

Piéron, M. y Ruiz-Juan, F. (2013) Influencia del ámbito familiar e iguales en los hábitos físico-deportivos de los jóvenes / Influence of family environment and peers in physical activity habits of youth people. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte vol. 13 (51) pp. 525-549. <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista51/artsocializacion385.htm>

ORIGINAL

INLUENCIA DEL AMBITO FAMILIAR E IGUALES EN LOS HABITOS FISICO-DEPORTIVOS DE LOS JOVENES

INFLUENCE OF FAMILY ENVIRONMENT AND PEERS IN PHYSICAL ACTIVITY HABITS OF YOUTH PEOPLE

Piéron, M.¹ y Ruiz-Juan, F.²

¹ Institut Supérieur d'Education Physique. Université de Liège au Sart Tilman. LIEGE (Belgique - Belgium) mpieron@ulg.ac.be

² Facultad de Ciencias del Deporte. Murcia (España). E-mail: fruizj@um.es

AGRADECIMIENTOS

El contenido de este artículo es el resultado del subproyecto "Factores determinantes para la práctica físico-deportiva y asociaciones probabilísticas entre variables físico-deportivas y de salud. Tipologías de estilos de vida de la población adulta y detección de poblaciones con riesgo para la salud" (DEP2005-00231-C03-02/ACTI) de la Universidad de Almería. Forma parte del proyecto coordinado "Hábitos físico-deportivos y de salud. Estilos de vida en jóvenes y adultos", subvencionado por el Ministerio de Educación y Ciencia dentro del Plan Nacional de I+D+I (2004-2007) Acción Estratégica: "Deporte y Actividad Física" Práctica de la Actividad Física y el Deporte.

Código UNESCO / UNESCO Code: 6114.03 Comportamiento colectivo / Collective behavior, 6309.03 Familia, parentesco / family, kinship, 6310.09 Calidad de vida / quality of life

Clasificación Consejo de Europa / Classification Council of Europe: 16 Sociología del deporte / Sociology of sport

Recibido 30 de mayo de 2011 **Received** May 30, 2011

Aceptado 7 de enero de 2013 **Accepted** January 7, 2013

RESUMEN

El objetivo es conocer la influencia del entorno social en los hábitos de práctica físico-deportiva de jóvenes estudiantes españoles. Se obtuvieron datos de 6.170 estudiantes (3.053 chicos; 3.117 chicas), entre 12 y 16 años ($M=14,12$; $DT=1,30$) y 16 y 19 años ($M=17,25$; $DT=0,94$), a través de cuestionario. En Enseñanza Secundaria Obligatoria, la probabilidad de encontrar estudiantes que nunca hayan realizado actividad físico-deportiva es mayor cuando padre, madre, hermano/os y hermana/as nunca han sido activos. En Enseñanza Secundaria Obligatoria Postobligatoria, la probabilidad se incrementa considerablemente en chicas. La probabilidad de encontrar estudiantes con un nivel de actividad insuficiente+ligero es mayor cuando padre, madre, hermano/os y hermana/as nunca han sido activos. El ámbito familiar

inactivo constituye factor de riesgo en la actividad físico-deportiva de los adolescentes.

PALABRAS CLAVE: Actividad física, apoyo familiar, iguales, inactividad, estudiantes.

ABSTRACT

The aim of the study was to assess the relationship between the social environment and physical activity habits of young Spanish students. Data were collected by questionnaires administered to 6170 students (3053 boys, 3117 girls), aged 12 to 16 years ($M=14.12$, $SD=1.30$) and 16 to 19 years ($M=17.25$, $SD=0.94$). In secondary education, the probability of finding students who have never practiced exercise regularly was higher when father, mother, brothers and sisters have never been physically active. After secondary education, in girls this probability increases considerably. The probability of finding students with insufficient or low activity level was higher when family members have never been active. The family environment can be considered as risk factor of inactivity in physical and sport activity of adolescents.

KEYWORDS: physical activity, inactivity, family support, peers, students.

INTRODUCCION

En la sociedad actual, existe una tremenda preocupación por el sedentarismo juvenil así como por la influencia que el entorno social ejerce en los hábitos físico-deportivos de los jóvenes adolescentes (Abarca-Sos, Zaragoza, Generelo & Julián, 2010; Navarro, Ojeda, Navarro, López, Brito & Ruiz, 2012; Oviedo, Sánchez, Castro, Calvo, Sevilla, et al., 2013). Desde un punto de vista teórico, la socialización en el deporte y en la actividad física puede considerarse como un proceso modelador en el cual otras personas representativas, como los miembros de familia, constituyen modelos disponibles y eficaces. En su teoría cognoscitiva social, Bandura (1986) describió los principios de este proceso modelador. No obstante, se conoce bastante poco sobre el papel modelador de estas figuras en la práctica de actividad físico-deportiva en los adolescentes (Biddle & Goudas, 1996).

Existe cierto consenso sobre la necesidad de recurrir a cuestiones de tipo socio-ecológico a la hora de abordar los modelos que favorecen comportamientos positivos y que impulsan un estilo de vida saludable a través de la práctica regular de actividad físico-deportiva (Cantallops, Ponseti, Vidal, Borràs & Palou, 2012; Martínez, Romero & Delgado, 2011). Estos modelos adoptan una perspectiva multidimensional, destacando la influencia de aspectos organizativos, las relaciones interpersonales y las referidas al propio individuo. El ámbito interpersonal es particularmente relevante cuando se trata de adolescentes (Martínez, Chillón, Martín-Matillas, Pérez, Castillo, et al., 2012).

La influencia social puede proceder de la familia o bien de otras personas significativas en la vida del adolescente como los que practican al mismo tiempo que él, sus amigos, su profesor y su entrenador (Tuero, Zapico & González, 2012). Cada

una de ellas puede intervenir en diversos aspectos de su práctica físico-deportiva tales como comportamientos, manifestaciones emocionales y conocimientos relativos a la participación en el deporte (intenciones de practicar y efectos), por citar únicamente los principales (Taylor, Baranowski & Sallis, 1994), determinando tanto el inicio como la continuidad de su práctica físico-deportiva.

Existen varias perspectivas teóricas sobre el fenómeno de socialización de la práctica deportiva (Coakley, 1993; Lewko & Greendorfer, 1988), que se centran en intentar comprender mejor la influencia que ejercen la familia, los iguales y la escuela en el ámbito del deporte. Los resultados de varios estudios sugieren que el apoyo de la familia y de los amigos puede ser una herramienta eficaz para favorecer la actividad físico-deportiva en jóvenes que están en riesgo de inactividad física (Tuero, et al., 2012). Ponen de relieve las ventajas potenciales de un apoyo por parte de otras personas que son representativas para los jóvenes sobre sus niveles de actividad físico-deportiva. Varias investigaciones concluyeron que los niños y los adolescentes son más propensos a ser físicamente activos cuando sus padres y sus amigos participan en actividades físico-deportivas (Anderssen & Wold, 1992; Raudsepp & Viira, 2000; Piéron, 2002), les impulsan a practicar (Biddle & Goudas, 1996) y practican deporte o actividad física con ellos (Shropshire & Carroll, 1997).

En un análisis efectuado de la literatura publicada entre 1970 y 1998, que trataba sobre los correlatos que mostraban una asociación significativa con la actividad física, Sallis, Prochaska y Taylor (2000) observaron relaciones positivas con el apoyo de padres, de otras personas representativas para el adolescente, de hermanos y hermanas. Otro estudio de síntesis efectuado sobre publicaciones más recientes, de 1998 a 2005, también puso de relieve claramente las influencias de la familia, al igual que constataron una relación significativa con el apoyo de los amigos (Van Der Horst, Paw, Twisk & Van Mechelen, 2007).

Por tanto, los padres ejercen una influencia determinante sobre distintos aspectos del desarrollo de sus hijos, en particular, sobre los factores físicos, psicológicos y emocionales. El grado de importancia de cada uno de estos determinantes varía a lo largo de las diferentes etapas por las que pasan los jóvenes, como ejemplo, las variables psicológicas que son más importantes durante la adolescencia (Health Education Authority, 1998). El adolescente se encuentra en un entorno social rodeado de hábitos y normas de comportamiento e incluso de pensamiento con los cuales tiene que interactuar dentro de un proceso de socialización. Aunque otros agentes, como los iguales, ejercen una influencia creciente en la etapa de la adolescencia, la familia permanece, siendo uno de los elementos que puede conducir al joven a realizar una práctica regular de actividad físico-deportiva o, por el contrario, a rechazarla. Los jóvenes aprenden e integran distintos valores, actitudes y comportamientos así como otros factores de influencia en este proceso de socialización. Cuando una familia no posee un patrón de estilo de vida común y coherente, se puede temer que existan pocas posibilidades o probabilidades de que los hijos desarrollen un estilo de vida activo (Ruiz-Juan, Piéron & Baena-Extremera, 2012).

Si la familia y los amigos piensan que la actividad física es buena, son capaces de transmitir esta opinión y de hacer ver la importancia de ello, hay más posibilidades de que los jóvenes practiquen actividades físico-deportivas. Del mismo modo, si las personas cercanas se dedican a un deporte o cualquier otra forma de actividad

físico-deportiva, ejercen una función de “modelo” al cual se quiere imitar (Cantallops, et al., 2012). Igualmente, cabe destacar que la práctica de actividades físico-deportivas viene determinada por el apoyo social del que se beneficia una persona. El hecho de llevar a un niño al club deportivo, de pagar su cuota de inscripción, de apoyarlo moralmente, de ser socio deportivo, etc., son aspectos que propiciarán la práctica de actividades físico-deportivas (Carron, Hausenblas & Mack, 1996; Romero, Garrido & Zagalaz, 2009).

En definitiva, desde el ámbito familiar, se pueden distinguir varios tipos de influencia por socialización, especialmente de los padres. Por un lado, el estímulo, el compromiso en la actividad, las facilidades que proporcionan y el papel de modelo que pueden desempeñar. Esto último hace referencia bien a la propia participación de los padres o bien a la función de “entrenadores” que los padres pueden desarrollar. Por otro, los padres pueden interpretar las experiencias deportivas de sus hijos y proporcionarles mensajes sobre la calidad de sus prestaciones, así como sobre el valor de la participación en las actividades deportivas. También pueden proporcionar un apoyo emocional y múltiples ocasiones de comprometerse en una práctica deportiva.

