hernández de Elche, España

<sup>2</sup> Doctora en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. E-mail: celesmartinez@yahoo.es Universidad Católica San Antonio de Murcia, España

<sup>3</sup> Doctor en en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. E-mail: david@crononautas.com Universidad de Almería, España

<sup>4</sup> Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. E-mail: p.marcos@intersa.es Unidad de Investigación en Educación Física y Deportes, Universidad de Murcia, España

**Código UNESCO:** 6199

**Recibido** 27 de enero de 2009

**Aceptado** 11 de marzo de 2009

#### RESUMEN

El objetivo del estudio fue determinar y comparar los diferentes perfiles motivacionales existentes en practicantes de actividades físico-deportivas en medio acuático y en medio terrestre. Además, se analizaron las diferencias de género en la motivación en actividades acuáticas y terrestres. Se utilizó una muestra de 311 practicantes de ejercicio físico acuático y otra de 468 practicantes de ejercicio físico en el medio terrestre. Las variables analizadas fueron la motivación autodeterminada en el ejercicio físico (BREQ-2) y los motivos de práctica (MPAM-R). Tras el análisis de cluster, los resultados revelaron la existencia de dos perfiles motivacionales en los practicantes tanto de actividades acuáticas como de actividades terrestres: un perfil autodeterminado, con puntuaciones mayores en motivación intrínseca y regulación identificada que en regulación introyectada y externa; y un perfil con puntuaciones altas en formas de motivación autodeterminada y no autodeterminada. En ambas muestras, el perfil con puntuaciones altas en las dos formas de motivación mostró mayores puntuaciones en los diferentes motivos de práctica. Las mujeres revelaron una motivación más positiva que los

hombres en las actividades acuáticas, mientras que en el medio terrestre no se encontraron diferencias de género.

**PALABRAS CLAVE:** Teoría de la autodeterminación; perfiles motivacionales; motivos de práctica; ejercicio físico; actividades acuáticas.

## **ABSTRACT**

The objective of this study was to determine and compare different motivational profiles present in aquatic and terrestrial exercisers. Gender differences on motivation in aquatic and terrestrial activities were also analyzed. Two samples were used, one of 311 aquatic exercisers and another one of 468 terrestrial exercisers. Self-determined motivation in exercise (BREQ-2) and motives for physical activity (MPAM-R) were the analyzed variables. The results of the cluster analysis revealed the existence of two motivational profiles in both aquatic and terrestrial samples: a self-determined profile, with higher scores in intrinsic motivation and identified regulation than in introjected and external regulations; and a profile with high scores both in self-determined and non-self-determined motivation. In both samples, the second profile showed higher scores in the different motives for physical activity participation. Women revealed more positive motivation than men in aquatic activities, while there were no gender differences in the terrestrial ones.

**KEY WORDS:** Self-determination theory; motivational profiles; motives for physical activity; exercise; aquatic activities.

## **INTRODUCCIÓN**

En los últimos tiempos un considerable cuerpo de investigación ha demostrado la significativa y consistente influencia que la motivación ejerce sobre el rendimiento y, en general, sobre el funcionamiento de los individuos (Good y Brophy, 2000), de manera que resulta ya incuestionable la importante contribución de la motivación en los diferentes entornos en los que se desenvuelve un sujeto (deportivo, recreativo, educativo o familiar). En este sentido, a lo largo de los últimos 20 años, la mayoría de los estudios realizados bajo este propósito, apoyándose, fundamentalmente, en la teoría de la autodeterminación (Balaguer, Castillo, y Duda, 2008; Deci y Ryan, 1985, 1991, 2000; Moreno, Cano, González-Cutre, Cervelló, y Ruiz, 2009; Ryan y Deci, 2000) en combinación con la teoría de las metas de logro (Nicholls, 1989), han mostrado importantes diferencias motivacionales en los individuos a la hora de participar en actividades físico-deportivas, repercutiendo considerablemente dicha orientación motivacional no solo en el inicio, sino más aún en la continuidad y el abandono de las mismas (Deci y Ryan, 2000). Estas diferentes motivaciones hacia la práctica deportiva son recogidas por la teoría de la autodeterminación a lo largo de un continuo, de manera que podemos hablar de sujetos intrínsecamente motivados (aquellos que participan por la

satisfacción que les genera dicha actividad), sujetos motivados extrínsecamente (cuando su compromiso en la actividad se fundamenta en razones externas a la misma) y sujetos desmotivados (caracterizados por falta de interés hacia la práctica y por sentimientos de frustración). A su vez, Ryan y Deci (2000) recogen diferentes subtipos de motivación extrínseca. Así, el sujeto puede considerar que la actividad es importante pero no placentera (regulación identificada), puede practicar por sentimientos de culpabilidad (regulación introyectada) o, simplemente, por presiones externas (regulación externa).

En esta línea, diferentes estudios han intentado determinar cómo estas formas de motivación se concretan en las diversas conductas que sustentan la participación deportiva, determinando que la motivación intrínseca y la regulación identificada se relacionan positivamente con comportamientos autodeterminados, así como con altos niveles de esfuerzo en el deporte (Pelletier *et al.*, 1995) y el ejercicio (Fortier y Grenier, 1999), mientras que las formas no autodeterminadas de la motivación extrínseca (regulación introyectada y regulación externa), así como la desmotivación, se relacionan con comportamientos no autodeterminados (Ryan y Deci, 2000; Vallerand, 1997) y mayor tasa de abandono deportivo (Pelletier, Fortier, Vallerand, y Brière, 2001; Sarrazin, Vallerand, Guillet, Peleltier, y Cury, 2002). Además, recientes estudios están demostrando cómo la adopción de un tipo u otro de motivación se encuentra vinculada al disfrute experimentado durante la práctica (Ntoumanis, 2002; Standage, Duda, y Ntoumanis, 2005; Vlachopoulos y Karageorghis, 2005; Vlachopoulos, Karageorghis, y Terry, 2000) y, éste, a su vez, al grado de satisfacción de sus intereses físico-deportivos. Al respecto, cobran especial importancia los resultados encontrados por diferentes estudios sobre motivos de práctica (Derry, 2002; García Ferrando, 2006; Hellín, Moreno, y Rodríguez, 2004; Moreno, Sicilia, Gutiérrez, y Pavón, 2004), en los que se observa una traslación de valores, de manera que los motivos centrados en el deporte tradicional, competitivo, masculino y de entrenamiento estrictamente reglado y minoritario han dejado paso a otros en los que predominan los valores deportivos posmodernos y, por tanto, nuevas formas de practicar y vivir el deporte, caracterizadas, fundamentalmente por la satisfacción intrínseca, en línea con los nuevos valores sociales orientados hacia la mejora de la calidad de vida, la preocupación por la salud física y mental, la satisfacción de las necesidades personales, la diversión y la motivación.