De esta manera, el objetivo de esta investigación es conocer la influencia del entorno social en los hábitos de práctica físico-deportiva de jóvenes estudiantes españoles. Basándonos en toda esta revisión de la literatura al respecto, partiremos de la hipótesis de que se puede predecir el comportamiento y el nivel de actividad físico-deportiva de tiempo libre de los jóvenes, según el sexo, a partir de las conductas de su entorno familiar (padre, madre, hermano/os y hermanas/as), de la actitud de sus progenitores y de sus amigos ante su práctica físico-deportiva, con quién realiza la practica y quién lo inició en ella.

METODO

Participantes

Se partió de la población total de estudiantes matriculados en los centros de enseñanza secundaria durante el curso 2005-2006 (datos facilitados por la Delegación Provincial de Educación de Almería, Granada y Murcia). Para asegurar que la muestra era representativa de las tres provincias (error $\pm 3\%$, intervalo de confianza 95,5%), se empleó un diseño de muestreo polietápico estratificado por afijación proporcional y por conglomerados, lo que nos permite extrapolar los resultados al total de la población. Se tuvo en cuenta el tamaño de la población (más de 50.000 habitantes, 20.001-50.000, 10.001-20.000, 5.001-10.000, 2.001-5.000 y menos de 2.001 habitantes), tipo de centro (centros públicos-privados), curso (primero a cuarto de Enseñanza Secundaria Obligatoria –ESO-; primero y segundo de Enseñanza Secundaria Obligatoria Postobligatoria –ESPO-) y sexo (chicos y chicas).

En este estudio han participado 6.170 estudiantes (3.053 chicos = 49,5%; 3.117 chicas = 50,5%) de Enseñanza Secundaria de Almería (1.991 estudiantes), Granada (2.102 estudiantes) y Murcia (2.077), de los cuales 3.249 (1.701 chicos = 52,4%; 1.548 chicas = 47,6%) cursan estudios de ESO y 2.921 (1.352 chicos = 46,3%; 1.569 chicas = 53,7%) estudian ESPO. El rango de edad, en ESO, estuvo

comprendido entre los 12 y 16 años ($M = 14,12$; $DT = 1,30$) y en ESPO, entre los 16 y 19 años ($M = 17,25$; $DT = 0,94$).

Instrumento

Dadas las características propias de la investigación, para la obtención de los datos se empleó una de las técnicas sociológicas más usadas y apropiadas en estos casos, la técnica de encuesta. La recogida de los datos se efectuó por medio de un cuestionario ad hoc denominado “Hábitos físico-deportivos y de salud. Estilos de vida en jóvenes”, al que se le han pasado las correspondientes pruebas de validez de contenido y de constructo (juicio de expertos en la materia y psicometría) (Piéron & Ruiz-Juan, 2010). Se realizaron cuatro estudios piloto con el fin de probar si el contenido de preguntas, terminología y vocabulario eran comprendidas por los entrevistados.

Se han seleccionado, para este artículo, la variable de la implicación o no en práctica habitual de actividad físico-deportiva de tiempo libre (práctica regular, abandono y nunca haber practicado). Los patrones de práctica de actividad físico-deportiva de los activos fueron calculados por cinco preguntas en un índice de cantidad de actividad físico-deportiva (Raitakari, et al., 1994; Telama, et al., 2005). Dichas preguntas se refieren a la frecuencia, duración e intensidad de la actividad física durante el tiempo libre y la participación en deportes organizados y competiciones deportivas. Los resultados más bajos son característicos de las personas menos activas, mientras que las puntuaciones más altas son indicativas de los individuos más activos. El Alfa de Cronbach demuestra una aceptable fiabilidad del conjunto de estas variables ya que los valores son $\alpha = 0,82$ (ESO) y $\alpha = 0,80$ (ESPO) y se asemeja a la obtenida con el mismo instrumento en los trabajos citados. Para representar mejor los patrones de actividad de los practicantes y los que abandonaron, sobre la base de sus resultados y acorde con los trabajos de referencia, se clasificaron en los que realizan una ligera+insuficiente actividad, moderada actividad y los que muestran una actividad intensa.

Las “conductas ante la práctica de su padre, madre, hermano/os y hermanas/as” ($\alpha = 0,88$, ESO; $\alpha = 0,86$, ESPO) se midieron con preguntas que tenían como opciones de respuestas: práctica regular, abandono y nunca haber practicado. La “actitud de progenitores y de amigos ante su propia práctica físico-deportiva” tiene como opciones de respuesta: han puesto pegas u obstáculos, no se han preocupado, me han obligado y me han animado. Las opciones de respuesta de “con quién realiza la práctica” son: solo, con algún miembro de la familia y con mis amigos, compañeros. Y las de “quién lo inició en la práctica” son: yo mismo, profesor de E.F./entrenador, mis amigos y mis padres/familia.

Procedimiento

Se presenta un estudio transversal, llevado a cabo entre febrero y mayo de 2006. Se pidió permiso a los centros educativos mediante una carta en la que se explicaban los objetivos de la investigación, cómo se iba a realizar, al igual que se acompañaba un modelo del instrumento. El cuestionario fue autoadministrado con aplicación masiva, con presencia de encuestador (previamente entrenado), comple-

tado de forma anónima en una jornada escolar, con consenso y adiestramiento previo de los evaluadores. El tiempo empleado para completarlo fue aproximadamente de 30 minutos. Todos los estudiantes fueron informados del objetivo del estudio, de la voluntariedad, absoluta confidencialidad de las respuestas y manejo de los datos, que no había respuestas correctas o incorrectas y solicitándoles que contestaran con la máxima sinceridad y honestidad. Este trabajo posee informe favorable de la Comisión de Bioética de la Universidad de Murcia.

Análisis estadísticos de los datos

Se utilizó el paquete estadístico SPSS (17.0) para realizar el análisis descriptivo, inferencial (prueba Chi-cuadrado) y una Regresión Logística Multinomial para modelar la asociación entre variables y, así, calcular las Odds Ratio (OR) y el intervalo de confianza al 95% (IC) para las variables dependientes (comportamientos ante la práctica físico-deportiva e índice finlandés de actividad físico-deportiva de los activos y los que abandonaron) y las variables predictoras (conductas ante la práctica de su padre, madre, hermano/os y hermanas/as; actitud de progenitores y de amigos ante su propia práctica físico-deportiva; con quién realiza la práctica y quién lo inició en la práctica). Se presentan los resultados comparando entre chicos y chicas, y entre ESO y ESPO.

El procedimiento seguido para establecer el modelo ha sido por efectos principales. En este tipo de regresión, los resultados se establecen en función de una categoría de comparación. En nuestro caso, se seleccionó de la variable dependiente comportamientos ante la práctica físico-deportiva la categoría “activos” y para la variable índice finlandés de actividad físico-deportiva la categoría “vigorosa”. Serán consideradas las pruebas de la razón de verosimilitud para los efectos del modelo, $-2 \log$ de la verosimilitud, Chi-cuadrado de la bondad de ajuste de Pearson y de la desviación, R^2 de Cox y Snell y la comparación entre valores observados y esperados.

RESULTADOS

Análisis descriptivo e inferencial

El 75,7% de los chicos de ESO dicen ser activos, es decir, afirman realizar actividad físico-deportiva durante su tiempo libre, mientras en las chicas se reduce el porcentaje al 50,1%. En ESPO, se mantiene la diferencia entre ambos sexos, pero se produce un considerable descenso de más quince unidades porcentuales en las chicas (35%). Entre los inactivos, el mayor porcentaje se encuentra entre quienes han abandonado, siendo mucho mayor entre las chicas (36,2%, ESO; 54,8%, ESPO) que entre los chicos (16,3%, ESO; 30,6%, ESPO), produciéndose un notorio incremento entre ambas etapas educativas (Tabla 1). Las chicas también muestran mayores porcentajes que los chicos en nunca haber realizado actividad físico-deportiva durante el tiempo libre. Las diferencias son significativas en todos los casos ($p < 0,001$).

Los chicos activos de ESO obtienen un índice de práctica vigorosa claramente superior al de las mujeres (38,4% frente al 14,8%) produciéndose un descenso de

diez unidades porcentuales en ESPO en los chicos (28%) y de tres unidades en las chicas (11,3%). Al contrario, los índices de actividad ligera+insuficiente son mayores en las chicas (46,6% en ESO; 57,6% en ESPO) que en los chicos (21,1% en ESO; 31,1% en ESPO). Estos datos, con diferencias estadísticamente significativas ($p < 0,001$), evidencian un mayor nivel de actividad físico-deportiva en los chicos que en las chicas (Tabla 1).

En quienes han abandonado la práctica físico-deportiva de tiempo se aprecia una situación bastante similar a la de los activos. Las diferencias significativa existentes ($p < 0,001$), indican que las chicas eran menos activas que los chicos. Pero se observa que, en ambos sexos, los porcentajes de práctica ligera+insuficiente son superiores a los activos (Tabla 1) lo que provoca un descenso importante en los que practicaban de manera vigorosa.

Tabla 1. Porcentajes, χ^2 y significatividad (p valor), según el sexo.

| | ESO ¹ | | | | ESPO ² | | | |
|---|------------------|-------|-------|-----------|-------------------|-------|-------|-----------|
| | Varón | Mujer | Total | χ^2 | Varón | Mujer | Total | χ^2 |
| Comportamientos ante la práctica físico-deportiva | | | | | | | | |
| Nunca | 8,0 | 13,7 | 10,7 | | 7,4 | 10,2 | 8,9 | |
| Abandono | 16,3 | 36,2 | 25,8 | 231,37*** | 30,6 | 54,8 | 43,6 | 215,26*** |
| Activos | 75,7 | 50,1 | 63,5 | | 62,0 | 35,0 | 47,5 | |
| Índice finlandés de actividad físico-deportiva de los activos | | | | | | | | |
| Ligera+ Insuficiente | 21,1 | 46,6 | 30,7 | | 31,3 | 57,6 | 41,7 | |
| Moderada | 40,5 | 38,5 | 39,7 | 194,07*** | 40,7 | 31,1 | 36,9 | 106,67*** |
| Vigorosa | 38,4 | 14,8 | 29,5 | | 28,0 | 11,3 | 21,4 | |
| Índice finlandés de actividad físico-deportiva de los que abandonaron | | | | | | | | |
| Ligera+ Insuficiente | 35,3 | 56,6 | 49,5 | | 39,4 | 56,9 | 51,2 | |
| Moderada | 47,5 | 37,0 | 40,5 | 43,95*** | 41,5 | 35,2 | 37,3 | 49,93*** |
| Vigorosa | 17,3 | 6,4 | 10,0 | | 19,1 | 7,9 | 11,5 | |

*** $p < 0,001$

¹ESO: Educación Secundaria Obligatoria. ²ESPO: Educación Secundaria Post Obligatoria.