Sin embargo, a pesar de los importantes y amplios progresos que se han producido en esta área de estudio, según Boiché, Sarrazin, Pelletier, Grouzet, y Chanal (2008) existen aún algunas cuestiones básicas referentes a la motivación que precisan de mayores estudios, en línea con la conclusión recogida por Sansone y Harackiewicz (2000) en su libro sobre motivación, abogando por la necesidad de orientar los nuevos trabajos hacia la demostración de la forma en la que los sujetos combinan diferentes patrones motivacionales y cómo éstos se modifican según diferentes variables situacionales. Para ello, tal como propuso Vallerand (1997), resulta necesario

investigar los factores sociales que determinan esos perfiles así como las consecuencias a las que lleva cada uno de ellos.

Un método particularmente útil para examinar estos aspectos responde al análisis de cluster. Desde esta aproximación se pretende determinar los diferentes patrones motivacionales existentes en una muestra de estudio concreta atendiendo a diferentes variables motivacionales, con el objeto de poder proporcionar información detallada a los adultos significativos (padres, profesores o entrenadores) sobre las características particulares de su grupo deportivo y, con ello, poder potenciar los patrones más adaptativos en cada uno de los subgrupos encontrados. En definitiva, fomentar la motivación más positiva y con ella, la práctica físico-deportiva.

Recientemente, diversos estudios han usado este tipo de análisis para determinar los perfiles motivacionales en ambientes deportivos (Hodge y Petlichkoff, 2000; McNeill y Wang, 2005; Moreno, Cervelló, y González-Cutre, 2007; Vlachopoulos *et al.*, 2000) y de actividad física (Biddle y Wang, 2003; Marshall, Biddle, Sallis, MacKenzie, y Conway, 2002; Sicilia, Águila, Muyor, Orta, y Moreno, 2009; Wang y Biddle, 2001), basándose la mayoría de ellos en la teoría de la autodeterminación. En concreto, Vlachopoulos *et al.* (2000), encontraron con una muestra compuesta por deportistas, dos perfiles motivacionales, uno que puntuaba alto en las formas autodeterminadas de la motivación y otro que puntuaba alto tanto en las autodeterminadas como en las no autodeterminadas, a excepción de la desmotivación.

En esta línea, encontramos dos estudios recientes. El primero fue realizado por Moreno *et al.* (2007), con una muestra de 413 deportistas de edades comprendidas entre los 12 y 16 años, que determinó la existencia de tres perfiles motivacionales: perfil autodeterminado, perfil no autodeterminado y perfil con puntuaciones bajas en motivación autodeterminada y no autodeterminada. El segundo lo llevaron a cabo Moreno, Cano, González-Cutre, y Ruiz (2008) con una muestra compuesta por 283 deportistas federados de salvamento deportivo, de edades comprendidas entre los 14 y los 38 años, revelando, también, tres perfiles motivacionales: perfil no autodeterminado, perfil autodeterminado y perfil pobremente motivado.

Sin embargo, según Boiché *et al.* (2008), los resultados encontrados hasta ahora bajo análisis de cluster, deben ser analizados con precaución debido a que la gran mayoría de ellos combina antecedentes (clima motivacional), consecuentes (e.g: aburrimiento) y motivación, razón que les lleva a determinar que los grupos encontrados en estos estudios no responden estrictamente a “perfiles motivacionales” debido a la gran cantidad de variables analizadas, pudiendo verse los resultados influenciados. Bajo esta premisa y considerando la aportación realizada por Sansone y Harackiewicz (2000), en relación a la necesidad de estudiar los perfiles motivacionales de los sujetos bajo similares condiciones ambientales, así como la necesidad de satisfacer los nuevos valores deportivos de la sociedad, nos propusimos en primer lugar, determinar los perfiles o grupos motivacionales existentes en una muestra

compuesta por practicantes de actividades acuáticas y en otra de actividades terrestres. Una vez establecidos los perfiles motivacionales, se examinaron las diferencias en los motivos de práctica según los perfiles en cada muestra (tierra-agua). Como objetivo secundario se analizaron las diferencias por género en motivación y motivos de práctica tanto en los practicantes de actividades acuáticas como en los practicantes de actividades terrestres. Atendiendo a los estudios llevados a cabo en esta área, la hipótesis del trabajo parte de que el sexo femenino mostraría mayor motivación intrínseca hacia la práctica de actividades acuáticas, así como mayores motivos relacionados con el disfrute y la salud, que el sexo masculino y los practicantes de actividades terrestres.