Ambos niveles educativos se caracterizan porque sus padres son más activos que sus madres (Tabla 2), con diferencias de once puntos en ESO (32,4% padres; 21,5% madres) y de cinco puntos en ESPO (24,4% padres; 19,1% madres). Algo similar a lo que sucede con sus hermanos (60% ESO; 55,9% ESPO) y sus hermanas (46,3% ESO; 40,5% ESPO).

La actitud de sus progenitores hacia su práctica físico-deportiva ha sido mayoritariamente la de animarlos (78,6% ESO; 74,1% ESPO) al igual que los amigos, aunque en menor medida (68,1% ESO; 64,8% ESPO). Conviene destacar que un 14,3% (ESO) y un 19,1% (ESPO) de los progenitores no se han preocupado siendo mayor la despreocupación entre los amigos (25,6% ESO; 30% ESPO) (Tabla 2).

Tanto los activos como los que han abandonado, mayoritariamente practican (82,6% ESO; 76,6% ESPO) o practicaban (78,3% ESO; 78,6% ESPO) con amigos y compañeros, produciéndose, en los activos, un incremento de la práctica individualizada entre la etapa de ESO (8,8%) y ESPO (15,6%). La práctica con algún miembro de la familia, entre los que han abandonado, es mayor en ESO (11,6%) que en ES-

PO (8,5%) (Tabla 2).

Un 56,9% (ESO) y un 61,3% (ESPO) de los activos indican que el origen de su participación se sitúa en la auto-motivación, aunque la práctica se realiza con amigos. En los que dicen haber abandonado la práctica, también se observa algo similar pero con porcentajes inferiores (Tabla 2). Es indispensable tener en cuenta que la proporción de jóvenes activos que indican que el profesor de educación física y/o entrenador es la causa de esta participación es muy limitada (11,2% ESO; 10,7% ESPO), siendo inferior en los que abandonaron (7,2% ESO; 8,6% ESPO). La familia y amigos, en ambas etapas educativas, se presentan con agentes que motivan o estimulan a la práctica alrededor de la veintena de unidades porcentuales, siendo mayor la influencia de los amigos en los que han abandonado y la familia entre los activos (Tabla 2).

Tabla 2. Prevalencia de las características de los participantes (porcentaje válido)

| | ESO ¹ | | ESPO ² | |
|---|------------------|------|-------------------|------|
| | N | % | N | % |
| Sexo | | | | |
| Varón | 1701 | 52,4 | 1352 | 46,3 |
| Mujer | 1548 | 47,6 | 1569 | 53,7 |
| Total | 3249 | 100 | 2921 | 100 |
| Comportamientos ante la práctica físico-deportiva | | | | |
| Nunca | 348 | 10,7 | 260 | 8,9 |
| Abandono | 838 | 25,8 | 1274 | 43,6 |
| Activos | 2063 | 63,5 | 1387 | 47,5 |
| Total | 3249 | 100 | 2921 | 100 |
| Índice finlandés de actividad físico-deportiva de los activos | | | | |
| Ligera+ Insuficiente | 634 | 30,7 | 578 | 41,7 |
| Moderada | 820 | 39,7 | 512 | 36,9 |
| Vigorosa | 609 | 29,5 | 297 | 21,4 |
| Total | 2063 | 100 | 1387 | 100 |
| Índice finlandés de actividad físico-deportiva de los que abandonaron | | | | |
| Ligera+ Insuficiente | 415 | 49,5 | 652 | 51,2 |
| Moderada | 339 | 40,5 | 475 | 37,3 |
| Vigorosa | 84 | 10,0 | 147 | 11,5 |
| Total | 838 | 100 | 1274 | 100 |
| Comportamientos ante la práctica del padre | | | | |
| Nunca | 544 | 17,4 | 698 | 24,9 |
| Abandono | 1570 | 50,2 | 1425 | 50,7 |
| Activos | 1015 | 32,4 | 685 | 24,4 |
| Total | 3129 | 100 | 2808 | 100 |
| Comportamientos ante la práctica de la madre | | | | |
| Nunca | 1082 | 35,2 | 1223 | 43,7 |
| Abandono | 1331 | 43,3 | 1041 | 37,2 |
| Activos | 662 | 21,5 | 533 | 19,1 |
| Total | 3075 | 100 | 2797 | 100 |
| Comportamientos ante la práctica del hermano/os | | | | |
| Nunca | 372 | 16,4 | 310 | 14,7 |
| Abandono | 538 | 23,7 | 621 | 29,4 |
| Activos | 1364 | 60,0 | 1180 | 55,9 |
| Total | 2274 | 100 | 2111 | 100 |
| Comportamientos ante la práctica de la hermana/as | | | | |
| Nunca | 472 | 24,9 | 381 | 22,3 |
| Abandono | 547 | 28,8 | 634 | 37,2 |

| | | | | |
|---|------|------|------|------|
| Activos | 879 | 46,3 | 690 | 40,5 |
| Total | 1898 | 100 | 1705 | 100 |
| Actitud de sus progenitores ante la práctica físico-deportiva | | | | |
| Han puesto pegas u obstáculos | 127 | 3,9 | 128 | 4,4 |
| No se han preocupado | 463 | 14,3 | 558 | 19,1 |
| Me han obligado | 104 | 3,2 | 70 | 2,4 |
| Me han animado | 2555 | 78,6 | 2165 | 74,1 |
| Total | 3249 | 100 | 2921 | 100 |
| Actitud de sus amigos ante la práctica físico-deportiva | | | | |
| Han puesto pegas u obstáculos | 83 | 2,6 | 73 | 2,5 |
| No se han preocupado | 832 | 25,6 | 875 | 30,0 |
| Me han obligado | 120 | 3,7 | 80 | 2,7 |
| Me han animado | 2214 | 68,1 | 1893 | 64,8 |
| Total | 3249 | 100 | 2921 | 100 |
| Con quién realizas habitualmente actividad físico-deportiva | | | | |
| Solo | 182 | 8,8 | 217 | 15,6 |
| Con algún miembro de la familia | 176 | 8,5 | 107 | 7,7 |
| Con mis amigos, compañeros | 1705 | 82,6 | 1063 | 76,6 |
| Total | 2063 | 100 | 1387 | 100 |
| Quién le motivó o estimuló para comenzar a realizar práctica físico-deportiva | | | | |
| Yo mismo | 1246 | 60,4 | 937 | 67,6 |
| Profesor de E, F,, entrenador | 157 | 7,6 | 84 | 6,1 |
| Mis amigos | 325 | 15,8 | 179 | 12,9 |
| Mis padres/familia | 335 | 16,2 | 187 | 13,5 |
| Total | 2063 | 100 | 1387 | 100 |
| Con quién realizabas habitualmente actividad físico-deportiva | | | | |
| Solo | 85 | 10,1 | 165 | 13,0 |
| Con algún miembro de la familia | 97 | 11,6 | 108 | 8,5 |
| Con mis amigos, compañeros | 656 | 78,3 | 1001 | 78,6 |
| Total | 838 | 100 | 1274 | 100 |
| Quién le motivó o estimuló para comenzar a realizar práctica físico-deportiva | | | | |
| Yo mismo | 404 | 48,2 | 695 | 54,6 |
| Profesor de E. F.. entrenador | 60 | 7,2 | 109 | 8,6 |
| Mis amigos | 206 | 24,6 | 269 | 21,1 |
| Mis padres/familia | 168 | 20,0 | 201 | 15,8 |
| Total | 838 | 100 | 1274 | 100 |

¹ESO: Educación Secundaria Obligatoria. ²ESPO: Educación Secundaria Post Obligatoria.

Regresión Logística Multinomial: Comportamientos ante la práctica físico-deportiva y variables predictoras

El modelo de regresión logística multinomial resultó significativo en su conjunto ($p < 0,001$) y un buen predictor, según las pruebas de función de verosimilitud, de bondad de ajuste y del coeficiente de Cox y Snell, en ambos sexos en las dos etapas educativas (ESO y ESPO) (Tabla 3).

El entorno familiar puede predecir los comportamientos ante la práctica físico-deportiva de los estudiantes. Como se puede apreciar en la Tabla 3, los comportamientos del padre, madre, hermano/os y hermana/as, tanto en los chicos como en las chicas de ambas etapas educativas, predicen los comportamientos de hijo/as y hermanos/as. Igualmente sucede con la actitud de los progenitores y de los amigos.

En ESO, la probabilidad de encontrar estudiantes que *nunca* hayan realizado actividad físico-deportiva en su tiempo libre es mayor cuando padre ($OR = 3,67$ chi-

cos; $OR = 3,75$ chicas), madre ($OR = 2,14$ chicos; $OR = 2,76$ chicas), hermano/os ($OR = 2,87$ chicos; $OR = 2,90$ chicas) y hermana/as ($OR = 2,67$ chicos; $OR = 4,04$ chicas) nunca han sido activos que cuando lo son actualmente. En ESPO, la probabilidad se incrementa considerablemente en las chicas, siendo 4,04 (padre), 3,78 (madre), 2,30 (hermano/os) y 5,76 (hermana/as) veces mayor cuando sus familiares directos nunca han sido activos que cuando son activos. De tal forma que, en las chicas, la mayor predicción de este comportamiento la encontramos en hermana/as y padre mientras que, en los chicos, está en el padre y hermano/os (Tabla 3). La madre predice más este comportamiento en las chicas que en los chicos, sobre todo en ESPO ($OR = 3,78$).