## MÉTODO

### *Participantes*

La muestra del estudio se compuso de dos submuestras. Una compuesta por 311 practicantes de ejercicio físico acuático (natación, fitness acuático, aquabike, aquagym, etc.), de los cuales, 127 fueron hombres y 184 mujeres, con edades comprendidas entre los 18-65 años ( $M = 33.00$ ,  $DT = 9.30$ ). Del total, 244 practicaban entre 2-3 días a la semana y 67 más de 3 días. Y otra muestra compuesta por 468 practicantes de ejercicio físico en el medio terrestre (pilates, yoga, aerobio, body-pump, etc.), de edades comprendidas entre los 18 y 77 años, de los cuales, 261 fueron hombres y 207 mujeres, ( $M = 28.89$ ,  $DT = 13.11$ ). En cuanto a la frecuencia de práctica, 73 practicaban puntualmente, 230 practicaban entre 2-3 días semanales y 165 más de 3 días.

### *Instrumentos*

*Behavioral Regulation in Exercise Questionnaire-2 (BREQ-2)*. Para medir la motivación autodeterminada en el ejercicio físico se utilizó la versión validada al castellano por Moreno, Cervelló, y Martínez Camacho (2007a) de la BREQ-2 (Markland y Tobin, 2004), que mide la regulación de la conducta en el ejercicio. La escala constaba de 19 ítems, agrupados en cinco factores: regulación intrínseca (e.g. "porque creo que el ejercicio es divertido"), identificada (e.g. "porque valoro los beneficios que tiene el ejercicio físico"), introyectada (e.g. "porque me siento culpable cuando no practico"), externa (e.g. "para complacer a otras personas") y desmotivación (e.g. "no veo por qué tengo que hacer ejercicio físico"). Las respuestas eran cerradas y respondían a una escala tipo Likert, donde 0 era *nada verdadero para mí* y 4 era *totalmente verdadero para mí*. Los  $\alpha$  obtenidos en las muestra acuática y terrestre han sido las siguientes: .84 y .78 para el factor regulación intrínseca, .63 y .69 para el factor regulación identificada, .72 y .77 para el factor regulación introyectada, .75 y .85 para el factor regulación externa y .68 y .80 para el factor desmotivación.

*Motives for Physical Activity Measure-Revised (MPAM-R)*. Utilizamos la versión al español (Moreno, Cervelló, y Martínez Camacho, 2007b) de la escala MPAM-R creada por Ryan, Frederick, Lepas, Rubio, y Sheldon (1997) para

medir los motivos de práctica hacia la actividad física. Esta escala se componía de 30 ítems, agrupados en cinco factores: disfrute (e.g. “realizo actividad física porque me gusta hacer esta actividad”), apariencia (e.g. “realizo actividad física porque quiero mantener mi peso para tener buena imagen”), social (e.g. “realizo actividad física porque quiero conocer a nuevas personas”), fitness/salud (e.g. “realizo actividad física porque quiero mejorar mi aptitud cardiovascular”) y competencia (e.g. “realizo actividad física porque me gustan los desafíos”). Las respuestas fueron recogidas en una escala tipo Likert de siete puntos donde 1 correspondía a *nada verdadero para mí* y 7 a *totalmente verdadero para mí*. Los valores  $\alpha$  de Cronbach obtenidos para los practicantes en el medio acuático y terrestre fueron de .80 y .85 para disfrute, .85 y .88 para apariencia, .84 y .82 para social, .72 y .77 para fitness y .82 y .88 para competencia, respectivamente.

### *Procedimiento*

Una vez obtenida la autorización de los centros para la administración de los cuestionarios a los usuarios de las diferentes actividades ofertadas, se les informó a los practicantes acerca de la cumplimentación de dichos cuestionarios, así como del anonimato de sus respuestas, siendo la participación totalmente voluntaria. El tiempo requerido para rellenar los cuestionarios fue aproximadamente de 15 minutos, variando ligeramente según la edad del practicante.

### *Análisis de datos*

En primer lugar, se trataron de identificar diferentes perfiles motivacionales en los practicantes de actividades acuáticas. Para ello, se realizó un análisis jerárquico de cluster con método Ward, utilizando las variables regulación intrínseca, identificada, introyectada, externa y desmotivación. A continuación, se trató de confirmar la solución de perfiles hallada, utilizando un análisis de conglomerados de K medias con la muestra de practicantes en el medio terrestre. Para examinar las características de cada perfil motivacional de acuerdo a los motivos de práctica de actividades físico-deportivas, se realizaron análisis de varianza multivariados (MANOVA). Por último, para analizar las diferencias por género en la motivación y los motivos de práctica se realizó un MANOVA tanto en el medio acuático como en el medio terrestre.

## **RESULTADOS**

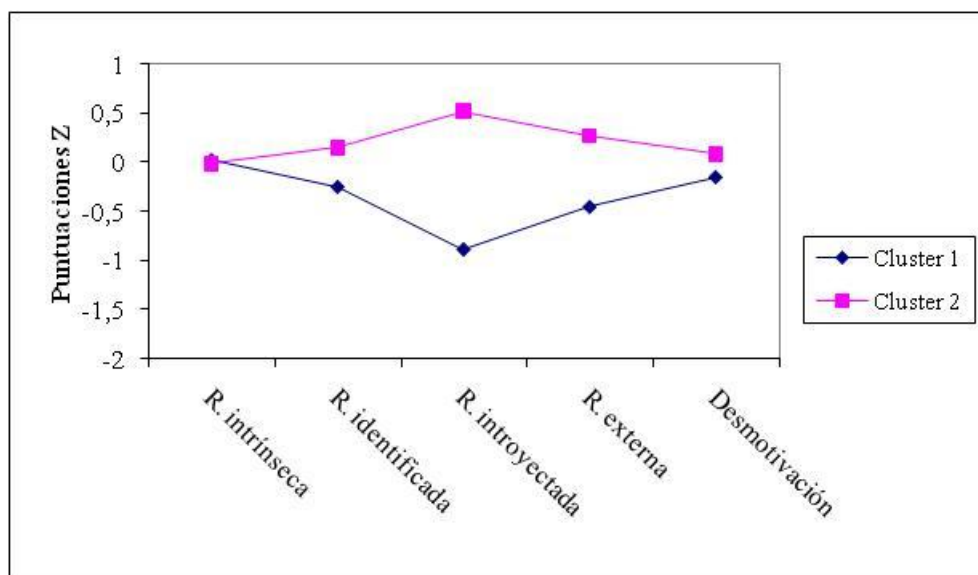
### *Análisis de cluster*

Para la realización del análisis de cluster, se siguieron las fases propuestas por Hair, Anderson, Tatham, y Black (1998). En primer lugar, se observó la existencia de casos perdidos en algunas de las variables estudiadas, siendo excluidos de la muestra de estudio. En segundo lugar, se estandarizaron todas las variables usando las puntuaciones Z, no encontrando