Obligar, despreocuparse y poner pegas u obstáculos por parte de progenitores y amigos, en ambas etapas educativas, predice que tanto chicos como chicas nunca hayan sido activas. Por ejemplo, para los chicos de ESPO, la probabilidad de nunca ser activo es 7,77 veces mayor que si los progenitores le hubiesen animado. En las chicas, la despreocupación de los progenitores es la mayor predicción ($OR = 4,50$ ESO; $OR = 5,36$ ESPO) para nunca ser activas. En el caso de los amigos de los chicos de ESO, el poner obstáculos o pegas se erige como la mayor predicción ($OR = 4,66$), siéndolo también para las chicas de ESPO ($OR = 4,92$), mientras que la despreocupación ($OR = 4,16$) predice que nunca hayan sido activas las chicas de ESO (Tabla 3).

El *abandono* de la práctica físico-deportiva de tiempo libre, en ESO, es mayor cuando padre ($OR = 2,15$ chicos; $OR = 1,95$ chicas), madre ($OR = 1,53$ chicos; $OR = 1,58$ chicas), hermano/os ($OR = 1,82$ chicos; $OR = 1,34$ chicas) y hermana/as ($OR = 2,08$ chicos; $OR = 1,56$ chicas) nunca han sido activos. También cuando hermano/os ($OR = 1,61$ chicos; $OR = 1,50$ chicas) y hermana/as ($OR = 1,73$ chicos; $OR = 2,84$ chicas) abandonan la práctica físico-deportiva. En ESPO, el abandono puede ser predicho por tener padre y madre que nunca hayan sido activos o hayan abandonado. También por tener hermano/os y hermana/as que hayan abandonado la práctica. De tal forma que, en los chicos, la mayor predicción de este comportamiento la encontramos en el padre y hermano/os mientras que, en las chicas, está en hermana/as, padre (ESO) y madre (ESPO) (Tabla 3).

Que los progenitores de los chicos le hayan obligado a hacer actividad física, en lugar de haberlos animado, es la mayor predicción de su abandono ($OR = 3,06$ ESO; $OR = 2,82$ ESPO), siendo la despreocupación para las chicas ($OR = 1,44$). La actitud de despreocupación de los amigos es, para chicos ($OR = 2,10$) y chicas ($OR = 1,52$) de ESO, la predicción de su abandono, mientras que poner pegas y obstáculos ($OR = 2,59$) y despreocuparse ($OR = 1,45$) lo es para los chicos de ESPO (Tabla 3).

Tabla 3. Modelo de regresión logística multinomial examinando los comportamientos de práctica físico-deportiva, en función de los comportamientos del entorno familiar, la actitud de padres y amigos.

| | ESO ¹ (n=3249) | | | | ESPO ² (n=2921) | | | |
|---|--------------------------------------|---|--------------------------------------|---|--------------------------------------|---|--------------------------------------|---|
| | Chicos (n=1701) | | Chicas (n=1548) | | Chicos (n=1352) | | Chicas (n=1569) | |
| | Nunca OR (IC 95%) ^{Sign} | Abandono OR (IC 95%) ^{Sign} | Nunca OR (IC 95%) ^{Sign} | Abandono OR (IC 95%) ^{Sign} | Nunca OR (IC 95%) ^{Sign} | Abandono OR (IC 95%) ^{Sign} | Nunca OR (IC 95%) ^{Sign} | Abandono OR (IC 95%) ^{Sign} |
| Comportamientos ante la práctica del padre | | | | | | | | |
| Activos | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 |
| Nunca | 3,67 (2,21-6,09)*** | 2,15 (1,45-3,16)*** | 3,75 (2,43-5,77)*** | 1,95 (1,41-2,68)*** | 2,35 (1,30-4,24)** | 2,47 (1,70-3,59)*** | 4,04 (2,38-6,83)*** | 1,63 (1,20-2,20)** |
| Abandono | 1,20 (0,76-1,86) | 1,02 (0,75-1,37) | 1,33 (0,90-1,97) | 1,10 (0,85-1,42) | 1,00 (0,58-1,74) | 1,77 (1,29-2,44)*** | 1,95 (1,16-3,27)* | 1,55 (1,18-2,01)** |
| Comportamientos ante la práctica de la madre | | | | | | | | |
| Activos | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 |
| Nunca | 2,14 (1,25-3,67)** | 1,53 (1,04-2,23)* | 2,76 (1,77-4,29)*** | 1,58 (1,16-2,14)** | 1,01 (0,56-1,83) | 1,53 (1,06-2,19)* | 3,78 (2,25-6,34)*** | 1,84 (1,38-2,45)*** |
| Abandono | 1,16 (0,66-2,03) | 1,22 (0,84-1,77) | 1,43 (0,91-2,24) | 1,25 (0,93-1,67) | 1,04 (0,56-1,91) | 1,28 (0,88-1,86) | 1,46 (0,82-2,59) | 1,87 (1,40-2,50)*** |
| Comportamientos ante la práctica de hermano/os | | | | | | | | |
| Activos | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 |
| Nunca | 2,87 (1,73-4,75)*** | 1,82 (1,21-2,73)** | 2,90 (1,83-4,58)*** | 1,34 (0,92-1,95) | 2,54 (1,35-4,75)** | 1,52 (1,03-2,22)* | 2,30 (1,31-3,99)** | 1,01 (0,66-1,53) |
| Abandono | 1,28 (0,74-2,23) | 1,61 (1,12-2,31)** | 1,96 (1,27-3,01)** | 1,50 (1,09-2,03)* | 3,37 (1,96-5,79)*** | 1,95 (1,40-2,70)*** | 1,58 (0,99-2,53)* | 1,71 (1,28-2,29)*** |
| Comportamientos ante la práctica de hermana/as | | | | | | | | |
| Activos | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 |
| Nunca | 2,67 (1,55-4,59)*** | 2,08 (1,38-3,12)*** | 4,04 (2,53-6,45)*** | 1,56 (1,06-2,30)* | 1,67 (0,91-3,07) | 1,24 (0,84-1,81) | 5,76 (3,08-10,77)*** | 1,40 (0,92-2,11) |
| Abandono | 1,82 (1,03-3,22)* | 1,73 (1,14-2,59)** | 2,38 (1,45-3,91)** | 2,84 (2,02-3,98)*** | 1,00 (0,53-1,89) | 1,39 (0,97-1,96) | 2,67 (1,47-4,85)** | 1,84 (1,33-2,52)*** |
| Actitud de sus progenitores ante la práctica físico-deportiva | | | | | | | | |
| Me han animado | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 |
| Han puesto pegas u obstáculos | 2,63 (1,19-5,80)* | 2,03 (1,09-3,73)* | 2,45 (1,20-4,98)* | 1,49 (0,85-2,60) | 1,32 (0,50-3,47) | 1,10 (0,65-1,86) | 4,23 (1,82-9,81)** | 1,34 (0,71-2,51) |
| No se han preocupado | 3,35 (2,20-5,08)*** | 1,73 (1,21-2,46)** | 4,50 (3,08-6,57)*** | 1,44 (1,02-2,01)* | 2,64 (1,64-4,24)*** | 1,08 (0,78-1,48) | 5,36 (3,60-7,98)*** | 1,06 (0,79-1,41) |
| Me han obligado | 3,51 (1,55-7,89)*** | 3,06 (1,65-5,65)*** | 2,95 (1,33-6,54)** | 1,74 (0,91-3,31) | 7,77 (3,04-19,81)*** | 2,82 (1,31-6,03)** | 3,17 (1,15-8,74)* | 0,86 (0,40-1,84) |
| Actitud de sus amigos ante su práctica físico-deportiva | | | | | | | | |
| Me han animado | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 |
| Han puesto pegas u obstáculos | 4,66 (2,11-10,24)*** | 1,48 (0,67-3,28) | 3,16 (1,24-8,03)** | 1,54 (0,72-3,26) | 3,36 (1,07-10,52)* | 2,59 (1,27-5,27)** | 4,92 (1,89-12,80)** | 1,00 (0,47-2,15) |
| No se han preocupado | 3,55 (2,41-5,22)*** | 2,10 (1,58-2,79)*** | 4,16 (2,97-5,80)*** | 1,52 (1,17-1,97)** | 2,64 (1,68-4,14)*** | 1,45 (1,10-1,90)** | 3,71 (2,53-5,44)*** | 0,88 (0,70-1,12) |
| Me han obligado | 2,68 (1,25-5,68)* | 0,95 (0,46-1,97) | 3,45 (1,65-7,20)*** | 0,98 (0,49-1,93) | 3,73 (1,60-8,66)** | 1,01 (0,50-2,04) | 2,46 (0,75-8,01) | 1,00 (0,47-2,15) |
| Razón de verosimilitud del | 366,974 | | 389,950 | | 334,176 | | 365,234 | |

| modelo | | | | |
|-------------------|-----------|------------|-----------|------------|
| χ^2 Sign | 67,878*** | 115,107*** | 73,725*** | 120,073*** |
| R^2 Cox y Snell | ,302 | ,386 | ,329 | ,394 |

¹ESO: Educación Secundaria Obligatoria. ²ESPO: Educación Secundaria Post Obligatoria.

Nota: El grupo de comparación es el comportamiento "Activo"

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Regresión Logística Multinomial: Nivel de actividad físico-deportiva de los activos y variables predictoras

El modelo de regresión logística multinomial resultó significativo en su conjunto ($p < 0,001$; $p < 0,05$) y un buen predictor, según las pruebas de función de verosimilitud, de bondad de ajuste, del coeficiente de Cox y Snell, en ambos sexos en las dos etapas educativas (ESO y ESPO) (Tabla 4).

Algunos aspectos del entorno familiar pueden predecir los niveles de práctica físico-deportiva de los estudiantes activos. Como se puede apreciar en la Tabla 4, los comportamientos del padre, madre, hermano/os y hermana/as, sólo en los chicos de ESO, predicen el índice finlandés de actividad físico-deportiva de hijo/as y hermanos/as. La probabilidad de encontrar estudiantes con un nivel de actividad *insuficiente+ligero* es mayor cuando padre ($OR = 2,24$), madre ($OR = 1,65$), hermano/os ($OR = 1,71$) y hermana/as ($OR = 3,01$) nunca han sido activos que cuando lo son en la actualidad. También lo predice tener padres ($OR = 1,47$) y hermano/os ($OR = 1,58$) que hayan abandonado la práctica.