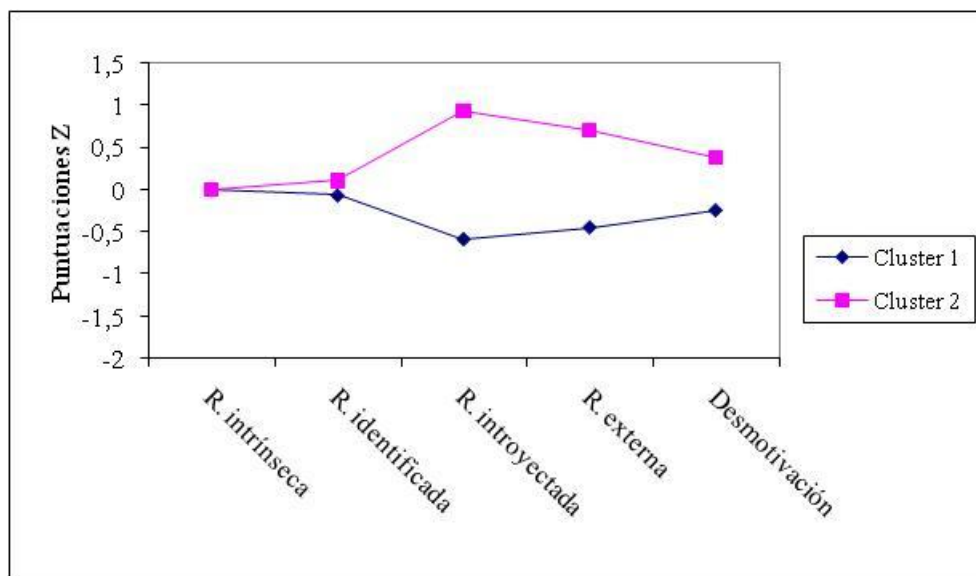
ninguna puntuación por encima de 3, lo que implicó la inexistencia de clasificaciones outliers o casos perdidos en la totalidad de la muestra. En el siguiente paso, la distribución univariada de todas las variables agrupadas fue examinada para su normalidad.

Para determinar los grupos motivacionales existentes en la muestra compuesta por practicantes de actividades acuáticas, se realizó un análisis de conglomerados jerárquicos utilizando el método Ward. El dendograma obtenido sugirió la existencia de tres grupos. Para decidir la adecuación de los grupos surgidos, nos basamos en el incremento de los coeficientes de aglomeración al pasar de tres a dos grupos. De acuerdo con Norusis (1992), los coeficientes pequeños indican gran homogeneidad entre los miembros del cluster, mientras que, por el contrario, los coeficientes grandes muestran grandes diferencias entre sus miembros. Concluimos, por tanto, que existían dos perfiles motivacionales distintos en los practicantes de actividades acuáticas que componían la muestra de estudio (Figura 1): un perfil autodeterminado (cluster 1), con puntuaciones mayores en motivación intrínseca y regulación identificada que en regulación introyectada y externa; y un perfil con puntuaciones altas en formas de motivación autodeterminada y no autodeterminada (cluster 2).

Por su parte, para determinar los grupos motivacionales existentes en la muestra compuesta por practicantes de actividades terrestres empleamos la prueba K-medias, determinando también dos perfiles motivacionales (Figura 2): un perfil autodeterminado (cluster 1) con puntuaciones mayores en motivación intrínseca y regulación identificada que en regulación introyectada y externa; y un perfil con puntuaciones altas en formas de motivación autodeterminada y no autodeterminada (cluster 2).



**Figura 1.** Análisis de conglomerados jerárquicos con método Ward en los practicantes de actividades acuáticas.



**Figura 2.** Análisis de conglomerados de K medias en los practicantes en el medio terrestre.

### **MANOVA de la motivación y los motivos de práctica según el perfil motivacional**

Para examinar las características de cada perfil motivacional de acuerdo a los motivos de práctica físico-deportiva tanto en actividades acuáticas como en terrestres, se realizaron análisis de varianza multivariados (MANOVAS) con los cluster como variables independientes y la motivación y los motivos de práctica (disfrute, apariencia, social, fitness/salud y competencia) como variables dependientes (Tabla 1).

Los resultados obtenidos en la muestra de practicantes de actividades acuáticas, mostraron diferencias significativas (Wilk's  $\Lambda = .47$ ,  $F(10,309) = 32.88$ ,  $p < .01$ ) a favor del perfil con altas puntuaciones en motivación autodeterminada y no autodeterminada en regulación identificada ( $F(1,309) = 12.02$ ,  $p < .01$ ), introyectada ( $F(1,309) = 270.16$ ,  $p < .01$ ), externa ( $F(1,309) = 43.34$ ,  $p < .01$ ), desmotivación ( $F(1,309) = 5.07$ ,  $p < .05$ ), motivos de apariencia ( $F(1,309) = 5.07$ ,  $p < .05$ ), fitness/salud ( $F(1,309) = 3.94$ ,  $p < .05$ ) y competencia ( $F(1,309) = 7.01$ ,  $p < .01$ ).