Que los progenitores y amigos de los chicos de ESO les hayan obligado a hacer actividad física, en lugar de haberlos animado, es la mayor predicción para tener un nivel de actividad *insuficiente+ligero* ($OR = 4,53$ progenitores; $OR = 3,39$ amigos). En ambas etapas educativas y ambos sexos, la despreocupación por su práctica predice, igualmente, un nivel de actividad *insuficiente+ligera* (Tabla 4).

Tanto en chicos como en chicas, de ambas etapas educativas, la realización de actividad físico-deportiva durante el tiempo libre individualmente predice tener un nivel de actividad físico-deportiva *insuficiente+ligero*. Igualmente, sucede si la motivación o estímulo proviene de los amigos en lugar de padres/familia, llegando a ser la probabilidad de 8,00 veces más en las chicas de ESPO (Tabla 4).

La probabilidad de encontrar estudiantes con un nivel de actividad *moderada* solamente es mayor cuando padre ($OR = 1,70$) y hermana/as ($OR = 1,88$) nunca han sido activos que cuando lo son actualmente. También lo predice tener padres ($OR = 1,46$) que hayan abandonado la práctica (Tabla 4).

Solamente obligar y despreocuparse por parte de progenitores y amigos, en los chicos de ESO, predice tener una actividad *moderada*. Al igual que sucediera anteriormente, la realización de actividad físico-deportiva durante el tiempo libre individualmente en lugar de hacerla con amigos, predice tener un nivel de actividad físico-deportiva *moderada*, en ambas etapas educativas y en ambos sexos (Tabla 4). Igualmente, sucede si la motivación o estímulo proviene de los amigos en lugar de padres/familia, llegando a ser la probabilidad de 6,40 veces mayor en las chicas de ESPO.

Tabla 4. Modelo de regresión logística multinomial examinando el índice finlandés de actividad físico-deportiva en los activos, en función de los comportamientos del entorno familiar, la actitud de padres, amigos, con quien realiza y quién lo inició en la práctica.

| | ESO ¹ (n=2063) | | | | ESPO ² (n=1387) | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Chicos (n=1287) | | Chicas (n=776) | | Chicos (n=838) | | Chicas (n=549) | |
| | Insuficiente+ Ligera OR (IC 95%) ^{Sign} | Moderada OR (IC 95%) ^{Sign} | Insuficiente+ Ligera OR (IC 95%) ^{Sign} | Moderada OR (IC 95%) ^{Sign} | Insuficiente+ Ligera OR (IC 95%) ^{Sign} | Moderada OR (IC 95%) ^{Sign} | Insuficiente+ Ligera OR (IC 95%) ^{Sign} | Moderada OR (IC 95%) ^{Sign} |
| Comportamientos ante la práctica del padre | | | | | | | | |
| Activos | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 |
| Nunca | 2,24 (1,34-3,75)** | 1,70 (1,08-2,66)* | 1,86 (0,91-3,79) | 1,45 (0,69-3,05) | 2,03 (0,96-3,54) | 0,87 (0,50-1,51) | 1,33 (0,63-2,84) | 1,22 (0,54-2,72) |
| Abandono | 1,47 (1,05-2,05)* | 1,46 (1,11-1,91)** | 1,04 (0,65-1,64) | 1,22 (0,76-1,95) | 0,90 (0,58-1,40) | 0,73 (0,49-1,07) | 1,23 (0,66-2,30) | 1,10 (0,56-2,13) |
| Comportamientos ante la práctica de la madre | | | | | | | | |
| Activos | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 |
| Nunca | 1,65 (1,07-2,53)* | 1,20 (0,84-1,71) | 1,60 (0,87-2,77) | 1,13 (0,63-2,04) | 1,07 (0,63-1,82) | 0,66 (0,41-1,08) | 0,73 (0,36-1,44) | 0,63 (0,31-1,30) |
| Abandono | 1,03 (0,67-1,55) | 0,99 (0,71-1,37) | 1,21 (0,72-2,02) | 0,98 (0,58-1,64) | 0,97 (0,56-1,67) | 0,69 (0,42-1,13) | 1,24 (0,60-2,58) | 0,84 (0,38-1,81) |
| Comportamientos ante la práctica de hermano/os | | | | | | | | |
| Activos | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 |
| Nunca | 1,71 (1,03-2,84)* | 1,09 (0,69-1,71) | 2,03 (0,94-4,38) | 1,01 (0,44-2,33) | 1,37 (0,77-2,41) | 0,99 (0,57-1,73) | 1,45 (0,47-4,45) | 1,16 (0,35-3,85) |
| Abandono | 1,58 (1,01-2,48)* | 1,36 (0,93-1,99) | 0,84 (0,47-1,50) | 0,96 (0,52-1,64) | 1,17 (0,71-1,92) | 0,81 (0,49-1,31) | 1,16 (0,53-2,53) | 1,03 (0,45-2,39) |
| Comportamientos ante la práctica de hermana/as | | | | | | | | |
| Activos | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 |
| Nunca | 3,01 (1,84-4,90)*** | 1,88 (1,23-2,88)** | 0,89 (0,46-1,73) | 0,49 (0,23-1,04) | 1,09 (0,62-1,94) | 1,36 (0,78-2,36) | 0,66 (0,25-1,77) | 0,81 (0,27-2,35) |
| Abandono | 1,29 (0,80-2,08) | 1,05 (0,71-1,53) | 0,89 (0,44-1,79) | 1,09 (0,54-2,21) | 1,00 (0,58-1,70) | 1,54 (0,93-2,54) | 0,79 (0,35-1,78) | 1,04 (0,43-2,50) |
| Actitud de sus progenitores ante la práctica físico-deportiva | | | | | | | | |
| Me han animado | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 |
| Han puesto pegas u obstáculos | 1,29 (0,53-3,13) | 1,33 (0,65-2,71) | 0,40 (0,16-1,01) | 0,27 (0,08-1,03) | 2,17 (1,08-4,80)* | 1,10 (0,48-2,50) | 0,44 (0,07-2,47) | 1,81 (0,37-8,66) |
| No se han preocupado | 4,04 (2,53-6,42)*** | 2,07 (1,32-3,23)** | 3,14 (1,21-8,12)* | 2,07 (0,77-5,53) | 3,10 (1,86-5,16)*** | 1,59 (0,94-2,66) | 2,61 (1,01-6,81)* | 2,09 (0,76-5,74) |
| Me han obligado | 4,53 (1,67-12,25)** | 2,07 (1,07-5,56)* | 1,34 (0,27-6,40) | 1,53 (0,32-7,35) | 1,90 (0,44-8,09) | 0,98 (0,21-4,41) | 1,99 (0,24-16,05) | 0,80 (0,07-9,07) |
| Actitud de sus amigos ante su práctica físico-deportiva | | | | | | | | |
| Me han animado | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 |
| Han puesto pegas u obstáculos | 0,87 (0,30-2,47) | 1,08 (0,49-2,36) | 2,62 (0,31-21,64) | 2,37 (0,28-19,99) | 3,83 (0,78-18,72) | 2,15 (0,43-10,78) | 0,74 (0,14-3,70) | 0,37 (0,05-2,74) |
| No se han preocupado | 2,56 (1,57-3,24)*** | 1,59 (1,15-2,19)** | 2,01 (1,13-3,55)* | 1,02 (0,55-1,88) | 2,14 (1,38-3,30)* | 1,31 (0,85-2,01) | 1,20 (0,65-2,19)* | 1,14 (0,60-2,17) |
| Me han obligado | 3,39 (1,49-7,69)** | 3,13 (1,50-6,51)** | 2,06 (0,44-9,49) | 1,78 (0,37-8,39) | 1,09 (0,44-2,69) | 0,50 (0,18-1,34) | 1,00 (0,64-1,69) | 1,01 (0,61-2,41) |
| Con quién realizas habitualmente actividad físico-deportiva | | | | | | | | |
| Con mis amigos, compañeros | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 |
| Solo | 3,08 (1,77-5,37)*** | 2,05 (1,22-3,43)** | 4,05 (1,42-11,58)** | 3,50 (1,20-10,17)* | 2,01 (1,13-3,55)* | 1,57 (1,09-2,75)* | 2,06 (0,93-4,57)* | 2,27 (0,99-5,19)* |

| | | | | | | | | |
|--|--------------------|--------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|---------------------|--------------------|
| Con algún miembro de la familia | 2,00 (1,13-3,56)* | 1,19 (0,70-2,05) | 2,17 (1,09-4,75)* | 2,26 (1,02-4,99)* | 2,01 (1,04-4,79)* | 1,37 (0,57-3,29) | 4,22 (1,26-14,10)* | 2,21 (0,61-7,99) |
| Quién motivó o estimuló para comenzar a realizar práctica físico-deportiva | | | | | | | | |
| Mis padres/familia | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 |
| Yo mismo | 1,14 (0,74-1,76) | 1,17 (0,82-1,66) | 0,86 (0,48-1,53) | 0,80 (0,44-1,46) | 1,33 (0,78-2,24) | 1,32 (0,81-2,14) | 1,64 (0,84-3,18) | 2,57 (0,92-7,85) |
| Profesor de E, F,, entrenador | 1,35 (0,67-2,72) | 1,14 (0,63-2,07) | 0,75 (0,34-1,65) | 0,52 (0,21-1,15) | 0,90 (0,35-2,32) | 1,12 (0,48-2,59) | 2,47 (0,75-8,10) | 2,66 (0,68-10,35) |
| Mis amigos | 2,50 (1,46-4,27)** | 2,13 (1,34-3,36)** | 1,07 (0,48-2,36) | 1,26 (0,56-2,80) | 3,33 (1,63-6,79)* | 2,39 (1,20-4,76)* | 8,00 (1,74-36,74)** | 6,40 (1,22-33,47)* |
| Razón de verosimilitud del modelo | 734,157 | | 589,261 | | 622,906 | | 553,017 | |
| χ^2 Sign | 84,507*** | | 50,005*** | | 49,941*** | | 34,373* | |
| R^2 Cox y Snell | ,278 | | ,286 | | ,280 | | ,278 | |

¹ESO: Educación Secundaria Obligatoria. ²ESPO: Educación Secundaria Post Obligatoria.

Nota: El grupo de comparación es el nivel de actividad "Vigorosa"

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Regresión Logística Multinomial: Nivel de actividad físico-deportiva de los que han abandonado y variables predictoras

El modelo de regresión logística multinomial resultó significativo en su conjunto ($p < 0,05$) y un buen predictor, según las pruebas de función de verosimilitud, de bondad de ajuste, del coeficiente de Cox y Snell, en chicos, tanto en la etapa educativa de ESO como ESPO (Tabla 5).

Solamente muy pocos aspectos del entorno familiar pueden predecir los niveles de práctica físico-deportiva de los estudiantes que la han abandonado. Como se puede apreciar en la Tabla 5, los comportamientos de hermano/os y hermana/as, sólo en chicos de ESPO, predicen el índice finlandés de actividad físico-deportiva de hermanos/as. La probabilidad de encontrar estudiantes con un nivel de actividad *insuficiente+liger* y *moderado* es mayor cuando hermano/os y hermana/as nunca han sido activos que cuando lo son en la actualidad.

La despreocupación de los progenitores predice, en chicos de ESPO, tener un nivel de actividad *insuficiente+liger* ($OR = 5,32$) y *moderado* ($OR = 4,53$). Igualmente, la despreocupación de los amigos de los chicos de ESO predice su nivel *insuficiente+liger* ($OR = 3,40$) y *moderado* ($OR = 2,20$) (Tabla 5).

La realización de actividad físico-deportiva durante el tiempo libre individualmente ($OR = 2,17$) predice tener un nivel de actividad físico-deportiva *insuficiente+liger*, en chicos de ESPO, mientras que para las chicas lo es haberla realizado con algún familiar ($OR = 3,17$). Si la motivación o estímulo proviene de los amigos de los chicos de ESPO la probabilidad de tener un nivel *moderado* es 2,60 veces mayor que si la estimulación proviene de padres/familia (Tabla 5).

Tabla 5. Modelo de regresión logística multinomial examinando el índice finlandés de actividad físico-deportiva en los que abandonaron, en función de los comportamientos del entorno familiar, la actitud de padres, amigos, con quien realizaba y quién lo inició en la práctica.

| | ESO ¹ (n=838) | | | | ESPO ² (n=1274) | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Chicos (n=278) | | Chicas (n=560) | | Chicos (n=414) | | Chicas (n=860) | |
| | Insuficiente+ Ligera OR (IC 95%) ^{Sign} | Moderada OR (IC 95%) ^{Sign} | Insuficiente+ Ligera OR (IC 95%) ^{Sign} | Moderada OR (IC 95%) ^{Sign} | Insuficiente+ Ligera OR (IC 95%) ^{Sign} | Moderada OR (IC 95%) ^{Sign} | Insuficiente+ Ligera OR (IC 95%) ^{Sign} | Moderada OR (IC 95%) ^{Sign} |
| Comportamientos ante la práctica del padre | | | | | | | | |
| Activos | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 |
| Nunca | 1,97 (0,67-5,83) | 1,87 (0,64-5,43) | 1,28 (0,45-3,62) | 0,88 (0,30-2,55) | 1,04 (0,45-2,42) | 1,05 (0,44-2,50) | 0,64 (0,29-1,42) | 0,49 (0,19-1,08) |
| Abandono | 0,92 (0,41-2,02) | 1,20 (0,56-2,56) | 0,97 (0,41-2,29) | 0,71 (0,29-1,69) | 0,96 (0,45-2,05) | 1,43 (0,66-3,09) | 0,66 (0,31-1,38) | 0,54 (0,25-1,15) |
| Comportamientos ante la práctica de la madre | | | | | | | | |
| Activos | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 |
| Nunca | 2,17 (0,82-5,72) | 2,03 (0,92-6,62) | 2,31 (0,99-9,20) | 2,11 (0,75-5,93) | 1,38 (0,61-3,12) | 1,48 (0,64-3,37) | 0,91 (0,42-1,97) | 0,68 (0,31-1,52) |
| Abandono | 1,23 (0,49-3,10) | 2,08 (0,85-5,10) | 1,68 (0,71-3,96) | 1,09 (0,43-2,45) | 0,95 (0,41-2,24) | 1,53 (0,65-3,57) | 0,76 (0,35-1,64) | 0,76 (0,34-1,66) |
| Comportamientos ante la práctica de hermano/os | | | | | | | | |
| Activos | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 |
| Nunca | 1,15 (0,40-3,27) | 1,33 (0,48-3,64) | 1,66 (0,46-5,99) | 1,57 (0,41-5,91) | 3,09 (1,08-9,70)* | 3,59 (1,12-11,41)* | 1,01 (0,36-2,78) | 1,28 (0,44-3,67) |
| Abandono | 1,48 (0,56-3,89) | 1,57 (0,61-4,04) | 1,32 (0,49-3,53) | 1,61 (0,59-4,41) | 0,91 (0,44-1,89) | 1,37 (0,66-2,83) | 0,99 (0,52-1,88) | 1,49 (0,77-2,88) |
| Comportamientos ante la práctica de hermana/as | | | | | | | | |
| Activos | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 |
| Nunca | 2,05 (0,67-6,25) | 1,74 (0,62-4,79) | 2,40 (0,50-11,52) | 2,92 (0,59-14,49) | 3,32 (1,25-8,81)* | 2,85 (1,08-7,54)* | 1,65 (0,57-4,73) | 1,26 (0,42-3,77) |
| Abandono | 2,47 (0,79-7,71) | 1,73 (0,60-4,98) | 0,87 (0,35-2,17) | 1,04 (0,40-2,70) | 1,38 (0,65-2,96) | 1,46 (0,70-3,07) | 1,33 (0,64-2,76) | 1,10 (0,52-2,36) |
| Actitud de sus progenitores ante la práctica físico-deportiva | | | | | | | | |
| Me han animado | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 |
| Han puesto pegas u obstáculos | 0,82 (0,13-5,16) | 2,11 (0,44-10,09) | 0,61 (0,16-2,22) | 0,30 (0,07-1,29) | 1,77 (0,46-6,77) | 2,07 (0,56-7,70) | 0,60 (0,19-1,86) | 0,65 (0,19-2,11) |
| No se han preocupado | 2,31 (0,80-6,62) | 1,94 (0,68-5,48) | 1,29 (0,43-3,87) | 0,91 (0,29-2,85) | 5,32 (1,81-15,60)** | 4,53 (1,53-13,36)** | 2,27 (0,95-5,44) | 1,96 (0,80-4,82) |
| Me han obligado | 0,91 (0,20-4,05) | 1,26 (0,32-4,93) | 0,39 (0,10-1,50) | 0,37 (0,08-1,46) | 0,44 (0,09-2,04) | 1,27 (0,37-4,29) | 0,67 (0,14-3,20) | 0,59 (0,11-3,12) |
| Actitud de sus amigos ante su práctica físico-deportiva | | | | | | | | |
| Me han animado | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 |
| Han puesto pegas u obstáculos | 0,69 (0,09-5,16) | 0,86 (0,15-4,92) | 1,00 (0,45-1,81) | 1,01 (0,42-2,12) | 2,61 (0,54-12,54) | 1,38 (0,27-7,08) | 1,00 (0,41-2,01) | 1,01 (0,44-1,98) |
| No se han preocupado | 3,40 (1,46-7,85)** | 2,20 (1,06-4,99)* | 1,78 (0,75-4,25) | 1,23 (0,50-3,01) | 1,77 (0,95-3,28) | 1,06 (0,57-2,00) | 1,16 (0,66-2,05) | 0,96 (0,38-1,24) |
| Me han obligado | 0,70 (0,13-3,64) | 0,43 (0,08-2,24) | 0,52 (0,10-2,61) | 0,36 (0,06-2,06) | 0,43 (0,09-2,01) | 0,57 (0,14-2,23) | 0,32 (0,09-1,09) | 0,94 (0,06-1,05) |
| Con quién realizas habitualmente actividad físico-deportiva | | | | | | | | |
| Con mis amigos, compañeros | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 |
| Solo | 2,13 (0,66-6,91) | 1,33 (0,41-4,32) | 3,85 (0,50-29,24) | 5,15 (0,67-39,40) | 2,17 (1,05-5,25)* | 1,00 (0,39-2,56) | 1,06 (0,51-2,18) | 0,83 (0,39-1,77) |

| | | | | | | | | |
|--|------------------|------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|--------------------|------------------|
| Con algún miembro de la familia | 1,00 (0,44-1,96) | 1,01 (0,58-2,47) | 3,36 (0,78-14,50) | 2,26 (0,50-10,12) | 3,38 (0,73-15,57) | 1,63 (0,33-8,06) | 3,17 (1,09-10,46)* | 1,65 (0,47-5,71) |
| Quién motivó o estimuló para comenzar a realizar práctica físico-deportiva | | | | | | | | |
| Mis padres/familia | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 | 1,00 |
| Yo mismo | 0,46 (0,16-1,29) | 0,97 (0,35-2,71) | 0,74 (0,31-1,78) | 1,11 (0,44-2,76) | 1,28 (0,58-2,81) | 1,80 (0,78-4,16) | 0,98 (0,49-1,93) | 1,26 (0,62-2,57) |
| Profesor de E, F,, entrenador | 0,71 (0,11-4,65) | 1,33 (0,22-8,09) | 1,31 (0,26-6,59) | 1,88 (0,36-9,86) | 0,57 (0,17-1,83) | 1,24 (0,40-3,85) | 0,69 (0,26-1,81) | 0,99 (0,36-2,68) |
| Mis amigos | 0,61 (0,20-1,88) | 0,69 (0,22-2,15) | 1,04 (0,36-3,01) | 1,87 (0,62-5,60) | 1,42 (0,53-3,78) | 2,60 (1,09-7,04)* | 1,41 (0,61-3,25) | 1,26 (0,52-3,01) |
| Razón de verosimilitud del modelo | 427,977 | | 622,026 | | 603,867 | | 905,405 | |
| χ^2 Sign | 36,850* | | 39,437 | | 60,489* | | 47,862 | |
| R^2 Cox y Snell | ,324 | | ,268 | | ,336 | | ,254 | |

¹ESO: Educación Secundaria Obligatoria. ²ESPO: Educación Secundaria Post Obligatoria.