De igual forma, los resultados obtenidos en la muestra de practicantes de actividades terrestres, mostraron diferencias significativas a favor del perfil con altas puntuaciones en motivación autodeterminada y no autodeterminada (Wilk's  $\Lambda = .30$ ,  $F(10,457) = 103.53$ ,  $p < .01$ ) en regulación introyectada ( $F(1,466) = 572.80$ ,  $p < .01$ ), externa ( $F(1,466) = 218.84$ ,  $p < .01$ ), desmotivación ( $F(1,466) = 48.64$ ,  $p < .01$ ), motivos de disfrute ( $F(1,466) = 51.85$ ,  $p < .05$ ), apariencia ( $F(1,466) = 8.62$ ,  $p < .01$ ), social ( $F(1,466) = 13.55$ ,  $p < .01$ ), fitness/salud ( $F(1,466) = 12.18$ ,  $p < .01$ ) y competencia ( $F(1,466) = 6.16$ ,  $p < .01$ ).



**Tabla 1. Análisis Multivariante de la Motivación y los Motivos de Práctica Según el Perfil**

Variables	Acuáticas					Terrestres					
	Cluster 1 (n = 115)		Cluster 2 (n = 196)		F	Cluster 1 (n = 288)		Cluster 2 (n = 180)		F	
	M	DT	M	DT		M	DT	M	DT		
R. intrínseca	3.23	.53	3.20	.80	.07	3.32	.67	3.32	.65	.00	
R. identificada	3.30	.56	3.54	.58	12.02**	3.30	.66	3.42	.69	3.41	
R. introyectada	.69	.52	2.07	.80	270.16**	1.12	.71	2.71	.67	572.80**	
R. externa	.10	.19	.55	.71	43.34**	.23	.40	1.31	1.13	218.84**	
Desmotivación	.25	.42	.40	.69	4.30*	.29	.48	.78	1.01	48.64**	
Disfrute	5.08	.76	5.18	1.03	.88	5.65	.92	5.87	.92	51.85**	
Apariencia	4.36	1.26	4.69	1.22	5.07*	4.47	1.39	5.36	1.13	8.62**	
Social	3.95	1.33	4.16	1.45	1.60	4.97	1.22	5.38	1.27	13.55**	
Fitness	5.87	.75	6.05	.78	3.94*	5.86	.87	6.09	.79	12.18**	
Competencia	4.44	1.16	4.80	1.16	7.01**	5.16	1.17	5.57	1.17	6.16*	
Wilk's $\Lambda$						.47					
F multivariado						32.88**					

\*  $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ 

### **Diferencias en la motivación y los motivos de práctica por género**

Se realizó un MANOVA para ver las diferencias por género en las variables de estudio tanto en el medio acuático como en el medio terrestre. En los practicantes en el medio acuático se han encontrado diferencias significativas por género (Wilk's  $\Lambda = .91$ ,  $F(10,300) = 2.80$ ,  $p < .01$ ) en los factores regulación intrínseca ( $F(1,309) = 9.80$ ,  $p < .01$ ), regulación identificada ( $F(1,309) = 4.03$ ,  $p < .05$ ), disfrute ( $F(1,309) = 9.76$ ,  $p < .01$ ), apariencia ( $F(1,309) = 10.75$ ,  $p < .01$ ), social ( $F(1,309) = 10.39$ ,  $p < .01$ ) y fitness/salud ( $F(1,309) = 14.95$ ,  $p < .01$ ). En todos ellos las mujeres ( $M = 3.32$ ,  $M = 3.51$ ,  $M = 5.28$ ,  $M = 4.75$ ,  $M = 4.29$ ,  $M = 6.12$ , respectivamente) valoraban por encima de los hombres ( $M = 3.06$ ,  $M = 3.37$ ,  $M = 4.94$ ,  $M = 4.29$ ,  $M = 3.77$ ,  $M = 5.78$ , respectivamente). Por el contrario, en los practicantes del medio terrestre no se encontraron diferencias significativas (Wilk's  $\Lambda = .95$ ,  $F(10, 457) = 2.03$ ,  $p > .05$ ).

### **DISCUSIÓN**

Diferentes estudios han reseñado en los últimos tiempos la necesidad de atender a las posibles combinaciones de los diferentes tipos de motivación

propuestos por la teoría de la autodeterminación (Fairchild, Horst, Finney, y Barron, 2005; Vallerand, 1997), debido a que dada la naturaleza multidimensional de la motivación, estudiar diferentes variables en combinación puede resultar muy fructífero de cara a comprender la motivación de los individuos hacia la práctica físico-deportiva y, así, promover actividades e intervenciones pedagógicas más focalizadas que favorezcan la adherencia a programas deportivos en la población. En esta línea, el propósito del estudio fue desarrollar una propuesta original para examinar cómo los diferentes tipos de motivación recogidos por la teoría de la autodeterminación combinan dentro de diferentes perfiles motivacionales atendiendo a dos muestras de estudio compuestas por practicantes de actividades acuáticas y por practicantes de actividades terrestres, así como la relación de dichos perfiles con los motivos de práctica.

Para la consecución del objetivo propuesto, se llevó a cabo un análisis de conglomerados, análisis que ha demostrado su validez en el campo de la actividad física y los comportamientos relacionados con la salud (De Bourdeaudhuij y Van Oost, 1999), así como en diversas fuentes relacionadas con la información de aptitudes deportivas (Weiss, Ebbeck, y Horn, 1997). Los resultados encontrados revelaron la existencia de dos perfiles motivacionales en los practicantes, tanto de actividades acuáticas como de actividades terrestres: un perfil autodeterminado, con puntuaciones mayores en motivación intrínseca y regulación identificada que en regulación introyectada y externa; y un perfil con puntuaciones altas en formas de motivación autodeterminada y no autodeterminada. De forma similar, Vlachopoulos *et al.* (2000) encontraron dos perfiles motivacionales, uno que puntuaba alto en las formas autodeterminadas de la motivación y otro que puntuaba alto tanto en las autodeterminadas como en las no autodeterminadas, a excepción de la desmotivación. En dicho estudio, el perfil con altas puntuaciones en los dos tipos de motivación se relacionaba con las consecuencias más positivas: mayor disfrute, esfuerzo, afecto positivo, actitud positiva hacia la participación deportiva, intenciones más fuertes y autodeterminadas para seguir practicando deporte durante mucho tiempo y mayor satisfacción que el perfil tradicional autodeterminado.