Nota: El grupo de comparación es el nivel de actividad "Vigorosa"

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

DISCUSION Y CONCLUSIONES

El objetivo de esta investigación es conocer la influencia del entorno social en los hábitos de práctica físico-deportiva de jóvenes estudiantes españoles. Ha quedado confirmada la hipótesis de que se puede predecir el comportamiento y el nivel de actividad físico-deportiva de tiempo libre de los jóvenes a partir de las conductas de su entorno familiar (padre, madre, hermano/os y hermanas/as), de la actitud de sus progenitores y de sus amigos ante su práctica físico-deportiva, con quién realiza la practica y quién lo inició en ella.

La influencia de la familia se manifiesta bajo dos aspectos principales: (1) el modelo proporcionado por el entorno familiar y los amigos, (2) el apoyo que procura la familia, principalmente, como consecuencia de la actitud de sus componentes hacia la actividad físico-deportiva.

Papel de modelo

Los adolescentes que nunca han practicando actividad física de tiempo libre forman parte de un grupo de riesgo de sedentarismo. Lo mismo sucede, pero en menor grado, con aquellos y aquéllas que abandonaron la práctica físico-deportiva. El padre desempeña un papel de modelo especialmente importante. Para los estudiantes de los dos niveles de enseñanza, la probabilidad de sedentarismo de los niños es especialmente elevada cuando el padre no practica ninguna actividad física y, por lo tanto, no proporciona un modelo de práctica regular.

El papel que puede ejercer el modelo del padre se pone de manifiesto en la relación entre la participación habitual del padre en actividad física y la participación de los niños en este tipo de práctica (Cantalops, et al., 2012, Sallis, et al., 2000). En investigaciones que utilizan instrumentos objetivos de medida de la actividad física esta relación es clara (Freedson & Evenson, 1991). En el caso de los estudios con cuestionarios, las dependencias parecen menos claras, mostrándose a veces correlaciones positivas (Tuero, et al., 2012) y, en otros casos, resultados estadísticos no significativos (Hermoso, García & Chinchilla, 2010).

Dempsey, Kimiecik y Horn (1993) constataron que deportistas cuyos padres y madres desempeñaban un buen modelo para este tipo práctica, presentaban mejores percepciones de su competencia, encontraban más placer y poseían una motivación intrínseca más fuerte. Los resultados de la investigación de Anderssen y Wold (1992), sobre la influencia que tienen los padres e iguales sobre la actividad física en el tiempo de ocio, indican que el nivel de actividad física de los padres y su apoyo a la misma, así como el de los iguales, desempeñan un papel positivo significativo. Varios estudios han confirmado que los padres físicamente activos suelen tener niños físicamente activos (Anderssen & Wold, 1992; Cantalops, et al., 2012; Dishman, 1990; Freedson & Evenson, 1991; Tuero, et al., 2012; Wold & Anderssen, 1992).

De acuerdo con la teoría del aprendizaje social (Aaro, Wold, Kannas & Rimpela, 1986), los resultados del estudio de Raudsepp y Viira (2000) indican la influencia de los miembros de la familia y los iguales sobre los niveles de actividad física de los

adolescentes. Raudsepp y Viira (2000) examinaron las contribuciones relativas de aspectos como sexo, clase social, estatus socioeconómico de la familia y comportamiento ante la práctica físico-deportiva de personas que resultan significativas para el joven (padre, madre, hermana, hermano, mejor amigo), sobre la variabilidad de las actividades físicas de los adolescentes de 13 a 15 años que habitan en un medio urbano. Los niños que indicaron que su padre había realizado actividad física regular, dedicaron significativamente más tiempo a participar en actividades físicas que los que afirmaron que su padre no hizo regularmente práctica física. Estos resultados son independientes del sexo del niño pudiéndose afirmar que la actividad física de los chicos y chicas, implicados en este estudio, pudo estar influida por la práctica de ejercicio regular del padre. Los resultados sugieren que una nula o escasa participación del padre puede ser un factor que tenga una importante influencia negativa sobre la actividad física del niño.

Shropshire y Carroll (1997) constataron que las relaciones entre la actividad de los niños con la de la madre no eran significativas. Al contrario de lo que refleja la investigación que aquí se presenta, ya que los resultados ponen de manifiesto que el papel de la madre también está relacionado significativamente con la actividad de sus hijos/as. La probabilidad de una inactividad en el futuro en los que nunca han practicado es siempre superior a la de los que abandonaron. Incluso, si el alumnado abandonó la práctica previa, sus experiencias anteriores permiten conservar una relación positiva. En resumen, en muchos adolescentes inactivos, es el papel de modelo de inactividad del padre y de la madre el que prevalece.

Apoyo

Los medios para apoyar la actividad físico-deportiva de los estudiantes son múltiples. Citemos, por ejemplo, el apoyo psicológico en forma de estímulos o recompensas, el transporte del niño o el adolescente al lugar del ejercicio, comprarle el equipamiento deportivo, pagarle las cuotas del club... (Garrido, et al., 2010; Fredricks & Eccles, 2005; Welk, Word & Morss, 2003).

Las cuestiones planteadas en la investigación permiten dar cuenta cómo los jóvenes perciben las actitudes de los padres y amigos relacionadas con la práctica físico-deportiva. Los adolescentes se sienten animados a ser activos cuando en su entorno existe una actitud positiva hacia la práctica de actividad físico-deportiva. También perciben la indiferencia frente a sus prácticas, al igual que perciben cuando existe un rechazo de este tipo de actividad por parte de sus padres. Además, llegan a experimentar la relación de autoridad de los padres, que los obligarían a efectuar una actividad físico-deportiva regular. Pues bien, los obstáculos planteados por los padres presentan también probabilidades significativas de ser sedentario. De igual modo, la autoridad de los padres, que implica una obligación para que sean activos, es mal percibida por los muchachos y las muchachas.

En la literatura, la influencia de los amigos aparece como muy importante, principalmente en el momento de la adolescencia, tal y como constataron Hohepa, Scragg, Schofield, Kolt y Schaaf (2007), Ommundsen, Klasson-Heggebø y Anderssen (2006) y Duncan, Duncan, Strycker y Chaumeton (2004). Esta influencia suplantó progresivamente la de los adultos de la familia. En los resultados de la investigación aquí planteada, los obstáculos para ser activos que pueden plantear los amigos,

así como la indiferencia, resulta claramente muy superior en los inactivos. En efecto, en estos estudiantes las probabilidades de sedentarismo están entre tres y cuatro veces por encima en los adolescentes que se declaran activos. Con la edad, estas probabilidades parecen menos fuertes, en particular, en el grupo de 16/17 años a 19/20 años. Es probable que se desarrolle una mayor autonomía a estas edades y que ésta contribuya a la disminución de la probabilidad.

En el análisis de las relaciones (familia y particularmente hermanos), los resultados de Duncan et al. (2004) demostraron que niveles más altos de ayuda de la familia fueron relacionados con niveles más altos de actividad física de los hijos e hijas. Estos datos demuestran la importancia del apoyo social de la familia a la actividad física de la juventud (Sallis, et al., 2000). Es importante reseñar que los jóvenes que nunca han practicado constituyen un grupo con fuerte probabilidad de continuar siendo inactivos en el futuro, tal y como los estudios longitudinales los confirman (Telama, et al., 2005; Yang, et al., 1999).

Es particularmente importante considerar la siguiente cadena. Los adolescentes no practicantes, no reciben el ejemplo de las prácticas por parte de sus padres y, por tanto, sus motivaciones se encuentran muy limitadas como consecuencia de la indiferencia de sus padres ya que les dan pocos incentivos extrínsecos (por ejemplo, el apoyo de llevarlos al lugar dónde realizan su práctica físico-deportiva). En definitiva, la indiferencia de los padres inactivos puede, probablemente, incidir en que la motivación hacia la actividad física esté poco desarrollada en sus hijos adolescentes.

Cuando el adolescente nunca practica actividad físico-deportiva, la probabilidad de una ausencia completa de práctica de las actividades físico-deportivas aparece como altamente significativa en los jóvenes de la ESO, tanto en chicos como en chicas. El abandono de la práctica logra una probabilidad también significativa. Esto confirma los hallazgos encontrados en la literatura internacional relacionados con el modelo y los apoyos de los progenitores y de los amigos (Raudsepp & Viira, 2000; Shropshire & Carroll, 1997). En un estudio longitudinal realizado en chicas, Davison y Jago (2009) constataron que el apoyo de los padres disminuía del paso de la infancia a la adolescencia. El papel de modelo y el apoyo logístico se reducían progresivamente. Desde la perspectiva de mantenimiento de la actividad física, las chicas que prosiguen su actividad física durante varios años poseen padres con un papel de modelo más consistente en todas las edades. Contrariamente al apoyo de los progenitores, el de los iguales (amigos) aumenta en la transición de la infancia a la adolescencia. El estudio de Davison y Jago (2009) constituye una confirmación de los resultados obtenidos en estudios "cross sectional".

Ayudas bajas de los padres y de los iguales fueron asociados a probabilidades más reducidas de ser regularmente activo después de la escuela, en el tiempo libre (Serra, Generelo & Zaragoza, 2010). La frecuencia de participación en actividades extraescolares se asociada significativamente al apoyo de los iguales, es decir, en los estudiantes que recibieron una ayuda limitada es menos probable que sean regularmente activos después de la escuela, en comparación con los iguales que recibían niveles más altos de ayuda (Hohepa, et al., 2007). Los resultados también proporcionan evidencia adicional de que los padres y los amigos son los agentes de influencias sociales dominantes de la actividad física durante adolescencia (Davison, Symons & Birch, 2006).

En la presente investigación, los adolescentes que nunca han participado en actividades físico-deportivas, presentan varios factores de riesgo de sedentarismo. El modelo de los padres y el apoyo que aportan a sus niños son inexistentes o extremadamente limitados. Constituyen un riesgo en la socialización de la actividad físico-deportiva y confirman el sedentarismo de los adolescentes. Resultados extraídos de esta misma muestra de estudiantes (Piéron & Ruiz-Juan, 2010), pusieron de relieve una serie de características que indican una fuerte correlación con la inactividad: una motivación intrínseca muy escasa, una percepción de competencia muy baja también, una relación pedagógica en clase poco favorable al aprendizaje y a la preparación de un estilo de activo.