Los resultados obtenidos confirman la conexión entre los diferentes tipos de motivación dentro de un mismo contexto. Al respecto, Lepper y Henderlong (2000), argumentaron que tanto la motivación intrínseca como la motivación extrínseca pueden en algunos ambientes ejercer influencias positivas en el comportamiento de los sujetos, de manera que no tienen por qué ser estrictamente opuestas, sino que, tal y como apuntan Boiché *et al.* (2008) dentro de un mismo perfil motivacional podemos encontrar sujetos con altas puntuaciones en motivación autodeterminada y no autodeterminada. El problema vendría con aquellos sujetos que se perciban con poca autonomía, competencia o relación con los demás, debido a que, en este caso, la motivación menos autodeterminada podría derivar en algunas situaciones en desmotivación y, consecuentemente en el abandono deportivo. Futuros estudios deberán examinar cómo el grado de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas influye en la combinación de los diferentes tipos de

motivación y, consecuentemente, en diferentes variables motivacionales. Del mismo modo, futuras investigaciones deberían diseñar programas, desde una perspectiva experimental, a través de los cuales se pueda incentivar la satisfacción de las tres necesidades psicológicas básicas, y ver cómo esta satisfacción influye en el desarrollo de diversos perfiles motivacionales y su relación con algunas consecuencias positivas.

Otro de los objetivos que planteamos consistió en determinar las características de cada perfil obtenido, atendiendo a los motivos de práctica deportiva, diferenciando entre aquellos sujetos que participaban en actividades acuáticas y los que lo hacían en actividades terrestres. Los resultados revelaron que el perfil con altas puntuaciones en motivación autodeterminada y no autodeterminada mostraba mayores puntuaciones en casi todos los motivos de práctica tanto en actividades acuáticas como en terrestres. En concreto, se encontraron diferencias significativas para los practicantes de actividades acuáticas en los motivos de apariencia, fitness/salud y competencia, mientras que en los practicantes de actividades terrestres en los motivos de disfrute, apariencia, social, fitness/salud y competencia.

Estos resultados se encontrarían en línea con las aportaciones de la teoría de la autodeterminación, así como con datos obtenidos del análisis de cluster, de manera que, debido a que en el perfil autodeterminado-no autodeterminado se combinaban altas puntuaciones en los diferentes tipos de motivación, resulta lógico que los motivos de práctica más autodeterminados (disfrute, competencia, social y fitness/salud) se combinen con los menos autodeterminados (apariencia) dentro del mismo perfil motivacional. Puesto que estudios previos (e.g. Vlachopoulos *et al.*, 2000) mostraron que el perfil con altas puntuaciones en los dos tipos de motivación se ha relacionado con consecuencias positivas, según los datos obtenidos, es posible que si un sujeto presenta diversos motivos para practicar actividad física, su adherencia a la práctica se vea favorecida.

No se han encontrado estudios publicados hasta la fecha que analicen los perfiles motivacionales comparando entre practicantes de diferentes actividades físicas, motivo por el que promovemos la realización de futuros trabajos que permitan corroborar o refutar los datos obtenidos y, con ello, poder determinar las prácticas que más se ajusten a los nuevos valores e intereses deportivos de la sociedad y, consecuentemente, aquellas que satisfagan en mayor medida las motivaciones autodeterminadas y, según el ambiente y siempre en combinación con éstas, las no autodeterminadas (Lepper y Henderlong, 2000).

Por último, en relación a las diferencias por género existentes en motivación y motivos de práctica tanto en los practicantes de actividades acuáticas como en los practicantes de actividades terrestres, encontramos que tan solo en el medio acuático las chicas mostraban mayor motivación autodeterminada, así como motivos de práctica basados en el disfrute, la apariencia, la relación social y el fitness/salud que los chicos. Estos resultados

coinciden con los encontrados por Moreno, Marcos, y Martínez Galindo (2008), así como con los trabajos realizados sobre motivos de práctica (Derry, 2002; García Ferrando, 2006; Hellín *et al.*, 2004; Moreno y Gutiérrez, 1998; Moreno y Marín, 2002), según los cuales, los motivos más valorados por el sexo femenino son aquellos relacionados con la salud, la liberación de energía acumulada y la imagen personal. De igual forma, otros estudios (Blasco, Capdevila, Pintanel, Valiente, y Cruz, 1996; García Ferrando, 2006; Hellín *et al.*, 2004; Hicks, Wiggins, Crist, y Moode, 2001), indicaron mayores actitudes del sexo femenino hacia actividades físicas que enfatizaban la estética y mejoraban la salud y las relaciones sociales. El hecho de que estos resultados se produzcan en los practicantes de actividades acuáticas y no en los terrestres podemos justificarlo como respuesta al cambio social que se está experimentando en los últimos tiempos en el ámbito deportivo, paralelo al cambio de mentalidad de la población que busca con la actividad física la evasión y liberación de la vida cotidiana. Bajo esta perspectiva, tal y como apuntaba García Ferrando (2006) en su última encuesta sobre hábitos deportivos de la población española y, anteriormente, Sova (1998), las actividades acuáticas están ocupando un lugar privilegiado entre los hábitos físico-deportivos de la población, siendo solicitadas cada vez más por diferentes sectores poblacionales, de entre los que destaca el sector femenino, tal y como demuestran diversos estudios (Marcos Alonso, 1989; Marín y Moreno, 2002; Moreno y Marín, 2003; Vázquez, 1993). De esta manera, dentro del campo de las actividades acuáticas, podemos apreciar, a través de diversos trabajos (García Ferrando, 2006; Sova, 1998; Vázquez, 1993), una traslación del perfil tradicional que imperaba en este tipo de práctica (masculino y competitivo), hacia un perfil caracterizado por el sexo femenino, así como por motivos de práctica centrados en la búsqueda de la salud, la diversión y la imagen corporal, entre otros. Datos que se ven corroborados por los resultados encontrados en nuestro estudio.