Consecuencias pedagógicas

El conocimiento de las relaciones en la familia, por lo que se refiere a las actividades físicas, parece muy interesante desde una perspectiva de intervención o también de orientación de la relación pedagógica del profesor con el alumno y de su papel en los contactos con los padres.

Podemos sugerir que algunos programas de promoción de actividad física, destinados a la juventud con riesgo elevado de sedentarismo basado en la familia, pueden ser beneficiosos. Tales intervenciones deberían concentrarse en la ayuda que debe proporcionarse a los padres con el fin de definir si sus niños presentan un peligro de inactividad física. En tales situaciones, es necesario efectuar un esfuerzo especial para implicar al niño en la actividad física, creando ocasiones para que sea activo y sostenerlo en la medida de lo posible. Entre las consecuencias pedagógicas, es necesario considerar el papel del profesor, en particular, en sus relaciones con los padres. Los profesores deben tratar de convencer a los padres de ser más activos, para que transmitan a sus hijos un modelo de vida activo y saludable.

En resumen, los padres deben darse cuenta de la importancia tan grande que tienen los pares (amigos) en la vida de sus hijos adolescentes. Igualmente, del papel saludable que pueden jugar ellos mismo, estimulando a sus hijos, haciéndoles que se interesen por la actividad física de manera continúa. Por ello, deberían emplear este conocimiento para animar a sus hijos a ser activos. Cuando se encuentran adionados, por un lado, la inexistencia de un modelo positivo hacia la actividad física de sus progenitores y, por otro, la percepción propia del adolescente de indiferencia de sus progenitores, la probabilidad de inactividad en el futuro aumenta considerablemente.

Para finalizar, indicar que para futuras investigaciones es conveniente profundizar en el conocimiento de los resultados aquí encontrados y realizar estudios longitudinales que aporten información relevante sobre la importancia de cada agente socializador en cada etapa de la vida de los adolescentes y cómo estos pueden cambiar con el paso del tiempo. Igualmente, verificar la importancia de la escuela con agente socializador en la adquisición de hábitos saludables de los adolescentes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aaro, L. E., Wold, B., Kannas, L., & Rimpela, M. (1986). Health behaviour in school-children. A WHO cross-national survey. A presentation of philosophy, methods and selected results of the first survey. *Health Promotion, 1*, 17-33.
- Abarca-Sos, A., Zaragoza, J., Generelo, E., & Julián, J. A. (2010). Comportamientos sedentarios y patrones de actividad física en adolescentes. *Revista internacional médica de ciencias de la actividad física y el deporte, 39*, 410-427.
- Anderssen, N., & Wold, B. (1992). Parental and peer influences on leisure-time physical activity in young adolescents. *Research Quarterly for Exercise and Sports, 63*, 341-348.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Biddle, S., & Goudas, M. (1996). Analysis of children's physical activity and its association with adult encouragement and social cognitive variables. *Journal of School Health, 66*, 75-78.
- Cantallops, J., Ponseti, F. J., Vidal, J., Borràs, P. A., & Palou, P. (2012). Adolescence, physical inactivity and overweight: analysis based on socio-personal variables of the parents and the type of sport practiced by the children. *Retos, 21*, 5-8.
- Carron, A., Hausenblas, H., & Mack, D. (1996). Social influence and exercise: A meta-analysis. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 18*, 1-16.
- Coakley, J. (1993). Socialization and sport (pp. 571-586). In *Handbook of research on sport psychology*. New York: MacMillan.
- Davison, K. K., & Jago, R. (2009). Change in Parent and Peer Support across Ages 9 to 15 yr and Adolescent Girls' Physical Activity. *Medicine & Science in Sports & Exercise, 41*, 1816-1825.
- Davison, K., Symons, D., & Birch, L. (2006). Pathways Linking Perceived Athletic Competence and Parental Support at Age 9 Years to Girls' Physical activity at Age 11 Years. *Research Quarterly for Exercise and Sport, 77*, 23-31.
- Dempsey, J. M., Kimiecik, J. C., & Horn, T. S. (1993). Parental influence on children's moderate to vigorous physical activity participation: an expectancy-value approach. *Pediatric Exercise Science, 5*, 151-167.
- Dishman, R. (1990). Determinants of participation in physical activity (pp. 75-101). In *Exercise, fitness and health: A consensus of current knowledge*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Duncan, S., Duncan, T., Strycker, L., & Chaumeton, N. (2004). A Multilevel Analysis of Sibling Physical Activity. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 26*, 57-68.
- Fredricks, J., & Eccles, J. (2005). Family Socialization, Gender, and Sport Motivation and Involvement. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 27*, 3-31.
- Freedson, P., & Evenson, S. (1991). Familial aggregation in physical activity. *Research Quarterly for Exercise and Sport, 62*, 384-389.
- Garrido, M. E., Zagalaz, M. L., Torres, G., & Romero, S. (2010). Validation of a questionnaire for the analysis of the behavior and actions of parents in sports (ABAPD). *Retos, 18*, 71-76.
- Health Education Authority (1998). *Young and Active? A Policy Framework for Young People and Health-Enhancing Physical Activity*. London: HEA.
- Hermoso, Y, García, V., & Chinchilla, J. L. (2010). Study of the participation of schoolchildren in leisure time. *Retos, 18*, 9-13.

- Hohepa, M., Scragg, R., Schofield, G., Kolt, G., & Schaaf, D. (2007). Social support for youth physical activity: Importance of siblings, parents, friends and school support across a segmented school day. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 4(54), 1-9.
- Lewko, J., & Greendorfer, S. (1988). Family influences in sport socialization of children and adolescents (pp. 287-300). In *Children in sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Martínez, A. C., Chillón, P., Martín-Matillas, M., Pérez, I., Castillo, R., Zapatera, B.... Delgado-Fernández, M. (2012). Attitudes toward the physical activity and sport practice in Spanish adolescents: the AVENA study. *Retos* 22, 43-48.
- Martínez, A. C.; Romero, C., & Delgado, M. (2011). Profesorado y padres ante la promoción de la actividad física del centro escolar. *Revista internacional médica de ciencias de la actividad física y el deporte*, 42, 310-327.
- Navarro, N., Ojeda, R., Navarro, M., López, E., Brito, E., & Ruiz, J. A. (2012). Physical activity and healthy lifestyle in Canarian teenagers. *Retos*, 21, 30-33.
- Ommundsen, Y., Klasson-Heggebø, L., & Anderssen, S. (2006). Psycho-social and environmental correlates of location-specific physical activity among 9- and 15- year-old Norwegian boys and girls: the European Youth Heart Study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 2, 1-29.
- Oviedo, G., Sánchez, J., Castro, R., Calvo, M., Sevilla, J. C., Iglesias, A., & Guerra, M. (2013). Physical activity levels in adolescents: a case study. *Retos* 23, 43-47.
- Piéron, M., & Ruiz-Juan, F. (2010). Actividad físico-deportiva y salud. *Análisis de los determinantes de la práctica en alumnos de Enseñanza Secundaria*. Madrid: Consejo Superior de Deportes.
- Piéron, M. (2002). *Estudi sobre els hàbits esportius dels escolars d'Andorra*. Govern d'Andorra, Ministeri d'Educació Joventut i Esports.
- Raitakari, O., Porkka, K., Taimela, S., Telama, R., Rasanen, L., & Vikari, J. (1994). Effects of persistent physical activity and inactivity on coronary risk factors in children and young adults. *American Journal of Epidemiology*, 140, 195-205.
- Raudsepp, L., & Viira, R. (2000). Influence of parents' and siblings' physical activity on activity levels of adolescents. *European Journal of Physical Education*, 5, 169-178.
- Romero, S. Garrido, M. E., & Zagalaz, M. L. (2009). The parents behavior in the sports. *Retos*, 15, 29-34.
- Ruiz-Juan, F., Piéron, M., & Baena-Extremera, A. (2012). Socialización de la actividad físico-deportiva en adultos: relación con familia, pareja y amigos. *RIDEP*, 34, VOL. 1, 34-59.
- Sallis, F. J., Prochaska, J. J., & Taylor, W. C. (2000). A review of correlates of physical activity of children and adolescents. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 32, 963-975.
- Serra, J. R.; Generelo, E., & Zaragoza, J. (2010). Barreras para la realización de actividad física en adolescentes en la provincia de Huesca. *Revista internacional médica de ciencias de la actividad física y el deporte*, 39, 470-482.
- Shropshire, J., & Carroll, B. (1997). Family Variables and Children's Physical Activity: Influence of Parental Exercise and Socio-economic Status. *Sport, Education and Society*, 2(1), 95-116.
- Taylor, W. C., Baranowski, T., & Sallis, F. J. (1994). Family determinants of childhood physical activity: A social-cognitive model (pp. 319-342). In *Advances in Exer-*

- cise Adherence*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Telama, R., Yang, X., Viikari, J., Välimäki, I., Wanne, O., & Raitakari, O. (2005). Physical Activity from Childhood to Adulthood. A 21-Year Tracking Study. *American Journal of Preventive Medicine*, 28, 267-273.
- Tuero, C., Zapico, B., & González, B. (2012). School age sport and social agents: a preliminary study of the relationship between family, monitors and sportsmen and women in the province of León. *Retos*, 21, 34-37.
- Van Der Horst, K., Paw, M., Twisk, J., & Van Mechelen, W. (2007). A Brief Review on Correlates of Physical Activity and Sedentariness in Youth. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 39, 1241-1250.
- Welk, G., Wood, K., & Morss, G. (2003). Parental influences on physical activity in children: An exploration of potential mechanisms. *Pediatric exercise science*, 15, 19-33.
- Wold, B., & Anderssen, H. (1992). Health promotion aspects of family and peer influences on sport participation. *International Journal of Sport Psychology*, 23(4), 343-359.
- Yang, X., Telama, R., Leino, M., & Viikari, J. (1999). Factors explaining the physical activity of young adults: the importance of early socialization. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 9, 120-127.

Número de citas totales / Total references: 41 (100%)

Número de citas propias de la revista / Journal's own references: 3 (7.3%)