Más estudios son necesarios en esta línea, ya que, como defiende Fairchild *et al.* (2005) aún existe la necesidad de que futuros trabajos analicen cómo los distintos tipos de motivación recogidos por la teoría de la autodeterminación combinan o interactúan para promover la motivación en distintos sujetos y cómo éstos se modifican según diferentes variables situacionales provocando consecuencias de distinto nivel e índole. En conclusión, este trabajo ha comparado los perfiles motivacionales presentes en actividades físico-deportivas acuáticas y terrestres encontrando una gran similitud entre ellos. En ambos contextos aparece un perfil autodeterminado y un perfil con puntuaciones altas tanto en motivación autodeterminada como no autodeterminada, mostrando este último mayor puntuación en los diferentes motivos de práctica. Posiblemente, presentar múltiples motivos de práctica conlleve un mayor compromiso deportivo. Además, los resultados sugieren que las mujeres disfrutan más y muestran una motivación más positiva en las actividades acuáticas que en las terrestres. Este resultado es interesante a fin de promover en cada sector poblacional los tipos de práctica deportiva que mejor se ajusten a sus intereses.

## REFERENCIAS

- Balaguer, I., Castillo, I., y Duda, J. (2008). Apoyo a la autonomía, satisfacción de las necesidades, motivación y bienestar en deportistas de competición: un análisis de la teoría de la autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte*, 17(1), 123-139.
- Biddle, S. J. H., y Wang, J. C. K. (2003). Motivation and self-perception profiles and links with physical activity in adolescent girl. *Journal of Adolescence*, 26, 687-701.
- Blasco, T., Capdevila, L., Pintanel, M., Valiente, L., y Cruz, J. (1996). Evolución de los patrones de actividad física en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología del Deporte*, 9, 51-63.
- Boiché, J. C. S., Sarrazin, P. G., Grouzet, F. M. E., Pelletier, L. G., y Chanal, J. P. (2008). Students' motivational profiles and achievement outcomes in physical education: A self-determination perspective. *Journal of Educational Psychology*, 100, 688-701.
- De Bourdeaudhuij, I., y Van Oost, P. (1999). A cluster-analytical approach toward physical activity and other health related behaviors. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 31, 605-612.
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum.
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (1991). A motivational approach to self: Integration in personality. En R. Dienstbier (Ed.), *Nebraska symposium on motivation: Vol. 38. Perspectives on motivation* (pp. 237-288). Lincoln, NE: University of Nebraska Press.
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behaviour. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.
- Derry, J. A. (2002). Single-sex and coeducation physical education: perspective of adolescent girls and female physical education teachers. *Melpomene Journal*. Extraído el 1 de Mayo de 2008 desde [http://www.findarticles.com/p/articles/mi\\_mOLJP/IS\\_3\\_2\\_21/ai\\_94771954](http://www.findarticles.com/p/articles/mi_mOLJP/IS_3_2_21/ai_94771954).
- Fairchild, A. J., Horst, S. J., Finney, S. J., y Barron, K. E. (2005). Evaluating existing and new validity evidence for the Academic Motivation Scale. *Contemporary Educational Psychology*, 30, 331-358.
- Fortier, M. S., y Grenier, M. N. (1999). Déterminants personnels et situationnels de l'adhérence à l'exercice: Une étude prospective. *STAPS*, 48, 25-37.
- García Ferrando, M. (2006). *Posmodernidad y deporte: Entre la individualización y la masificación. Encuesta sobre hábitos deportivos de los españoles 2005*. Madrid: CSD y CIS.
- Good, T. L., y Brophy, J. E. (2000). *Looking into classrooms* (5ª ed.). New York: Longman.
- Hair, J. F., Anderson, R. E., Tatham, R. L., y Black, W. C. (1998). *Multivariate Data Analysis*. Upper Saddle River, NJ: Prentice-Hall.
- Hellín, P., Moreno, J. A., y Rodríguez, P. L. (2004). Motivos de práctica físico-deportiva en la Región de Murcia. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 4(1-2), 101-116.

- Hicks, M. K., Wiggins, M. S., Crist, R. W., y Moode, F. M. (2001). Sex differences in grade three students' attitudes toward physical activity. *Perceptual and Motor Skills*, 93, 97-102.
- Hodge, K., y Petlichkoff, L. (2000). Goal profiles in sport motivation: A cluster analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 22, 256-272.
- Lepper, M. R., y Henderlong, J. (2000). Turning "play" into "work" and "work" into "play": 25 years of research on intrinsic versus extrinsic motivation. En C. Sansone, y J. M. Harackiewicz (Eds.), *Intrinsic and extrinsic motivation: The search for optimal motivation and performance* (pp. 257-307). San Diego, CA: Academic Press.
- Marcos Alonso, J. (1989). *Pràctica esportiva i actituds envers l'esport a la ciutat de Barcelona. Enquesta sobre els comportaments de la població adulta Barcelona (15-59 anys)*. Barcelona: Ayuntamiento de Barcelona.
- Marín, L. M., y Moreno, J. A. (2002). Motivos de práctica acuática de la mujer frente al varón. En A. Díaz, J. A. Moreno, y P. L. Rodríguez (Eds.), *III Congreso de Educación Física e Interculturalidad*. Murcia: Consejería de Educación.
- Markland, D., y Tobin, V. (2004). A modification to Behavioural Regulation in Exercise Questionnaire to include an assessment of amotivation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26, 191-196.
- Marshall, S. J., Biddle, S. J. H., Sallis, J. F., McKenzie, T. L., y Conway, T. L. (2002). Clustering of sedentary behaviours and physical activity among youth: A cross-national study. *Pediatric Exercise Sciences*, 14, 401-417.
- McNeill, M. C., y Wang, C. K. (2005). Psychological profiles of elite school sports players in Singapore. *Psychology of Sport and Exercise*, 6, 117-128.
- Moreno, J. A., Cano, F., González-Cutre, D., Cervelló, E., y Ruiz, L. M. (2009). Flow disposicional en salvamento deportivo: una aproximación desde la teoría de la autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte*, 18(1), 23-35.
- Moreno, J. A., Cano, F., González-Cutre, D., y Ruiz, L. M. (2008). Perfiles motivacionales en salvamento deportivo. *Motricidad. European Journal of Human Movement*, 20, 61-74.
- Moreno, J. A., Cervelló, E., y González-Cutre, D. (2007). Young athletes' motivational profiles. *Journal of Sports Science and Medicine*, 6, 172-179.
- Moreno, J. A., Cervelló, E., y Martínez Camacho, A. (2007a). Measuring self-determination motivation in a physical fitness setting: validation of the Behavioral Regulation in Exercise Questionnaire-2 (BREQ-2) in a Spanish sample. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 47, 366-378.
- Moreno, J. A., Cervelló, E., y Martínez Camacho, A. (2007b). Validación de la Escala de Medida de los Motivos para la Actividad Física-Revisada en españoles: Diferencias por motivos de participación. *Anales de Psicología*, 23, 167-176.
- Moreno, J. A., y Gutiérrez, M. (1998). Motivos de práctica en los programas de actividades acuáticas. *Áskesis*, 2.
- Moreno, J. A., Marcos, P., y Martínez Galindo, C. (2008). Motivations and reasons for exercising in water: Gender and age differences in a sample of

- spanish exercisers. *International Journal of Aquatic Research and Education*, 2, 237-246.
- Moreno, J. A., y Marín, L. M. (2002). Diferencias motivacionales en el aprendizaje y desarrollo de programas de natación y de fitness acuático. *Fitness & Performance Journal*, 2, 42-51.
- Moreno, J. A., y Marín, L. M. (2003). Análisis de los motivos de práctica entre usuarios de programas tradicionales y de fitness. En J. A. Moreno (Ed.), *I Congreso Internacional de Actividades Acuáticas*. Murcia: Unidad de Investigación en Educación Física y Deportes.
- Moreno, J. A., Sicilia, A., Gutiérrez, M., y Pavón, A. (2004). Motivating spanish university students in favour of physical education and sport. *The Bulletin of Physical Education*, 3, 40, 275-302.
- Nicholls, J. G. (1989). *The competitive ethos and democratic education*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Norusis, M. J. (1992). *SPSS/PC+ Professional statistics, Version 5.0*. Chicago, IL: SPSS.
- Ntoumanis, N. (2002). Motivational clusters in a sample of British physical education classes. *Psychology of Sport and Exercise*, 3, 177-194.
- Pelletier, L., Fortier, M., Vallerand, R., y Brière, N. (2001). Associations among perceived autonomy support, forms of self-regulation, and persistence: A prospective study. *Motivation and Emotion*, 25, 279-306.
- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Tuson, K. M., Brière, N. M., y Blais, M. R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sports Motivation Scale (SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 35-53.
- Ryan, R. M., y Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation on intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.
- Ryan, R. M., Frederick, C. M., Lepas, D., Rubio, N, y Sheldom, K. M. (1997). Intrinsic motivation and exercise adherence. *International Journal of Sport Psychology*, 28, 335-354.
- Sansone, C., y Harackiewicz, J. (2000). Controversias and new directions-is it déjà vu all over again? En C. Sansone, y J. Harackiewicz (Eds.), *Intrinsic and extrinsic motivation: The search for optimal motivation and performance* (pp. 443-453). San Diego, CA: Academic Press.
- Sarrazin, P., Vallerand, R., Guillet, E., Pelletier, L, y Cury, F. (2002). Motivation and dropout in female handballers: A 21-month prospective study. *European Journal of Social Psychology*, 32, 395-418.
- Sicilia, A., Águila, C., Muyor, J. M., Orta, A., y Moreno, J. A. (2009). Perfiles motivacionales de los usuarios en centros deportivos municipales. *Anales de Psicología*, 25, 160-168.
- Sova, R. (1998). Opportunities for health and fitness facilities to enter the rehab field are growing as active therapy and prevention get more emphasis. *Fitness Magazine*, 2 (14), 32-34, 36.
- Standage, M., Duda, J., y Ntoumanis, N. (2005). A test of self-determination theory in school physical education. *British Journal of Educational Psychology*, 75, 411-433.

- Vallerand, R. J. (1997). Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. En M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (pp. 271-360). Academic Press: New York.
- Vázquez, B. (1993). *Actitudes y prácticas deportivas de las mujeres españolas*. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales.
- Vlachopoulos, S. P, y Karageorghis, C. I. (2005). Interaction of external, introjected, and identified regulation with intrinsic motivation in exercise: relationships with exercise enjoyment. *Journal of Applied Biobehavioral Research*, 10, 113-132.
- Vlachopoulos, S. P., Karageorghis, C. I., y Terry, P. C. (2000). Motivation profiles in sport: A self-determination theory perspective. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 71, 387-397.
- Wang, J., y Biddle, S. (2001). Young people's motivational profiles in physical activity: A cluster analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 23, 1-22.
- Weiss, M. R., Ebbeck, V., y Horn, T. S. (1997). Children's self-perceptions and sources of physical competence information: A cluster analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19, 52-70.